JORGE MUÑOZ PARRAL



CÁBALA GRAMA

ENTIENDE TU **PERSONALIDAD**
GESTIONA TUS **EMOCIONES**
MANIFIESTA LO QUE **DESEAS**

PRÓLOGO DE MARIO SABÁN

CABALAGRAMA

ENTIENDE TU PERSONALIDAD, EMOCIONES Y COMPORTAMIENTO Y TRANSFORMA TU VIDA SEGÚN LA CÁBALA

JORGE MUÑOZ PARRAL

Jorge Muñoz Parral
LEY DE ATRACCIÓN Y ABUNDANCIA

CABALAGRAMA *Entiende tu Personalidad, Gestiona tus Emociones, Manifiesta lo que deseas.*

Copyright © 2024 Jorge Muñoz Parral

All rights reserved.

Registered in SafeCreative: 2407218747198

JORGE MUÑOZ PARRAL

ÍNDICE

Introducción

REALIZA TU TEST de PERSONALIDAD de Cabalagrama GRATIS!
PUNTÚAME EN AMAZON
ÚNETE A LA COMUNIDAD!
ADVERTENCIA
Bienvenido a la Aventura de Cabalagrama
La pregunta que me destrozó la vida.
QUE ES LA CABALA
El Secreto mejor guardado de todos los tiempos
¿Qué es dios?
Un poder ilimitado
Como se creó el universo y el ser humano según la cábala
Los Yjudim, la interinclusión y la unificación de todos los sistemas de análisis del ser humano
Una gran mente global
Tu angel de la Guarda
Como elevar tu nivel de consciencia
EL propósito de la vida
El Origen del Ser Humano
La Emunah y la exteriorización : El mapa de la vida humana
La Estructura de la mente y la magia
Adán, Eva, la serpiente y la Fisiología del cerebro
El arbol que da frutos invertidos
Ciclo de manifestacion y los 4 mundos
La escalera de emociones
La creación de la Escalera de Vibración Sefirótica
Un oso en el salón: Los 10 niveles de consciencia:
La evolución biológica de la vida y los 10 niveles de Desarrollo del Ser
Los estados de sufrimiento y la serpiente
Tratamiento de los Estados de Sufrimiento.
Escalera Sefirótica de Consciencia y sus Asociaciones Psicológicas
Como elevar la Escala de Vibración Sefirótica a los estados de Creación y de FLOW
Las klipás
Como superar las Klipot con Cabalagrama
Los sefirotipos y la naturaleza de las sefiras y axiomas
Que es cabalagrama
Preguntas clave y procedimiento básico
Test Básico de Cabalagrama
Preguntas adicionales
Sefirotipo 10 Malkuth : MANIFESTADOR
Sefirotipo 9 Yesod : CONECTOR
Sefirotipo 8 Hod : COMUNICADOR
Sefirotipo 7 Netzach : APASIONADO
Sefirotipo 6 Guevurah: GUERRERO
Sefirotipo 5 Jesed: COMPASIVO

Sefirotipo 4 Tiphereth: MOTIVADO
Sefirotipo 3 Binah: REFLEXIVO
Sefirotipo 2 Jojmah: INSPIRADO
Sefirotipo 1 Keter: JUGADOR
Subsefirotipos
Como meditar los nombres De Dios
Ritual Diario de Cabalagrama
Cabalagrama de las relaciones
Olam Ha Ba
PUNTÚAME EN AMAZON
Acerca del Autor
REALIZA TU TEST de cabalagrama GRATIS!
ÚNETE A LA COMUNIDAD!
1. MIS REDES SOCIALES
+10.000 ejemplares vendidos

INTRODUCCIÓN

Las líneas que vas a leer a continuación tienen el potencial de transformar tu vida por completo. Al menos, en mí así lo hicieron. Este libro presenta la culminación de más de 4000 años de teorías, pensamientos, religiones, ciencias, doctrinas y métodos.

Cabalagrama es, sin duda, lo más importante que he hecho en mi vida.

Espero que aproveches este conocimiento y me ayudes a difundirlo. Este libro es el resultado de más de 15 años estudiando la filosofía, la mente humana y la espiritualidad, pero el mérito de este libro no es solo mío; muchas de las ideas aquí presentadas han surgido por intuición o simplemente han aparecido en el momento adecuado y en el lugar correcto.

Una buena parte de los conocimientos que han desarrollado el sistema de Cabalagrama se las debo a los aprendizajes en la Maestría de Cabala de la Escuela de Cábala de Mario Sabán, a quien estoy sumamente agradecido. Y no solo a él, sino a los muchos de mentores, amigos y familiares que me han apoyado, acompañado y sostenido para hacer de este libro una realidad.

Si he llegado lejos, es simplemente, como dijo Newton, es porque me subí a hombros de gigantes.

Que Dios me dé fuerza, valentía, salud y misericordia para llevar esta obra a todos los rincones del mundo. Que le mayor número de personas se beneficien de todo lo que la sabiduría de la Cábala y la metodología de Cabalagrama pueden hacer por tu cuerpo, mente, salud y alma!

Quiero dar las gracias, en primer lugar, a mis padres. Por darme todo el cariño del mundo, sostenerme en mis peores momentos y apoyarme en los mejores. Vuestra ayuda ha sido invaluable y nunca podré agradeceroslo lo suficiente. Mi padre me enseñó la fortaleza (Guevurah) para resistir y persistir, y la bondad de corazón. Mi madre me enseñó la misericordia (Jesed), a creer en la magia, a amar y a ser feliz.

En segundo lugar, a mi familia. A mis abuelos, por darme recuerdos excepcionales, por vuestra luz y alegría que tuve el privilegio de compartir. A mis primos y tíos, en especial a Jordi, uno de mis primeros mentores en el mundo de la espiritualidad, quien despertó en mí la chispa de querer saber más.

En tercer lugar, a todas aquellas personas con las que he tenido el privilegio de coincidir: amigos, amigas, parejas, con quienes he tenido la oportunidad de crecer. Sus conversaciones y reflexiones forman parte de este libro. En especial, a Oscar y Albert, con quienes comencé la investigación y el estudio de la Cábala. También, con especial cariño, a mi tía Esther y a mi abuela María, a quienes envío toda mi luz y amor.

Un agradecimiento sincero a mis grandes mentores de Cábala:

• A André Malby, un gigante del pensamiento, que me hizo redescubrir la magia.

• A Javier Wolcoff, por su inteligencia, sutileza y genialidad en el estudio de la Cábala.

• A Albert Gozan, por su espiritualidad, magnificencia y generosidad.

• Y, por último, y quizás el que más influencia ha tenido en mí, a mi admirado mentor y maestro, Mario Saban. Quiero darle las gracias por su generosidad, por querer compartir su tiempo haciendo el prólogo y porque sin él, este libro no hubiese sido posible. Gran parte del conocimiento de esta obra está basado en sus teorías y su sistema de entendimiento de la Cábala. Infinitas gracias, Mario.

Y, sobre todo, dedico esta obra al Jorge del pasado, aquel niño con ilusiones que miraba al cielo por la noche con la esperanza y el deseo de un día desvelar los secretos del universo. Y, por supuesto, gracias a ti que lees estas líneas. Que la luz, el amor, la abundancia y la paz de Dios estén contigo.

REALIZA TU TEST DE PERSONALIDAD DE CABALAGRAMA GRATIS!

Descubre tu Sefirotipo y aprende el Sentido de tu alma!

Además obtén lecciones y videos completamente GRATIS en nuestra COMUNIDAD VIP de CABALAGRAMA.

Secretos, Tips y Hacks para acelerar tu camino a manifestar aquello que quieres!

ESCANEA LA FOTO O PULSA AQUÍ PARA ACCEDER!

PUNTÚAME EN AMAZON



Si te ha gustado, por favor, no olvides puntuarme con 5 estrellas en Amazon, para favorecer la difusión del libro! Muchas gracias!

Puedes puntuarme aquí: Puntúame Mi Libro

ÚNETE A LA COMUNIDAD!

Gracias por descargar este Libro. Como agradecimiento quiero Invitarte a la **Comunidad VIP de CABALAGRAMA**!

ACCEDE AQUÍ PARA UNIRTE!

HTTPS://WHATSAPP.COM/CHANNEL/0029VAJCQXDLDQEBXCTEUC0C

Además obtén lecciones y videos completamente GRATIS.
Secretos, Tips y Hacks para acelerar tu camino a manifestar aquello que quieres!

ESCANEA LA FOTO Y ÚNETE AHORA!

ADVERTENCIA

Este no es solo un libro de Cábala, ni de psicología, mística o ciencia. Ni siquiera puede considerarse un libro de desarrollo personal: es todo eso a la vez. Estas son mis investigaciones personales e interpretaciones y no representan ninguna religión o credo de manera dogmática, ni hablo en nombre de ellos. Me considero un investigador de la consciencia y no me identifico con ningún sistema de pensamiento cerrado.

Mi consejo es que, al leer este libro, lo hagas con la mente abierta e integres toda aquella información que te pueda servir sin ningún prejuicio religioso, cultural o étnico. Al fin y al cabo, la verdad es una, venga de donde venga, no tiene raza, color ni bandera.

Se dice en la Cábala que todos somos vasijas (Keilim) que retienen luz (Or). Para los cabalistas, el arte de la vida consiste en saber recibir la luz que ya estaba allí antes, pero no la veíamos. Cuando aprendes un nuevo conocimiento y lo aplicas e integras en tu vida, tu vasija (tu mente) se hace más grande y puede recibir más luz (conocimiento), permitiéndote ver aquello que antes parecía invisible. Este es el propósito real de esta obra.

Este es un libro práctico, de consulta, y como tal puedes usarlo para autoanalizarte, para hacerlo con otras personas o para consulta personal. Espero que puedas ayudar al mayor numero de personas con él. A lo largo del libro, hablaremos acerca de los 72 nombres de Dios, las meditaciones hebreas y los ángeles. Mi recomendación es que, si deseas ponerlo en práctica, lo hagas con el máximo respeto, ya que, en mi opinión, se trata de energías muy poderosas que no deben ser usadas a la ligera sin consciencia.

Mi sugerencia es no realizar ninguna práctica en un estado emocional bajo, con deseos demasiado egoístas o sintiéndote mal físicamente. Las experiencias extrasensoriales, los nombres de Dios y las meditaciones son amplificadores de tus sensaciones y emociones, que pueden intensificar lo que ya sientes. Si crees que no estás preparado, no estás en tu mejor día o no es tu momento, no lo hagas. La verdadera espiritualidad debe hacerse con respeto y amor hacia uno mismo y hacia lo que esta sabiduría representa. Si lo haces así, estoy seguro de que disfrutarás de experiencias muy gratificantes.

DICHO ESTO, prepárate porque el viaje está a punto de empezar!

Que este libro de colme de luz y bendiciones,

Que tu vasija se expanda,

Y que juntos nos acerquemos al Mundo del Mañana (Olam Ha Ba)

BIENVENIDO A LA AVENTURA DE CABALAGRAMA

¡Bienvenido a tu Nueva Aventura!

Estás a punto de empezar un viaje extraordinario, una travesía por un mundo para muchos desconocido, apasionante y misterioso. ¡Se trata del mundo de la Cábala y de la mente humana!

Hace más de 1o años, mi vida cambió por completo gracias a aprender a descifrar el Árbol de la vida y aplicarlo en mi día a día. Y hoy puedo decirte algo con completa seguridad: si sigues paso a paso las prácticas y dinámicas que te voy a presentar a continuación, tu vida va a tener una transformación que aún no puedes llegar a imaginar. La cábala ha inspirado y transformado la vida de científicos como Isaac Newton, el premio Novel Henri Bergson, el filósofo Leibniz, incluso celebridades como Bob Dylan, Madonna y artistas de la talla de Salvador Dalí o Marcel Duchamp y Borges, entre otros muchos… ¡Incluso el presidente de Argentina, Javier Milei! Y es que esta sabiduría de más de 4000 años tiene las llaves para entender cómo y por qué funcionamos como lo hacemos.

¡Y tú hoy vas a desbloquear los mismos secretos que ellos conocieron! ¡Así que prepárate para la emocionante aventura que estás a punto de vivir y experimentar!

Antes de empezar, como en todo viaje, es fundamental saber el destino al que queremos llegar, las normas del recorrido y tener una hoja de ruta paso a paso. Por eso quiero explicarte brevemente qué es Cabalagrama y cómo te puede ayudar en tu día a día.



¿QUÉ ES CABALAGRAMA?

¿Conoces el Eneagrama de la personalidad? Cabalagrama es un sistema de autoconocimiento y desarrollo personal similar que te permite conocerte, potenciarte y mejorar. Esta herramienta unifica diversas doctrinas espirituales, psicológicas, filosóficas y científicas mediante la sabiduría de la Cábala y del árbol de la vida. Cabalagrama integra disciplinas tan variadas como el Eneagrama, la psicología, la neurociencia, el Tarot, el I Ching y la simbología de diferentes culturas, además de numerología, ciencia y física. Es un sistema que reúne todas las teorías de crecimiento personal en un programa sencillo, comprensible y aplicable paso a paso. ¡¿Increíble, verdad?

A estas alturas, seguramente te estés preguntando de qué se trata este método. Para responderte, me gustaría plantearte algunas preguntas:

• ¿Alguna vez te has cuestionado por qué actuamos de la manera en que lo hacemos? ¿Por qué, en ocasiones, a pesar de tener todo a nuestro favor, a veces fallamos y dejamos pasar oportunidades? ¿Por qué nos sabotean pensamientos limitantes que no podemos controlar? ¿Por qué, incluso siendo conscientes de lo que queremos, muchas veces no somos capaces de actuar y cambiar?

• ¿Has visto personas que consiguen vivir vidas extraordinarias, felices y abundantes, mientras que otras, con las mismas capacidades, se sienten atrapadas en bucles de escasez, limitación y ruina?

• ¿Por qué hay personas que sufren teniéndolo todo (dinero, familia, salud), mientras que otras son felices sin necesitar nada?

• ¿Has sentido alguna vez dificultad para salir de los bloqueos, patrones o creencias limitantes y has creído que el cambio es imposible?

• ¿Por qué es tan difícil conseguir lo que quieres, mientras que atraer lo que no deseas parece tan fácil? Y, sobre todo, la pregunta más importante:

• ¿Es posible vivir una vida mejor?

La respuesta a todo ello se encuentra mucho más cerca de lo que imaginas: en tu mente. Dicen los cabalistas que el universo es mental. Tu realidad presente es el resultado de: quién has sido, desde donde has estado pensando y qué has hecho. Todo pensamiento es una semilla y la realidad es el fruto de esta. Según la cábala, eres el creador de todo lo que te ocurre, al menos de todo lo que depende de uno mismo. No podemos influir (que se sepa) en sucesos fuera de nuestro ámbito de control: es decir, lo que hagan los demás, sucesos trágicos, accidentes… Y es que, lamentablemente, en la vida no siempre atraemos lo que queremos. Hay personas que tratan de hacerlo lo mejor posible: contribuyen, ayudan, aman al prójimo, se preocupan de hacer el bien, y, aun así, les ocurren cosas terribles: enfermedades, calamidades, muertes… El mundo no siempre es como nos gustaría.

La virtud del sabio es saber que hay cosas que no dependen de nosotros y que no podemos cambiar. Pero existe algo que sí depende de nosotros y que podemos modificar en cualquier momento: lo que pensamos, lo que sentimos y lo que hacemos. Ese es el ámbito de actuación de Cabalagrama. Dicen los cabalistas que tu vida es el resultado de estas tres acciones. Y curiosamente, cuando piensas, sientes y haces de manera diferente, empiezas a obtener distintos resultados. Y ocurre algo interesante: si empiezas a focalizarte en algo, sea positivo o negativo, aumentan mucho tus posibilidades de conseguirlo.

Tal como Mark H. McCormack nos cuenta en su libro *What They Don't Teach You at Harvard Business School*, en varios experimentos sobre el establecimiento de metas, los resultados son siempre parecidos: establecer una meta clara a futuro aumenta muchísimo tu probabilidad de conseguirla en el tiempo. Muchas personas piden a Dios o realizan visualizaciones expresando sus deseos al Universo, pero al Universo no le importa lo que quieres, ni siquiera quién eres. Al Universo le importa lo que haces. Por eso, la sabiduría cabalista y Cabalagrama es una filosofía de acción y no contemplativa (hablaremos de ello más adelante).

El éxito no es una ciencia exacta, pero podemos hablar de probabilidades. Tu potencial de éxito es equivalente a tu capacidad de transitar y fluir en cada uno de estos mundos o densidades (pensar, hacer, sentir) y de alinearte con los principios elementales del universo y el conocimiento profundo de uno mismo. Cabalagrama te ofrece el mapa exacto de quién eres para llevar a cabo estos principios con éxito.

El Secreto Judío de la Abundancia

¿Te has dado cuenta de cómo el pueblo hebreo ha acumulado grandes cantidades de dinero y éxito a lo largo de su historia? Personajes famosos como Madonna, David Beckham, Britney Spears, David Bowie y Ashton Kutcher se han dado cuenta de esto y han estudiado Cábala. Y no solo ellos, grandes mentes como Einstein también exploraron sus enseñanzas. Este sistema de autoconocimiento proporciona una comprensión extremadamente profunda de la realidad y de quiénes somos. Muchas personas se preguntan por qué su vida no va tan bien como les gustaría. Te voy a poner un ejemplo: ¿Te imaginas ser un coche de carreras que, por desconocimiento de su naturaleza, se cree que es un caballo salvaje y se pone a correr por un prado? Obviamente, el coche no está adaptado para correr en un lugar con tantos obstáculos, baches y desniveles, y

probablemente acabará bloqueado, roto o sin gasolina. Lamentablemente, esta es la historia de muchas personas que no tienen el lujo de conocerse a sí mismas: muchos acaban bloqueados, rotos (interiormente) o sin energía vital, ya que no están yendo a favor de su naturaleza interna. Y aún incluso yendo por el camino correcto (una carretera), hace falta un mapa que indique el lugar hacia donde quieres ir. El desconocimiento de nuestro verdadero ser puede hacer que, como el coche de carreras, vayamos por un camino que no es el nuestro y corramos el riesgo de quedarnos sin batería, atascados o bloqueados. En cambio, conocer quién eres, saber por qué estás aquí y plantear una hoja correcta de ruta te hace ir por el camino adecuado sin tantos obstáculos y mucho más rápido. ¡No hay mayor placer ni nada más efectivo que conocerse a uno mismo! ¿Te imaginas encontrar un sistema con el que puedas descubrir tu verdadera naturaleza, comprenderte, sanar, potenciar tus habilidades y permitirte llegar al destino que deseas? Todo esto es lo que vas a aprender en este libro:

• ¿Te gustaría descubrir tu tipo de personalidad, tus rasgos de personalidad fuertes y débiles para trabajar en ellos y así poder comprenderte mejor, ser tu mejor versión y entender a los demás?

• ¿Eres consciente de que tu manera de gestionar los conflictos o tus estados emocionales te pueden predisponer a sufrir ansiedad o depresión, las enfermedades más frecuentes del siglo XXI, según la ONS?

• ¿Te gustaría saber a qué se referían los antiguos cuando hablaban de los 72 nombres de Dios, del mundo angelical, cómo acceder a él y cómo eso te puede ayudar en tu día a día?

• ¿Se puede aprender la Ley de Atracción y manifestar abundancia desde la Cábala?

• ¿Cuál es la capacidad divina dormida dentro de nuestra mente que nos permite manifestar la vida que deseamos como por arte de magia?

En este libro, vas a:

• Descubrir cuál es tu tipo de personalidad básica o Sefirotipo: conocerás tus puntos fuertes y débiles, lo cual te permitirá comprenderte mejor a ti mismo y a los demás.

• Aprender tus rasgos de la personalidad a mejorar y tus virtudes: con una comprensión clara de tu sefirotipo, podrás enfocarte en el crecimiento personal de manera efectiva.

• Meditar tu nombre de Dios de los 72 nombres y el nombre angelical asociado a tu Sefirotipo: esto añade una dimensión espiritual a tu autoconocimiento.

• Dominar de 0 a 100 la Terapia del Árbol de la Vida de Cabalagrama: esta terapia te guiará en tu viaje de crecimiento personal desde el inicio hasta un nivel avanzado.

• Desbloquear la Escalera de Vibración de Consciencia de Cabalagrama: aprenderás a identificar y mejorar tu estado de vibración para alcanzar nuevos niveles de consciencia.

Este no es un libro de Cábala, crecimiento personal o motivación. Este es un libro que habla sobre ti, sobre tus problemas, sobre lo que más te importa y, sobre todo, sobre cómo puedes vivir mejor. Te vamos a proporcionar las herramientas para saber exactamente dónde te encuentras ahora en tu desarrollo personal y desde allí, potenciarte, equilibrarte y elevar tu consciencia hacia nuevos destinos.

Cabalagrama descubre que no solo "somos" los estados o emociones que transitamos cada día. Que no somos robots automáticos. Que podemos cambiar y elegir cuándo y cómo sentirnos, y que una vida más feliz, plena y abundante es posible.

Sin temor a exagerar, esta tal vez sea la herramienta más extensa, completa y unificada de autoconocimiento y desarrollo personal que existe. A través de la enorme sabiduría de la Cábala y el Árbol de la Vida, descubrirás cómo funciona nuestra alma, identificando influencias y

desequilibrios para proporcionar una guía práctica para solucionarlos.

Estás a punto de descubrir los secretos de tu mente: tu sefirotipo de personalidad, los secretos ancestrales de la Ley de Atracción desde la Cábala, cómo meditar con los nombres de Dios y mucho más. Este viaje no es solo sobre conocimiento, sino sobre la aplicación práctica que llevará tu vida a nuevas alturas. Bienvenido a Cabalagrama. Una aventura que te permitirá explorar, comprender y mejorar un territorio aún desconocido e inexplorado: tu mente y alma, guiándote hacia una existencia más plena y consciente.

PUEDES USAR este libro de diversas maneras:

1. Descubrir tu sefirotipo principal desde donde vibras y sintonizas
2. Descubrir tu klipa principal a mejorar
3. Hacer un análisis general de tu árbol de la vida en todas las sefiras
4. Usar este método para ayudar a otras personas.
5. Elevar tu estado emocional en la Escalera de Vibración Sefirótica

LA PREGUNTA QUE ME DESTROZÓ LA VIDA.

"La pregunta adecuada es más importante que la respuesta correcta". - Baal Shem Tov

Dicen que todos tenemos una chispa en la vida donde parece que rozamos la plenitud. Es como una sensación de que todo está en el lugar perfecto, en el momento adecuado. Un instante de paz y de luz, donde da la sensación que hasta los pájaros, el brillo del sol y tus emociones vibran en la misma coherencia y armonía. Un momento en el que parece que todo tiene sentido y crees saber la respuesta a todo, donde da la sensación que haces una tregua con los problemas de la vida, se pausan los conflictos y todo fluye con sencillez y normalidad. Un período de gracia donde desearías pausar el tiempo y retener ese instante para siempre. Dicen que toda persona ha vivido un momento así en su vida. En mi caso fue a mis 17 años. Era una época perfecta; era joven, entusiasta, lleno de ilusiones y con toda una vida por delante, llena de oportunidades.

La intensidad con la que se viven estos momentos de gracia es impresionante; lo malo es lo frágiles y efímeros que son. La mente humana tiene una curiosa costumbre, le encanta generalizar y tiende a creer que todo lo que vive en el presente se va a mantener de manera indefinida en el futuro, pero todo, lo bueno y lo malo, transcurre, pasa, se transforma y está en movimiento.

Todos sabemos que detrás de una crisis o problema suele venir un aprendizaje, pero muy pocas veces pensamos en que existe el efecto inverso. Detrás de cada momento de expansión suele venir un período de retroceso. El universo es cíclico.

Parecido a lo que dijo Denzel Washington a Will Smith en la ceremonia de los Óscar de 2022: *"El Diablo te ataca en tu mejor momento"*, algo semejante ocurrió en mi vida.

Mario Sabán dijo: *"El peor mal es el que viene del bien, porque es el que no te esperas"*. Y yo añadiría que el peor mal es el que llega cuando más relajado estás y aparece cuando menos lo piensas…

En la Cábala, el diablo tiene una función, que es ponernos problemas con el fin de que los solucionemos. Son las dificultades de la vida cuyo fin es hacernos crecer y prosperar.

Los problemas pueden venir de muchas maneras, una pérdida de un ser querido, una enfermedad, una ruina económica, una ruptura sentimental… Y a veces de formas muy sutiles.

En mi caso, fue por una simple y sencilla pregunta.

Dicen que en la vida lo más importante es saber cómo hacerse buenas preguntas. El gran Sócrates, por ejemplo, declarado el hombre más sabio de Atenas, solo hacía algo muy concreto y nada complejo en su famoso método socrático: hacer buenas preguntas. La pregunta cuestiona, invita a la búsqueda, nos ilusiona con la resolución y es un llamado a la acción. Tony Robbins, uno de los más reconocidos coaches de crecimiento personal, tiene una frase muy famosa al

respecto “l*a calidad de tu vida es directamente proporcional a la calidad de tus preguntas*”. Después de tratar a miles de personas, se dio cuenta de que los resultados que tenemos en nuestro día a día son un reflejo de las preguntas que nos hacemos. ¿Cuántas veces has sabido que tenías que hacer algo, pero has procrastinado y no lo has hecho? En la Cábala a eso se llama un conocimiento no integrado. No se trata de saber, sino de hacer, y la pregunta invita mucho más a la acción que la respuesta.

Según Tony, todos tenemos una pregunta primaria que guía nuestra vida. Se convierte en nuestra mira y nuestro filtro en nuestra vida sobre lo que seleccionamos u omitimos. El problema es que esta pregunta a menudo presupone condiciones previas. Por ejemplo, preguntarse *¿Qué puedo hacer para que me respeten?* Implica que tienes que hacer algo para conseguir respeto, es decir, que tú no eres alguien que se deba respetar. Otros ejemplos negativos: *¿Cómo gano más dinero? ¿Por qué no puedo tener una pareja que me tenga como primera opción? ¿Qué hay de malo en mí?* Estos son algunos ejemplos de preguntas que presuponen condiciones negativas.

Una correcta pregunta primaria debe presuponer cosas positivas:

Por ejemplo: *Cómo puedo disfrutar aún más de mi tiempo libre con mi familia. Cómo puedo compartir y expandir aún más el amor que tengo con mi pareja. Cómo puedo multiplicar aún más el dinero que tengo.*

HABÍA otro gran filósofo y pensador que compartía la misma idea: Pitágoras. Se decía que, para ingresar a su escuela, los aspirantes debían seguir un riguroso método de tres pasos:

1 Evaluación inicial: Los candidatos eran evaluados por los miembros de la comunidad pitagórica, quienes analizaban su ética, moral y vida cotidiana. Se buscaba que quienes deseaban entrar fueran coherentes entre lo que hacían, pensaban y decían.

2 Examen de los oídos: Superada la primera evaluación, los aspirantes pasaban a un período de prueba llamado "examen de los oídos". Durante varios años, no se les permitía hablar ni hacer preguntas; solo podían escuchar y aprender en silencio, demostrando así su paciencia, disciplina y dedicación.

3 Pregunta final: Tras el período de prueba, los aspirantes debían formular una pregunta a Pitágoras. Esta pregunta debía reflejar un interés genuino en la filosofía y el conocimiento. Si la pregunta no era lo suficientemente profunda, el aspirante era expulsado de la escuela y la comunidad.

El cuestionamiento marca el inicio de un viaje, nos invita a reflexionar, mientras que la respuesta nos invita a descansar. La pregunta despierta y genera deseo. Y el deseo, como veremos, es el eje de la existencia.

Años más tarde, descubrí a unos filósofos místicos llamados cabalistas, conocidos como *Talmidei Hahamim*, "aprendices de sabios". De ellos aprendí todo lo que compartiré contigo en este libro. Aquí obtuve mi primera lección: un sabio nunca puede llamarse a sí mismo como tal. El sabio vive en la permanente pregunta y sostiene el deseo de responderla para potenciar su aprendizaje continuo. Si te acomodas en una respuesta, dejas de crecer. El día que te consideras a tí mismo sabio, debes empezar de cero.

Mi vida dio un giro de 360 grados cuando comencé el primer curso de bachillerato. Recuerdo mi primera clase de Filosofía. Intrigado y escéptico, no sabía qué esperar. Un hombre serio con barba, nuestro profesor, nos miró fijamente durante unos minutos antes de formular una pregunta

aparentemente inocente que lo cambió todo:

—¿Alguien sabe decir qué diferencia hay entre un ser humano y un animal? —preguntó.

Yo rápidamente, levanté la mano y respondí, seguro de mí mismo:

—Ninguna, el ser humano es un animal más.

Creía haber dicho algo inteligente y disruptivo, pero estaba equivocado. Lo que siguió fue lo más semejante a una "*paliza intelectual*". El profesor comenzó una brillante disertación sobre las diferencias entre animales y humanos: la espiritualidad, el arte, el enamoramiento y el romanticismo. Explicó cómo ciertas actitudes humanas no podían entenderse desde una perspectiva biológica simple y cómo no podíamos considerarnos simplemente animales.

—¿Alguna vez has visto a un animal escribir una poesía? ¿O construir un cohete y llegar a la luna? ¿O construir el Taj Mahal por amor? —¿Alguna vez has visto a un animal meditar y dejar de comer para alcanzar la iluminación?

Sus palabras me hicieron sentir ridículo, pequeño y vacío. Todos mis paradigmas mentales se derrumbaron. Me di cuenta de que tenía que empezar de cero. Ese día, nació en mí el deseo de estudiar Filosofía y responder las preguntas más importantes del ser humano:

• ¿Quién soy?

• ¿Qué hago aquí?

• ¿Cuál es el sentido de mi vida?

Mi aventura en el mundo del conocimiento comenzó ese día. Como diría un cabalista, ese día mi vasija se rompió. Una simple pregunta tiene el poder de poner tu mundo patas arriba y cambiar tu vida por completo.

Busqué respuestas en todas partes: libros, religiones, espiritualidad, ocio, hedonismo, ... Intentaba llenar en vano esa sensación de vacío existencial. Caí en una vida de búsqueda, de placer sin sentido, eso se convirtió en un hábito y eso terminó siendo mi identidad. Los seres humanos vivimos controlados por patrones mentales o creencias que repetimos de manera automática. ¿Alguna vez has estado conduciendo y te has dado cuenta de que llegaste al destino sin apenas pensar en el proceso? Comer, dormir, lavarse los dientes… La mayor parte de nuestro día reproducimos patrones ya automatizados. Sin embargo, para crecer y progresar, necesitamos tener la capacidad de interrumpir estas conductas automáticas y producir nuevos patrones.

LOS FUNDADORES DE LA PNL, Grinder y Bandler, afirman que la clave para una vida plena es desarrollar la habilidad de la creación de patrones nuevos patrones mentales.

Según estos pensadores existen 3 maneras de poder crear un nuevo patrón mental:

1. El modelado de la excelencia. Consiste en observar y replicar los comportamientos, estrategias y creencias de personas que son exitosas en un área específica. Para seguir este paso, primero identifica a una persona que destaque en el área donde deseas mejorar. Observa y analiza sus patrones de pensamiento, lenguaje corporal y estrategias. Luego, adopta y adapta esos comportamientos y estrategias en tu vida diaria. Por ejemplo, si quieres mejorar tus habilidades de negociación, puedes modelar a un negociador exitoso observando cómo se comunica, cómo estructura sus argumentos y cómo maneja las objeciones.

2. El reencuadre, implica cambiar la forma en que percibes una situación para cambiar su significado y, por lo tanto, su impacto emocional. Para aplicar este paso, primero identifica una situación problemática o limitante. Pregúntate: "¿Qué otra forma hay de ver esta situación?" O "¿Cuál es el beneficio oculto en esta experiencia?" Adopta la nueva perspectiva y observa cómo

cambia tu respuesta emocional y comportamental. Por ejemplo, si te sientes nervioso antes de hablar en público, puedes reencuadrar esa sensación como una señal de que tu cuerpo se está preparando para rendir al máximo, en lugar de verlo como miedo.

3. El anclaje es un proceso mediante el cual se asocia un estado emocional específico con un estímulo sensorial concreto, de modo que el estímulo puede activar el estado deseado en el futuro. Para realizar este paso, elige el estado emocional que deseas anclar, como la confianza. Recuerda una ocasión en la que te sentiste muy confiado y revive esa experiencia con todos los detalles sensoriales posibles. Mientras estás en el pico emocional de la experiencia, asocia un estímulo específico, como apretar el pulgar y el dedo medio juntos. Repite el proceso varias veces para reforzar el anclaje. Por ejemplo, si quieres sentir confianza antes de una presentación, puedes usar el anclaje para asociar ese estado de confianza con un gesto como apretar tus dedos. Luego, cuando necesites sentir confianza, puedes hacer el gesto para activar ese estado emocional.

UNA VEZ ROMPEMOS estos circuitos neuronales, podemos crear nuevos que nos dirijan a un destino diferente. Pero a veces, romper con nuestros hábitos o creencias nos hace sentir que perdemos nuestra identidad.

Para la Cábala, romperse y quebrarse no es malo, sino positivo. Los problemas nos hacen crecer y aprender. El vacío es necesario para llenarse y crecer. Si te crees lleno de conocimiento y respuestas, no podrás aprender nada nuevo. Aquí te comparto algunas formas sanas de vaciarte según la Cábala:

1 Enseñar: Al compartir tu conocimiento, te vacías para recibir nuevas ideas.

2 Equilibrio de energías: El mal es el bien en posición incorrecta. Todo puede ser bueno o malo dependiendo del uso que le demos.

3 Aceptación del desequilibrio: La esencia del ser humano es el desequilibrio. Aunque busquemos el equilibrio, nunca lo alcanzaremos completamente.

4 Ver el fracaso como positivo: Aprendemos más de las experiencias negativas que de las positivas.

5 Reconocer nuestra imperfección: La perfección es inalcanzable por naturaleza.

6 Practicar la humildad: Saber que no lo sabemos, todo nos hace más humildes.

7 Ser flexible: Adaptarse y oscilar entre diferentes estados es crucial para el crecimiento personal.

Steve Jobs, en uno de sus últimos discursos, lo dijo bien claro: "*Stay hungry, stay foolish"*. Mantente hambriento, mantente insatisfecho. Él era el vivo ejemplo de una persona que se mantenía siempre cuestionándose y deseando más. Sostenía la pregunta, no estaba interesado en las respuestas. Sus empleados decían que "*era imposible satisfacer a Steve*". Esto no solo ocurría con el CEO de Apple; una persona que trabajó para Jeff Bezos y Bill Gates dijo lo mismo: "*esta gente nunca está satisfecha, por muy alto que lleguen, siempre desean más"*.

Puede que esto sea visto por muchas personas como avaricia, deseo desenfrenado o simplemente gula por querer más. Pero creo que es algo más profundo. Como dijo Napoleon Hill en su libro "*Piense y hágase rico*", el *deseo ardiente* es una condición necesaria para conseguir lo que quieres en la vida. Él también coincidía con los cabalistas: tienes que quererlo con fuerza, con ilusión. Tus resultados son proporcionales a la intensidad con que lo deseas.

Lamentablemente, hoy vivimos en una sociedad donde reina la depresión, la apatía, la

desgana y el aburrimiento. Una gran mayoría de personas huye de la frustración, de la incomodidad, del dolor, pero no entienden que tras esta frustración está el crecimiento y tras el crecimiento el éxito. **Es imposible ser exitoso en algo si no estás dispuesto a fracasar y a soportar la frustración.**

El deseo de mejorar, de ser más, de prosperar queda relegado a unos pocos. Con tantas distracciones, estímulos y dopamina barata, creemos ser felices, pero vivimos en la sociedad con el mayor índice de suicidios y depresiones de la historia.

Y todo ello tiene una causa: Tanto placer y estímulos fáciles han provocado una desconexión de lo que realmente importa, lo que uno es. Hemos creído que hallaríamos la felicidad en los placeres del día a día, pero la verdadera felicidad se obtiene de caminar hacia un propósito vital y explotar el potencial que se haya dormido dentro de todos nosotros.

Hoy en día se ha popularizado una visión de la espiritualidad proveniente las religiones orientales, donde se quiere eliminar el deseo, el ego, las ilusiones, el deseo de prosperar. Donde se ve el mundo material, el dinero y la ambición como algo negativo. Llevando a las personas a un punto parecido a la apatía, reduciéndolos a la pura aceptación de su presente sin desear el cambio y eliminando toda visión de un futuro prometedor.

Pero hay una cura para todo ello.

Desde que un día mirando el cielo estrellado me prometí, con cierta rabia y frustración, que un día llegaría a entender la realidad como mi profesor y que conseguiría responder estas preguntas. Desde ese día me comprometí sin saberlo a ser un *Talmid Hahamim*, un aprendiz de sabio. Me di cuenta, como decía Sócrates, de que "*solo sé que no sé nada*". Y allí fue cuando descubrí la sabiduría de la Cábala y conecté con el poder del Cabalagrama.

Así que espero que no me odies, pero te deseo, como punto de partida, muchas roturas de vasija, mucha insatisfacción, muchas frustraciones, preguntas, mucho deseo y mucha hambre, para poder luego ser llenado por toda la luz, la magia y la abundancia del universo. Comienza el viaje.

Me gustaría que ahora te hagas estas preguntas:

• ¿Cuál es tu pregunta vital?

Si aún no sabes cuál es tu pregunta vital, puedes encontrarla siguiendo estos 5 pasos:

a)- Te haces la misma pregunta de manera inconsciente en diferentes contextos

b)- Crees que si la resuelves habrás cumplido tu propósito en vida

c)-crees que si no la resuelves, fracasarás en la vida

d)-Asocias una fuerte intensidad emocional a ella

e)-Está ligada a tu identidad

• ¿Qué nueva pregunta crees que podría llevarte a nuevos resultados?

• ¿Cuál es tu deseo?

• ¿A qué te comprometes para conseguirlo?

QUE ES LA CABALA

"La Cábala es una herramienta espiritual que me ha ayudado a entenderme a mí misma y mi propósito en la vida." - Madonna

Para empezar este viaje, me gustaría explicarte lo que descubrí acerca de la Cábala y cómo sus principios me ayudaron a transformar mi vida. Esta sabiduría no solo nos ofrece una teoría integral, sino que también nos ayuda a resolver nuestros problemas cotidianos.

La primera vez que escuché acerca de este conocimiento fue gracias a mi querido mentor André Malby. André era un personaje único: polémico, sabio y disruptivo, pero sobre todo, tenía una sutileza y claridad mental excepcionales. En mi época de buscador, iba de disciplina en disciplina, de gurú en gurú, con la esperanza de encontrar algo que realmente me sirviera. Mi mente era un completo caos. A pesar de seguir principios espirituales y meditar, leía conceptos dispares e intentaba aplicarlos en mi vida diaria sin éxito. Observaba incoherencia en muchos de los llamados "maestros" a los que acudía. Había una clara diferencia entre lo que predicaban y lo que practicaban, lo que me hacía percibir una cierta falsedad. No lograba encontrar a nadie que aplicara correctamente la espiritualidad. Los pocos que parecían hacerlo no obtenían los resultados prometidos: no estaban en buena condición física, tenían problemas familiares, no tenían pareja o carecían de dinero. Si la magia existía, ¿por qué ninguno de ellos tenía una vida realmente buena?

Probé de todo: yoga, taichí, las runas... pero nada funcionaba y mi vida era un auténtico desastre. Siempre esperaba que el próximo curso, la próxima formación o el próximo ritual fueran la llave para desbloquear el potencial y la vida que deseaba. Fue entonces cuando conocí a André, y él sí que era un verdadero mago.

Este personaje, grandullón, a veces malhablado e insolente, respiraba una lucidez e inteligencia que me maravillaban. Sobre todo, era una persona coherente, real, con los pies en la tierra. Algo que no veía en ninguno de los otros maestros o gurús que conocí. Decidí aprender de él y profundizar en todas sus enseñanzas.

Siempre que he percibido genialidad en un mentor, he seguido intuitivamente estos dos principios:

1 Si lo admiras, debes conocer todo sobre él. En lugar de dispersarte entre diferentes maestros y doctrinas que se pueden contradecir, concéntrate en uno. Lee todos sus libros, mira todos sus videos, aprende todo lo que puedas sobre él.

2 El éxito deja pistas. Si alguien a quien admiras ha estudiado de otro maestro, seguramente deberías hacer lo mismo. Sócrates fue mentor de Platón, Platón fue mentor de Aristóteles; si quieres conocer a alguien y pensar como él, aprende de sus mentores.

André hablaba a menudo de la Cábala, describiéndola como una sabiduría poderosa capaz de transformar la vida de las personas. Decidí entonces emprender el camino para entender de qué se trataba, sin saber lo complejo que sería conocerlo.

Definir que es la Cábala, es uno de los desafíos más grandes. Durante un tiempo, se llamó *Jojmá Nistará*, que significa "conocimiento oculto". Abordar toda su esencia requeriría varios libros, pero podemos decir que nace como la interpretación secreta de las sagradas escrituras bíblicas. Aunque su origen es religioso, podemos considerarla una filosofía vital. Una de sus herramientas es el Árbol de la Vida, o *Etz HaJayim*, un esquema de cómo funciona el ser humano y cómo se distribuyen las energías del universo. Según los cabalistas, la realidad se estructura en 10 sefirot, niveles de entendimiento usados para segmentar y comprender el mundo.

Exploraremos cada aspecto concreto de esta filosofía, pero quiero destacar que en un mundo como el actual, la sabiduría de la Cábala puede ayudarnos a vivir en plenitud. A pesar de los avances en calidad de vida, longevidad y abundancia, seguimos viviendo en un mundo desigual y desequilibrado. Persisten las guerras, el hambre, la indiferencia hacia el prójimo, el egoísmo radical, el materialismo extremo y una espiritualidad desequilibrada. En este contexto de sobre información, noticias falsas y constantes interrupciones, la Cábala nos ofrece una guía para encontrar equilibrio y sentido.

Hoy, aunque vivimos en el mejor momento de la historia, con menos muertes y más riqueza, también es el más desequilibrado. Hay más casos de depresión y consumo de drogas, tanto recreativas como prescritas, que nunca antes. El 70% de los nuevos matrimonios terminan en divorcio. La principal causa de muerte en los países desarrollados entre jóvenes menores de 30 años es el suicidio. Todo esto se debe a algo muy concreto: una desconexión y falta de entendimiento sobre quiénes somos, qué hacemos aquí y hacia dónde vamos. En definitiva, a la falta de un sentido vital. Y aquí es donde la Cábala y Cabalagrama pueden actuar y solucionar.

Por ejemplo, muchas personas en la sociedad occidental buscan un propósito de vida en su físico. Deifican su cuerpo, se someten a operaciones estéticas, se tatúan y se ponen piercings con el ilusorio ideal de alcanzar la perfección y la satisfacción completa a través de su apariencia física. Otros buscan este sentido en el materialismo, comprando el último móvil, ropa, objetos. Otros en la comida o las drogas. El problema surge cuando se cree que se puede alcanzar la plenitud del alma a través de lo material. Nunca he visto a alguien equilibrado en estas condiciones. El cuerpo cambia, el deseo se esfuma, la materia se degrada, la perfección no existe y vivir preocupado por la aprobación de los demás no es una buena estrategia para la felicidad, además de ser matemáticamente imposible gustarle a todo el mundo.

Muchas personas actualmente experimentan crisis existenciales, depresiones, ansiedad y recurren a drogas, antidepresivos o alcohol para mitigar esta sensación de vacío interior. Según la Cábala, buscar lo divino en lo temporal y físico es un camino seguro hacia la infelicidad. La belleza, el placer y los instintos no duran para siempre, lo que conduce a la frustración. La única manera de evitar esta infelicidad es trascender y elevar la consciencia al mundo espiritual.

Vivir como ser humano implica ser consciente de nuestras limitaciones estructurales, físicas y materiales e imperfecciones y pese a ello, no renunciar a tener una vida increíble.

DURANTE LA PANDEMIA, muchas personas sufrieron depresión y ansiedad al estar solas en casa. No saber estar en soledad es un síntoma claro de un ahogo vital. Y es la falta de

autoconocimiento lo que nos lleva a esta situación.

El ser humano es, por naturaleza, incompleto e imperfecto en el mundo material. Buscar la perfección en el físico, en el placer fácil o en los objetos materiales siempre conlleva sufrimiento y frustración. Solo alguien conectado con un propósito superior y en contacto con el mundo espiritual puede sentirse pleno. Sin embargo, paradójicamente, tampoco podemos vivir una vida tan austera que tengamos que prescindir de la materia, sin el placer y sin disfrutar de nuestro cuerpo físico. La solución ante esta aparente contradicción es muy sencilla. Ninguna de las dos perspectivas vitales y las dos son ciertas. La verdad está en la integración de las dos tesis.

Este es un ejemplo de la lógica oscilatoria de la Cábala. En la cábala no existe una lógica binaria: verdad/mentira. Si no que se oscila entre extremos.

Nuestra mente occidental está muy influenciada por la filosofía griega. Platón se preguntaba si existía un mundo de las ideas y un mundo de la materia en aparente dualismo. Esto lleva a la falsa creencia de que todo lo "espiritual" es bueno y todo lo "material" es malo, o viceversa. Pero los cabalistas proponen algo diferente: que no hay extremos. No es mejor el espíritu ni es mejor la materia; todo se trata de una oscilación.

Vivir como ser humano implica ser consciente de nuestras limitaciones estructurales e imperfecciones y, pese a ello, no renunciar a tener una vida increíble. No podemos hacerlo todo, abarcar todo ni ser perfectos. Nunca estaremos suficientemente satisfechos. El deseo forma parte de nuestra esencia. Queremos todo, pero no podemos hacer todo a la vez. Esta limitación estructural nos recuerda la importancia de la organización, de la gestión del tiempo, de ser conscientes de nuestros límites y aceptar que no siempre saldremos victoriosos ni tendremos éxito. Entender nuestra esencia nos reconcilia con la realidad y nos ayuda a dejar de esperar que una religión, un líder, un gurú, una pareja, un trabajo o nuestro físico sean el motivo por el cual vivimos. La Cábala y Cabalagrama te ayuda a encontrar tu propio sentido vital.

Cuidar el físico es muy positivo y necesario, pero si te frustras por no ir un día al gimnasio o por compararte con lo que otros tienen, estás creando un ídolo. Si crees que por tener una carrera, un diploma o por haber nacido en algún lugar o nación del mundo eres mejor, estás siendo idólatra. La idolatría es la pretensión de que una parte de la realidad puede ser superior que otra. En la cábala, se podrían establecer tres axiomas esenciales:

1 Todo tiene un mismo origen (el Big Bang, la unidad o Dios) y todos somos fragmentos de él.

2 Todo está interconectado.

3 Ningún fragmento es mejor ni superior a otro fragmento.

Según los cabalistas, la idolatría, que es creer que un fragmento es mejor que otro, es el origen de todos los males y tragedias. Todo lo creado es divino, nada ni nadie es mejor o peor, todo lo que una persona ha alcanzado, otra puede lograrlo de manera semejante. El acceso al éxito, a mejores resultados y a la abundancia es algo que todos podemos alcanzar. La única condición es tener la humildad de entender que el ser humano es menos que el todo. O dicho de otra manera, el todo es más que la suma de las partes. **Tener ambición y deseo por ser más y ser humilde con nuestra estructura limitada, allí está el secreto.**

Esto no quita que el ser humano pueda ser un mago que crear milagros, hazañas únicas y actos aparentemente imposibles, pero siempre dentro de sus limitaciones estructurales.

Los 5 Puntos más Importantes sobre la Cábala

1 Definición y Origen: La Cábala es una interpretación secreta de las sagradas escrituras bíblicas, enfocada en entender la realidad y la espiritualidad. Utiliza herramientas como el Árbol

de la Vida.

2 El Árbol de la Vida: Utiliza el Árbol de la Vida o *Etz HaJayim* como una herramienta principal. Este esquema describe cómo funcionan el ser humano y las energías del universo, estructurado en 10 sefirot.

3 Equilibrio y Desigualdad: La Cábala enseña que el mundo es desigual y desequilibrado. Avanzamos por oscilación entre positivo y negativo, egoísmo y altruismo, masculino y femenino.

4 Búsqueda de Sentido: Según la Cábala, existe un punto de partida que es el Big Bang o la creación del universo y un destino, el *Olam HaBá* (mundo venidero), lo que da un sentido y propósito vital.

5 Uso del Ego, el Instinto, el Dinero y la Materia: La Cábala no busca eliminar el ego, el instinto, el dinero o la materia, sino utilizarlos para un bien mayor. Entiende que forman parte de la estructura de la realidad y deben ser canalizados adecuadamente para revelar luz y contribuir al bienestar colectivo.

EN EL MUNDO ESPIRITUAL, la materia a menudo se ve como algo negativo o impuro. En ciertas corrientes espirituales, se prioriza la meditación y la visualización, usándolas tan excesivamente que a veces se producen como una forma de escapar de la realidad. Sin embargo, para la Cábala, este enfoque es un gran error. La espiritualidad real debería ser siempre una búsqueda sincera, una manera de integrarse con el mundo en todos sus aspectos, no una vía de escape. En la Cábala, la espiritualidad se vive en el día a día, enfrentando los problemas cotidianos y afrontando las situaciones difíciles; es lo que llaman "descender a la materia".

El mundo material puede ser brutal, difícil y denso, pero es irrenunciable y debemos afrontarlo para entrenarnos. Existe una espiritualidad ingenua e irresponsable que promulga ideas como: *"Lo bueno en tu vida llegará, no lo busques", "Todo es perfecto", "Dios me traerá lo que es para mí"*. Estas personas cometen un gran error al ignorar una parte crucial de la realidad: la materia, la acción y el deseo son irrenunciables por estructura. En esta vida, **no atraes lo que quieres, atraes lo que eres y, sobre todo, lo que haces.**

Para los cabalistas somos seres polifacéticos y multidimensionales, y debemos aprender a transitar por cada una de las dimensiones de la existencia, porque ninguna es más importante que la otra. Este es uno de los axiomas que exploraremos en Cabalagrama.

Así, entendemos que es igual de importante cuidar tu cuerpo, trabajar, asistir a reuniones familiares, tener pareja, ganar dinero, tener sexo o meditar. La espiritualidad no se basa solo en elevar la consciencia, sino en integrarla en el mundo material, en el día a día, y traer esa realidad al universo tangible.

LA VERDAD ES EMET, la verdad es la vida. Si existe una ciencia que resuelva el misterio del conocimiento humano, debe ser necesariamente una ciencia de la vida, acerca de la verdad y que incluya los problemas de la vida misma. ¿Qué sentido tienen filosofías demasiado ascéticas que solo buscan aislarse de todo? De eso precisamente se trata Cabalagrama.

Si existe una verdad, si existe Dios, este tiene que ser visible en el mundo del día a día. Como diría mi maestro Mario Sabán, *si eres capaz de ver a Dios en un atasco en hora punta, fregando los platos o bajando la basura, eres capaz de ver a Dios en el Templo o meditando*.

Dicen los cabalistas que no podemos decir nada acerca de lo que Dios es, pero sí podemos

hablar acerca de lo que revelamos de él. Cada vez que creamos algo, estamos revelando un trozo de Dios, dándolo a conocer. El científico, el artista, el músico, el creador, incluso el peluquero o la persona que ayuda a otra, son profetas y desveladores de la naturaleza de Dios y creadores del mundo del mañana.

¿Y cuál es el propósito último del cabalista? Revelar la mayor cantidad de información y luz de la matriz. Según esta interpretación, un cabalista no tiene que ser alguien que lee el antiguo testamento; puede ser también un músico, un artista, un científico o un poeta, o simplemente una persona que hace su trabajo de la mejor manera y trata de ayudar a los necesitados. Todos ellos tienen algo en común: trabajan para rebelar la mayor cantidad de luz.

En realidad, no creamos nada según la Cábala, revelamos lo que ya estaba en la matriz. Por eso, como veremos, hay una gran relación entre creatividad, espiritualidad y profecía.

Tú no creas o tienes ideas, simplemente sintonizas con ellas dependiendo de tu estado emocional o escala de consciencia en la que estés habitando.

El mérito en la Cábala es el proceso de materialización y manifestación, es decir, los resultados. Esa será la señal de que lo que hacemos es correcto. Reflejar en el mundo de abajo (mundo material) lo que hemos visualizado arriba.

Por lo tanto, el éxito material, la abundancia y la prosperidad son también reflejo de algún proceso espiritual bien realizado. La principal virtud del mago es la coherencia y la eficacia. Ser, pensar, sentir y sobretodo actuar, en la misma dirección.

AHORA QUIERO PROPONERTE una situación hipotética:

Imagina por un momento que tienes que someterte a una operación de vida o muerte y debes elegir entre dos médicos. El primero es una persona que es un excelente amigo y marido, se lleva bien con todos, ha viajado por todo el mundo, ha ido a la India varias veces, dona dinero a las ONG, recicla, medita cada día y tiene su mente y chakras perfectamente alineados. Pero tiene un pequeño detalle: la mitad de sus pacientes se le han muerto.

Luego tienes a otra persona que no es amable, no se lleva bien con las personas, no medita, no ha ido a la India, no recicla y es materialista, es malhumorado y no le importa nada más. Pero tiene otro pequeño detalle: en toda su vida nunca se le ha muerto ningún paciente. ¿Con cuál te quedarías y decidirías operarte? ¿El médico que medita y dona a ONGs, pero cuyos pacientes mueren, o el médico que no es amable, pero nunca ha perdido un paciente? He realizado esta pregunta cientos de veces en seminarios, talleres y eventos, y siempre obtengo la misma respuesta: con el segundo caso. A la hora de la verdad, cuando se trata de una cuestión de vida o muerte, queremos a nuestro lado a alguien eficaz. No nos importa nada más.

El universo ama la efectividad, ¡y no sirve de nada tener un alto desarrollo espiritual si no se acaba manifestando en la materia y sobretodo en la vida!

¡Pero estás de suerte: la Cábala y Cabalagrama son filosofías de acción que hablan acerca de lo que más te importa: tu vida y tus resultados!

AHORA QUIERO QUE RESPONDAS:

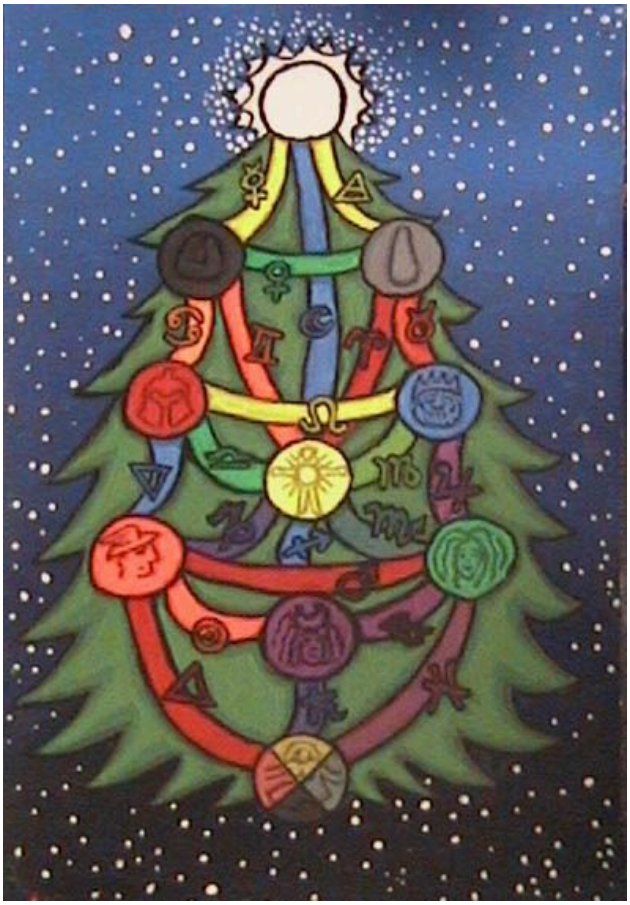
-¿En qué aspectos de tu vida eres efectivo? ¿En qué aspectos no lo eres?

-¿Qué aspectos de la vida te cuesta afrontar?

-¿Hacia dónde crees que deberías oscilar?

EL SECRETO MEJOR GUARDADO DE TODOS LOS TIEMPOS

"La cábala es el Yoga de occidente." Dion Fortune.



¿Sabías que el árbol de Navidad es un símbolo inspirado en el árbol de la vida?

Imagina un secreto tan profundo y poderoso que ha sido guardado celosamente por las sociedades más influyentes del mundo. Este secreto no solo ha influido en la filosofía y la espiritualidad, sino también en la ciencia, el arte y la cultura popular. Pues bien, este secreto es el Árbol de la Vida y la Cábala, el yoga de Occidente, como lo denominaba Dion Fortune. Esta

antigua sabiduría mística ha sido la piedra angular del conocimiento místico de occidente a lo largo de la historia.

El Árbol de la Vida es una representación simbólica del proceso de creación, desde el infinito hasta lo finito, y proporciona un mapa del alma y el universo. A través de sus diez sefirot, o esferas, la Cábala ofrece un camino de autoconocimiento de la naturaleza divina y nuestra conexión con ella. Esta sabiduría no ha sido solo un tema de estudio espiritual, sino también una influencia silenciosa, pero potente en diversas áreas del pensamiento humano.

Desde tiempos inmemoriales, las sociedades secretas han reconocido el poder transformador de la Cábala. La profundidad de sus enseñanzas y su capacidad para proporcionar una visión holística de la existencia han hecho de la Cábala un elemento fundamental en la búsqueda del conocimiento esotérico.

DETRÁS DEL INICIO *de la masonería están los sefarditas huidos de la península.*
JOSE IGNACIO CARMONA SÁNCHEZ

LA CÁBALA, una tradición mística y esotérica del judaísmo, tiene sus raíces en la antigua Babilonia, Egipto y Persia, donde comenzó como una transmisión oral de enseñanzas secretas. Estas enseñanzas se centraban en la interpretación profunda de la Torá, buscando comprender los misterios del universo y la naturaleza de Dios.

Con el tiempo, la cábala se trasladó a la región mediterránea, especialmente a la tierra de Israel, donde se consolidaron sus textos fundamentales, como el "*Sefer Yetzirá*" y el "*Zohar*". Estos textos no solo eran estudiados por su contenido espiritual, sino que también servían como guía para el crecimiento personal y la conexión con lo divino.

Durante las Cruzadas, los conocimientos de la cábala se expandieron aún más, llegando al sur de Francia y a la ciudad de Gerona en Cataluña. En estas regiones, la cábala floreció y se convirtió en un pilar de la vida intelectual y espiritual. Figuras como Moisés de León, autor del "*Zohar*", y Nahmánides, contribuyeron significativamente a su desarrollo y difusión.

La cábala no solo se limitó a círculos judíos; también influyó en los Caballeros Templarios y otras sociedades secretas medievales. Estos grupos vieron en la cábala una fuente de sabiduría oculta y la incorporaron a sus propios rituales y enseñanzas, creando un sincretismo místico que perduró a lo largo de los siglos.

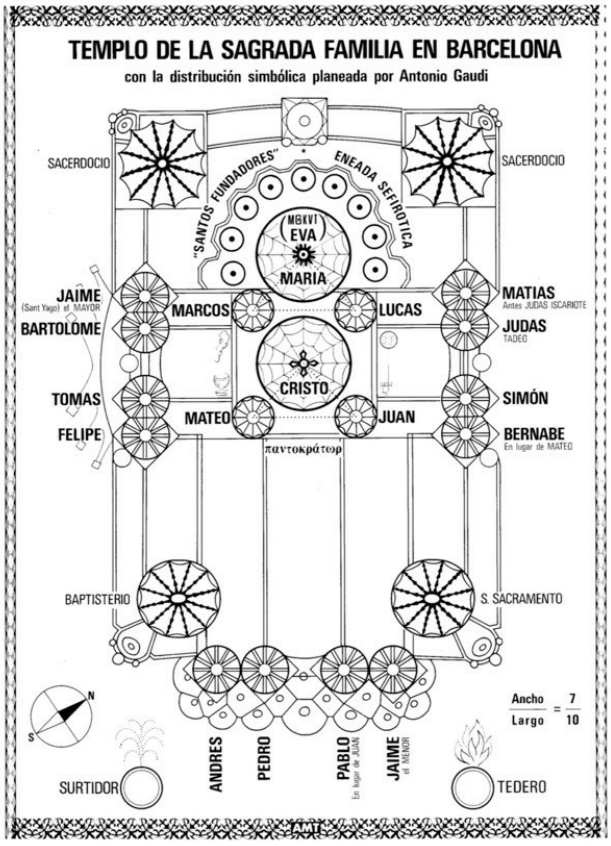
LA CÁBALA, con sus profundas enseñanzas esotéricas, ha sido una influencia silenciosa pero potente en la cultura occidental, pero también en las sociedades secretas. Como señala Dion Fortune, la Cábala es comparable al yoga en términos de su profundidad y capacidad transformadora. La masonería, una de las sociedades secretas más reconocidas, tiene una conexión histórica con esta tradición mística. Los sefarditas, judíos que escaparon de la península ibérica, llevaron consigo este conocimiento a Inglaterra en el siglo XVII. Entre ellos, Salomón de Medina y Moisés Montefiore, ambos activos masones, jugaron roles clave en la difusión de la Cábala dentro de la masonería…

LA CÁBALA no solo ha influido en sociedades secretas, sino que también ha dejado su huella en la cultura popular. Los hermanos Wachowski, creadores de la trilogía "Matrix", se inspiraron en

esta filosofía para desarrollar la narrativa y la simbología de sus películas.

El concepto de despertar espiritual, tan crucial en la trama de "Matrix", donde el individuo busca elevarse por encima de las limitaciones de la realidad material para alcanzar una comprensión más profunda del universo es un claro ejemplo. Los símbolos y estructuras de la Cábala, como el Árbol de la Vida, están presentes en la arquitectura de la Matrix misma, ofreciendo un paralelo entre el mundo ficticio de las películas y sus enseñanzas místicas.

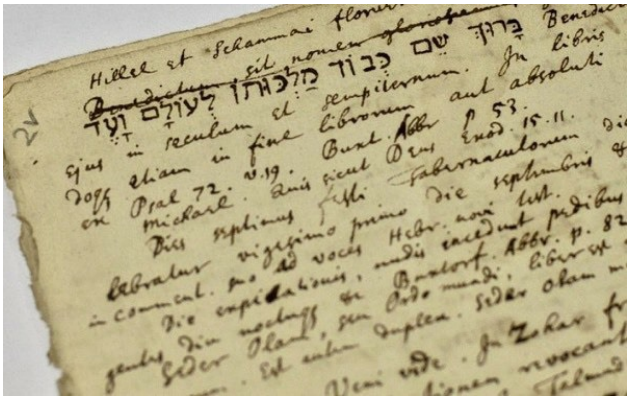
Numerosos personajes famosos la han estudiado, buscando en sus enseñanzas una guía para sus vidas. Madonna por ejemplo, la icónica cantante pop, ha sido una de las más abiertas sobre su estudio de la Cábala. La cantante afirma que su dedicación a esta práctica espiritual ha influido en su música y en su vida personal, proporcionando un marco para su búsqueda de significado y propósito. Hugo Chávez, el controversial líder venezolano, también encontró en la Cábala un enfoque espiritual que guió algunas de sus decisiones. Para Chávez, la Cábala ofrecía una perspectiva alternativa sobre el poder y la responsabilidad, influenciando su visión política y social. El presidente de Argentina Javier Milei también se declara un gran seguidor de la religión judía y del líder del jasidismo el Reve Luvavicth e incluso ha ido a venerar su tumba con admiración.



INCLUSO EN EL ámbito de la arquitectura, podemos ver la influencia cabalística en obras como la Sagrada Familia de Gaudí, donde las referencias al Árbol de la Vida son evidentes en su diseño. Gaudí, conocido por su profunda espiritualidad y su atención al detalle simbólico, incorporó elementos de la Cábala en sus creaciones arquitectónicas, creando espacios que invitan

a la contemplación y la conexión espiritual.

El impacto de la Cábala en la cultura y el pensamiento occidental es vasto y multifacético. Desde la literatura y el cine hasta la arquitectura y la política, las enseñanzas cabalísticas han proporcionado una lente a través de la cual se puede explorar y comprender el mundo de nuevas maneras.



ESTA TAMBIÉN HA SIDO estudiada por algunos de los más grandes pensadores y científicos de la historia. Isaac Newton, conocido por sus contribuciones a la física y la matemática, también dedicó una parte significativa de su vida al estudio de la sabiduría cabalista. Newton creía que los textos cabalísticos contenían verdades ocultas sobre el universo que podían complementar su trabajo científico. La combinación de ciencia y misticismo que Newton buscaba es un testimonio de la profundidad y el alcance de la Cábala.

«… el manuscrito de Isaac Newton revela… estudios ocultos que delataban su interés por otras ciencias más allá de la física, como la cronología, la alquimia, la cábala…». BBC

– National Geographic «Nosotros sabemos que Isaac Newton tuvo acceso a ciertos escritos místicos, ciertos textos de cábala». Dr. Michio Kaku, físico teórico, Universidad de Nueva York Divulgador científico de reconocimiento mundial

Y no solo Newton estaba fascinado. El filósofo alemán Gottfried Wilhelm Leibniz, cofundador del cálculo y destacado racionalista, también mostró un interés considerable por la Cábala. Leibniz, quien buscaba una armonía entre la razón y la fe, veía en la Cábala un puente entre el conocimiento divino y el humano. Esta búsqueda de una verdad unificada resonaba profundamente con los principios cabalísticos, que ven el universo como una interconexión de fuerzas espirituales y materiales.

Otro gran pensador, Carl Jung, el famoso psicólogo suizo, se inspiró en ella para encontrar una fuente rica de simbolismo y sabiduría arquetípica. Jung, conocido por su teoría del inconsciente colectivo y los arquetipos, utilizó conceptos cabalísticos para explorar los aspectos más profundos de la psique humana. El matemático y astrónomo Johannes Kepler, quien formuló las leyes del movimiento planetario, también se interesó por la ella. Kepler veía en la armonía matemática del cosmos un reflejo de las verdades espirituales que la Cábala intentaba desvelar. Para Kepler, el estudio de los cielos era inseparable del estudio de la divinidad.

LA CÁBALA y el Árbol de la Vida han sido, y continúan siendo, uno de los secretos mejor

guardados de las sociedades secretas occidentales. Este conocimiento no solo ha influido en la espiritualidad y el esoterismo, sino también en áreas tan diversas como la ciencia, el arte y la cultura popular. Hoy, estamos en un momento único en la historia. Los rabinos han comenzado a abrir las puertas del conocimiento cabalístico al mundo entero. Esto nos ofrece la oportunidad de explorar estas enseñanzas y descubrir cómo pueden transformar nuestras vidas. La Cábala, con su profundo entendimiento de la existencia y su énfasis en el desarrollo espiritual, sigue siendo una guía poderosa para aquellos que buscan entender los misterios del universo y alcanzar una vida plena.

¿SABÍAS **que el tarot está basado en la Cábala?** Los 22 arcanos mayores del tarot están relacionados con las 22 letras del alfabeto hebreo, que son fundamentales en la Cábala. Cada carta del tarot representa un camino en el Árbol de la Vida, conectando las sefirot (esferas) y proporcionando una guía simbólica para el viaje espiritual y el autoconocimiento.



¿Sabías que L'Eixample de Barcelona fue creado por Cerdà basándose en el Árbol de la Vida? Ildefons Cerdà, el urbanista detrás del diseño del distrito de L'Eixample, utilizó principios de la Cábala en su planificación. El trazado geométrico y las proporciones de las calles reflejan la estructura del Árbol de la Vida, buscando armonía y equilibrio en la disposición urbana. Esta conexión no solo es un ejemplo de cómo la Cábala ha influido en la arquitectura, sino también de cómo sus principios pueden aplicarse a la organización de espacios habitables.

¿Sabías que el Quijote tiene una relación con la Cábala? La obra maestra de Miguel de Cervantes, "don Quijote de la Mancha", contiene múltiples referencias y estructuras que reflejan enseñanzas cabalísticas. La investigadora Dominique Aubier dedicó años a estudiar el texto y concluyó que Cervantes usó la Cábala para esconder un mensaje profundo sobre la naturaleza humana y la búsqueda de la verdad. Según Aubier, los personajes y sus aventuras simbolizan los distintos niveles del alma y los desafíos en el camino espiritual descritos en la Cábala.

CINCO CURIOSIDADES **Más del Árbol de la Vida**

1 Simbolismo de Jakin y Boaz en la masonería: En la masonería, las columnas Jakin y Boaz representan las dos columnas del Árbol de la Vida, simbolizando el equilibrio entre la fuerza y la misericordia, elementos fundamentales en la práctica cabalística. Estas columnas están presentes en la entrada de los templos masónicos, reflejando la importancia de la dualidad y el equilibrio en la búsqueda del conocimiento y la verdad.

2 Influencia en la Alquimia: La Cábala ha influido profundamente en la alquimia, donde los

principios cabalísticos se entrelazan con la transformación de la materia. Los alquimistas usaban el Árbol de la Vida como una guía para comprender el proceso de transmutación y alcanzar la iluminación espiritual, similar a la búsqueda de la piedra filosofal.

3 Relación con el Zodíaco: Cada una de las sefirot del Árbol de la Vida se asocia con un signo del zodíaco, integrando así la astrología en la estructura cabalística. Esto crea una conexión entre el cosmos y la espiritualidad, mostrando cómo los ciclos celestiales influyen en el viaje del alma.

4 El Secreto de los Nombres Divinos: En la Cábala, los nombres de Dios tienen un papel crucial y cada sefirá está asociada con un nombre divino específico. Estos nombres se utilizan en la meditación y la oración para conectar con las distintas fuerzas y aspectos de la divinidad, proporcionando un camino directo hacia la experiencia espiritual.

5 Los Ángeles y la Cábala: Cada sefirá del Árbol de la Vida está gobernada por un ángel específico. Por ejemplo, la sefirá Kéter está asociada con Metatrón, el príncipe de los ángeles. Estos ángeles actúan como intermediarios entre Dios y los seres humanos, guiando y protegiendo a aquellos que buscan la iluminación espiritual.

IMAGINA PODER DESENTRAÑAR los misterios del universo, comprender la naturaleza de tu propia alma y encontrar un propósito más elevado en la vida. Cábalagrama te ofrece un mapa detallado para esta exploración, guiándote a través de las complejidades de la existencia con la promesa de una comprensión más profunda y una conexión más cercana con lo divino. La puerta hacia este conocimiento ancestral está abierta. ¿Te atreves a cruzarla y descubrir las maravillas que la Cábala tiene reservadas para ti?

¿QUÉ CREES **que el estudio de la Cábala puede hacer por ti?**

¿Cómo podrían las enseñanzas del Árbol de la Vida ayudarte a encontrar respuestas a las preguntas más profundas de tu existencia?

¿QUÉ ES DIOS?

Moisés estaba de pie frente al Mar Rojo, el viento azotaba su rostro mientras el ejército egipcio se acercaba peligrosamente. En medio de su angustia, Moisés alzó la voz y clamó a Dios, buscando desesperadamente su única solución. Dios, con una sabiduría serena, le respondió: "¿Por qué me llamas?" ¡Marcha!""

Muchas personas se preguntan qué es Dios. Este concepto ha dado lugar a discusiones teológicas, guerras y disputas, y hoy en día en la "cultura civilizada" se suele ver como algo negativo. ¿Pero qué cree la Cábala que es Dios?

Hay quienes lo ven como una persona, como un salvador, como un juez, otros lo ven como la suma de todo lo que existe, otros no creen… Y para mí este versículo refleja de manera genial lo que este significa para la filosofía cabalista.

Moisés se halla frente al Mar Rojo en un momento donde su vida y la de todo el pueblo hebreo está en peligro. En ese momento sus sistemas racionales le dicen que no hay escapatoria y que es imposible salir de allí. ¿Alguna vez te has sentido como Moisés bloqueado y sin saber cómo avanzar?

En ese momento Moisés acude a hablar con Dios y este le contesta. *"¿Por qué me llamas?"*

¿Una respuesta un poco rara, no crees? Siendo Dios el que ha cuidado y protegido al pueblo hebreo desde siempre y sobre todo desde la salida de Egipto. ¿Por qué ahora en el peor momento se desentiende de esa ayuda, y les dice que avancen?

Este mandato divino no era solo una orden para avanzar, sino una invitación a confiar en el poder creativo otorgado al hombre. La moraleja de esta historia es profunda. Dios creó el universo, pero nos corresponde a nosotros, los seres humanos, terminar la creación y perfeccionarla. No hay lugar para pedir a Dios algo que puede ser hecho por la acción del hombre. La acción es sagrada. Dicen los cabalistas que la creación ya está completa, Dios creó todo y nos dio las herramientas. Su función finalizó. Nos entregó nuestra mente, nuestra creatividad, la Cábala, el Árbol de la Vida … Ahora nos toca a nosotros pasar a la acción. Nuestra misión divina es usar estas herramientas para moldear la realidad material y revelar la mayor cantidad de luz.

¿TE HAS PREGUNTADO alguna vez por qué a veces rezamos y nuestras oraciones no se cumplen?

¿Si Dios nos escucha y cumple nuestros rezos, por qué hay millones de personas en estado de pobreza? La respuesta puede estar en la actitud desde la que lo estás haciendo. Deportistas de

elite como Michael Phelps, Muhammad Ali, Usain Bolt han hablado en ocasiones acerca de cómo visualizan su propio éxito ante una competición deportiva por realizar. El enfoque positivo aumenta mucho las probabilidades de que salgan victoriosos.

En cambio, cuando oramos con miedo y escasez, estamos enviando una señal de duda y limitación.

Lamentablemente, esta es la actitud con la que muchos se acercan a Dios. La mayoría de personas acuden a rezar con pensamientos de temor, odio, tristeza o resentimiento, y curiosamente eso es lo que obtienen. Tal como dijo el experto en Ley de Atracción Neville Goddard, no atraemos lo que queremos, sino lo que sentimos y vibramos. Otros acuden a Dios pensando "Quiero X cosa". El problema de "querer" algo es que implica no tener. No puedes querer algo que ya tienes. Cada vez que "quieres" algo estás afirmando que no lo tienes. Por ejemplo, no puedes querer agua si ya tienes un vaso lleno. El universo no te da aquello que quieres, sino aquello que sabes que es tuyo y te pertenece. En la Cábala existe un concepto que se llama *Emunah*. La fe que es uno de los principios divinos consiste en tu capacidad de "saber" que algo ocurrirá sin tener constancia de ello. Eso es lo que hacen los deportistas de elite, los profetas y las personas de éxito: visualizar una realidad que no está allí aún con la certeza de que va a ser una realidad. La *emunah* viene de la palabra emanar. Es decir, la fe emana, crea realidades.

Y eso fue lo que ocurrió con Moisés y el pueblo hebreo delante del Mar Rojo. Esta historia no deja de ser una moraleja de una situación que parece infranqueable y que no sabemos cómo superar. ¡El mandato De Dios que le dice "marcha!" Viene a significar el dato más importante para el éxito personal: pasar a la acción con fe.

Algunos acuden a Dios con la esperanza de que solucione todos los problemas que ellos crearon, es decir, como una falta de responsabilidad.

Y TOMÓ *el eterno Dios al hombre, y lo puso*
en el jardín de Edén para cultivarlo y
guardarlo.
Y formó el Eterno Dios, de la tierra, todo
animal del campo y toda ave de los cielos, y
trajo al hombre para ver cómo los llamaría; y
todo lo que el hombre fue llamando a cada
criatura viviente, tal fue su nombre.
Bereshit 2:19

En el Génesis se vuelve a ver este concepto. Cuando Adán fue creado, la divinidad lo pone a actuar: a cultivar el Jardín del Edén, a nombrar a los animales… Es decir, el hombre es el medio en el cual la creación De Dios se finaliza. En el Génesis, el Hombre recibe la caja de herramientas para moldear la realidad.

UN RABINO me explicó una reflexión fascinante: *La naturaleza De Dios es dadora y siempre dice sí. Si piensas que eres un fracasado, él te dice sí. Si piensas que algo saldrá mal, él dice sí. Pero si crees que tendrás éxito, también dice sí. Dios es como una caja de herramientas, una creación puesta a nuestro alcance para moldear la realidad según nuestros pensamientos y deseos, y siempre va a decir sí.*

Rav Berg, un renombrado cabalista, decía: "La Cábala es la tecnología de la conciencia". El propio Adán, el primer ser humano, fue creado del barro de la tierra. ¿Y cuál es la característica esencial del barro? Este se puede moldear. Lo mismo ocurre con nuestras vidas y con todas las circunstancias que vemos.

La Cábala nos enseña que la realidad no es fija, sino que podemos influir en ella a través de nuestra conciencia, nuestra fe y nuestras acciones.

Como dice Albert Gozlan: *"Los problemas del mundo de abajo se resuelven en el mundo de arriba."* Este principio nos revela que nuestros pensamientos y emociones son poderosos imanes que moldean nuestra realidad. Si proyectamos escasez y miedo, eso es lo que atraeremos. Pero si proyectamos abundancia y confianza, eso será lo que se manifestará.

EN UNA OCASIÓN, le preguntaron a un cabalista a qué se dedicaba Dios, ahora que la creación ya estaba completa. Su respuesta fue sencilla y profunda. "*Dios ahora solo se ocupa de juntar parejas*". Esta afirmación refleja dos verdades esenciales: La primera: Dios se complace cuando dos o más personas se unen en armonía y amor.

Y dijo el Eterno Dios: No es bueno que esté el hombre solo. Génesis 2:18

Existe un secreto a la hora de interpretar la Biblia. Siempre que veas una separación, de personajes, de elementos, de familias… representa un reflejo de las fuerzas del mal. En este versículo se explica este concepto. Lo mismo ocurre con Eva cuando fue tentada por la serpiente cuando estaba sola, sin Adán.

Continuaremos hablando de esto en un futuro a un libro donde hablaremos sobre el Cabalagrama del amor.

PERO TAMBIÉN HAY algo significativo en el hecho de que Dios solo se dedique a juntas parejas en la actualidad. Y es que todo lo demás depende de nosotros. Estamos al mando del resto de la creación. ¡Por lo tanto, este fragmento con que iniciamos el capítulo es un llamado a la acción, a tomar responsabilidad y acción en el mundo (Dios le dice marcha!) y dejar de esperar que un Dios salvador venga a solucionarnos los problemas.

EN EL ANTIGUO Testamento muchas ocasiones, Moisés se sintió tentado por Amalek, símbolo de la duda y el desánimo. La duda es considerada como un demonio en la cábala y te puede poseer y subyugar si le dejas entrar. Desde el punto de vista bioquímico, estos estados de incertidumbre generan estrés y liberan cortisol, lo que bloquea nuestra capacidad creativa. Como hablaremos más adelante, todos los estados de depresión, ansiedad o miedo se producen en nuestro cerebro reptiliano, que es el que tiene instinto de supervivencia.

El ser humano fue creado a imagen y semejanza de Dios, es decir, con la capacidad de ser creadores. La creatividad humana es nuestro superpoder. Pero una advertencia: **Si la vida va de crear, la duda bloquea tu creatividad.**

Nuestro cerebro creativo se bloquea con excesivo miedo, odio, ansiedad. Por lo tanto, podemos decir que la Biblia era cierta, Amalek (la duda, la depresión, el cortisol), la serpiente (el cerebro reptiliano), sabotean a Adán y Eva (el cerebro racional y creativo) y los mandan fuera del Paraíso (la abundancia).

LA PRÓXIMA VEZ que te encuentres frente a un desafío, recuerda las palabras de Dios a Moisés: "¿Por qué me llamas?" ¡Marcha!" Pasa a la acción, confía en tu capacidad creativa y utiliza las herramientas que te han sido dadas. La creación está en tus manos, y tu poder de transformar la realidad es ilimitado.

RESPONDE A ESTA PREGUNTA:

¿En qué aspectos o acciones de tu vida estás esperando una señal y procrastinando?

Toma este libro como una llamada o una señal del destino para decirte algo concreto. ¡Marcha! ¡Actúa!

UN PODER ILIMITADO

***Salvador Dalí**: "El único límite de tu impacto es tu imaginación y compromiso."*

ZOHAR ***1:46b (Obra principal de la Cábala):***

"Cuando el Santo, Bendito sea, decidió crear al hombre, reunió a los ángeles superiores e inferiores, y les dijo: 'Hagamos al hombre a nuestra imagen y semejanza'. Ellos se opusieron, diciendo: '¿Qué es el hombre para que te acuerdes de él, y el hijo del hombre para que lo visites? (Salmos 8:4) ¿Por qué deseas crear otro ser que peque ante Ti?'

Dentro de cada ser humano habita un poder ilimitado. La creatividad, nuestro superpoder exclusivo, nos permite acceder a un mundo lleno de infinitas posibilidades: llamado el universo de Atziluth. En la Cábala, el mundo de Atziluth es una dimensión que habita en nuestro interior, la esfera de la profecía, un reino de expansión y creación donde todo es posible. Esta capacidad nos hace únicos entre los seres vivos.

En mi camino hacia el entendimiento de la Cábala y el descubrimiento del Cabalagrama, comprendí algo esencial: todo es más difícil en nuestras mentes que en la realidad. La mayoría de las veces que he estado estresado, preocupado, me he sentido atrapado, o no he visto salida, era porque no estaba en el estado mental adecuado. Todo es energía y dependiendo de ella, ves el mundo de una u otra manera. La manera en la que ves las cosas depende de tu estado emocional. ¿Recuerdas cómo percibías el mundo cuando eras un niño pequeño? ¿La ilusión, las emociones que tenías? ¿Recuerdas el nivel de energía?

Todo lo que viviste en tu infancia es un reflejo del estado energético en el que te encontrabas. Cuando un niño aprende a caminar es algo verdaderamente remarcable. Dicen los neuropsicólogos que es de los aprendizajes más duros de la vida. Para aprender a caminar todos nos tenemos que haber caído muchas veces, haber fracasado y vuelto a intentarlo. Y esta era la manera en la que actuábamos cuando éramos niños. ¿Por qué? Porque teníamos la energía, las ganas y la actitud.

La calidad de tu vida está directamente relacionada con el estado emocional desde el que actúas.

Desde una perspectiva pesimista, incluso el acto más bonito y desinteresado se vuelve feo, oscuro, deleznable. Ese es uno de los problemas de las personas que persisten mucho tiempo en un estado pesimista. Debes tener cuidado porque alguien en un estado bajo de consciencia, va a percibir todo de esa manera y eso es contagioso. Y según la Cábala, la manera en la que ves la realidad es la manera en la que la creas. Una persona pesimista solo tiene una función que es

expandir la duda, el miedo, el odio o la depresión que siente a los demás aunque sea inconscientemente. Un cabalista podría decir que se halla en cierta manera poseído por Amalek (un demonio).

Seguro que alguna vez has conocido alguien así, cabizbajo, negativo o literalmente tóxico. ¿Te has dado cuenta cómo parecen impregnar el lugar con su energía? Si estás en un grupo de personas y todos estáis felices, llega esa persona y todos dejáis de estarlo.

Las personas y sus emociones, sean que estén en estados bajos de consciencia o estados positivos, son contagiosas. Ten al lado una persona negativa y se va a ocupar de destrozar tus sueños, ilusiones. Son expertos en convertir lo bonito en negativo. De hacerte ver lo malo o la parte negativa de todo.

¿Alguna vez has escuchado una historia semejante a esta? Alguien lleva toda su vida trabajando, se jubila y al poco tiempo le coge una enfermedad y se muere. Todos hemos vivido o escuchado algún caso semejante. Eso es porque a esa persona al finalizar su trabajo, se acabaron sus ilusiones y como sabemos, el deseo es el eje de la existencia. No puedes existir ni vivir feliz sin un futuro prometedor que te ilusione. Por lo tanto, ten cuidado y no dejes que nadie te robe tus ilusiones.

Por eso no suele ser buena idea formar equipo, amistad o pareja con alguien en un estado emocional demasiado negativo. La buena noticia es que eso se puede cambiar.

LA PALABRA "OPTIMISMO" proviene del inglés "options", que significa opciones. Una persona optimista, en un estado de alegría o relajación, ve más opciones y elige mejor. La neurociencia lo confirma: en estados de estrés y elevados niveles de cortisol, nuestras emociones se congelan y el cerebro se enfoca solo en funciones básicas de supervivencia. Literalmente pensamos menos. Nuestro cuerpo, sintiendo peligro, recurre al estrés para sobrevivir. Lamentablemente, ese es el estado en el que muchas personas viven en su día a día.

¿TE HAS FIJADO en el Arte de hoy en día: las canciones y pinturas, las composiciones parecen menos elaboradas y creativas que antes? Tal vez sea por esta vida tan estresante. El estrés tiene una función, congelar las emociones. ¿Puede ser que sea eso lo que no nos está permitiendo abrirnos emocionalmente y lo que está matando nuestra creatividad?. Y ello conlleva un peligro: lo que nos hace humanos, nuestra esencia, es la creatividad.

Una de las personas más ricas que conozco me dio un consejo invaluable: "Busca momentos de paz y tranquilidad para relajarte y reducir el estrés. Es la única manera de aumentar tu energía y tomar buenas decisiones". Esta persona me recomendó hacer deporte a diario y darme momentos de placer y relajación como una herramienta directamente relacionada con tu éxito personal, económico y de resultados. Tu estado energético es lo que emanas al mundo y es lo que recibes.

Es en estos momentos de paz, cuando baja nuestro cortisol y nuestra capacidad innata florece, permitiéndonos conectar con una dimensión de potencial ilimitado. Lo que los cabalistas llamarían Atziluth, que podría equivaler a los estados alfa o delta de relajación donde nuestra creatividad y capacidad mental se dispara.

Desde una perspectiva evolutiva, la creatividad ha sido crucial para nuestra supervivencia y progreso. Mientras otras especies dependen de su fuerza física o agudeza sensorial, los humanos hemos utilizado nuestra creatividad para adaptarnos y superar obstáculos. Esta habilidad nos

permitió inventar herramientas, desarrollar el lenguaje y construir civilizaciones. Atziluth representa en la Cábala la imaginación, un mundo de expansión, un reino donde fluyen todas las bendiciones y abundancia. Un lugar con un potencial infinito. Todos podemos acceder y traer esa abundancia a la realidad, pero primero debemos saber cómo hacerlo.

El Zohar, una obra principal de la Cábala, nos dice en 1:46b: "Cuando el Santo, Bendito sea, decidió crear al hombre, reunió a los ángeles superiores e inferiores, y les dijo: *'Hagamos al hombre a nuestra imagen y semejanza'" y los ángeles le contestaron "¿Qué es el hombre, para que de él te acuerdes?"*. Esto subraya la envidia de los ángeles ante el potencial ilimitado del ser humano, creado a imagen y semejanza de Dios, con una capacidad inigualable para la creación. Los ángeles y seres astrales no tienen libre albedrío, mientras que el hombre tiene la posibilidad de crear.

"Ni de una naturaleza celestial, ni de una naturaleza terrestre, ni mortal ni inmortal, te hemos creado, de modo que, como libre y soberano artífice de ti mismo, te moldees y te esculpas en la forma que prefieras. Podrás degenerar en las formas inferiores de vida, que son los brutos; y podrás regenerarte en las formas superiores, que son divinas, de acuerdo con el juicio de tu alma." Giovanni Pico della Mirandola

TODOS PODEMOS CONECTARNOS, acceder y descargar información de Atziluth. Genios de la música, como Mozart, afirmaban que ellos no componían su música, sino que "la escuchaban" y luego la transcribían. Percibían lo que sonaba en otros planos. Esto es conocido como la "música de las esferas", un concepto que indica que la armonía y melodía que experimentamos en el mundo físico tienen su origen en un ámbito superior, espiritual.

Un caso significativo es el de la compositora Rosemary Brown. Esta ama de casa británica se hizo famosa en la década de 1960 al afirmar que compositores famosos, como Franz Liszt, Ludwig van Beethoven, Johann Sebastian Bach, Frederic Chopin y otros, se comunicaban con ella desde el más allá, dictándole nuevas composiciones musicales. Esta mujer nunca recibió una formación musical formal avanzada, lo que hizo que sus afirmaciones fueran aún más sorprendentes. Según sus relatos, estos compositores fallecidos le dictaban las partituras, las cuales ella transcribía al papel. Sus obras incluían piezas que supuestamente provenían del estilo característico de cada compositor.

A pesar de la controversia y el escepticismo, algunos músicos y expertos, incluyendo el famoso pianista y pedagogo canadiense Hephzibah Menuhin, hermana del violinista Yehudi Menuhin, reconocieron el talento y la complejidad de las composiciones de Brown

AL CONECTAR CON ATZILUTH, todos accedemos a un torrente de inspiración y creatividad sin límites que trasciende nuestras limitaciones humanas.

Rabí Isaac Luria, uno de los grandes cabalistas, enseña que "la creatividad es un reflejo de la divinidad en el hombre". Es paradójico que el poder ilimitado del ser humano reside en su capacidad para reconocer sus limitaciones, autolimitarse, sabiendo gestionar su placer y proyectarse hacia su mejor versión. La sabiduría del Zohar y la Cábala nos recuerda que dentro de cada ser humano habita un vasto potencial creativo, esperando ser despertado y utilizado para alcanzar una vida de abundancia y realización.

¿Estás listo para desbloquear tu potencial creativo y acceder a un mundo de infinitas posibilidades? La clave está en tu imaginación y compromiso.

El Arte, la profecía y el chamanismo son expresiones del mismo poder creativo que reside dentro del ser humano. En muchas culturas, los chamanes y artistas son intermediarios entre el mundo físico y los reinos espirituales, utilizando su creatividad para traer visiones y conocimientos que pueden transformar la realidad. La magia y el chamanismo, desde esta perspectiva, son métodos para canalizar la energía creativa de lo que aún está por venir. Es decir, pasar del potencial infinito de la creación a la materia. Este es el mundo al que accedieron adivinos, videntes, oráculos, vírgenes, vestales, profetas, chamanes y visionarios… Pero también artistas, pensadores y cualquier otra persona porque todos tenemos acceso. Atziluth es una dimensión interior que permite a los individuos conectar con un nivel superior de conciencia y traer al mundo físico ideas y conceptos que parecen de otra dimensión. A esto se refería Jesús con la frase "Mi *reino no es de este mundo*" Esta conexión no es exclusiva de unos pocos elegidos; todos tenemos la capacidad de conectar con Atziluth y descargar la información y creatividad que este plano ofrece.

Uno de los libros más reconocidos sobre creatividad es "The Artist's Way" de Julia Cameron. Esta obra ha sido una guía esencial para muchos artistas y personas que buscan desarrollar su creatividad. Cameron sostiene que todos tenemos un potencial creativo que puede ser desbloqueado y nos da con las herramientas y técnicas adecuadas. Enfrentar y superar los miedos y dudas que pueden bloquear el flujo creativo es crucial para permitir que la creatividad florezca. Reconectar con la espiritualidad es otra clave fundamental, ya que la creatividad es una expresión espiritual, y reconectarse con esta espiritualidad puede enriquecer la vida creativa. A través de los ejercicios y prácticas recomendadas, los lectores pueden aprender a expresar sus pensamientos y sentimientos de manera más auténtica y libre.

Para fomentar la creatividad, Cameron propone varios ejercicios. Uno de los más importantes es el de las Morning Pages (Páginas Matutinas), que consiste en escribir tres páginas de flujo de conciencia cada mañana para vaciar la mente de preocupaciones que puedan obstaculizar la creatividad. Otro ejercicio es el de las Artist Dates (Citas con el Artista), que implica reservar tiempo cada semana para realizar una actividad en solitario que nutra la creatividad, como visitar un museo o caminar por un lugar inspirador. La visualización y las afirmaciones son herramientas poderosas para cultivar una mentalidad abierta a nuevas ideas. Finalmente, los ejercicios de exploración personal, que invitan a los lectores a explorar sus deseos, sueños y metas, pueden desbloquear nuevas fuentes de inspiración.

Dios creó al ser humano a su imagen y semejanza, dotándolo con una capacidad única para la creatividad, la habilidad de alterar la naturaleza según su voluntad. Esta capacidad de crear y transformar nos diferencia de otras criaturas y nos permite acceder a Atziluth, un mundo de infinitas posibilidades. El poder ilimitado del ser humano no está fuera, está dentro y puede proyectarle hacia su mejor versión y el cumplimiento de su propósito. La sabiduría del Zohar y la Cábala nos recuerda que dentro de cada uno de nosotros habita un potencial creativo vasto e ilimitado, esperando ser despertado y utilizado para alcanzar una vida de abundancia y realización. ¿Estás listo para desbloquear tu potencial creativo y acceder a un mundo de infinitas posibilidades?

Claves y Beneficios de Ser Creativo

1 Desbloquear la Creatividad Interna: Todos tenemos un potencial creativo que puede ser desbloqueado con las herramientas y técnicas adecuadas.

2 Superar el Miedo y la Autoduda: Es crucial enfrentar y superar los miedos y dudas que pueden bloquear el flujo creativo.

3 Reconectar con la Espiritualidad: La creatividad es una expresión espiritual que puede enriquecer nuestra vida creativa.

4 Fortalecer la Autoexpresión: Aprender a expresar pensamientos y sentimientos de manera más auténtica y libre.

AHORA QUIERO QUE APUNTES:

-¿Qué te comprometes a hacer para aumentar tu creatividad?

-Piensa en un deseo que quieras conseguir y apunta rápido las 20 primeras maneras que se te ocurran para conseguirlo.

COMO SE CREÓ EL UNIVERSO Y EL SER HUMANO SEGÚN LA CÁBALA

"Y dijo Dios: 'Hágase la luz'; y la luz se hizo." (Génesis 1:3)

En las palabras del Génesis, los cabalistas encuentran el sentido oculto de todas las escrituras bíblicas. Descifrar el Génesis implica descubrir todos los secretos del universo. Existe una interpretación cósmica de la cábala y otra interpretación psicológica. En este capítulo te voy a explicar cómo los antiguos sabios entendieron el origen del universo y de las 10 Sefiras o niveles de la realidad desde una perspectiva cósmica.

En tiempos antiguos, ser cabalista y ser científico era lo mismo. No existía la separación en doctrinas o especialidades que tenemos hoy en día. Un cabalista era una persona que buscaba revelar secretos, manifestar luz a través de las escrituras bíblicas o según el sistema de los antiguos sabios. La Cábala era un conocimiento holístico.

En su cosmología, el Tzimtzum que es el equivalente al Big Bang, es el proceso mediante el cual Dios, el Ein Sof (la Luz Infinita), se contrajo para crear el universo en que vivimos. Antes del Tzimtzum, solo existía la infinita y omnipresente Luz de *Ein Sof*. Dicen los cabalistas que hubo una primera creación fallida.

Imagina que estás tratando de contener una luz extremadamente brillante y potente en frágiles vasijas de cristal. Esto es, en esencia, lo que sucedió durante la creación del primer universo, según la cábala. La luz infinita de Dios, conocida como *Ein Sof*, era demasiado intensa para los primeros recipientes que se crearon para contenerla. Este evento místico se conoce como *Shevirat HaKelim*, la ruptura de los recipientes.

Es decir, el primer mal que ocurre en el universo no es la oscuridad, sino el exceso de luz. Piensa en el Sol, podemos quererlo y amarlo, pero si nos acercamos a él nos quemamos. En la Cábala la luz se relaciona con el dar y la oscuridad se relaciona con el recibir. Para que exista la vida debe de existir un balance entre luz y oscuridad. Ese es un ejemplo de la lógica oscilatoria cabalista.

En el primer universo la energía del dar estaba descompensada con la energía del recibir.

Imagina que estás en una habitación completamente oscura y de repente alguien enciende una luz muy brillante. La luz es tan intensa que no puedes ver nada, solo te sientes abrumado por su intensidad. Esto es lo que ocurrió con las primeras emanaciones de luz divina. Para que el universo pudiera existir de una manera equilibrada, esta luz tuvo que ser contenida y distribuida a través de las sefirot. Para entender mejor, pensemos en nuestro día a día. ¿Cuántas veces nos hemos sentido abrumados por nuestras responsabilidades, nuestros miedos o incluso nuestras expectativas? Como estos recipientes, nosotros también podemos "rompernos" bajo la presión. La creación del universo comenzó con la emanación de la luz infinita de Dios. Para que esta luz

pudiera crear un mundo finito, fue necesario contenerla en nuevos recipientes llamados *kelim* que serán las Sefiras. Este proceso fue una contracción de la luz divina para permitir la existencia de un espacio vacío donde el universo pudiera ser creado.

En la primera creación, Dios emanó Su luz en diez recipientes correspondientes a las diez sefirot, cada uno destinado a contener y manifestar diferentes aspectos de la divinidad. Sin embargo, estos primeros recipientes no estaban completamente preparados para contener la intensa luz divina, ya que no estaban conectados entre sí. Estos recipientes se creían especiales, diferentes, superiores a los demás y por ello no cooperaban. La falta de interconexión y de unidad provocó que los recipientes no pudieron soportar la energía divina y se rompieron. Las chispas de luz divina se dispersaron, quedando atrapadas dentro de las klipot, o capas de impureza.

¿Qué pasa cuando enfrentamos un fracaso? ¿Nos sentimos atrapados por el error, incapaces de ver la luz en la situación o simplemente no equilibrados? Eso son las Klipots o cortezas. La ruptura de los recipientes cósmica dio lugar a la existencia de la dualidad y el mal en el mundo, ya que las chispas de luz quedaron atrapadas en las klipot (cascaras). Este evento no solo explica la presencia del mal y la imperfección, sino que también define el propósito espiritual de la humanidad: participar en el *Tikkun* y llegar al *Olam Ha Ba*, lograr la reparación individual y del mundo, elevando y liberando estas chispas de luz a través de acciones santas, *mitzvot* y buenas obras hasta eliminar las klipot que permanecen en esta realidad.

PARA ESTABILIZAR la creación y evitar una nueva ruptura, se introdujo *Daat, la consciencia*, el conocimiento equilibrado y la consciencia de interconexión, en el nuevo esquema de las sefirot. Daat actúa como un balance y mediador, proporcionando estabilidad y armonía en la creación. *Daat* fue incluida como una sefirá invisible que equilibra la luz y asegura que los recipientes puedan contenerla sin romperse. Las sefirot ahora incluyen *Daat*, la consciencia que actúa como un punto de equilibrio.

¿En tu vida cotidiana como se entiende esto? A veces nos sentimos saturados, incapaces de sostener tanto. Eso es en esencia la sensación de ansiedad, nervios, incluso depresión que hoy en día tienen muchas personas. Los cabalistas dirían que existe una solución: balancear la energía. Todo sistema demasiado rígido se acaba rompiendo y esto es lo que le ocurrió al primer universo. Si no queremos rompernos debemos aprender a balancear entre mundo de arriba y mundo de abajo, materia y espíritu, felicidad y preocupación.

Allá donde no hay oscilación hay una grave amenaza de rotura.

CON LA ADICIÓN de *Daat* que es la consciencia de oscilación, así es como fueron creadas las 10 Sefirots o 10 niveles de la realidad.

Esta estructura de diez niveles de realidad no solo se aplica a la cosmogonía, sino también a nuestra psicología y vida diaria. Cada sefirá representa aspectos de nuestra psique y personalidad.

Keter, por ejemplo, es nuestra voluntad más profunda y nuestro propósito último. Equivale en lo psicológico al potencial infinito y la consciencia de plenitud.

Chokmah es la sabiduría instintiva, la búsqueda de sentido vital, la intención en lo que hacemos, la espiritualidad.

Binah es el entendimiento analítico, la mente racional, el controlador y garante de la

identidad personal.

Chesed es la bondad expansiva, la capacidad de perdonarse y perdonar al otro. La capacidad de dar.

Gevurah es la disciplina, el rigor y el juicio necesario para balancear esa bondad. La capacidad de recibir.

Tiferet es la armonía y la belleza que surge del equilibrio entre bondad y disciplina. Es el yo interior, el propósito vital.

Netzach es la perseverancia, las pasiones, el arte, el hedonismo y el placer

Hod es la humildad y el reconocimiento de la gloria divina, el poder de la palabra, la comunicación.

Yesod es la conexión y la fundamentación, las relaciones sociales, el sexo, el ego.

Malkuth es la manifestación de todos estos aspectos en el mundo físico. La materia, lo que tienes, tu trabajo, tu casa.

AHORA, ¿qué pasaría si aplicáramos estos principios a otras áreas de la vida, como la conciencia, el desarrollo personal o incluso la evolución? Si todos los grandes científicos, como Newton y Einstein, encontraron en la cábala una fuente de inspiración, ¿por qué no podríamos nosotros hacer lo mismo?

Tal vez ahora te parezcan extraños estos nombres, pero no te preocupes hablaremos de ellos en profundidad más adelante.

La cábala nos enseña que vivimos en un mundo de matices, no de blanco o negro. La única realidad del universo es la oscilación.

LA MISIÓN de la cábala es la integración de lo divino en lo material, un retorno a la unidad original a través de la revelación y la unificación. Nos embarcamos en el camino de revelar la luz oculta, unificar los opuestos y traer el reino de Dios a la tierra. La cábala nos enseña que en la complejidad y la diversidad de la creación, todo está interconectado y nuestra tarea es hacer visible esta conexión, revelando la luz en cada aspecto de nuestra existencia.

CABALAGRAMA INTENTA ALGO MUY AMBICIOSO: unificar todos los sistemas de crecimiento personal y espiritualidad, basándonos en la estructura del Árbol de la Vida y las 10 sefirot. Al igual que Einstein lo hizo con la física, este libro propone una unificación del crecimiento personal que nos lleve a una comprensión más completa y holística de la realidad y nuestro lugar en ella.

ANTES DE FINALIZAR este capítulo me gustaría darte un dato interesante: ¿Sabías que la creación del universo según la física también puede ser entendida a través de una cronología que se refleja en la formación de las sefirot? Esta cronología no solo nos ofrece una perspectiva cosmogónica, sino también una comprensión profunda de la naturaleza humana y psicológica.

EL PRIMER MOMENTO de la creación es **Keter**, que representa la corona, la fuente de toda creación y pura potencialidad. Este es el Big Bang, el momento inicial en el que el universo comenzó con una explosión infinita de energía y potencialidad. Todo lo que existe hoy comenzó

en este instante como una singularidad infinitamente pequeña y densa que explotó, creando espacio, tiempo y materia.

Luego viene **Jojmá**, la sabiduría, una dimensión expansiva que se corresponde con la primera inflación cósmica. Inmediatamente después del Big Bang, el universo experimentó una rápida expansión llamada inflación cósmica. Esta fase duró una fracción de segundo, pero en ese tiempo el universo se expandió exponencialmente, llenando el espacio con una estructura básica de energía y materia. Se trata de un aspecto masculino de dar.

Biná, que significa entendimiento, es la que divide, la creadora de la forma, representa la formación de partículas subatómicas. A medida que el universo se enfriaba, las partículas subatómicas como quarks y gluones comenzaron a formarse, y estos se combinaron para crear protones y neutrones, los bloques de construcción de los átomos. Se trata de un aspecto femenino de dividir.

Tiferet, que simboliza la belleza y la armonía y el equilibrio, es la etapa de la formación de los núcleos de átomos. En los primeros minutos, después del Big Bang, protones y neutrones se unieron para formar los primeros núcleos atómicos en un proceso conocido como nucleosíntesis. Esto creó núcleos ligeros como el hidrógeno y el helio, sentando las bases para la materia que compone el universo. Se trata de un aspecto central de unir.

Jesed, la misericordia, representa de nuevo una energía de expansión, la era de la radiación expansiva del dar, un tiempo donde el universo era un mar caliente y denso de plasma de electrones y núcleos. Durante estos cientos de miles de años, la radiación dominaba el universo, y la luz no podía viajar libremente debido a la opacidad del plasma. Se trata de un aspecto masculino de dar.

Guevurá, la fuerza y el juicio, de nuevo una energía de restricción se asocia con la formación del átomo de hidrógeno. Una vez más la forma, la limitación. Aproximadamente 380 000 años después del Big Bang, el universo se enfrió lo suficiente para que los electrones se combinaran con los núcleos para formar átomos de hidrógeno. Este proceso, llamado recombinación, permitió que la luz viajara libremente, haciendo el universo transparente y marcando el final de la era de la radiación. Se trata de un aspecto femenino de dividir.

Netzaj, la eternidad y la perseverancia, corresponde a la expansión. La formación de las primeras estrellas. Después de la recombinación, el universo entró en una fase llamada la edad oscura, hasta que la gravedad comenzó a reunir materia, formando las primeras estrellas unos cientos de millones de años después del Big Bang. Estas primeras estrellas iluminaron el universo y comenzaron a producir elementos más pesados a través de la fusión nuclear.

Hod, la gloria y el esplendor, una energía de restricción. Está representada por el evento de la reionización. La radiación de las primeras estrellas y galaxias reionizó el hidrógeno en el universo, haciendo que el gas se volviera una vez más ionizado y transparente a la luz ultravioleta. Este proceso duró cientos de millones de años y cambió la estructura del universo, permitiendo la formación de galaxias y cúmulos de galaxias.

Yesod, que significa fundación, simboliza la formación de cúmulos de galaxias. La gravedad continuó actuando sobre la materia, formando estas estructuras masivas que son los elementos fundamentales del universo a gran escala, creando una red cósmica de materia interconectada.

Finalmente, **Malkut**, el reino, representa la formación de planetas y sistemas estelares. Dentro de las galaxias, las nubes de gas y polvo colapsaron bajo su propia gravedad para formar estrellas y sistemas planetarios. Los planetas comenzaron a formarse alrededor de estrellas jóvenes, y en algunos de estos planetas, como la Tierra, surgieron condiciones adecuadas para el

desarrollo de la vida.

ESTA CRONOLOGÍA de la creación del universo, reflejada en las sefirot, nos muestra cómo cada etapa refleja principios y significados profundos, desde la chispa inicial de creación hasta la manifestación tangible en forma de planetas y sistemas estelares. Este proceso no solo es un evento cósmico, sino también una metáfora para nuestro crecimiento y desarrollo personal.

LOS YJUDIM, LA INTERINCLUSIÓN Y LA UNIFICACIÓN DE TODOS LOS SISTEMAS DE ANÁLISIS DEL SER HUMANO

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ יְהוָה אֶחָד*Shema Yisrael Adonai Eloheinu Adonai Echad*

"Escucha, Israel: El Señor nuestro Dios, el Señor es uno."Deuteronomio 6:4

La palabra "religión" proviene de la palabra latina "*religare*", que significa "reunir". Esta búsqueda ha sido compartida por la religión, la filosofía y la ciencia a lo largo de la historia. Todos han querido encontrar la respuesta única a las mismas preguntas esenciales que yo me enfrenté en mi primera clase de Filosofía.

La humanidad siempre ha buscado un concepto unificado de la realidad. Se trata de una necesidad que nos impulsa a unirnos: hay personas que la encuentran en un equipo de futbol, en una tribu urbana, en una doctrina, en los amigos, en la pareja…

Durante toda la historia hemos estado buscando un mapa. Hemos alcanzado un alto nivel tecnológico, científico, pero vivimos en el momento de la historia donde más separados estamos y más solos nos sentimos y donde los niveles de egoísmo están más altos que nunca.

Hemos llegado a todos los lugares de la tierra, pero aún nos falta un mapa de la consciencia del ser humano. ¿Cómo poder tener una vida plena si no sabes hacia donde has de ir? Imagínate que quieres escalar el Everest sin un plan. ¿Es posible alcanzar la cima sin una ruta marcada? Si finalmente lo consigues, te aseguro que será mucho más difícil que si hubieses seguido la ruta.

Lamentablemente, así es como muchas personas se enfrentan a la vida. Sin un mapa, sin metas, sin plan, improvisando y sin entender por qué actúan como lo hacen.

“Hombre conócete a ti mismo y conocerás el universo” tal como estuvo escrito en el templo de Apolo en Delfos. Los antiguos ya lo sabían. El ser humano tiene el deber de conocer quién es si quiere aprender sobre el mundo en el que vive. El autoconocimiento y la interiorización te permite exteriorizarte (hablaremos de esto más adelante).

¡Muchos se enfrentan a la vida sin un plan y algunos aún esperan que el objetivo venga a ellos! Es como aquellas personas que dicen que “*El Universo les va a traer lo que desean*” como si el mundo o Dios estuviese con una especie de deuda con ellos. Sería lo equivalente a pensar que el Monte Everest va a venir a buscarte a tu casa sólo porque te apetece. ¿Absurdo, verdad?

En la Cábala la existencia es un milagro, una gracia divina de la que debemos estar agradecidos día a día, y no hay mejor manera de agradecer a Dios que completando nosotros el trabajo por él empezado.

LA META de todas las religiones ha sido siempre esa, proporcionar un mapa coherente y unificado de la realidad.

Hoy en día, gracias a la sabiduría de la Cábala y la metodología de Cabalagrama, podemos decir que hemos descubierto el mapa paso a paso.

La esencia de la oración judía del "*Shema Israel*" habla precisamente de eso, radica en la unidad. Todos somos uno. Aunque a veces parezcamos diferentes, contradictorios o incluso opuestos, compartimos un origen común. El Universo se separó debido al Big Bang y con el vino la consciencia de separación, el mal, la soberbia de creerse diferente o mejor a todo lo demás, lo que los cabalistas llaman "la idolatría". La meta de la creación es reunirnos de nuevo, agruparnos nuevamente no desde la perspectiva original, sino reagruparnos después de todo el viaje, reunirnos, ese es el concepto de Teshuva o rectificación.

Albert Einstein soñó con unificar todos los sistemas de la ciencia. Integró la ciencia newtoniana con la física cuántica y descubrió la teoría de la relatividad. Hegel, el filósofo alemán, hablaba que la historia es una mezcla de tesis (A), una antítesis (B) y finalmente se forma una síntesis (A+B) La humanidad va superando sus contradicciones y así es como progresa. Por ejemplo, en la antigua Grecia, Parménides presentaba una teoría donde todo era inmóvil e inmanente, y Heráclito presentaba una filosofía donde todo cambiaba y nada era permanente. Estos dos pensadores tan contradictorios fueron sintetizados por Platón, logrando una visión más completa de la realidad.

En la Cábala, además de la tesis, antítesis y síntesis, existe un concepto clave conocido como la inter inclusión. Todo está dentro de todo y todo se retroalimenta continuamente. Es decir dentro de un huevo de ave está la gallina que nacerá, así como dentro del Big Bang estaba todo lo que vendría después en potencia. La cábala es un pensamiento que se basa en fractales. Todo está dentro de todo. Dentro de nosotros está el futuro y el mundo del mañana, y dentro del Ein Sof está todo lo que aún no se ha revelado. Dentro del bien puede haber el mal, y dentro del mal puede haber el bien.

El primer propósito de la Cábala es revelar toda la luz oculta que existe para ser revelada en el universo. El segundo propósito es unificar los opuestos, dejar atrás el juicio y comenzar a entender que todo forma parte de todo.

Piensa en estas situaciones:

¿Te imaginas agarrar un pez de un río y sacarlo del agua para admirarlo, acariciarlo y darle amor? Lamentablemente, mientras lo haces, este se está quedando sin aliento y se muere porque está fuera del agua. A veces el amor no es bueno, o a veces hacemos algo con intención buena y el resultado es el mal.

Quiero ponerte otro ejemplo: Todos sabemos que la violencia es mala. ¿Ahora que ocurre si te defiendes de alguien porque han entrado a robar a tu casa y a tu familia? No todo el amor es sano ni todo el odio es tóxico.

Dentro del bien puede existir el mal y dentro del mal puede existir el bien. Un exceso de bien puede convertirse en mal, al igual que un exceso de mal puede convertirse en bien.

El mal es solo el bien en una posición incorrecta. Siempre hemos operado con una consciencia binaria juzgando en cuanto a bueno/malo, positivo/negativo, pero la lógica de la Cábala es circular, no es binaria.

Los cabalistas piensan la realidad como las estaciones. En esta lógica circular, no existe el bien o el mal absoluto, simplemente se transita en diferentes posiciones y estados: verano, otoño, invierno y primavera. Si te preguntara cuál de estas estaciones es la más verdadera, esa pregunta no tiene sentido, no podrías elegir una, ya que todas son necesarias y forman parte del ciclo de la vida y de la realidad. No es posible mantener un verano si en algún momento no viene un

invierno. El bien y el mal son energías cíclicas que tienen un motivo de ser.

En la Cábala, no se favorece solo la luz ni solo la oscuridad; se abraza todo a la vez, se acepta la realidad. El error principal de las personas espirituales es ser demasiado dualistas, creer que solo la luz es buena, que solo los que son espirituales se van a salvar y son “los elegidos” y pensar en la espiritualidad como únicamente en la elevación de la consciencia.

Para los cabalistas, Dios ha creado la luz y la oscuridad, y las ha puesto al servicio de la creación.

Estas personas olvidan que existe un "bien" oculto en lo que ellos consideran mal, en el mundo material. El mal nos enseña, es nuestro entrenador. Si todo es obra de Dios, nada le es ajeno. Incluso las noticias negativas, el dinero o quien habla mal de ti, todo es divino y forma parte del plan.

Dicen los cabalistas que cuando echamos la vista atrás, con el tiempo, todo cobra sentido. Incluso aquellas injusticias, desgracias, con el tiempo recordamos aquello y nos damos cuenta de que ha tenido un propósito. ¿No es cierto que a menudo aprendemos más de lo negativo que de lo positivo? Detrás de un evento negativo suele venir un gran aprendizaje y expansión, mientras que detrás de lo positivo debemos imponernos dificultades para seguir aprendiendo y creciendo. ¿Cuántas veces un despido laboral se convierte en la oportunidad de empezar un negocio propio, o una enfermedad nos enseña a valorar más la vida?

PARA ESCRIBIR Cabalagrama me pregunté si el propósito de la unificación, que todas las teorías científicas buscan, podría aplicarse al crecimiento personal. ¿Por qué hay una proliferación de métodos y sistemas en el desarrollo personal? Cada nuevo método solo parece separar más el proceso de unificación indispensable de las vasijas. ¿Y si existiese un sistema que unificase todas las teorías en una sola? ¿Y si pudiéramos unificar ciencia, desarrollo personal y espiritualidad en un solo marco conceptual?

Si la Cábala es el fundamento de todo conocimiento místico occidental. Si Einstein se inspiró en Gershom Scholem y Newton en la Cábala, ¿por qué no aplicar estos principios al crecimiento personal? Al fin y al cabo, la realidad es una y todo está interconectado.

Así me propuse crear una teoría de la unificación de todos los sistemas de pensamiento y filosofías basada en los principios de la Cábala. Eso es Cabalagrama. Un sistema que se estructura bajo los principios de la existencia de 10 estados del ser, equivalentes a las 10 sefirot.

Esta es la visión de la Cábala: una integración de lo divino y lo material, un retorno a la unidad original a través de la revelación y la unificación. Con esta visión, nos embarcamos en el camino de revelar la luz oculta, unificar los opuestos y traer el reino de Dios a la tierra.

UNA GRAN MENTE GLOBAL

"Baal Shem Tov: 'Cuando un alma se eleva, arrastra a todas las demás consigo.'

Después de darme cuenta de que *solo sabía que no sabía nada* y que tenía mucho por aprender, decidí estudiar filosofía con la esperanza de que tal vez así en la carrera conseguiría responder todas las preguntas que tenía. Lamentablemente, me di cuenta de que en la academia, con el conocimiento "normal", no iba a conseguir las respuestas que necesitaba, así que decidí ir a buscarlas en otros lugares. Empecé a buscar en el mundo espiritual, en la metafísica, en la contracultura, en el yoga... Pero nada parecía saciar mi sed de conocimiento.

De hecho, empecé a hacer un recorrido por diferentes prácticas y enseñanzas. Cuando escuché a André Malby por primera vez, me quedé sorprendido y arrollado por una cantidad de conocimiento increíble que parecía sacado de una película de ciencia ficción, pero tan bien hilado y reflexionado, que yo, que me consideraba una persona inteligente y racional, me di cuenta una vez más de que no sabía nada de nada. Bendita ignorancia. Se trataba de un conocimiento místico, espiritual, metafísico, filosófico e incluso científico, pero asombrosamente bajado a tierra, racional y humanista.

Había tenido experiencias con el yoga y la meditación, y con algunos gurús del mundo de la New Age, y había quedado bastante decepcionado. Tenía la sensación de que estaba delante de personas no tan coherentes como inicialmente pensaba. Hablaban del amor, de no desear, del desapego, pero luego no veía que sus actos se relacionasen con ello. Sobre todo, me di cuenta de que para mí la espiritualidad debía una condición básica: una coherencia entre lo que se decía y lo que se hacía.

Impulsado por la sabiduría de André, decidí aprender Cábala.

El objetivo de todo cabalista es volverse un Tzadik, un justo en el sentido más puro y elevado. Un Tzadik es una persona que ha alcanzado un alto nivel de santidad y rectitud, influyendo positivamente en el mundo a través de sus acciones y pensamientos. Este nivel de desarrollo espiritual no solo es una aspiración personal, sino un servicio al mundo. Un tzadik, a través de su comportamiento ejemplar, actúa como un faro de luz, guiando a otros hacia una vida más equilibrada y justa. Transforman la realidad con su presencia y decisiones, marcando una diferencia profunda en su entorno y en la vida de los demás. La influencia de un tzadik se extiende más allá de lo visible, afectando a las almas y a la energía del mundo de maneras sutiles pero poderosas.

Rabí Josef Caro, una figura prominente en la historia de la Cábala, enfrentó un momento de profunda frustración que ejemplifica la búsqueda del tzadik por la sabiduría divina. Un día, llegó a una parte de la halajá de la ley judía que no entendía. A menudo se decía que escuchaba la voz

de un ángel que le dictaba qué hacer y escribir. Sin embargo, este pasaje de la Mishná lo dejó perplejo durante semanas. Obsesionado, se encerró en su estudio, dedicando cada momento a desentrañar el misterio, demostrando una perseverancia y devoción extraordinarias. Esta dedicación es característica de quienes buscan una comprensión más profunda de las verdades divinas y es un testimonio de la intensa labor espiritual que implica ser un tzadik.

Finalmente, logró comprender el pasaje y, lleno de entusiasmo, salió para compartir su descubrimiento. Se dio cuenta de que era la mitad de la noche y la única persona presente era el señor de la limpieza. Se acercó a él y le preguntó: "¿Qué opinas que quiere decir esta frase de la Mishná?" El hombre pensó un minuto y le respondió exactamente lo que a Rabí Caro le había tomado semanas entender. Esta experiencia lo sumió en una profunda depresión. Este incidente revela una profunda verdad sobre la naturaleza del conocimiento y la sabiduría en la tradición cabalística: el entendimiento espiritual no está limitado por la posición o el estatus, sino que fluye a través de todos los seres como parte de una conciencia colectiva.

La historia de Rabí Caro también subraya el concepto de la Neshamá Kolelet, o alma colectiva, en la Cábala. Este principio sugiere que todos estamos conectados a un nivel espiritual profundo, y que la sabiduría puede manifestarse a través de cualquier individuo, independientemente de su rol social. La respuesta del señor de la limpieza no solo fue un acto de sabiduría, sino una demostración de la interconexión de todas las almas, y de cómo la verdad y el conocimiento pueden surgir desde los lugares más inesperados. Esta lección es fundamental para entender que la búsqueda del tzadik no es un camino solitario, sino un viaje compartido, donde cada alma contribuye al despertar y la comprensión colectiva.

El camino hacía convertirse en un Tzadik es una aspiración noble que requiere dedicación, humildad y una profunda conexión con el conocimiento divino. Es una transformación que va más allá del individuo y toca la esencia misma de la humanidad, creando un impacto duradero y significativo en el mundo.

El Ari, otro gran cabalista, al enterarse de la depresión de Rabi Caro, le contó una historia que ilustraba el profundo concepto de la Neshamá Kolelet. En un remoto pueblo de los Pirineos, donde la escasez de agua era una realidad constante, había un hombre que, con gran esfuerzo, subía a la montaña para traer agua al pueblo. Este hombre, con su esfuerzo y dedicación, no solo saciaba su propia sed, sino que también proveía a toda la comunidad. Este acto de servicio simboliza la idea de la Neshamá Kolelet, o alma colectiva, un concepto central en la Cábala.

Una vez bajas el agua de la montaña, todo el mundo puede beber. La Cábala nos enseña un secreto acerca de nuestra alma: todas las almas humanas están conectadas a través de una Neshamá Kolelet, una vasta red espiritual que une a cada individuo con el conocimiento y la sabiduría divina. Este concepto sugiere que el conocimiento y la sabiduría fluyen a través de esta red de almas, permitiendo que ideas y revelaciones similares surjan en diferentes individuos simultáneamente. Así como el hombre que traía agua a su pueblo, cada uno de nosotros puede acceder a una fuente de sabiduría compartida y distribuirla para el beneficio de todos. La conexión espiritual que compartimos nos permite tocar y ser tocados por la sabiduría de otros, haciendo posible un crecimiento y una comprensión colectiva que trasciende las limitaciones individuales.

Rupert Sheldrake, un biólogo y autor contemporáneo, propuso una teoría que resuena con la idea de la Neshamá Kolelet. Su teoría de los campos morfogenéticos sugiere que existen campos invisibles que guían el desarrollo y comportamiento de los organismos. Según Sheldrake, cuando un comportamiento es aprendido por un número suficiente de individuos, se vuelve más fácil

para otros aprenderlo. Estos campos actúan como una memoria colectiva, facilitando la propagación de conocimientos y comportamientos a través de una especie. Esta teoría científica ofrece una perspectiva moderna sobre cómo el conocimiento puede ser compartido y adoptado más fácilmente una vez que alcanza una masa crítica de adopción.

El efecto centésimo mono, una hipótesis popularizada por Lyall Watson, complementa esta visión. Esta hipótesis sugiere que cuando un número crítico de individuos adopta un nuevo comportamiento o conocimiento, este se propaga rápidamente entre toda la población. Este fenómeno demuestra cómo una nueva habilidad o conocimiento puede extenderse rápidamente una vez que alcanza una masa crítica, resonando con la idea cabalística de que la sabiduría y la iluminación no son logros individuales aislados, sino que forman parte de un despertar colectivo.

Todas las mentes están conectadas A lo largo de la historia, ha habido numerosos casos de descubrimientos e invenciones simultáneas en diferentes partes del mundo. Por ejemplo, la invención del cálculo por Isaac Newton y Gottfried Wilhelm Leibniz casi al mismo tiempo, o el desarrollo de la teoría de la evolución por Charles Darwin y Alfred Russel Wallace.

En el año 1831, Joseph Henry, un científico estadounidense, realizó descubrimientos fundamentales en el campo del electromagnetismo. Mientras tanto, al otro lado del Atlántico, en el Reino Unido, Michael Faraday también hacía avances significativos en la misma área. Ambos científicos, sin haber tenido contacto entre ellos, descubrieron la inducción electromagnética casi simultáneamente. Este hecho, aunque sorprendente, no es único en la historia de la ciencia.

Charles Darwin, trabajando en Inglaterra, y Alfred Russel Wallace, en el sudeste asiático, llegaron de manera independiente a conclusiones similares sobre la evolución y la selección natural. A pesar de la distancia geográfica y la falta de comunicación directa, ambos naturalistas desarrollaron teorías que cambiaron nuestra comprensión de la vida en la Tierra. Sus trabajos, realizados en aislamiento, convergieron en una misma verdad científica, sugiriendo una profunda conexión entre las mentes humanas.

Estos ejemplos no se limitan al reino humano. En la naturaleza, se observa un fenómeno similar. En diferentes partes del mundo, las poblaciones de venados han alterado sus patrones de reproducción en respuesta a la presión de caza. Por ejemplo, un estudio publicado en Journal of Wildlife Management encontró que la presión de caza afecta la proporción de sexos y la supervivencia de los ciervos de cola blanca (Odocoileus virginianus): mostraron que, debido a la intensa caza de venados, nacieron más machos, ya que estos tienen mayores probabilidades de dispersarse y sobrevivir. En contraste, en zonas con menos caza, como en algunas áreas protegidas de Escocia, la proporción de hembras aumentó, ya que tienen una mayor capacidad de reproducción a largo plazo. Estos cambios, ocurridos en poblaciones aisladas geográficamente, sugieren una respuesta adaptativa común.

David Bohm, un físico cuántico, propuso la teoría de la interconexión cuántica. Según Bohm, las partículas subatómicas están interconectadas de tal manera que el estado de una partícula puede influir en el estado de otra partícula a distancia, fenómeno conocido como entrelazamiento cuántico. Esta interconexión a nivel fundamental podría ser un ejemplo de cómo la información y los estados pueden compartirse instantáneamente sin contacto directo. Experimentos realizados en el CERN han demostrado este entrelazamiento cuántico, donde partículas separadas por grandes distancias interactúan de manera instantánea, desafiando nuestra comprensión convencional de la comunicación y la causalidad.

El psicólogo Carl Jung introdujo el concepto de sincronicidad, la idea de qué eventos significativamente relacionados pueden ocurrir simultáneamente en diferentes lugares sin una

causa aparente directa. Jung aplicó este concepto para explicar cómo diferentes individuos o especies pueden llegar a comportamientos o conocimientos similares independientemente. Un ejemplo notable es el descubrimiento simultáneo de la estructura del ADN por James Watson y Francis Crick en Inglaterra, y por Rosalind Franklin en Francia, quienes, aunque trabajando de manera independiente, llegaron a la misma conclusión crucial casi al mismo tiempo.

Estos ejemplos y teorías resaltan la idea de que todos estamos interconectados, formando parte de una vasta red de conocimiento y sabiduría compartida. La mente global no es solo una metáfora, sino una realidad tangible en la que nuestras acciones y pensamientos individuales contribuyen a un todo mayor. Vivimos en una supermente global, donde el aprendizaje, la innovación y la evolución se propagan a través de conexiones invisibles, uniendo nuestras experiencias y conocimientos en un tapiz colectivo de entendimiento humano.

A través de esta comprensión, podemos apreciar que nuestras búsquedas personales de sabiduría y verdad están intrínsecamente ligadas a una red más amplia de almas. Al esforzarnos por aprender y crecer, participamos en un proceso colectivo que beneficia a todos, reflejando la profunda unidad que subyace en la diversidad de la experiencia humana. Así, al igual que el hombre en los Pirineos, cada uno de nosotros tiene la capacidad y la responsabilidad de traer agua a la comunidad, de contribuir con nuestra sabiduría y esfuerzo, al bienestar y la iluminación de todos.

AHORA PREGÚNTATE:

¿Alguna vez has tenido alguna intuición o pensamiento o intuición que tengas la sensación que no haya sido tuyo?

TU ANGEL DE LA GUARDA

"Tu ángel guardián siempre es consciente de tu camino y nunca se aparta de ti. — Dante Alighieri

¿Alguna vez has sentido una presencia inexplicable en tu vida? Como una fuerza o un hilo que dirige de manera oculta tu destino. Quizás hayas sentido algo extraño en esos momentos de calma absoluta, cuando el mundo parece detenerse por un instante, y sientes algo más grande observándote. A veces, es la repetición de números en el reloj o una coincidencia que parece demasiado perfecta para ser real. O tal vez, al reflexionar sobre tu vida, te das cuenta de que todo lo que “azarosamente” te ha ocurrido parece tener un sentido y significado.

Un cabalista diría que esto no es mera casualidad; es tu ángel de la guarda, tu conciencia (daat) manifestándose de formas que aún no comprendes. Un maestro me decía: “Nadie puede escapar a su ángel, ni a su destino, ni a su consciencia”.

Mi abuela solía contarme historias sobre nuestro ángel guardián. *"Él siempre está observando, pregúntale y pídele lo que necesites; él te ayudará"*, decía con una convicción y con ojos de ilusión. Desde niño, sentí una especie de llamada interior, una conexión con una intuición especial, una voz silenciosa que me guiaba hacia decisiones importantes. Y puedo decir algo: siempre que he acudido a ella, me ha ayudado.

Tal vez seas escéptico como lo era yo y pienses que todo esto parece sacado de una película de ciencia ficción, pero en este capítulo me gustaría mostrarte una teoría que podría cambiar tu perspectiva.

Una vez empecé a estudiar a André Malby. Me di cuenta de que era la persona más inteligente que había conocido, y lo curioso es que él creía en los ángeles. No solo él, sino también personajes como Philippe de Lyon y Papús, que eran médicos y no solo ellos grandes científicos, pensadores y también los cabalistas. Personas muy racionales y respetables de todos los ámbitos hablaban de estos seres. Eso me extrañó muchísimo a mi mente occidental basada en el método científico. Sinceramente, pensaba que era algo demasiado infantil e ilusorio para ser verdad. Pero decidí dar lugar a la duda ¿qué entendían ellos por ángel?

TAL COMO DECÍA ANDRÉ: Algunos le llaman ángel de la guarda, otros Espíritu Santo, guía, maestro ascendido, bodhisattva, Tara, djinn.

La palabra "ángel" proviene del griego "aggelos", que significa "mensajero". En la cábala, nuestro ángel de la guarda es visto y llamado por algunos como nuestro "madrij rujaní", o guía espiritual. Este concepto también se menciona con los "maguidim" o “malakim”, y hay quien

dice que son las almas de los Justos (Tzadikim) o Maestros Ascendidos de generaciones anteriores que revelan los secretos de la Torah. Ellos nos ayudan a comprender nuestra misión en la vida y nos guían hacia ella.

A lo largo de la historia, diferentes culturas han reconocido la existencia de estos seres espirituales. Los musulmanes los llaman "Barakas", los chinos "Shiens", los hindúes "Devas" y los nativos americanos los conocen como el "Ave de las tribus". Esta creencia en los ángeles es un vínculo de unión entre todas las culturas, una conexión espiritual que trasciende todas las fronteras y épocas. ¿Cuál es el motivo por el cual todas las tradiciones nos hablan de unos seres alados?

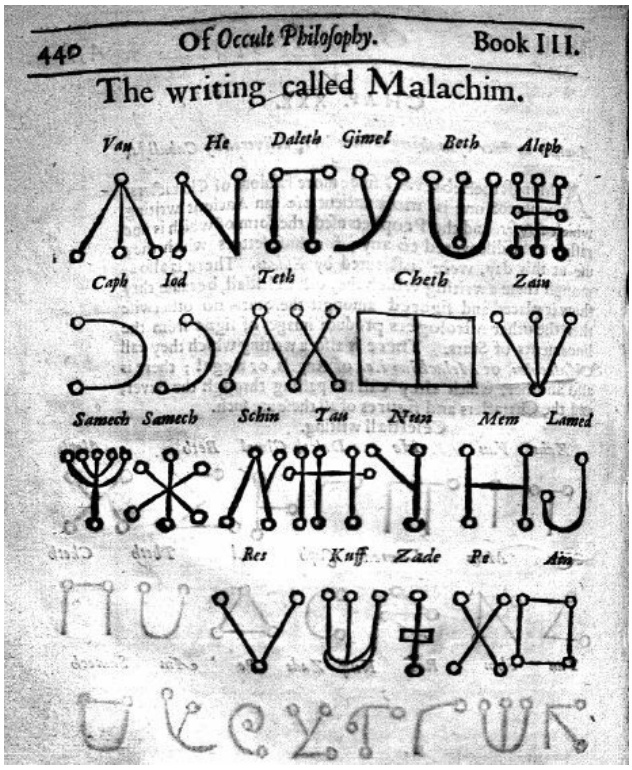
Los ángeles son estados de pensamiento, vibraciones y paquetes de información que podemos descargar y utilizar. Si vibras en una frecuencia de amor y compasión, atraes ángeles que resuenan con esa energía. Este conocimiento nos empodera para crear una vida más consciente y alineada con nuestras aspiraciones más profundas.

Un ángel podría ser un arquetipo de energías y egregores. Carl Jung, el famoso psicólogo, habló de los arquetipos como patrones universales que residen en el inconsciente colectivo. Los egregores, por otro lado, son entidades psíquicas creadas por la energía colectiva de un grupo de personas. Estudios en el campo de la psicología y la sociología validan estas ideas, mostrando cómo nuestros pensamientos y emociones pueden manifestarse en formas tangibles.

En resumen, todos tenemos un guardián invisible que nos cuida y guía. Este ángel de la guarda es una parte integral de nuestro ser, un reflejo de nuestra conciencia y de las energías que atraemos a través de nuestras acciones y pensamientos. Al abrirnos a esta guía, podemos alcanzar niveles de realización que de otro modo serían inalcanzables. Así que, la próxima vez que sientas una presencia o veas una coincidencia sorprendente, recuerda que tu ángel de la guarda está cerca, guiándote hacia tu destino.

Los ángeles que nos rodean pueden ser tanto positivos como negativos. Según el Zóhar, nuestras acciones determinan qué tipo de ángeles atraemos. Cuando actuamos con bondad y compartimos amor, atraemos ángeles positivos y luz a nuestras vidas. En cambio, cuando actuamos de manera egoísta o cruel, atraemos ángeles destructivos. Los ángeles simplemente manifiestan y potencian lo que somos. Son paquetes de energía y vibración, estados de pensamiento y sentimiento que resuenan en la frecuencia en la que estás. ¿No es un reflejo fascinante de cómo nuestras elecciones diarias afectan no solo a nosotros, sino también a las energías invisibles que nos rodean?

Dicen que los ángeles pertenecen o están vinculados a las energías astrales de los planetas, al universo superior al del ser humano que es el Mundo de Briah y que su lenguaje es la geometría sagrada. Existen libros en hebreo, como el Libro de Raziel, donde se describe el lenguaje de los ángeles. Agrippa, por ejemplo, publicó el abecedario de Malakim.



UN CABALISTA me explicó una vez que nuestro ángel de la guarda nos acompaña desde el momento en que nacemos hasta nuestra muerte. Este ángel es como un amigo fiel, un maestro y un compañero espiritual que nos redirige cuando nos desviamos del camino. Cuanto más abiertos estemos a su influencia, más luz podremos traer al mundo, creando conexiones positivas y abriendo puertas que de otro modo permanecerían cerradas. ¿Quién no desea tener una guía tan poderosa y benevolente a su lado?

Este mismo cabalista me reveló un secreto que podría cambiar nuestra visión acerca de estos seres.

Me dijo que el ángel de la guarda es, en realidad, nuestro yo del futuro. Es decir, esta voz que sentimos en ocasiones en nuestro interior, esa intuición podría ser un reflejo de un yo futuro que ya sabe cómo se van a producir los acontecimientos. Los deja-vus, sincronicidades y este tipo de experiencias, serían un reflejo de este “yo del futuro” que nos observa. Y tendría mucha lógica.

La física cuántica valida estas tesis al afirmar que el espacio-tiempo no es lineal y que se puede viajar en el tiempo. Científicos como Albert Einstein y Stephen Hawking han explorado la naturaleza del espacio-tiempo y sus implicaciones, sugiriendo que todo podría estar ocurriendo en el aquí y el ahora.

¿Y si desde siempre hubiésemos tenido una presencia en nuestro interior, vigilándonos, protegiéndonos y diciéndonos hacia donde hemos de ir?

¿Que te hubieses dicho a ti mismo si pudieses volver atrás?

Los ángeles, o "malajim” en hebreo, son considerados como mensajeros que interactúan con nuestras emociones. No pueden vernos, pero pueden sentir nuestras vibraciones y responder a ellas. Son entidades emocionales que pueden influir en los eventos de nuestra vida para bien o para mal, dependiendo de nuestras acciones y estados emocionales. Imagina tener el poder de

atraer energía positiva simplemente manteniendo una actitud amorosa y abierta.

Se dice que el propio Moisés fue tentado por ángeles, por lo que su función no siempre es benevolente hacia nosotros. Se les describe normalmente como ángeles de fuego que custodian y están cerca del trono de Dios. Esta es una de las mayores revelaciones sobre los ángeles: no siempre actúan de manera amable, a veces nos ponen a prueba.

INDEPENDIENTEMENTE DE LO QUE SEAN, podemos decir algo seguro. Los angeles representan energías, estados emocionales, y estos estados se pueden contactar. En la Cábala existe un protocolo para comunicarnos con estos seres y podemos beneficiarnos de sus energías. Pero hay varias normas a seguir:

Primero debemos conocer su nombre y atributo. La comunicación es telepática y siempre se debe hacer con sumo respeto y alta vibración emocional. La meditación cabalística es una herramienta poderosa en este proceso, los cabalistas recomiendan siempre realizarla con respeto divino y bajo la supervisión del arcángel Metatrón. Dicen que incluso con estas técnicas los ángeles pueden manifestarse momentáneamente ante nosotros y desaparecer en forma de humo. ¿No es asombroso pensar que estos seres pueden moverse entre dimensiones, llevando mensajes y sabiduría de los reinos celestiales a la Tierra?

DATOS **Adicionales sobre los Ángeles según la Cábala**

1 El angel depende de la grandeza del alma del Tzadik que recibe secretos del Cielo. Es un ángel que se encarna momentáneamente en el cabalista para que, desde dentro de él, le comunique mensajes celestiales.

2 Ángel en terminología hebrea se dice “malaj” que significa “mensajero”. La mayoría de ellos interactúan con las fuerzas de la naturaleza, y otros están en la Tierra y se comunican con nosotros.

3 La Torah dice que incluso cada tallo de hierba tiene una estrella (ángel) que le dice: ¡crece!

4 Los ángeles son entes emocionales que interactúan con nuestras emociones y no pueden vernos, porque no funcionan con el intelecto sino con las emociones.

5 Lo que sabemos sobre los ángeles:

◦ Son seres inteligentes.
◦ No tienen aspecto humano.
◦ No son terrícolas, son extraterrestres.
◦ Son invisibles a nuestros ojos.
◦ Nos perciben por nuestras emociones.
◦ En base a nuestras emociones, ellos interactúan con nosotros.
◦ Tienen el poder de influir en eventos para bien o para mal.
◦ Pueden ser dominados por un Tzadik.

¿Cómo nos comunicamos con los ángeles?

1. Conocer al ángel: Primero, debemos conocer el nombre del ángel y su atributo.

2. Comunicación telepática: La comunicación con los ángeles es telepática.

3. Meditación cabalística: El medio de comunicación es la meditación cabalística.

4. Permiso divino: Se realiza siempre con el permiso de Hakadosh Baruj Hu y posteriormente de Metatrón.

5. Evitar atrapar a los ángeles: Nunca se debe usar un “kemia” para atraparlos.

6. Razas de ángeles: Existen varias razas de ángeles: Ofanim, Hayot, Kerubim, Serafim.

7. Apariciones momentáneas: Pueden materializarse momentáneamente ante un humano y desaparecer en forma de humo.

8. Viajes dimensionales: Estos ángeles pueden viajar entre dimensiones con sus propios medios o vehículos, como el carro de Ezekiel.

PROCEDIMIENTO DE CABALAGRAMA **para contactar con los paquetes de energía a los que llamamos ángeles.**

1. Realiza el test: Ves al Capítulo Test Básico de Cabalagrama y consulta cuál es tu Sefirotipo actual. Ese es tu estado o vibración en la que te encuentras y, por lo tanto, la que debes usar.

2. Visualiza el nombre de tu ángel: Identifica a tu ángel y visualiza su nombre.

3. Meditación del Templo Interior: Practica esta meditación para conectar con tú yo interior.

MEDITACIÓN DEL TEMPLO **Interior**

Esta técnica consiste en crear tu propio templo mental, tu palacio mental. Grandes personajes de la historia, como Simónides de Ceos, el célebre poeta griego, usaron esta técnica. Según la leyenda, tras el colapso de un edificio tras un terremoto, Simónides pudo identificar a las víctimas gracias a su increíble memoria, desarrollada a través de esta técnica mnemotécnica. Este método no solo mejora la memoria, sino también te conecta con tu yo interior, tu maestro interno o tu ángel de la guarda.

Imagina, cada noche al acostarte, o durante una sesión de meditación, lo siguiente: Cierra los ojos y visualiza un camino serpenteante que asciende por una montaña. A medida que avanzas, observas paisajes de valles y montañas hasta que, finalmente, en la cima, vislumbras un templo majestuoso. Este templo es tu refugio personal, tu santuario interior.

Detente un momento y visualiza:

• ¿Cómo se ve este templo desde afuera?

• ¿Qué detalles lo hacen único? A medida que te acercas, observa cada columna, cada puerta. Con cada paso, siente cómo te aproximas a este lugar sagrado que estás creando en tu mente.

Moldear la realidad con la imaginación

Los cabalistas dicen que el mundo comienza con un pensamiento donde se moldea la realidad. Este ejercicio te invita a comprender que tu situación actual no es inamovible. Puedes cambiar tu vida, tu mentalidad y tus resultados. Crea el templo más bonito y donde te sientas más cómodo.

Visualiza tu templo interior

Imagina cada detalle del exterior y luego, al abrir las puertas, entra en su interior.

Quiero que este templo sea grande, con numerosas salas, jardines secretos y estancias. Deja volar tu imaginación, sin límites. Este es tu templo, un lugar donde te sientas bien, seguro y en paz. Es un lugar sagrado, donde te purificas antes de entrar, dejando atrás pensamientos negativos y entrando con el corazón abierto.

Una vez dentro, recorre el templo y crea un altar detallado, con tu tótem de poder en el centro. Este tótem será tu conexión con lo divino, tu ángel de la guarda. Habla con él, establece

una comunicación, y cuando tengas dudas, pregúntale y escucha la primera respuesta que surja en tu mente. Puede ser un mensaje divino o simplemente tu subconsciente hablando, una parte de ti que rara vez escuchas.

En este templo, delante de este altar interior, plantea tus objetivos diarios y anuales, tus dudas, tus peticiones, tus deseos y decretos al universo, como si ya estuvieran ocurriendo. Al terminar, da las gracias, haz una reverencia y cierra el templo. Este será tu ritual diario, un momento para conectar con tu yo interno y descubrir la sabiduría que llevas dentro. Este es tu espacio interior de poder.

Conocer tu Sefirotipo

Al conocer tu Sefirotipo, verás el lugar y la vibración en la que estás vibrando y el ángel al que puedes dirigirte, ya que es el más cercano a tu vibración. Conectarte mediante tu subconsciente a tu yo del futuro tiene enormes y notables beneficios.

CUANDO TENGAS UN PROBLEMA, *tengas un mal día o simplemente busques algún consejo, recuerda tu ángel de la guarda, tu consciencia o subconsciente (como lo quieras llamar) siempre está a tu disposición para asistirte, impulsarte y potenciarte. ¡Porque en esencia, tu ángel de la guarda eres tú en otra dimensión!*

COMO ELEVAR TU NIVEL DE CONSCIENCIA

"La santidad no está en algún lugar lejano; está aquí, justo en el corazón de nuestra vida diaria. Nuestra tarea es revelarla." - Rav Kook

SEGURAMENTE HAYAS ESCUCHADO a muchas personas en redes sociales o en libros hablar sobre "elevar el nivel de consciencia". Este concepto se ha convertido en un mantra de los tiempos modernos. Quizás sean las mismas personas que te dicen que debes meditar una hora al día para alcanzar la iluminación o que debes cantar mantras o viajar a la India o a otro país para iluminarte. La influencia de las religiones orientales, como el budismo, ha creado un dogma alrededor de la iluminación y la espiritualidad, haciendo parecer que solo unos pocos gurús aventajados tienen acceso a este camino.

Cuando empecé en el mundo de la espiritualidad, cometí el error de creer que el verdadero conocimiento y contacto con lo divino estaban reservados para unos pocos iniciados. Pensaba que el resto de nosotros, simples y pobres mortales, no teníamos acceso a ello. Al adentrarme en la tradición oriental, lo primero que me dijeron fue que debía "eliminar el ego", ya que "el ego es la fuente de todos los problemas". Seguí este consejo al pie de la letra y, años después, me di cuenta de un error grave que nadie advierte: estaba intentando eliminar mi ego a los 16 años. El resultado fue desastroso. Mi autoestima se desplomó porque el ego era "malo". Dejé de desear cosas en la vida porque "hay que contentarse con lo que se tiene, “y pedir mucho es propio del ego y eso eso malo”. En resumen, mi vida se convirtió en algo miserable, lleno de prohibiciones, dogmas, escasez. Me prohibía ser feliz porque no debía apegarme a los resultados. Terminé siendo muy incoherente.

Con el tiempo, entendí que había riesgos y conceptos malentendidos en esta perspectiva de la espiritualidad. Entender de manera parcial las religiones orientales puede llevar a la apatía y la desmotivación. No es bueno eliminar por completo el ego, especialmente antes de los 30 años. En la cábala, el ego no se combate ni se elimina, se trasciende. Y tiene una utilidad. Es esencial tener un ego fuerte hasta los 30, ya que es el vehículo que permite conseguir objetivos. No se puede trascender algo que no se ha experimentado. Si no tienes ego, no puedes eliminarlo. La sociedad y el mundo se rigen por lo material, el dinero y el ego. Oponerse totalmente a ello te lleva a vivir en confrontación con la sociedad, con el mundo, lo cual no es una buena estrategia si el objetivo final es la reintegración, el amor y la unión. He visto muchas personas que por seguir religiones orientales se han visto enemistados con todo su entorno familiar, amigos, etc. En la cábala, el deseo es el eje de la existencia. El deseo, el dinero y el ego se usan como medios para

un fin mayor. No se elimina, se trasciende.

Quizás hayas visto a alguien "espiritual" hablar mal de otra persona, o alguien muy espiritual que no tenía pareja o le iba mal en las relaciones. Según la cábala, eso es un error. El camino espiritual comienza por abajo, en el mundo material. La materia es irrenunciable. Muchas personas buscan la espiritualidad como una vía de escape de las obligaciones mundanas,

De hecho, el ejemplo de Buda, una persona a la que muchos admiran en la sociedad occidental, no es adecuado según el punto de vista cabalista, ya que él abandonó su trabajo, su mujer, hijos y hogar para buscar la iluminación. Desde la perspectiva cabalística, esto es un error. La verdadera espiritualidad se vive en el éxtasis de la cotidianidad no huyendo de ella.

ENTONCES TUVO UN SUEÑO, *en el que veía una escalera apoyada en la tierra, y cuyo extremo tocaba el cielo, y veía que los ángeles de Dios subían y bajaban por ella. Génesis 28:12-13*

¿TE HAS PREGUNTADO alguna vez qué significa realmente el versículo de Jacob, donde se describe cómo los ángeles subían y bajaban por una escalera que llegaba al cielo? Este pasaje bíblico es más que una simple visión; es una poderosa metáfora que nos habla de la naturaleza dual de nuestro camino espiritual. No se trata solo de ascender hacia la iluminación, sino también de descender y aplicar esa sabiduría en nuestra vida cotidiana.

En el libro del Génesis, se narra el sueño de Jacob, en el cual ve una escalera apoyada en la tierra y cuyo extremo superior llega al cielo. Sobre ella, los ángeles de Dios suben y bajan continuamente. Esta imagen refleja una verdad profunda sobre la experiencia espiritual. La escalera no es solo un puente entre dos mundos, sino un camino que debemos transitar de ida y vuelta. Los ángeles representan nuestras aspiraciones, nuestras oraciones y nuestras buenas acciones que ascienden al cielo, y las bendiciones y la sabiduría que descienden a la tierra.

La escalera de Jacob nos recuerda que el viaje espiritual no es unidireccional. En muchas tradiciones espirituales, se enfatiza la importancia de la ascensión, de alcanzar estados elevados de conciencia y de comunión con lo divino. Sin embargo, la verdadera espiritualidad también implica el descenso. Este descenso no es una caída, sino una integración. Los ángeles que suben llevan nuestras intenciones y esfuerzos hacia lo divino, mientras que los que bajan traen de vuelta el conocimiento y las bendiciones para ser aplicados en el mundo material.

En la cábala, esta idea se refleja en la enseñanza de que la verdadera espiritualidad implica la capacidad de moverse entre lo celestial y lo terrenal, equilibrando ambos mundos. No podemos despreciar el mundo material en favor de lo espiritual, ni podemos ignorar lo espiritual en favor de lo material. Ambos aspectos son interdependientes y necesarios para una vida plena y significativa.

Imagina que has alcanzado una comprensión profunda a través de la meditación o la oración. Te sientes lleno de paz y claridad. Sin embargo, el verdadero desafío es llevar esa paz y claridad a tus relaciones, a tu trabajo, a los momentos de conflicto y estrés. La espiritualidad que no se traduce en acciones concretas y beneficios tangibles en el mundo material es incompleta.

La escalera de Jacob nos enseña que debemos aprender a movernos con gracia entre estos dos mundos, integrando nuestras experiencias para lograr un crecimiento auténtico. Los ángeles que suben y bajan son un recordatorio de que nuestra tarea no es solo alcanzar el cielo, sino traer el cielo a la tierra. Esto requiere un compromiso constante de ascenso y descenso, de recibir y

dar, de aprender y aplicar.

La historia de los cuatro sabios que entraron en el Pardés (el jardín del conocimiento) es una de las más reveladoras en la literatura mística judía. Cada uno de ellos representa una respuesta diferente al encuentro con lo divino. De estos sabios, solo uno logró entrar y salir en paz: Rabí Akiva. ¿Qué hizo diferente a Rabí Akiva de los otros tres? La clave está en su capacidad para bajar y reintegrarse en la vida material.

El Talmud relata que Ben Azzai miró y murió, Ben Zoma miró y perdió la cordura, y Elisha ben Avuya (conocido como Ajer) se desvió de la fe. Solo Rabí Akiva "entró en paz y salió en paz". Esta historia es una alegoría del riesgo de perderse en el éxtasis espiritual sin un ancla en la realidad material. Rabí Akiva entendió que la verdadera sabiduría no está en escapar de este mundo, sino en aprender a vivir plenamente en él, utilizando el conocimiento espiritual para enriquecer nuestra existencia diaria.

La historia de los sabios de Pardés es una advertencia sobre los peligros del desequilibrio espiritual. Ben Azzai, quien murió, representa el riesgo de perderse completamente en la búsqueda de lo divino, olvidando la importancia de la vida física. Su muerte simboliza la desconexión total de la realidad material, un destino que puede parecer deseable desde una perspectiva puramente espiritual, pero que es insostenible y trágico.

Ben Zoma, quien perdió la cordura, refleja el peligro de un desequilibrio mental. La intensa experiencia espiritual puede ser abrumadora y, sin una base sólida en la realidad cotidiana, puede llevar a la confusión y la locura. El aislamiento de la realidad práctica puede desestabilizar nuestra mente, haciendo imposible aplicar cualquier sabiduría adquirida.

Elisha ben Avuya, quien se desvió de la fe, ilustra el riesgo de la desilusión espiritual. Al no poder reconciliar su experiencia con la realidad, se apartó del camino de la fe. Su historia nos enseña que una desconexión entre lo espiritual y lo material puede llevarnos a una pérdida de propósito y dirección.

Rabí Akiva, en contraste, es el ejemplo de equilibrio y sabiduría. Entró en el Pardés, exploró las profundidades del conocimiento espiritual, pero nunca perdió de vista la importancia del mundo material. Su capacidad para entrar en paz y salir en paz demuestra su comprensión de que la verdadera espiritualidad es inclusiva y equilibrada. Él no solo buscó lo divino, sino que también supo cómo traerlo de regreso y aplicarlo en la vida cotidiana.

La lección de Rabí Akiva es clara: la espiritualidad debe ser integrada, no escapista. La verdadera sabiduría implica la capacidad de vivir plenamente en ambos mundos. No se trata solo de alcanzar estados elevados de conciencia, sino de aplicar esa conciencia en nuestras relaciones, nuestro trabajo y nuestra vida diaria. Rabí Akiva nos muestra que el viaje espiritual es continuo, un ciclo de ascenso y descenso, de recibir y dar, de aprender y aplicar.

LA VERDADERA ESPIRITUALIDAD no es un escape, sino una integración. Es la capacidad de vivir en el mundo con un corazón abierto y una mente clara, llevando la luz del conocimiento espiritual a cada rincón de nuestra vida. Es aprender a ver lo sagrado en lo profano, lo divino en lo mundano, y a caminar con gracia y equilibrio entre ambos mundos.

EL NOMBRE JACOB tiene un significado profundo en la cábala. Se traduce como "Dios en el talón" o "Dios en lo bajo". Esto nos enseña que la divinidad no reside solo en los lugares elevados, sino también en los aspectos más mundanos y terrenales de la vida. El verdadero

desafío espiritual es encontrar a Dios en cada rincón de nuestra existencia, incluso en los lugares más bajos y oscuros.

La operación Shekiná, o la manifestación de la presencia divina, no es algo que ocurre únicamente en lo alto de los cielos. Es una misión que nos llama a traer la santidad al mundo material, a nuestras relaciones, nuestro trabajo y nuestra vida cotidiana. La espiritualidad auténtica se manifiesta en la forma en que vivimos cada día, en cómo tratamos a los demás y en cómo enfrentamos nuestros desafíos.

La santidad no está en algún lugar lejano; está aquí, justo en el corazón de nuestra vida diaria. Nuestra tarea es revelarla. Este poderoso mensaje del Rav Kook nos invita a reconocer la santidad en nuestras acciones diarias. No necesitamos retirarnos a una cueva o meditar en una montaña para encontrar la espiritualidad. Está presente en cada gesto, en cada decisión, en cada interacción. Nuestra tarea es hacer visible lo invisible, revelar la luz divina que se esconde en lo cotidiano.

EXISTE otra historia que refleja a la perfección este concepto de integración y es la historia de Shimon bar Yochai y su hijo Elazar es una de las más conocidas en el Zohar y la literatura rabínica. Tras esconderse en una cueva durante doce años para escapar de la persecución romana, recibieron un mensaje de Elías el Profeta diciendo que podían salir. Al ver a las personas trabajando, Shimon se indignó y criticó a la gente por abandonar el estudio de la Torá. Dios intervino y les ordenó regresar a la cueva por un año más para aprender a valorar el mundo material. Al salir de nuevo, Shimon comprendió la importancia de equilibrar la espiritualidad y la vida mundana.

Durante su tiempo en la cueva, Shimon y Elazar subsistieron gracias a un árbol de algarrobo y una fuente de agua, dedicándose por completo al estudio de la Torá. Esta experiencia les permitió alcanzar niveles de sabiduría y conexión espiritual inimaginables. Sin embargo, la verdadera prueba llegó al salir de su retiro. Al ver a las personas trabajando, Shimon no pudo evitar sentirse indignado. Para él, dedicarse a las labores mundanas significaba abandonar la vida de estudio y espiritualidad. Esta perspectiva crítica provocó que donde él y su hijo miraban, las cosas se quemaran bajo el peso de su desaprobación. Dios intervino, recordándoles que su misión no era destruir el mundo, sino integrarse en él.

Este mandato divino les enseñó una lección crucial: la santidad no se encuentra solo en lo espiritual, sino también en lo material. Durante el año adicional en la cueva, Shimon y Elazar reflexionaron sobre esta lección. Al salir nuevamente, Shimon había transformado su comprensión, aprendiendo a equilibrar su devoción a la Torá con el respeto y la apreciación por la vida práctica.

EL EGO ESPIRITUAL, el creerse superior por haber meditado más, o ser más espiritual, es otro problema común en las personas que inician en el desarrollo personal.

Muchas personas espirituales se creen con el poder de criticar o juzgar a las personas que no lo son.

En la cábala se dice todo lo contrario. Alguien espiritual es en cierta manera “menos desarrollado” que los demás, porque significa que tiene que estudiar para saber algo que podría saber de forma intuitiva. Así que lamentablemente, si estás leyendo este libro, desarrollando tu consciencia y espiritualidad, es porque tu alma aún tiene que rectificarse. Y la mía que lo escribo

más. Eso es una cura para el ego espiritual.

Hay personas cuya alma ya está rectificada y no necesitan el estudio. Tal vez a esas personas que juzgaríamos como menos espirituales, que trabajan por ejemplo en el campo, y no necesitan leer estos libros para ser completas.

Conclusión: No se tiene un nivel de consciencia más alto por meditar, estudiar o conocer. Y no se tiene un nivel de consciencia más bajo por no hacerlo…

EL SER humano es un ser intermedio, con ángeles arriba en un mundo perfecto y animales abajo en un mundo imperfecto, y ser humano significa por definición que es imposible ser perfecto.

Los conceptos absolutos de la filosofía griega no son aplicables en el día a día. ¿Qué es ser perfectamente bueno o malo? No podemos juzgar estos conceptos correctamente. Un secreto que me reveló un Maestro Rabino es que la mayor espiritualidad está en hacer actos físicos en la materia con una intención espiritual.

El propósito de la creación es bajar el reino de Dios (espiritual) al Mundo (Materia).

CÓMO LLEVARLO **a la práctica**

Un ejercicio que puedes hacer para integrar esta enseñanza en tu vida diaria es visualizar las letras del Tetragrama (Yod He Vav He) en hebreo(יהוה) mientras caminas por la calle o realizas alguna acción cotidiana. Mucho mejor mientras ayudas a alguien o dar caridad o tzedaka. O simplemente bendice a las personas que te encuentras por la calle. Mientras lo haces, recita el Shema Israel: "Shema Israel Adonai Eloheinu Adonai Ejad". Esta práctica te ayudará a recordar que Dios está presente en ti cada momento y en cada acción que realizas. Es una manera de interpretar que Dios accede o aparece en la materia cuando pasamos a la acción con una intención positiva.

Este ejercicio no solo te conecta con lo divino, sino que también te permite experimentar la presencia de Dios en lo cotidiano. Al hacerlo, traes la santidad a cada aspecto de tu vida, transformando lo ordinario en extraordinario. Así, la espiritualidad no se convierte en un escape, sino en una forma de vivir con mayor conciencia y propósito en el mundo material.

EL PROPÓSITO DE LA VIDA

*Biblia Reina-Valera, Y los bendijo **Dios**, y les dijo: Fructificad y **multiplicaos**; llenad la tierra, y sojuzgadla*

Según los cabalistas, secreto último de la existencia se halla en el éxtasis de la vida cotidiana.

¿Pero qué es la vida? ¿Cuál es su propósito? ¿Por qué estamos aquí? ¿Y cómo podemos vivir mejor?

¿Cuál es el motivo principal de la vida? Esta cuestión ha sido objeto de innumerables ensayos, libros y estudios por cientos de místicos, científicos, filósofos… Yo mismo atravesé diversas etapas en esta reflexión. Pasé desde la espiritualidad y el yoga, hasta el misticismo, la ciencia, el ateísmo y el materialismo, deseando encontrar una respuesta. Pero ninguna me lo dio hasta que entendí esto.

Te voy a contar una historia:

-Dice la Biblia: "En el principio existía el Verbo", pero ¿qué era el Verbo? ¿Cuál es el secreto detrás de Palabra?

¿Qué comprensión tendría un hombre si la conociera?

Había una vez un antiguo rey persa que hizo grandes esfuerzos por aprender esta Palabra.

Intentó descubrirlo pidiendo a sus sabios que resumieran todo el conocimiento del mundo.

Ordenó que se reunieran todos los libros que se pudieran escribir y se colocaran en una enorme biblioteca.

Los libros eran llevados a esta antigua ciudad en caravanas abarrotadas.

Y los sabios de esa época trabajaron durante muchos años, recopilando todo el conocimiento disponible en un solo libro.

Pero el rey quería expresar mejor la Palabra Básica.

Dio instrucciones a sus sabios para que redujeran el volumen a una página.

Y obligarlos a reducirlo a una frase.

Y entonces, después de muchos años de estudio, sus filósofos por fin recibieron esta Palabra; una fórmula que resolverá todos los misterios.

Y la ciudad fue destruida en la guerra, y la Palabra se perdió.

¿Pero cuál es?

Por supuesto, su valor es mayor que la riqueza de Persia porque aporta comprensión a la gente. Dos mil años después, a partir de investigaciones científicas, podemos decir que la hemos encontrado. Úsala para conocerte a ti mismo. Y predecir las acciones de otros hombres.

Y esa palabra es: ¡Sobrevive!

La vida tiene un propósito fundamental: ¡Vivir y sobrevivir! Y la función de la mente humana es resolver problemas en la naturaleza para lograr sobrevivir.

Lo más de verdad que se puede decir acerca de la vida, al menos en una etapa inicial, es que esta intenta sobrevivir. Según esta perspectiva, sobrevivir es lo más cierto que se puede estar y la muerte es lo más "equivocado" que alguien puede estar. La vida es un impulso que busca conquistar la muerte a la que se ve arrojada dada su condición estructural limitada.

¿Cuántas filosofías, pensamientos o simplemente reflexiones ha habido en la historia de la humanidad que han dejado de lado este sencillo principio vital? Dicen los cabalistas, la verdad es EMET, la verdad es la vida.

ES CONOCIDO que el pueblo hebreo tiene muchos preceptos y mandamientos, rutinas o rituales que se deben hacer a diario, pero un rabino una vez me explicó algo sorprendente: Ningún precepto, ningún mandamiento es superior a la vida. Si hay que mentir o saltarse, algún precepto para mantener la vida está totalmente justificado.

La verdad es la vida. Y la vida es divina.

Y la mente tiene una función: resolver problemas de la mejor manera para favorecer la supervivencia. Sin embargo, esta no siempre lo hace, a menudo nos sabotea, y nos pasamos la vida preocupados, con miedos, bloqueados, esperando algo que nos falta. Los pensamientos negativos se adueñan de la mente y esta deja de ser efectiva y deja de hacer su función principal: resolver problemas.

Y esto es normal, nuestro cerebro instintivo está diseñado para hacernos centrar en los peligros, los miedos y aquello que es un peligro para nuestra supervivencia. Esto tiene sentido si consideramos que el ser humano ha vivido más de 200 000 años como cazador-recolector en medio de la naturaleza, mientras que apenas llevamos unos 4 000 años de civilización y poco más de 1,500 de lo que llamamos "civilización moderna". Viéndolo así, este tiempo es insignificante en comparación.

Crecimos y vivimos en un mundo lleno de peligros, amenazas y por ello nuestra mente instintiva siempre los está buscando fuera. Sin embargo, en la época actual, un lugar donde el ser humano reina el planeta tierra y se ha ocupado de suprimir la mayor parte de problemas, estos ya no están fuera, sino que están dentro.

Ya no existen la mayor parte de amenazas contra nuestra supervivencia que antes existían: leones, osos, lobos, serpientes, el clima, las estaciones… El ser humano vive y se dirige hacia una época de abundancia, pero nuestra mente animal aún sigue pensando que vive en medio de amenazas y peligros. Por eso tenemos el mayor índice de enfermedades mentales de la historia de la humanidad.

La vida humana se ha dedicado a sobrevivir hasta ahora, pero el propósito último del hombre no es sobrevivir, entendiendo eso como vivir en carencia o en un estado de precariedad.

El objetivo del ser humano es supra vivir, es decir, asegurar de manera completa su supervivencia, cumplir el fin último de la vida que es sobrevivir con holgura. Con ello va a conseguir tiempo para que pueda dedicarse al estudio y a descubrir los secretos del cosmos y de la creación. Tal como decían los antiguos cabalistas que pasará en el Olam Ha Ba. El propósito último del hombre es la metavida. El ser humano encontró una manera de sobrevivir, no se adaptó al medio, sino que adaptó el medio a él.

Su fin último y su medio para sobrevivir es trascender la propia vida. Crear un mundo a su

imagen y semejanza. Y este momento ya se está produciendo gracias a la creación de la inteligencia artificial. Gracias a ello, podremos trascender conceptos y situaciones anteriormente inamovibles para nuestra supervivencia como era la enfermedad, la edad o incluso la muerte. Nos dirigimos hacia la época dorada del Olam Ha ba.

EL SER humano ha dominado la vida y ahora no busca sobrevivir, sino supravivir y para ello hay un principio básico y necesario: tener abundancia.

¿Sabías que cuando un ingeniero diseña un puente y calcula el peso que va a soportar, siempre pone una cantidad unas 3 veces superiores a lo que el puente en sí va a soportar? Es decir, aun sabiendo que nunca va a tener que soportar ese peso, pone una medida de seguridad tres veces mayor. La pregunta que nos deberíamos de hacer es: ¿Por qué no hacemos lo mismo con el dinero? La abundancia contrariamente a lo que se suele pensar no es un regalo o un extra propio de personas caprichosas. La abundancia es la única manera de asegurar tu supervivencia y supra vivencia para ti y para los tuyos en un futuro de incertidumbre.

Si miras en un diccionario, la palabra abundancia significa: *gran cantidad. Riqueza, prosperidad.*

En cambio, la palabra escasez que es su contrario, significa: *Pobreza o falta de lo necesario para subsistir.*

¿Alguna vez alguien te ha dicho alguna frase parecida a "*tienes que encontrar el equilibrio, el punto medio*"?

El concepto de equilibrio o punto medio, desde el punto de vista cabalista, no existe. Todos somos seres desequilibrados y descentrados, que buscan centrarse, pero saben que nunca lo van a lograr totalmente.

El punto medio en la naturaleza no existe. Las cosas se mueven o están paradas. Crecen o se estancan. Viven o mueren. No existe estar medio vivo, o en medio movimiento, o en medio crecimiento. Estos conceptos nos los han inculcado filosofías como la griega, donde se parte de conceptos universales perfectos, pero en la realidad no existen estos conceptos teóricos. La filosofía cabalista parte de la realidad natural, con un principio universal que es: nada está en equilibrio y no existe punto medio, todo oscila. Sí llevamos esto al terreno de la abundancia. Según estudios realizados a los ahorradores estadounidenses. El 80% de trabajadores americanos no tienen más de 5000 dólares ahorrados. El 76% viven dependiendo de los ingresos de su sueldo mensual. La deuda media de un trabajador de clase media es de 84.000 $ dólares.

Tendemos a pensar que vivimos bien en una sociedad occidental de clase media y en cierta manera es cierta. Pero nos olvidamos del principio del ingeniero y el puente: Si quieres asegurar algo, hazlo 3 veces más grande. El mundo humano se rige por el dinero, por lo tanto, si quieres asegurarte la supervivencia en este mundo, debes tener y disponer de abundancia en este aspecto.

En la vida hay un principio que siempre hay que respetar: Todo crece o está muriendo.

¿Te imaginas ir al gimnasio un día y pretender tener músculo para el resto del año sin trabajarlo? ¿Qué crees que pasa cuando una persona en una relación o un trabajo, pretende mantenerlo sin hacerlo crecer y quererlo mejorar?

Todo lo que no se trabaja a diario, lo que no se acciona o perfecciona, muere o decrece.

Deberíamos empezar a ponernos metas perennes sin fecha de fin. Mejorar tu relación, mejorar tu salud y físico, mejorar tus finanzas…

O tienes dinero, riqueza o no tienes lo suficiente para sobrevivir. No existe punto medio.

La abundancia es la única manera de asegurar tu supervivencia y supra vivencia.

Es por ese motivo por el que en la Cábala se presta gran importancia al mundo material y al dinero. Siempre entendiendo a este como una herramienta para la elevación y trascendencia de la consciencia.

Volviendo atrás, el ser humano ha logrado un impresionante crecimiento material y tecnológico en poco tiempo, pero este progreso no ha venido acompañado de un desarrollo interior. Este desbalance es evidente en los altos índices de depresión, ansiedad y divorcios actuales. Según estadísticas, el 49,5% personas se sienten solas y viven lo que se denomina la soledad no deseada. La principal causa de muerte entre menores de 25 años es el suicidio, siendo Escandinavia, uno de los lugares más prósperos del mundo, el que presenta las tasas más altas. Esto demuestra que nuestro modelo de crecimiento no es el adecuado. Hemos conquistado el espacio exterior. Pero queda conquistar un terreno aún inexplorado y desconocido, el espacio interior.

Según la OMS, una de cada tres personas enfrentará una enfermedad mental a lo largo de su vida. Para entender por qué esto sucede, debemos regresar a lo más primordial: la vida. A lo largo de la historia humana, hemos tenido que enfrentarnos a numerosos desafíos, viviendo una vida de lucha y resolución de problemas externos. Cada problema planteaba tres opciones:

1. Pensar en una solución, 2. Actuar para resolverlo o 3. Buscar una alternativa. Este ciclo constante de resolución de problemas es lo que ha impulsado nuestro crecimiento y deseo de avanzar.

Curiosamente, los países con más casos de depresión y suicidio no son los que enfrentan más problemas físicos, como los países subdesarrollados. Si no aquellos países más desarrollados, es decir aquellos con menos problemas.

Y es que los problemas son inherentes a nuestra evolución. Crecimos y prosperamos gracias a solucionar problemas. Nos ponen a prueba, nos hacen mejores, más efectivos y más certeros.

Nuestra mente sigue funcionando como un cazador-recolector, está diseñada para buscar presas y objetivos. La estructura del cerebro, específicamente el sistema reticular, opera basándonos en metas. Los antiguos cabalistas ya sabían esto cuando decían que el deseo es el eje de la existencia. Thomas Edison también lo expresó: "La felicidad se encuentra en el camino hacia el éxito, es decir, en el crecimiento".

Pero no hay ninguna meta u objetivo que puedas conseguir que te garantice la felicidad a largo plazo. La felicidad se encuentra en el proceso de resolver problemas y perseguir objetivos, en el camino.

NUESTRA FILOSOFÍA occidental tiene un problema está basada en absolutos: ser guapo, estar fuerte, ser sano, alcanzando ideales que creemos posibles de lograr. Sin embargo, este enfoque está equivocado por dos razones. Primero, no existen objetivos absolutos. Segundo, aunque logremos acercarnos a esos ideales, nunca seremos completamente felices porque la felicidad proviene del crecimiento, no de conseguir resultados.

Tal como dice Tony Robbins existen dos grandes ciencias que hay que dominar si quieres tener éxito en la vida:

1. La ciencia de conseguir. Esto es establecer metas, conseguir objetivos. Esto nos motiva, pero no nos proporciona felicidad duradera.

2. La ciencia de la realización. Esto es disfrutar de la vida y de lo que se tiene independientemente de lo que sea. Esto sí nos puede proporcionar felicidad.

Deberíamos tener una filosofía personal basada en objetivos perennes, nunca alcanzables en su totalidad y aprender a vivir en plenitud sabiendo que nunca conseguiremos el objetivo final. Ir al gimnasio, tener una gran relación, aprender, ser sabio. Son objetivos que nunca se consiguen, son un camino.

LA VIDA ES un milagro del universo, sostenida casi por gracia divina. Científicamente, si la Tierra estuviera un 1% más cerca o más lejos del sol, la vida no sería posible. La vida lucha contra el destino inexorable del universo que es la muerte. Mientras eso ocurre, la vida no muere; solo el organismo físico lo hace. Nosotros morimos generación tras generación (al menos de momento). Pero genéticamente, nuestro ADN sobrevive y busca perfeccionarse y hallar nuevas alturas y conquistar el universo. Somos "vehículos" de nuestra genética.

En el siglo XXI, la inteligencia artificial va a resolver muchos de nuestros problemas de supervivencia, pero creará un nuevo desafío: Ya no tendremos que preocuparnos tanto por el conocimiento exterior, pues la IA podrá proporcionarnos respuestas inmediatas. Ahora, nuestra atención deberá volverse hacia dentro, hacia el mapa del mundo interior. Y allí es donde la sabiduría de la cábala y Cabalagrama pueden ofrecerte una inestimable ayuda a través del Árbol de la Vida. En este siglo, el crecimiento personal y la espiritualidad serán fundamentales.

Que nadie te diga lo contrario: el propósito de la vida es vivir. Las personas que trabajan como forenses lo saben; incluso en los casos de suicidio se descubre a menudo marcas e indicios de que la persona en el último momento, cuando ha emprendido el camino fatal del suicidio, se da cuenta del error, se arrepiente y quiere sobrevivir en el último momento. Lamentablemente, para algunos ya es demasiado tarde. Cuida la vida porque es un tesoro divino.

Hemos venido a resolver problemas, crecer y avanzar para poder vivir. Toda vida merece ser respetada, vivida y todo problema puede resolverse o aligerarse y no es permanente. La vida es un viaje de crecimiento y autodescubrimiento, y cada paso que damos nos acerca a una comprensión más profunda de quienes somos y el lugar que ocupamos en el universo.

EL ORIGEN DEL SER HUMANO

La ciencia ha tratado de explicar al hombre desde una perspectiva puramente física, defendiendo que este es una especie de "máquina biológica". La espiritualidad, en cambio, ha tratado de hallar el origen y la esencia humana en los reinos mágicos de la supraconciencia.

Algo está claro: si queremos comprender hacia dónde va el ser humano, primero debemos entender su origen y quién o qué es.

Partamos de los hechos. Partamos de la vida. Los biólogos nos dicen que nuestra especie, el *Homo sapiens*, nació de la inadaptación. Se dice que surgimos de una especie de simios que no tuvieron éxito al adaptarse a su medio. Somos seres inadaptados desde el principio. En tiempos de nuestros predecesores, existían diversas especies de homínidos y simios; algunos alcanzaban varios metros de altura, eran gigantes, grandes y bien adaptados. Otros pequeños, veloces y muy certeros. En medio estaba el ser humano que no lograba competir contra ellos.

Si observamos a nuestra especie, no encontramos especiales rasgos a nivel físico. No somos especialmente grandes ni robustos, y no corremos muy rápido. A nivel competitivo, dejamos mucho que desear respecto a otros animales. Sin embargo, hemos logrado dominar el mundo, acabar con miles de especies y multiplicarlos hasta ser millones y seguimos en aumento. Somos la especie dominante del planeta Tierra.

¿Pero cómo se produjo eso? En las tierras de África nació un ser profundamente inadaptado, extraño, que no podía vivir únicamente en los árboles y tuvo que explorar las llanuras para sobrevivir.

Hace miles de años, el clima cambió y los árboles comenzaron a desaparecer, además de estar superpoblados por muchas especies de simios. Al no poder adaptarse, el ser humano descendió a un mundo lleno de amenazas, rápidos depredadores, peligros… Un lugar lleno de problemas.

Existe un fenómeno especial que impulsa al desarrollo en aquellas especies que abandonan su hábitat natural para explorar uno al que no están adaptados y donde se hallan en peligro vital. Las situaciones de supervivencia complicada aceleran la evolución. Y si consiguen sobrevivir se produce una gran expansión.

Esto mismo sucedió millones de años antes cuando una especie de peces poco adaptados se aventuraron a explorar la superficie terrestre y desarrollaron la capacidad de respirar oxígeno. Fueron los anfibios, antecesores de todas las especies que hoy caminan sobre la tierra. Hace millones de años, los océanos estaban llenos de vida y los peces dominaban los mares, eran la especie más exitosa y la que conseguía todos los recursos. Esta situación llegó a tal punto que la proliferación de peces llegó a saturar los mares, aumentando la competencia por los recursos para

sobrevivir. Algunas especies menos competitivas, se atrevieron a explorar la superficie terrestre, un lugar menos habitado, lleno de posibilidades y lleno de recursos, dando lugar a los anfibios. Estos animales en un principio poco adaptados para la vida marina tuvieron un gran éxito evolutivo.

En lo que respecta a la inteligencia, es mucho más inteligente un anfibio que un pez. El motivo de ello es que el anfibio debe pensar desde dos mundos: El mundo bajo el agua y el mundo de la superficie. Es decir, tiene que realizar estrategias para sobrevivir en dos ambientes y densidades diferentes. Lo que provocó que su cerebro fuese más grande. Este tuvo que crecer para poder resolver los problemas de estos dos mundos.

Lo mismo ocurre con el ser humano prehistórico. Esa inadaptación a su hábitat natural le hizo aprender a sobrevivir en circunstancias que no le eran favorables. Y, por lo tanto, esa mayor cantidad de problemas, le hizo pensar más.

Fue así como desarrollamos la capacidad de pensar y la llevamos a límites insospechados en el mundo animal. Descubrimos que somos capaces de encontrar formas de vivir en cada entorno, y gracias a ello dominamos la Tierra y nos adaptamos rápidamente.

El ser humano aprendió las leyes del universo físico y luego las utilizó para avanzar en su conquista. A diferencia de otros animales, los seres humanos no nos adaptamos al medio, sino que adaptamos el medio a nosotros. Aprendimos a doblegar las leyes del universo a nuestro favor. Tal como dice el Génesis: El hombre fue creado a imagen y semejanza De Dios.

LA EMUNAH Y LA EXTERIORIZACIÓN : EL MAPA DE LA VIDA HUMANA

Capítulo: La Virtud de Exteriorizarse

Imagina uno de nuestros antepasados hace 200 000 años, viviendo en una cueva y saliendo a cazar porque tiene hambre. En un bosque hay multitud de estímulos: pájaros, reptiles, insectos, sonidos, plantas… Ahora piensa en este homínido, cuyos sentidos eran capaces de percibir mucho más al estar adaptados al medio. Si caminara sin un objetivo claro, sería imposible centrarse en algo. Dependería de la "caridad del universo" para comer (Así es como lamentablemente muchas personas pretenden hoy en día conseguir sus objetivos) Pero, si tuviera una meta concreta, como encontrar un conejo, fuese capaz de focalizarse en ella lo suficiente y pensar en posibles escenarios para conseguirla. Sus posibilidades de éxito aumentarían significativamente.

¿Qué es lo que permite que las personas puedan conseguir lo que desean?

¿Alguna vez te has preguntado por qué algunas personas parecen navegar por la vida con facilidad mientras otras se sienten atrapadas en un ciclo interminable de dificultades? La respuesta a ambas preguntas puede residir en una virtud esencial del ser humano que lo diferencia del resto de animales: la capacidad de exteriorizarse, salir de sí mismo y visualizar imágenes mentales.

Esta habilidad no solo nos permite reflexionar sobre nuestras acciones, sino también imaginar nuevas posibilidades y caminos a seguir.

¿Alguna vez te has imaginado viéndote desde una perspectiva externa, como si fueras un espectador de tu propia vida? Esta capacidad de autorreflexión es algo especial y único en el ser humano que nos da el poder de entender la realidad desde otras perspectivas y es el origen de nuestra creatividad.

La función de exteriorización la realizan las llamadas neuronas espejo que son un tipo de neuronas de características únicas. Su función es reflejar lo que ven fuera. Son las encargadas de que sintamos empatía, que podamos imitar, que comprendamos las intenciones de los demás y también las encargadas del desarrollo del lenguaje.

¿Alguna vez has visto a alguien caerse y te parece como que te ha dolido? ¿O tal vez hayas visto a alguien llorar o una escena emotiva de una película y lo hiciste tú también? Todo ello se debe a las neuronas espejo.

Este tipo de células nerviosas, también son las encargadas de que por ejemplo nos reconozcamos frente a un espejo. Muy pocos animales son capaces de hacerlo y ello nos dio un poder especial:

Primero, al percibir al otro, eso nos hizo ser conscientes de que nosotros también éramos un

ser y existíamos.

La consciencia es la capacidad de una mente pensante de tener experiencia de su propia existencia. Es decir: una consciencia es una mente consciente de que es consciente. (Valga la redundancia)

En segundo lugar, esta capacidad nos permitió salir de nosotros mismos, imaginarnos de fuera. Pensar en posibilidades que no estaban allí. Crearon la imaginación.

Y ello provocó la aparición del lenguaje simbólico, la abstracción, los conceptos, el pensamiento racional, los mapas, los símbolos. El ser humano para sobrevivir tuvo que aprender a salir de sí mismo, a pensar en probabilidades, a imaginar situaciones hipotéticas y ver cómo conseguía llegar a ellas. Y eso se debió a las circunstancias que atravesó en ese periodo inicial, donde era un homínido inadaptado, incompetente, destinado aparentemente a no sobrevivir frente a las demás especies…

Esta capacidad de proyectarse hacia el futuro en busca de posibilidades, es lo que en la cábala se llama Emunah. El hecho por el que Moisés pudo pasar el mar rojo, por el que David pudo vencer a Goliat o por el que suceden todos los milagros bíblicos es por este concepto. La emunah es una verdad que emana de uno, es la fe en un futuro que no existe aún, la capacidad de proyectar eventos futuros diferentes de lo que nuestros sentidos perciben en el momento. Un perro, un animal, por ejemplo, no puede tener emunah porque no tiene la imaginación para proyectarse en probables escenarios tanto como lo hacemos nosotros.

Siempre que no eres capaz de pensar en alternativas y te sientes “anclado” en la realidad y la consideras inamovible, es porque no estás usando tu emunah.

Ante todos aquellos que en la sociedad actual critican a la fe o la ley de atracción, solo cabe decir algo: La fe y la visualización están ancladas en nuestro ADN, es lo que nos hace humanos. Nuestra capacidad de exteriorizarnos, de plantearnos escenarios diferentes, nos hizo sobrevivir en un ambiente natural que estaba en nuestra contra. El ser humano no se adaptó al medio, hizo trampas, buscó cómo adaptar el medio a él.

FUE esta capacidad para exteriorizarnos la que nos dio la capacidad de crear imágenes mentales. Y allí nace el Arte, las representaciones, la estética… El ser humano vive dominado por sus imágenes mentales.

¿Alguna vez has visto alguien que parece que no tiene ninguna habilidad especial, no es especialmente agraciado, pero cuya autoestima es muy grande y piensa de sí mismo que es un triunfador? ¿Te has fijado que parece que el resto de personas y las circunstancias le sonríen? Incluso a veces llegan a tener parejas, trabajos o grandes éxitos cuando parece aparentemente que no tuviesen esas aptitudes.

O tal vez has visto el caso contrario: alguien que tiene todas las cualidades para triunfar, se ve bien físicamente, tiene dones y talentos. Pero parece haber algo en su interior que le impide crecer y prosperar. Un bloqueo. Esa persona vive anclada en pensamientos limitantes, pena, miedo, tristeza, apatía y eso le impide desplegar todo el potencial que tal vez sería mucho mayor que el del primer caso.

¿Quieres saber que es y cuál es la diferencia entre estos dos individuos? Se trata de las imágenes mentales que ellos proyectan en su interior. Uno proyecta imágenes de triunfo, de éxito. El otro está anclado en imágenes de dolor, miedo, incerteza…

Los antiguos cabalistas ya hablan de estas imágenes mentales, dicen que provienen del reino

de Atziluth. Un lugar infinito en permanente construcción donde se forman las ideas que darán lugar a lo que vemos.

Todo lo que vemos y percibimos, empezó por una idea. Por lo tanto, cada pensamiento que tenemos, sea bueno o malo, positivo o negativo, está creando realidades. La ley de atracción y la visualización son esencialmente nuestra naturaleza como seres humanos.

La calidad de tu vida está profundamente ligada a la calidad de tus imágenes mentales. Si constantemente visualizas problemas y obstáculos, es probable que estos se materialicen en tu realidad a mayor velocidad. Esto es debido a que existe una parte de nuestro cerebro llamado el Sistema Reticular del cerebro, que funciona por objetivos y metas. Este sistema se ocupa de filtrar la realidad para enfocarte en aquello que quieres conseguir. Imagínate que vas caminando por una ciudad que desconoces y te apetece comer un helado. Tu sistema reticular se va a activar buscando heladerías o lugares donde te puedan servir uno. Al cabo de 30 minutos de caminar y buscar consigues encontrar un lugar para tomarte un helado. Es probable que si te has centrado mucho en tu objetivo no te hayas fijado en las joyerías u otras tiendas de la ciudad porque estabas enfocado en un objetivo. Estabas filtrando la realidad con un fin.

Nuestra mente siempre está filtrando basándose en metas y objetivos la realidad. Y nuestra imaginación siempre está proyectando probabilidades y posibles escenarios.

Si en vez de pensar en fracaso, te enfocas en imágenes de éxito y soluciones, encontrarás que tu vida empieza a alinearse con esas visiones positivas. Una vez conocí una persona que tenía mucho dinero y me dijo: Hacer dinero es muy fácil. Si para tu marco de referencia, esta frase es cierta. Tu sistema reticular va a encontrar la manera de hacerla realidad. **La mente siempre busca hacer realidad lo que la imaginación y la intención le proyectan. Y esta no puede pensar en más de una cosa a la vez. Por lo tanto, si piensa en fracaso, no podrá pensar en éxito. Si piensa en miedo, no podrá pensar en amor. Pero también ocurre a la inversa: Si piensa que conseguir lo que quiere es fácil y es capaz de mantener el foco, no puede pensar que no es posible.**

El filósofo estoico Marco Aurelio solía decir que una de sus prácticas diarias al tomar decisiones importantes era la de observarse desde fuera. Esta exteriorización nos brinda una ventaja evolutiva, permitiéndonos evaluar nuestras acciones y pensamientos de manera objetiva. ¿Qué pasaría si aplicaras esta técnica en tu vida diaria? Podrías descubrir que muchas de tus preocupaciones son menos significativas cuando las miras desde una perspectiva más amplia. De hecho, desde una perspectiva suficientemente amplia, todo problema, excepto la muerte, deja de tener importancia.

Sin embargo, no basta con visualizar. Es crucial fijarse metas claras y no ser esclavo de nuestras propias imágenes mentales. Las personas que viven en niveles bajos de consciencia y emocionales tienden a vivir como esclavos de sus propias imaginaciones: eso los lleva a transitar estados más individualistas que los mantienen atrapados en un ciclo de pensamientos negativos, lo que a menudo lleva a la depresión, apatía, miedo, ansiedad…

Nuestra mente racional humana (y divina) es capaz de imaginar, de crear, de pensar en posibilidades (eso es ser optimista). En cambio, nuestra mente animal se preocupa por satisfacer los impulsos primarios. Los estados de ánimo negativos, son dominados por el cerebro reptiliano. Este modo de pensar más animal e instintivo nos limita nuestro potencial y nos hace ver menos opciones en la vida. En cambio, quienes alcanzan estados de consciencia más altos y trascienden esta mente animal, son capaces de crear y modificar sus propias imágenes mentales, lo que les permite a la práctica transformar su realidad. Así es como nacen los líderes y visionarios.

1. Todos podemos crear, modificar y eliminar imágenes mentales.

2. Toda imagen mental afecta y modifica la manera en que vemos la realidad.

3. La manera en que vemos la realidad, modifica el sentido que les damos a los acontecimientos

4. El sentido que les damos a los acontecimientos determina las acciones que tomamos.

4. Las acciones concretas que tomamos producen resultados concretos en nuestras vidas.

TODO LO QUE TENEMOS HOY, es el resultado de la imagen mental que un día proyectamos. La mente humana es como una especie de proyector de cine donde pasan imágenes cargadas de emociones. Y todo pensamiento tiene masa. Es decir, un pensamiento focalizado el suficiente tiempo con la suficiente acción se convierte en resultado. Esa es la Ley de Proyección.

La ley de Proyección nos dice que obtienes aquello que visualizas y proyectas más a menudo. Por eso, es vital ser conscientes de nuestras imágenes mentales y dirigirlas hacia lo que realmente deseamos. Nuestra capacidad de imaginar, de tener fe en nuestras visiones, es lo que nos ha permitido crecer y desarrollarnos como especie.

La palabra "optimismo" proviene de "opciones". Una persona optimista ve múltiples caminos y posibilidades, mientras que alguien triste suele sentirse atrapado y sin salida. Esto subraya la importancia de mantener una mente abierta y adaptable.

El ser humano, a diferencia de otros animales, tiene la capacidad de representarse a sí mismo en un mapa mental. Esta habilidad de pensamiento abstracto y simbólico nos ha permitido dominar el mundo. Los neandertales, por ejemplo, no usaban símbolos ni amuletos, a diferencia del Homo sapiens, que sí lo hacía. Este uso de símbolos y la capacidad de pensar fuera de uno mismo nos dieron una ventaja evolutiva crucial.

En la vida diaria, esta capacidad de exteriorización y creación de mapas mentales es esencial. Cuando te enfrentas a una decisión importante o a un nuevo desafío, necesitas un "mapa" para guiarte. ¿Cómo escalarías el Everest sin una ruta?

EN SU LIBRO "What They Don’t Teach You at Harvard Business School," Mark H. McCormack relata un fascinante experimento sobre la relación entre la fijación de metas y el éxito, una historia que se ha vuelto emblemática en los círculos de negocios y desarrollo personal.

En 1979, un grupo de investigadores de la Universidad de Harvard llevó a cabo un estudio con los graduados del programa de MBA de ese año. Los investigadores preguntaron a los estudiantes si habían establecido metas claras y específicas para su futuro y si las habían escrito. Las respuestas se dividieron en tres categorías:

1 El 84% de los estudiantes no tenía metas específicas en absoluto.

2 El 13% de los estudiantes tenía metas, pero no las había escrito.

3 Solo el 3% de los estudiantes había escrito sus metas y tenía un plan para lograrlas.

Con estas respuestas, los investigadores concluyeron la primera parte del estudio y dejaron que los graduados siguieran sus caminos.

Diez años después, en 1989, los investigadores volvieron a contactar a los mismos graduados para evaluar su progreso y medir el impacto de tener metas escritas. Los resultados fueron asombrosos:

• El 13% de los graduados que tenían metas no escritas estaba ganando, en promedio, el doble que el 84% que no tenía metas en absoluto.

• El pequeño grupo del 3% que había escrito sus metas estaba ganando, en promedio, diez veces más que el 97% combinado de los otros dos grupos.

La diferencia en los resultados era asombrosa. Los graduados que habían escrito sus metas no solo estaban más enfocados y dirigidos, sino que también tenían una claridad y un propósito que los otros no tenían. Esta claridad les permitió tomar decisiones más efectivas, aprovechar oportunidades y superar obstáculos de manera más eficiente.

El experimento de Harvard demostró la poderosa relación entre la fijación de metas, la claridad de propósito y el éxito a largo plazo. Es un testimonio del poder de tener un plan claro y la determinación para seguirlo. Las metas escritas actúan como un mapa, guiando a las personas hacia sus objetivos y ayudándolas a mantenerse en el camino correcto, incluso cuando las circunstancias cambian o surgen desafíos inesperados.

Nuestros antepasados se dieron cuenta de algo remarcable: Pensar o imaginar algo con mucha intensidad hacía que sucediese antes! Fue por ese motivo que empezaron a realizar rituales de caza y de fertilidad. Se hizo un estudio en África en tribus primitivas que realizaban dibujos semejantes a lo que encontramos hoy en día en las cuevas como pinturas rupestres, y se descubrió algo fascinante: En todos los casos los miembros de la tribu dibujaban la presa que querían cazar antes de salir a por ella. Nunca después.

Nuestros antepasados se dieron cuenta que cuando te focalizas en algo, lo consigues con mayor facilidad…

ESTE MAPA no es el recorrido en sí, pero es una representación de las posibilidades y caminos que puedes transitar. El hemisferio izquierdo de nuestro cerebro imagina, el derecho analiza, y nuestra consciencia proyecta estas imágenes en nuestra mente.

Crear, modificar y controlar nuestras imágenes mentales es una habilidad poderosa que todos tenemos a nuestro alcance. Podemos conservarlas, desplazarlas, duplicarlas e incluso destruirlas si es necesario. Este proceso no solo nos permite manejar mejor nuestras emociones y decisiones, sino también influir en nuestra realidad de manera tangible.

Por lo tanto, la virtud de exteriorizarse y manejar nuestras imágenes mentales no es solo una habilidad abstracta, sino una herramienta práctica que puede transformar nuestra vida diaria.

El ser humano se ha transformado en el rey de resolver problemas y, por tanto, en el rey de la evolución. Hemos desarrollado herramientas, lenguaje, y una corteza prefrontal avanzada que nos permite planificar, imaginar y crear.

¿Estás listo para usar esta capacidad y cambiar tu vida? La próxima vez que enfrentes un desafío, intenta observarte desde fuera, crea un mapa mental y visualiza las opciones que tienes. Puede que descubras un camino que nunca habías considerado antes.

LA ESTRUCTURA DE LA MENTE Y LA MAGIA

Para entender nuestra vida, problemas diarios y comportamiento, es fundamental conocer la estructura de la mente. Nuestro cerebro está dividido en dos hemisferios, cada uno con funciones específicas que, al trabajar en conjunto y cooperación nos permiten vivir y prosperar.

Nuestra mente es un mecanismo que busca resolver problemas para sobrevivir.

El hemisferio izquierdo, conocido como el cerebro lógico, se encarga de la racionalidad y el análisis de datos. Es el encargado de percibir, plantear y resolver problemas relacionados con la supervivencia y el bienestar del organismo. Este hemisferio nos ayuda a planificar nuestro día, organizar nuestras tareas y resolver los problemas cotidianos. ¿Alguna vez has hecho una lista de tareas y sentido la satisfacción de tachar cada ítem completado? Esa es la magia del hemisferio izquierdo en acción.

Por otro lado, el hemisferio derecho, conocido como el cerebro emocional, busca sentido, conexión y elevación. Es el responsable de la creatividad, la intuición y las emociones. Cuando escuchamos una canción que nos conmueve o cuando imaginamos un futuro lleno de posibilidades, estamos utilizando nuestro hemisferio derecho. Este hemisferio nos permite soñar y proyectar nuestras metas y aspiraciones.

Además de estos dos hemisferios, tenemos una parte más antigua del cerebro llamada cerebro reptiliano instintivo. Esta sección se encarga de las funciones básicas de supervivencia: buscar placer, evitar el dolor y conservar energía. ¿Te has encontrado alguna vez comiendo de manera impulsiva solo porque tienes hambre? Esa es una respuesta impulsiva del cerebro reptiliano. Ocurre algo remarcable, cuando estamos en periodos de estrés o bajos emocionalmente, nuestro cerebro instintivo toma el control como una medida de supervivencia. Es decir, dejamos de pensar “racionalmente” y somos secuestrados por este modo de pensar más primitivo. Es lo que se llama en ámbito de la psicología un “secuestro por amígdala”. Esto se refiere a las situaciones donde las personas actúan impulsivamente y no son capaces de tener empatía o pensar racionalmente.

Cualquier suceso negativo, periodo de estrés, trauma o recuerdo negativo de un trauma puede activar este secuestro por amígdala en una persona y esta puede dejar de actuar racionalmente y empezar a reaccionar sin pensar frente a los acontecimientos.

La virtud del ser humano, que lo hizo único frente a las demás especies, es que puede decidir como actuar y pensar frente a la situación que tiene delante, es decir, puede proyectar diferentes escenarios probables. En cambio, cuando nos hallamos secuestrados por la amígdala acabamos actuando de manera impulsiva, no racional y reaccionando. Las cárceles, los manicomios, los crímenes se producen en muchas ocasiones por secuestros de amígdala.

¿En qué aspectos de tu vida estás reaccionando y en qué aspectos eres el que toma las decisiones?

OTRA PARTE importante en nuestra mente es el sistema reticular, que actúa como un filtro que decide qué información es importante para nosotros y qué no. Es el responsable de remarcar cosas que son relevantes para nuestros intereses y objetivos. Por ejemplo, cuando decides comprar un coche nuevo y de repente empiezas a ver ese modelo por todas partes, es tu sistema reticular en funcionamiento. No es que las personas se hayan comprado el coche porque lo tienes tú. Nuestra mente es selectiva y se enfoca en aquello que considera significativo y empieza a percibirlo.

La ley de la atracción es un principio que afirma que atraemos a nuestra vida aquello en lo que nos enfocamos. Si mantenemos pensamientos positivos y coherentes con nuestras metas, atraeremos experiencias y oportunidades que resuenen con esos pensamientos. Esto no es solo un concepto esotérico; tiene una base en la psicología y la neurociencia. Nuestro cerebro instintivo, o reptiliano, junto con el sistema reticular, trabajan para filtrar y enfocarse en lo que consideramos importante. Así, si constantemente pensamos en el éxito y visualizamos nuestras metas, nuestra mente empieza a detectar y atraer situaciones y personas que nos acerquen a esos objetivos. Se trata de nuestro filtro desde el que percibimos el mundo.

Si algo tiene la mente humana de diferente del animal es que tiene una capacidad increíble para proyectar "películas mentales". Cuando una persona está emocionalmente sana, esta puede crear, modificar y conservar estas imágenes, lo que se traduce en acciones concretas que tomamos a partir de ellas. Estudios científicos han demostrado que la visualización activa las mismas áreas del cerebro que se activan cuando realizamos físicamente una acción. Esto significa que pensar y hacer es lo mismo para nuestro cerebro. Imaginar un logro con detalle puede prepararnos para alcanzarlo en la realidad.

Por ejemplo, deportistas de élite utilizan la visualización para mejorar su rendimiento. Visualizan cada movimiento, cada detalle de su competencia, y esto les ayuda a mejorar su desempeño real. Del mismo modo, si visualizamos nuestras metas diarias y las sentimos como ya alcanzadas, estamos entrenando a nuestro cerebro para hacerlas realidad.

Entonces, ¿cómo aplicamos todo esto en nuestra vida diaria?

Empezamos por ser conscientes de nuestros pensamientos y emociones.

Pregúntate:

1.¿Cuál es el resultado que quiero obtener?

2.¿Este resultado está alineado con lo que yo quiero ser y mi propósito?

3. ¿Que acciones debo realizar para llegar a conseguir ese resultado?

También puedes preguntarte:

¿Estoy utilizando mi hemisferio izquierdo para planificar y resolver problemas o estoy reaccionando impulsivamente a ellos?

¿Estoy permitiendo que mi hemisferio derecho sueñe y proyecte mis deseos o me estoy quedando atrapado en mi realidad material?

RECUERDA, cada vez que visualizas una meta y actúas coherentemente hacia ella, estás haciendo magia. Estás utilizando tu varita mágica interna para transformar tu realidad. Cada pequeño paso coherente que das es un "abracadabra" en tu vida, creando una sinfonía de logros y

abundancia.

La magia está en la coherencia. La coherencia está en la mente. Y la mente es tu varita mágica. ¿Estás listo para usarla?

ADÁN, EVA, LA SERPIENTE Y LA FISIOLOGÍA DEL CEREBRO

Y dijo Dios: Hagamos un hombre a nuestra imagen, conforme a nuestra semejanza, y que señoree en los peces del mar, y en las aves de los cielos, y en los animales, y en toda la tierra, y en todo el reptil que anda arrastrándose sobre la faz de la tierra. Bereshit 1:26

LA CÁBALA ES una antigua disciplina espiritual que ofrece una visión profunda sobre la creación del universo y nuestra existencia. En su núcleo, la Cábala enseña que todo en el mundo está interconectado y que nuestras acciones, pensamientos y emociones tienen un impacto directo en nuestra realidad. Enfrentamos desafíos diarios, como críticas injustas de nuestro jefe o discusiones con seres queridos. En esos momentos, la sabiduría de la Cábala puede ofrecer respuestas valiosas para encontrar equilibrio y paz.

Dicen los cabalistas que dentro del Genesis (Bereshit) están escondidos todos los secretos que luego se despliegan en la Torah y la Biblia. El relato de Adán y Eva, la expulsión del paraíso y la caída del ser humano pueden ser entendidas desde una novedosa perspectiva que nos acerca a la psicología y la filosofía y sobre todo nos da unos conocimientos que podemos aplicar en nuestro día a día.

En la Cábala, Dios se le considera como el Ein Sof, es decir, algo indefinible de lo que no podemos hablar. Sin embargo, su manifestación más cercana, a lo que podríamos llamar “el concepto humano De Dios” está simbolizado por Kéter, la corona, que es la fuente de toda creación. Kéter representa la conexión más alta y pura con lo divino, un lugar de iluminación y unidad absoluta. Lo que los cabalistas llaman devekut o unión con Dios. Imagina esos momentos en los que te sientes completamente conectado con una persona, una idea o una experiencia, donde todo parece estar en el momento adecuado, en el lugar adecuado y desearías pausar el tiempo, tanto que todo lo demás desaparece. Esa es la esencia de Kéter, un estado donde todo es uno, donde todo posible y donde reside la máxima sabiduría. Keter, la luz, decide crear a Adán del barro de la tierra. Es decir, lo hace moldeable.

Adán, el primer hombre, está asociado con la Séfira de Jojmá, que representa la sabiduría e intuición. Jojmá es el hemisferio derecho de nuestro cerebro, encargado de la creatividad y las ideas abstractas. ¿Cuántas veces has tenido una corazonada que resultó ser correcta? Esa es la energía de Jojmá en acción. Adán, como símbolo de esta intuición, estaba más cerca de Dios porque operaba desde un lugar de conexión pura y no desde el análisis racional. En términos fisiológicos, Adán representa la parte intuitiva de nuestro cerebro, aquella que nos guía a través de sensaciones y corazonadas.

Eva, por otro lado, está asociada con la Séfira de Biná, que simboliza el entendimiento y la razón, el hemisferio izquierdo del cerebro. Biná analiza, disecciona y busca comprender el mundo de manera lógica. Es esa voz interna que te dice que tomes decisiones basadas en datos y hechos. Sin embargo, en el Jardín del Edén, surgió un problema fundamental. Dios dio un mandato.

Y ordenó el Eterno Dios al hombre, diciendo: De todo árbol del jardín podrás comer;

más del árbol del conocimiento del bien y del mal, no comerás; porque en el día que comas de él, morirás.

La orden era muy simple. ¿Pero qué es ese árbol?

La respuesta es sencilla: ¿Qué es el árbol del bien y del mal, sino el juicio? Normalmente, percibimos la realidad desde el juicio de correcto/incorrecto, bueno/malo. Si vas a cualquier cafetería en hora punta y pudieses escuchar de lo que se habla en las mesas, podríamos asegurar que gran parte de ello sería juicio, queja o hablar mal de alguien.

En la Cábala existen dos grandes pecados:

El Shichvat Zera Levatala que es el derramamiento de semen en vano y el Lashon Hará, el difamar o hablar mal de alguien. Los cabalistas entienden que no se debe juzgar o difamar a nadie, aún incluso si sabes que estás en lo cierto. El juicio humano es considerado siempre como algo parcial y limitado. Nuestra mente racional necesita decretar que está bien y que está mal, pero para hacer eso deberíamos saber todo lo que ocurre y ser como Dios y se entiende como una soberbia en querer quitarle su función.

El mal del mundo fue creado por idolatría y por soberbia, es decir, creer que una parte de la realidad es superior y mejor que el resto.

¿Te ha ocurrido alguna vez que has juzgado a alguien y más tarde te has arrepentido de tu juicio o has descubierto que no era exactamente como lo pensaste?

Recuerdo en una ocasión cuando era cocinero en un hotel turístico. Una noche tuvimos un huésped que venía con su familia que estaba completamente bebido. Apenas podía sostenerse de pie. Al lado tenía a su hija de unos 5 años, y mi mente disgustada hizo un juicio evidente: “Este hombre no debería estar en estas condiciones delante de su hija y familia”. Unas horas más tarde, una camarera se me acercó y me explicó la historia. “A este hombre le diagnosticaron un tumor cerebral y le quedan pocos días de vida”. Mi perspectiva de la situación cambió completamente. No digo que sienta que sea correcto el estar en ese estado alcoholizado delante de su hija, pero mi juicio cambió por completo. El 99% de las veces juzgamos las situaciones de esta manera, sin saber realmente todas las condiciones y motivos detrás de las acciones, por lo que el 99% de veces nuestros juicios respecto a las otras personas pueden estar equivocados.

Respecto al árbol del Bien y del Mal, Eva intentó anteponerse a Adán. La razón trató de dominar la intuición. La razón quiso juzgar que estaba bien y que estaba mal, y definir que era mejor y que era peor. Este desequilibrio fue el primer paso hacia la expulsión del paraíso. En términos cerebrales, Eva representa la parte racional, la que busca entender y controlar. Eva intentó entender y juzgar toda la realidad sin el factor emocional, intuitivo y espiritual.

Aquí entra Lilith y la serpiente. En la Cábala, Lilith representa esa fuerza rebelde y destructiva que separa, la tentación de dejar que nuestros deseos e impulsos tomen el control sobre nosotros. La serpiente simboliza el cerebro reptiliano, la parte más primitiva de nuestra mente que es reactiva y actúa de manera impulsiva con envidia, miedo y agresión… La serpiente tentó a Eva cuando ella estaba sola, lo que nos enseña que el mal prospera en la soledad y el desequilibrio. ¿Te has sentido alguna vez atacado por tus propios pensamientos negativos cuando

estás solo o estresado? La lección aquí es que necesitamos mantener un equilibrio y estar en movimiento constante entre las distintas esferas de nuestra vida para evitar caer en la trampa del mal.

Adán y Eva comieron del Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal, desobedeciendo a Dios. Este árbol representa el juicio. Cada vez que juzgamos a alguien o algo, caemos en la dualidad de bueno/malo, guapo/feo. Juzgar nos aleja de la unidad con Dios y del estado de gracia. En tu vida diaria, ¿con qué frecuencia juzgas a los demás o a ti mismo? La Cábala nos advierte que este juicio es lo que nos expulsa del paraíso, de ese estado de paz y conexión.

Como castigo, Dios creó el mundo material y las sefirot, las distintas esferas del Árbol de la Vida, para que los humanos pudieran entrenarse y ganar el mérito de regresar a la unidad. El mal fue creado como entrenamiento para volver a subir por la escalera de la consciencia. En el paraíso, los humanos tenían el "pan de la vergüenza" porque no habían trabajado para ganarse su lugar. Ahora, debemos esforzarnos y superar desafíos para volver a subir. Esto no es algo que ocurrió en el pasado. Hay un proverbio que dice: No hay pasado ni futuro en la Torah. Todo lo que está escrito en la Biblia está sucediendo aquí y ahora. Cada día nos enfrentamos a la expulsión del Paraíso en nuestras vidas. Una discusión con un ser querido, una crítica en el trabajo, son oportunidades para practicar la sabiduría de la Cábala, evitar el juicio y buscar el equilibrio entre la intuición y la razón.

Dicen los cabalistas jasídicos que si quieres que Dios habite en tu interior, debes hacer de tu interior un lugar digno que Dios querría visitar. Es decir tienes que hacer de tu vida un espectáculo digno de un rey. La critica, el enfado, el miedo y todas las emociones negativas no tienen lugar en un palacio. Así que a que esperamos para construir ese paraíso interior? En los próximos capítulos te voy a dar las guías prácticas para hacerlo.

EL ARBOL QUE DA FRUTOS INVERTIDOS

***Zohar**: "El Árbol de la Vida es la fuente de toda vida y el secreto de toda existencia."*

IMAGINA UN ÁRBOL. Sus raíces se extienden hacia el cielo, mientras que sus frutos cuelgan hacia la tierra. Este es el Árbol de la Vida, o Etz Ha'im, un símbolo místico y espiritual que nos enseña sobre la conexión entre el universo espiritual y el mundo material. En este capítulo, exploraremos qué es el Árbol de la Vida, cómo se estructura y por qué entenderlo cómo un árbol invertido puede transformar nuestra percepción del mundo y de nosotros mismos.

El Árbol de la Vida es como un espejo de nuestra existencia. Mientras que los árboles comunes tienen sus raíces en la tierra y sus frutos hacia el cielo, el Árbol de la Vida tiene sus raíces en los reinos superiores: el mundo mental, emocional y espiritual. Los frutos, que representan las manifestaciones materiales, cuelgan hacia abajo, visibles en nuestro mundo tangible. Esto nos enseña que todo lo que experimentamos en el mundo físico es un reflejo de lo que ocurre en niveles más profundos y sutiles de nuestra existencia.

El Árbol de la Vida está compuesto por diez niveles o séfiras, cada una representando un aspecto diferente de la realidad y de nosotros mismos. Estas séfiras están interconectadas y ninguna es más importante que la otra. Lo importante es la interconexión entre ellas. Cada una debe estar en equilibrio para que el Árbol funcione correctamente. Las séfiras pueden ser puntuadas del 1 al 10, teniendo en cuenta la escalera de vibración de emociones que veremos más adelante. Un desequilibrio en una séfira, con una puntuación media menor de 5, desequilibra el árbol entero. No es posible funcionar correctamente con una séfira desequilibrada o bloqueada, especialmente si tiene una puntuación de 5 o menor.

El primer nivel, Kéter, es la fuente divina, la chispa de todo lo que existe. Jojmá es el punto inicial de la creación, la inspiración. Biná representa la concreción de la sabiduría en formas y estructuras. Jésed simboliza la benevolencia y el amor incondicional. Guevurá es la disciplina y el juicio necesario para el crecimiento. Tiféret representa el equilibrio armonioso entre misericordia y severidad. Nétsaj se refiere a la persistencia y la eternidad. Hod encarna la gratitud y la humildad. Yesod es la conexión y el fundamento de las manifestaciones. Finalmente, Maljut es la manifestación final en el mundo físico.

Cada séfira es vital para el equilibrio del Árbol. Un desequilibrio en una séfira afecta a todo el sistema, impidiendo su correcto funcionamiento. Por ejemplo, si la séfira de Guevurá, que representa la severidad y el juicio, está desequilibrada, puede llevar a un exceso de rigidez o a la falta de compasión. Para superar este desequilibrio, es útil oscilar hacia el extremo contrario, en

este caso, hacia Jésed, que representa la misericordia. Este equilibrio es crucial para mantener la armonía y el flujo correcto de energía a través del Árbol. Además, las séfiras pueden ser masculinas (expansivas) o femeninas (restrictivas). Una séfira masculina desequilibrada afecta a su contraria femenina del mismo nivel, y lo mismo ocurre a la inversa.

El Árbol de la Vida también nos enseña sobre la importancia de la oscilación entre elevar nuestra conciencia y materializar nuestras aspiraciones. No se trata solo de alcanzar niveles espirituales superiores, sino también de traer esa sabiduría de vuelta a la tierra, materializando nuestras ideas y sueños. La oscilación entre subir y bajar es lo que mantiene la realidad del Árbol de la Vida, recordándonos que ambos movimientos son igualmente importantes para nuestra realización.

Los niveles intermedios y bajos del Árbol representan estados más individualistas, donde las experiencias y percepciones personales cobran mayor relevancia. Sin embargo, es fundamental recordar que, aunque estos estados son más enfocados en el yo, están intrínsecamente conectados con los niveles superiores de unidad y universalidad. Así, el Árbol de la Vida nos guía en un viaje que comienza con el individuo y se extiende hacia el todo, recordándonos nuestra conexión con algo más grande que nosotros mismos.

Rabí Isaac Luria, uno de los cabalistas más influyentes, dijo: "El Árbol de la Vida es un reflejo del universo. Todo lo que sucede arriba tiene su eco abajo". Esta sabiduría nos recuerda que nuestras acciones y pensamientos en el mundo espiritual impactan profundamente nuestra realidad física. En el Zóhar, el texto principal de la Cábala, se menciona: "El universo entero está contenido en el Árbol de la Vida. Cada séfira es una manifestación de la energía divina".

El Árbol de la Vida es un mapa espiritual que nos ayuda a entender la complejidad de nuestra existencia. Nos enseña que lo que vemos en el mundo material es solo una manifestación de lo que ocurre en niveles más profundos. Nos invita a mantener el equilibrio en todos los aspectos de nuestra vida y a recordar la importancia de oscilar entre elevar nuestra conciencia y materializar nuestras aspiraciones. Al comprender y aplicar estas enseñanzas, podemos alcanzar una vida más plena y armoniosa, conectando lo divino con lo terrenal y lo individual con lo universal.

¿Te has preguntado alguna vez cómo las decisiones que tomas a nivel emocional o espiritual afectan tu vida diaria? Al explorar y equilibrar cada séfira del Árbol de la Vida, puedes descubrir un camino hacia una mayor realización y conexión con el universo.

Imagina que eres un jardinero de tu propio Árbol de la Vida. Cada pensamiento y acción son como nutrientes que afectan el crecimiento y equilibrio del árbol. Si cuidas de cada séfira, asegurando que ninguna esté bloqueada o desequilibrada, tu árbol florecerá, reflejando en tu vida una armonía y plenitud profundas. Como dijo Rabí Yehudá Ashlag: "El propósito de la vida es transformar nuestro egoísmo en altruismo, elevando nuestra alma hacia el infinito".

Reflexiona sobre tu propia vida. ¿Dónde necesitas más equilibrio? ¿Qué séfira requiere más atención? Al hacerlo, te embarcas en un viaje de autoconocimiento y crecimiento espiritual que te permitirá vivir con mayor propósito y conexión con el todo.

AXIOMAS:

-El árbol de la vida es como un árbol invertido, tiene sus raíces arriba y sus frutos abajo, por lo tanto, en el mundo material vemos lo que se produjo en el mundo mental, emocional y espiritual.

-Ningún nivel o Séfira del árbol de la vida es más importante que el otro. Lo importante es la

interconexión entre ellos.

-Las sefiras se pueden puntuar del 1 al 10 teniendo en cuenta la escalera de vibración de emociones (lo veremos después)

-Un desequilibrio en una Séfira (puntuación media menor de 5) desequilibra el árbol entero.

-No es posible funcionar correctamente con una Séfira desequilibrada o bloqueada (puntuación de 5 o menor)

-El bloqueo o desequilibrio de una Séfira puede deberse a la relación con su nivel superior o inferior

-Las sefiras pueden ser masculinas (expansivas) o femeninas (restrictivas)

-Una sefira masculina desequilibrada afecta a su contraria femenina del mismo nivel. Lo mismo ocurre a la inversa.

-No existen sefiras buenas o sefiras malas o mejores o peores.

-Para superar un bloqueo o desequilibrio, suele ser útil oscilar hacia el extremo contrario o subir a un nivel superior.

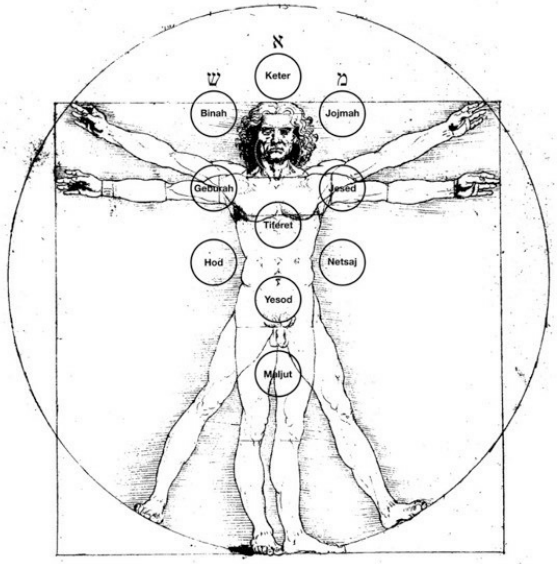
-En el árbol de la vida es tan importante subir, elevar la consciencia, como bajar, materializar.

-La realidad del árbol de la vida es la oscilación.

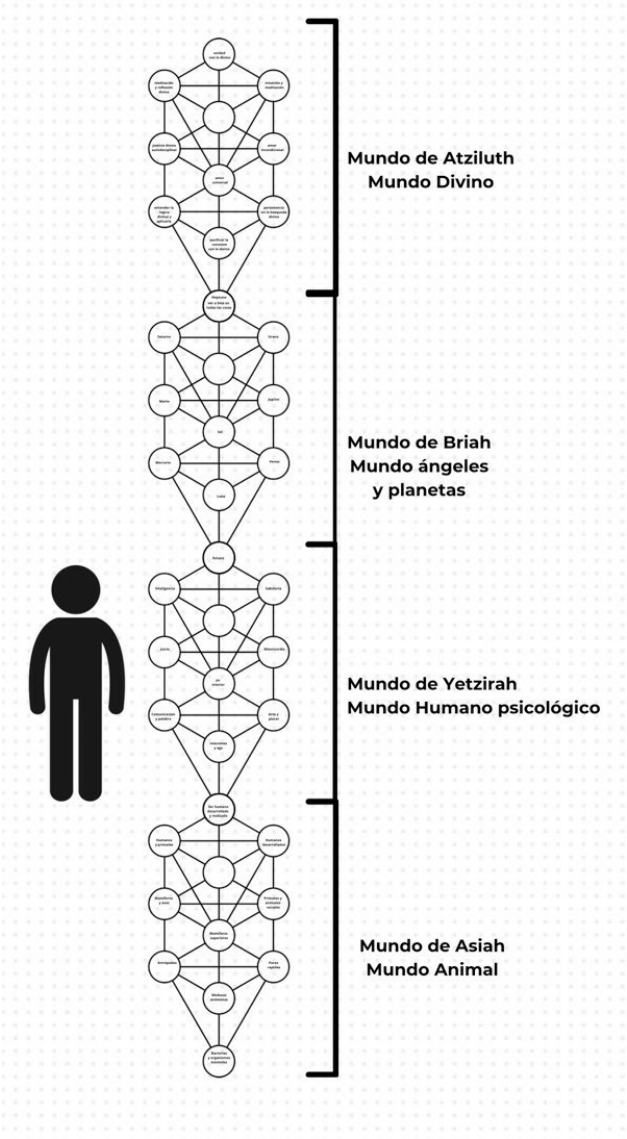
-Los niveles intermedios y bajos de consciencia son estados más individualistas

CICLO DE MANIFESTACION Y LOS 4 MUNDOS

“Las personas esperan lo que el día les va a deparar. En cambio, los días esperan lo que el tzadik va a hacer.” Javier Wolcoff



sefiras	niveles del alma	mundo	función	acción	Letra	elemento
jojma	jaia	atziluth	emanación	visualizar	yod	fuego
binah	Neshama	bria	creación	pensar	he	agua
zeir anpin (6 mundos)	Ruaj	yetzira	formación	sentir	vav	aire
malkuth	nefesh	Assyah	acción	hacer	he	tierra



COMO DIJIMOS en los capítulos anteriores, nuestros pensamientos son el punto de partida para todo lo que manifestamos. Como dice el dicho, "Así como pienso, siento; así como siento, actúo, y así como actúo, tengo". Este es el llamado ciclo de manifestación y es esencial para entender cómo nuestras ideas y deseos se convierten en realidad.

Piensa en tus días cotidianos. ¿Alguna vez has notado cómo tus pensamientos influyen en tus emociones y, eventualmente, en tus acciones? Por ejemplo, si comienzas el día pensando que será terrible, probablemente te sientas desanimado y tus acciones reflejarán esa negatividad. Eventualmente, tu día se convierte en una profecía autocumplida de desánimo y frustración. Este es el ciclo de manifestación en acción: tus pensamientos crean emociones, tus emociones impulsan acciones, y tus acciones producen resultados.

La Cábala ofrece una perspectiva profunda sobre la manifestación afirmando que existen cuatro mundos: Atziluth (Mundo de la Emanación y la imaginación), Beriah (Mundo de la Creación y la razón), Yetzirah (Mundo de la Formación y los sentimientos) y Assiah (Mundo de la Acción y la materia). Estos mundos no son lugares físicos, sino estados de consciencia que

reflejan cómo las ideas se materializan en la realidad. Y cada uno de estos mundos tiene su propio arbol de la vida.

Según los cabalistas, todo lo que ha sido creado ha sido pensado en algún lugar. **Atziluth** es el nivel más alto y abstracto, donde las ideas puras existen. En la vida diaria, esto se relaciona con tus pensamientos, creatividad y creencias más profundas. Si crees que eres capaz y digno, esta creencia emanará y guiará todos tus demás procesos de manifestación. Aquí es donde comienza todo. Pregúntate: ¿Qué ideas estoy emanando al universo a diario? A este Mundo pertenece la creatividad y los valores de contribución.

Una vez que la idea ha emanado, pasa al mundo de la creación, **Beriah**. Aquí, las ideas toman forma conceptual. Es decir se autolimitan para entenderse. Es el momento en que empiezas a visualizar tus metas y sueños. En tu día a día, esto se traduce en la planificación y el establecimiento de objetivos claros. ¿Cómo visualizas tu futuro? ¿Qué pasos estás creando en tu mente? A este mundo pertenece la lógica y los valores como crecimiento.

Después de crear una visión, necesitamos formar un plan concreto en **Yetzirah**, el mundo de la formación, donde tus planes se solidifican. Aquí, tus emociones juegan un papel crucial, ya que impulsan la motivación para actuar. La misma palabra motivación guarda ese significado motiv-acción (el motivo de la acción). En tu vida cotidiana, esto es como trazar un mapa detallado de cómo alcanzar tus objetivos y añadirle pasión. ¿Cómo te sientes respecto a tus planes? ¿Estás formando un camino claro hacia tus metas? A este mundo pertenece la emoción y los valores como amor y reconocimiento.

Finalmente, llegamos al mundo de la acción, **Assiah**, donde las ideas y los planes se manifiestan en la realidad tangible. Este es el momento de ejecutar tus planes con determinación. Es en este mundo donde el trabajo duro y la persistencia se materializan en logros concretos. En tu día a día, esto se refleja en las acciones que tomas para hacer realidad tus sueños. ¿Qué acciones estás tomando hoy para materializar tus objetivos? A este mundo pertenece la acción y los valores como seguridad y reconocimiento.

La clave para una manifestación efectiva es la coherencia entre estos cuatro mundos. Si tus pensamientos están alineados con tus creaciones, tus formaciones y tus acciones, serás capaz de manifestar tus deseos de manera poderosa. En términos prácticos, esto significa mantener una mentalidad positiva, visualizar tus objetivos claramente, formar planes detallados y actuar consistentemente.

¿Conoces la Ley de Murphy? ¿Cuántas veces te ha ocurrido? "Si algo puede salir mal, saldrá mal.” Esta ley puede parecer pesimista, pero nos enseña algo crucial sobre la ley de la atracción. Nuestra mente siempre está manifestando, ya sea positiva o negativamente. Si constantemente pensamos en patrones negativos, atraeremos esos resultados. Por ejemplo, si siempre temes llegar tarde al trabajo, tu mente se enfocará en eso y, de alguna manera, las circunstancias parecerán alinearse para hacerte llegar tarde. Eso es porque nuestra mente no entiende la palabra “NO” (prueba de no imaginar un elefante rojo) . La mente subconsciente solo sabe de afirmaciones. Y esta se centra en lo que se enfoca, sea bueno o sea malo.

La mente humana tiene una capacidad increíble para materializar pensamientos. Como en la alegoría de la caverna de Platón, a menudo estamos atrapados en nuestras propias percepciones y creencias, proyectando nuestras sombras en la realidad. Si enfocamos nuestra mente en lo positivo y lo posible, empezamos a cambiar nuestra realidad.

En la Cábala, llevar tus sueños a la realidad, materializar lo que quieres, cumplir con tu propósito o talento no es solo un deseo, sino un precepto bíblico, una mitzvá. El ser humano fue

creado no solo para contemplar o disfrutar, sino para perfeccionar y trascender la realidad mediante sus acciones. En el trabajo diario, el hombre perfecciona el mundo.

Todos tenemos un don o talento que compartir con los demás y es nuestro deber divino llevarlo a cabo. Un gran pecado para los cabalistas es pensar algo y no hacerlo. Es mucho mejor una acción equivocada que una no acción. Para un cabalista no accionar es no ser coherente.

Si lees las Sagradas Escrituras desde el punto de vista actual, tal vez te sorprendas. En la Biblia hay robos, crímenes, incestos, celos, envidias… Todo lo malo o negativo que podrían tener las personas está reflejado en los escritos bíblicos. Y tal vez te preguntes: ¿por qué? ¿No representa la historia de personas santas o que son dignos de ser llamados profetas? Si lees en profundidad te vas a dar cuenta de algo remarcable: no hay ningún personaje ni ningún profeta bíblico que sea perfecto y que no falle.

Un secreto cabalista es que cada sefira o esfera del arbol de la vida está representada por un profeta o personaje de la Biblia. Y cada historia explicada en las sagradas escrituras presenta los aspectos equilibrados y desequilibrados de estos estados de pensamiento. Por ejemplo: Moisés representa la Séfira de Netzach (hablaremos de ella más adelante) cuyo desequilibrio son los ataques emocionales. En el Antiguo Testamento, en varias ocasiones Moisés pierde los nervios ante Dios. El ejemplo más famoso es cuando tras recibir los 10 mandamientos, Después de descender del monte Sinaí y ver al pueblo de Israel adorando el becerro de oro, Moisés, en un arranque de ira, rompe las tablas de los Diez Mandamientos. A pesar de esta acción impulsiva y negativa, Dios le da a Moisés una segunda oportunidad y le ordena que haga nuevas tablas. En la Biblia Dios perdona una mala acción, da segundas oportunidades, pero no perdona la inacción.

Otro ejemplo es el de Jonás:

Jonás desobedece la orden de Dios de ir a Nínive y trata de huir. Después de ser tragado por un gran pez y pasar tres días y tres noches en su vientre, Jonás ora a Dios, quien lo perdona y lo libera, dándole una segunda oportunidad para cumplir su misión.

En cambio, Dios no perdona la inacción:

En Números 14:20, cuando los israelitas vagan por el desierto. Después de que los espías regresan de explorar la tierra prometida y diez de ellos reportan negativamente, el pueblo de Israel se niega a entrar en la tierra prometida por temor. Dios decide que esa generación no verá la tierra prometida debido a su falta de fe y acción.

En Mateo 25:14 en la parábola de los talentos, un siervo recibe un talento de su amo, pero, en lugar de invertirlo o utilizarlo, lo esconde por temor. Cuando el amo regresa, el siervo es castigado por no haber hecho nada con el talento que le fue dado. Aunque esta parábola está en el Nuevo Testamento, ilustra claramente cómo la inacción es vista negativamente.

LOS ANTIGUOS PATRIARCAS **bíblicos no eran seres contemplativos como los sabios orientales; ellos pasaban a la acción. No eran perfeccionistas. En la cábala el mundo no es perfecto, se debe mejorar y rectificar mediante la acción del ser humano.** Así, materializar tus deseos requiere de una acción decidida y coherente. **Y Dios tolera los fracasos, pero no la inacción**. Traer el mundo de Dios a la tierra es convertir tus ideas en realidad a través de acciones concretas.

LA PRÓXIMA VEZ que te enfrentes a un desafío, pregúntate: ¿Qué pensamientos estoy emitiendo? ¿Cómo estoy creando y formando mis planes? ¿**Qué acciones estoy tomando**? Al

ser coherente en estos cuatro niveles, podrás manifestar una vida más alineada con tus deseos y aspiraciones. Recuerda, el principio de manifestación es la coherencia, y ser capaz de fluir entre estos mundos te permitirá obtener mejores resultados y vivir una vida plena y realizada.

PARA LOS CABALISTAS, toda idea o concepto emana desde los mundos superiores y va descendiendo, dándose forma hasta acabar en acción. Las ideas penden de Atziluth esperando que alguien las emane, les de forma y las materialice en acción. A Dios no le importa tu intención o tus deseos, le importa cómo seas capaz de hacerlos descender a la tierra.

AHORA QUE HEMOS VISTO la influencia de los 4 mundos, vamos a explorar la ley de la atracción desde la perspectiva del Árbol de la Vida de la Cábala. Este árbol místico, que sirve como un mapa del universo y de nuestra propia conciencia, nos guía desde el momento en que una idea emana en Atziluth hasta que se materializa en el mundo físico. Así es como se vería el proceso de manifestación de una idea desde su emanación hasta su materialización.

1 KETER (CORONA):

◦ **Concepto:** La idea pura y potencial.

◦ **Descripción:** En Keter, la idea surge en su forma más pura y abstracta. Es la semilla de la creación, un potencial sin forma ni estructura.

2 Chokmah (Sabiduría):

◦ **Concepto:** La intuición y la inspiración.

◦ **Descripción:** La idea recibe un impulso inicial. Es una chispa de inspiración que no tiene aún una forma definida, pero está llena de energía creativa. Aquí están los visionarios, las ideas disruptivas.

3 Binah (Entendimiento):

◦ **Concepto:** La racionalización y el desarrollo de un plan.

◦ **Descripción:** Aquí, la idea se forma, se estructura y se desarrolla de manera lógica. Se empiezan a definir los detalles, se autolimita y se crea un plan claro y comprensible. Se podría llamar que aquí esta el Goal Setting, la planificación de metas.

4 Tiferet (Belleza):

◦ **Concepto:** La armonía y la integración.

◦ **Descripción:** La idea se equilibra y se armoniza, integrando los aspectos creativos y disciplinados. Es el punto medio donde la idea empieza a tomar una forma más concreta y estética. Se pregunta por el por que y el propósito de esta idea.

5 Chesed (Misericordia):

◦ **Concepto:** La expansión y la visión generosa.

◦ **Descripción:** La idea se expande, considerando todas las posibilidades y oportunidades. Es una fase de generosidad y apertura, donde se contempla cómo la idea puede beneficiar a otros. Se pregunta ¿Qué puedo dar? Aquí esta el amor por el cliente, la contribución.

6 Gevurah (Fuerza):

◦ **Concepto:** La disciplina y la concreción.

◦ **Descripción:** Aquí se introducen los límites y la disciplina necesarios para que la idea no se disperse. Es un proceso de refinamiento y eliminación de excesos. Se pregunta ¿Qué puedo

recibir? Aquí esta el plan de beneficios, las finanzas.

7 Netzach (Victoria):

◦ **Concepto:** La persistencia y el diseño creativo.

◦ **Descripción:** En esta fase, se trabaja en la estética y el diseño de la idea. Es un proceso de creatividad y perseverancia para asegurar que la idea sea atractiva y tenga un impacto duradero. Se pone la idea al servicio del Arte y la estética. Aquí esta el marketing y el diseño.

8 Hod (Esplendor):

◦ **Concepto:** La comunicación y la organización.

◦ **Descripción:** La idea se comunica y se organiza de manera efectiva. Es una fase de claridad y precisión, donde se asegura que todos los detalles estén bien organizados. Se detalla cómo se va a vender y comunicar. Aquí está la comunicación y la venta.

9 Yesod (Fundación):

◦ **Concepto:** La conexión y la fundación.

◦ **Descripción:** La idea se concreta en un plan sólido, su aspecto exterior, social y se conecta con los recursos necesarios para su materialización. Es la fase donde se asegura que todo esté listo para la manifestación. Aquí está la comunicación social, las redes sociales, la imagen exterior.

10 Malkuth (Reino):

◦ **Concepto:** La manifestación y la realización.

◦ **Descripción:** Finalmente, la idea se materializa en el mundo físico. Es la concreción de todo el proceso creativo, donde la idea se hace tangible y real. Aquí esta el producto final.

A LO LARGO de este trayecto, es fundamental mantener la coherencia y la determinación. Recuerda que el universo ama la coherencia. Las ideas en Atziluth están esperando a alguien efectivo y eficiente, capaz de bajarlas y hacerlas realidad. Cada paso en el Árbol de la Vida requiere tu participación activa y consciente, asegurando que cada idea pase de ser un concepto más abstracto a una realidad más palpable. La próxima vez que te enfrentes a un desafío, pregúntate: ¿Estoy siendo efectivo en cada uno de estos niveles? ¿Estoy llevando mis ideas desde la emanación hasta la manifestación con coherencia y determinación? Al hacerlo, no solo estarás trayendo tus sueños a la realidad, sino que también estarás alineándote con el flujo natural del universo, manifestando una vida llena de propósito y realización.

LA ESCALERA DE EMOCIONES

¿Recuerdas algún momento de tu infancia cuando fuiste a la playa o disfrutaste de unas vacaciones especiales? O tal vez, alguna Navidad con tu familia. En esos momentos, la luz parecía más brillante, los colores más vivos, y la vida más plena.

O, por el contrario, algún día gris, donde todo parecía sin vida, sin esperanza. Donde hasta los pájaros parecían tristes. Donde percibías lo negativo de la vida con mayor facilidad.

Según la ciencia, la vida es energía. La energía no se crea ni se destruye, solo se transforma. Y la energía atrae. Un imán no deja de ser un pedazo de metal que tiene mayor energía. El magnetismo y la electricidad son fenómenos energéticos. Cuando un cuerpo muere, deja de tener energía. A mayor energía, mayor magnetismo.

Nuestra percepción de la realidad está profundamente influenciada por nuestras emociones. Científicos y pensadores como los del Instituto HeartMath, David Hawkins y Ron Hubbard, han investigado la "escalera de consciencia" o "escalera emocional". Esta escalera es un modelo que representa los diferentes niveles de consciencia y emociones que experimentamos, y los pone en orden, desde los más bajos y densos hasta los más elevados y ligeros. Cada nivel de esta escalera tiene una vibración particular que afecta directamente nuestra experiencia de la realidad.

David Hawkins, en su libro "Power vs. Force", describe cómo nuestras emociones y estados de consciencia influyen en nuestra vibración energética. Según Hawkins, emociones como la vergüenza, la culpa y el miedo están en la parte baja de la escala, y estas emociones tienen una vibración baja que puede afectar negativamente nuestra salud y bienestar. Por otro lado, emociones como el amor, la paz y la alegría están en la parte alta de la escala y tienen una vibración alta que puede mejorar nuestra vida en muchos aspectos.

El Instituto HeartMath ha realizado experimentos que demuestran cómo nuestras emociones afectan nuestro campo energético. En uno de sus estudios, se midieron las variaciones del ritmo cardíaco de individuos que practicaban técnicas de coherencia cardíaca, que implican generar intencionalmente emociones positivas como la apreciación y el amor. Los resultados mostraron que estas emociones positivas no solo estabilizan el ritmo cardíaco, sino que también armonizan el campo energético del cuerpo, lo que lleva a un mayor bienestar físico y emocional.

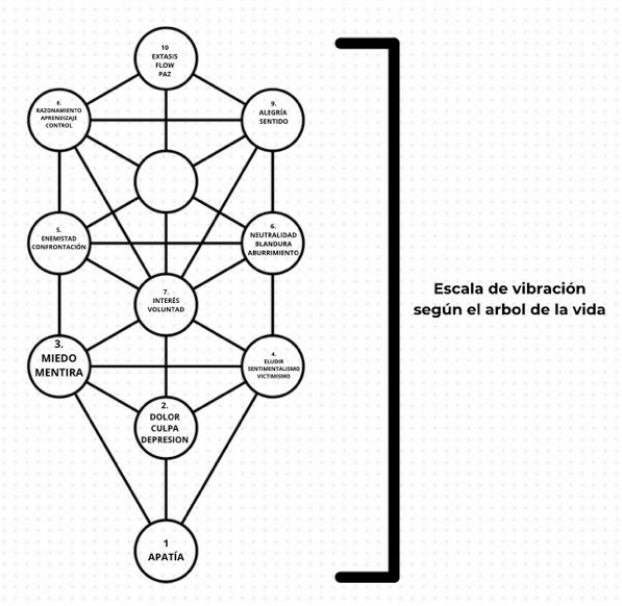
Joe Dispenza también ha realizado numerosos experimentos que exploran cómo nuestros pensamientos y emociones influyen en nuestra realidad física. En sus investigaciones, ha demostrado que las personas que practican la meditación y mantienen una mentalidad positiva pueden experimentar cambios significativos en su biología. Por ejemplo, Dispenza ha documentado casos de personas que han sanado de enfermedades crónicas a través de la meditación y el cambio de sus patrones de pensamiento y emoción.

Los estados bajos de consciencia, como el miedo y la ira, están asociados con lo que muchos llaman la "mente reptiliana". Esta parte de nuestro cerebro está relacionada con instintos básicos y respuestas automáticas de supervivencia, y a menudo se manifiesta en comportamientos egoístas y reacciones impulsivas. En contraste, los estados elevados de consciencia, como el amor y la compasión, están asociados con una parte más evolucionada del cerebro, que promueve la empatía, la creatividad y el pensamiento racional.

Una de las contribuciones más recientes a este campo es la creación del Cabalagrama, que combina la escala de consciencia con las Sefirás de la Cábala y los diez modos de actuar. La Cábala, una antigua tradición mística, describe el árbol de la vida con diez Sefirás, que son manifestaciones de la energía divina. Al fusionar estos conceptos con la escala de consciencia, se ha desarrollado una herramienta llamada la Escalera de Vibración Sefirotica, que ofrece un mapa más completo de cómo nuestras emociones y estados de consciencia influyen en nuestra realidad.

La vida es energía, y al comprender y manejar esta energía a través de nuestras emociones y pensamientos, podemos crear una realidad más plena y satisfactoria.

Sefira	Escalera de Consciencia	Emociones	Estado
malkuth	1. Apatía	Desesperanza	sucumbir
yesod	2. Dolor	Tristeza	inmovil
hod	3. Miedo	Ansiedad	huir
netzach	4. Enfado/sentimentalismo	Frustración	eludir
guevurah	5. Hostilidad	Resentimiento	atacar
jesed	6. Blandura	Conformidad	aceptacion
tifereth	7. Interés	Curiosidad	opciones
Bina	8. Entusiasmo	Optimismo	aprendizaje
jojma	9. Alegría	Felicidad	sentido/conexión
keter	10. Éxtasis	Plenitud	juego



¿TE HA PASADO alguna vez que alguien entra en una habitación y de repente todos los ojos se posan en él o ella? ¿Por qué hay personas que nos caen peor y otras que nos caen mejor sin apenas conocerlas? ¿Te has preguntado alguna vez por qué los bebés parecen atraer miradas y sonrisas dondequiera que vayan? Estas situaciones pueden parecer misteriosas, pero tienen una explicación que radica en la energía electromagnética de las emociones que cada ser humano emite.

La ciencia nos dice que somos seres electromagnéticos. Nuestro corazón y nuestro cerebro, dos de los órganos más importantes, generan campos eléctricos y magnéticos que se pueden medir. Cuando alguien muere, su cuerpo pierde esta electricidad, lo cual nos lleva a preguntarnos sobre la importancia de esta energía durante la vida.

NUMEROSOS ESTUDIOS HAN EXPLORADO la relación entre las emociones y el electromagnetismo humano. El Instituto HeartMath, por ejemplo, ha investigado cómo las emociones afectan al campo electromagnético del corazón. Han descubierto que cuando experimentamos emociones positivas, nuestro campo electromagnético se expande y se vuelve más coherente, mientras que las emociones negativas lo contraen y lo vuelven caótico.

Imagina que tienes una mala experiencia y luego te encuentras con alguien que parece irradiar paz y tranquilidad. ¿Alguna vez te has sentido instantáneamente mejor solo por estar cerca de esa persona? Esto puede explicarse por la coherencia en el campo electromagnético de esa persona que influye en el tuyo. Las emociones, buenas o malas, contagian.

COMO VEMOS, las emociones no solo afectan nuestra salud mental y física, sino que también influyen en nuestra capacidad de atraer o repeler a otros.

EL DOCTOR MICHAEL PERSINGER, neurocientífico, ha investigado cómo el cerebro humano genera campos electromagnéticos que pueden influir en otras personas. Su trabajo

sugiere que los campos generados por el cerebro pueden comunicarse entre sí, afectando nuestros pensamientos y emociones de manera sutil pero poderosa.

Además, el físico Fritz-Albert Popp desarrolló la teoría de la bioluminiscencia, que sugiere que las células del cuerpo humano emiten pequeños destellos de luz. Estos fotones pueden ser una forma de comunicación celular, influenciada por nuestros estados emocionales y mentales.

EL INSTITUTO HEARTMATH ha demostrado que la coherencia cardíaca —un estado en el que el ritmo cardíaco es armonioso y eficiente— puede mejorar nuestra salud y bienestar. Cuando nuestro corazón está en un estado de coherencia, influye positivamente en nuestro cerebro y en los campos electromagnéticos que emitimos. Esto no solo mejora nuestra salud, sino que también afecta a quienes nos rodean, haciendo que nuestro campo electromagnético sea más atractivo y armonioso.

¿CÓMO PODEMOS APLICAR este conocimiento en nuestra vida diaria? Para empezar, ser conscientes de nuestras emociones y trabajar para mantener un estado emocional positivo puede tener un impacto significativo no solo en nuestra propia salud, sino también en nuestras relaciones y en nuestro entorno. Practicar la gratitud, la meditación y la coherencia cardíaca son algunas maneras de mejorar nuestro campo electromagnético.

Imagina comenzar tu día con una meditación de coherencia cardíaca, centrando tus pensamientos en cosas por las que estás agradecido. Al hacerlo, no solo te preparas para un día más positivo y productivo, sino que también te conviertes en un imán para las buenas vibraciones y las personas positivas.

Tony Robbins tenía un seminario muy famoso llamado Live in a Beautiful State, donde básicamente enseñaba a las personas motivos por los cuales poder estar agradecido. Traía siempre como ponentes a enfermos terminales de cancer, personas con enfermedades incurables y siempre eran personas felices, positivas, que agradecían lo que habían vivido. Al ver y percibir estos casos los asistentes se daban cuenta que sus problemas no eran tan importantes. Entrenar la ciencia de vivir feliz con lo que se tiene, independientemente de lo que sea, es algo crucial para tu satisfacción y bienestar.

En conclusión, somos mucho más que carne y hueso. Nuestra energía electromagnética juega un papel crucial en cómo nos sentimos, cómo interactuamos con el mundo y cómo el mundo nos percibe. Al entender y optimizar nuestro campo electromagnético, podemos atraer más positividad y éxito a nuestras vidas, creando un ciclo virtuoso de bienestar y armonía.

De igual manera está comprobado como las emociones negativas y el exceso de cortisol producen enfermedades en nuestro cuerpo.

¿Te has dado cuenta de cómo tus emociones afectan tu entorno? ¿Qué pasos puedes tomar hoy para mejorar tu campo electromagnético y, por ende, tu vida?

MEDITACIÓN DE COHERENCIA **cardíaca**

Para comenzar esta meditación de coherencia cardíaca, busca un lugar tranquilo donde puedas sentarte cómodamente y sin interrupciones. La práctica que realizaremos es una técnica desarrollada por el Instituto HeartMath, conocida por su capacidad para armonizar el ritmo cardíaco y promover un estado de bienestar físico y emocional.

1 Encuentra tu Centro: Siéntate con la espalda recta, relaja los hombros y cierra los ojos suavemente. Tómate un momento para sentir el peso de tu cuerpo contra la superficie donde estás sentado. Haz una respiración profunda y suelta cualquier tensión acumulada al exhalar.

2 Enfoque en el Corazón: Lleva tu atención al área de tu corazón, y tócalo en el centro de tu pecho. Si te ayuda, puedes colocar una mano sobre tu corazón para sentir una conexión más tangible. Imagina que tu respiración fluye dentro y fuera de esta área, como si tu corazón estuviera respirando.

3 Respiración Coherente: Inhala lentamente durante cinco segundos, permitiendo que el aire llene suavemente tus pulmones. Luego, exhala también en cinco segundos, vaciando completamente tus pulmones. Mantén este ritmo de respiración, inhalando y exhalando de manera equilibrada y pausada. La clave es mantener un ritmo constante y relajado.

4 Genera Emociones Positivas: Mientras continúas respirando a través del área de tu corazón, trae a tu mente una emoción positiva. Puede ser un sentimiento de amor, gratitud, aprecio o compasión. Evoca un recuerdo o pensamiento que te haga sentir esa emoción genuinamente. Deja que este sentimiento crezca y llene tu corazón y mente.

5 Mantén el Estado de Coherencia: Permanece en este estado, respirando lenta y profundamente, y sosteniendo la emoción positiva en tu corazón. Si tu mente se desvía, suavemente vuelve tu atención a tu respiración y a la emoción que elegiste. Imagina que cada inhalación y exhalación amplifica este sentimiento positivo en todo tu ser.

6 Visualización de Expansión: Imagina que esta energía positiva en tu corazón se expande con cada respiración, llenando todo tu cuerpo. Visualiza una luz cálida y radiante que fluye desde tu corazón, llenando cada célula de tu cuerpo con bienestar y armonía. Deja que esta luz se extienda más allá de tu cuerpo, irradiando hacia el espacio a tu alrededor.

7 Cierre Suave: Después de unos minutos, comienza a traer tu atención de vuelta al presente. Hazlo suavemente, manteniendo la sensación de calma y bienestar. Toma un par de respiraciones profundas y mueve tus dedos y pies lentamente. Cuando estés listo, abre los ojos.

ESTA MEDITACIÓN la puedes hacer con sólo 5 minutos al día y te vas a dar cuenta de los resultados increíbles que tiene.

LA PREGUNTA que nos hacemos es: ¿Es posible unificar los sistemas de escalas de las emociones en uno solo que tenga como base el árbol de la vida de la cábala? De eso se trata una pieza clave de Cabalagrama. La escala de vibración Sefirótica.

LA CREACIÓN DE LA ESCALERA DE VIBRACIÓN SEFIRÓTICA

David Hawkins, autor del influyente libro "Power vs. Force", nos presenta la teoría de la escalera de emociones. Este modelo describe cómo nuestras emociones y estados de consciencia influyen en nuestra vibración energética. Hawkins categorizó una amplia gama de emociones en una jerarquía, desde las más bajas y densas, como la vergüenza y la culpa, hasta las más elevadas y ligeras, como el amor y la paz. Cada nivel de esta escalera representa un estado de consciencia con su correspondiente frecuencia vibratoria, afectando directamente nuestra experiencia de la realidad.

Por otro lado, la Cábala, una antigua tradición mística, describe el árbol de la vida a través de diez Sefirás. Cada Sefirá representa un aspecto específico de la existencia y de la personalidad humana, desde lo más mundano y material hasta lo más espiritual y sublime. La Cábala ofrece una estructura rica y simbólica para comprender cómo se manifiestan las diferentes fuerzas espirituales en nuestra vida cotidiana y cómo podemos trabajar con ellas para nuestro desarrollo personal.

Al unir la precisión científica de Hawkins con la profunda simbología espiritual de la Cábala, aspiramos a crear una herramienta poderosa para el crecimiento personal. La Escalera Sefirótica de Emociones busca integrar estos dos enfoques, reduciendo la escala de emociones de Hawkins a diez estados emocionales básicos que se corresponden con cada una de las Sefirás de la Cábala. Esta unificación no solo facilita una mejor comprensión de las emociones humanas, sino que también proporciona una guía práctica para navegar y transformar estos estados emocionales.

En la base de esta escala se encuentra la apatía, asociada a Malkuth, la Sefirá del reino y la tierra, representando la falta de energía y conexión con la vitalidad. Desde aquí, ascendemos por niveles de miedo, dolor, culpa, y otros, cada uno alineado con una Sefirá específica, hasta llegar a estados más elevados como el amor y la paz, en las Sefirás superiores. Este proyecto ambicioso promete ofrecer una visión unificada que combina la ciencia y la espiritualidad, ayudando a las personas a comprender mejor sus emociones y a utilizarlas como herramientas para su desarrollo y bienestar personal.

Para llevar a cabo la unificación de la teoría de la escalera de emociones de David Hawkins con las Sefirás de la Cábala, es fundamental reducir la amplia gama de emociones descritas por Hawkins a diez estados emocionales básicos que se correspondan con las diez Sefirás. La teoría de Hawkins, tal como se presenta en "Power vs. Force", describe una escala de consciencia que abarca desde los niveles más bajos y densos, como la vergüenza y la culpa, hasta los niveles más altos y elevados, como el amor y la iluminación. Cada nivel de esta escala tiene una frecuencia vibratoria específica, y su influencia sobre nuestra energía y bienestar es notable.

Gracias a la enseñanza de Mario Sabán y otros cabalistas, tenemos claro el árbol de la vida psicológico. Este modelo nos ofrece una estructura rica para comprender cómo se manifiestan las diferentes fuerzas espirituales y emocionales en nuestra vida cotidiana. Sin embargo, este árbol de la vida puede estar vibrando en diferentes frecuencias. Por ejemplo, en la comunicación (Hod), una persona puede estar operando en esa Sefirá desde diferentes frecuencias emocionales. Es aquí donde la Escalera Sefirótica de Emociones puede ser de gran ayuda, proporcionando una comprensión más matizada y práctica de nuestros estados emocionales. Los cabalistas enseñan que dentro de una Sefirá hay un árbol de la vida a nivel fractal, y este concepto se materializa en la Escalera Sefirótica de Emociones.

La reducción a diez emociones básicas se justifica al identificar los estados emocionales esenciales que abarcan un amplio espectro de experiencias humanas, permitiendo una correlación directa y significativa con las Sefirás de la Cábala. Estas diez emociones básicas no solo simplifican la complejidad de la escala de Hawkins, sino que también facilitan la integración con la estructura mística de las Sefirás, creando así una herramienta poderosa para el desarrollo emocional y espiritual.

Apatía - Malkuth

La apatía representa la falta de energía y motivación, una desconexión de nuestra vitalidad y del mundo que nos rodea. Biológicamente, este estado puede ser visto como una forma de conservación de energía, donde el organismo minimiza sus actividades para sobrevivir con los recursos limitados disponibles. La justificación positiva de la apatía es que permite a los seres vivos mantener la vida en condiciones extremadamente adversas, priorizando la supervivencia básica sobre cualquier otra actividad. Asociaciones psicológicas incluyen depresión profunda, suicidio, falta de motivación extrema, desesperanza y desconexión emocional.

Dolor - Yesod

El dolor surge de la pérdida y el sufrimiento, y puede llevarnos a una introspección y reflexión significativas. Biológicamente, el dolor es una señal crucial que indica daño o desequilibrio en el organismo, instándonos a tomar medidas correctivas. La justificación positiva del dolor es que nos alerta sobre problemas que necesitan atención, protegiéndonos de daños mayores y promoviendo la curación y el cuidado. Asociaciones psicológicas incluyen depresión moderada, trastorno de estrés postraumático (TEPT), trastorno de duelo complicado, insomnio relacionado con el dolor emocional y somatización.

Miedo - Hod

El miedo nos mantiene atrapados en patrones repetitivos y limitantes, surgiendo de la inseguridad y la incertidumbre. Desde una perspectiva biológica, el miedo es una respuesta adaptativa que prepara al organismo para enfrentarse a amenazas potenciales, aumentando la supervivencia del peligro al alertarnos sobre posibles amenazas y motivarnos a actuar para evitar daños. Asociaciones psicológicas incluyen trastorno de ansiedad generalizada (TAG), fobias, trastorno de pánico, trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) e hipocondría.

Elusión - Netzach

La elusión es un estado en el que intentamos evitar enfrentar nuestros problemas directamente, utilizando el engaño o la distracción. Biológicamente, este comportamiento puede servir para reducir el estrés y la ansiedad a corto plazo, permitiendo al organismo funcionar en situaciones difíciles. La justificación positiva de la elusión es que nos proporciona un respiro temporal de la adversidad, dando tiempo para recuperar fuerzas o encontrar mejores soluciones. Asociaciones psicológicas incluyen adicciones (drogas, alcohol, juego), hedonismo extremo,

trastorno de personalidad evitativa, conducta escapista y autoengaño.

Confrontación - Gevurah

La confrontación nos impulsa a enfrentar y resolver conflictos de manera directa. Biológicamente, este estado está asociado con la activación del sistema de lucha o huida, proporcionando la energía y el enfoque necesarios para superar obstáculos inmediatos. La justificación positiva de la confrontación es que nos permite establecer límites, defendernos y resolver problemas de manera decisiva, promoviendo el crecimiento y el desarrollo personal. Asociaciones psicológicas incluyen impulsividad, trastorno explosivo intermitente, trastorno de personalidad límite (BPD), conductas agresivas y rabia contenida.

Aceptación - Jesed

La aceptación es un estado de reconciliación con la realidad. Biológicamente, este estado reduce el estrés y la resistencia interna, promoviendo la paz y el equilibrio. La justificación positiva de la aceptación es que nos permite encontrar serenidad y adaptarnos a las circunstancias, facilitando la sanación y el bienestar. Asociaciones psicológicas incluyen generosidad excesiva, trastorno de personalidad dependiente, codependencia, burnout (agotamiento extremo por dar demasiado), falta de límites personales y auto-sacrificio extremo.

Interés - Tiferet

El interés nos motiva a explorar y aprender. Biológicamente, la curiosidad y el interés estimulan el cerebro, fomentando el desarrollo de nuevas conexiones neuronales y el aprendizaje continuo. La justificación positiva del interés es que nos impulsa a involucrarnos activamente con el mundo, mejorando nuestra comprensión y habilidades. Asociaciones psicológicas incluyen motivación intrínseca, búsqueda de conocimiento, curiosidad intelectual, participación activa en proyectos y aprendizaje continuo.

Reflexión - Biná

La reflexión es un estado de contemplación profunda, permitiéndonos obtener sabiduría y perspectiva. Biológicamente, la reflexión involucra el procesamiento y la integración de experiencias pasadas, mejorando nuestra capacidad para tomar decisiones informadas. La justificación positiva de la reflexión es que nos ayuda a aprender de nuestras experiencias, promoviendo el crecimiento y la resiliencia. Asociaciones psicológicas incluyen rigidez mental, dogmatismo, trastorno de personalidad esquizoide, desconexión emocional debido a la sobreintelectualización y depresión existencial.

Sentido - Jojmá

El sentido es la búsqueda de propósito y significado en nuestras vidas. Biológicamente, encontrar propósito puede aumentar nuestra motivación y resistencia, mejorando nuestra salud mental y bienestar general. La justificación positiva del sentido es que nos proporciona dirección y motivación, ayudándonos a superar desafíos con un objetivo claro en mente. Asociaciones psicológicas incluyen arrogancia intelectual, trastorno de personalidad narcisista (orientado al conocimiento), desconexión de la realidad práctica, sobreintelectualización que lleva a la parálisis por análisis y dificultad para empatizar con otros.

Juego - Keter

El juego representa un estado de flujo y creatividad, donde la vida se experimenta con curiosidad y alegría. Biológicamente, el juego estimula la creatividad, la innovación y la adaptabilidad, fomentando un enfoque flexible y positivo hacia la vida. La justificación positiva del juego es que nos permite experimentar y aprender sin el peso del miedo o la desesperación, facilitando un estado mental óptimo para el crecimiento y la satisfacción personal. Asociaciones

psicológicas incluyen desconexión de la realidad cotidiana, despersonalización, trastorno psicótico, megalomanía espiritual y aislamiento extremo.

CADA UNO DE estos estados emocionales no solo tiene su lugar y propósito, sino que también representa una evolución del anterior. Desde la conservación básica de la apatía hasta la creatividad y fluidez del juego, estos estados forman una progresión natural hacia una mayor complejidad y bienestar, proporcionando un camino claro y estructurado para el desarrollo emocional y espiritual.

La integración de la teoría de las emociones de David Hawkins con la estructura de la Cábala, creando la

Escalera Sefirótica de Emociones, ofrece una herramienta poderosa para el ámbito de la terapia psicológica y el coaching emocional. Este enfoque proporciona una manera estructurada y profunda de abordar las emociones humanas, facilitando el crecimiento personal y el bienestar emocional. En terapia, la Escalera Sefirótica de Emociones ayuda a los pacientes a identificar y comprender sus estados emocionales, guiándolos a través de un proceso de sanación y transformación. En el coaching emocional, se utiliza para establecer metas claras y desarrollar estrategias efectivas para alcanzar un estado emocional más elevado y equilibrado. Numerosos estudios y testimonios han demostrado la efectividad de esta unificación en la mejora del bienestar emocional. Investigaciones del Instituto HeartMath y el Dr. Joe Dispenza validan la idea de que nuestras emociones afectan nuestra energía y salud, reforzando la importancia de trabajar conscientemente con nuestras emociones.

LA ESCALERA Sefirótica de Emociones no solo es una herramienta teórica, sino que también tiene aplicaciones prácticas que pueden facilitar el autoconocimiento y el desarrollo personal. Una de las formas más efectivas de utilizar esta herramienta es a través del Test de Sefirotipos, un cuestionario diseñado para ayudar a las personas a identificar su estado emocional actual y guiarles en su camino hacia un estado emocional más equilibrado y elevado.

El Test de Sefirotipos consta de 10 preguntas, cada una relacionada con una de las diez Sefirás de la Cábala. Cada pregunta ofrece 10 posibles respuestas, que van del 1 al 10, permitiendo a la persona evaluar su posición emocional en cada Sefirá. Esta escala numérica facilita la identificación de los niveles emocionales y proporciona un mapa claro de dónde se encuentra la persona en la Escalera Sefirótica de Emociones.

Ejemplo del Test de Sefirotipos

A continuación, se presenta un ejemplo de cómo podría estructurarse el Test de Sefirotipos:

Malkuth - Apatía: ¿Con qué frecuencia sientes una falta de energía y motivación para realizar tus actividades diarias? 1 (Nunca) a 10 (Siempre)

YESOD - DOLOR: ¿Cuánto dolor emocional sientes debido a experiencias pasadas o presentes? 1 (Nada) a 10 (Mucho)

HOD - MIEDO: ¿Cuánto miedo o ansiedad experimentas en tu vida diaria? 1 (Nada) a 10 (Mucho)

NETZACH - ELUSIÓN: ¿Con qué frecuencia evitas enfrentar tus problemas directamente? 1 (Nunca) a 10 (Siempre)

GEVURAH - CONFRONTACIÓN: ¿Con qué frecuencia sientes la necesidad de confrontar y resolver conflictos de manera directa? 1 (Nunca) a 10 (Siempre)

CHESED - ACEPTACIÓN: ¿Cuánto eres capaz de aceptar las circunstancias de tu vida y adaptarte a ellas? 1 (Nada) a 10 (Completamente)

TIFERET - INTERÉS: ¿Cuánto interés sientes por explorar y aprender cosas nuevas? 1 (Nada) a 10 (Mucho)

BINÁ - REFLEXIÓN: ¿Con qué frecuencia reflexionas sobre tus experiencias y aprendes de ellas? 1 (Nunca) a 10 (Siempre)

JOJMÁ - SENTIDO: ¿Cuánto sientes que tu vida tiene un propósito y un significado? 1 (Nada) a 10 (Mucho)

KETER - JUEGO: ¿Con qué frecuencia experimentas la vida con curiosidad y alegría, como si fuera un juego? 1 (Nunca) a 10 (Siempre)

USO DEL TEST **para el Autoconocimiento**

El Test de Sefirotipos puede ser utilizado por individuos que buscan comprender mejor su estado emocional y trabajar en su desarrollo personal. Al responder sinceramente a cada pregunta, la persona puede identificar áreas específicas de su vida emocional que necesitan atención y mejora. Por ejemplo, si una persona puntúa alto en apatía (Malkuth) pero bajo en juego (Keter), esto indica una necesidad de trabajar en elevar su energía y encontrar más alegría y curiosidad en la vida.

Ejemplo de Vida Cotidiana

Consideremos el caso de Ana, una mujer que siente que su vida está estancada y carece de propósito. Al completar el Test de Sefirotipos, Ana descubre que puntúa alto en dolor (Yesod) y miedo (Hod), y bajo en

interés (Tiferet) y juego (Keter). Esto le indica que sufre de dolor emocional y ansiedad, lo que le impide sentir interés y alegría en su vida.

Con esta información, Ana puede comenzar a trabajar en las áreas identificadas. Primero, podría enfocarse en sanar su dolor emocional a través de terapias de sanación y prácticas de perdón. Luego, podría trabajar en enfrentar sus miedos mediante técnicas de visualización y role-playing. A medida que Ana empieza a sanar y superar sus miedos, puede encontrar más interés en explorar nuevas actividades y experimentar más alegría y creatividad en su vida cotidiana.

UN OSO EN EL SALÓN: LOS 10 NIVELES DE CONSCIENCIA:

Cabalagrama presenta un concepto unificado entre mente, cuerpo y espíritu. Se trata de una ciencia de la mente y del espíritu humano. Y como toda ciencia, debe cumplir los siguientes requisitos:

-Ser Realista, es decir, basarse en la realidad, no inventar condiciones o conceptos abstractos.

-Ser simple, es decir, no requerir de miles de conceptos o axiomas para hacer que sea verdad.

-Ser biológica, es decir, tiene que estar fundamentada en la vida misma.

Así que vamos a poner un ejemplo práctico para verlo:

Imagina que despiertas una mañana en tu hogar y te encuentras con una sorpresa aterradora: un oso está en tu salón, bloqueando la única salida. Aunque parezca una situación absurda, en tiempos prehistóricos, este escenario podría haber sido una realidad común. La forma en que reaccionas ante este desafío puede ser vista a través de los diez niveles de acción de la filosofía de la Cabalagrama, una escalera de consciencia sefirótica. Estos niveles, que unifican mente, cuerpo y espíritu, te enseñarán cómo abordar cualquier problema, incluso uno tan extremo como enfrentar a un oso.

NIVEL 10 SUCUMBIR- APATÍA:

Este nivel de acción o de actuación se caracteriza por ser el más simple, rendirse a la situación, desesperarse, perder toda esperanza y dejar que el oso me coma. Es decir, literalmente cruzar los brazos. Equivale al estado de menor acción del ser humano donde se deja de lado lo más importante, la vida. Este estado de sucumbir solo se da en ocasiones donde el dolor o la incapacidad de la persona para afrontar la situación le lleva a la total desesperación y locura. En este estado la persona no es responsable de sí misma y pierde toda ilusión por la vida. Deja de ser humano, y se rinde a la muerte. Este nivel equivale al primer principio de la biología, las primeras bacterias, los primeros organismos desprovistos de toda defensa, incapaces de resistirse a un ataque.

Ante un oso, en esta situación, te rindes totalmente. Te dejas llevar por el miedo y la desesperanza, sin intentar defenderte ni huir. Simplemente, te quedas inmóvil, esperando lo peor. Es el estado de menor acción, donde la vida misma pierde su importancia y te entregas a la muerte.

NIVEL 9 INMÓVIL - DOLOR:

La inmovilidad representa un modo de actuar donde la persona, debido a la desesperación ante una situación, decide quedarse quieto. En cierta manera esta persona cree que el estar quieto para que el problema desaparezca y pasará desapercibido. Es un estado de no responsabilidad, donde el estrés y la tensión, hacen que la persona haga algo que seguramente le acabará provocando la muerte. En este caso este nivel de actuación equivale a los primeros seres vivos complejos, hablamos de las algas, las anémonas, organismos que pese a querer vivir, su modo de actuar en la vida es la total inmovilidad y rigidez. Se trata de un nivel de apatía.

Aquí, decides no hacer nada, esperando que el oso no te note. Te paralizas, creyendo que la inmovilidad puede salvarte. Este estado refleja una falta total de responsabilidad y acción. Similar a las anémonas en el mar, permaneces rígido, esperando que el peligro pase de largo sin percatarse de tu presencia.

NIVEL 8 HUIR - MIEDO:

En este caso la persona huye despavorida de manera impulsiva, no se para a pensar, simplemente tiene algo que los otros dos no tenían en tanta cantidad y es miedo. Y el miedo al final es miedo a morir, a desaparecer. Una persona que huye, quiere salvarse, quiere vivir, aunque probablemente no sea la mejor manera de afrontar la situación, ya que normalmente cuando actuamos impulsivamente, saliendo corriendo, no arreglamos la situación y a menudo la emperaoamos. En este caso, el hecho de huir delante de un oso probablemente provoque que él te ataque y mueras.

En este nivel, el miedo te domina y decides correr. Sin pensar en las consecuencias, intentas escapar despavorido. Sin embargo, esta reacción impulsiva normalmente empeora la situación. Al tratar de huir de un oso, es probable que solo logres provocarlo y termines en un peligro aún mayor.

NIVEL 7 ELUDIR - MENTIR:

Este nivel de actuación ya no nos lamentamos sucumbir, se trataría de “hacer trampas” de engañar. Este es el nivel de la persona que dice mentiras, del que engaña, del defraudador. Y básicamente consiste en buscar una solución o vía de escape simulando que no se está haciendo. Se trata de una enemistad encubierta hacia aquello que tratas de eludir, pero aún no te atreves o quieres decirlo. En este nivel se comienza a ser consciente de lo que nuestros actos pueden llegar a provocar, es decir, se es un poco responsable. En este caso la persona intentaría “engañar” al oso y tratar de escapar pasando desapercibido.

Aquí, comienzas a usar el engaño. Intentas distraer al oso o escapar sin ser notado, usando artimañas. Este nivel muestra un intento de asumir cierta responsabilidad, pero de una manera indirecta y evasiva. En el fondo, todavía estás tratando de evitar el problema sin enfrentarlo de frente.

NIVEL 6 CONFRONTAR - AGREDIR

En este nivel la responsabilidad aumenta y la persona se decide a atacar, confrontar o eliminar la amenaza. Es un sistema de ataque que produce la mayoría de los casos una guerra. En este nivel aumenta la responsabilidad, pero se entiende que la única manera de solucionar el problema es mediante la ira. Normalmente en todo estado mental donde solo veamos una

oportunidad, en este caso la guerra, se trata de un estado de bajo optimismo (cuyo significado es variedad de opciones). En este caso se miraría de atacar al oso e intentar matarlo. En este nivel la única manera de acabar con el problema es eliminándolo.

Decides que la única manera de salir de esta situación es enfrentándote al oso. Tomas un arma improvisada y te preparas para luchar. Este nivel refleja una mayor responsabilidad y coraje, pero también puede llevar a una solución violenta y peligrosa. La confrontación directa podría dar como resultado una lucha encarnizada y posiblemente fatal.

NIVEL 5 ACEPTACIÓN **- blandurismo**

En la aceptación lo que hacemos es entender lo que ha ocurrido, asimilarlo. No por ello nos rendimos totalmente y dejamos que la situación nos sobrepase hasta el punto de acabar con nosotros. Pero sí se trata de asimilar una nueva realidad. En el caso del ejemplo: Hay un oso, y está en mi salón. La capacidad de entender y adaptarse a nuevas situaciones es un valor de supervivencia alto y demuestra una gran capacidad de adaptación. Sin embargo, se puede caer en el extremo del blandurismo, es decir, nunca confrontar nada, asimilarlo todo, incluidas las injusticias, o aquello que se puede cambiar. Es decir, se puede usar esta manera de actuar como una excusa para no hacer nada.

Reconoces la presencia del oso y asimilas la nueva realidad. No te rindes ni te paralizas, sino que aceptas la situación y buscas entenderla. Sabes que el oso está allí, y tratas de adaptarte a esta nueva realidad, buscando una solución más calmada y reflexiva.

NIVEL 4 INTERES- PROPÓSITO

En este nivel empiezo a presentar interés genuino por solucionar el problema, me propongo por primera vez una intención, una meta clara. Esto me hace sentirme interesado por el mundo que me rodea, empiezo a ver opciones donde antes no las veía. Empiezo a sentirme mejor, lo que me hace sentirme optimista. La posibilidad de solucionar el suceso me llena de energía e ilusión. Me visualizo lográndolo. Empiezo a formarme la idea de meta.

En este nivel, tu enfoque cambia. Comienzas a sentir un interés genuino en resolver el problema. Te propones metas claras y empiezas a ver opciones donde antes no las veías. Te sientes más optimista y lleno de energía, visualizando posibles soluciones y tomando medidas concretas.

NIVEL **3 aprendizaje**

Empiezo a probar cosas, prueba y error, empiezo a categorizar lo que me ha funcionado y lo que no, a pensar en opciones superiores y empiezo a aprender de ello. Empiezo a ganar maestría y control de la situación. Empiezo a pensar cuál sería no solo la manera de solucionarlo, sino la mejor manera de solucionarlo. Y eso demuestra un alto grado de responsabilidad. Mis probabilidades de tomar la acción que dé mejores resultados aumenta mucho.

Me motivan las metas por conseguir

Empiezas a experimentar con distintas estrategias, aprendiendo de cada intento. Prueba y error se convierten en tu método. Categorizas lo que funciona y lo que no, aumentando tu maestría y control sobre la situación. Este nivel demuestra un alto grado de responsabilidad y mejora continua.

NIVEL 2 SENTIDO

En este nivel ya no me voy a preguntar por la lógica o la mejor manera de solucionarla, aunque tampoco la descarto totalmente, sino que voy a pensar y encontrar una motivación en encontrar el sentido. Qué soy yo o de qué manera me puedo beneficiar de esta situación, porque debería solucionar esta situación, que sentido tiene para mi vida y para mi desarrollo de consciencia esta situación. En cierta manera, en este sistema se reúne la aceptación y el aprendizaje de todo lo que ha ocurrido. En este modo de pensar se encuentra la energía para superar situaciones que tal vez en el nivel lógico de aprendizaje no podríamos hacerlo.

Buscas un propósito más profundo en la situación. Reflexionas sobre lo que puedes aprender de esta experiencia y cómo puede beneficiar tu crecimiento personal. Encuentras una motivación interna para superar el desafío, integrando la aceptación y el aprendizaje en una visión más holística de tu vida.

NIVEL 1 JUEGO

En este nivel uno se funde con el éxtasis de la vida misma. Ya no se opone, ya no lucha, sino que simplemente ha trascendido todos esos principios (pasando por ellos previamente, no eludiéndolos) y ha llegado a la conclusión de que la vida es un juego, un lugar donde probar, donde equivocarse, donde intentar. Un campo de entrenamiento precioso donde no existe ganar o perder. En un juego no hay bueno o malo, solo hay la experiencia y obviamente el tratar de conseguir el objetivo, pero se deja de tener la seriedad anterior y se empieza a acercarse a la realidad como un niño. Con curiosidad, con emociones positivas. Este pensamiento aumenta muchísimo nuestra creatividad, y empezamos a actuar sin pensar, en un estado de flow que nos va a llevar a tomar la mejor decisión.

Finalmente, alcanzas un estado de flujo y creatividad. Ves la situación como un juego, una oportunidad para experimentar sin el peso del miedo o la desesperación. Con curiosidad y emociones positivas, te enfrentas al desafío con una mente abierta y juguetona, permitiendo que tu intuición y creatividad guíen tus acciones.

ESTOS DIEZ NIVELES de acción no solo aplican a la surrealista situación de un oso en tu salón, sino a cualquier problema que enfrentes en la vida. La filosofía de la Cabalagrama te invita a explorar estas etapas y encontrar tu manera de evolucionar y superar cualquier desafío con sabiduría y resiliencia.

AHORA QUIERO QUE PIENSES, en tu día a día y en tu vida, en diferentes situaciones. En qué estado estás de estos 10 niveles?

¿EN QUÉ NIVEL **te sientes en el amor?**

¿EN QUÉ NIVEL **te sientes en el dinero?**

¿EN QUÉ NIVEL **te sientes en la salud?**

¿EN QUE NIVEL **te sientes en relación con tus sueños?**

LA EVOLUCIÓN BIOLÓGICA DE LA VIDA Y LOS 10 NIVELES DE DESARROLLO DEL SER

Sefira	Escalera de Consciencia	Estado	evolución
malkuth	1. Apatía	sucumbir	bacterias y organismos inmóviles
yesod	2. Dolor	inmovil	medusas
hod	3. Miedo	huir	artrópodos
netzach	4. Enfado/sentimentalismo	eludir	peces y reptiles
guevurah	5. Hostilidad	atacar	mamíferos y aves
jesed	6. Blandura	aceptacion	primates y animales sociales
tifereth	7. Interés	opciones	mamíferos superiores
Bina	8. Entusiasmo	aprendizaje	humanos y primates
jojma	9. Alegría	sentido/conexión	humanos desarrollados
keter	10. Éxtasis	juego	ser humano plenamente desarrollado

Un día, me surgió una pregunta intrigante: ¿y si fuera posible unificar la evolución de la vida en la Tierra con la escala de vibración sefirótica? Esta cuestión encendió una chispa de curiosidad que me llevó a embarcarme en una búsqueda profunda y apasionante. Quería entender si los principios místicos de la Cábala podían reflejarse en el desarrollo biológico de las especies según la teoría de la evolución de Darwin.

Así comenzó mi viaje, uniendo dos mundos aparentemente distintos: la ciencia y la espiritualidad. Me sumergí en el estudio del Árbol de la Vida cabalístico.

Paralelamente, examiné la aparición y el desarrollo de la vida en la Tierra. Desde los organismos más primitivos hasta el ser humano, cada etapa evolutiva parecía resonar con las características de una sefirá particular. Fue así como descubrí lo que llamo el Árbol de la Vida de Assyah, el mundo de la acción y los animales, donde cada sefirá se manifiesta en una fase distinta de la evolución biológica.

LA EVOLUCIÓN DE LA CONCIENCIA: **Un Viaje desde el Nacimiento de la Vida hasta el Ser Humano**

Paso 1: El Inicio de la Vida (Malkuth - Sucumbir/Apatía)

Hace aproximadamente 3.8 mil millones de años, en el caldo primordial, comenzaron a formarse las primeras formas de vida: bacterias y algas. Estos organismos inmóviles y simples dependían completamente de su entorno inmediato para sobrevivir. Representan la base de la existencia material, la raíz de toda vida en la Tierra, simbolizando Malkuth, el Reino. En términos de consciencia, estos primeros organismos se encuentran en el nivel de inmovilidad y apatía, propicios a sucumbir, incapaces de resistirse a un ataque y sin defensa alguna, como si se

rindieran a su situación.

Paso 2: Primeros Sentimientos (Yesod - Inmovilidad/Dolor)

Hace alrededor de 700 millones de años, aparecieron organismos como las medusas. La vida comenzó a desarrollar mecanismos sensoriales básicos, y estas criaturas tenían cierta movilidad, pudiendo reaccionar al dolor y a estímulos negativos. Yesod, que actúa como un intermediario entre la realidad material y las fuerzas superiores, se refleja en esta transición hacia una mayor capacidad de respuesta y conexión con el entorno. El organismo se vuelve autónomo, puede moverse, se crea un avatar desde el que actúa en el mundo. Sin embargo, estos organismos aún mostraban una inmovilidad significativa cuando enfrentaban amenazas, similar a cómo el miedo puede paralizar y provocar inmovilidad en una situación de peligro. Estos animales son víctimas de sus circunstancias ya que no tienen sistema de defensa.

Paso 3: Estructuras Complejas (Hod - Huir/Miedo)

Hace unos 400 millones de años, surgieron los insectos, como las hormigas, que mostraron una sociedad altamente estructurada y organizada. La complejidad de sus comunicaciones y división del trabajo reflejan Hod, que representa el intelecto y la lógica. En términos de consciencia, este nivel se caracteriza por el instinto de huir ante el miedo, una respuesta que, aunque no siempre es la más efectiva, denota un avance en la capacidad de reaccionar y sobrevivir frente a las amenazas.

Paso 4: Supervivencia y Adaptación (Netzach - Eludir/Mentir)

Hace aproximadamente 320 millones de años, los reptiles como los cocodrilos emergieron con habilidades de supervivencia y adaptación superiores. Estos depredadores eficientes, sobrevivientes desde la era de los dinosaurios, encarnan Netzach, la emoción, la resistencia y la capacidad de superar obstáculos. Su lucha constante y capacidad de adaptación representan la victoria y la perseverancia. Este nivel de evolución de la consciencia se relaciona con la habilidad de eludir y engañar para sobrevivir, utilizando estrategias como el camuflaje y la emboscada.

Paso 5: Fuerza y Justicia (Gevurah - Confrontar/Agredir)

Hace unos 60 millones de años, en el reino de los mamíferos, los leones sobresalieron como depredadores ápice. Su control natural sobre las poblaciones de otras especies y su fuerza imponente simbolizan Gevurah, la justicia y el juicio. Los leones, con su poder y capacidad para mantener el equilibrio ecológico, reflejan la severidad y el juicio necesarios para mantener el orden natural. En términos de acción, este nivel se caracteriza por la confrontación y la agresión como métodos para resolver conflictos y asegurar la supervivencia.

Paso 6: Bondad y Cuidado (Chesed - Aceptación/Blandurismo)

Hace aproximadamente 6 millones de años, los elefantes son conocidos por su comportamiento social y cuidado mutuo. Muestran una profunda empatía y solidaridad dentro de sus grupos, representando Chesed, la misericordia y el amor incondicional. La forma en que estos animales forman vínculos fuertes y protegen a sus miembros refleja la bondad expansiva y la conexión emocional. Este nivel de consciencia se relaciona con la aceptación de la realidad y la adaptación a nuevas circunstancias, evitando conflictos innecesarios y buscando la cohesión social.

Paso 7: Armonía y Equilibrio (Tiferet - Interés/Propósito)

Hace aproximadamente 50 millones de años, los delfines, con su alta inteligencia y comportamiento social equilibrado, simbolizan Tiferet, que representa el equilibrio y la armonía. Estos animales combinan la capacidad de cazar en grupo con el juego y la interacción social,

mostrando una vida armoniosa y equilibrada que refleja la belleza de la existencia. En términos de evolución de la consciencia, este nivel se caracteriza por el interés genuino en resolver problemas y encontrar un propósito claro, lo que lleva a un estado de optimismo y energía positiva.

Paso 8: Comprensión y Resolución (Binah - Aprendizaje)

Hace unos 2.5 millones de años, los primates, especialmente los chimpancés, muestran una alta capacidad de aprendizaje y uso de herramientas. Binah, que representa la comprensión y el discernimiento, se refleja en la forma en que estos animales entienden y resuelven problemas complejos, demostrando una profunda capacidad de adaptación y evolución cognitiva. Este nivel de consciencia implica un enfoque en el aprendizaje a través de la experimentación y la mejora continua, aumentando la maestría y el control sobre el entorno.

Paso 9: Sabiduría y Creatividad (Chokmah - Sentido/Conexión)

Hace aproximadamente 200,000 años, los humanos, con su capacidad de pensamiento abstracto y creatividad, encarnan Chokmah, la sabiduría y la chispa de la inspiración divina. Nuestra capacidad para desarrollar civilizaciones complejas y crear innovaciones refleja la sabiduría acumulada a lo largo de la evolución, impulsando el avance y la prosperidad de la especie. Este nivel de consciencia se centra en encontrar un sentido más profundo y una conexión con la vida, motivando acciones que beneficien tanto al individuo como a la comunidad.

Paso 10: Realización Espiritual (Keter - Juego)

Finalmente, los humanos en estados de alta realización personal y conexión espiritual alcanzan Keter, la corona, representando la unión con lo divino. Este estado de comprensión y bienestar profundo simboliza la culminación del viaje evolutivo, donde los individuos no solo sobreviven, sino que prosperan y se realizan plenamente, optimizando el bienestar individual y colectivo. En términos de consciencia, este nivel se caracteriza por ver la vida como un juego, lleno de creatividad y flujo, donde se experimenta sin el peso del miedo o la desesperación, enfrentando los desafíos con una mente abierta y juguetona.

LOS ESTADOS DE SUFRIMIENTO Y LA SERPIENTE

"La serpiente era más astuta que todos los animales del campo que el Señor Dios había hecho, y dijo a la mujer: —¿Así que Dios les ha dicho que no coman de ningún árbol del jardín? La mujer respondió a la serpiente: —Podemos comer del fruto de los árboles del jardín, pero Dios nos dijo: 'No deben comer del fruto del árbol que está en medio del jardín, ni siquiera tocarlo; de lo contrario, morirán.' Pero la serpiente le dijo a la mujer: —¡No es cierto! No morirán. Dios sabe muy bien que cuando coman de ese árbol se les abrirán los ojos y llegarán a ser como Dios, conocedores del bien y del mal." ***Génesis 3:1-5***

LA MENTE humana puede convertirse en un verdadero infierno cuando no se la comprende bien. Todos hemos vivido momentos en los que nuestras propias mentes parecen conspirar en nuestra contra. Tal vez has sentido esa angustia profunda que no te deja dormir o esa ansiedad que te paraliza frente a un nuevo desafío. En el día a día, estos estados pueden surgir de diversas formas: imágenes mentales del miedo a perder el empleo, el dolor de una ruptura amorosa, la frustración de no alcanzar una meta. ¿Alguna vez te has preguntado por qué reaccionamos así? La respuesta radica en las profundidades de nuestro cerebro y en un concepto clave. Las imágenes mentales. Ya hablamos acerca de porqué estas son importantes y nos hacen especiales respecto al resto de seres.

Gracias a la sabiduría de la Cábala sabemos algo más sobre los estados de sufrimiento del ser humano. Estos provienen del cerebro reptiliano, la parte más primitiva de nuestro cerebro, responsable de las respuestas más básicas e impulsivas de supervivencia. Y gracias a Cabalagrama, hemos aprendido cómo solucionarlo.

¿RECUERDAS la escala de vibración sefirótica? Todos podemos vibrar en uno de estos 10 niveles:

10. Juego
9. Sentido
8. Reflexión
7. Interés
6. Aceptación
5. Confrontación
4. Elusión
3. Miedo

2. Dolor

1. Apatía

Cuando estamos en vibraciones negativas o estados negativos, por debajo de 5, nuestras reacciones tienden a ser reactivas y egoístas. Nos volvemos impulsivos, materialistas y víctimas de nuestras propias circunstancias. Tendemos a ver nuestro entorno como algo inamovible, el cambio nos parece más difícil. Tendemos a vernos como incapaces de cambiar las situaciones, víctimas de ellas. Vemos pocas opciones o ninguna de mejora. Nuestras relaciones, nuestra salud se resienten. Tendemos a procrastinar, a culpar y a sentir culpa, a tener vergüenza. Esto eleva nuestros niveles de cortisol, la hormona del estrés, que suprime nuestra creatividad y coherencia. El sufrimiento tiene un origen biológico en nuestra mente reptiliana. Y ello tiene una explicación: Imagina que te está persiguiendo un león por la sabana africana. Tu cerebro reptiliano acude al rescate "limitando" tu mente racional capaz de pensar en opciones, para salvarla del peligro cercano. Detrás de todo estado negativo, hay una intención positiva del cerebro de quererse salvar.

Los traumas, por ejemplo, son eventos que nos dejan cicatrices profundas. Un trauma o Momento Pasado Doloroso (MPD de ahora en adelante) es en esencia un recuerdo pasado no procesado con alta carga emocional sin descargar que nos ha hecho descender emocionalmente por debajo de 5 en algún aspecto de nuestra vida (comunicación, relaciones, disciplina, propósito…) y nos impide avanzar. Se sabe que existe un trauma porque reaccionamos de manera irracional frente a un evento. Por ejemplo, en el caso de una persona con fobia a los perros, ver un perro a través de una ventana y empieza a ponerse nervioso.

Los Momentos de Pasado Dolorosos (MPD) son periodos de dolor físico o psíquico que se han quedado escondidos dentro de nuestros recuerdos y no quieren salir a la luz. La mente humana solo tiene una función: resolver problemas relacionados con la supervivencia, y para ello busca el placer y evita el dolor. Un MPD al ser un recuerdo doloroso que no ofrece un placer instantáneo, se esconde y no se muestra, y por ello queda relegado a lo más profundo de nuestro subconsciente, llegando en ocasiones a olvidarse de dicho recuerdo. La mente racional puede olvidar un recuerdo doloroso, pero el subconsciente guarda toda la información.

En los años 60 se hizo un experimento muy curioso en el Institute Metapysique Internacional en París, donde eligieron a varias personas para hacerles sesiones de hipnosis con un fin. Demostrar que la mente es capaz de registrar y recordar exactamente todo lo que le ha ocurrido a pesar de haber pasado muchos años. Y en efecto, las investigaciones fueron favorables en todos los casos. Se les hizo recordar en un estado hipnótico si habían leído un periódico hacía 20 o 30 años antes, y en medio del trance hipnótico dijeron las palabras que leían en el diario y la fecha. Lo curioso es que, consultando en hemeroteca, se dieron cuenta de que estaban en lo cierto. La mente humana registra y almacena todo lo que vive desde que nace hasta que muere con exactitud. Por lo tanto, nuestra mente almacena todos los recuerdos positivos y negativos. En tanto nuestra mente contenga más momentos pasados de dolor (MPD), operaremos desde una perspectiva propia del cerebro reptiliano (operando desde el miedo, la culpa, las amenazas, el dolor…) y no podremos ser capaces de vislumbrar la gracia que tienen nuestras vidas.

Ser optimista es la máxima racionalidad que podríamos tener ante cualquier situación. Porque pase lo que pase, por muy malo que sea, mientras permanezcamos vivos siempre hay opciones. Sin embargo, una mente llena de MPD se queda atascada en los niveles más bajos de pesimismo, pesar y dolor. Así es como existen personas más felices y menos. Depende de como gestionan estos MPD y cómo aprenden a trascenderlos. ¿Y que es un MPD? Una imagen mental.

En la Cábala somos mecidos y sostenidos por la gracia divina. Vivimos en un universo inmenso y, que sepamos, somos el único rincón del mundo con vida. Si las condiciones solares, terrestres, la atmósfera o cualquiera de las variables que nos mantienen con vida cambiasen un solo 1%, la humanidad desaparecería en un suspiro. La vida es un milagro y un regalo. Una persona que vive en un estado de consciencia elevado no es que sea afortunado o que toda la vida le haya ido bien. Todos sabemos que el mundo no siempre va como nos gustaría. Para elevar el estado de consciencia es tan sencillo como pensar en la gracia que tenemos de estar vivos y aprender a superar estos MPD.

Como diría un cabalista, existen dos biografías: la que publicarías en un libro, que es la historia de tus éxitos, y otra biografía oculta que no explicas a nadie con aquello que te duele, te avergüenzas o aquello que te da miedo revelar. La calidad de tu vida emocional tiene que ver con qué tan parecidas pueden ser estas dos biografías, es decir, qué tan capaz eres de revelar y comunicar aquello que te duele, te incomoda y aquello que no es perfecto por tu parte. Ese ha sido la función de los confesionarios de las iglesias, así como era también la función de los rituales medicinales de Asclepio.

En los santuarios de Asclepio, en la antigua Grecia, los enfermos participaban en rituales que incluían la incubación o "incubatio", una práctica en la que los pacientes dormían en un espacio sagrado con la esperanza de recibir un sueño o visión reveladora del dios. Estos sueños eran interpretados por los sacerdotes del templo, quienes luego recomendaban tratamientos basados en los mensajes divinos recibidos en los sueños. La práctica de la incubación en los templos de Asclepio puede considerarse una forma temprana de psicoanálisis, donde los recuerdos y las experiencias subconscientes se exploraban y se sanaban.

Los Momentos Pasados de Dolor (MPD) pueden descendernos en la escala emocional, llevándonos a un estado de apatía o incluso de muerte emocional, donde parece que toda energía y respuesta emocional se han extinguido. La apatía, como se ha observado en estudios sobre el sistema límbico, es una disfunción emocional que nos deja atrapados en una especie de limbo existencial. Jaak Panksepp, en su libro Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions (1998), detalla cómo los sistemas emocionales básicos del cerebro, incluidos aquellos responsables de la apatía, están profundamente arraigados en el sistema límbico, una de las partes más primitivas del cerebro.

El dolor, tanto físico como emocional, activa áreas del cerebro que procesan sensaciones básicas. Un estudio de Naomi I. Eisenberger y Matthew D. Lieberman, titulado Why Rejection Hurts: A Common Neural Alarm System for Physical and Social Pain (2004), muestra cómo el rechazo social puede ser tan doloroso como el dolor físico, activando la misma región cerebral: la corteza cingulada anterior. ¿Te has sentido alguna vez herido por palabras? La ciencia confirma que ese dolor es real y profundo.

El miedo es una emoción primordial que nos mantiene alertas ante el peligro. La amígdala, una pequeña estructura en el sistema límbico, juega un papel crucial en nuestra respuesta al miedo, preparando nuestro cuerpo para luchar o huir. Joseph E. LeDoux, en su estudio Emotion Circuits in the Brain (2000), detalla cómo la amígdala nos protege, pero también puede mantenernos en un estado constante de alarma.

El enfado y la hostilidad también son respuestas del cerebro reptiliano, activadas cuando nos sentimos amenazados. Estas emociones, aunque naturales, pueden conducir a la agresión si no se regulan adecuadamente. Richard J. Davidson, en su estudio Dysfunction in the Neural Circuitry of Emotion Regulation—A Possible Prelude to Violence (2000), muestra que la disfunción en la

regulación emocional puede desencadenar respuestas violentas.

La blandura, o conformidad pasiva, es otro estado vinculado a una menor activación cerebral. Jeffrey A. Gray, en su obra The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septo-Hippocampal System (1982), señala que esta pasividad es una respuesta automática del cerebro reptiliano, una forma de evitar el conflicto y mantener la paz, aunque sea a costa de nuestra propia autenticidad.

Queda claro que todos los estados de sufrimiento tienen varias cosas en común: son respuestas automáticas de nuestro cerebro primitivo que buscan protegernos del dolor y del peligro, pero que, en el proceso, nos limitan y nos mantienen en un ciclo de reactividad y negatividad.

TODOS LOS ESTADOS de sufrimiento tienen varias cosas en común:

1. **Provienen del cerebro reptiliano**
2. **Tienden a ser realistas (apegarse demasiado a la realidad actual material sin querer cambiarla)**
3. **Tienden a ser egoístas**
4. **Tienden a ser impulsivos y reactivos**
5. **Tienden a no ser creativos (la creatividad es imposible con mucho cortisol)**
6. **Tienden a ser materialistas**
7. **Tienden a ser víctimas**
8. **Tienden a no ser coherentes**
9. **Producen estrés y cortisol**
10. **Suelen generalizar**
11. **Suelen pensar en pasado o en futuro**
12. **Suelen pensar en pocas opciones**
13. **Suelen procrastinar**

CUANDO DIOS CREA A ADÁN, le da un mandato muy concreto: *Dominen sobre los peces del mar, y a las aves de los cielos, y a los reptiles que reptan sobre la tierra*. Tal vez te estés preguntando por qué le dice Dios a Adán que domine a los animales, pero esto tiene un significado simbólico. Según los cabalistas, las aves del cielo representan los pensamientos, los peces del mar representan los sentimientos, y los reptiles simbolizan los instintos.

El ser humano tiene el poder de controlar sus propios pensamientos, sentimientos e instintos. Y la serpiente viene a significar el poder contrario, el instinto que subyuga al hombre. En el mundo antiguo y en las culturas ancestrales, el primer dios fue el Sol, y después pasamos, en la mayoría de culturas, a una especie de panteísmo donde los dioses eran las fuerzas naturales. Según la Cábala, estos eran los dioses en los que creían los egipcios. En las escrituras bíblicas siempre encontramos un antagonismo entre Egipto y el pueblo hebreo, y eso es porque representan energías y poderes diferentes. El pueblo egipcio es entendido como el mundo material, reinado por el ego y donde se idolatran a las fuerzas naturales. En cambio, el pueblo hebreo se relaciona con el mundo espiritual y la existencia de un solo Dios. Por eso el faraón es llamado en los textos bíblicos "la gran serpiente". ¿Te has fijado que los faraones tienen una

serpiente en su cetro? Eso es porque representan las energías primarias y naturales de la serpiente.

En el mundo natural, crece y prospera el mejor preparado; es la ley del más fuerte. Puede ser un mundo brutal, sin ética ni moral. Esa es la ley de la naturaleza, y esa era la ley de Egipto. En cambio, el pueblo de Israel representa y es visto desde la Torah como la aparición de la moral, de las cortes de justicia. Se crean por primera vez unas leyes, un sistema judicial, que no depende de la ley del más fuerte.

Hoy en día, muchas personas hablan acerca de un retorno a la naturaleza y realmente es algo que puede ser muy positivo. Pero hay que recordar que si volvemos a la naturaleza volvemos a las reglas de la misma, que son la brutalidad, el instinto desenfrenado y la ley del más fuerte. La expresión correcta debería ser retornar a la naturaleza con el conocimiento y las leyes morales que disponemos.

Egipto y la serpiente representan ese mundo impulsivo, animal, que tiene envidia del potencial del ser humano y busca sabotearlo. La serpiente no hay que buscarla afuera, está adentro en nuestro interior; cada día nos enfrentamos a ella. Sin embargo, no todo es malo en ella. El secreto último es que si todo es una creación divina y todos somos uno, la serpiente también fue creada por Dios. Por lo tanto, tiene una función divina: tentarnos para entrenar nuestra fortaleza. Es nuestro entrenador personal. Y también es nuestro impulso. Es el deseo, y es imposible ser feliz sin deseo. Por lo tanto tenemos que aprender a usar la energía de la serpiente.

En una sociedad como la actual, donde tenemos tantos estímulos, notificaciones, placeres fáciles, una sociedad de hedonismo, vivimos diariamente tentados por la serpiente. Cada vez que cedemos a ella, nos volvemos un poco más débiles y vulnerables. Y cada vez que la rechazamos, aumentamos nuestra fortaleza y disciplina. Según un maestro cabalista, nuestro mayor superpoder es aprender a decir “no”. En la cultura judía, hay muchos actos aparentemente normales que están prohibidos. Por ejemplo, el no comer marisco o cerdo. Le preguntaron a un gran sabio de la Torah cuál era el motivo por el cual cosas aparentemente normales para el resto de pueblos estaban prohibidas. Y él respondió: “Simplemente, están prohibidas para entrenar nuestra capacidad de decir no”. Fortalecer la voluntad, resistir ante los impulsos y poder dominar los pensamientos, sentimientos e instintos para lograr la trascendencia puede traer el reino de Dios a la Tierra. Esa es la meta del ser humano.

Hay que aceptar algo por definición: combatimos la serpiente, pero nunca jamás la venceremos porque habita en nuestro interior. En la Cábala no se combate ni se elimina nada. No se busca la eliminación del ego, del dinero o de los instintos, sino que se trascienden. El objetivo último es elevar la serpiente y utilizarla como una herramienta para un propósito superior. Por lo tanto, en nuestro día a día tenemos que cooperar con la serpiente y hacerla nuestra sirviente. Para ello, es muy recomendable en términos de productividad realizar ayunos de dopamina, donde se restringen los inputs placenteros para luego darnos recompensas de dopamina. Estamos condenados a domar y a entendernos con la serpiente. No elimines el deseo, ni te sometas a él, úsalo para tu elevación.

Para alcanzar una racionalidad plena, es esencial elevar nuestro nivel de consciencia. Esto no significa únicamente meditar, sino también confrontar nuestros miedos y traumas, descendiendo a las profundidades de nuestras emociones más oscuras. La espiritualidad no es solo ascender a estados superiores de consciencia, sino también integrarse con nuestras partes más primitivas y aprender a trascenderlas, manejar nuestras respuestas básicas de supervivencia.

Los estados emocionales bajos están asociados con una mayor actividad en las partes primitivas del cerebro, vinculadas a respuestas de supervivencia y emociones negativas. En contraste, los estados emocionales más elevados implican una mayor activación del neocórtex, facilitando el procesamiento de emociones positivas y complejas. Richard J. Davidson, en su estudio Well-being and Affective Style: Neural Substrates and Biobehavioral Correlates (2004), analiza cómo los estados de bienestar y alegría están relacionados con la actividad cerebral en el neocórtex.

Entonces, ¿cómo podemos aplicar esto en nuestra vida diaria? Comprender nuestras emociones y las respuestas de nuestro cerebro puede ayudarnos a manejar mejor nuestras reacciones. La próxima vez que te sientas abrumado por el miedo o el dolor, recuerda que estas son respuestas naturales de tu cerebro primitivo. Pero también tienes la capacidad de elevarte, activar tu neocórtex y encontrar interés, entusiasmo y alegría en las experiencias cotidianas. ¿No es eso, después de todo, lo que buscamos en la vida?

Cada día es una oportunidad para crecer y aprender, para enfrentarnos a nuestros miedos y transformarlos en fuerza. Porque, en última instancia, la mente humana puede ser un verdadero infierno, pero también puede ser un paraíso de creatividad, amor y conexión. ¿Estás listo para descubrir el poder de tu mente?

TRATAMIENTO DE LOS ESTADOS DE SUFRIMIENTO.

Los estados de sufrimiento o bajos estados emocionales son una condición compleja que requiere un abordaje cuidadoso y estratégico. En Cabalagrama, se reconoce que estos estados no son simplemente emocionales, sino una manifestación de patrones de pensamiento, creencias limitantes y necesidades insatisfechas. A menudo se trata de patrones mentales que se repiten tanto hasta que se crea una adicción a ese modo de pensar o de ser. Las personas se hacen adictas a vivir en depresión, en culpa, en vergüenza, en víctima…A través de una metodología estructurada, podemos ayudar a nuestros clientes a transformar su estado depresivo en una oportunidad para el crecimiento y el cambio.

El tratamiento o acompañamiento de momentos de dolor o análisis de los sefirotipos es algo que requiere de conocimientos avanzados y práctica. Al final de este libro te daremos la información por si quieres reservar una sesión con alguno de nuestros expertos o convertirte en un terapeuta certificado de Cabalagrama.

1. Comprender y Apreciar

El primer paso en el tratamiento de un estado bajo de consciencia es comprender profundamente y apreciar el sentimiento. Estos estados a menudo colocan a las personas en un estado de víctima, donde se sienten atrapadas y abrumadas por sus circunstancias. Es crucial que como coaches de Cabalagrama no juzguemos a nuestro cliente. En lugar de eso, debemos escuchar con empatía y reconocer la intención positiva detrás de sus comportamientos.

Ejemplo:

"Comprendo que te sientas así. Es normal sentirse abrumado cuando has pasado por tantas dificultades. Estoy aquí para ayudarte a encontrar una manera de superar esto."

2. Obtener Compromiso para el Crecimiento y Cambio

Una vez que hemos establecido una conexión empática, el siguiente paso es obtener un compromiso del cliente para el crecimiento y el cambio. Preguntamos si realmente desean mejorar su situación y les ayudamos a visualizar cómo sería su vida si pudieran salir de este estado depresivo.

Ejemplo:

"¿Te gustaría sentirte muchísimo mejor? Vamos a trabajar juntos para reconectar con tus pasiones y encontrar una manera de asociar el dolor y el placer de manera que te motive a cambiar."

3. Interrupción de Patrones

Interrumpir los patrones de pensamiento y comportamiento que perpetúan los estados de consciencia negativos es una parte crucial del proceso. Pedimos al cliente que describa cómo

vive ese estado: en qué piensa, cómo se siente y cómo actúa. Luego, usamos técnicas para intensificar temporalmente su estado depresivo, seguido de una interrupción brusca para romper el patrón.

Ejemplo:

"Quiero que intensifiques ese sentimiento de depresión por un momento. ¿Cómo te sientes en este estado? Descríbelo. Ahora, quiero que pienses en algo completamente inesperado, como... ¿Cuál fue la última vez que hiciste algo ridículo? Este cambio abrupto puede ayudar a romper el ciclo negativo."

4. Redefinir el Problema

Ayudamos al cliente a entender que la depresión les ha aportado ciertos beneficios, como la protección contra el dolor o la obtención de simpatía. Redefinimos el problema para que puedan ver que están eligiendo un problema "seguro" en lugar de problemas de calidad que implican crecimiento.

Ejemplo:

"La depresión te ha dado una forma de protegerte del dolor, pero también te ha impedido vivir plenamente. Vamos a redefinir este problema y buscar problemas que realmente valgan la pena enfrentar."

5. Buscar Nuevas Alternativas

Invitamos al cliente a explorar nuevas alternativas y formas de satisfacer sus necesidades de manera más saludable. Esto puede incluir la búsqueda de nuevos vehículos para el amor, la conexión, la variedad y la importancia. También introducimos técnicas como la meditación corporal activa para establecer un nuevo estado mental.

Ejemplo:

"Vamos a encontrar nuevas formas de satisfacer tus necesidades de manera que te ayuden a crecer. ¿Qué actividades te han hecho sentir vivo en el pasado? Vamos a reintroducir algunas de estas en tu vida."

6. Anclar Permanentemente la Decisión

Es vital anclar permanentemente la decisión de cambio. Reforzamos las nuevas creencias y comportamientos mediante la repetición y el refuerzo constante. También ayudamos al cliente a identificar los beneficios de su nuevo estado y cómo este cambio afectará positivamente su vida personal, laboral y social. En este momento se recuerdan victorias pasadas.

Ejemplo:

"Cada vez que te encuentres en un estado depresivo, recuerda este momento de decisión. Piensa en los beneficios que obtendrás al mantenerte en este nuevo camino y cómo esto mejorará todas las áreas de tu vida."

7. Conectar con el Propósito Superior

Finalmente, ayudamos al cliente a conectar con un propósito superior. Identificamos los beneficios a nivel personal, laboral y familiar de este cambio y utilizamos estos beneficios como palanca para motivar al cliente a seguir adelante.

Ejemplo:

"Piensa en cómo este cambio no solo te beneficiará a ti, sino también a las personas que amas. ¿Qué legado quieres dejar? ¿Cómo quieres que te recuerden? Este propósito superior te dará la fuerza para mantenerte en el camino del crecimiento."

ESTE SERÍA un ejemplo de cómo podríamos elevar el nivel de vibración de una persona en un estado negativo emocional.

LAS EMOCIONES **y las Intenciones positivas**

Las emociones son respuestas automáticas a situaciones y eventos de nuestra vida. Aunque a veces las consideramos buenas o malas, cada una de ellas tiene una intención positiva detrás y tiene como objetivo nuestra supervivencia, ayudándonos a enfrentar diversas circunstancias.

Características de las Emociones

1 Respuesta a un acontecimiento: Las emociones son reacciones ante lo que sucede a nuestro alrededor.

2 Corta duración y elevada intensidad: Suelen ser breves pero intensas.

3 Comunes a los animales: No son exclusivas de los humanos; otros animales también las experimentan.

4 Modificaciones fisiológicas: Provocan cambios significativos en nuestro cuerpo.

5 Disposición a actuar: Nos preparan para responder a ciertas situaciones.

6 Intención positiva: No hay emociones buenas o malas; todas buscan ayudarnos de alguna manera .

Emociones Específicas y su Intención Positiva

Enfado

• **Situación que la provoca:** Una transgresión, injusticia o invasión de nuestros límites.

• **Respuesta física:** La sangre fluye a las manos y al rostro, el ritmo cardíaco se eleva, y aumentan hormonas como la adrenalina.

• **Intención positiva:** Nos prepara para responder a una agresión, brindándonos energía para defendernos .

Miedo

• **Situación que la provoca:** Una amenaza.

• **Respuesta física:** La sangre va a los músculos grandes, el cuerpo se congela, y el rostro queda pálido.

• **Intención positiva:** Nos alerta y prepara para enfrentar una amenaza, enfocando nuestra atención en la fuente de peligro para evaluar la mejor respuesta .

Tristeza

• **Situación que la provoca:** Una pérdida o decepción grande.

• **Respuesta física:** Caída de la energía, pérdida del entusiasmo, y enlentecimiento del metabolismo.

• **Intención positiva:** Nos ayuda a adaptarnos a la pérdida, promoviendo el aislamiento introspectivo para procesar lo ocurrido .

APATÍA

• **Características:** Falta de energía y entusiasmo, enlentecimiento del metabolismo, y aislamiento introspectivo.

• **Intención positiva:** Permite una adaptación a una pérdida o decepción significativa, ofreciendo un tiempo para la introspección y el ajuste emocional .

Miedo

• **Características:** Preparación para enfrentar una amenaza, concentración de sangre en los

músculos grandes, y alerta máxima.

• **Intención positiva:** Ayuda a evaluar el peligro y preparar una respuesta adecuada para protegernos .

Mentira

• **Intención positiva:** Aunque generalmente vista negativamente, la mentira puede ser utilizada como un mecanismo de defensa para protegerse a uno mismo o a otros de un daño percibido.

Confrontación o Ira

• **Características:** Incremento de la energía, flujo de sangre a las manos y rostro, y aumento de la adrenalina.

• **Intención positiva:** Facilita la defensa personal y la protección de nuestros límites ante una injusticia o invasión .

ESCALERA SEFIRÓTICA DE CONSCIENCIA Y SUS ASOCIACIONES PSICOLÓGICAS

Escalera Sefirótica de Consciencia y sus Asociaciones Psicológicas

Aquí te dejo una lista de enfermedades o desafíos de salud que pueden tener una relación directa con nuestros estados emocionales:

1 Malkuth - Apatía:
◦ Depresión profunda
◦ Suicidio
◦ Falta de motivación extrema
◦ Desesperanza
◦ Desconexión emocional

2 Yesod - Dolor:
◦ Depresión moderada
◦ Trastorno de estrés postraumático (TEPT)
◦ Trastorno de duelo complicado
◦ Insomnio relacionado con el dolor emocional
◦ Somatización

3 Hod - Miedo:
◦ Trastorno de ansiedad generalizada (TAG)
◦ Fobias
◦ Trastorno de pánico
◦ Trastorno obsesivo-compulsivo (TOC)
◦ Hipocondría

4 Netzach - Elusión:
◦ Adicciones (drogas, alcohol, juego)
◦ Hedonismo extremo
◦ Trastorno de personalidad evitativa
◦ Conducta escapista
◦ Autoengaño

5 Tiferet - Confrontación:
◦ Impulsividad
◦ Trastorno explosivo intermitente
◦ Trastorno de personalidad límite (BPD)
◦ Conductas agresivas
◦ Rabia contenida

Gevurah - Control/Temor a la Pérdida:
• Trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) relacionado con el control
• Trastorno de personalidad narcisista
• Conductas de dominación y coerción
• Paranoia
• Trastornos alimenticios (anorexia y bulimia)
Chesed - Exceso de Generosidad:
• Trastorno de personalidad dependiente
• Codependencia
• Burnout (agotamiento extremo por dar demasiado)
• Falta de límites personales
• Auto-sacrificio extremo
Binah - Comprensión:
• Rigidez mental
• Dogmatismo
• Trastorno de personalidad esquizoide
• Desconexión emocional debido a la sobreintelectualización
• Depresión existencial
Chokmah - Sabiduría:
• Arrogancia intelectual
• Trastorno de personalidad narcisista (orientado al conocimiento)
• Desconexión de la realidad práctica
• Sobreintelectualización que lleva a la parálisis por análisis
• Dificultad para empatizar con otros
Keter - Unión Divina/Iluminación:
• Desconexión de la realidad cotidiana
• Despersonalización
• Trastorno psicótico
• Megalomanía espiritual
• Aislamiento extremo

COMO ELEVAR LA ESCALA DE VIBRACIÓN SEFIRÓTICA A LOS ESTADOS DE CREACIÓN Y DE FLOW

¿Te has preguntado alguna vez cómo algunas personas parecen fluir por la vida con una facilidad y alegría envidiables? Este fenómeno tiene raíces en conceptos profundos como el optimismo y el estado de flow, ideas defendidas por grandes pensadores como David Hawkins. Para enriquecer aún más nuestra comprensión, exploraremos cómo estos estados se asemejan al estado de Kéter en el Árbol de la Vida.

El **optimismo** no es solo una actitud positiva hacia la vida; es una forma de ver el mundo llena de posibilidades. Este concepto proviene de un alto nivel de consciencia, lo que significa que quienes son optimistas tienen la capacidad de ver múltiples soluciones a los problemas que enfrentan. También las personas optimistas tienden a disfrutar mucho más de sus salud y de sus relaciones.Piensa en ese amigo que siempre encuentra el lado positivo de cualquier situación, ¿cómo lo hace? La respuesta radica en su nivel de consciencia. En lugar de enfocarse en lo que falta o en lo que salió mal, se centra en lo que puede hacer y en las oportunidades que se presentan.

El psicólogo Martin Seligman, conocido por su trabajo en psicología positiva, ha demostrado que las personas optimistas tienden a tener mejores resultados en la vida, desde su salud física hasta sus relaciones personales. Esto se debe a que el optimismo no solo mejora nuestro estado de ánimo, sino que también fortalece nuestra capacidad para enfrentar y superar los desafíos diarios.

Ahora, consideremos el **estado de flow**, un término popularizado por el psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi. Este estado es una experiencia en la que una persona está completamente inmersa en una actividad, con una concentración y disfrute tan profundos que el tiempo parece volar. El estado de flow es uno de los mayores estados de vibración que una persona puede alcanzar. En este estado, las personas no solo son más productivas, sino que también experimentan una mayor felicidad y satisfacción.

Imagina a un futbolista en medio de un partido importante. Está tan concentrado en el juego que no se preocupa por los espectadores, por el marcador o por los errores pasados. Todo su ser está dedicado al momento presente. Este es el estado de flow en acción. Los artistas también experimentan este estado cuando están creando; sus manos parecen moverse solas y las horas pasan sin que se den cuenta.

Un estudio realizado por la Universidad de Chicago encontró que las personas que pasan más tiempo en estado de flow tienen una mayor calidad de vida y son más felices en general. Este estado permite que las personas se desempeñen al máximo de sus capacidades, lo que lleva a una sensación de logro y plenitud.

El estado de vibración de juego es esencialmente un estado flow,de no preocupación por el resultado. No es importante si se gana o se pierde; lo que importa es la experiencia misma del juego. Esta actitud elimina el estrés y permite que las personas disfruten y aprendan de cada momento.

¿Cómo cambiarían nuestras vidas si actuasemos la mayor parte de las veces como un juego? ¿Si supiésemos que no pudiésemos fallar? ¿Si supiésemos que no hay nada a perder?

En la vida diaria, el estado de flow puede manifestarse de muchas formas: un chef preparando una comida perfecta, un escritor creando una historia envolvente o incluso una madre jugando con sus hijos. En todos estos casos, la persona está completamente presente, sin distracciones, disfrutando y aprendiendo del proceso.

Características del Estado de Flow

1 concentración Completa: La persona está totalmente inmersa en la actividad.

2 Claridad de Objetivos: Hay una comprensión clara de lo que se quiere lograr.

3 Retroalimentación Inmediata: Las acciones producen resultados visibles e inmediatos.

4 Equilibrio entre Desafío y Habilidad: La tarea no es ni demasiado fácil ni demasiado difícil.

5 Pérdida de la Autoconciencia: No hay preocupación por uno mismo o por el juicio de los demás.

6 Alteración de la Percepción del Tiempo: El tiempo puede parecer acelerarse o desacelerarse.

7 Sentimiento de Control: Hay una sensación de control sobre la situación y los resultados.

El optimismo y el estado de flow están intrínsecamente ligados. Las personas optimistas son más propensas a entrar en estado de flow porque no temen al fracaso; ven cada desafío como una oportunidad. Esta mentalidad les permite mantenerse enfocados y disfrutar del proceso, lo que a su vez les facilita alcanzar sus metas.

Para entender aún más este fenómeno, podemos compararlo con el estado de **Kéter** en el Árbol de la Vida de la Kabbalah. Kéter, que significa "corona", representa el punto más alto de consciencia espiritual y unidad con el divino. Es la fuente de todas las cosas, el nivel de máxima iluminación y claridad.

Al igual que con los Momentos Pasados de Dolor (MPD) sabemos cómo funciona una mente en su máximo potencial dentro de la escala emocional y contiene uno o todos estos puntos:

<u>Características de las personas que vibran en Estado de Juego</u>

1. Provienen del cerebro racional o intuitivo

2. Tienden a ser creativos

3. Tienden a ser altruistas, es decir pensar en los demás.

4. Tienden a saber decir no y son capaces de soportar sus instintos o impulsos, de autocontrolarse.

5. Tienden a ser responsables

6. Tienden a ser coherentes

7. Producen placer y bienestar

8. Saben separar y no generalizar

9. Suelen pensar en presente

10. Suelen pensar en muchas opciones

11. Suelen actuar

LAS KLIPÁS

En el vasto universo de la Cábala, uno de los conceptos más intrigantes y a menudo malentendidos es el de las klipót.

La Cábala nos enseña que hubo dos creaciones del universo. En la primera creación, la conciencia de separación dominaba. Imagina un mundo donde cada elemento se percibía como completamente independiente del otro: el rojo del azul, el blanco del negro, el arriba del abajo. Cada color, cada forma, cada concepto existía en aislamiento, sin reconocer la conexión intrínseca que los unía. Era como si el universo estuviera compuesto por piezas de un rompecabezas que no encajaban entre sí, cada una creyendo ser la totalidad, sin entender que eran parte de un todo mayor.

En este primer universo, el Árbol de la Vida carecía de *Daat*, la conciencia de unión y de interinclusión. Esta ausencia de *Daat* significaba que las séfiras, o esferas de energía, no estaban interconectadas. Sin la conciencia que une y entrelaza, estas esferas operaban de manera independiente, sin coordinación, sin cooperación. Era un sistema fragmentado, donde la luz no se distribuía de manera uniforme, resultando en un exceso de energía que el sistema no podía sostener. Este exceso de luz, esta energía no encauzada, es la raíz del primer mal en la Kábala. La luz, sin un recipiente adecuado para contenerla, se convertía en una fuerza destructiva, en lugar de ser una fuente de vida y crecimiento.

Para entender cómo esta energía no sostenida puede manifestarse en nuestra vida, pensemos en un niño lleno de energía en un día de verano. Si no tiene actividades que lo mantengan ocupado, esa energía acumulada se transformará en travesuras o en dificultades para dormir. De manera similar, el mal en la Cábala se define como energía buena que no ha sido canalizada correctamente. La energía, en su esencia, no es ni buena ni mala; es nuestra capacidad para contenerla y dirigirla la que determina su impacto en nuestras vidas. Si no somos capaces de manejar nuestra energía, de darle un propósito y una dirección, puede convertirse en una fuerza caótica, causando desorden y sufrimiento.

La clave para el cabalista es construir un sistema que pueda contener y dirigir esta luz. Este sistema de contención no es solo una estructura externa, sino una disciplina interna que nos permite manejar nuestras propias energías de manera efectiva. Es aprender a ser como un recipiente que puede recibir la luz sin desbordarse, que puede transformarla en acciones y pensamientos positivos, en lugar de dejar que se convierta en una fuerza destructiva.

La cultura judía pone un gran énfasis en la contención. Un rabino explicó que ciertas restricciones alimenticias, como no comer mariscos o cerdo, existen para entrenar nuestra capacidad de contenernos. Este ejercicio de contención no solo tiene un propósito espiritual, sino

que también nos prepara para manejar mejor las energías en nuestras vidas. Al aprender a decir "no" a ciertos deseos inmediatos, entrenamos nuestra voluntad y fortalecemos nuestra capacidad para manejar nuestras energías de manera constructiva. Es un ejercicio de disciplina que tiene repercusiones profundas en nuestro bienestar emocional y espiritual.

La klipá, por tanto, es una herramienta para aprender a contener y dirigir nuestra energía. Nos enseña que no todas las energías deben ser expresadas de inmediato, que hay un valor en la paciencia y la moderación. Las klipót nos protegen de nosotros mismos, de nuestros impulsos descontrolados y de nuestra tendencia a la autodestrucción. Son como las cáscaras de una semilla, que protegen el germen interno hasta que esté listo para brotar. En lugar de verlas como obstáculos, debemos entenderlas como aliados en nuestro camino de crecimiento personal.

Al explorar y entender las klipót, podemos comenzar a verlas no como enemigas, sino como partes esenciales de nuestro viaje. Nos desafían a ser mejores, a encontrar maneras de manejar nuestras energías de manera más efectiva y a crecer en nuestra capacidad de contención y dirección. En última instancia, trabajar con las klipót nos permite liberar nuestra verdadera luz interior y alcanzar un estado de vida más pleno y consciente

¿Quieres saber otra forma de llamar a las klipot? Se llama zona de confort. Todas las personas tenemos límites, lugares hasta donde no estamos dispuestos a llegar. Esa es nuestra Klipot. La klipot o klipá es un freno en la expansión del universo. Transitar las klipot cuesta, es incomodo, duele, porque implica sobrepasar aquellas áreas de seguridad.

Sinembargo sabemos que todo éxito o situación deseada que no has conseguido se halla siempre fuera de tu zona conocida o zona de confort. Le preguntaron a Jim Rohn que era un gran coach norteamericano, cuál sería el mejor consejo que se le podría dar a alguien para asegurarle una vida extraordinaria. Y su respuesta fué sencilla: *Siempre que veas algo que te incomode hacer, hazlo*. Jim Rohn sabía el secreto. La incomodidad y el miedo son solo formas de indicar que hay algo sobre lo que podemos trabajar y trascender.

¿Te has preguntado alguna vez por qué, a pesar de tus esfuerzos en ocasiones te sientes atrapado en una serie de obstáculos que parecen impedir tu avance hacia una vida plena y satisfactoria? Este dilema cotidiano puede tener una explicación más profunda en conceptos espirituales que se han desarrollado a lo largo de siglos.

LAS KLIPOT, TAMBIÉN CONOCIDAS COMO "CONCHAS" o "capas de impureza", son esas barreras que nos impiden ver la luz divina en nuestras vidas. Imagina que estás en un día nublado, donde las nubes (klipot) bloquean la luz del sol (or), haciéndote sentir oscuro y desmotivado. Estas klipot se originaron en un evento cósmico llamado "Shevirat HaKelim" o "ruptura de los recipientes", donde las vasijas que debían contener la luz divina se rompieron, dispersando chispas de luz que quedaron atrapadas en estas impurezas.

En la vida diaria, las klipot se manifiestan como pensamientos negativos, impulsivos o reactivos. A nivel neurológico son circuitos neuronales que nos conducen a resultados no deseados. Comportamientos destructivos y situaciones que parecen empeorar nuestros problemas. ¿Cuántas veces has sentido que, a pesar de tus esfuerzos por ser positivo, algo siempre te arrastra hacia abajo? Estas son las klipot en acción, creando desafíos que debemos superar para liberar la luz atrapada en ellas.

La relación entre "or" (luz) y "kli" (recipiente) es crucial aquí. La luz divina representa la energía y vitalidad que emana de Dios, mientras que los recipientes son las estructuras que

contienen y canalizan esa luz. En términos humanos, nuestros cuerpos, mentes y corazones son los recipientes. Para que nuestra vida sea plena y significativa, estos recipientes deben estar purificados y preparados para recibir la luz.

¿Alguna vez has sentido una conexión especial con alguien o algo que te hizo sentir lleno de vida? Esa es la energía y luz divina fluyendo a través de un recipiente limpio y adecuado. Sin embargo, cuando nuestros recipientes están llenos de negatividad o impurezas, no podemos recibir esta luz completamente.

La tarea espiritual de cada individuo es purificar su kli para recibir más or. Esto vale para cualquier cosa que se quiera recibir: dinero, amor, abundancia, salud, trabajo… Esto se logra a través de la práctica de buenas acciones, estudio de textos sagrados, oración y actos de bondad. Imagina que tu mente es como un jardín; para que florezca, debes arrancar las malas hierbas (klipot) y cuidar de las plantas (tus pensamientos y acciones positivas).

Por ejemplo, alguien podría sentir que está atrapado en un ciclo de pensamientos negativos y comportamientos destructivos, como la procrastinación o la autocrítica constante. Reconocer estos patrones es el primer paso para superarlos. La práctica de teshuvá, o arrepentimiento, en la tradición judía ofrece un camino claro: primero, reconocer el error; luego, sentir remordimiento sincero; abandonar el comportamiento negativo; y finalmente, comprometerse a no repetirlo.

El proceso de rectificación teshuvá no solo se aplica a grandes transgresiones, sino también a los pequeños errores cotidianos. Imagina que has mentido a un amigo. El primer paso es admitir el error, sentir el dolor de haber dañado la confianza, decidir no mentir más y pedir disculpas sinceras. Este ciclo de reconocimiento y rectificación ayuda a purificar el kli, permitiendo que más luz entre en tu vida.

Además, las prácticas espirituales como la meditación y la oración juegan un papel vital en la eliminación de las klipot. Visualizar la luz divina purificando tus pensamientos y acciones puede ser un ejercicio poderoso para liberar las chispas de santidad atrapadas. Dedicar tiempo a la reflexión y el estudio de textos sagrados proporciona la sabiduría necesaria para entender cómo superar las barreras espirituales que enfrentamos.

Por último, los actos de bondad y el cumplimiento de mandamientos (mitzvot) son esenciales. No solo benefician a los demás, sino que también purifican nuestro propio ser, elevando nuestro entorno espiritual. Participar en actividades que promuevan el bien y la santidad nos ayuda a conectar más profundamente con la luz divina.

En resumen, las klipot son esos desafíos diarios que nos separan de nuestra verdadera naturaleza divina. Nuestra tarea es purificar nuestros recipientes a través de buenas acciones, arrepentimiento sincero y prácticas espirituales, permitiendo que más luz divina ilumine nuestras vidas. ¿Estás dispuesto a hacer el trabajo necesario para liberar esa luz atrapada y alcanzar una vida más plena y significativa?

TRATAMIENTO Y ELIMINACIÓN **de las Klipot**

Las klipot, como capas de impureza que ocultan la luz divina, requieren un enfoque integral para ser eliminadas y permitir que la luz divina se manifieste plenamente. A continuación, se detallan los métodos espirituales según los cabalistas para tratar y eliminar las klipot:

1. Meditación y Oración

Meditación

• **Visualización de la Luz Divina:** Durante la meditación, visualiza una luz pura y brillante

descendiendo sobre ti, penetrando todas las capas de tu ser.

• **Purificación:** Imagina esta luz disolviendo las klipot, purificando tu mente, corazón y cuerpo. Visualiza cómo las chispas de luz atrapadas se liberan y ascienden hacia su fuente divina.

• **Ejercicio de Meditación:** Encuentra un lugar tranquilo, cierra los ojos, respira profundamente y visualiza la luz divina. Mantén esta visualización durante al menos 10-15 minutos.

Oración

• **Plegarias Específicas:** Recita oraciones que invoquen la ayuda divina para liberar la luz atrapada en las klipot. Estas pueden incluir salmos, oraciones tradicionales judías y plegarias personales.

• **Conexión con Dios:** Durante la oración, siente una conexión profunda con Dios, pidiendo sinceramente la purificación y liberación de las klipot.

• **Ejemplo de Oración:** "Dios Todopoderoso, te pido que envíes tu luz pura para penetrar y purificar todas las impurezas que me rodean. Libera las chispas de luz atrapadas y ayúdame a reflejar tu luz en todo lo que hago."

2. Estudio de Textos Sagrados

Lectura y Reflexión

• **Estudio Diario:** Dedica tiempo diariamente al estudio de la Torah y otros textos sagrados. Esto proporciona sabiduría y entendimiento para superar las klipot.

• **Reflexión:** Reflexiona sobre cómo las enseñanzas pueden aplicarse en tu vida para purificar tus pensamientos y acciones.

• **Ejemplo:** Lee una porción de la Torah cada día y medita sobre su significado y cómo puede guiarte en tu camino espiritual.

3. Mitzvot (Mandamientos) y Buenas Obras

Cumplimiento de Mitzvot

• **Observancia de los Mandamientos:** Cumplir con los mandamientos divinos (mitzvot) es fundamental para elevar y liberar las chispas de luz atrapadas.

• **Actos de Bondad:** Realiza actos de bondad y caridad (tzedaká). Estos actos ayudan a purificar y elevar tu entorno espiritual.

• **Ejemplo de Mitzvot:** Participa en rituales religiosos, ayuda a los necesitados, respeta las leyes dietéticas (kashrut), y observa el Shabat.

Acciones Positivas

• **Promoción del Bien:** Involúcrate en actividades que promuevan el bien y la santidad, tanto en tu comunidad como en el mundo en general.

• **Ejemplo:** Voluntariado, donaciones a causas benéficas, y apoyo a aquellos que necesitan ayuda.

4. Auto-Examen y Rectificación

Auto-Examen

• **Reflexión Diaria:** Dedica tiempo cada día a reflexionar sobre tus acciones, pensamientos y emociones. Identifica comportamientos negativos que pueden estar creando klipot.

• **Registro Personal:** Lleva un diario donde anotes tus reflexiones, identificando áreas de mejora y celebrando tus avances.

Teshuvá (Arrepentimiento)

• **Arrepentimiento Sincero:** Practica el arrepentimiento sincero, reconociendo tus errores y

buscando el perdón de Dios y de aquellos a quienes has perjudicado.

• **Corrección de Errores:** Comprométete a cambiar tus comportamientos negativos y a no repetirlos. Haz un plan de acción para rectificar tus errores pasados.

• **Ejemplo de Teshuvá:** Si has hablado mal de alguien, pídele perdón, y haz un esfuerzo consciente por hablar positivamente de los demás.

COMO SUPERAR LAS KLIPOT CON CABALAGRAMA

Axiomas de las Klipot

-Todo ser humano tiene klipot

-No todas las klipot son negativas, dependen de sus efectos en nuestra vida y de lo que nos impidan hacer.

-Toda klipot surge de una intención positiva por superar algún desafío

-Las klipot equivalen a los estados de vibración de la Escalera sefirótica por debajo de 5

-No es posible o es muy dificil ascender desde una klipot de puntuación baja a un estado muy alto de consciencia en muy poco tiempo o de golpe, es mejor subir gradualmente.

-A veces confundimos la klipot con nuestra identidad

-Las klipot se pueden originar de traumas o momentos pasados dolorosos (MPD)

-La única manera de eliminar una Klipot es si la energía de Daat (consciencia de oscilación) es superior a la energía de la klipot.

-La klipot es la zona de confort, la identidad.

RUTA **Completa de Oscilación de las Klipot**

La manera de superar toda Klipot es cuando la fuerza de Daat (oscilación) es mayor que la fuerza de la klipot. Para ello, podemos realizar estos ejercicios para transitar y subir por la Escalera Sefirótica de Consciencia. Una vez hecho el Test Básico de Cabalagrama, puedes buscar el estado emocional de tu séfira o tu klipá y trabajar en ascender desde allí.

APATÍA (MALKUTH): Reconocer y valorar el ego. El primer paso es salir de la apatía reconociendo el valor del ego como una parte fundamental de nuestra identidad. Practicar la autovaloración y encontrar pequeños logros diarios puede ayudar a estimular la motivación. Ejercicios como escribir un diario de gratitud y logros pueden ser útiles.

Dolor (Yesod): Sanar emocionalmente y perdonar. En este nivel, se trabaja en la sanación emocional y en el perdón, tanto a uno mismo como a los demás. Técnicas de meditación y terapia de sanación, como el trabajo con el niño interior y la práctica del perdón a través de visualizaciones guiadas, son esenciales para liberar el dolor acumulado.

Miedo (Hod): Desafiar miedos y fortalecer el yo interno. Aquí se trata de identificar y confrontar los miedos, desafiándolos con acciones concretas y afirmaciones positivas. Practicar la exposición gradual a los temores y fortalecer el yo interno a través de técnicas de autoafirmación y resiliencia puede ayudar a superar esta etapa.

Elusión (Netzach): Enfrentar la realidad y desarrollar habilidades constructivas. Es crucial aprender a no escapar de la realidad y enfrentarla directamente. Esto incluye desarrollar habilidades prácticas y constructivas para manejar los desafíos de la vida. Actividades como el establecimiento de metas realistas y la planificación estratégica pueden ser muy beneficiosas.

Confrontación (Tiferet): Canalizar la confrontación hacia la creatividad y la colaboración. En esta fase, la confrontación se redirige hacia la creatividad y la colaboración con otros. Practicar la comunicación asertiva y la colaboración en proyectos creativos puede transformar la energía conflictiva en algo positivo y constructivo.

Control (Gevurah): Aceptar la incertidumbre y practicar la generosidad. Se trabaja en aceptar la incertidumbre de la vida y en soltar la necesidad de control absoluto. La práctica de la generosidad y el altruismo, como el voluntariado y actos de bondad desinteresada, puede ayudar a equilibrar el deseo de control con la flexibilidad y la apertura.

Generosidad (Chesed): Establecer límites y desarrollar la autocomprensión. Aquí se aprende a ser generoso sin perderse a uno mismo, estableciendo límites saludables. Ejercicios de autoevaluación y reflexión pueden ayudar a comprender mejor las propias necesidades y cómo equilibrarlas con el deseo de dar a los demás.

Comprensión (Binah): Integrar comprensión con experiencia práctica y empatía. En este nivel, se busca integrar la comprensión intelectual con la experiencia práctica y la empatía. La práctica de la escucha activa y la empatía en las relaciones interpersonales, así como la meditación reflexiva, pueden facilitar este proceso.

Sabiduría (Chokmah): Unir conocimiento con espiritualidad y conexión universal. Se trata de unir el conocimiento adquirido con la espiritualidad y una conexión más profunda con el universo. Prácticas espirituales como la meditación profunda, el estudio de textos sagrados y la contemplación de la naturaleza pueden ayudar a alcanzar esta integración.

Unión Divina (Keter): Integrar la espiritualidad con la vida cotidiana y el gozo. El objetivo final es integrar plenamente la espiritualidad en la vida diaria, viviendo con gozo y plenitud. La práctica diaria de la gratitud, la celebración de la vida y la conexión consciente con lo divino en cada acción son fundamentales para alcanzar este estado de unión divina.

LA FÓRMULA **correcta para tratar toda Klipot consiste en lo siguiente:**

-Identificar la Klipot gracias a los test básicos de Cabalagrama o autoanálisis y puntuarla con la Escala Sefirótica de Consciencia.

-Entender la intención positiva detrás de esa Klipot (ver el capítulo tratamiento de los estados de sufrimiento)

-Ubicarla en la Ruta Completa de Oscilación de las Klipot y realizar un ejercicio asociado a ese estado emocional. Por ejemplo: Una persona en estado de apatía, debe aprender a reforzar su autoestima y fortalecer el ego.

SI SIGUES esta ruta de oscilación vas a encontrar como puedes superar cualquier estado negativo acudiendo o subiendo por la Escalera Sefirótica de Consciencia hasta abandonar los estados de Sufrimiento.

LOS SEFIROTIPOS Y LA NATURALEZA DE LAS SEFIRAS Y AXIOMAS

Las Sefirot: Unidades de Energía Divina

¿Te has sentido alguna vez como una vasija que contiene demasiado? Las Sefirot son justamente eso: contenedores de la energía divina. Imagínalas como una fuente de chocolate, donde cada recipiente se llena y desborda hacia el siguiente. Estas vasijas representan dimensiones de nuestra personalidad y de la realidad misma.

Los cabalistas notaron algo curioso: el cerebro humano no puede percibir toda la realidad. Esto genera un desafío cuando intentamos definir lo que es la realidad en sí misma. Sin embargo, se dieron cuenta de que el ser humano puede comprender estas dimensiones a través de las 10 Sefirot.

Los sefirotipos son los arquetipos de la Cábala. Carl Jung definió los arquetipos como patrones universales que habitan en el inconsciente colectivo, influyendo en nuestros pensamientos y comportamientos de formas profundas y a menudo desconocidas. Imagina que nuestra mente es como un vasto océano, y estos arquetipos son corrientes submarinas que guían nuestros movimientos, incluso cuando no somos conscientes de ello. En la vida diaria, nos enfrentamos constantemente a situaciones que nos hacen reaccionar según estos patrones, ya sea cuando asumimos el papel del héroe ante una crisis o cuando buscamos la sabiduría del anciano en tiempos de incertidumbre.

Pero, ¿qué pasaría si pudiéramos profundizar más en estos arquetipos utilizando sistemas antiguos como la Cábala? . ¿Y si pudiéramos usar las Sefirot, las esferas de la Cábala, para entender y analizar nuestras personalidades? La idea de combinar este conocimiento con teorías contemporáneas como el eneagrama, la escala de consciencia de Hawkins podría parecer descabellada, pero podría ofrecer un mapa más completo de la evolución de la consciencia humana.

Imagínate despertar cada día con la certeza de que hay una guía que te permite comprender por qué reaccionas de cierta manera ante los desafíos, por qué ciertos miedos te paralizan y cómo puedes superar esos obstáculos. Si pudiéramos unificar todas estas teorías, no solo entenderíamos mejor el mundo en el que vivimos, sino también quiénes somos, cómo pensamos y, crucialmente, por qué estamos aquí.

La verdad es que vivimos en un mundo en crisis. Los casos de depresión, la soledad no deseada, los suicidos van en aumento. ¿No crees que ahora, más que nunca, necesitamos una ciencia de la consciencia que nos ayude a navegar estas aguas turbulentas?

He llegado a una conclusión después de estudiar estos sistemas y teorías. Al igual que Newton, he "cabalgado a lomos de gigantes" y gracias a ello he conseguido crear Cabalagrama.

Un sistema que puede ayudarnos a explorar nuestro interior, nuestra alma o consciencia, de manera efectiva y profunda. Utilizando las Sefirot, podemos evaluar la influencia de cada una en nuestras vidas mediante preguntas concretas. Imagina responder preguntas que te permitan descubrir qué aspectos de tu vida están desequilibrados y cómo puedes trabajar en ellos para alcanzar una mayor armonía.

¿Como se utilizan los sefirotipos en una terapia de desarrollo personal y espiritual?

Por ejemplo, la Séfira de Jesed (misericordia) se relaciona con la expansión y el dar, es el sefirotipo del Compasivo. Vivimos en una sociedad donde "dar" es a menudo visto como algo siempre positivo, pero ¿cuántas veces has dado tanto que te has quedado sin nada para ti mismo? ¿O has dado algo con el fin “oculto” de querer recibir a cambio? Puede existir un dar desequilibrado. La Cábala enseña que dar sin medida puede ser tan perjudicial como no dar en absoluto. No todo amor es bueno, existe un amor desequilibrado que puede ocultar el mal, incluso cuando parece estar motivado por las mejores intenciones. ¿Has conocido a alguien que, por querer ayudar tanto, termina causando más daño que beneficio?

En nuestro día a día, este desequilibrio se manifiesta cuando decimos "sí" a todo, comprometiéndonos más allá de nuestras posibilidades y sintiéndonos endeudados emocionalmente. ¿Cuántas veces has dicho que sí a una invitación o a una tarea por no querer decepcionar a alguien, solo para encontrarte abrumado y resentido después? En hebreo, existe una frase sabia: "bli neder", que significa "sin compromiso". Es un recordatorio de que debemos ser conscientes de nuestras limitaciones y no prometer más de lo que podemos cumplir.

El equilibrio entre dar y recibir es esencial. Para poder dar, primero debemos recibir. Este principio es tan aplicable en la espiritualidad como en la vida cotidiana. Eso sería equilibrar una sefira. Una madre, por ejemplo, debe cuidar de sí misma para poder cuidar de su hijo. Si no duerme, no puede dar la energía necesaria para cuidar adecuadamente de su bebé. Este ciclo de recibir para dar se aplica a todas las áreas de nuestra vida.

En conclusión, la búsqueda del equilibrio y la comprensión de nuestros arquetipos y sefirot puede transformar nuestra existencia diaria. Al aplicar estos principios, no solo mejoramos nuestras vidas, sino que también estamos mejor equipados para ayudar a los demás. Y en un mundo que lucha con tantas dificultades mentales y emocionales, esta sabiduría nunca ha sido más crucial.

Comprendiendo los Sefirotipos

Aquí tenemos unos axiomas cruciales para entender algunos aspectos sobre las Sefirot y los sefirotipos:

- **Existen 10 dimensiones de la realidad o sefiras**

- **Cada persona tiene 10 sefiras y puede vibrar en una en mayor cantidad, ese es su sefirotipo.**

- **Cada una de estas sefiras puede vibrar del 1 al 10. Siendo 1 un estado de baja vibración y 10 un estado de alta vibración.**

- **No eres un sefirotipo, estás en un sefirotipo; transitamos a través de ellos siendo puntos de descanso o reposo de nuestra alma.**

- **Un sefirotipo puede tenerse durante tanto tiempo que pase a ser considerado como la identidad de la otra persona.**

• Un sefirotipo no es mejor por ser más elevado. Lo correcto es saber fluctuar y ser flexible entre sefirotipos.

• No hay sefirotipos buenos o malos, pero sí pueden estar desequilibrados.

• Focalizarse demasiado en una Sefirá puede desequilibrar todo el sistema.

-Evitar mucho una Sefirá puede desequilibrar el sistema

• El ser humano debe esforzarse por equilibrar el sistema, sabiendo que nunca lo logrará al 100%. Ya que el sistema de por sí es desequilibrado.

• Las Sefirot pueden desequilibrarse por exceso o por defecto.

• Es posible transitar al sefirotipo opuesto para evolucionar.

• Un sefirotipo en un estado de conciencia mayor suele resolver problemas inferiores.

• Todos los sefirotipos pueden ser masculinos o femeninos.

LOS SEFIROTIPOS REPRESENTAN la dimensión psicológica del Arbol de la vida, el mundo de yetzirah. En ella evaluaremos los siguientes aspectos:

-Personalidad
-Virtud negativa
-Modo de pensar
-Vibración
-Puntos fuertes
-Debilidades
-Necesidades Vitales
-Manera de manejar la verdad
-Equilibrio
-Desequilibrio
-Preguntas vitales
-Valores
-Profesiones
-Explicación general
-Análisis psicologico
-Personaje biblico
-Midot
-Klipa
-Pecado
-Mandamiento
-Astrologia
-Eneatipo
-Parte del cuerpo
-Numero
-Angel
-Arquetipos
-ejercicios

EL EQUILIBRIO **y la Evolución Espiritual**

La única manera de equilibrar tus Sefirot es distribuyendo la energía entre ellas. La conciencia es clave para este equilibrio. No usar una Sefirá puede bloquearla y desestabilizar todo el árbol de la vida. Tu sefirotipo actual refleja tu foco principal y tu Sefirá más desarrollada, mostrando también tus posibles desequilibrios y cómo superarlos.

QUE ES CABALAGRAMA

Cabalagrama es un sistema integral de autoconocimiento y evaluación que se fundamenta en las enseñanzas de la Cábala y las sefirot, unificando diversas doctrinas espirituales y herramientas psicológicas. Este sistema se aplica tanto a la autoevaluación personal como al análisis de empresas, relaciones amorosas y la gestión del dinero. Cabalagrama permite un entendimiento profundo del comportamiento, la identidad y la realidad de una persona o entidad a través de un análisis basado en diez rasgos clave derivados de las sefirot de la Cábala.

Estructura y Funcionamiento

Cabalagrama utiliza un decagrama, un gráfico de diez puntos, cada uno representando una sefirá específica. Los diez rasgos de personalidad del decagrama son:

1 Keter - Jugador: Representa la plenitud, éxito y metas alcanzadas.
2 Jojma - Visionario: Enfoca la creatividad, innovación y visión.
3 Binah - Reflexivo: Se centra en la racionalidad, planificación y análisis.
4 Tiferet - Motivador: Define el propósito, valores y equilibrio.
5 Jesed - Compasivo: Resalta la generosidad, empatía y altruismo.
6 Guevura - Guerrero: Enfatiza la disciplina, justicia y fortaleza.
7 Netzach - Apasionado: Resalta la energía, motivación y perseverancia.
8 Hod - Comunicador: Se ocupa de la claridad, precisión y estrategias comunicativas.
9 Yesod - Conector: Enfoca la estabilidad, intimidad y relaciones.
10 Malkuth - Manifestador: Aborda la realidad tangible, logros y materialización.

EVALUACIÓN Y ANÁLISIS

Cada rasgo del decagrama es evaluado según una escala de nivel de vibración que refleja actitudes y estados emocionales desde negativos a positivos:

10 Juego - Blanco
9 Sentido - Púrpura
8 Reflexión - Negro
7 Interés - Amarillo
6 Aceptación - Azul
5 Confrontación - Rojo
4 Eludir - Verde
3 Miedo - Naranja
2 Dolor - Gris

1 Apatía - Multicolor

Esta evaluación se realiza a través de cuestionarios y análisis que permiten colorear el decagrama, visualizando claramente las áreas de fortaleza y las que necesitan mejora.

Ámbitos de Aplicación:

• **Personal**: Autoevaluación de comportamientos y aspectos de la personalidad, identificando sefirotipos y subsefirotipos.

• **Empresas (Negocios)**: Análisis del liderazgo, estrategias de marketing, ventas, atención al cliente y desarrollo corporativo.

• **Amor**: Evaluación de relaciones amorosas, identificando áreas de conexión, comunicación y propósito compartido.

• **Dinero**: Gestión financiera, planificación de inversiones, ahorro y estrategias económicas.

• **Astrología**: Creación de un astrodecagrama de la personalidad, analizando las influencias astrales de los planetas y signos zodiacales en cada una de las sefirot.

• **Espiritual**: Desarrollo espiritual, meditación, conexión con el ser superior, prácticas de mindfulness y evolución del alma.

Utilidades del Cabalagrama:

1 Hallar el estado general de tu arbol de la vida/ decagrama: Evaluar en qué frecuencia vibras en cada una de las esferas (sefirot) del decagrama.

2 Hallar tu sefirotipo principal: Determinar desde cuál sefirá operas principalmente en tu vida.

3 Hallar tus klipas o bloqueos: Identificar los bloqueos o limitaciones que te impiden alcanzar tu máximo potencial.

4 Entrenar algún aspecto concreto: Focalizar el entrenamiento en un aspecto específico para mejorar tu vibración y efectividad en esa área.

5. Analizar tu estado emocional : Saber desde donde ubicarte en la escala de vibración Sefirótica en uno o varios aspectos.

CABALAGRAMA ES una herramienta poderosa y multifacética que unifica conocimiento espiritual y psicológico para ofrecer una visión holística del ser y su entorno. Facilita la mejora continua y la realización plena mediante la identificación y comprensión profunda de los rasgos esenciales que definen la personalidad y la realidad de cada individuo o entidad. La utilización de la escala de consciencia (apatía, dolor, miedo, eludir, confrontación, aceptación, interés, reflexión, sentido, juego) proporciona una visión dinámica y práctica de cómo actuamos y reaccionamos en diferentes aspectos de la vida, permitiendo un crecimiento integral y consciente.

Además, el análisis astrológico a través del astrodecagrama permite entender las influencias astrales en nuestras vidas, proporcionando una capa adicional de conocimiento y comprensión.

PREGUNTAS CLAVE Y PROCEDIMIENTO BÁSICO

Existe toda una metodología de Cabalagrama incluso algoritmos especialmente diseñados para poder resolver estas preguntas y determinar cuál es el sefirotipo de una persona, su klipá y como elevar a la persona en la Escala de Vibración Sefirótica en diferentes aspectos de su vida. Si quieres profundizar más, te dejaremos unos enlaces donde puedes reservar tu primera sesión de Cabalagrama o Certificarte como experto de Cabalagrama.

Se necesitaría un profundo estudio de la Cabala y la Psicología para hacer un análisis completo del árbol de la vida de la persona y poder llegar a desarrollarlo, pero podemos usar estas preguntas básicas para entender desde donde está vibrando la persona.

Pero existen algunas preguntas claves que puedes hacer para saber dónde aproximadamente puede estar una persona en su árbol de la vida.

El procedimiento básico consiste en mediante preguntas encontrar tu sefirotipo, es decir tu centro base desde donde operas, y encontrar tu klipot, tu sefira menos desarrollada

ANTES DE EMPEZAR A TENER una sesión hay que tener en cuenta algunas condiciones:

Recuerda estos dos principios de influencia:

-1. No puedes influenciar a alguien si lo estás juzgando

-2. Si quieres influenciar a alguien tienes que saber que es lo que le influencia. Enamórate de ofrecer el mayor valor a tu paciente, entra en su marco de referencia y háblales de lo más importante, ellos mismos.

PARA SER un Coach de Cabalagrama deberás tener en cuenta algunos consejos básicos.

-Deberás ser cortés en todo momento.

-El Coach de Cabalagrama deberá ser amable, no juzgar, criticar y respetuoso durante la sesión.

-Deberá ser digno de confianza,

-Deberá ser valiente, nunca cediendo a hacer preguntas difíciles, complicadas

-Deberá ser paciente, nunca inquietarse ni mucho menos contradecir o discutir con el paciente

-Deberá ser etico y concienzudo, no saltarse ningún paso

-Deberá ser persistente, no desistir hasta conseguir resultados

Deberá ser reservado, jamás debe darle evaluaciones subjetivas

PROCEDIMIENTO **básico de Sesión de Cabalagrama:**

-Se sentará a la persona y se le explicará en que consiste la terapia de Cabalagrama

-Se dibujará el arbol de la vida y se dara una breve introducción del mismo.

-Se empezará preguntando las preguntas del Test Básico de Cabalagrama y/o las Preguntas Adicionales y se puntuará del 1 al 10 cada séfira según la Escala de Vibración Sefirótica.

-Se sumará todo hasta que obtengamos el SEFIROTIPO BASE, que será la séfira con mayor puntuación. En caso de empate entre dos Séfiras, elegiremos siempre la que esté arriba del arbol de la vida.

-Se obtendrá la klipá o Séfira desequilibrada. En caso de empate entre dos Séfiras, elegiremos siempre la que este arriba del arbol de la vida.

-Se obtendrá el Estado o Tono Emocional.

-Se leerá el resultado del Sefirotipo, klipá, tono emocional y se plantearán ejercicios para o bien oscilar hacia otra séfira o bien equilibrar la misma.

PREGUNTAS **QUE PUEDES HACER PARA CONOCER EL SEFIROTIPO PRINCIPAL O KLIPÁ.**

-¿CUÁL es el área de tu vida en el que eres más feliz?

-¿Cuál es el área de tu vida en el que eres menos feliz?

-¿Cuáles son tus condiciones en esa área? ¿Cuáles son tus expectativas en esa área? ¿Son realistas? ¿Son alcanzables? ¿Quién te puede ayudar?

-¿Cuál de estas situaciones describe mejor la situación? Dolor, frustración, sufrimiento o impotencia.

-¿Quién tiene la capacidad de cambiar esta situación?

-¿Qué tendrías que creer para hacer algo al respeto?

ANTE CUALQUIER SITUACIÓN **nos podemos hacer las siguientes preguntas que nos dirigen a saber nuestras respuestas en cada Séfira.**

¿Cuál fue la acción que tomaste o dejaste de tomar? (Malkuth)

¿Te sientes identificado con la accion que tomaste? (Yesod)

¿Qué significado tenía para ti entonces aquella situación? (Biná)

¿Cómo te sentiste interiormente en ese momento? (Tiferet)

¿Qué te comprometiste a hacer? (Guevurah)

¿Cuál es el sentido de todo ello? (Jojma)

¿Cuál es la intención buena detrás de eso? (Jesed)

¿Comunicaste lo que pensaste? (Hod)

¿Qué deseo estabas satisfaciendo? (Netzach)

¿Te sentiste realizado? (Keter)

TEST BÁSICO DE CABALAGRAMA

A continuación te dejo un test sencillo para que puedas usarlo a modo de autoanálisis. Debido a la profundidad del tema no hemos podido poner todas las preguntas y procesos de un test completo de Cabalagrama, pero este test te puede ayudar mucho a autoanalizarte y empezar a poner en práctica todo lo aprendido en este libro.

TEST BÁSICO **de Cabalagrama**

Responde cada pregunta en una escala del 1 al 10, donde 1 significa "muy poco" y 10 significa "mucho".

1. Malkuth- Materializador. ¿Que tan feliz te sientes con lo que tienes: casa, trabajo y sueldo?

2. Yesod- Conector. ¿Qué tanto disfrutas de tus relaciones sociales, la intimidad y la família?

3. Hod- Comunicador. ¿Eres capaz de tener conversaciones incómodas o expresar aquello que te molesta a alguien?

4. Netzach - Apasionado. ¿Qué tan desarrollado estás en tus pasiones? (esto incluye cualquier arte, afición, hobby que te dé placer)

5. Guevurah - Guerrero ¿Que tan disciplinado eres para decir que no a algo que te apetece hacer?

6. Jesed - Compasivo ¿Que tan capaz eres de dar sin esperar nada a cambio?

7. Tifereth - Motivador ¿Sientes que estás haciendo lo que los demás esperan de ti o estás haciendo lo que realmente te gustaría hacer?

8. Binah - Reflexivo ¿Que tan organizado/a y planificador eres?

9. Jojmah - Visionario ¿Que tan capaz eres de salir de tu zona de confort, de improvisar y de encontrar un sentido en lo que haces?

10. Keter- Jugador. Mírate ahora mismo: ¿te sientes realizado, en gratitud y no cambiarías nada en tu situación actual?

INTERPRETACIÓN **de los Resultados**

1 Suma tus respuestas para cada sefirá. Anota el total de cada una.

2 Identifica tu sefirotipo principal: La sefirá con la puntuación más alta es tu sefirotipo predominante. Si hay empate, elige la céfiro que esté superior en el árbol de la vida. Lee la descripción en los siguientes capítulos.

3 Identifica tu Subsefirotipo: La escala de vibración se calcula dividiendo tu puntuación total para cada sefirá entre 10. Por ejemplo, si tu puntuación en Yesod-Conector es 70, tu subsefirotipo en Yesod-Conector sería 7 es decir Interés (Yesod en Yesod). Si buscas en el capítulo subsefirotipos hallamos esta definición.

9.7 Conexión en Interés

Descripción: La búsqueda de significado e interés dentro del dolor emocional. Modo de Actuar: Interés (Ganar) Características: Personas que encuentran propósito y lecciones valiosas en sus experiencias dolorosas, utilizando el sufrimiento como una oportunidad para el crecimiento personal y la transformación.

4 IDENTIFICA TU KLIPÁ: Para saber cuál es tu klipá, simplemente mira cuál es la séfira de menos puntuación. En el caso de empate, elige la que esté superior en el árbol de la vida. Lee la descripción en los siguientes capítulos.

5. **Tono Emocional**: Para saber tu tono emocional en la Escalera Sefirótica, simplemente halla el promedio de todas las notas.

La fórmula para hallar el promedio es:

1 Suma las puntuaciones de las 10 preguntas.

2 Cuenta cuántas preguntas hay (en este caso, 10).

3 Divide la suma total de las puntuaciones entre 10.

El resultado es el promedio de las puntuaciones del test.Lee la descripción en los anteriores capítulos en la Escalera Sefirótica.

UTILIZA estos resultados para reflexionar sobre tu estado actual y las áreas en las que podrías querer trabajar para encontrar un equilibrio y desarrollo personal.

PREGUNTAS ADICIONALES

Aquí tienes 5 preguntas adicionales para cada sefirá que puedes usar para autoanalizarte o en una sesión de coaching para evaluar el estado de cada sefirá en cuestión:

MALKUTH-MATERIALIZADOR (MATERIALISMO, **Realidad Física)**

En Malkuth vamos a evaluar la relación del individuo en torno el mundo físico. Su casa, su trabajo, su entorno, su cuerpo, su capacidad de acción. En Malkuth queremos preguntar :

1 ¿Cómo te sientes respecto a tu mundo material, como tu trabajo y tu casa?

2 ¿Con qué frecuencia te sientes atrapado en las responsabilidades y limitaciones de la vida cotidiana?

3 ¿Te consideras una persona práctica y enfocada en lo tangible y material?

4 ¿Actúas a diario respecto a tus metas y sueños?

5 ¿Que facil te resulta encontrar sentido o propósito en tu vida diaria y trabajo?

YESOD- CONECTOR (EMOCIONES, **Subconsciente)**

En este caso en Yesod vamos a evaluar la capacidad de la persona en sus relaciones sociales, en el sexo, el dinero, el ego.

1 ¿Te sientes bien en tus relaciones íntimas y en el sexo?

2 ¿Te sientes a menudo abrumado por tus emociones?

3 ¿Con qué frecuencia te enfrentas a sentimientos de culpa o arrepentimiento?

4 ¿Experimentas dificultad para mantener una base emocional estable con los demas?

5 ¿Sientes que tus identidad están alineados con tu imagen exterior?

Hod - Comunicador (Intelecto, Comunicación)

En Hod evaluaremos la comunicación, la capacidad de ser transparente con lo que se piensa y siente

1 ¿Eres capaz de expresar tus pensamientos sin temor al juicio de los demás?

2 ¿Con qué frecuencia sientes que tus ideas son malinterpretadas?

3 ¿Te sientes cómodo compartiendo tus conocimientos y habilidades con otros?

4 ¿Tienes facilidad para aprender y comprender nuevos conceptos?

5 ¿Te es facil encontrar las palabras correctas para expresar tus sentimientos?

Netzach - Apasionado (Victoria, Persistencia)

En Netzach evaluaremos la capacidad de la persona por ser creativa, sus pasiones, sus deseos, el placer.

1 ¿Cómo te sientes respecto a tus logros y éxitos personales?

2 ¿Te consideras una persona creativa?

3 ¿Con qué frecuencia sientes la necesidad de satisfacer tu deseo?

4 ¿Te sientes motivado y lleno de energía para alcanzar tus metas?

5 ¿Te resulta fácil mantener serenidad emocional o actuar de manera impulsiva?

Tiferet - Motivador (Belleza, Equilibrio)

En Tiferet evaluaremos la capacidad de la persona por estar alineada con su propósito, por poder trascender su ego y saber desarrollar una buena autoestima.

1 ¿Equilibras tus responsabilidades personales y profesionales?

2 ¿Con qué frecuencia te tomas tiempo para cuidarte y disfrutar de la belleza a tu alrededor?

3 ¿Te sientes en armonía con tus valores, propósito y creencias personales?

4 ¿Experimentas una sensación de paz y satisfacción en tu vida diaria?

5 ¿Sientes que estas haciendo lo mismo por lo que te gustaría ser recordado cuando mueras? Estas alineado con tu propósito?

Gevurah - Guerrero (Juicio, Disciplina)

En Guevurah evaluaremos la capacidad de la persona por ser disciplinada, recta, aprender a decir que no y ser organizada.

1 ¿Eres capaz de establecer límites claros en tus relaciones y actividades?

2 ¿Con qué frecuencia te sientes crítico o juzgador hacia ti mismo o hacia los demás?

3 ¿Te resulta fácil mantener la autodisciplina y el autocontrol?

4 ¿Te sientes a menudo culpable o arrepentido por decisiones pasadas?

5 ¿Cómo manejas la presión y las expectativas que otros tienen de ti?

Chesed - Compasivo (Amor, Misericordia)

En Jesed evaluaremos la capacidad de la persona por perdonarse y perdonar a los demas, por dar y por amar.

1 ¿Con qué frecuencia muestras compasión y generosidad hacia los demás?

2 ¿Te consideras una persona que confía fácilmente en los demás?

3 ¿Te resulta fácil perdonar y olvidar las ofensas?

4 ¿Cómo demuestras tu amor y aprecio hacia los que te rodean?

5 ¿Sientes que recibes tanto amor y apoyo como das?

Binah- Reflexivo (Entendimiento, Inteligencia)

En Binah evaluaremos la capacidad intelectual de la persona, su razonamiento y sus zonas de seguridad.

1 ¿Te sientes cómodo confiando en tu inteligencia?

2 ¿Con qué frecuencia reflexionas sobre tus experiencias para aprender de ellas?

3 ¿Te resulta fácil comprender y empatizar con los sentimientos de los demás?

4 ¿Eres capaz de ver el panorama general y las conexiones entre diferentes aspectos de tu vida?

5 ¿Te sientes a menudo inspirado por ideas y conceptos profundos?

Chokmah - Visionario (Sabiduría, Creatividad)

En Jojmah evaluaremos la capacidad de la persona por encontrar sentido, poner intención y lograr desarrollar la intuición.

1 ¿Te consideras una persona creativa que disfruta explorando nuevas ideas?

2 ¿Con qué frecuencia encuentras soluciones innovadoras a los problemas?

3 ¿Te sientes cómodo tomando decisiones basadas en tu sabiduría interior?

4 ¿Cómo te inspiras y mantienes tu creatividad viva?

5 ¿Te resulta fácil compartir tu sabiduría y conocimientos con otros?

Keter -Jugador (Corona, Conexión Divina)

En Keter evaluaremos la capacidad de la persona por aprender a vivir en realización, satisfecho y conectado espiritualmente.

1 ¿Sientes una conexión profunda con algo más grande que tú mismo?

2 ¿Te consideras una persona con un fuerte sentido de propósito y misión en la vida?

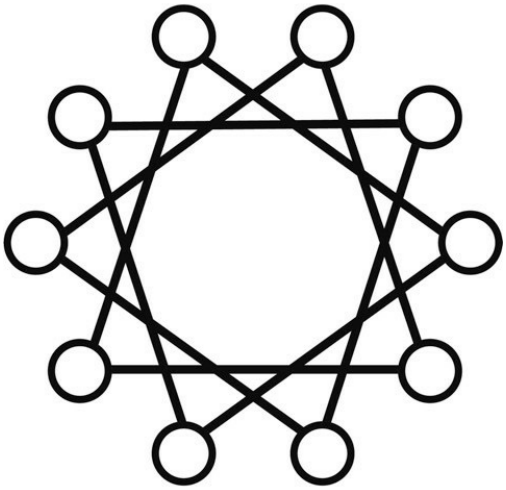
3 ¿Con qué frecuencia meditas o practicas actividades espirituales?

4 ¿Te sientes en paz con el lugar que ocupas en el universo?

5 ¿Cómo manejas la incertidumbre y las preguntas sin respuesta en tu vida?

Estas preguntas te ayudarán a evaluar el estado de cada sefirá en la vida de la persona y a identificar áreas que pueden necesitar equilibrio o desarrollo .

SEFIROTIPO 10 MALKUTH : MANIFESTADOR



Salmos 145:13: *"Tu reino es reino de todos los siglos, y tu señorío en todas las generaciones."*

Nombre de Dios: Adonai (אדני)

• **Significado**: "Señor"

• **Descripción**: Denota el reino y la presencia divina en el mundo material. Adonai es el nombre que refleja el dominio de Dios sobre la creación y su interacción con el mundo físico.

• **Personalidad**: Personas prácticas y materialistas, centradas en el mundo físico y tangible. Suelen ser realistas y enfocadas en lo concreto

-Color: Multicolor representa la manifestación y la diversidad, vinculadas con la completitud y la realidad tangible. En astrología, Malkut se conecta con la Tierra, reflejando la totalidad de la existencia física.

-Virtud negativa: Apatía

-Actitud en el amor: Práctico. Un amor que se manifiesta en acciones concretas y prácticas, enfocándose en las necesidades diarias y el bienestar material del ser querido.

-Actitud con el dinero: Pragmático. Gestión práctica y efectiva del dinero, atendiendo las necesidades cotidianas y asegurando el bienestar material concreto.

• **Modo de Pensar**: Se concentran en lo que es palpable y evidente. Pueden tener dificultades para ver más allá de lo inmediato y tangible.

• **Vibración**: Baja energía, con tendencia a la inercia y la desesperanza.

Puntos Fuertes: Materializar

La capacidad de manifestar y hacer realidad las ideas y conceptos

Debilidades: Inercia

Una debilidad de Malkuth es la inercia, el riesgo de quedarse estancado en lo físico y material sin aspirar a niveles más altos de consciencia.

Puntos a Mejorar: Activación

La necesidad de superar la inercia y activar la energía para progresar más allá de lo material

Necesidades Vitales: Seguridad

Las necesidades vitales en Malkuth incluyen la seguridad y el reconocimiento, esenciales

para sentirse aceptado y protegido en el entorno.

Forma de Manejar la Verdad: Realismo

Malkuth maneja la verdad mediante un enfoque realista, enfrentándose a los hechos tal como son en el mundo material.

Desequilibrio:

• **Estancamiento**: Incapacidad para avanzar o ver nuevas posibilidades.

• **Materialismo extremo**: Enfocarse exclusivamente en lo físico, ignorando lo espiritual.

Equilibrio:

• **Conexión a la Tierra**: Uso positivo de su conexión con lo material para construir bases sólidas.

• **Despertar Espiritual**: Incorporar prácticas que les conecten con algo más grande, como la meditación o la espiritualidad práctica.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo tener más?

2 ¿Cómo puedo asegurarme de que tengo lo suficiente?

3 ¿Qué recursos necesito para sobrevivir y prosperar?

4 ¿Cómo puedo proteger lo que tengo?

5 ¿Cómo puedo manifestar mis deseos en la realidad?

Valores:

• Seguridad

• Estabilidad

PROFESIONES:

• Contador

• Ingeniero civil

• Arquitecto

• Agricultor

• Gerente de proyectos

Descripción general:

¿Alguna vez has sentido que todo lo que piensas se materializa en tu vida? Imagina por un momento que cada pensamiento, cada deseo, cada miedo se convierte en algo tangible. Malkuth representa precisamente eso: el mundo material, el escenario donde todo lo que has imaginado en las esferas superiores toma forma. Es aquí donde la luz potencial de los planos superiores se revela y donde tus pensamientos germinan y se convierten en procesos tangibles.

En la cábala, se dice que nuestros pensamientos son semillas que, al germinar, crean las circunstancias que vivimos. Cada idea, cada emoción que albergas, actúa como una semilla plantada en el fértil suelo de la realidad material. ¿Te has dado cuenta de cómo tus pensamientos pueden cambiar tu día? Desde una sonrisa inesperada que cambia tu humor, hasta una preocupación constante que se convierte en un problema real. Todo lo que experimentamos en el mundo físico es resultado de lo que hemos pensado y sentido antes. ¿Te has preguntado cómo tu estado mental influye en tu realidad diaria? Nos guste o no, somos responsables de todo lo que ocurre, independientemente de si parece estar bajo nuestro control.

La materia no es más que el resultado de un proceso oculto de manifestación. Piensa en un iceberg: solo una pequeña parte es visible, mientras que la mayor parte se oculta bajo el agua.

Así es la materia: la dimensión de la revelación, la más densa y difícil de cambiar. Pero es también la más efectiva. Puedes prepararte todo lo que quieras, leer innumerables libros y entrenar cada día, pero sin acción, todo es en vano. Malkuth es el reino de la acción, el lugar donde los pensamientos se convierten en realidad.

¿Te has preguntado por qué, a pesar de todo tu conocimiento y preparación, a veces sientes que no avanzas? Es porque la acción es el puente entre tus deseos y su realización. La acción es la clave que abre las puertas del mundo material. Sin ella, tus sueños permanecen en el reino de lo intangible. Malkuth te invita a tomar ese conocimiento, esas ideas y sentimientos, y transformarlos en acciones concretas.

Nuestra alma a menudo prefiere los "mundos de arriba" por ser menos problemáticos y más fáciles de manejar. En esos mundos, todo es energía y potencial puro, sin la resistencia de la materia. Sin embargo, Malkuth es la base, el fruto de todo lo que sucede en los planos superiores. Es la séfira más importante porque es aquí donde se manifiestan todas las interacciones del alma. Algunas personas describen a Malkuth como un policía disfrazado: parece el mundo material, pero en realidad es Dios disfrazado de mundo físico.

Como seres humanos, no podemos negociar con la materia; debemos aprender a subir y bajar la energía. El propósito último del hombre es revelar el mundo divino en nuestro mundo material. Aunque Malkuth sea denso y complicado, el universo ama la efectividad. Es el campo de la acción y la revelación.

Trabajar con Malkuth es esencial. Las personas muy racionales o espirituales a menudo descuidan esta dimensión, olvidándose de su cuerpo, su trabajo y su entorno físico. Pero Malkuth no es solo el mundo material; es la suma de todos los otros mundos. Es la esfera de la manifestación, donde se revela lo bueno y lo malo, las enfermedades y las limitaciones.

Imagina caminar por la calle y observar a las personas. Solo al verlas, puedes intuir aspectos profundos de sus vidas. Malkuth conecta con todas las dimensiones del árbol de la vida; es el tronco que sostiene todas las ramas. En este mundo, se manifiestan todos los demás planos.

La ley de atracción y la visualización encuentran su lugar en Malkuth. Lo que vives hoy es el resultado de pensamientos y visualizaciones de mucho tiempo atrás. Vivimos en el pasado, manifestando en el presente lo que ya se decidió en los planos superiores.

Moverse en Malkuth significa actuar, y la acción, aunque imperfecta, es siempre mejor que la inacción. Las personas inmóviles son más propensas a ser atacadas por "Satán", que simboliza el mal y la inmovilidad. Pero al moverte y actuar, te proteges y equilibras tu energía.

La lección de Malkuth es clara: ¡acción! Revela todo lo bueno y lo malo, pero siempre con la oportunidad de transformar tu realidad a través de tus acciones.

Nuestra alma a menudo prefiere los "mundos de arriba" por ser menos problemáticos y más fáciles de manejar. En esos planos superiores, todo parece más fluido, menos denso, y nuestros deseos y pensamientos parecen moverse con mayor libertad. Sin embargo, es en Malkuth donde se materializa todo lo que ocurre en estos planos. Malkuth es la base, el fruto de todo lo que sucede en los planos superiores. Es la séfira más importante porque es aquí donde se manifiestan todas las interacciones del alma.

Algunas personas describen a Malkuth como un policía disfrazado: parece el mundo material, pero en realidad es Dios disfrazado de mundo físico. Esta metáfora nos recuerda que lo que percibimos como realidad material no es más que una manifestación del poder divino en un formato tangible. Es como si el universo jugara al escondite, mostrándonos lo divino a través de lo cotidiano.

Como seres humanos, no podemos negociar con la materia; debemos aprender a subir y bajar la energía. Este subir y bajar es una danza constante, un equilibrio entre el mundo espiritual y el material. El propósito último del hombre es revelar el mundo divino en nuestro mundo material. A través de nuestras acciones y decisiones, traemos lo divino a lo tangible. Aunque Malkuth sea denso y complicado, el universo ama la efectividad. No importa cuán complejas sean las circunstancias, siempre hay una forma de actuar y de transformar. Es el campo de la acción y la revelación.

Trabajar con Malkuth es esencial. Las personas muy racionales o espirituales a menudo descuidan esta dimensión, olvidándose de su cuerpo, su trabajo y su entorno físico. Es fácil perderse en los pensamientos y las meditaciones, pero sin acción, esos pensamientos quedan incompletos. Pero Malkuth no es solo el mundo material; es la suma de todos los otros mundos. Es la esfera de la manifestación, donde se revela lo bueno y lo malo, las enfermedades y las limitaciones.

Imagina caminar por la calle y observar a las personas. Solo al verlas, puedes intuir aspectos profundos de sus vidas. Observa a alguien caminando con la cabeza alta y una sonrisa; puedes percibir su seguridad y alegría. O a alguien encorvado y cabizbajo, reflejando sus luchas internas. Malkuth conecta con todas las dimensiones del árbol de la vida; es el tronco que sostiene todas las ramas. En este mundo, se manifiestan todos los demás planos.

Cada interacción, cada gesto, cada mirada es un reflejo de un proceso más profundo. Malkuth es el espejo donde se proyectan todas las energías superiores. Es el lugar donde nuestros pensamientos y emociones toman forma. Así, lo que vivimos y experimentamos en el plano material es un eco de lo que ha ocurrido en los mundos superiores.

Trabajar en Malkuth no es solo una cuestión de esfuerzo físico o mental; es un acto de integración. Es reconocer que cada acción, por pequeña que sea, tiene una repercusión en la totalidad. Cuando cuidamos nuestro cuerpo, organizamos nuestro entorno o realizamos nuestro trabajo con dedicación, estamos honrando el proceso de manifestación divina. Estamos alineando nuestra vida con la energía del universo.

En Malkuth, la acción es clave. Sin ella, las ideas y los sueños se quedan en el aire, sin concretarse. Es a través de nuestras acciones que transformamos la realidad, que damos vida a lo que imaginamos. Así, cada paso que damos en el mundo material es un paso hacia la realización de lo divino en nuestra existencia diaria.

Entonces, la próxima vez que sientas que prefieres la tranquilidad de los mundos superiores, recuerda que es en Malkuth donde se realiza la verdadera magia. Es aquí donde tus pensamientos se convierten en realidad, donde tu energía se manifiesta y donde puedes ver el fruto de tus esfuerzos. Es en la acción donde encuentras la verdadera conexión con lo divino.

Nuestra alma a menudo prefiere los "mundos de arriba" por ser menos problemáticos y más fáciles de manejar. En esos planos superiores, todo parece más fluido, menos denso, y nuestros deseos y pensamientos parecen moverse con mayor libertad. Sin embargo, es en Malkuth donde se materializa todo lo que ocurre en estos planos. Malkuth es la base, el fruto de todo lo que sucede en los planos superiores. Es la séfira más importante porque es aquí donde se manifiestan todas las interacciones del alma.

Algunas personas describen a Malkuth como un policía disfrazado: parece el mundo material, pero en realidad es Dios disfrazado de mundo físico. Esta metáfora nos recuerda que lo que percibimos como realidad material no es más que una manifestación del poder divino en un formato tangible. Es como si el universo jugara al escondite, mostrándonos lo divino a través de

lo cotidiano.

Como seres humanos, no podemos negociar con la materia; debemos aprender a subir y bajar la energía. Este subir y bajar es una danza constante, un equilibrio entre el mundo espiritual y el material. El propósito último del hombre es revelar el mundo divino en nuestro mundo material. A través de nuestras acciones y decisiones, traemos lo divino a lo tangible. Aunque Malkuth sea denso y complicado, el universo ama la efectividad. No importa cuán complejas sean las circunstancias, siempre hay una forma de actuar y de transformar. Es el campo de la acción y la revelación.

Trabajar con Malkuth es esencial. Las personas muy racionales o espirituales a menudo descuidan esta dimensión, olvidándose de su cuerpo, su trabajo y su entorno físico. Es fácil perderse en los pensamientos y las meditaciones, pero sin acción, esos pensamientos quedan incompletos. Pero Malkuth no es solo el mundo material; es la suma de todos los otros mundos. Es la esfera de la manifestación, donde se revela lo bueno y lo malo, las enfermedades y las limitaciones.

Imagina caminar por la calle y observar a las personas. Solo al verlas, puedes intuir aspectos profundos de sus vidas. Observa a alguien caminando con la cabeza alta y una sonrisa; puedes percibir su seguridad y alegría. O a alguien encorvado y cabizbajo, reflejando sus luchas internas. Malkuth conecta con todas las dimensiones del árbol de la vida; es el tronco que sostiene todas las ramas. En este mundo, se manifiestan todos los demás planos.

Cada interacción, cada gesto, cada mirada es un reflejo de un proceso más profundo. Malkuth es el espejo donde se proyectan todas las energías superiores. Es el lugar donde nuestros pensamientos y emociones toman forma. Así, lo que vivimos y experimentamos en el plano material es un eco de lo que ha ocurrido en los mundos superiores.

La ley de atracción y la visualización encuentran su lugar en Malkuth. Lo que vives hoy es el resultado de pensamientos y visualizaciones de mucho tiempo atrás. Vivimos en el pasado, manifestando en el presente lo que ya se decidió en los planos superiores. Es como si nuestras experiencias actuales fueran sombras de los pensamientos y emociones que ya hemos tenido. Este concepto nos invita a ser conscientes de nuestras mentes y a trabajar en ellas para moldear un futuro mejor.

Moverse en Malkuth significa actuar, y la acción, aunque imperfecta, es siempre mejor que la inacción. Las personas inmóviles son más propensas a ser atacadas por "Satán", que simboliza el mal y la inmovilidad. Pero al moverte y actuar, te proteges y equilibras tu energía. La inacción es un estancamiento, un refugio donde los miedos y las dudas se alimentan. Pero cada paso, cada movimiento, es un acto de fe, un desafío a lo desconocido y una oportunidad de crecimiento.

La lección de Malkuth es clara: ¡acción! No importa si tus pasos no son perfectos; lo esencial es que te muevas, que tomes decisiones y que te atrevas a transformar tus pensamientos en realidad. Cada acción revela lo bueno y lo malo, pero siempre ofrece la oportunidad de transformar tu realidad a través de tus decisiones y esfuerzos. En Malkuth, cada acción es una semilla plantada en el fértil suelo de la manifestación, esperando crecer y florecer en el jardín de tu vida. Así, recuerda siempre que, aunque el camino sea difícil y la materia densa, es en la acción donde encontramos la verdadera magia de la vida.

Análisis psicológico del Sefirotipo

EL SEFIROTIPO de Malkuth representa a personas prácticas, activas y materialistas, centradas

en el mundo físico y tangible. Estas personas son realistas, responsables y se concentran en lo palpable y evidente. Su enfoque está en el aquí y el ahora, en lo que pueden ver, tocar y medir. Esta conexión con la realidad tangible les permite ser muy efectivos en el manejo de las tareas diarias y en la consecución de objetivos concretos.

A menudo, estas personas son vistas como las piedras angulares de sus comunidades y lugares de trabajo. Su naturaleza realista y pragmática les convierte en individuos confiables, aquellos en los que los demás pueden confiar para obtener resultados. Se destacan en áreas donde la atención al detalle y la consistencia son esenciales. Sin embargo, esta misma concentración en lo material puede ser una espada de doble filo.

Aunque pueden tener dificultades para ver más allá de lo inmediato, su capacidad para disfrutar y trabajar con lo material es notable. Este enfoque en lo tangible puede limitar su visión, impidiéndoles ver el panorama completo y los potenciales más allá de lo físico. La falta de visión a largo plazo o de conexión con lo espiritual puede hacer que se sientan estancados, a pesar de sus logros materiales. Pueden avanzar con logros tangibles, pero una parte de ellos puede sentirse vacía o insatisfecha, anhelando un propósito más profundo.

Estas personas suelen encontrar gran satisfacción en su trabajo, su físico y su entorno. Para ellos, el éxito se mide en términos de progreso visible y concreto. Lo más importante para ellos es su trabajo, su físico y su entorno. Son personas que entienden que para disfrutar de la vida al máximo, deben ser buenos en su trabajo y cuidar su cuerpo y su aspecto, comprendiendo que todo depende de su acción. Esta perspectiva los lleva a invertir mucho tiempo y esfuerzo en mejorar y mantener estos aspectos de sus vidas.

El cuidado del cuerpo y el entorno es fundamental para quienes tienen un sefirotipo de Malkuth. Creen firmemente que un cuerpo sano y un entorno ordenado son reflejos de una vida bien vivida. Por ello, es común verlos dedicando tiempo a rutinas de ejercicio, alimentación balanceada y mantenimiento de sus espacios personales. Este enfoque no solo mejora su bienestar físico, sino que también les proporciona una sensación de control y estabilidad en sus vidas.

Sin embargo, esta dependencia de lo tangible y lo inmediato puede llevar a un desequilibrio si no se aborda adecuadamente. Es crucial que estas personas aprendan a integrar una visión más holística de la vida, que incluya no solo el éxito material, sino también el crecimiento emocional y espiritual. Encontrar un propósito más allá de lo material puede ayudarles a sentir una mayor plenitud y satisfacción.

Para los individuos de Malkuth, el desafío está en encontrar un equilibrio entre su enfoque en lo material y la necesidad de crecimiento espiritual. Deben aprender a apreciar los aspectos intangibles de la vida, como las relaciones personales, la creatividad y la espiritualidad. Al hacerlo, pueden descubrir nuevas formas de enriquecer sus vidas y encontrar un sentido más profundo en sus acciones diarias.

La integración de prácticas espirituales y de mindfulness puede ser particularmente beneficiosa para estas personas. Actividades como la meditación, el yoga o simplemente pasar tiempo en la naturaleza pueden ayudarles a conectar con su ser interior y a ver más allá de lo inmediato. Esta conexión con lo espiritual no solo enriquece su vida personal, sino que también puede mejorar su efectividad en el ámbito material al proporcionarles una perspectiva más equilibrada y completa.

En resumen, el sefirotipo de Malkuth nos muestra la importancia de la acción y el enfoque en lo tangible, pero también nos recuerda la necesidad de equilibrio. Al aprender a integrar lo

material con lo espiritual, estas personas pueden alcanzar una vida más plena y satisfactoria, logrando no solo éxito material, sino también crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en el equilibrio entre lo físico y lo espiritual, y en la capacidad de ver cada aspecto de la vida como una oportunidad para crecer y evolucionar.

Ejercicio de Enraizamiento:

• Conéctate con la tierra a través de actividades físicas como caminar descalzo en la naturaleza, practicar jardinería o hacer yoga. Reflexiona sobre cómo estas actividades te ayudan a sentirte más enraizado y presente en tu vida diaria. Anota tus observaciones en un diario.

Práctica de la Atención Plena:

• Dedica tiempo cada día a practicar la atención plena. Concéntrate en el momento presente, observando tus pensamientos, emociones y sensaciones corporales sin juzgar. Reflexiona sobre cómo esta práctica mejora tu conexión con el aquí y ahora.

Evaluación de Metas y Logros:

• Revisa tus metas y logros actuales. Reflexiona sobre cómo estas metas te ayudan a manifestar tus aspiraciones en el mundo físico y cómo puedes seguir avanzando hacia ellas de manera efectiva.

REY DAVID **y Malkuth**

El Rey David es un excelente ejemplo del Sefirotipo de Malkuth. David fue un rey guerrero, conocido por su valentía, habilidades militares y capacidad de liderazgo. Su vida estuvo profundamente conectada con lo material y tangible, desde sus logros en el campo de batalla hasta su reinado sobre Israel. David mostró una notable valentía desde joven, enfrentándose a Goliat con solo una honda y fe en Dios. Su capacidad para liderar a su pueblo en tiempos de guerra y paz fue ejemplar. David era un hombre de acción, profundamente involucrado en las realidades prácticas de gobernar un reino. Su enfoque en lo tangible le permitió construir un reino fuerte y unificado. Como rey, David fue responsable y trabajador. Se dedicó a sus deberes con diligencia, asegurando la prosperidad y seguridad de su nación. Su capacidad para tomar decisiones prácticas y efectivas fue una de sus mayores fortalezas. Además, David sabía disfrutar de la vida. Era músico y poeta, autor de muchos de los Salmos. Su amor por la música y el arte muestra su capacidad para apreciar y celebrar la belleza de lo tangible.

Sin embargo, David también tuvo desequilibrios significativos. Su relación con Betsabé, la esposa de Urías, es un ejemplo claro. David, impulsado por el deseo, cometió adulterio y luego orquestó la muerte de Urías para cubrir su pecado. Esta acción mostró una falta de control sobre sus impulsos y una caída moral significativa. Aunque David era un hombre de fe, su vida a veces mostró un excesivo enfoque en lo material y en el poder terrenal. Este enfoque lo llevó a tomar decisiones cuestionables en su búsqueda de consolidar su reino. Además, David tuvo problemas en su vida familiar. Su relación con sus hijos fue tumultuosa, en parte debido a su propio comportamiento y decisiones. Los conflictos con Absalón, su hijo, son un ejemplo de cómo su vida materialmente orientada no siempre se alineaba con la paz y la armonía familiar.

En resumen, la vida de David ilustra tanto las fortalezas como las debilidades del sefirotipo de Malkuth. Su valentía, liderazgo y capacidad para disfrutar de la vida son características admirables que le permitieron lograr grandes cosas. No obstante, su impulsividad, excesivo enfoque en lo material y conflictos familiares demuestran los peligros de un desequilibrio en esta séfira. David nos enseña que, aunque la conexión con lo tangible puede ser una fuente de fuerza

y logro, también es crucial mantener un equilibrio para evitar caer en excesos y mantener la armonía en todas las áreas de la vida.

MIDOT: **Virtudes y fortalezas**

-Uso de la materia para elevación de la consciencia y para un propósito superior al egoísmo.

-Uso de la materia como medio no como fin en sí mismo

-Salir de la dualidad entre materia y espíritu

-Humildad, Aprender y entender las limitaciones de la materia, entender que nuestra naturaleza es ilimitada en un mundo limitado.

-Coherencia, bajar a tierra, compartir con los demás, aceptar el mundo tal como es.

KLIPÁS: **Defectos y desequilibrios**

En Malkuth, la kipá psicológica se manifiesta en la necesidad de seguridad y estabilidad material. Las personas pueden estar demasiado enfocadas en lo tangible y en la obtención de recursos, a menudo sintiendo una fuerte necesidad de controlar su entorno físico. Puntos a mejorar: flexibilidad, desapego material, conexión espiritual, adaptación al cambio y manejo del estrés.

Exceso de Malkuth:

-Demasiado materialismo, entender que sólo lo material te puede hacer feliz.

-Idolatría o idealización de la materia.

-Acumular materia por el placer de acumular

-Centrarse demasiado en la imagen personal en el físico

-Acumular materia por inseguridad

-Envidia por lo material

-Tender a ver el mundo material como “lo único que existe” y verlo como inmovilista o sentirse incapaz de cambiarlo.

DEFECTO DE MALKUTH:

- Rechazo de la materia, considerar lo material o las personas que son materialistas como poco espiritual

-Juicio a lo mundano

-Ego espiritual, creerse más elevado sólo por el hecho de tener mas espiritualidad.

-Huida de las tareas mundanas, por inadaptación o porque son más “densas” o difíciles. Espiritualidad o sentimentalismo como escape.

-Apatía, estancamiento, inmovilidad, incapacidad para avanzar.

CENTRARSE en el mundo material nos puede producir una insatisfacción constante

Entender el mundo material como espiritual nos puede hacer ver lo cotidiano como algo mágico y divino.

Si consigues conectar cielo con tierra, consigues la iluminación completa.

PECADO CAPITAL: Pereza

Mandamiento: No Robarás

ASTROLOGÍA DEL SEFIROTIPO

Sefirotipo Malkuth: Capricornio, la Tierra y la Manifestación de Malkuth

El Sefirotipo Malkuth es una poderosa combinación de las energías de Capricornio, la Tierra y la sefirá de Malkuth. Esta unión crea una personalidad práctica, disciplinada y profundamente conectada con el mundo material. Los nacidos bajo este sefirotipo son personas determinadas, realistas y con una fuerte ética de trabajo, siempre enfocados en la manifestación y el logro de sus metas. Los individuos del Sefirotipo Malkuth son conocidos por su enfoque práctico y realista de la vida. Están anclados en la realidad y se centran en lo tangible y lo concreto. Tienen una habilidad natural para evaluar las situaciones de manera objetiva y tomar decisiones sensatas y bien fundamentadas. Influenciados por Capricornio, estos individuos poseen una fuerte ética de trabajo y una increíble determinación. Son perseverantes y no se desaniman fácilmente ante los obstáculos. Su disciplina les permite establecer y alcanzar sus metas a largo plazo con una precisión admirable.

La Tierra, como símbolo de sustento y estabilidad, juega un papel central en la personalidad de estos individuos. Valoran profundamente la naturaleza y encuentran paz y equilibrio en su entorno natural. Esta conexión con la Tierra les proporciona una base sólida y un sentido de enraizamiento que les ayuda a mantener la estabilidad emocional y mental. Malkuth, la sefirá de la manifestación, potencia su capacidad para convertir ideas y sueños en realidad. Estos individuos son expertos en materializar sus objetivos a través de la planificación y el esfuerzo constante. Ven los frutos de su trabajo tangible y disfrutan viendo sus proyectos cobrar vida. Los del Sefirotipo Malkuth son personas en las que se puede confiar. Son responsables y asumen sus compromisos con seriedad. Otros pueden contar con ellos para cumplir sus promesas y manejar situaciones de manera eficiente y efectiva.

Capricornio aporta una ambición natural a su personalidad. Están siempre buscando maneras de mejorar y avanzar en sus vidas. Su deseo de éxito y reconocimiento les impulsa a esforzarse continuamente, y a menudo alcanzan posiciones de liderazgo debido a su competencia y diligencia. La influencia de la Tierra les hace valorar la estabilidad y la seguridad. Buscan crear una vida que esté bien fundamentada y segura, tanto en términos materiales como emocionales. Su enfoque en la seguridad les permite construir una base sólida para ellos y sus seres queridos.

Si eres un Sefirotipo Malkuth, tu personalidad está marcada por un enfoque práctico y realista, una fuerte ética de trabajo y una profunda conexión con la Tierra. Valoras la disciplina, la responsabilidad y la manifestación de tus sueños en el mundo real. Tu capacidad para mantener la estabilidad y lograr tus metas te convierte en una persona confiable y exitosa. Aprovecha tu determinación y tu conexión con la realidad para vivir una vida plena y equilibrada, construyendo un futuro sólido y estable para ti y para aquellos a quienes amas.



CARTA DE TAROT **del Sefirotipo**

Simbología de la Carta "El Mundo"

La carta de tarot "El Mundo" es una de las más poderosas y complejas del tarot de Marsella. Representa la culminación, la integración y la realización. En la imagen, se observa una figura central, a menudo interpretada como una mujer o un ser andrógino, rodeada por una corona de laurel, símbolo de victoria y eternidad. En cada una de las esquinas de la carta, encontramos las figuras de los cuatro evangelistas: el toro, el león, el águila y el ángel, que representan los cuatro elementos, los cuatro puntos cardinales y los cuatro pilares del universo. La carta de "El Mundo" se relaciona directamente con Malkuth porque ambas representan la manifestación final y la realización en el plano material. Así como "El Mundo" simboliza la integración y la completitud en el tarot, Malkuth simboliza la manifestación completa de todo el potencial espiritual en el mundo físico.

Las personas que resuenan con la carta de "El Mundo" tienden a ser prácticas, centradas y

enfocadas en el mundo tangible. Estas personas tienen una visión clara y realista del mundo. No se pierden en fantasías ni en sueños imposibles, sino que se centran en lo que pueden lograr aquí y ahora. Son individuos prácticos que valoran lo concreto y lo palpable. Al igual que "El Mundo" representa la culminación, estas personas buscan completar sus proyectos y alcanzar sus metas. Tienen una fuerte necesidad de ver resultados tangibles y de cerrar ciclos de manera satisfactoria. Su conexión con Malkuth indica una fuerte relación con lo material y lo físico. Valoran el bienestar físico, la estabilidad financiera y el confort material. Son individuos que disfrutan de los placeres de la vida y encuentran satisfacción en lo que el mundo físico tiene para ofrecer.

Estas personas son responsables y están bien organizadas. Tienen una habilidad natural para planificar y ejecutar sus tareas de manera eficiente. Saben lo que hay que hacer y lo hacen sin dudar. A pesar de su enfoque en lo material, estas personas también buscan un propósito superior en sus acciones. Entienden que la materia no es un fin en sí misma, sino un medio para algo más elevado. Buscan elevar la materia hacia un propósito espiritual, alineando sus acciones cotidianas con sus valores y creencias más profundas. Al igual que "El Mundo" muestra la integración de todas las partes, estas personas buscan el equilibrio y la armonía en sus vidas. Tratan de mantener un balance entre su vida personal y profesional, y entre sus necesidades físicas y espirituales. Aunque son realistas y prácticos, pueden enfrentarse a desafíos cuando se trata de ver más allá de lo inmediato y tangible. Pueden tener dificultades para cambiar y adaptarse a nuevas situaciones, prefiriendo lo conocido y seguro. Sin embargo, las crisis materiales pueden actuar como catalizadores para su crecimiento espiritual, empujándolos a buscar un significado más profundo y a elevar su conciencia.

ENEATIPO **9**

El Eneatipo 9, conocido como "El Pacificador" o "El Mediador", es una personalidad que busca la paz y la armonía. Los individuos de este eneatipo tienden a evitar conflictos y a mantener una atmósfera tranquila y estable. Prefieren la comodidad y la rutina, y a menudo tienen una actitud relajada y desapegada hacia la vida. Las características del Eneatipo 9 pueden ser profundamente analizadas a través del lente de Malkuth, ya que ambas se enfocan en la estabilidad, la manifestación y la conexión con lo material y tangible. El Eneatipo 9 valora la paz y la armonía, y Malkuth, como la manifestación del mundo material, puede representar un espacio donde esta paz se busca y se materializa. Las personas de este eneatipo trabajan para evitar conflictos y mantener la tranquilidad en su entorno físico y social. Malkuth representa la conexión con el mundo físico, y los Eneatipo 9 suelen ser muy conscientes de su entorno físico y buscan comodidad y seguridad en él. Valoran un ambiente estable y armonioso, y pueden ser muy prácticos en su enfoque hacia la vida. Al igual que Malkuth, que simboliza la realidad estable y concreta, los Eneatipo 9 prefieren la estabilidad y la rutina. Se sienten cómodos en situaciones familiares y pueden resistirse al cambio, prefiriendo lo conocido y lo seguro. El deseo de evitar conflictos es una característica central del Eneatipo 9. En Malkuth, la manifestación del mundo puede incluir desafíos y tensiones, pero los individuos de este eneatipo trabajarán para minimizar estas perturbaciones y mantener un ambiente tranquilo. Los Eneatipo 9 son excelentes mediadores y buscan incluir a todos en su visión de armonía. En el contexto de Malkuth, esto se traduce en un enfoque inclusivo hacia las experiencias y las relaciones en el mundo físico, intentando crear un entorno donde todos puedan coexistir pacíficamente. Una posible dificultad para los Eneatipo 9 es la tendencia a la pasividad y la procrastinación. En

Malkuth, donde la acción y la manifestación son cruciales, esta tendencia puede resultar en una falta de progreso y realización. Es esencial para ellos encontrar el equilibrio entre la paz y la acción productiva. Al igual que Malkuth se enfoca en lo tangible y concreto, los Eneatipo 9 se concentran en lo que pueden ver y tocar. Prefieren lidiar con problemas prácticos y tangibles en lugar de cuestiones abstractas o conflictivas.

PARTE DEL CUERPO

Partes del Cuerpo y Órganos: Pies, huesos, sistema esquelético

Posibles Enfermedades:

• **Físicas:** Problemas en los pies, tobillos débiles, esguinces, fracturas, artritis, trastornos circulatorios en las extremidades inferiores.

• **Mentales:** Sentimientos de desconexión, falta de arraigo, problemas de estabilidad emocional.

Chakra: Muladhara

El chakra asociado con Malkuth es Muladhara, el chakra raíz, que se relaciona con la seguridad y la supervivencia.

NÚMERO **10**

El número 10 es un símbolo de completitud y perfección en diversas tradiciones esotéricas y numerológicas. En la numerología pitagórica, el 10 representa la totalidad del universo, combinando la unidad del número 1 y la nada del número 0. Es el número que cierra un ciclo para comenzar otro, simbolizando tanto el fin como el nuevo comienzo. En la cábala, el número 10 corresponde a Malkuth, la sefirá que representa el mundo material y la manifestación final de las energías divinas en el plano físico. Es la culminación del árbol de la vida y la integración de todas las esferas superiores. En la geometría sagrada, el 10 se ve como un círculo completo, un símbolo de la perfección y la totalidad.

El número 10 combina los atributos del liderazgo y la individualidad del número 1 con el potencial infinito y la plenitud del número 0. Las personas asociadas con este número suelen ser muy completas en sí mismas, con un fuerte sentido de propósito y una visión clara de sus objetivos. Son individuos que pueden ver el panorama completo, capaces de comprender tanto los detalles minuciosos como la totalidad de una situación. Estas personas son prácticas, realistas y profundamente conectadas con el mundo material, valorando tanto el éxito tangible como el crecimiento espiritual.

El 10 simboliza la capacidad de manifestar sueños y objetivos en el mundo físico. Los individuos con esta vibración numérica son conocidos por su habilidad para llevar proyectos a buen término y lograr resultados concretos. Tienen una mente organizada y una gran capacidad de planificación, lo que les permite alcanzar sus metas de manera efectiva. Su sentido de completitud les da una confianza innata y un fuerte sentido de dirección, permitiéndoles liderar y guiar a otros con claridad y propósito.

En el aspecto personal, las personas con el número 10 son estables y seguras de sí mismas. Buscan la perfección en sus actividades y relaciones, trabajando constantemente para mejorar y evolucionar. Esta búsqueda de la perfección puede llevarles a ser exigentes consigo mismos y con los demás, pero también les impulsa a alcanzar niveles elevados de logro y satisfacción. Son personas que valoran la estabilidad y la seguridad, y trabajan diligentemente para crear un

entorno equilibrado y armonioso para ellos y sus seres queridos.

La influencia del número 10 también se manifiesta en un fuerte sentido de responsabilidad y fiabilidad. Estas personas son vistas como pilares de su comunidad, en quienes otros pueden confiar para obtener apoyo y orientación. Su capacidad para ver el panorama general y su enfoque práctico les hacen indispensables en situaciones que requieren una visión clara y una ejecución eficiente.

En resumen, el número 10 representa la culminación de un ciclo y el comienzo de otro, simbolizando completitud, perfección y manifestación. Las personas asociadas con este número son líderes naturales, prácticas y realistas, con una capacidad innata para materializar sus sueños y objetivos. Su fuerte sentido de propósito y su conexión con el mundo material les permiten alcanzar altos niveles de éxito y satisfacción en todos los aspectos de su vida.

NOMBRE DE DIOS **y Angel**

Nombre de Dios (72 nombres): ל.א.ו

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios ל.א.ו otorga la capacidad de establecer una conexión profunda con la energía divina en el mundo físico. Facilita la manifestación de deseos y metas, proporcionando estabilidad y realización material.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios ל.א.ו mientras te concentras en tus metas y deseos. Imagina una luz divina que desciende y se manifiesta en el plano físico, ayudándote a alcanzar tus objetivos.



Ángel: Vehuel

Vocalización: Va/he/Va

Uso según la Cábala: Vehuel se utiliza para atraer grandeza y sabiduría, así como para fortalecer la conexión espiritual y la capacidad de meditar profundamente.

Representación: La esencia de este Ángel sirve para elevarnos, hacernos grandes y recordar nuestra trascendencia. Elevar el alma a su origen. Esto se realizará porque al penetrar esta esencia, la persona prescinde del deseo para de una forma consciente, implantar la sabiduría suprema sobre al tierra. Se puede decir que la esencia de Vehuel es el mejor antídoto contra las bajas pasiones.

Lo que otorga:

- Canal para exaltarse hacia Dios.
- Elevación gracias a nuestras virtudes y talento.
- Conseguir la estima de todos por nuestra bondad y generosidad.
- Éxito en la literatura, jurisprudencia y diplomacia.
- Protección contra el egoísmo, el odio y la hipocresía.
- Felicidad verdadera. Encontrar el amor, ya que limpia nuestras emociones.

Para invocar su fuerza y poder:

Salmo: Para invocar su fuerza y poder, primero reza el salmo o salmos elegidos, después

cantila su nombre y por último realiza la petición concreta que quieres hacerle.

"Grandioso es Eterno y alabado en cantidad, y sin indagación".

Texto: Recita el salmo y medita en la grandeza y la sabiduría del Señor, invocando la presencia de Vehuel.

Oración: "Oh Vehuel, protégeme de cualquier aflicción o inquietud de mi alma, ayúdame a prepararme para recibir la iluminación Divina y que no me halle tentado de querer recibir esta sin antes haberme purificado incluso hasta el nivel subconsciente. Hazme consciente de que sólo limpiando y vaciando el vaso de mi ser podré recibir el éxtasis y la alegría de la fusión con el Eterno. Ayúdame a elevar mi alma al origen para que el Dios oculto pueda manifestarse a través de mí."

ARCÁNGEL: **Metatrón**

Lo que otorga: Metatrón es conocido por su poder y sabiduría, así como por su capacidad para ayudar en la meditación y la conexión espiritual.

Oración: "Arcángel Metatrón, guardián de la sabiduría divina, otórgame tu poder y guía en mis meditaciones. Conéctame con la verdad y la luz del universo, y ayúdame a comprender los misterios divinos."

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Metatrón rodeado de una luz brillante. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo claridad y sabiduría a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Metatrón te guíe en una meditación profunda.

ARQUETIPOS

Elemento: Tierra

La sefirá Malkuth se asocia con el elemento Tierra, simbolizando la materialización y la manifestación física de todas las cosas. Es el reino de lo tangible y lo concreto.

Letra Hebrea: Tav (ת)

La letra hebrea asociada con Malkuth es Tav (ת), cuyo valor numérico es 400. Tav es la última letra del alfabeto hebreo y representa la conclusión y la totalidad.

Nombre de Dios (Tetragrammaton): Adonai (אֲדֹנָי)

El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Malkuth es Adonai (אֲדֹנָי). Adonai significa "Señor" y es utilizado para denotar la soberanía y el gobierno de Dios sobre el mundo físico.

Nivel del Alma: Asiyah

El nivel del alma asociado con Malkuth es Asiyah, el mundo de la acción y la materialización.

Metal: Plomo

El metal asociado con Malkuth es el plomo, que simboliza la densidad, el peso y la conexión con la tierra.

Mineral: Onix

El mineral asociado con Malkuth es el ónix, que se cree que proporciona fuerza y apoyo, conectando al portador con la energía de la tierra.

Planta: Ciprés

La planta asociada con Malkuth es el ciprés, un árbol que simboliza la inmortalidad y la durabilidad. El ciprés es conocido por su longevidad y resistencia, atributos que resuenan con la

esencia de Malkuth en su búsqueda de estabilidad y permanencia.

Dios Egipcio: Geb

El dios egipcio correspondiente a Malkuth es Geb, el dios de la tierra. Geb representa la conexión con la tierra y la fertilidad, aspectos fundamentales para la supervivencia y la estabilidad material en Malkuth.

Dios Griego/Romano: Ceres (Deméter)

Ceres, la diosa romana de la agricultura y la fertilidad, es la correspondiente a Malkuth. En la mitología griega, ella es conocida como Deméter. Ceres simboliza la provisión de recursos básicos y la conexión con la tierra, esenciales para la vida y la subsistencia.

Dios Hindú: Agni

El dios hindú vinculado a Malkuth es Agni, el dios del fuego y mensajero entre los humanos y los dioses. Agni representa la energía vital y la transformación, simbolizando el poder de la purificación y la renovación en el mundo material.

Dios Vikingo: Forseti

Forseti es el dios vikingo asociado con Malkuth. Forseti, dios de la justicia y la reconciliación, simboliza el equilibrio y la estabilidad. Su papel en la resolución de conflictos y en la administración de la justicia refleja la búsqueda de orden y seguridad en Malkuth.

Runa: Fehu

Fehu es la runa vinculada a Malkuth, simbolizando riqueza y posesiones materiales. Representa la abundancia básica y la necesidad de recursos tangibles para la supervivencia. Esta runa enfatiza la importancia de los bienes físicos en esta etapa de desarrollo.

Horóscopo Chino: Perro

El horóscopo chino para Malkuth es el Perro, que simboliza lealtad, protección y honestidad. Este signo refleja una naturaleza vigilante y protectora, enfocada en la seguridad y el bienestar de uno mismo y de los seres queridos.

Arquetipo de Jung: El Rey

El arquetipo jungiano para Malkuth es El Rey, simbolizando autoridad, responsabilidad y liderazgo. Aunque en una fase de supervivencia mínima, la presencia del Rey sugiere la necesidad de gobernar sobre las propias circunstancias y tomar control de la vida.

Horóscopo Maya: Tortuga

En el horóscopo maya, Malkuth está representado por la Tortuga, símbolo de longevidad, paciencia y resistencia. La tortuga sugiere una actitud de perseverancia y estabilidad, enfrentando los desafíos con calma y determinación.

I Ching: 24. Fu, el Retorno

El hexagrama del I Ching asociado con Malkuth es 24. Fu, el Retorno. Este hexagrama habla de la vuelta a los orígenes, el renacimiento y la renovación. Indica un ciclo de regresión a un estado fundamental para comenzar un nuevo ciclo de crecimiento

EJERCICIOS:

Ejercicios de Enraizamiento:

- **Meditación de enraizamiento:** Práctica regular de meditaciones que te ayuden a sentirte conectado con la tierra, imaginando raíces que se extienden desde tus pies hacia el centro de la tierra.
- **Caminatas en la naturaleza:** Realiza caminatas regulares en entornos

naturales, prestando especial atención a la sensación de tus pies sobre la tierra y la conexión con el ambiente.

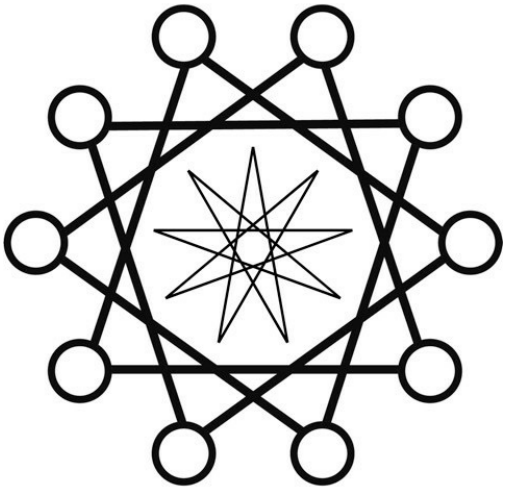
Conexión con la Realidad Material:

- **Proyectos de mejora del hogar:** Involúcrate en proyectos que mejoren y embellezcan tu entorno de vida, lo que puede ayudar a aumentar tu sentido de conexión con tu espacio personal.
- **Jardinería:** Dedica tiempo a la jardinería o al cuidado de plantas, lo cual es una forma efectiva de conectar con la tierra y entender los ciclos de crecimiento y renovación.

Celebración de lo Físico:

- **Artesanía o arte manual:** Engánchate en actividades artísticas que involucren trabajo físico y manual, como la cerámica, la carpintería o la pintura.
- **Cocina:** Dedica tiempo a cocinar comidas saludables y balanceadas, enfocándote en el proceso de preparación y en la calidad de los ingredientes.

SEFIROTIPO 9 YESOD : CONECTOR



Kidushin 30b: *"El mal instinto del hombre aumenta diariamente, y si no fuera por la ayuda divina, no podría superarlo."*

• **Nombre de Dios**: El Shaddai (אל שדי)

◦ **Significado**: "Dios Todopoderoso"

◦ **Descripción**: Representa el fundamento y la transmisión de energía. El Shaddai es el aspecto divino que nutre y sostiene la vida, proporcionando estabilidad y apoyo.

• **Personalidad**: Personas sensibles y emocionales, con una fuerte conexión con sus sentimientos y el inconsciente.

-Color: Gris. Denota fundamento y la conexión, evocando estabilidad y practicidad. Asociado con la Luna, Yesod actúa como el puente entre lo espiritual y lo material.

-Virtud negativa: Depresión

-Actitud en el amor: Conexión. Un amor que construye puentes y conexiones profundas, cimentando la relación en el reconocimiento, la confianza y la intimidad y sexualidad.

-Actitud en el dinero: Agrupador. Uso del dinero para construir y fortalecer relaciones y redes, basándose en la confianza y la cooperación financiera.

• **Modo de Pensar**: Profundamente influenciadas por sus emociones, pueden ser introspectivas y reflexivas.

• **Vibración**: Conscientes del dolor y las emociones profundas, pueden tener una gran empatía.

Puntos Fuertes: Conectar

La capacidad de conectar con los demás y con el mundo interior es un punto fuerte asociado con Yesod.

Debilidades: Confusión

Una debilidad de Yesod es la confusión, que puede surgir de la naturaleza cambiante y fluida de esta sefirá.

Puntos a Mejorar: Claridad

La necesidad de superar la confusión y buscar claridad y propósito es un área clave de mejora para Yesod.

Necesidades Vitales: Seguridad (reconocimiento)

Las necesidades vitales en Yesod incluyen la seguridad y el reconocimiento, esenciales para sentirse aceptado y protegido en el entorno.

Forma de Manejar la Verdad: Intuición

Yesod maneja la verdad mediante un enfoque intuitivo, confiando en la percepción interna y las emociones para discernir la realidad.

Desequilibrio:

• **Autoabsorción**: Estar demasiado centrados en su propio dolor y emociones.

• **Inestabilidad Emocional**: Fluctuaciones emocionales que dificultan la estabilidad.

Equilibrio:

• **Inteligencia Emocional**: Usar su sensibilidad para entender y ayudar a otros.

• **Sanación**: Trabajar en la curación emocional y la estabilidad interna.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo hacer que me reconozcan?

2 ¿Cómo puedo conectarme emocionalmente con los demás?

3 ¿Qué puedo hacer para sentirme más seguro emocionalmente?

4 ¿Cómo puedo expresar mis deseos y necesidades de manera efectiva?

5 ¿Cómo puedo encontrar el equilibrio entre mis sueños y la realidad?

Valores:

• Reconocimiento

• Conexión emocional

Profesiones:

• Psicólogo

• Actor

• Terapeuta

• Consejero

• Escritor

DESCRIPCIÓN **general**

Hoy quiero hablarte de una esfera fundamental en el árbol de la vida: Yesod. Imagina el árbol de la vida dividido en tres mundos: el superior, el interior y el material. La única conexión entre estos mundos es Yesod, que actúa como un enchufe que conecta el mundo espiritual con el mundo físico. Yesod, que en hebreo significa "el secreto de Dios", es una sefira poderosa y esencial.

Para entender su importancia, imagina que tienes el último iPhone pero no tienes un enchufe donde conectarlo. Sin la carga eléctrica, tu iPhone es inútil. Yesod es esa fuente de energía. Si Yesod no funciona correctamente, no hay conexión a tierra, y nada puede fluir adecuadamente. Esta sefira es compleja y dura, especialmente porque está situada en la parte baja del árbol, donde las energías son más densas y difíciles de manejar.

Yesod actúa como un guardián que decide cuánto del mundo superior se manifiesta en el mundo material. Es la esfera del ego, la familia, la pareja, el sexo y el dinero. Los grandes cabalistas, como Isaac Kaduri, nunca subestiman la importancia de Yesod. Kaduri, un cabalista que vivió hasta los 109 años, se casó de nuevo a los 96, subrayando la recomendación cabalística de tener pareja para equilibrar Yesod.

El mundo de Yesod te desafía a comprender la importancia de tus conexiones terrenales y espirituales. No es solo una teoría abstracta; es una realidad práctica que afecta tu día a día. Piensa en cómo te presentas al mundo: la manera en que caminas, hablas y te relacionas con los demás. Esa es la manifestación de tu Yesod. Es lo que los demás perciben de ti y cómo decides mostrarte.

Esta esfera también toca aspectos profundos y personales de tu vida, como tu relación con la familia y la pareja. Las dinámicas familiares y los vínculos emocionales están profundamente influenciados por Yesod. ¿Te has preguntado alguna vez cómo tus relaciones familiares impactan tu autoestima y la imagen que proyectas al mundo? La salud de Yesod se ve reflejada en tu capacidad de mantener un equilibrio entre satisfacer las expectativas familiares y ser fiel a ti mismo.

En el ámbito de la pareja, Yesod se manifiesta en la intimidad y la conexión emocional. La pareja no solo te complementa, sino que también te desafía a ser mejor, a enfrentar tus sombras y a crecer. Es un espejo que refleja tanto tus virtudes como tus debilidades. Los cabalistas enseñan que la relación de pareja es una de las maneras más efectivas de trabajar y equilibrar Yesod, pues te enfrenta con tus partes más vulnerables y auténticas.

Además, Yesod está intrínsecamente relacionado con tu autoestima. Cuanto más capaz seas de mostrarte al mundo tal como eres, sin máscaras ni dobleces, más sana será tu Yesod. La autenticidad y la integridad personal son claves para una Yesod fuerte y equilibrada. Sin embargo, esto requiere valentía y una autoestima sólida, ya que a veces mostrar tu verdadero yo puede llevarte a ser incomprendido o rechazado por quienes te rodean.

No puedes olvidar que Yesod también es la esfera de la apariencia y la percepción social. Vives en una sociedad donde la imagen que proyectas tiene un peso enorme. Las redes sociales, por ejemplo, son un reflejo de cómo muchas personas viven en Yesod, creando una versión idealizada de sí mismos para ser aceptados y valorados. Pero la verdadera salud en Yesod no se basa en mantener una fachada, sino en ser genuino y congruente con tu ser interior.

La clave para trabajar Yesod radica en equilibrar tus conexiones con los demás, manteniendo tu autenticidad y cultivando una autoestima robusta. Es un desafío constante, pero es esencial para vivir una vida plena y conectada tanto con lo espiritual como con lo material. ¿Cómo puedes trabajar en tu Yesod hoy? ¿Qué aspectos de tu vida necesitan más autenticidad y equilibrio? Reflexiona sobre ello y da pequeños pasos hacia una Yesod más sana y fuerte.

¿Alguna vez te has preguntado qué motiva tus acciones y cómo te percibe el mundo? La respuesta puede estar en Yesod, una de las esferas más complejas y fascinantes del Árbol de la Vida en la Cábala. Yesod, que significa "Fundamento", se relaciona con la imagen que proyectamos y nuestras relaciones familiares y sociales. Entender Yesod es clave para mejorar nuestra autoestima y autenticidad.

LA FAMILIA ES el primer espejo en el que nos miramos. ¿Cómo te llevas con tus padres, hermanos y demás familiares? Estas relaciones moldean tu autoestima y tu imagen interior. En el ámbito psicológico, una relación familiar saludable puede fortalecer tu sentido del yo, mientras que una disfuncional puede destruirlo. Imagina que tu relación con tus padres es armoniosa, llena de amor y apoyo. Esto se reflejará en una autoestima sólida y una imagen positiva de ti mismo. Por otro lado, si estas relaciones están llenas de conflictos y tensiones, pueden erosionar tu confianza y afectar negativamente tu percepción de ti mismo.

YESOD ES TAMBIÉN la esfera de la apariencia y la imagen que mostramos al mundo. Desde la ropa que vestimos hasta cómo llevamos nuestro cabello, todo forma parte de nuestra identidad externa. Este aspecto es especialmente relevante en la adolescencia, una etapa donde buscamos aceptación social a través de modas y tendencias. ¿Recuerdas esa sensación de querer encajar en el grupo popular del colegio? Eso es Yesod en acción. La mayoría de las personas viven gran parte de su vida en Yesod, preocupados por cómo los perciben los demás. Nos esforzamos por proyectar una imagen que creemos aceptable, a menudo a costa de nuestra verdadera identidad.

La adolescencia es un periodo crítico para Yesod. Los jóvenes están en constante búsqueda de aprobación y reconocimiento, lo que puede llevarlos a adoptar comportamientos y estilos que no reflejan su verdadero yo. ¿Cuántas veces te has sentido presionado a vestir de cierta manera o a comportarte de una forma que no te define realmente? Esta presión social puede ser abrumadora y, si no se maneja adecuadamente, puede llevar a una desconexión con uno mismo.

A lo largo de la vida, continuamos ajustando nuestra imagen externa para cumplir con las expectativas de los demás. Esto no solo afecta nuestra apariencia física, sino también nuestras acciones y decisiones. ¿Te has encontrado alguna vez tomando decisiones importantes basadas en lo que otros pensarán de ti? Esta es una manifestación de Yesod que necesita ser equilibrada para vivir una vida auténtica.

YESOD NOS INVITA A REFLEXIONAR sobre la autenticidad y la percepción. Es un llamado a encontrar un equilibrio entre nuestra identidad interna y la imagen que proyectamos al mundo. Al entender y trabajar en Yesod, podemos desarrollar una autoestima sólida y una imagen auténtica, liberándonos de las cadenas de la apariencia y las expectativas sociales. ¿Estás listo para explorar y fortalecer tu Yesod?

Esta comprensión de Yesod no solo nos ayuda a ser más auténticos, sino que también mejora nuestras relaciones y nuestra felicidad general. La pregunta ahora es: ¿qué pasos estás dispuesto a tomar para alinear tu imagen externa con tu verdadero yo interno?

El arquetipo de Yesod es José, un personaje bíblico que experimentó tanto el orgullo como la caída. Su historia nos enseña sobre los peligros de un ego inflado y la importancia de la humildad. José tuvo que empezar de cero tras ser vendido como esclavo, lo que ilustra cómo las crisis pueden ser oportunidades de renacimiento y crecimiento personal. La vida de José es un claro ejemplo de cómo los momentos más difíciles pueden convertirse en los más transformadores. En su juventud, José era el favorito de su padre, lo que despertó la envidia de sus hermanos. Esta preferencia le otorgó un ego considerable, simbolizado por la túnica de colores que recibió. Sin embargo, este mismo ego lo llevó a ser traicionado y vendido como esclavo en Egipto. En lugar de rendirse, José utilizó su tiempo en Egipto para crecer y desarrollarse, demostrando que la verdadera grandeza surge cuando enfrentamos y superamos nuestros desafíos más grandes.

Uno de los grandes desafíos de Yesod es la tendencia a llevar una doble vida. Cuanto mayor sea la brecha entre nuestro yo interno y la imagen que proyectamos, más problemas enfrentaremos. Vivir una doble vida puede generar una disonancia interna que afecta profundamente nuestra paz mental y emocional. La clave para una Yesod saludable es ser auténticos, mostrar al mundo quiénes somos realmente sin temor a ser rechazados. Esto requiere una autoestima fuerte y la valentía de ser fieles a nuestra verdadera identidad. La autenticidad es un valor crucial en la construcción de relaciones genuinas y significativas. Ser auténtico no solo

beneficia nuestra salud mental, sino que también nos permite atraer a personas que valoran y respetan nuestra verdadera esencia. La autenticidad, aunque a veces difícil de alcanzar, es la base de una vida plena y satisfactoria.

El equilibrio en Yesod no implica ni seguir ciegamente a la familia ni cortar todos los lazos con ellos. Es fundamental aprender a poner límites y a mantener nuestra individualidad. La Cábala enseña que todos tienen algo que enseñarnos, incluso aquellos familiares que consideramos difíciles. Abandonar completamente a la familia es un error; el verdadero desafío es encontrar un balance donde podamos ser fieles a nosotros mismos sin dejar de aprender de nuestras relaciones familiares. La familia, con todas sus complejidades, es una fuente de lecciones y crecimiento. Cada interacción, positiva o negativa, nos brinda una oportunidad para aprender más sobre nosotros mismos y mejorar nuestra capacidad de relacionarnos con los demás. El verdadero equilibrio radica en reconocer y valorar las lecciones que cada miembro de la familia puede ofrecernos, sin perder de vista nuestra propia identidad y necesidades. Este equilibrio nos permite crecer de manera integral, integrando nuestras experiencias familiares en un marco que apoya nuestro desarrollo personal y espiritual.

Encontrar este equilibrio puede ser un proceso desafiante y a menudo doloroso, pero es esencial para una vida equilibrada y auténtica. La sabiduría de la Cábala nos guía en este viaje, ofreciéndonos herramientas y perspectivas para navegar las complejidades de nuestras relaciones familiares mientras mantenemos nuestra individualidad y autenticidad.

El equilibrio en Yesod no implica ni seguir ciegamente a la familia ni cortar todos los lazos con ellos. Es fundamental aprender a poner límites y a mantener nuestra individualidad. La Cábala enseña que todos tienen algo que enseñarnos, incluso aquellos familiares que consideramos difíciles. Abandonar completamente a la familia es un error; el verdadero desafío es encontrar un balance donde podamos ser fieles a nosotros mismos sin dejar de aprender de nuestras relaciones familiares. Este equilibrio requiere una comprensión profunda de quiénes somos y de los valores que queremos mantener. No se trata de renunciar a nuestra identidad para agradar a otros, sino de encontrar una forma de coexistir que respete tanto nuestra individualidad como nuestras conexiones familiares.

Yesod también nos enseña sobre la importancia del perdón y la reconciliación. Al igual que José perdonó a sus hermanos, debemos aprender a perdonar a aquellos que nos han herido. El perdón libera y sana nuestra Yesod, fortaleciendo nuestra capacidad de relacionarnos de manera saludable. El acto de perdonar no significa olvidar o justificar el daño recibido, sino liberar el resentimiento y el rencor que pueden corroer nuestra paz interior. La reconciliación, por otro lado, es un paso adicional que implica restaurar una relación dañada. Este proceso puede ser largo y difícil, pero es fundamental para sanar y avanzar. La capacidad de perdonar y reconciliarse con otros refleja una Yesod madura y equilibrada, capaz de manejar conflictos y emociones de manera constructiva.

Las relaciones de pareja son esenciales en Yesod. Nuestra pareja es nuestro espejo más cercano, capaz de mostrar nuestras debilidades y ayudarnos a crecer. La dependencia emocional y las relaciones tóxicas son desafíos comunes en esta esfera. La clave es construir relaciones basadas en el respeto mutuo y la autenticidad, evitando la manipulación y el control. En una relación de pareja saludable, ambos individuos se apoyan mutuamente en su crecimiento personal y espiritual. Reconocen y respetan las diferencias del otro, y trabajan juntos para superar los desafíos. La autenticidad en una relación implica ser abiertos y honestos sobre nuestros sentimientos y necesidades, creando un espacio seguro para el crecimiento mutuo.

La dependencia emocional puede manifestarse de muchas formas, desde la necesidad constante de aprobación hasta el miedo al abandono. En Yesod, es crucial reconocer estos patrones y trabajar para superarlos. Esto puede implicar terapia, reflexión personal y prácticas espirituales que fortalezcan nuestra autoestima y autoconocimiento. Las relaciones tóxicas, por otro lado, pueden ser destructivas tanto para nuestra salud mental como física. Identificar y alejarse de estas relaciones es esencial para mantener una Yesod sana. Esto no siempre es fácil, pero es un paso necesario para proteger nuestra integridad y bienestar.

Al final, Yesod nos enseña que el verdadero equilibrio proviene de una combinación de autoconocimiento, autenticidad y habilidades relacionales. Aprender a poner límites saludables, perdonar a otros y construir relaciones auténticas son pasos fundamentales para desarrollar una Yesod fuerte y equilibrada. Este viaje no es sencillo, pero es esencial para vivir una vida plena y significativa. Enfrentar y superar estos desafíos nos permite crecer y evolucionar, alcanzando un nivel más alto de conciencia y bienestar.

ANÁLISIS **psicológico del Sefirotipo**

El sefirotipo de Yesod representa a personas profundamente conectadas con sus emociones, sus relaciones y su energía sexual. Yesod, conocido como la "Fundación", actúa como un puente entre lo espiritual y lo material, canalizando y manifestando las energías superiores en el mundo físico. Esta séfira está asociada con el subconsciente, el ego y la forma en que nos relacionamos tanto con nosotros mismos como con los demás.

Las personas con un sefirotipo de Yesod son intensamente emocionales e intuitivas. Su conexión con el subconsciente les permite tener una percepción aguda de las emociones y deseos propios y ajenos. Esto les convierte en individuos altamente empáticos y comprensivos, capaces de formar relaciones profundas y significativas. Sin embargo, esta misma sensibilidad puede hacerles vulnerables a absorber las emociones y energías de los demás, lo que puede llevar a sentirse abrumados o emocionalmente agotados.

La sexualidad juega un papel crucial en la vida de quienes tienen una fuerte influencia de Yesod. Para ellos, la sexualidad no es solo un acto físico, sino una forma de conexión espiritual y emocional. Ven el sexo como una manera de fusionarse con otro ser a un nivel profundo, trascendiendo lo físico para alcanzar una unión más completa. Esta visión puede enriquecer sus relaciones, pero también puede hacerles vulnerables a la codependencia y a las dinámicas de poder en sus relaciones íntimas.

El ego, otro aspecto fundamental de Yesod, se manifiesta en la forma en que estas personas perciben y proyectan su identidad. Un ego equilibrado en Yesod puede llevar a una sana autoestima y a una autoexpresión auténtica. Sin embargo, si el ego está desequilibrado, puede manifestarse como arrogancia, inseguridad o una necesidad constante de validación externa. Es vital para estas personas desarrollar una fuerte identidad basada en el autoconocimiento y la autovaloración, en lugar de depender de la aprobación de los demás.

LAS RELACIONES SON el centro del mundo de Yesod. Estas personas valoran profundamente la intimidad y la conexión emocional, buscando siempre vínculos que sean significativos y auténticos. Su capacidad para entender y sintonizar con los sentimientos de los demás les convierte en compañeros atentos y amorosos. Sin embargo, su deseo de conexión puede llevarles a ignorar sus propias necesidades en favor de las de los demás, creando un desequilibrio en sus

relaciones.

Para equilibrar su vida relacional, es crucial que las personas de Yesod aprendan a establecer límites saludables. Deben entender que el verdadero amor y la verdadera conexión no implican perderse en el otro, sino encontrarse a uno mismo en la relación. Fomentar la comunicación abierta y honesta en sus relaciones puede ayudarles a mantener este equilibrio, asegurando que ambas partes se sientan valoradas y respetadas.

LA ENERGÍA sexual en Yesod es vista como una fuerza poderosa y transformadora. Estas personas entienden que la sexualidad es una expresión de la vida y una fuente de creatividad. La sexualidad, cuando es canalizada adecuadamente, puede ser una herramienta para el crecimiento personal y la conexión espiritual. Las prácticas que integran la espiritualidad y la sexualidad, como el tantra, pueden ser especialmente beneficiosas para ellos, ayudándoles a comprender y manejar esta energía de manera saludable.

No obstante, deben tener cuidado de no caer en la explotación de su propia sexualidad o la de los demás. Es importante que vean el sexo como una expresión de amor y respeto mutuo, en lugar de una simple gratificación física o una manera de llenar vacíos emocionales. La madurez sexual implica comprender y honrar tanto sus propios deseos como los de sus parejas, buscando siempre una armonía que enriquezca a ambos.

EL EGO en Yesod debe ser equilibrado cuidadosamente. Un ego inflado puede llevar a comportamientos narcisistas, mientras que un ego débil puede resultar en una falta de confianza y autoafirmación. Las personas de Yesod deben trabajar en reconocer su valor intrínseco sin depender de la validación externa. La meditación, la auto-reflexión y el trabajo en la autoestima son herramientas esenciales para alcanzar este equilibrio.

Practicar la autoaceptación y el autoconocimiento les permite expresar su verdadera identidad sin miedo al juicio. Al fortalecer su sentido de sí mismos, pueden interactuar con el mundo desde una base de autenticidad y seguridad, lo que mejora tanto sus relaciones como su bienestar personal.

EL SEFIROTIPO de Yesod nos muestra la importancia de las emociones, las relaciones y la energía sexual en nuestras vidas. Las personas de Yesod tienen la capacidad de comprender y conectar profundamente con los demás, actuando como puentes entre el mundo espiritual y el material. Sin embargo, deben aprender a equilibrar su sensibilidad emocional y sexual con una fuerte identidad personal y límites saludables.

Al integrar su rica vida interna con el mundo exterior, las personas de Yesod pueden alcanzar una vida plena y satisfactoria. Utilizando su empatía y energía creativa para hacer una diferencia significativa en sus comunidades, pueden manifestar el propósito divino en el mundo tangible. En última instancia, el verdadero éxito para ellos radica en encontrar un equilibrio entre la intuición y la práctica, entre la sensibilidad y la fortaleza, manifestando así su propósito divino en el mundo material.

EJERCICIO DE ESTABILIDAD EMOCIONAL:

- Dedica tiempo a identificar tus emociones y patrones de comportamiento que afectan tu

estabilidad. Lleva un diario emocional donde anotes tus sentimientos y reflexiones sobre las causas y efectos. Trabaja en técnicas de manejo del estrés y el fortalecimiento de tu fundamento emocional.

Práctica de la Visualización de la Estabilidad:

• Visualiza un lugar o situación que te haga sentir seguro y estable. Dedica tiempo a esta visualización cada día para fortalecer tu sentido de estabilidad interna.

Creación de un Plan de Vida:

• Desarrolla un plan de vida que incluya tus metas a corto y largo plazo, así como los pasos necesarios para alcanzarlas. Reflexiona sobre cómo este plan te proporciona una base sólida y dirección en tu vida.

PERSONAJE BIBLIA.

El Sefirotipo de Yesod representa a personas intuitivas, emocionales y creativas, centradas en sus sueños y deseos. Son imaginativas, conectadas con sus emociones y tienen una profunda conexión con lo inconsciente. Aunque pueden perderse en fantasías y tener dificultades para concretar sus ideas, su capacidad para soñar y conectar con lo emocional es notable. A veces pueden sentirse desconectadas de la realidad, pero su habilidad para navegar en el mundo de los sueños es esencial. Lo más importante para ellos es su mundo interior, sus relaciones y su creatividad. Saben que para disfrutar de la vida al máximo, deben equilibrar su mundo interno con la realidad externa, comprendiendo que todo depende de su capacidad para manifestar sus sueños. Puede existir un cierto miedo a enfrentarse con la realidad, por lo que a veces se enfocan en Yesod como una vía de escape.

JOSÉ ES un claro ejemplo del control de la energía sexual. En la Biblia, se relata cómo la esposa de Potifar intentó seducirlo repetidamente, pero José se mantuvo firme en sus principios y resistió la tentación. Este control sobre sus deseos y su energía sexual es una manifestación del dominio de Yesod. José comprendía que ceder a sus impulsos no solo sería un acto de traición hacia Potifar, sino que también iría en contra de su integridad personal y su conexión espiritual. Su capacidad para controlar su energía sexual y mantener su pureza fue fundamental para su eventual éxito y ascenso al poder.

OTRO ASPECTO significativo de José es su capacidad para perdonar. Después de ser vendido como esclavo por sus propios hermanos y de sufrir numerosas injusticias, José llegó a una posición de gran poder en Egipto. Cuando sus hermanos acudieron a él en busca de ayuda durante una hambruna, José tuvo la oportunidad de vengarse. Sin embargo, en lugar de hacerlo, eligió perdonarlos. José entendió que el perdón era una fuerza poderosa que podía transformar el odio y la venganza en amor y reconciliación. Este acto de perdón no solo liberó a sus hermanos de su culpa, sino que también permitió la reunificación de su familia. El perdón de José es un reflejo de su profundo entendimiento de las emociones y su capacidad para trascender el dolor y el resentimiento, alineándose con la energía sanadora de Yesod.

AUNQUE JOSÉ ES un ejemplo de muchas virtudes, también tuvo que lidiar con desequilibrios del ego. De joven, compartió sus sueños de grandeza con sus hermanos de manera ingenua, lo

que provocó celos y resentimiento. Su falta de tacto y su aparente arrogancia en esa etapa de su vida son ejemplos de cómo su ego estaba desequilibrado. La arrogancia y la falta de humildad son desequilibrios comunes en Yesod cuando la conexión con el mundo interior no está bien alineada con la realidad exterior.

Con el tiempo y a través de sus experiencias de adversidad, José aprendió a equilibrar su ego y a desarrollar una mayor humildad y empatía. El proceso de maduración que vivió, desde ser vendido como esclavo hasta convertirse en un líder sabio y compasivo, demuestra su capacidad para superar los desequilibrios del ego. Aprendió a utilizar sus dones de manera constructiva y a actuar con mayor conciencia y sensibilidad hacia los demás.

Midot: Virtudes y fortalezas

-Entender el Ego de forma positiva, como fuerza de motivación personal que te permite conseguir objetivos

-Aceptar el elogio o la crítica sin afectar al Yo, ego como escudo

-Aprender de los otros

-Buenas relaciones sociales

-Aprender del otro sin hacerse cargo de su parte oscura

-No buscar el reconocimiento público como fin

KLIPA: **Defectos y desequilibrios**

Kipá Psicológica: En Yesod, la kipá psicológica se centra en la conexión emocional y el subconsciente. Las personas pueden experimentar fluctuaciones emocionales y una profunda necesidad de reconocimiento y validación emocional. Puntos a mejorar: estabilidad emocional, independencia emocional, manejo del estrés, autoconocimiento y capacidad para establecer límites saludables.

EXCESO:

-Identificarse con el persónaje (ego) creado en el rol social

-Arraigo y determinaciones de la família

-Buscar lo social como escape de uno mismo y de reflexionar o enfrentarse a sus propios miedos.

-Desesperación y sufrimiento por la imagen pública

-Ego competitivo y comparativo

-Enfado

-Hacer las cosas por reconocimiento

- Cuidar la imagen publica

- Crecer económicamente o personalmente solo por imagen publica

DEFECTO:

-Baja autoestima

-Antisocial

-Depresión, desesperación

-Verguenza

PECADO: Avaricia

Mandamiento: No cometerás adulterio

ASTROLOGÍA DEL SEFIROTIPO **Yesod**

El Sefirotipo Yesod es una conjunción poderosa de las energías de Piscis, la Luna y Yesod. Esta combinación única crea una personalidad profundamente intuitiva, sensible y conectada con el mundo subconsciente. Los nacidos bajo este Sefirotipo son seres compasivos, espirituales y en sintonía con sus emociones más profundas.Los individuos del Sefirotipo Yesod poseen una intuición aguda y una sensibilidad extraordinaria. Son capaces de percibir las sutilezas del entorno y captar las emociones de quienes les rodean. Esta capacidad para leer entre líneas y comprender los sentimientos ocultos les convierte en excelentes consejeros y amigos empáticos. La influencia de Yesod les dota de una conexión emocional y espiritual única, fortalecida aún más por la influencia lunar. Estas personas valoran profundamente sus relaciones y buscan conexiones genuinas y significativas, siendo atraídos por actividades espirituales y meditativas que les permiten explorar su mundo interno y encontrar paz y equilibrio. Como nativos de Piscis, tienen una rica vida interior llena de imaginación y sueños. Son soñadores natos, con una creatividad que fluye naturalmente. Les encanta perderse en sus pensamientos y crear mundos ficticios donde pueden escapar de la rutina diaria. Su creatividad se expresa en el arte, la música, la escritura o cualquier forma de expresión artística, lo que les permite canalizar sus emociones de manera constructiva.

Los del Sefirotipo Yesod son profundamente emocionales y compasivos, con una empatía natural que les permite conectar con el dolor y la alegría de los demás. Son los primeros en ofrecer apoyo a un amigo en necesidad y encuentran una gran satisfacción en ayudar a los demás a encontrar su camino. Esta cualidad les convierte en pilares de apoyo dentro de sus círculos sociales, siendo vistos como personas de confianza y comprensión. La influencia de la Luna les hace especialmente conscientes de los ciclos y ritmos naturales, entendiendo que la vida tiene sus altibajos. Esta sabiduría cíclica les permite manejar el estrés y las dificultades con una calma y paciencia innatas. Conscientes de los cambios constantes, saben cómo adaptarse a las nuevas circunstancias sin perder su centro.

A menudo, estos individuos necesitan tiempo a solas para recargar y reflexionar. Les gusta retirarse a su propio espacio, lejos del bullicio del mundo, para meditar y conectar con su esencia. Este tiempo de introspección es crucial para su bienestar emocional y espiritual, permitiéndoles volver al mundo renovados y con una mayor claridad sobre sus objetivos y deseos. En estos momentos de soledad, exploran sus pensamientos y sentimientos más profundos, logrando un entendimiento más completo de sí mismos y de su lugar en el universo.

Si eres un Sefirotipo Yesod, tu personalidad está marcada por una profunda intuición, sensibilidad y una fuerte conexión con el mundo emocional y espiritual. Valoras las relaciones significativas y encuentras alegría en ayudar a los demás. Tu creatividad y sueños son fuentes de inspiración, y tu capacidad para comprender y adaptarte a los ciclos de la vida te convierte en un ser resiliente y sabio. Aprovecha tu naturaleza empática y tu conexión con lo divino para vivir una vida plena y equilibrada, honrando siempre tu rica vida interior y tus emociones profundas. Tu camino está lleno de posibilidades para el crecimiento personal y espiritual, y tu capacidad para navegar las aguas emocionales con gracia te ayudará a construir una vida de propósito y satisfacción.

Las personas de Yesod tienen una habilidad especial para integrar sus experiencias y aprendizajes en su vida cotidiana, transformando cada desafío en una oportunidad para crecer y evolucionar. Esta integración les permite no solo sobrevivir, sino prosperar en medio de las adversidades, utilizando su intuición y sensibilidad como guías. La clave para ellos es mantenerse fieles a sí mismos mientras navegan por las complejidades de las relaciones humanas y los altibajos de la vida. Al hacerlo, no solo encontrarán equilibrio y paz interior, sino que también inspirarán a otros con su ejemplo de resiliencia y autenticidad. En última instancia, el verdadero éxito para los Sefirotipos Yesod radica en encontrar un equilibrio entre la intuición y la práctica, entre la sensibilidad y la fortaleza, manifestando así su propósito divino en el mundo material.



ANÁLISIS **Psicológico de la Carta de Tarot "La Luna" y su Relación con la Sefirá Yesod en la Kábala**

La carta de tarot "La Luna" es una de las más misteriosas y complejas del tarot de Marsella. Representa el subconsciente, los sueños y las ilusiones. En la imagen, se observa una luna creciente con un rostro humano mirando hacia abajo, iluminando un paisaje nocturno. En el agua, un cangrejo emerge, simbolizando el inconsciente. Dos perros o lobos aúllan a la luna desde ambos lados, representando los instintos primarios y la dualidad. La escena está envuelta en un aura de misterio, sugiriendo la presencia de fuerzas ocultas y emociones profundas.

En la Cábala, Yesod es la sefirá que se encuentra justo encima de Malkuth en el Árbol de la Vida. Representa el fundamento y actúa como un puente entre los mundos superiores y el reino material. Yesod está asociado con el subconsciente, los sueños, la imaginación y la sexualidad. Es la esfera donde las energías superiores se reúnen y se preparan para manifestarse en el mundo físico. La carta de "La Luna" se relaciona directamente con Yesod porque ambas simbolizan el subconsciente, los sueños y las ilusiones. Así como "La Luna" sugiere una exploración del mundo interno y las emociones ocultas, Yesod representa el reino de lo inconsciente y el potencial creativo que se encuentra dentro de cada individuo.

Las personas con un sefirotipo de Yesod, o aquellos que resuenan con la carta de "La Luna", tienden a ser intuitivas, emocionales y conectadas con su mundo interior. Estas personas tienen una intuición aguda y son extremadamente sensibles a las energías y emociones de su entorno. Confían en sus corazonadas y tienen una capacidad natural para captar los matices sutiles de las situaciones. Esta sensibilidad les permite navegar por la vida con una comprensión profunda de los sentimientos y estados de ánimo de quienes los rodean, convirtiéndolos en individuos muy empáticos y comprensivos. Su conexión con el mundo interno es intensa; al igual que "La Luna" representa los sueños y el subconsciente, estas personas están profundamente conectadas con sus sueños y fantasías. Tienen sueños vívidos y una rica vida imaginativa, recurriendo a menudo a sus sueños como una fuente de inspiración y orientación. Este mundo interno es un refugio donde pueden explorar sus pensamientos y emociones más profundos, encontrando respuestas y soluciones creativas a los desafíos que enfrentan.

La conexión con Yesod indica una relación intensa con las emociones. Estas personas experimentan sentimientos profundos y pueden ser muy emotivas. Su capacidad para comprender y empatizar con las emociones de los demás les convierte en excelentes amigos y consejeros. Son capaces de ofrecer apoyo emocional significativo, lo que fortalece sus relaciones interpersonales y les permite construir conexiones profundas y duraderas. La creatividad es una característica clave de estas personas. Tienen una imaginación fértil y son capaces de crear arte, música y literatura que reflejan su mundo interno. Utilizan su creatividad como una forma de expresar sus emociones y explorar su subconsciente. La creatividad no solo les sirve como una salida para sus emociones, sino que también les permite conectar con los demás a un nivel más profundo y auténtico.

La dualidad y la ambigüedad son aspectos inherentes a su personalidad. La dualidad simbolizada por los dos perros en la carta de "La Luna" se refleja en la personalidad de Yesod. Estas personas pueden sentirse atraídas por los opuestos y experimentar una lucha interna entre diferentes aspectos de su ser. Pueden ser tanto racionales como emocionales, luminosas y oscuras. Esta dualidad puede generar conflictos internos, pero también les ofrece una perspectiva amplia y equilibrada de la vida. Aunque su conexión con el subconsciente es una fuente de poder, también puede ser una fuente de desafíos. Pueden enfrentarse a miedos irracionales, inseguridades y ansiedades. Las ilusiones y los engaños pueden nublar su juicio. Sin embargo, enfrentarse a estos desafíos puede catalizar su crecimiento personal y espiritual. A medida que

navegan por estos retos, desarrollan una mayor comprensión de sí mismos y del mundo que les rodea.

La carta de tarot "La Luna" y la sefirá Yesod están profundamente conectadas a través de su simbolismo de los sueños, el subconsciente y las emociones profundas. Las personas que resuenan con estas energías tienden a ser intuitivas, creativas y profundamente emocionales. Aunque pueden enfrentar desafíos relacionados con la ambigüedad y las ilusiones, su capacidad para explorar y comprender su mundo interno les permite transformar sus sueños en realidad y manifestar su potencial creativo en el mundo físico. Su viaje es un viaje de autoconocimiento y crecimiento continuo. En última instancia, su viaje es navegar el reino del subconsciente, encontrar la claridad en medio de la ambigüedad y utilizar su intuición y creatividad para elevar su conciencia y enriquecer sus vidas y las de quienes los rodean. Este viaje les permite no solo descubrir su verdadero potencial, sino también inspirar a otros a hacer lo mismo, creando un impacto positivo y duradero en sus comunidades y en el mundo en general.

Eneatipo 4

El Eneatipo 4, conocido como "El Individualista" o "El Romántico", es una personalidad que busca la autenticidad y la profundidad emocional. Los individuos de este eneatipo tienden a ser introspectivos y están en constante búsqueda de su identidad única. Prefieren experiencias intensas y significativas, y a menudo tienen una actitud sensible y emocional hacia la vida. Las características del Eneatipo 4 pueden ser profundamente analizadas a través del lente de Yesod, ya que ambos se enfocan en la conexión emocional, el subconsciente y la expresión creativa.

Yesod, en la Cábala, es la sefirá que conecta el mundo espiritual con el mundo físico. Representa el fundamento sobre el cual se construye la realidad material y está asociado con el subconsciente, los sueños y la imaginación. Al igual que Yesod, los Eneatipo 4 están profundamente conectados con sus emociones y su mundo interno. Buscan expresar su identidad única y auténtica a través de la creatividad y la autoexploración. Este eneatipo valora la profundidad emocional y la autenticidad, y Yesod representa el espacio donde estas cualidades pueden ser exploradas y manifestadas en el mundo físico.

Los individuos del Eneatipo 4 son intuitivos y altamente sensibles a las emociones y energías de su entorno. Confían en sus sentimientos y tienen una capacidad natural para percibir los matices emocionales en diversas situaciones. Esta sensibilidad les permite conectar profundamente con los demás y comprender sus emociones a un nivel profundo. Similar a la función de Yesod en la Cábala, que actúa como un puente entre lo espiritual y lo material, los Eneatipo 4 utilizan su intuición y sensibilidad para integrar sus experiencias internas con su realidad externa.

La búsqueda de autenticidad es una característica central del Eneatipo 4. Estas personas están constantemente en busca de su verdadera identidad y desean ser vistos y comprendidos por su singularidad. En el contexto de Yesod, esta búsqueda se traduce en un deseo de alinear sus experiencias internas con su expresión externa, permitiendo que su verdadera esencia se manifieste en el mundo. Los Eneatipo 4 valoran la autoexpresión y la creatividad, utilizando el arte, la música y otras formas de expresión artística como medios para explorar y comunicar su mundo interno.

El Eneatipo 4, al igual que Yesod, también se enfrenta a desafíos relacionados con la introspección y la profundidad emocional. Pueden experimentar intensas emociones y a veces luchan con sentimientos de melancolía y anhelo. La conexión con el subconsciente puede llevarles a enfrentar sus miedos y sombras internas, similar a cómo Yesod implica la exploración

de lo oculto y lo subconsciente. Sin embargo, estos desafíos también catalizan su crecimiento personal y espiritual, permitiéndoles desarrollar una mayor comprensión de sí mismos y del mundo que les rodea.

Las personas del Eneatipo 4, con su inclinación hacia la profundidad emocional y la autoexploración, son capaces de ofrecer una visión única y profunda del mundo. Su capacidad para navegar las aguas emocionales con gracia y autenticidad les permite crear conexiones significativas y duraderas con los demás. La influencia de Yesod les ayuda a integrar sus experiencias internas con su realidad externa, manifestando su creatividad y sensibilidad en formas tangibles y significativas.

En última instancia, el viaje del Eneatipo 4 es un viaje de autoconocimiento y autenticidad. Utilizan su intuición y creatividad para explorar y comprender su mundo interno, permitiendo que su verdadera esencia se manifieste en el mundo físico. Al igual que Yesod, que actúa como un puente entre lo espiritual y lo material, los Eneatipo 4 buscan equilibrar sus experiencias emocionales con su expresión externa, creando una vida que refleje su verdadera identidad y valores. Su capacidad para transformar sus sueños y visiones en realidad les permite vivir una vida plena y significativa, inspirando a otros a hacer lo mismo y creando un impacto positivo en sus comunidades y en el mundo en general.

PARTE DEL CUERPO

Partes del Cuerpo y Órganos: Órganos sexuales, sistema reproductivo, glándulas suprarrenales **Posibles Enfermedades:**

• **Físicas:** Problemas sexuales, infertilidad, disfunciones hormonales, enfermedades de los órganos reproductivos.

• **Mentales:** Desequilibrios en la energía sexual, adicciones, falta de claridad en los deseos y objetivos.

Chakra: Svadhisthana

El chakra asociado con Yesod es Svadhisthana, el chakra sacro, que se relaciona con la creatividad, la sexualidad y las emociones

Número 9

El número 9 tiene un significado profundo y variado, tanto en la numerología pitagórica como en la cábala. En la numerología pitagórica, el número 9 representa la compleción, simbolizando el fin de un ciclo y la llegada de un nuevo comienzo. Este número está asociado con el humanitarismo, el idealismo y la compasión, encarnando los valores de ayuda y servicio a los demás. Las personas que resuenan con el número 9 suelen tener un profundo deseo de contribuir positivamente a la sociedad, dedicando sus vidas a causas nobles y buscando el bien común. Son individuos con una visión global, capaces de ver más allá de sus propias necesidades y enfocarse en el bienestar de la humanidad. Su compasión y generosidad son inigualables, siempre dispuestos a dar una mano y a luchar por la justicia y la equidad.

En la cábala, el número 9 se asocia con la sefirá Yesod, que significa "Fundación". Yesod es la base que conecta el mundo espiritual con el físico, actuando como un puente que facilita la manifestación de los ideales y los sueños en la realidad material. Esta conexión entre lo espiritual y lo físico es esencial para la comprensión cabalística del número 9. Yesod representa la capacidad de materializar nuestros deseos y visiones más elevados, integrando las energías superiores en nuestras vidas diarias. La sefirá Yesod es vista como un lugar de encuentro donde

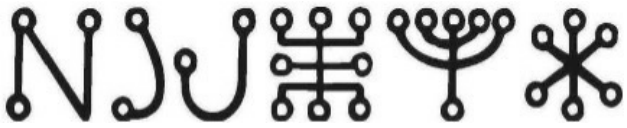
las influencias espirituales se condensan y toman forma, permitiendo que las ideas y los sueños se concreten en el mundo físico.

Las personas asociadas con el número 9 en la cábala y la numerología pitagórica tienden a ser extremadamente compasivas, idealistas y humanitarias. Su personalidad está marcada por un fuerte deseo de ayudar a los demás y mejorar el mundo. Son individuos altruistas y generosos, dedicados a causas nobles y siempre buscando maneras de contribuir al bienestar de la sociedad. Estas personas tienen una visión global, un profundo sentido de justicia y equidad, y una capacidad innata para comprender y empatizar con las necesidades y emociones de los demás. Su dedicación a la mejora del mundo y su capacidad para conectar el ámbito espiritual con el físico los convierte en verdaderos agentes de cambio y transformación.

El número 9 simboliza la completitud y la universalidad. Es el número del humanitarismo y el idealismo, representando la culminación de un ciclo en la numerología pitagórica y la conexión fundamental entre el mundo espiritual y el físico en la cábala. Las personas que vibran con esta energía se sienten impulsadas a hacer del mundo un lugar mejor, trabajando incansablemente por causas que beneficien a la humanidad. Su compasión y altruismo son evidentes en todas sus acciones, y su capacidad para ver el panorama general les permite tomar decisiones que reflejan su profundo sentido de responsabilidad y compromiso con los demás.

En resumen, el número 9 es un símbolo poderoso de finalización y renovación, un número que encapsula la esencia del humanitarismo y la conexión entre lo espiritual y lo material. Aquellos que se identifican con este número tienen una misión clara: utilizar su compasión, idealismo y visión global para hacer del mundo un lugar mejor, actuando como puentes entre los ideales espirituales y su manifestación en el mundo físico. Su vida es una constante búsqueda de equilibrio y justicia, reflejando los más altos ideales de compasión y servicio a la humanidad.

Nombre De Dios y angel



NOMBRE DE DIOS **y Ángel**

Yesod

Ángeles: Sealiah (45)

Nombre de Dios (72 nombres): ס.א.י

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios ס.א.י ayuda a purificar las emociones y a estabilizar la energía sexual y creativa. Facilita la sanación emocional y el equilibrio espiritual.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios ס.א.י mientras te concentras en sanar y equilibrar tus emociones. Imagina una luz purificadora que llena tu ser, estabilizando y armonizando tu energía emocional y creativa.

Sealiah (45)

VOCALIZACIÓN: Se/a/li/ah

Uso según la Cábala: Sealiah se utiliza para obtener la motivación necesaria para superar la pereza y la apatía. Ayuda a rejuvenecer el espíritu y a encontrar el entusiasmo para la vida.

Lo que otorga:

• Motivación y entusiasmo.
• Superación de la pereza.
• Revitalización espiritual.
• Claridad y determinación.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?"*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Sealiah.

Oración: *"Oh Sealiah, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."*

Arcángel: Gabriel

Lo que otorga: Gabriel es conocido por su papel como mensajero divino y por su capacidad para traer claridad y guía en momentos de incertidumbre. Ayuda en la comunicación espiritual y en la interpretación de sueños y visiones.

Oración: *"Arcángel Gabriel, mensajero de la verdad divina, guíame y otórgame claridad en mi vida. Ayúdame a interpretar los mensajes del universo y a comunicarme con el reino espiritual. Llena mi ser con tu luz y sabiduría."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Gabriel rodeado de una luz blanca y pura. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo claridad y guía a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Gabriel te inspire y te brinde sabiduría.

Análisis psicológico del Sefirotipo

Elemento: Agua

Yesod se asocia con el elemento Agua, simbolizando la fluidez, la adaptabilidad y las emociones. El agua representa la conexión con el subconsciente y la capacidad de adaptarse y fluir con las circunstancias cambiantes.

Letra Hebrea: Tzadi (צ)

La letra hebrea asociada con Yesod es Tzadi (צ), cuyo valor numérico es 90. Tzadi simboliza la justicia y la rectitud, proporcionando una conexión profunda con la verdad y la intuición.

Función Mental: Imaginación

La función mental de Yesod es la imaginación. Representa la capacidad de visualizar y crear imágenes mentales, facilitando la conexión entre el mundo interno de los sueños y el mundo externo de la realidad.

Nombre de Dios (Tetragrammaton): Shaddai El Chai (שַׁדַּי אֵל חַי)

El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Yesod es Shaddai El Chai (שַׁדַּי אֵל חַי). Este nombre significa "Dios Todopoderoso, Dios Vivo" y se utiliza para denotar la vitalidad y la protección divina.

Planta: Lirio

La planta asociada con Yesod es el lirio, una flor que simboliza la pureza, la renovación y la belleza espiritual. El lirio refleja la capacidad de Yesod para conectar con lo divino y lo sublime a través de la introspección y la meditación.

Metal: Plata

El metal asociado con Yesod es la plata, que simboliza la pureza, la claridad y la conexión con la Luna.

Mineral: Piedra Lunar

El mineral asociado con Yesod es la piedra lunar, que se cree que proporciona equilibrio emocional y mejora la intuición.

Dios Egipcio: Neftis

La diosa egipcia correspondiente a Yesod es Neftis, la diosa de la noche y la protección. Neftis representa el misterio, la magia y la conexión con el subconsciente, reflejando la naturaleza introspectiva y protectora de Yesod.

Dios Griego/Romano: Diana (Artemisa)

Diana, la diosa romana de la caza y la luna, es la correspondiente a Yesod. En la mitología griega, ella es conocida como Artemisa. Diana simboliza la intuición, la independencia y la conexión con la naturaleza.

Dios Hindú: Ganesha

El dios hindú vinculado a Yesod es Ganesha, el removedor de obstáculos y el dios de los nuevos comienzos. Ganesha representa la estabilidad y la protección, facilitando el camino hacia la seguridad y el éxito en el mundo material.

Dios Vikingo: Njord

Njord es el dios vikingo asociado con Yesod. Njord, dios del mar y del viento, simboliza la prosperidad y la navegación, reflejando la capacidad de Yesod para adaptarse y fluir con las corrientes emocionales y de la vida.

Runa: Perthro

Perthro es la runa vinculada a Yesod, simbolizando misterio, destino y el descubrimiento de lo oculto. Representa el proceso de desvelar secretos internos y la búsqueda de la verdad más allá de las apariencias superficiales.

Horóscopo Chino: Gallo

El horóscopo chino para Yesod es el Gallo, que simboliza el orgullo, la precisión y la observación. Este signo refleja una naturaleza detallista y consciente de sí misma, enfocada en mantener un sentido de orden y claridad.

Arquetipo de Jung: El Mago

El arquetipo jungiano para Yesod es El Mago, simbolizando el poder de la mente, la creatividad y la transformación. El Mago en Yesod sugiere la capacidad de manifestar deseos y transformar la realidad a través del conocimiento y la intención.

Horóscopo Maya: Murciélago

En el horóscopo maya, Yesod está representado por el Murciélago, símbolo de la intuición y la regeneración. El murciélago sugiere una capacidad para navegar en la oscuridad y encontrar el camino a través de la introspección y la reflexión.

I Ching: 46. Sheng, el Ascenso

El hexagrama del I Ching asociado con Yesod es 46. Sheng, el Ascenso. Este hexagrama habla de un progreso gradual y constante hacia metas superiores. Indica una fase de crecimiento y evolución personal a través del esfuerzo sostenido y la perseverancia.

EJERCICIOS

Trabajo con Sueños:

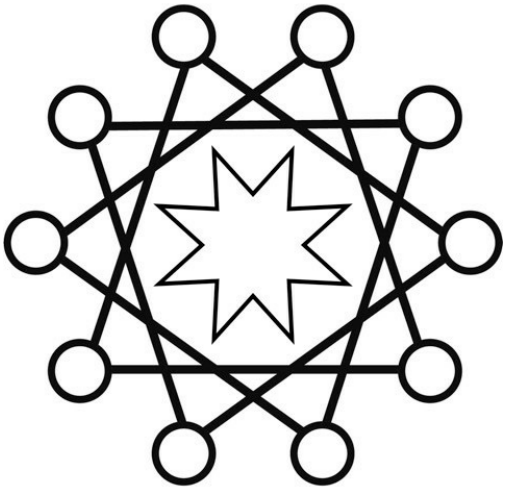
- **Diario de sueños:** Mantén un diario de sueños para registrar e interpretar los mensajes de tus sueños, explorando cómo estos pueden ser reflejos de tu vida emocional y espiritual.

- **Análisis de sueños:** Dedica tiempo a analizar tus sueños con la ayuda de técnicas como la imaginación guiada o la discusión en grupos de soporte o con un coach. 6. **Construcción de la Autoimagen:**
- **Reflexiones sobre el autoconcepto:** Dedica tiempo a reflexionar y escribir sobre cómo te percibes a ti mismo y cómo crees que los demás te perciben, buscando formas de alinear estas percepciones con tus valores espirituales y personales.
- **Ejercicios para mejorar la autoestima:** Participa en actividades que refuercen tu autoestima y autoconfianza, como el teatro, hablar en público, o talleres de desarrollo personal.

Fortalecimiento de Relaciones:

- **Ejercicios de escucha activa:** Dedica tiempo a mejorar tus habilidades de escucha, enfocándote en entender verdaderamente lo que otros están comunicando sin juzgar o interrumpir.
- **Prácticas de comunicación asertiva:** Aprende y practica formas de expresar tus necesidades y sentimientos de manera clara y respetuosa, fomentando interacciones saludables.

SEFIROTIPO 8 HOD : COMUNICADOR



Salmos 104:1: *"Bendice, alma mía, a Jehová. Jehová Dios mío, mucho te has engrandecido; te has vestido de gloria y de magnificencia."*

Nombre de Dios: Elohim Tzabaoth (אלהים צבאות)

• **Significado**: "Dios de los Ejércitos"

• **Descripción**: Denota esplendor y majestad. Elohim Tzabaoth representa la gloria divina manifestada a través de la humildad y la reverencia.

• **Personalidad**: Personas analíticas y estructuradas, con una fuerte inclinación hacia la lógica y el intelecto.

-Color: Naranja. Simboliza la gloria y la gratitud, asociadas con la creatividad y el entusiasmo. En astrología, Hod se relaciona con Mercurio, facilitando la comunicación y la adaptabilidad.

-Virtud negativa: Miedo/ Ira

-Actitud en el amor: Apreciativo. Un amor que se centra en la apreciación y el reconocimiento de las cualidades del otro, valorando la belleza y el talento.

-Actitud con el dinero: Instrumentalismo. Valoración del dinero como un medio para lograr éxito y reconocimiento, apreciando su impacto positivo en la vida. • **Modo de Pensar**: Tendencia a racionalizar y estructurar sus pensamientos para crear estabilidad.

• **Vibración**: Ansiedad y miedo ante la incertidumbre, buscando seguridad a través de la estructura.

PUNTOS FUERTES: **Analizar**

La capacidad de analizar y descomponer información para entender y comunicar claramente es un punto fuerte asociado con Hod.

Debilidades: Manipulación

Una debilidad de Hod es la manipulación, el uso indebido de la comunicación y la información para controlar o influir en otros.

Puntos a Mejorar: Integridad

La necesidad de superar la manipulación y buscar una comunicación honesta e íntegra es un área clave de mejora para Hod.

Necesidades Vitales: Protección (seguridad)

Las necesidades vitales en Hod incluyen la protección y la seguridad personal, enfocándose en la autopreservación.

Forma de Manejar la Verdad: Intelecto

Hod maneja la verdad mediante el intelecto, utilizando el análisis lógico y la razón para llegar a conclusiones.

Desequilibrio:

• **Parálisis por Análisis**: Incapacidad de actuar debido a la sobreanalización.

• **Rigidez Mental**: Falta de flexibilidad y apertura a nuevas ideas.

Equilibrio:

• **Claridad y Orden**: Usar su capacidad analítica para crear orden y claridad en su vida.

• **Confianza en la Estructura**: Desarrollar una confianza equilibrada en sus estructuras mentales sin ser esclavos de ellas.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo entender mejor?

2 ¿Cómo puedo comunicarme de manera más efectiva?

3 ¿Qué estructuras necesito para organizar mi vida?

4 ¿Cómo puedo analizar y resolver problemas lógicamente?

5 ¿Cómo puedo aprender y aplicar nuevos conocimientos?

Valores:

• Claridad

• Estructura

• • **Profesiones**:

◦ Científico

◦ Analista de datos

◦ Profesor

◦ Abogado

◦ Programador

DESCRIPCIÓN **general**

¿Te has preguntado alguna vez por qué decimos que el lenguaje es una mentira? Imagina describir una puesta de sol. Las palabras apenas rozan la verdadera magnificencia del evento. Este es el dilema fundamental del lenguaje: para entender la realidad, la atrapamos en palabras, pero estas nunca pueden capturar su total esencia. En Hod, el sefirotipo del lenguaje y la comunicación en la Cábala, exploramos esta paradoja profundamente. Cada palabra que utilizamos es un intento de encapsular una realidad dinámica y en constante cambio. Es como tratar de contener el mar en una botella; siempre habrá algo que se escape, algo que no podamos abarcar completamente.

El lenguaje, a pesar de sus limitaciones, es una herramienta increíblemente poderosa. Nos permite compartir ideas, emociones y conocimientos. Nos conecta con los demás y nos ayuda a construir y entender el mundo en el que vivimos. Pero, también, el lenguaje puede ser un arma de doble filo. Warren Buffet dijo una vez que el curso más importante que hizo en su vida fue sobre

comunicación. ¿Por qué? Porque las palabras son poderosas y tienen un gran impacto en nuestra vida y en la de los demás. Una palabra mal dicha puede destruir relaciones, mientras que una palabra bien dicha puede sanar heridas y construir puentes.

En la Cábala, dos grandes pecados están relacionados con el uso del lenguaje: hablar mal de alguien y malgastar la energía sexual. Las palabras pueden herir profundamente, y una vez dichas, es imposible retractarlas completamente, como nos enseña la historia del rabino y las semillas dispersadas al viento. Cuando difamamos a alguien, esparcimos semillas de discordia y dolor que no podemos recoger. Es una lección poderosa sobre la responsabilidad que conlleva cada palabra que pronunciamos.

Además, el lenguaje es una dimensión femenina, lo que significa que es inherentemente limitado y restringido. Nunca puede revelar toda la verdad de la realidad. Los significados cambian con el tiempo; lo que hoy entendemos por "familia" no es lo mismo que en la Edad Media. Esta fijación del lenguaje es un problema fundamental. En Programación Neurolingüística (PNL), una máxima es que "el mapa no es el territorio", lo que significa que nuestras palabras son solo símbolos que no representan completamente la realidad. Este concepto, aunque moderno, ya estaba presente en la Cábala desde el siglo XIII. Los cabalistas comprendieron que el lenguaje es solo un intento de capturar la esencia de lo que es, y por ello siempre será insuficiente.

Al entender y manipular el lenguaje, podemos modificar nuestra percepción y realidad. Dios le dio a Adán el poder de nombrar a las criaturas, otorgándole dominio sobre ellas. Similarmente, al crear nuestras propias palabras y conceptos, adquirimos control sobre ellos. En la Cábala, el lenguaje es visto como una vasija que contiene realidades. Los cabalistas crean nuevas palabras para expresar energías aún no manifestadas, mostrando el poder creativo del lenguaje. Cada palabra que creamos y utilizamos es una herramienta poderosa para moldear nuestra percepción y nuestro entorno.

El lenguaje es crucial en la Cábala. Los rituales más secretos se centran en el poder de las palabras. En hebreo, la palabra "palabra" y "cosa" son lo mismo, indicando que nombrar algo es invocar su energía. Cambiando nuestras palabras, cambiamos la energía que invocamos. Este concepto es fundamental para entender cómo las palabras moldean nuestra realidad y relaciones. Es una comprensión profunda de que cada palabra lleva consigo una carga energética que puede transformar nuestro mundo interior y exterior.

Si manejas bien el lenguaje, tienes la capacidad de crear y comunicar eficazmente, lo que es esencial para el éxito. Sin embargo, un desequilibrio en Hod puede llevar a la mentira, exageración y difamación. Es vital usar el lenguaje con cuidado, ya que una mala palabra puede destruir amistades y causar conflictos serios. La Cábala nos enseña que es más importante la paz que la verdad absoluta, subrayando la responsabilidad de nuestras palabras. Recordemos siempre que el lenguaje no solo comunica, sino que también crea. Nos brinda la capacidad de tejer nuevas realidades, y con ello, viene la gran responsabilidad de utilizarlo sabiamente.

La familia en la Edad Media no se concebía de la misma forma que hoy en día. Este cambio a lo largo del tiempo nos muestra que la realidad es dinámica, pero el lenguaje no siempre se adapta a estos cambios con la misma rapidez. Esto presenta un problema significativo: el lenguaje es estático y a veces no logra expresar con claridad nuestras realidades complejas.

Para aquellos familiarizados con la Programación Neurolingüística (PNL), esta idea puede sonar conocida. La frase "el mapa no es el territorio" encapsula este concepto perfectamente. Los cabalistas ya hablaban de esto en el siglo XIII. ¿Qué significa? El mapa es un símbolo, una

representación, pero nunca es igual a la realidad misma. Comprender esto es fundamental para entender tanto la PNL como gran parte de la psicología moderna: no percibimos la realidad de manera objetiva, sino que la interpretamos.

Lo primero que debes entender es que no vemos el territorio, sino que lo interpretamos a nuestra manera. Esta interpretación personal es la clave para comprender el poder de la palabra. Si sabes cómo interpretar y manipular el lenguaje, puedes controlar tu realidad. Esto no es una idea nueva; incluso en la Biblia, Dios le dice a Adán que nombre a todas las criaturas, otorgándole dominio sobre ellas. Nombrar algo es ejercer control sobre ello.

Los antiguos cabalistas ya lo sabían: crear tus propios conceptos y palabras te da dominio sobre tu mundo. El lenguaje es una vasija que contiene la realidad, pero esta siempre es superior a cualquier conjunto de palabras que podamos utilizar.

En la Cábala, el lenguaje es fundamental. Los rituales más secretos están íntimamente ligados a las palabras y su significado. La palabra en hebreo tiene una doble connotación: "palabra" y "cosa" son lo mismo. Esto significa que al nombrar algo, invocamos su energía. Por ejemplo, las palabras "mesa" y "silla" no solo tienen diferentes significados, sino que también mueven energías distintas. Para los cabalistas, cambiar las palabras es una forma de cambiar la invocación y la energía asociada. Así, modificar nuestro lenguaje puede transformar nuestra realidad.

Uno de los mayores problemas que enfrentamos con el lenguaje es el dogma y la textolatría. La textolatría es la adoración literal del texto. En la Cábala, existen cuatro tipos de significados: literal (Peshat), alegórico (Remez), interpretativo (Derash) y secreto (Sod). El significado secreto es el que aún no se ha desenvuelto de la realidad, aquello que está en potencia. Los cabalistas descubrieron que la palabra es un símbolo y, además, que las palabras pueden deconstruirse en números. Cada letra en hebreo tiene un valor numérico, y palabras con el mismo valor numérico a menudo tienen significados relacionados. Por ejemplo, la palabra "Dios" en hebreo se escribe con cuatro letras: Yod, He, Vav, He. Cada letra tiene un significado propio, y juntas crean un concepto más grande.

Esta conexión entre letras, palabras y números lleva a una comprensión más profunda del poder del lenguaje. Una palabra en hebreo no solo transmite un significado superficial, sino que también encierra una serie de valores y energías que pueden influir en la realidad de maneras sutiles y complejas. Los cabalistas emplean este conocimiento para formular palabras y conceptos que contengan energías específicas, creando así una red de significados y relaciones que trascienden la simple comunicación verbal.

Cuando piensas en el lenguaje de esta manera, te das cuenta de que cada palabra que eliges, cada frase que construyes, tiene el potencial de moldear tu percepción del mundo y, por ende, tu realidad misma. No es simplemente una herramienta de comunicación, sino un medio para invocar y dirigir energías. Este poder del lenguaje puede ser tanto constructivo como destructivo. Por eso, es vital utilizarlo con responsabilidad y sabiduría.

Al comprender que cada palabra es una vasija que contiene una realidad más grande, se abre un mundo de posibilidades para la creación y transformación personal. No se trata solo de hablar o escribir correctamente, sino de entender el profundo impacto que nuestras palabras tienen en nosotros mismos y en los demás. Este entendimiento puede llevar a un uso más consciente y deliberado del lenguaje, permitiendo que cada palabra que pronunciamos sea una expresión de la realidad que deseamos crear.

En resumen, el lenguaje no solo describe la realidad; la moldea y la transforma. La sabiduría

de los cabalistas y la moderna PNL nos enseñan que al dominar el lenguaje, podemos tener un control más consciente sobre nuestra vida y nuestras circunstancias. Cada palabra que elegimos es una pieza en el mapa de nuestra realidad, y al comprender y utilizar este poder, podemos navegar nuestra vida con mayor intención y propósito.

En la Cábala, cada palabra es una fórmula matemática. Consideremos la fórmula química H2O, que significa dos átomos de hidrógeno y uno de oxígeno. De manera similar, cada letra hebrea tiene un significado específico y, al combinarse, forman una nueva palabra con un significado y energía particulares. Esta perspectiva sobre el lenguaje va más allá de la simple comunicación; cada palabra se convierte en un canal de energía y significado. Imagina por un momento que cada conversación que tienes, cada palabra que pronuncias, tiene el poder de modificar la realidad a tu alrededor, como si estuvieras lanzando hechizos con cada frase.

El lenguaje es un superpoder, y con gran poder viene una gran responsabilidad. Controlar cómo nos expresamos y qué palabras usamos es esencial para no causar daño. Una mala palabra puede destruir relaciones de años o incluso provocar conflictos a gran escala. Pensemos en los conflictos internacionales, donde una sola declaración puede intensificar tensiones y desencadenar guerras. En un nivel más personal, una palabra mal escogida puede herir profundamente a alguien querido, causando daños emocionales que podrían durar toda la vida. Por eso, es fundamental ser conscientes del impacto que nuestras palabras pueden tener y usarlas con sabiduría y compasión.

Los cabalistas sabían que cambiar el nombre o crear nuevas palabras puede cambiar la energía de una persona. Por eso, algunos cambian su nombre o firma regularmente para reflejar nuevas etapas de su vida y vibraciones. Este acto de renombramiento es una manera de ejercer control sobre su realidad. Imagina que cada vez que cambias tu firma, renuevas una parte de ti, te das la oportunidad de redefinirte y empezar de nuevo con una nueva energía. Cambiar tu nombre o firma no es solo un acto simbólico; es una declaración de tu intención de transformar tu vida y tu realidad. Es como ajustar el curso de un río; aunque el cambio pueda parecer pequeño al principio, con el tiempo, puede llevarte a un destino completamente diferente.

El poder de la palabra es inmenso. Al igual que los cabalistas, podemos aprender a utilizar el lenguaje para moldear nuestra realidad y ejercer control sobre nuestras vidas. Cada palabra que dices tiene el poder de invocar energías y transformar tu mundo. Piensa en las afirmaciones positivas que repetimos para motivarnos y superar desafíos. Estas palabras no solo nos animan; también tienen el poder de cambiar nuestra percepción y, en consecuencia, nuestra realidad. Usa este poder sabiamente. Aprende a elegir tus palabras con cuidado, no solo para comunicarte, sino para crear la vida que deseas vivir. Al hacerlo, te conviertes en el arquitecto de tu propia existencia, construyendo un mundo que refleja tus sueños y aspiraciones más profundos.

Considera, por ejemplo, la historia de un hombre que decidió cambiar su vida comenzando por sus palabras. Cada mañana, se levantaba y pronunciaba afirmaciones de éxito y felicidad. Al principio, no notó muchos cambios, pero con el tiempo, esas palabras comenzaron a moldear su realidad. Empezó a ver oportunidades donde antes veía obstáculos, a sentir confianza donde antes sentía miedo. Sus relaciones mejoraron, y su carrera despegó. Todo porque comprendió el poder de la palabra y decidió usarlo a su favor.

Así que, ¿qué palabras eliges para definir tu día, tu año, tu vida? ¿Cómo hablas contigo mismo y con los demás? Recuerda, cada palabra es una semilla plantada en el jardín de tu realidad. Elige palabras que nutran y fortalezcan, que construyan y eleven. El poder está en tus manos, o más bien, en tu lengua. Utiliza este don con intención y sabiduría, y observa cómo tu

mundo se transforma en respuesta a las palabras que eliges pronunciar.

ANÁLISIS **psicológico del Sefirotipo**

El sefirotipo de Hod representa a personas comunicativas, reflexivas y analíticas, centradas en la expresión y el entendimiento intelectual. Estas personas valoran el conocimiento y la claridad en la comunicación, dedicándose a entender y transmitir ideas de manera precisa y efectiva. Su enfoque está en la interpretación y la conceptualización de la realidad, más que en su simple observación. Esta capacidad para analizar y comunicar les permite ser muy efectivos en roles que requieren claridad de pensamiento y habilidades persuasivas.

A menudo, estas personas son vistas como los intelectuales y los comunicadores dentro de sus comunidades y lugares de trabajo. Su naturaleza analítica y reflexiva los convierte en individuos en los que los demás confían para obtener explicaciones claras y soluciones bien pensadas. Se destacan en áreas donde la comunicación efectiva y el pensamiento crítico son esenciales. Sin embargo, este mismo énfasis en la comunicación puede ser una espada de doble filo.

Aunque tienen una habilidad natural para entender y transmitir información, pueden tener dificultades para confrontar la verdad de manera directa. La tendencia a la mentira y la exageración es una de las klipot o cascarones negativos de Hod. Esta inclinación puede surgir del miedo a no ser comprendidos o aceptados, llevando a una distorsión de la realidad para encajar mejor en las expectativas de los demás. La evitación de la verdad, aunque momentáneamente protectora, puede erosionar la confianza y la credibilidad, tanto en el ámbito personal como profesional.

Estas personas suelen encontrar gran satisfacción en el intercambio de ideas y en la elaboración de conceptos complejos. Para ellos, el éxito se mide en términos de claridad y precisión en la comunicación. Son individuos que entienden que para disfrutar de la vida al máximo, deben ser maestros en la expresión y en el manejo de la información. Esta perspectiva los lleva a invertir mucho tiempo y esfuerzo en mejorar y mantener sus habilidades comunicativas y analíticas.

El manejo del lenguaje y la comunicación es fundamental para quienes tienen un sefirotipo de Hod. Creen firmemente que una mente clara y una expresión precisa son reflejos de una vida bien vivida. Por ello, es común verlos dedicando tiempo a la lectura, la escritura y la discusión intelectual. Este enfoque no solo mejora su capacidad para interactuar con el mundo, sino que también les proporciona una sensación de control y dominio sobre su entorno.

Sin embargo, esta dependencia de la comunicación y la interpretación puede llevar a un desequilibrio si no se aborda adecuadamente. Es crucial que estas personas aprendan a integrar una visión más holística de la vida, que incluya no solo la claridad intelectual, sino también la autenticidad emocional y la integridad ética. Enfrentar la verdad, por incómoda que sea, puede ayudarles a sentir una mayor plenitud y satisfacción.

Para los individuos de Hod, el desafío está en encontrar un equilibrio entre su enfoque en la comunicación y la necesidad de ser veraces y auténticos. Deben aprender a apreciar los aspectos más sutiles de la vida, como la honestidad emocional y la conexión genuina con los demás. Al hacerlo, pueden descubrir nuevas formas de enriquecer sus vidas y encontrar un sentido más profundo en sus interacciones diarias.

La integración de prácticas de auto-reflexión y honestidad puede ser particularmente

beneficiosa para estas personas. Actividades como la meditación, el journaling o simplemente tener conversaciones sinceras pueden ayudarles a conectar con su ser interior y a ver más allá de la necesidad de agradar o impresionar. Esta conexión con la autenticidad no solo enriquece su vida personal, sino que también puede mejorar su efectividad en el ámbito comunicativo al proporcionarles una perspectiva más equilibrada y completa.

En resumen, el sefirotipo de Hod nos muestra la importancia de la claridad y la comunicación, pero también nos recuerda la necesidad de equilibrio. Al aprender a integrar la honestidad y la autenticidad con su habilidad para comunicar, estas personas pueden alcanzar una vida más plena y satisfactoria, logrando no solo éxito intelectual, sino también crecimiento personal y ético. La verdadera realización se encuentra en el equilibrio entre la mente y el corazón, y en la capacidad de ver cada interacción como una oportunidad para crecer y evolucionar.

Ejercicios y Reflexiones

1 Ejercicio de Humildad:

◦ Practica la humildad reconociendo y apreciando las contribuciones de los demás en tu vida. Haz una lista de personas que te han ayudado y encuentra maneras de expresarles tu gratitud. Reflexiona sobre cómo este ejercicio afecta tu sentido de humildad y conexión con los demás.

2 Diario de Reflexión:

◦ Dedica tiempo cada noche para reflexionar sobre tus acciones y comportamientos del día. Anota momentos en los que hayas mostrado humildad y aquellos en los que podrías haberlo hecho mejor.

3 Servicio a los Demás:

◦ Dedica tiempo a servir a los demás, ya sea a través de voluntariado o simplemente ayudando a alguien que lo necesite. Reflexiona sobre cómo este servicio te ayuda a cultivar la humildad y la conexión con Hod.

Aarón y Hod

Aarón, el hermano de Moisés, es un excelente ejemplo del sefirotipo de Hod. Como el primer Sumo Sacerdote de Israel, Aarón jugó un papel crucial en el establecimiento de los rituales y la estructura del culto israelita. Su vida estuvo profundamente conectada con el conocimiento, la lógica y la estructura religiosa. Aarón era conocido por su profundo conocimiento de las leyes y rituales religiosos. Su comprensión meticulosa y detallada de las normas divinas fue fundamental para establecer el sacerdocio y las prácticas religiosas del pueblo de Israel.

Además, Aarón era un excelente comunicador. Acompañó a Moisés y habló en su lugar cuando Moisés se sentía inseguro. Su habilidad para articular y transmitir mensajes importantes demostró su talento para la comunicación efectiva. Como Sumo Sacerdote, Aarón tuvo la responsabilidad de organizar y llevar a cabo los rituales religiosos. Su capacidad para mantener la estructura y el orden en el servicio del Tabernáculo fue esencial para la cohesión y el funcionamiento del culto israelita. Aarón mostró una notable atención al detalle en sus deberes sacerdotales. Cada ritual y sacrificio requería precisión y exactitud, y Aarón se destacó en la realización de estas tareas con gran cuidado.

Sin embargo, un desequilibrio notable en Aarón fue su falta de liderazgo firme en momentos críticos. Cuando Moisés subió al Monte Sinaí, Aarón cedió a la presión del pueblo y permitió la creación del becerro de oro, una grave transgresión que mostró su debilidad para mantener el orden en situaciones de alta presión. Aarón a veces mostró una excesiva dependencia de las estructuras y rituales, lo que podría limitar su capacidad para adaptarse a situaciones no

previstas. Esta rigidez en la adhesión a los rituales a veces podría ser vista como un obstáculo para la flexibilidad y la innovación necesarias en ciertos momentos. Aarón también tuvo que lidiar con conflictos de ego y rivalidades, como se vio en el episodio de la rebelión de Coré. Estos conflictos pusieron en evidencia las tensiones internas y los desafíos que enfrentaba en su posición de liderazgo.

Aarón, con su profundo conocimiento, habilidades de comunicación y capacidad organizativa, es un claro representante del sefirotipo de Hod. Su vida muestra cómo las cualidades de Hod pueden llevar a una sólida comprensión y estructuración del conocimiento y las prácticas religiosas. Sin embargo, también ilustra los peligros de los desequilibrios asociados, como la falta de firmeza en el liderazgo, la rigidez excesiva y los conflictos de ego. Aarón nos enseña que, aunque es esencial ser meticulosos y responsables en nuestras tareas, también debemos ser flexibles y adaptativos. Su vida es una lección sobre la importancia de equilibrar la adherencia a las estructuras con la capacidad de liderazgo firme y la adaptación a nuevas circunstancias, demostrando que el verdadero conocimiento y sabiduría requieren una combinación de precisión y flexibilidad.

El estudio de la vida de Aarón también nos invita a reflexionar sobre cómo manejamos nuestras propias responsabilidades y estructuras en la vida cotidiana. En un mundo que a menudo valora la estabilidad y el orden, la habilidad para ser flexible y adaptativo es igualmente crucial. Las cualidades de Hod, representadas por Aarón, nos recuerdan que la verdadera efectividad en cualquier rol no solo proviene de la adherencia estricta a las normas y rituales, sino también de la capacidad para innovar y liderar con firmeza cuando la situación lo requiere. La historia de Aarón destaca la importancia de encontrar un equilibrio entre seguir las reglas y ser capaz de responder a las demandas del momento, una habilidad que es vital en todos los aspectos de la vida, desde lo personal hasta lo profesional.

En última instancia, la vida de Aarón nos ofrece valiosas lecciones sobre la importancia de la comunicación efectiva, la atención al detalle y la responsabilidad, al mismo tiempo que nos advierte sobre los peligros de la rigidez y la falta de liderazgo. Para aquellos que buscan emular las cualidades de Hod, es fundamental desarrollar una comprensión profunda y detallada de sus roles y responsabilidades, mientras se mantiene una disposición abierta para adaptarse y liderar con integridad. La sabiduría de Aarón radica en su capacidad para combinar el conocimiento y la lógica con la flexibilidad y el liderazgo, una combinación que todos podemos aspirar a alcanzar en nuestras propias vidas.

MIDOT: **Virtudes y fortalezas**

La verdad
Adecuarse a la persona que escucha
Perder el miedo, saber comunicarse
Empatía
Saber escuchar

Klipa: Defectos y desequilibrios

Kipá Psicológica: En Hod, la kipá psicológica se caracteriza por la necesidad de entender y estructurar el conocimiento. Las personas pueden ser demasiado críticas y racionales, a veces evitando las emociones. Puntos a mejorar: empatía, intuición, manejo del perfeccionismo, flexibilidad mental y capacidad para aceptar la incertidumbre.

Exceso:
La mentira
El sarcasmo
La exageración
El rumor
La burla
La difamación

DEFECTO:
Las ocultaciones
No atreverse a decir la verdad
No comunicar lo que se piensa
Tener miedo a decir lo que quieres o eres

PECADO: Envidia
Mandamiento: No hablarás contra tu prójimo falso testimonio

ASTROLOGÍA DE LOS SEFIROTIPOS:

El Sefirotipo Hod es una conjunción fascinante de las energías de Géminis, Mercurio y la sefirá de Hod. Esta combinación única crea una personalidad intelectualmente curiosa, comunicativa y analítica. Los nacidos bajo este sefirotipo son personas versátiles, ingeniosas y con una habilidad excepcional para la comunicación y el pensamiento lógico. Poseen una curiosidad insaciable y una mente ágil. Géminis, regido por Mercurio, les dota de una gran capacidad para aprender y absorber información rápidamente. Su interés por una amplia gama de temas les hace ser grandes conversadores y buscadores incansables de conocimiento.

La influencia de Mercurio, el planeta de la comunicación, se manifiesta en su habilidad para expresarse con claridad y persuasión. Son expertos en transmitir ideas de manera efectiva y pueden adaptarse fácilmente a diferentes estilos de comunicación según la audiencia. Su capacidad para conectar con los demás a través del lenguaje es una de sus mayores fortalezas. La sefirá de Hod representa el intelecto y el análisis. Estas personas tienen una mente lógica y estructurada, lo que les permite descomponer problemas complejos en partes manejables y encontrar soluciones eficientes. Su habilidad para pensar críticamente les convierte en excelentes estrategas y solucionadores de problemas.

Influenciados por Géminis, estos individuos son extremadamente versátiles y pueden adaptarse a nuevas situaciones con facilidad. Su flexibilidad les permite manejar múltiples tareas y roles, y disfrutan de la variedad en sus vidas. Esta adaptabilidad también les ayuda a navegar cambios y desafíos con una actitud positiva. Mercurio también imbuye en ellos una chispa de ingenio y creatividad. Son capaces de encontrar soluciones innovadoras y pensar fuera de lo convencional. Su creatividad se expresa tanto en sus ideas como en la manera en que abordan los problemas y desafíos.

Los del sefirotipo Hod disfrutan de las interacciones sociales y tienen una habilidad natural para hacer conexiones. Son sociables y les encanta compartir sus conocimientos y experiencias con los demás. Su capacidad para establecer redes y mantener relaciones les proporciona un

amplio círculo social y profesional. La influencia de Hod también se refleja en su capacidad para organizar y estructurar la información. Les gusta mantener el orden en sus pensamientos y entorno, lo que les ayuda a ser eficientes y efectivos en sus tareas. Su atención al detalle les convierte en personas meticulosas y confiables.

Si eres un sefirotipo Hod, tu personalidad está marcada por una curiosidad intelectual, una habilidad excepcional para la comunicación y un enfoque lógico y analítico. Valoras el conocimiento, la claridad y la versatilidad. Tu capacidad para adaptarte, comunicarte y pensar críticamente te convierte en un individuo ingenioso y efectivo. Aprovecha tu mente ágil y tus habilidades comunicativas para vivir una vida plena y dinámica, conectando con los demás y explorando el vasto mundo del conocimiento con entusiasmo y creatividad.



LA CARTA **del Mago**

La carta de tarot "El Mago" es una de las más significativas y poderosas del tarot de

Marsella. Representa la habilidad, la destreza y la capacidad para manifestar intenciones. En la imagen, se observa a un hombre joven, el Mago, de pie detrás de una mesa con diversos objetos simbólicos: una varita, una copa, una espada y un pentáculo, que representan los cuatro elementos. El Mago apunta con una mano hacia el cielo y con la otra hacia la tierra, simbolizando la conexión entre lo divino y lo terrenal. Su postura sugiere que tiene el poder de canalizar la energía universal y manifestarla en el mundo físico.

En la Cabala, Hod es la sefirá que se encuentra en el lado izquierdo del Árbol de la Vida, asociada con la mente, la comunicación y la lógica. Representa la inteligencia analítica, la claridad mental y la capacidad para estructurar y organizar ideas. Hod es el lugar donde el conocimiento y la razón se encuentran, proporcionando la base para la comprensión y la aplicación práctica. La carta de "El Mago" se relaciona directamente con Hod porque ambas simbolizan la habilidad para manipular y organizar la realidad a través del conocimiento y la destreza. Así como "El Mago" utiliza su comprensión de los elementos para manifestar sus deseos, Hod representa la estructura y la lógica necesarias para entender y aplicar el conocimiento en el mundo material.

Uno de los aspectos más notables de "El Mago" es el uso del poder de la palabra. La palabra "abracadabra" es emblemática en este contexto. Se cree que la palabra "abracadabra" proviene del arameo o hebreo y significa "lo que digo se crea" o "crearé mientras hablo". Esto encapsula la esencia del Mago y su habilidad para manifestar sus intenciones a través del poder de la palabra.

La capacidad de "El Mago" para manifestar sus deseos está intrínsecamente ligada a su uso de la palabra. Al pronunciar palabras con intención y claridad, puede influir en la realidad y traer a la existencia lo que imagina. Este poder de la palabra es fundamental para la práctica mágica y espiritual. El poder de la palabra se amplifica con la intención y la focalización. "El Mago" no solo dice palabras al azar, sino que concentra su mente y su energía en lo que quiere lograr. La palabra "abracadabra" se convierte en una fórmula mágica que canaliza su intención hacia la manifestación concreta. En el ámbito de Hod, la comunicación efectiva y la persuasión son esenciales. "El Mago" utiliza su elocuencia y habilidad para expresarse claramente para influir y persuadir a otros. Su dominio del lenguaje le permite transmitir sus ideas de manera poderosa y convincente. La palabra tiene el poder de transformar y crear. "El Mago" utiliza palabras para cambiar su entorno y crear nuevas realidades. Este poder creativo es un reflejo de la capacidad humana para utilizar el lenguaje no solo como medio de comunicación, sino como herramienta de creación y transformación.

Las personas con un sefirotipo de Hod, o aquellos que resuenan con la carta de "El Mago", tienden a ser analíticas, comunicativas y dotadas de una mente clara y estructurada. Estas personas tienen una mente aguda y están constantemente buscando expandir su conocimiento. Valoran la educación y la comprensión profunda de los temas. Les gusta estudiar y analizar, encontrando placer en la adquisición de nuevos conocimientos. Al igual que "El Mago", estas personas son hábiles y destrezas. Tienen la capacidad de tomar ideas abstractas y aplicarlas de manera práctica. Son buenos en la resolución de problemas y en la ejecución de proyectos complejos. La conexión con Hod indica una fuerte habilidad para la comunicación. Estas personas son articuladas y pueden expresar sus pensamientos de manera clara y persuasiva. Pueden ser excelentes maestros, escritores o conferencistas. Son personas organizadas que valoran la estructura y el orden. Les gusta planificar y asegurarse de que todo esté en su lugar. Esta capacidad para organizar se extiende tanto a su vida personal como profesional. Tienen una claridad mental que les permite ver las cosas de manera objetiva. Pueden separar sus emociones

de sus pensamientos y tomar decisiones basadas en la lógica y la razón. Esta claridad les ayuda a ser efectivos en situaciones complejas. Aunque su capacidad analítica es una fortaleza, también puede ser una fuente de desafíos. Pueden ser demasiado críticos o perfeccionistas, lo que puede llevar a la parálisis por análisis. Necesitan aprender a confiar en su intuición y permitir un flujo más natural de la creatividad.

La carta de tarot "El Mago" y la sefirá Hod están profundamente conectadas a través de su simbolismo de habilidad, conocimiento y destreza. Las personas que resuenan con estas energías tienden a ser analíticas, comunicativas y dotadas de una mente clara y estructurada. El poder de la palabra, encapsulado en el uso de "abracadabra", refleja su capacidad para manifestar intenciones y transformar la realidad a través del lenguaje y la comunicación efectiva. En última instancia, su viaje es equilibrar su habilidad analítica con la intuición, permitiendo que su conocimiento se manifieste de manera creativa y fluida. Estas personas tienen el potencial de ser grandes maestros y líderes, utilizando su claridad mental y destreza para guiar a otros y crear un impacto positivo en el mundo.

Eneatipo 6

¿Alguna vez te has sentido atrapado entre el deseo de encontrar seguridad y el temor a lo desconocido? Esta es la esencia del Eneatipo 6, conocido como "El Leal" o "El Escéptico". Las personas de este eneatipo buscan seguridad y apoyo en su entorno. Son excelentes para anticipar problemas y planificar, pero a menudo luchan con la duda y la ansiedad.

El Eneatipo 6 puede comprenderse mejor a través de Hod, la esfera de la mente analítica y la comunicación en la Cábala. Ambos se centran en el análisis y la búsqueda de entendimiento. Para un Eneatipo 6, la seguridad y el apoyo no son solo necesidades; son una búsqueda constante de comprensión y certeza. Trabajan diligentemente para prever riesgos y evitar sorpresas desagradables, manteniendo su entorno y relaciones bajo control.

En Hod, la mente analítica y la comunicación son esenciales para navegar el mundo. Los Eneatipo 6 poseen una habilidad innata para analizar situaciones y prepararse para posibles amenazas, creando estrategias para mantener su seguridad y la de los suyos. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a un ciclo de ansiedad y duda, siempre cuestionando y reevaluando.

Los Eneatipo 6 son increíbles aliados en momentos de crisis, proporcionando apoyo y soluciones prácticas. En el contexto de Hod, esto se traduce en una mente que busca entender y comunicar de manera efectiva, fomentando un ambiente donde todos se sientan seguros y preparados. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 6 es la tendencia a la sobrecarga mental y la parálisis por análisis. En Hod, donde el pensamiento crítico es clave, esta tendencia puede resultar en una falta de acción y decisión. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre la seguridad y la confianza en sus decisiones.

Al igual que Hod se centra en el análisis y la comunicación, los Eneatipo 6 se enfocan en entender y prever. Prefieren enfrentarse a problemas concretos y tangibles en lugar de enfrentarse a la incertidumbre y lo desconocido. Su capacidad para anticipar y planificar puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que la duda los paralice.

<u>Parte del cuerpo</u>

Partes del Cuerpo y Órganos: Pierna izquierda, bazo **Posibles Enfermedades:**

• **Físicas:** Problemas en la pierna izquierda, dolor en las rodillas, trastornos musculares, problemas en el bazo.

• **Mentales:** Dificultades en la comunicación, problemas con la lógica y el análisis, bloqueo en la expresión.

• **Chakra:** Muladhara El chakra asociado con Hod es Muladhara, el chakra raíz, que se relaciona con la estabilidad, la seguridad y la conexión con la tierra.

CHAKRA: **Vishuddha**

El chakra asociado con Hod es Vishuddha, el chakra de la garganta, que se relaciona con la comunicación y la expresión personal.

Número 8

El número 8 es un símbolo potente en diversas tradiciones, representando el poder, la ambición y el éxito material. Para los pitagóricos, el 8 es el número del logro, la ambición y el materialismo. Simboliza la capacidad de alcanzar metas y la fortaleza para superar obstáculos. En la cábala, el 8 corresponde a Hod, que simboliza la gloria y la belleza. Hod equilibra la ambición con la humildad, destacando la importancia de apreciar la estética y la belleza en el camino hacia el éxito.

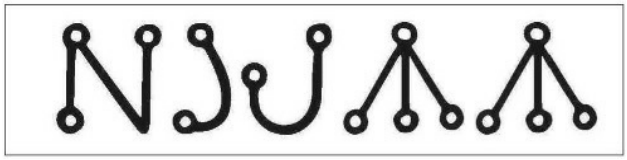
El número 8 combina la fuerza y la determinación necesarias para alcanzar grandes logros materiales con la capacidad de mantener una perspectiva equilibrada y humilde. Las personas asociadas con este número suelen ser ambiciosas y decididas, enfocadas en alcanzar sus metas y objetivos. Son líderes naturales, capaces de organizar y gestionar de manera eficiente, y su enfoque práctico les permite materializar sus sueños y metas con éxito.

Las personas influenciadas por el número 8 son ambiciosas y orientadas al éxito. Tienen una fuerte capacidad de liderazgo y una determinación inquebrantable para alcanzar sus objetivos. Estas personas suelen enfocarse en el logro de metas materiales y de poder, valorando el éxito tangible y el reconocimiento por sus logros. Su habilidad para organizar y gestionar les permite alcanzar altos niveles de eficiencia y efectividad en sus proyectos.

A pesar de su ambición y enfoque en el éxito material, las personas con el número 8 también valoran la humildad y la belleza. La influencia de Hod les permite apreciar la estética y la belleza en su entorno, equilibrando su ambición con un sentido de gratitud y humildad. Este equilibrio les permite mantener una perspectiva armoniosa y valoran tanto el éxito externo como la realización personal interna.

En resumen, el número 8 representa el poder, la ambición y el éxito material, equilibrados con la humildad y la apreciación de la belleza. Las personas asociadas con este número son líderes decididos y prácticos, capaces de alcanzar altos niveles de éxito en sus metas materiales. Su capacidad para combinar la ambición con la humildad les permite mantener un enfoque equilibrado y armonioso en su vida, logrando tanto el éxito externo como la realización personal interna.

NOMBRE DE DIOS **y angel**



NOMBRE DE DIOS **y Ángel**

Ángeles: Vevaliah (43)

Nombre de Dios (72 nombres): מ.ב.י

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios מ.ב.י proporciona la capacidad de introspección y reflexión profunda. Facilita el entendimiento y la claridad mental, ayudando en la comunicación y la elocuencia.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios מ.ב.י mientras te concentras en tus pensamientos y en la claridad de tu mente. Imagina una luz brillante que ilumina tu mente, ayudándote a comprender y comunicarte con sabiduría.

Vevaliah (43)

Vocalización: Ve/va/li/ah

Uso según la Cábala: Vevaliah se utiliza para obtener éxito en los esfuerzos intelectuales y artísticos. Ayuda a desarrollar la creatividad y a encontrar inspiración.

Lo que otorga:

• Éxito intelectual y artístico.
• Desarrollo de la creatividad.
• Inspiración y elocuencia.
• Protección contra la negatividad.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi fortaleza y mi escudo."*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Vevaliah.

Oración: *"Oh Vevaliah, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."*

Arcángel: Miguel

Lo que otorga: Miguel es conocido por su papel como protector divino y líder de los ejércitos celestiales. Ayuda a superar los miedos y a protegerse de las energías negativas.

Oración: *"Arcángel Miguel, guardián y protector divino, otórgame tu fuerza y coraje. Protégenos de toda negatividad y guíame en mi camino espiritual con tu luz y sabiduría."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Miguel rodeado de una luz azul brillante. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo protección y fortaleza a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Miguel te guíe y te brinde coraje.

Elemento

• Aire: Hod se asocia con el elemento Aire, simbolizando la mente, el pensamiento y la comunicación. El aire representa la claridad mental y la capacidad de analizar y comprender las situaciones a través de la lógica y la razón.

Letra

• Pe (פ): La letra hebrea asociada con Hod es Pe (פ), cuyo valor numérico es 80. Pe representa la boca y la comunicación.

NOMBRE DE DIOS **(Tetragrammaton)**

• Elohim Tzabaoth (אֱלֹהִים צְבָאוֹת): El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Hod es Elohim Tzabaoth (אֱלֹהִים צְבָאוֹת). Este nombre significa "Dios de los Ejércitos" y se utiliza para denotar el poder y la organización divina.

Mundo

• Yetzirah: Hod está relacionado con el mundo de Yetzirah, el mundo de la formación y la manifestación de las ideas y la comunicación.

Metal

• Mercurio: El metal asociado con Hod es el mercurio, que simboliza la adaptabilidad y la comunicación. En la alquimia, el mercurio representa el principio mutable y la capacidad de transformación.

Planta

• Lavanda: La planta asociada con Hod es la lavanda, una flor que simboliza la calma, la claridad y la purificación. La lavanda refleja la capacidad de Hod para calmar la mente y proporcionar claridad en el pensamiento y la comunicación.

Mineral

• Ágata: El mineral asociado con Hod es el ágata, que se cree que proporciona equilibrio emocional y mejora la comunicación.

DIOS EGIPCIO

• Thoth: El dios egipcio correspondiente a Hod es Thoth, el dios de la escritura, la sabiduría y la luna. Thoth representa el conocimiento, la magia y la conexión con el subconsciente, reflejando la naturaleza analítica y sabia de Hod.

Dios Griego

• Hermes (Mercurio): Hermes, el dios griego del comercio y la comunicación, es el correspondiente a Hod. En la mitología romana, él es conocido como Mercurio. Hermes simboliza la inteligencia, la elocuencia y la adaptabilidad, sugiriendo una fase de análisis y comunicación efectiva.

Dios Hindú

• Hanuman: El dios hindú vinculado a Hod es Hanuman, el dios de la devoción y la fuerza. Hanuman representa la mente clara y la capacidad de superar los obstáculos a través del conocimiento y la devoción, reflejando la capacidad de análisis y comprensión de Hod.

Dios Vikingo

• Heimdall: Heimdall es el dios vikingo asociado con Hod. Heimdall, el guardián del Bifröst (el puente arcoíris), simboliza la vigilancia y la claridad, reflejando la capacidad de Hod para observar y analizar con precisión.

Runa

• Ehwaz: Ehwaz es la runa vinculada a Hod, simbolizando el movimiento y el progreso. Representa la cooperación y la armonía en el trabajo conjunto, reflejando la importancia de la comunicación y el entendimiento mutuo en Hod.

Signo Horóscopo Chino

• Mono: El horóscopo chino para Hod es el Mono, que simboliza la inteligencia, la curiosidad y la versatilidad. Este signo refleja una naturaleza ingeniosa y capaz de encontrar soluciones creativas a los problemas, siempre explorando y aprendiendo.

Arquetipo de Jung

• El Mensajero: El arquetipo jungiano para Hod es El Mensajero, simbolizando la comunicación, la interpretación y el intercambio de información. El Mensajero en Hod sugiere la capacidad de conectar diferentes ideas y transmitir conocimientos de manera efectiva.

Horóscopo Maya

• Serpiente: En el horóscopo maya, Hod está representado por la Serpiente, símbolo de la sabiduría y la transformación. La serpiente sugiere una capacidad para adaptarse y cambiar, reflejando la naturaleza analítica y transformadora de Hod.

I Ching

Chin, el Progreso: El hexagrama del I Ching asociado con Hod es 35. Chin, el Progreso. Este hexagrama habla de un avance constante y sostenido hacia metas claras, indicando una fase de desarrollo y crecimiento a través de la perseverancia y la estrategia.

EJERCICIO:

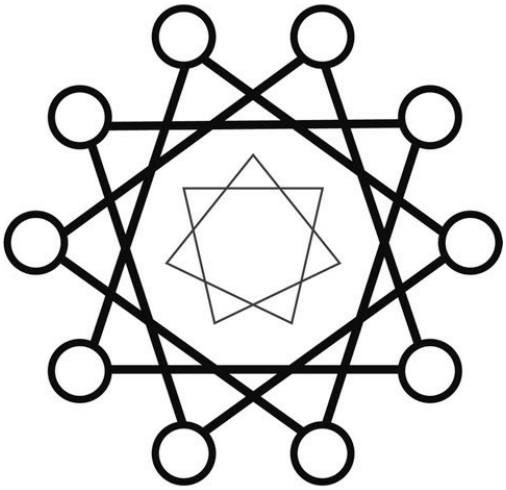
1. **Ejercicios de Comunicación Efectiva:**

- **Talleres de habilidades comunicativas:** Participa en talleres que te enseñen a comunicar tus ideas de manera clara y efectiva.
- **Prácticas de escucha activa:** Dedica tiempo a mejorar tu capacidad de escucha, prestando atención total a los demás sin interrumpir, y reflejando lo que escuchas para asegurar comprensión.

Cultivo de la Auto-reflexión:

- **Diario de aprendizaje:** Mantén un diario donde registres tus aprendizajes diarios, reflexiones sobre tus experiencias, y cómo estas te han ayudado a crecer intelectual y espiritualmente.
- **Análisis de lecturas:** Elige textos que estimulen el pensamiento crítico y dedica tiempo a analizar y debatir sus contenidos y enseñanzas. 4. **Mejora de la Expresión Escrita:**
- **Escritura creativa:** Practica la escritura creativa para desarrollar la habilidad de expresar ideas complejas de forma comprensible y atractiva.
- **Blogs o artículos:** Comienza a escribir un blog o artículos sobre temas que te apasionen, lo cual te permitirá estructurar mejor tus pensamientos y comunicarlos a un público.

SEFIROTIPO 7 NETZACH : APASIONADO



Berajot 64a: *"Los estudiosos de la Torá tienen paz abundante en este mundo y en el venidero."*

Nombre de Dios: YHWH Tzabaoth (יהוה צבאות)

• Significado: "Dios de los Ejércitos"

• Descripción: Refleja la eternidad y la victoria. YHWH Tzabaoth es el aspecto divino que lidera y guía a través de la perseverancia y el triunfo.

-Personalidad: Personas dinámicas y resilientes, con una fuerte voluntad para superar obstáculos.

-Color: Verde. Representa la perseverancia y el crecimiento, evocando renovación y esperanza. Relacionado con Venus, Netzach aporta amor, victoria y resistencia.

-Virtud negativa: enfado sentimentalismo

-Actitud en el amor: Apasionado. Un amor caracterizado por la persistencia, el erotismo, placer y la determinación, superando obstáculos para mantener la relación fuerte.

-Actitud con el dinero: Soñador. Enfoque en la determinación y la persistencia para alcanzar metas financieras, superando desafíos y obstáculos.

• Modo de Pensar: Enfocados en la acción y la victoria, usan su energía para avanzar.

• Vibración: Energía emocional intensa que puede transformarse en enfado y determinación.

PUNTOS FUERTES: **Persistencia**

La capacidad de continuar adelante con determinación y energía es un punto fuerte asociado con Netzach, facilitando la superación de desafíos y el logro de metas.

Debilidades: Impulsividad

Una debilidad de Netzach es la impulsividad, el riesgo de actuar sin pensar y de dejarse llevar por las emociones sin una reflexión adecuada.

Puntos a Mejorar: Reflexión

La necesidad de superar la impulsividad y ganar reflexión para tomar decisiones más informadas es un área clave de mejora para Netzach.

Forma de Manejar la Verdad: Emoción

Netzach maneja la verdad mediante un enfoque emocional, confiando en las experiencias y sentimientos para discernir la realidad y tomar decisiones.

DESEQUILIBRIO:

• **Agresividad**: Comportamientos defensivos y ofensivos que crean conflicto.
• **Competitividad Destructiva**: Necesidad de ganar a expensas de otros.

Equilibrio:

• **Persistencia Positiva**: Usar su energía para superar desafíos de manera constructiva.
• **Transformación Emocional**: Canalizar el enfado en acciones positivas y productivas.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo lograr mis metas?
2 ¿Cómo puedo superar los obstáculos?
3 ¿Qué me apasiona y cómo puedo seguir esa pasión?
4 ¿Cómo puedo ser más persistente y resiliente?
5 ¿Cómo puedo mantenerme motivado?

Valores:

• Perseverancia
• Pasión

Profesiones:

• Vendedor
• Artista
• Atleta
• Publicista
• Emprendedor

DESCRIPCIÓN **general**

Netzach es una de las séfiras del árbol de la vida en la Kabbalah, representando la dimensión del arte y la revelación. Esta séfira se distingue por ser expansiva y por contener una mayor cantidad de información en comparación con otras séfiras. A través de este capítulo, exploraremos a fondo las características de Netzach, su relación con otras séfiras y cómo podemos gestionarla en nuestra vida cotidiana para obtener el máximo beneficio de su energía.

Netzach simboliza la eternidad, la victoria y la persistencia. Representa la capacidad de manifestar y expresar sentimientos y pensamientos a través del arte y otras formas creativas. Este simbolismo se refleja en nuestra capacidad de perseverar y triunfar sobre los desafíos, utilizando el arte como medio de expresión y conexión con lo divino. Netzach nos invita a explorar nuestra creatividad y a utilizarla como una herramienta poderosa para la autoexpresión y el crecimiento personal.

Cuando comparamos Netzach con otras séfiras, encontramos que Hod, por ejemplo, contrasta significativamente con ella. Hod es una séfira de restricción y contracción, mientras que Netzach es expansiva y busca constantemente manifestar y revelar. Esta diferencia es crucial para entender la dinámica entre estas dos séfiras y cómo interactúan en el árbol de la vida. Por otro lado, Netzach tiene una relación cercana con Tiferet, la séfira del corazón, lo que vincula a Netzach con las emociones y la belleza. Esta conexión con Tiferet resalta la importancia de

Netzach en el proceso de manifestar nuestras emociones de manera creativa y armoniosa.

La manifestación a través del arte es una de las formas más poderosas en las que se expresa Netzach. El arte permite transmitir una mayor cantidad de información y emociones de manera más completa que las palabras solas. A través del arte, podemos comunicar aspectos de nuestra experiencia y nuestra alma que de otro modo serían indescriptibles. Por ejemplo, los profetas utilizan Netzach para transmitir sus visiones y profecías a través de formas artísticas como la poesía. Estas formas de expresión permiten una comunicación más profunda y resonante con aquellos que las reciben.

Las canciones y los poemas son ejemplos claros de cómo el arte puede contener información emocional y espiritual profunda. Una canción puede transmitir un estado emocional complejo y matizado que las palabras por sí solas no podrían capturar. De manera similar, la poesía puede encapsular y comunicar experiencias espirituales y visiones proféticas de una manera que resuena profundamente con el lector o el oyente. A través de estas formas de arte, Netzach nos permite explorar y compartir nuestra humanidad y nuestra conexión con lo divino.

En resumen, Netzach es una séfira de revelación y expansión que nos invita a utilizar el arte y la creatividad como medios para manifestar nuestras emociones y pensamientos. Al explorar y entender Netzach, podemos aprender a aprovechar su energía para nuestro crecimiento personal y espiritual, creando una vida más rica y plena. La interacción de Netzach con otras séfiras como Hod y Tiferet nos proporciona una comprensión más profunda de cómo equilibrar la restricción y la expansión en nuestras vidas, y cómo utilizar el arte como una herramienta poderosa para la autoexpresión y la conexión con lo divino.

Netzach está íntimamente vinculada con el placer y, sin una gestión adecuada, puede llevar a adicciones. La búsqueda constante de placer puede convertirse en un ciclo destructivo, donde la satisfacción momentánea se convierte en una trampa de deseos insaciables. Esta séfira, que busca siempre la expansión y la manifestación, puede llevarnos por caminos peligrosos si no se maneja con prudencia. Las adicciones pueden surgir cuando nos dejamos llevar por el hedonismo sin límites, perdiendo el control sobre nuestros impulsos y deseos.

Además del riesgo de adicciones, la expansión descontrolada de Netzach puede resultar en desequilibrios emocionales. Un ejemplo claro de esto es el de los artistas que se pierden en sus pasiones, llegando a extremos peligrosos. Vincent Van Gogh es un caso notable: su intensa pasión por el arte lo llevó a episodios de profunda angustia emocional, culminando en la famosa mutilación de su oreja. Este tipo de desequilibrio muestra cómo la energía expansiva de Netzach puede desbordarse, afectando negativamente nuestra estabilidad emocional y mental.

Para aprovechar las energías de Netzach de manera positiva, es esencial equilibrarla con autocontrol y restricción. La capacidad de decir "no" y moderar los placeres es fundamental para mantener el equilibrio. Sin autocontrol, la expansión de Netzach puede volverse caótica y destructiva. La moderación nos permite disfrutar de los placeres de la vida sin caer en excesos que nos puedan perjudicar a largo plazo.

Una herramienta clave para gestionar Netzach es la integración de las energías de Binah y Gevurah. Binah representa el entendimiento y la inteligencia, ayudando a poner límites a la expansión descontrolada de Netzach. Con la sabiduría de Binah, podemos discernir cuándo es el momento adecuado para frenar nuestros impulsos y cuándo es seguro dejarlos fluir. Esta capacidad de discernimiento es crucial para evitar los peligros asociados con el hedonismo y la búsqueda desmedida de placer.

Por otro lado, Gevurah simboliza la restricción y el juicio. Proporciona la estructura necesaria

para contener y dirigir la energía de Netzach de manera constructiva. Gevurah actúa como una fuerza moderadora, asegurando que la expansión y la búsqueda de placer de Netzach se mantengan dentro de límites saludables. Con la ayuda de Gevurah, podemos establecer barreras y normas que nos protejan de los excesos y nos permitan vivir de manera equilibrada y armoniosa.

En resumen, gestionar Netzach requiere un delicado equilibrio entre la expansión y la restricción. Al integrar las energías de Binah y Gevurah, podemos disfrutar de los placeres de la vida de manera saludable, sin caer en las trampas del exceso y la adicción. La clave está en cultivar la autoconsciencia y la moderación, utilizando la sabiduría y la restricción como guías para navegar las poderosas energías de Netzach. De esta manera, podemos transformar los desafíos y desequilibrios de esta séfira en oportunidades para el crecimiento personal y espiritual, creando una vida más equilibrada y plena.

Netzach juega un papel crucial en las relaciones humanas, manifestándose desde la atracción inicial hasta el amor incondicional. En las primeras etapas de una relación, la atracción física y el deseo (representados por Yesod) son predominantes. Sin embargo, a medida que la relación evoluciona, Netzach entra en juego a través de la idealización y la pasión. Esta séfira nos impulsa a ver lo mejor en nuestra pareja, a idealizar sus cualidades y a apasionarnos por la relación. Pero el verdadero desafío radica en equilibrar esta idealización con una visión realista y madura del amor, que se encuentra en Tiferet, donde el amor se vuelve incondicional, aceptando a la persona tal como es, más allá de las expectativas y las idealizaciones.

El arte puede ser una vía poderosa para explorar y entender nuestras propias emociones y pensamientos, sirviendo como un espejo del alma. A través de la pintura, la escritura o la música, podemos conectar con nuestro yo interior y expresar lo inefable. Estas actividades no solo nos permiten desahogar nuestras emociones, sino que también nos ayudan a comprenderlas mejor. El acto de crear arte se convierte en un viaje de autoconocimiento, donde cada trazo, palabra o nota revela aspectos profundos de nuestro ser, brindándonos claridad y comprensión.

ES fundamental distinguir entre el placer superficial y el placer profundo para encontrar un equilibrio en la vida. El placer superficial, como el que proviene de las adicciones, es temporal y a menudo lleva a la insatisfacción. Este tipo de placer, aunque intenso, es efímero y puede dejarnos con una sensación de vacío una vez que pasa. En contraste, el placer profundo deriva del autoconocimiento y la conexión espiritual, siendo duradero y significativo. Este placer no solo nos satisface en el momento, sino que también enriquece nuestra vida a largo plazo, proporcionándonos un sentido de propósito y realización.

El mayor placer para el alma es la revelación de secretos. La Kabbalah, como estudio del misterio y lo oculto, proporciona una vía para este tipo de placer profundo y transformador. La búsqueda de conocimiento y comprensión de los secretos del universo y de nuestro propio ser nos lleva a niveles más altos de conciencia y espiritualidad. Esta búsqueda no solo satisface nuestra curiosidad innata, sino que también nos guía hacia una vida más plena y significativa.

NETZACH, como dimensión del arte y la revelación, ofrece un vasto potencial para la expansión y la manifestación de nuestras emociones y pensamientos. Sin embargo, su energía debe ser gestionada con cuidado para evitar desequilibrios y adicciones. Integrando la sabiduría de Binah y Gevurah, podemos utilizar Netzach de manera constructiva, creando un equilibrio entre placer

y propósito, y así elevar nuestra conciencia y espiritualidad. Al hacerlo, transformamos los desafíos de Netzach en oportunidades para el crecimiento personal y espiritual, cultivando una vida más equilibrada y plena.

ANÁLISIS **psicológico del Sefirotipo**

Netzach es el reflejo del arte, el lenguaje artístico, el placer y el hedonismo. Este sefirotipo encapsula la esencia de aquellos que encuentran en la creatividad y el disfrute sensorial su principal fuente de satisfacción y realización. Para entender a las personas influenciadas por Netzach, es fundamental explorar su relación íntima con la belleza, la expresión artística y el placer en todas sus formas.

Las personas de Netzach viven y respiran arte. Ven el mundo a través de una lente estética, encontrando belleza en lo cotidiano. Este enfoque no solo les permite apreciar el arte en todas sus manifestaciones, sino que también los impulsa a crear. Pintores, músicos, escritores y cualquier forma de artista se sienten naturalmente atraídos por este sefirotipo. Para ellos, el arte no es solo una actividad, es una necesidad vital. ¿Te has sentido alguna vez profundamente conmovido por una obra de arte? Esa es la energía de Netzach en acción. Los individuos de este sefirotipo entienden que el arte tiene el poder de transformar, de comunicar lo inexpresable y de conectar profundamente con el ser humano.

El placer, en su sentido más amplio, es otra piedra angular de Netzach. Estas personas buscan experiencias que les brinden satisfacción sensorial y emocional. La buena comida, la música, la danza, el sexo y cualquier otra forma de goce sensorial son esenciales para su bienestar. No se trata de indulgencia sin sentido, sino de un profundo reconocimiento de que la vida está para ser disfrutada. Sin embargo, este enfoque en el placer también puede ser una espada de doble filo. ¿Cómo encontrar el equilibrio entre disfrutar de los placeres de la vida y evitar caer en la indulgencia excesiva? Esta es una pregunta crucial para quienes resuenan con Netzach.

La comunicación para las personas de Netzach es, ante todo, una forma de arte. Prefieren expresarse de manera creativa, utilizando metáforas, historias y símbolos que hablen al alma. Esta habilidad los convierte en excelentes narradores y comunicadores que pueden transmitir emociones y conceptos complejos de manera accesible y atractiva.

Para las personas de Netzach, la conexión emocional es esencial. Buscan relaciones profundas y significativas, basadas en la comprensión mutua y el compartir de experiencias. Valoran la empatía y la conexión emocional tanto en sus relaciones personales como en su trabajo creativo.

El principal desafío para aquellos influenciados por Netzach es encontrar un equilibrio entre el placer y la responsabilidad. Mientras que su inclinación natural es hacia la búsqueda del disfrute y la expresión artística, también deben aprender a gestionar las demandas del mundo real. La integración de una perspectiva más estructurada y pragmática puede ayudarles a mantener un equilibrio saludable.

La conexión con lo espiritual también es vital para las personas de Netzach. Pueden encontrar gran satisfacción en prácticas espirituales que les permitan explorar su creatividad y su conexión con el universo. La meditación, el yoga y otras formas de práctica espiritual pueden ser especialmente beneficiosas, ayudándoles a alinear su amor por el placer con un sentido más profundo de propósito y significado.

En resumen, el sefirotipo de Netzach nos enseña la importancia de la creatividad, el placer y

la conexión emocional en la vida. Nos recuerda que el arte y el disfrute sensorial son esenciales para una existencia plena y satisfactoria. Al aprender a equilibrar estos aspectos con una perspectiva más pragmática y espiritual, las personas de Netzach pueden alcanzar una vida rica y significativa, donde el arte y el placer se conviertan en fuentes de crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en la armonía entre la creatividad y la responsabilidad, y en la capacidad de ver cada experiencia como una oportunidad para disfrutar y evolucionar.

Ejercicios y Reflexiones

Crear una obra de arte que exprese una emoción profunda: Dedica tiempo a crear algo que refleje una emoción intensa que hayas experimentado. Puede ser una pintura, un poema, una canción o cualquier otra forma de arte. Este ejercicio te ayudará a canalizar y comprender mejor tus emociones.

Reflexionar sobre los placeres en la vida y cómo equilibrarlos con la autodisciplina: Haz una lista de los placeres que disfrutas en tu vida diaria. Reflexiona sobre cómo puedes disfrutar de estos placeres de manera equilibrada, sin caer en excesos, y cómo la autodisciplina puede ayudarte a mantener ese equilibrio.

Escribir sobre un secreto personal y su impacto en el crecimiento personal: Escribe sobre un secreto que hayas guardado y cómo ha influido en tu vida y en tu crecimiento personal. Reflexiona sobre lo que has aprendido de mantener ese secreto y cómo ha afectado tu camino hacia el autoconocimiento y la revelación.

MOISÉS Y NETZAJ

Moisés es un ejemplo claro del Sefirotipo de Netzaj. Su vida estuvo marcada por su pasión, energía y capacidad para liderar e inspirar a su pueblo. Desde su llamada en la zarza ardiente hasta la liberación de los israelitas de Egipto y su liderazgo durante los cuarenta años en el desierto, Moisés mostró las características de Netzaj.

Moisés mostró una gran pasión y energía en su misión de liberar a los israelitas. Su compromiso y dedicación fueron evidentes en su incansable esfuerzo para cumplir la voluntad divina y guiar a su pueblo hacia la Tierra Prometida. Tenía una notable capacidad para inspirar y motivar a los israelitas, incluso en los momentos más difíciles. Su fe y liderazgo fueron cruciales para mantener la moral y la esperanza del pueblo durante los años de éxodo. Moisés demostró una confianza inquebrantable en Dios y una determinación férrea para seguir adelante, a pesar de los obstáculos. Esta confianza le permitió realizar milagros y liderar con autoridad. La visión clara de Moisés y su sentido de dirección fueron fundamentales para guiar a los israelitas. Su capacidad para ver el propósito divino y traducirlo en acciones concretas ayudó a establecer las bases de la nación israelita.

Sin embargo, Moisés a veces mostró impulsividad, como cuando golpeó la roca para sacar agua en lugar de hablarle, como Dios le había instruido. Esta acción impulsiva le costó la entrada a la Tierra Prometida. La impaciencia de Moisés se evidenció en varios momentos de su liderazgo. Su frustración con los israelitas y sus quejas constantes a veces lo llevaron a actos de ira y desesperación. La intensa presión de liderar a una nación durante cuarenta años provocó un gran desgaste emocional en Moisés. Sus momentos de duda y agotamiento muestran cómo la constante demanda de energía y pasión puede afectar el equilibrio emocional.

La vida de Moisés es una narrativa rica en desafíos y triunfos, reflejando la esencia de

Netzaj. Cada obstáculo superado, cada milagro realizado, y cada momento de debilidad ofrecen lecciones valiosas sobre liderazgo, fe y humanidad. Moisés no solo liberó a su pueblo, sino que también estableció un legado perdurable de perseverancia y devoción.

Moisés, con su pasión, energía y capacidad para inspirar, es un claro representante del Sefirotipo de Netzaj. Su vida muestra cómo las cualidades de Netzaj pueden llevar a grandes logros y a la movilización de masas hacia un objetivo común. Sin embargo, también ilustra los peligros de los desequilibrios asociados, como la impulsividad, la impaciencia y el desgaste emocional.

Moisés nos enseña que, aunque es esencial tener pasión y energía para lograr nuestras metas, también debemos ser conscientes de la necesidad de equilibrio y paciencia. Su vida es una lección sobre la importancia de canalizar la energía de manera constructiva, manteniendo la confianza y la determinación, pero también aprendiendo a manejar la impulsividad y a cuidar del bienestar emocional.

MIDOT: **Virtudes y fortalezas**

Expresar los sentimientos
El Arte en todas sus facetas
Creatividad y ser resolutivo
Valentía

Klipa: Defectos y desequilibrios

Kipá Psicológica: En Netzach, la kipá psicológica se centra en el deseo y la persistencia. Las personas pueden ser muy apasionadas y persistentes, a veces hasta el punto de la obstinación. Puntos a mejorar: paciencia, equilibrio entre trabajo y vida personal, adaptabilidad, manejo del fracaso y capacidad para relajarse.

EXCESO:

El placer de lo simbólico, el hedonismo
Los excesos de los placeres y vicios
Las emociones negativas envidia, celos, etc
Expresar emociones falsas, exageradas o disminuidas

Defecto:

Poca creatividad
Incapacidad para expresarse
Perfeccionismo o covardia

PECADO CAPITAL: Lujuria

Mandamiento: No cometerás adulterio

SEFIROTIPO NETZACH: **Tauro, Venus y la Belleza de Netzach**

El Sefirotipo Netzach es una poderosa combinación de las energías de Tauro, Venus y la sefirá de Netzach. Esta conjunción única crea una personalidad que valora la belleza, la estabilidad y la creatividad. Los nacidos bajo este Sefirotipo son personas sensuales, persistentes y profundamente conectadas con la naturaleza y el arte.

Los individuos del Sefirotipo Netzach poseen una apreciación profunda por la belleza y el placer. Tauro, regido por Venus, les dota de un sentido estético refinado y un deseo de disfrutar de las cosas buenas de la vida. Son personas que valoran el arte, la música, la buena comida y todas las formas de lujo y confort. Influenciados por Tauro, estos individuos son conocidos por su estabilidad y persistencia. Son prácticos y realistas, y prefieren un enfoque metódico y constante para alcanzar sus metas. Su determinación y paciencia les permiten superar obstáculos y seguir adelante con tenacidad.

La influencia de Venus y Netzach se manifiesta en su inclinación hacia la creatividad y la expresión artística. Son personas que encuentran alegría y satisfacción en la creación y el disfrute de la belleza. Esta creatividad puede expresarse en diversas formas, desde el arte y la música hasta la jardinería y la decoración. Tauro, como signo de tierra, y Netzach, con su enfoque en la belleza natural, fomentan una profunda conexión con la naturaleza. Estos individuos encuentran paz y equilibrio en entornos naturales y suelen disfrutar de actividades al aire libre. Su amor por la naturaleza también se refleja en su deseo de cuidar y preservar el medio ambiente.

La energía de Venus les confiere una naturaleza sensual y afectuosa. Valoran el contacto físico y las demostraciones de amor y cariño. Disfrutan de relaciones profundas y estables, y su lealtad y afecto hacen que sean compañeros confiables y dedicados. Los del Sefirotipo Netzach valoran la abundancia y el confort en su vida diaria. Buscan crear un entorno que sea tanto estéticamente agradable como cómodo. Su capacidad para atraer y disfrutar de la abundancia material es una característica distintiva de su personalidad.

La influencia de Tauro también les dota de una mentalidad práctica y realista. Aunque aprecian la belleza y el lujo, son conscientes de la importancia de la seguridad material y la estabilidad. Esta combinación de practicidad y aprecio por la belleza les permite equilibrar el placer con la responsabilidad.

Si eres un Sefirotipo Netzach, tu personalidad está marcada por una apreciación profunda de la belleza, la estabilidad y la creatividad. Valoras la abundancia, la sensualidad y la conexión con la naturaleza. Tu capacidad para combinar la practicidad con un sentido estético refinado te convierte en una persona equilibrada y armoniosa. Aprovecha tu amor por la belleza y tu persistencia para vivir una vida plena y satisfactoria, rodeándote de las cosas que amas y creando un entorno de paz y confort.

TAROT DE LOS SEFIROTIPOS.



LA CARTA DE TAROT "LA EMPERATRIZ" es una de las más significativas del tarot de Marsella, simbolizando fertilidad, creatividad y abundancia. En la imagen, una mujer sentada en un trono está rodeada de naturaleza y símbolos de fertilidad, como el grano y la vegetación. Su corona de estrellas representa su conexión con el cosmos y su poder divino. Con una postura majestuosa, ella indica autoridad y control sobre su entorno, encarnando la energía femenina creativa y nutritiva.

En la Cábala, Netzach es la sefirá ubicada en el lado derecho del Árbol de la Vida, asociada con la victoria, la belleza y la eternidad. Representa la pasión, el deseo y la creatividad, fusionando emoción y acción, siendo el motor detrás del arte y la música. La carta de "La Emperatriz" se relaciona con Netzach, ya que ambas simbolizan creatividad, abundancia y energía vital. Así como "La Emperatriz" representa la capacidad para crear y nutrir, Netzach proporciona la fuerza emocional y el deseo necesarios para manifestar esa creatividad.

Las personas que resuenan con Netzach o con la carta de "La Emperatriz" son apasionadas,

creativas y llenas de energía vital. Tienen una gran capacidad creativa y encuentran alegría en la expresión artística, disfrutando de crear y compartir su visión con el mundo. Además, tienen una energía vital y pasión desbordantes, inspirando a otros con su dinamismo y buscando la realización personal.

Al igual que "La Emperatriz", atraen abundancia y prosperidad, cultivando un entorno rico tanto material como emocionalmente. Son empáticas y cariñosas, disfrutando de cuidar y nutrir a los demás, encontrando satisfacción en apoyar el crecimiento y bienestar de quienes los rodean. Valoran la armonía y la gracia, buscando crear belleza en todo lo que hacen y apreciando profundamente la forma y el diseño.

Aunque su energía creativa es una fortaleza, también puede ser un desafío. Pueden ser impulsivas y luchar por mantener la paciencia y la estabilidad. Necesitan equilibrar su deseo de acción con la reflexión y la planificación.

La carta de tarot "La Emperatriz" y la sefirá Netzach están conectadas por su simbolismo de creatividad, abundancia y energía vital. Las personas que resuenan con estas energías son apasionadas, creativas y llenas de vida. Aunque pueden enfrentar desafíos relacionados con la impulsividad y la necesidad de estabilidad, su capacidad para atraer abundancia y nutrir a los demás les permite crear entornos ricos y armoniosos. Su viaje es equilibrar pasión y creatividad con paciencia y planificación, permitiendo que su energía vital se manifieste de manera sostenida y fructífera. Estas personas tienen el potencial de ser grandes inspiradores y creadores, enriqueciendo sus vidas y las de quienes los rodean con su pasión y creatividad.

La carta de la Emperatriz y la sefirá de Netzach nos invitan a conectar con nuestras emociones y deseos más profundos. Nos hablan de la importancia de la creatividad y la abundancia en nuestra vida. Nos muestran que, a través del amor y la conexión con la naturaleza, podemos crear un mundo lleno de belleza y prosperidad. Es un viaje hacia la realización emocional y la expresión creativa.

ENEATIPO **7**

¿Alguna vez has sentido un deseo insaciable de experimentar todo lo que la vida tiene para ofrecer? Esta es la esencia del Eneatipo 7, conocido como "El Entusiasta" o "El Epicúreo". Las personas de este eneatipo buscan la plenitud y la alegría, enfrentando la vida con optimismo y curiosidad inagotables. Son individuos vibrantes, impulsados por la necesidad de explorar y disfrutar de nuevas experiencias.

El Eneatipo 7 puede comprenderse mejor a través de Netzach, la esfera de la victoria, la perseverancia y el placer en la Cábala. Ambos se centran en la acción y el disfrute de la vida. Para un Eneatipo 7, el hedonismo y la búsqueda del placer no son solo deseos; son una misión para encontrar satisfacción en cada momento y superar cualquier obstáculo con entusiasmo. Trabajan incansablemente para evitar el aburrimiento y el dolor, asegurándose de que su vida esté llena de aventuras y placer.

En Netzach, la victoria y el placer son esenciales para avanzar y disfrutar de la vida. Los Eneatipo 7 poseen una habilidad única para ver el lado positivo de las cosas, liderando con su entusiasmo y su capacidad para disfrutar de la vida. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a ser dispersos y, a veces, a evitar enfrentar sus problemas, siempre buscando la próxima gran experiencia.

Los Eneatipo 7 son fuentes de inspiración y alegría en tiempos de monotonía,

proporcionando energía y nuevas perspectivas. En el contexto de Netzach, esto se traduce en una mente que no solo busca disfrutar, sino también encontrar un propósito en sus experiencias. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 7 es la tendencia a la evasión y la superficialidad. En Netzach, donde la acción y el placer son clave, esta tendencia puede resultar en una falta de profundidad y un ciclo interminable de búsqueda. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre la alegría y la reflexión.

Al igual que Netzach se centra en la victoria y el placer, los Eneatipo 7 se enfocan en la exploración y la plenitud. Prefieren enfrentar los desafíos con una actitud positiva y un deseo constante de aprender y experimentar. Su capacidad para encontrar alegría y significado en la vida puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que la búsqueda de nuevas experiencias se convierta en una distracción de su crecimiento personal y emocional.

En resumen, los Eneatipo 7, con su entusiasmo y amor por la vida, encuentran en Netzach un reflejo de su propia esencia. La combinación de la búsqueda del placer y la perseverancia les permite disfrutar de cada momento mientras persiguen sus metas con vigor y alegría.

PARTES DEL CUERPO

Partes del Cuerpo y Órganos: Pierna derecha, riñones **Posibles Enfermedades:**

• **Físicas:** Problemas en la pierna derecha, desequilibrios musculares, problemas circulatorios, trastornos renales.

• **Mentales:** Dificultad para tomar decisiones, problemas con la fuerza de voluntad, falta de confianza.

Chakra: Svadhisthana El chakra asociado con Netzach es Svadhisthana, el chakra sacro, que se relaciona con la creatividad, el deseo y el placer

NÚMERO **7**

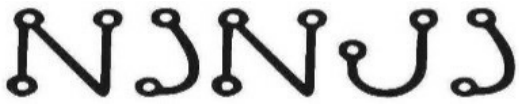
El número 7 es conocido por su profundo simbolismo en diversas tradiciones espirituales y filosóficas. Representa la contemplación, la introspección y la búsqueda de la verdad interior. Para los pitagóricos, el 7 es el número del análisis y la reflexión, simbolizando la capacidad de ver más allá de las apariencias y buscar la esencia de las cosas. En la cábala, el 7 corresponde a Netzach, que simboliza la victoria, la persistencia y la eternidad. Netzach representa la perseverancia y la victoria, y se asocia con la capacidad de superar obstáculos y alcanzar el éxito a través de la tenacidad y la resistencia. El número 7, en este contexto, equilibra la persistencia con la introspección, destacando la importancia de la reflexión y la autoconciencia en el camino hacia la victoria.

Las personas influenciadas por el número 7 tienden a ser profundas y analíticas, siempre buscando comprender las verdades ocultas detrás de las apariencias. Tienen una fuerte capacidad para perseverar a pesar de los desafíos, mostrando una resistencia notable en la búsqueda de sus objetivos. Valorando la sabiduría y el entendimiento espiritual, estas personas buscan el crecimiento interior y la autoconciencia. A pesar de su enfoque en la introspección, también entienden la importancia de la persistencia y la acción, equilibrando la reflexión con la práctica activa. El número 7 combina la capacidad de persistencia y la búsqueda de la victoria con una profunda introspección y reflexión. Las personas asociadas con este número suelen ser perseverantes y determinadas, enfocadas en alcanzar sus metas a través de la resistencia y la tenacidad. Sin embargo, también valoran la introspección y la búsqueda de la verdad interior,

equilibrando su ambición con un sentido profundo de autoconciencia y sabiduría.

En la vida cotidiana, incorporar prácticas diarias de reflexión y meditación puede ayudar a estas personas a mantener un equilibrio entre la acción y la introspección. Es importante enfrentar los desafíos con una actitud persistente y determinada, sin perder de vista la importancia de la autoconciencia y la reflexión. Mantener una actitud analítica y reflexiva, buscando siempre comprender las verdades más profundas detrás de las apariencias, y equilibrar la persistencia con la introspección asegura que la búsqueda de la victoria esté acompañada de un profundo entendimiento y sabiduría interior.

El número 7, en el contexto de Netzach, representa la victoria y la persistencia equilibradas con la introspección y la reflexión. Las personas asociadas con este número son persistentes y tenaces, capaces de superar obstáculos y alcanzar sus objetivos a través de la resistencia y la autoconciencia. Su capacidad para equilibrar la acción con la reflexión les permite mantener una perspectiva armoniosa y profunda en su vida, logrando tanto el éxito externo como la realización personal interna.



NETZACH

Ángeles: Ielahiah (44)

Nombre de Dios (72 nombres): י.ל.ו

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios י.ל.ו proporciona la capacidad de perseverancia y victoria. Facilita la superación de obstáculos y la realización de objetivos a largo plazo.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios י.ל.ו mientras te concentras en tus objetivos y en la superación de obstáculos. Imagina una luz dorada que te rodea, brindándote fuerza y determinación para alcanzar tus metas.

Ielahiah (44)

Vocalización: Ie/la/hi/ah

Uso según la Cábala: Ielahiah se utiliza para obtener éxito en la batalla y protección en conflictos. Ayuda a superar los desafíos y a encontrar la fuerza interior para triunfar.

Lo que otorga:

• Éxito en la batalla.
• Protección en conflictos.
• Superación de desafíos.
• Fuerza interior y valentía.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?"*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Ielahiah.

Oración: *"Oh Ielahiah, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."*

Arcángel: Rafael

Lo que otorga: Rafael es conocido por su papel como sanador divino y protector en los viajes. Ayuda a encontrar la sanación y a proteger en los caminos de la vida.

Oración: *"Arcángel Rafael, sanador divino, otórgame tu protección y guía en mi camino. Ayúdame a encontrar la sanación y a superar los desafíos con tu luz y sabiduría."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Rafael rodeado de una luz verde sanadora. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo sanación y protección a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Rafael te guíe y te brinde paz y sanación.

ELEMENTO

• Fuego: Netzach se asocia con el elemento Fuego, simbolizando la pasión, la energía y la fuerza vital. El fuego representa la motivación y el impulso para superar los desafíos y alcanzar metas.

Letra

• Nun (נ): La letra hebrea asociada con Netzach es Nun (נ), cuyo valor numérico es 50. Nun simboliza la continuidad y la perpetuidad, proporcionando una conexión con la fuerza vital y el crecimiento constante.

Nombre de Dios (Tetragrammaton)

• YHVH Tzabaoth (יְהוָה צְבָאוֹת): El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Netzach es YHVH Tzabaoth (יְהוָה צְבָאוֹת).
Este nombre significa "Dios de los Ejércitos" y se utiliza para denotar la fuerza y la victoria divina.

Mundo

• Yetzirah: Netzach está relacionado con el mundo de Yetzirah, el mundo de la formación y la manifestación de las emociones y los deseos.

Metal

• Cobre: El metal asociado con Netzach es el cobre, que simboliza la armonía y la conductividad. En la alquimia, el cobre representa la energía y la conexión entre diferentes elementos.

Planta

• Lavanda: La planta asociada con Netzach es la lavanda, una flor que simboliza la calma, la claridad y la purificación. La lavanda refleja la capacidad de Netzach para calmar la mente y proporcionar claridad en el pensamiento y la acción.

Mineral

• Esmeralda: El mineral asociado con Netzach es la esmeralda, que se cree que proporciona claridad emocional y fortalece el amor y la compasión. La esmeralda es conocida por su capacidad para equilibrar las emociones y proporcionar claridad mental.

Dios Egipcio

• Hathor: La diosa egipcia correspondiente a Netzach es Hathor, la diosa del amor, la alegría y la música. Hathor representa la belleza, la creatividad y la energía emocional, reflejando la naturaleza apasionada de Netzach.

Dios Griego

• Venus (Afrodita): Venus, la diosa romana del amor y la belleza, es la correspondiente a Netzach. En la mitología griega, ella es conocida como Afrodita. Venus simboliza la pasión, la creatividad y la armonía, sugiriendo una fase de intensa energía emocional.

Dios Hindú

• Hanuman: El dios hindú vinculado a Netzach es Hanuman, el dios de la devoción y la fuerza. Hanuman representa la energía vital y la capacidad de superar los obstáculos a través de la devoción y la fuerza interior.

Dios Vikingo

• Heimdall: Heimdall es el dios vikingo asociado con Netzach. Heimdall, el guardián del Bifröst (el puente arcoíris), simboliza la vigilancia y la claridad, reflejando la capacidad de Netzach para observar y actuar con precisión.

Runa

• Wunjo: Wunjo es la runa vinculada a Netzach, simbolizando la alegría y la armonía. Representa la felicidad y la realización personal, reflejando la importancia de la conexión emocional y la creatividad en Netzach.

Signo Horóscopo Chino

• Cabra: El horóscopo chino para Netzach es la Cabra, que simboliza la creatividad, la sensibilidad y la armonía. Este signo refleja una naturaleza artística y emocional, siempre en busca de la belleza y la inspiración.

Arquetipo de Jung

• El Amante: El arquetipo jungiano para Netzach es El Amante, simbolizando la pasión, la conexión emocional y la creatividad. El Amante en Netzach sugiere la capacidad de conectarse profundamente con los sentimientos y las experiencias emocionales.

Horóscopo Maya

• Loro: En el horóscopo maya, Netzach está representado por el Loro, símbolo de la comunicación y la creatividad. El loro sugiere una capacidad para expresarse con claridad y para inspirar a otros a través del arte y la palabra.

I Ching

13 Tung Jen, la Unión: El hexagrama del I Ching asociado con Netzach es 13. Tung Jen, la Unión. Este hexagrama habla de la cooperación y la conexión con los demás, indicando una fase de crecimiento y éxito a través de la colaboración y la armonía.

EJERCICIO PARA ENTRENAR:

. MEJORA DE LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL:

- **Entrenamiento en habilidades emocionales:** Participa en talleres o cursos que te enseñen a identificar, entender y comunicar tus emociones de manera efectiva.
- **Ejercicios de expresión emocional:** Practica expresar tus emociones a través de actividades artísticas como la pintura, la escritura o la música.

Cultivo de la Pasión:

- **Exploración de intereses personales:** Dedica tiempo a explorar y desarrollar tus pasiones, ya sea a través de hobbies, estudios o proyectos paralelos.
- **Visualización del éxito:** Utiliza técnicas de visualización para imaginar el éxito y el cumplimiento de tus pasiones y metas, fortaleciendo así tu impulso interno.

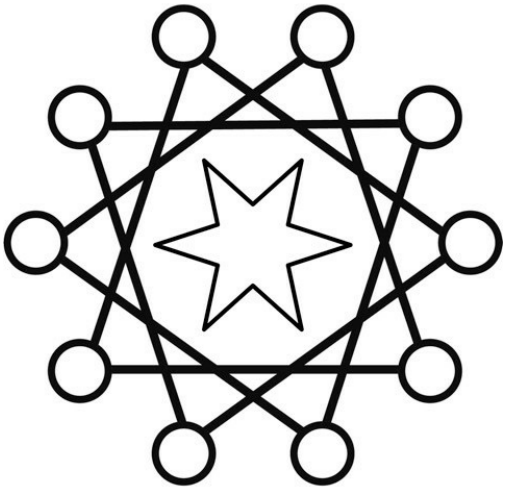
2. **Fortalecimiento de la Persistencia:**

- **Establecimiento de metas a largo plazo:** Define objetivos claros y

desafiantes que requieran persistencia y planificación a largo plazo. Desglosa estos objetivos en metas más pequeñas y manejables.

- **Seguimiento de progreso:** Mantén un registro de tu progreso hacia tus metas. Revisa y ajusta tus planes regularmente para mantener el enfoque y la motivación.

SEFIROTIPO 6 GUEVURAH: GUERRERO



Talmud: *"¿Quién es fuerte? Aquel que domina su inclinación." (Pirkei Avot 4:1)*

• **Nombre de Dios**: Elohim Gibor (אלהים גבור)

◦ **Significado**: "Dios Fuerte"

◦ **Descripción**: Denota severidad y juicio. Elohim Gibor es el aspecto divino que establece límites y proporciona disciplina, asegurando la justicia.

• **Personalidad**: Personas disciplinadas y justas, con un fuerte sentido de la justicia y la responsabilidad.

-Color: Rojo. Simboliza juicio y la fuerza, vinculadas con la energía y la determinación. En astrología, Gevurah se relaciona con Marte, aportando coraje y disciplina.

-Virtud negativa: hostilidad antagonismo

-Actitud en el amor: Protector: Un amor que se expresa a través de la disciplina y la protección, asegurando un entorno seguro y estructurado para el ser querido

-Actitud con el dinero: Control. Administración del dinero con disciplina y rigor, asegurando la seguridad financiera a través del control y la estructura.

• MODO DE PENSAR: Enfocados en la aplicación de la justicia y el establecimiento de límites.

• **Vibración**: Energía de severidad y juicio que puede manifestarse como hostilidad.

PUNTOS FUERTES: **Fuerza**

La capacidad de mantener el orden y enfrentar desafíos con determinación es un punto fuerte asociado con Gevurah, facilitando la protección y la justicia.

Debilidades: Rigidez

Una debilidad de Gevurah es la rigidez, el riesgo de volverse demasiado estricto y severo, perdiendo la flexibilidad y la compasión necesarias para el equilibrio.

Puntos a Mejorar: Compasión

La necesidad de superar la rigidez y ganar compasión para equilibrar la justicia con la

misericordia es un área clave de mejora para Gevurah.

Forma de Manejar la Verdad: Justicia

Gevurah maneja la verdad mediante un enfoque de justicia, confiando en la disciplina y el juicio para discernir la realidad y tomar decisiones informadas.

DESEQUILIBRIO:

• **Crueldad**: Uso excesivo de la fuerza y el juicio sin compasión.
• **Rigidez**: Inflexibilidad en sus creencias y acciones.

Equilibrio:

• **Justicia Equilibrada**: Aplicar la justicia con compasión y comprensión.
• **Disciplina Positiva**: Usar la disciplina para el crecimiento personal y comunitario.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo imponer orden y disciplina?
2 ¿Qué debo hacer para protegerme y proteger a los demás?
3 ¿Cómo puedo establecer límites saludables?
4 ¿Qué debo eliminar o cambiar para mejorar mi vida?
5 ¿Cómo puedo ser justo y equilibrado en mis decisiones?

Valores:

• Justicia
• Disciplina

Profesiones:

• Juez
• Militar
• Auditor
• Gerente de operaciones
• Oficial de cumplimiento

DESCRIPCIÓN **general**

Hoy nos enfocaremos en la séfira de Geburá, una de las dimensiones más fundamentales del árbol de la vida en la Kabbalah. Geburá es la séfira del juicio y la restricción, y a menudo se percibe como una de las más duras debido a su naturaleza limitante. El alma, acostumbrada a la expansión y la libertad, suele resistirse a Geburá, ya que implica autolimitación y disciplina. Sin embargo, es crucial entender y aprender a utilizar esta energía para equilibrar nuestras vidas y alcanzar un mayor crecimiento personal y espiritual.

Geburá simboliza la capacidad de poner límites y establecer restricciones. Según los cabalistas, el universo mismo fue creado gracias a Geburá. La limitación es esencial para la existencia; sin ella, todo se dispersaría y perdería forma. Por ejemplo, la atmósfera de la Tierra es una barrera que nos protege y permite la vida. De manera similar, Geburá actúa como una fuerza que contiene y define, dando estructura y estabilidad a nuestras vidas. Esta capacidad de establecer límites es lo que permite que las cosas existan en una forma coherente y manejable. Sin límites, la energía y la materia se expandirían de manera caótica, perdiendo su utilidad y propósito.

La expansión sin control puede llevar al caos. Imagina una energía que se expande indefinidamente; eventualmente, se disiparía y perdería su poder. Aquí es donde Geburá

interviene, proporcionando el necesario freno y creando un equilibrio con las fuerzas expansivas. Sin Geburá, no podríamos funcionar de manera efectiva en el mundo material. Es esta restricción la que nos permite concentrarnos, enfocar nuestras energías y lograr objetivos concretos. Al aprender a decir "no" y a poner límites, cultivamos la disciplina necesaria para el crecimiento personal y espiritual.

El universo comenzó con un acto de autolimitación divina. Inicialmente, los límites fallaron, y la luz se expandió más allá de su contención, pero con una segunda contracción, el universo se estabilizó. Esto demuestra que la restricción es fundamental para la creación y el mantenimiento del orden en el cosmos. La capacidad de contener y definir la energía es lo que permitió que el universo tomara forma y se desarrollara de manera organizada. Este principio se aplica también a nuestras vidas personales: sin límites y estructura, nuestras aspiraciones y esfuerzos se dispersarían sin dirección ni propósito.

Cuando trabajamos con personas, aprender a utilizar Geburá es esencial. Establecer límites claros ayuda a crear un entorno seguro y estructurado donde los individuos pueden crecer y desarrollarse. La capacidad de decir "no" y poner límites sanos es una habilidad crucial en cualquier proceso de ayuda. En sesiones de coaching o terapia, es vital que el facilitador pueda establecer estos límites para proteger el bienestar del cliente y asegurar que el progreso se realice de manera saludable y sostenible. Al poner límites, no solo protegemos a los demás, sino que también nos protegemos a nosotros mismos de la sobrecarga emocional y el agotamiento.

En nuestra vida diaria, Geburá se manifiesta en nuestra capacidad de finalizar tareas, mantener disciplinas y decir "no" cuando es necesario. Muchos de nosotros luchamos con la procrastinación y la falta de finalización de proyectos. Estas son áreas donde la energía de Geburá puede ser increíblemente útil. Al aprender a aplicar esta energía en nuestra rutina diaria, podemos mejorar nuestra eficiencia y efectividad, logrando más en menos tiempo y con menos esfuerzo. La capacidad de completar lo que empezamos es fundamental para sentirnos realizados y en control de nuestras vidas.

Geburá nos invita a enfrentar nuestros límites con sabiduría y compasión, aceptando que la restricción es una herramienta poderosa para el crecimiento y la transformación personal. Al aprender a abrazar y aplicar esta energía, podemos vivir de manera más equilibrada y satisfactoria. La energía de Geburá nos enseña a valorar la importancia de la estructura y la disciplina en nuestra vida, mostrándonos que los límites no son barreras, sino herramientas que nos permiten alcanzar nuestro verdadero potencial.

En el camino hacia el autoconocimiento y el crecimiento personal, es fundamental entender cómo equilibrar las energías de expansión y restricción en nuestra vida. Este equilibrio es esencial para lograr un desarrollo armonioso y sostenible. La séfira de Geburá, con su enfoque en el juicio y la restricción, juega un papel crucial en este proceso. Sin embargo, no actúa sola; su relación con Biná, la mente racional, es igualmente importante para crear una vida equilibrada y estructurada.

Biná actúa como la madre de todas las limitaciones. Esta séfira nos enseña la importancia de establecer fundamentos sólidos antes de expandirnos. En la Kabbalah, Biná representa el entendimiento y la estructura mental que nos permite construir sobre bases firmes. La relación entre Geburá y Biná es crucial porque juntas crean un equilibrio entre expansión y restricción. Mientras Geburá proporciona el freno necesario para contener la energía expansiva, Biná nos da la claridad y la sabiduría para entender cuándo y cómo aplicar estos límites. Este equilibrio es esencial para evitar que nuestras aspiraciones y esfuerzos se dispersen sin dirección ni propósito.

El juicio, en el contexto de Geburá, se refiere a la capacidad de finalizar algo, de establecer un límite claro. Esta capacidad es esencial para mantener el control y la dirección en nuestra vida. Sin juicio, nos dispersamos y perdemos enfoque, lo que puede llevar a la insatisfacción y la frustración. El juicio nos permite evaluar nuestras acciones y decisiones, cerrando ciclos y permitiéndonos avanzar de manera ordenada y consciente. Es la fuerza que nos ayuda a decir "no" cuando es necesario, asegurando que nuestras energías se concentren en lo que realmente importa y evitando que nos sobrecarguemos con demasiadas tareas o responsabilidades.

Sin embargo, alcanzar este equilibrio no está exento de desafíos. La falta de Geburá se manifiesta en la incapacidad de completar tareas. Muchas veces, nos encontramos empezando proyectos con gran entusiasmo, solo para dejarlos inconclusos. Este es un signo claro de un desequilibrio en esta séfira. La procrastinación y la falta de finalización de proyectos son problemas comunes que muchos enfrentamos. La capacidad de decir "no" a las distracciones y enfocarse en finalizar lo que comenzamos es fundamental. Sin esta habilidad, nuestros esfuerzos se diluyen, y nuestras metas se vuelven inalcanzables. La energía de Geburá nos brinda la disciplina necesaria para superar estos obstáculos y lograr nuestros objetivos.

Por otro lado, un exceso de Geburá puede llevar a la severidad excesiva, tanto hacia uno mismo como hacia los demás. Es crucial encontrar un equilibrio y aprender a decir "no" de manera compasiva y constructiva. La severidad excesiva puede manifestarse como autoexigencia desmedida o como un trato duro hacia quienes nos rodean. Este desequilibrio puede dañar nuestras relaciones y nuestra salud mental. Por eso, es importante que la restricción se aplique con sabiduría y empatía, comprendiendo que el objetivo no es castigarse o castigar a los demás, sino crear un entorno en el que todos puedan crecer y desarrollarse de manera saludable.

El equilibrio entre expansión y restricción es, en última instancia, un acto de sabiduría. Requiere una comprensión profunda de nuestras propias necesidades y límites, así como de las necesidades y límites de quienes nos rodean. Al aprender a aplicar la energía de Geburá de manera equilibrada y consciente, podemos construir una vida que no solo sea efectiva y productiva, sino también armoniosa y satisfactoria. Este equilibrio nos permite avanzar con confianza y claridad, sabiendo que estamos alineados con nuestras metas y valores más profundos.

En conclusión, la relación entre expansión y restricción es fundamental para nuestro desarrollo personal y espiritual. Geburá, con su enfoque en el juicio y la restricción, nos proporciona las herramientas necesarias para establecer límites saludables y mantener el control en nuestras vidas. Al equilibrar esta energía con la sabiduría y la estructura proporcionadas por Biná, podemos crear una vida más ordenada, enfocada y satisfactoria. La práctica de decir "no" cuando es necesario, de finalizar lo que comenzamos y de aplicar juicio de manera compasiva y constructiva, es esencial para alcanzar nuestras metas y vivir de manera plena y consciente.

Al explorar la séfira de Geburá, encontramos diversos desafíos y desequilibrios que pueden surgir en nuestra vida diaria. Estos desafíos se manifiestan de diferentes maneras y requieren atención y prácticas específicas para ser superados. Geburá, con su enfoque en el juicio y la restricción, es fundamental para mantener el equilibrio en nuestras vidas, pero también puede presentarse en formas desequilibradas que debemos aprender a manejar.

Uno de los principales desafíos asociados con la falta de Geburá es la procrastinación. La incapacidad de completar tareas y la tendencia a posponer proyectos son signos claros de un desequilibrio en esta séfira. Empezar proyectos con entusiasmo pero no terminarlos puede ser frustrante y desmotivador. Para superar esto, es crucial desarrollar la capacidad de decir "no" a

las distracciones y enfocarse en finalizar lo que comenzamos. La energía de Geburá nos proporciona la disciplina necesaria para mantenernos en el camino y lograr nuestros objetivos, pero requiere un esfuerzo consciente para cultivar esta habilidad.

Por otro lado, un exceso de Geburá puede llevar a la severidad excesiva, tanto hacia uno mismo como hacia los demás. Este desequilibrio puede manifestarse como autoexigencia desmedida o como un trato duro hacia quienes nos rodean. La severidad excesiva puede dañar nuestras relaciones y nuestra salud mental. Por lo tanto, es esencial encontrar un equilibrio y aprender a decir "no" de manera compasiva y constructiva. Aplicar juicio de manera equilibrada nos permite establecer límites saludables sin caer en la rigidez o el exceso de control.

Para desarrollar una Geburá equilibrada, existen varias técnicas y prácticas que podemos implementar en nuestra vida diaria. Estas prácticas nos ayudan a fortalecer nuestra capacidad de autodisciplina y a gestionar mejor nuestras energías y límites.

Una técnica efectiva es el ejercicio de autodisciplina. Identificar un área de nuestra vida donde necesitemos más disciplina y establecer un plan concreto para aplicar restricción en esa área es un primer paso crucial. Esto puede aplicarse a nuestra dieta, rutina de ejercicios o manejo del tiempo. Reflexionar sobre los resultados después de una semana nos permitirá ajustar nuestro enfoque y continuar mejorando. La autodisciplina es una habilidad que se fortalece con la práctica constante y consciente.

Otra práctica útil es el ayuno. Realizar un ayuno de un día, ya sea de comida, tecnología o cualquier otra cosa que consideremos un desafío, nos ayuda a desarrollar el autocontrol y la fuerza de voluntad. El ayuno nos enseña a resistir las tentaciones y a apreciar más lo que tenemos. Reflexionar sobre cómo el ayuno nos ayuda a desarrollar estas habilidades es fundamental para integrarlas en nuestra vida diaria. A través del ayuno, aprendemos a valorar más nuestras elecciones y a tomar decisiones más conscientes y equilibradas.

El establecimiento de límites claros en nuestras relaciones o actividades diarias es otra técnica esencial. Anotar cómo estos límites nos ayudan a mantener el equilibrio y a gestionar mejor nuestra energía y tiempo nos brinda una perspectiva clara de su importancia. Los límites saludables nos protegen del agotamiento y nos permiten enfocarnos en lo que realmente importa. Aprender a establecer y mantener estos límites es crucial para vivir de manera equilibrada y satisfactoria.

En reflexiones finales, Geburá, como séfira del juicio y la restricción, nos enseña la importancia de los límites en nuestra vida. Aunque puede parecer difícil y contrario a la naturaleza expansiva del alma, aprender a aceptar y aplicar Geburá nos permite crecer de manera estructurada y sostenible. Al integrar la sabiduría de Biná y la energía expansiva de Geset, podemos crear un equilibrio armonioso que nos permita alcanzar nuestras metas y vivir de manera plena y consciente. Este equilibrio es la clave para un desarrollo personal y espiritual saludable.

Ejercicio de Autodisciplina:

• Identifica un área de tu vida donde sientas que necesitas más disciplina. Establece un plan concreto para aplicar restricción y juicio en esa área, ya sea en tu dieta, tu rutina de ejercicios o tu manejo del tiempo. Reflexiona sobre los resultados después de una semana.

Práctica del Ayuno:

• Realiza un ayuno de un día, ya sea de comida, tecnología o cualquier otra cosa que consideres un desafío. Reflexiona sobre cómo el ayuno te ayuda a desarrollar el autocontrol y la fuerza de voluntad.

Establecimiento de Límites:

• Establece límites claros en tus relaciones o actividades diarias. Anota cómo estos límites te ayudan a mantener el equilibrio y a gestionar mejor tu energía y tiempo.

ANÁLISIS **psicológico del Sefirotipo**

El sefirotipo de Guevurah representa la fuerza, la disciplina, la justicia y la severidad. Las personas influenciadas por Guevurah tienen un carácter decidido y firme, con una tendencia a imponer orden y estructura en sus vidas y en su entorno. La energía de Guevurah se manifiesta en la capacidad de establecer límites claros, de tomar decisiones difíciles y de mantener un enfoque riguroso en la consecución de objetivos.

Para las personas de Guevurah, la justicia y la rectitud son valores fundamentales. Tienen un fuerte sentido de lo que es correcto y lo que es incorrecto, y no dudan en defender sus principios, incluso cuando esto implica confrontación. Su naturaleza disciplinada y estricta les permite ser extremadamente efectivos en roles que requieren control, organización y autoridad. Son líderes naturales en situaciones que demandan una mano firme y una dirección clara.

¿Alguna vez has sentido la necesidad de poner orden en medio del caos? Esa es la esencia de Guevurah en acción. Las personas de este sefirotipo entienden que la verdadera libertad proviene del orden y la disciplina. Creen que sin límites claros y sin una estructura sólida, el progreso y el crecimiento se ven comprometidos.

La fuerza y la determinación son características intrínsecas de Guevurah. Estas personas no temen enfrentar desafíos y obstáculos. De hecho, prosperan en situaciones difíciles donde su resistencia y su capacidad para mantener la calma bajo presión son puestas a prueba. Para ellas, cada dificultad es una oportunidad para demostrar su fortaleza y su capacidad para superar adversidades.

Sin embargo, este enfoque en la disciplina y la severidad puede ser una espada de doble filo. ¿Cómo encontrar el equilibrio entre la firmeza y la flexibilidad? Esta es una pregunta crucial para quienes resuenan con Guevurah. La rigidez excesiva puede llevar a la inflexibilidad y a la falta de empatía, mientras que una disciplina equilibrada puede crear un entorno justo y armonioso.

La comunicación para las personas de Guevurah es directa y sin rodeos. Prefieren ser claros y concisos, evitando la ambigüedad y las sutilezas que puedan dar lugar a malentendidos. Esta habilidad para la comunicación efectiva los convierte en excelentes líderes y administradores, capaces de transmitir instrucciones y expectativas de manera precisa.

Para las personas de Guevurah, la justicia no es solo un concepto abstracto, sino una práctica diaria. Buscan equidad y equilibro en todas sus interacciones, asegurándose de que todos reciban un trato justo. Valoran la honestidad y la integridad, y esperan lo mismo de quienes les rodean. En sus relaciones personales y profesionales, la lealtad y la confiabilidad son esenciales.

El principal desafío para aquellos influenciados por Guevurah es encontrar un equilibrio entre la disciplina y la compasión. Mientras que su inclinación natural es hacia la imposición de orden y estructura, también deben aprender a integrar la empatía y la flexibilidad en sus interacciones. La incorporación de una perspectiva más comprensiva y adaptable puede ayudarles a mantener relaciones saludables y productivas.

La conexión con lo espiritual también es vital para las personas de Guevurah. Pueden encontrar gran satisfacción en prácticas que les permitan explorar su sentido de justicia y su propósito en el universo. La meditación, el estudio de textos sagrados y otras formas de práctica

espiritual pueden ser especialmente beneficiosas, ayudándoles a alinear su deseo de orden con un sentido más profundo de propósito y significado.

En resumen, el sefirotipo de Guevurah nos enseña la importancia de la fuerza, la disciplina y la justicia en la vida. Nos recuerda que el orden y la estructura son esenciales para una existencia plena y satisfactoria. Al aprender a equilibrar estos aspectos con una perspectiva más compasiva y flexible, las personas de Guevurah pueden alcanzar una vida rica y significativa, donde la disciplina y la justicia se conviertan en fuentes de crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en la armonía entre la firmeza y la flexibilidad, y en la capacidad de ver cada desafío como una oportunidad para crecer y evolucionar.

SEFIROTIPO DE GUEVURÁ: **El Caso de Isaac**

El Sefirotipo de Guevurá representa a personas disciplinadas, valientes y orientadas a la acción, centradas en la estructura y la fuerza de voluntad. Son fuertes y decididas, y enfrentan los desafíos con coraje. Aunque pueden ser críticos y rígidos, su capacidad para mantener el orden y la disciplina es notable. A veces pueden sentirse demasiado duros, pero su habilidad para ser firmes y estructurados es esencial. Lo más importante para ellos es la disciplina, la acción y el control. Saben que para ser efectivos, deben equilibrar la firmeza con la compasión. Puede existir un miedo a la debilidad, por lo que a veces se enfocan en Guevurá como una vía de escape.

Isaac, uno de los patriarcas bíblicos, es un ejemplo claro del Sefirotipo de Guevurá. Su vida y acciones reflejan la disciplina, la valentía y la estructura características de esta sefirá. Desde su disposición a ser sacrificado en el Monte Moriah hasta su papel como patriarca de Israel, Isaac muestra cómo la fuerza de voluntad y la disciplina pueden moldear el destino.

Isaac mostró una increíble disciplina y valentía en su disposición a ser sacrificado por su padre Abraham. Esta disposición no solo demostró su obediencia, sino también su fe inquebrantable y su coraje ante el desafío más extremo. Mantuvo firmes sus convicciones y valores, transmitiendo la tradición y las enseñanzas de su padre a la siguiente generación. Su vida estuvo marcada por la consistencia y el cumplimiento de sus deberes patriarcales. La vida de Isaac fue un modelo de orden y estructura. Estableció y fortaleció su hogar y sus propiedades con diligencia, demostrando una capacidad para mantener el control y la estabilidad en su entorno. Isaac mostró una fortaleza emocional significativa, superando desafíos personales y familiares con una actitud de calma y firmeza. Su capacidad para mantenerse centrado y equilibrado fue un pilar de su liderazgo.

Sin embargo, la rigidez de Isaac a veces le llevó a ser inflexible. Su adhesión estricta a ciertos principios y tradiciones a veces lo hizo menos adaptable a nuevas situaciones y desafíos. Mostró dificultades para manejar decisiones que involucraban fuertes emociones, como en el caso de la bendición de sus hijos, Jacob y Esaú. Su preferencia por Esaú basada en aspectos tradicionales y materiales mostró una falta de flexibilidad emocional. Los conflictos internos de Isaac se evidenciaron en sus relaciones familiares, especialmente con su esposa Rebeca y sus hijos. Estos conflictos reflejaron la tensión entre su necesidad de estructura y las dinámicas emocionales más fluidas de su familia.

Isaac, con su disciplina, valentía y firmeza, es un claro representante del Sefirotipo de Guevurá. Su vida muestra cómo las cualidades de Guevurá pueden llevar a una fortaleza y estabilidad notables. Sin embargo, también ilustra los peligros de los desequilibrios asociados, como la rigidez, la dificultad para manejar las emociones y los conflictos internos. Isaac nos

enseña que, aunque es esencial ser disciplinados y valientes, también debemos ser conscientes de la necesidad de flexibilidad y compasión. Su vida es una lección sobre la importancia de equilibrar la estructura con la sensibilidad emocional, demostrando que la verdadera fuerza reside en la capacidad de ser firmes y compasivos al mismo tiempo.

MIDOT: **Virtudes y fortalezas**

Saber decir no adecuadamente
La disciplina
La organización
Saber recibir adecuadamente
Poner limites a los demas y a uno mismo
Control de la misericordia
Ahorro de energía, evitar focalizarse en muchos proyectos

Klipa: Defectos y desequilibrios

Kipá Psicológica: En Gevurah, la kipá psicológica se manifiesta en la necesidad de disciplina y control. Las personas pueden ser muy críticas y severas consigo mismas y con los demás. Puntos a mejorar: compasión, flexibilidad, manejo de la rigidez, equilibrio entre justicia y misericordia, y capacidad para delegar.

Exceso:

La ira
Los celos
La envidia
La impaciencia
Emociones desatadas o impulsivas
Autoritarismo
Creerse mejor por tener algún poder o logro
Recibir para uno mismo sin querer dar
Ansia de Poder

DEFECTO:

No saber poner límites
No saber decir no

PECADO CAPITAL: Ira

Mandamiento: No matarás

ASTROLOGÍA DE LOS SEFIROTIPOS:

El Sefirotipo Gevurah es una combinación poderosa de las energías de Escorpio, Marte y la sefirá de Gevurah. Esta conjunción crea una personalidad intensa, disciplinada y profundamente transformadora. Los nacidos bajo este Sefirotipo son personas decididas, valientes y con una gran capacidad para enfrentar y superar desafíos.

Los individuos del Sefirotipo Gevurah poseen una intensidad y profundidad emocional únicas. Escorpio, regido por Marte, les dota de una capacidad para sentir y experimentar

emociones de manera intensa y profunda. Esta profundidad emocional les permite conectar con los aspectos más oscuros y transformadores de la vida. Influenciados por Marte, estos individuos son increíblemente decididos y valientes. No temen enfrentar desafíos y están dispuestos a luchar por lo que creen. Su valentía les permite enfrentar situaciones difíciles con una determinación inquebrantable, siempre dispuestos a superar obstáculos y salir victoriosos.

La energía de Escorpio se centra en la transformación y el renacimiento. Estos individuos son maestros de la reinvención, capaces de superar crisis personales y emerger más fuertes y sabios. La influencia de Gevurah les proporciona la disciplina y el juicio necesarios para cortar con lo que no les sirve y renacer de sus cenizas. Gevurah representa la fuerza, la disciplina y el control. Los nacidos bajo este Sefirotipo tienen una gran capacidad para ejercer control sobre sus emociones y acciones. Son disciplinados y estructurados, capaces de imponer límites claros y de mantener un alto nivel de autocontrol.

Marte infunde en estos individuos una gran pasión y energía. Son personas dinámicas y enérgicas, con una fuerte motivación para alcanzar sus objetivos. Esta energía les impulsa a actuar con vigor y a no rendirse hasta haber logrado sus metas. La combinación de Escorpio y Gevurah les dota de una capacidad única para manejar situaciones de crisis. Pueden mantener la calma y el control en momentos de estrés, utilizando su fuerza interior y su claridad mental para navegar a través de situaciones difíciles. Su habilidad para enfrentar y resolver crisis es una de sus mayores fortalezas. Los del Sefirotipo Gevurah tienden a asumir roles de liderazgo debido a su naturaleza autoritaria y decisiva. Son líderes naturales que inspiran respeto y confianza. Su capacidad para tomar decisiones difíciles y su valentía les hacen destacar en posiciones de poder y autoridad.

Si eres un Sefirotipo Gevurah, tu personalidad está marcada por una intensidad emocional, una determinación férrea y una gran capacidad para la transformación. Valoras la disciplina, el control y la valentía. Tu habilidad para enfrentar y superar desafíos te convierte en una persona fuerte y resiliente. Aprovecha tu pasión y tu energía para vivir una vida plena y significativa, utilizando tu fuerza interior para transformar tus experiencias y liderar con autoridad y sabiduría.

Eneatipo



TAROT DE LOS SEFIROTIPOS.

La carta de tarot "La Torre" es una de las más impactantes y dramáticas del tarot de Marsella. Representa la destrucción, el caos y la liberación. En la imagen, una torre alta es alcanzada por un rayo, con llamas saliendo de su cima y figuras cayendo desde la estructura. La escena tumultuosa simboliza la repentina y a menudo violenta ruptura de estructuras establecidas. "La Torre" sugiere que las viejas formas y creencias deben ser destruidas para dar paso a un nuevo crecimiento y una nueva comprensión.

En la Cábala, Guevurá es la sefirá ubicada en el lado izquierdo del Árbol de la Vida, asociada con la justicia, la fuerza y la disciplina. Representa el poder de la restricción, la severidad y la destrucción necesaria para la regeneración. Guevurá es donde se ejerce el juicio y la fuerza para mantener el equilibrio y la justicia en el universo. La carta de "La Torre" se relaciona directamente con Guevurá porque ambas simbolizan la necesidad de destrucción y reestructuración para el crecimiento. Así como "La Torre" implica la caída de lo viejo para permitir la entrada de lo nuevo, Guevurá representa la fuerza y la disciplina necesarias para hacer

juicios difíciles y llevar a cabo cambios radicales.

Las personas que resuenan con Guevurá o con la carta de "La Torre" tienden a ser disciplinadas, valientes y orientadas a la acción, enfrentando desafíos con determinación y fuerza. Tienen una fuerte disciplina y fuerza de voluntad, capaces de imponer estructura y orden en sus vidas y en las de quienes los rodean. Valoran la autodisciplina y el control personal. Al igual que "La Torre", estas personas no temen enfrentar el caos y la destrucción necesarios para el cambio. Son valientes y están dispuestas a tomar decisiones difíciles para alcanzar un objetivo mayor.

La conexión con Guevurá indica una fuerte sensación de justicia y capacidad de juicio. Estas personas son capaces de tomar decisiones objetivas y justas, incluso si implican medidas severas. Valoran la equidad y la rectitud. Entienden la necesidad de la destrucción para la renovación, aceptando que el cambio a menudo requiere la eliminación de lo viejo y obsoleto para permitir el crecimiento y el progreso. Su capacidad para recuperarse del caos y la adversidad es notable, siendo resilientes y adaptándose rápidamente a nuevas circunstancias, utilizando la crisis como una oportunidad para el crecimiento.

Aunque su disciplina y valentía son fortalezas, también pueden ser fuentes de desafíos. Pueden ser percibidos como duros o inflexibles, y su enfoque en la justicia y la disciplina puede llevarlos a ser demasiado críticos o severos. Necesitan aprender a equilibrar la severidad con la compasión y la flexibilidad.

La carta de tarot "La Torre" y la sefirá Guevurá están conectadas por su simbolismo de destrucción necesaria y reestructuración para el crecimiento. Las personas que resuenan con estas energías tienden a ser disciplinadas, valientes y orientadas a la acción. Aunque pueden enfrentar desafíos relacionados con la severidad y la inflexibilidad, su capacidad para imponer orden y justicia les permite llevar a cabo cambios significativos y necesarios. Su viaje es equilibrar su fuerza y disciplina con la compasión y la flexibilidad, permitiendo que su capacidad para transformar y renovar se manifieste de manera constructiva y positiva. Estas personas tienen el potencial de ser grandes líderes y agentes de cambio, utilizando su valentía y juicio para guiar a otros a través de la adversidad y hacia un nuevo crecimiento.

ENEATIPO **1**

¿Alguna vez te has sentido impulsado por el deseo de mejorar todo a tu alrededor? Esta es la esencia del Eneatipo 1, conocido como "El Reformador" o "El Perfeccionista". Las personas de este eneatipo buscan la perfección y la justicia, enfrentando la vida con un fuerte sentido del deber y la responsabilidad. Son individuos íntegros, impulsados por la necesidad de hacer lo correcto y mejorar el mundo.

El Eneatipo 1 puede comprenderse mejor a través de Guevurah, la esfera del juicio y la disciplina en la Cábala. Ambos se centran en la corrección y el establecimiento de límites. Para un Eneatipo 1, la perfección y la justicia no son solo ideales; son una misión para corregir errores y establecer un orden moral. Trabajan incansablemente para mantener altos estándares y asegurar que ellos y los demás actúen de manera ética y justa.

En Guevurah, el juicio y la disciplina son esenciales para mantener el equilibrio y la justicia en la vida. Los Eneatipo 1 poseen una habilidad única para identificar errores y corregirlos, liderando con una moralidad firme y una ética intachable. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a ser críticos y, a veces, inflexibles, siempre buscando mejorar y perfeccionar.

Los Eneatipo 1 son guardianes de la integridad en tiempos de incertidumbre, proporcionando dirección y estabilidad. En el contexto de Guevurah, esto se traduce en una mente que no solo busca juzgar, sino también rectificar y disciplinar de manera justa. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 1 es la tendencia al perfeccionismo y la autoexigencia. En Guevurah, donde el juicio y la disciplina son clave, esta tendencia puede resultar en una falta de flexibilidad y una autoexigencia desmesurada. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre la perfección y la compasión.

Al igual que Guevurah se centra en el juicio y la disciplina, los Eneatipo 1 se enfocan en la mejora continua y el liderazgo moral. Prefieren enfrentarse a los desafíos con una ética rigurosa y una determinación para corregir lo incorrecto. Su capacidad para mantener altos estándares y actuar con integridad puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que el perfeccionismo se convierta en rigidez.

Guevurah: Partes del Cuerpo, Posibles Enfermedades y Cómo Trascender

Partes del Cuerpo y Órganos:

- **Brazo izquierdo**
- **Vesícula biliar**

Posibles Enfermedades:

- **Físicas:**
  - Problemas en el brazo izquierdo
  - Desequilibrios musculares en el brazo izquierdo
  - Trastornos de la vesícula biliar
- **Mentales:**
  - Dificultad para manejar la ira y la agresividad
  - Problemas con el control y la disciplina
  - Sentimientos de culpa y auto-crítica excesiva
- **Chakra:** Manipura El chakra asociado con Gevurah es Manipura, el chakra del plexo solar, que se relaciona con el poder personal, la voluntad y la autodisciplina.

NÚMERO **5**

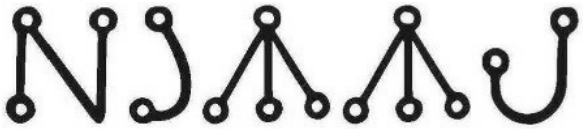
El número 5 es un símbolo potente en diversas tradiciones espirituales y filosóficas, representando el cambio, la libertad y la aventura. Para los pitagóricos, el 5 es el número del dinamismo y la adaptabilidad, simbolizando la capacidad de evolucionar y adaptarse a nuevas circunstancias. En la cábala, el 5 corresponde a Guevurah, que simboliza la fuerza, el juicio y la disciplina. Guevurah representa el rigor y la capacidad de imponer límites, y se asocia con la capacidad de tomar decisiones difíciles y mantener la disciplina en el camino hacia el éxito. El número 5, en este contexto, equilibra la fuerza y la disciplina con la adaptabilidad y la flexibilidad, destacando la importancia de ser firme pero también adaptable en la vida.

Las personas influenciadas por el número 5 tienden a ser dinámicas y adaptables, siempre buscando nuevas experiencias y retos. Tienen una fuerte capacidad para tomar decisiones difíciles y mantener la disciplina necesaria para alcanzar sus objetivos, mostrando una notable fuerza de voluntad en su camino. Valorando la libertad y la aventura, estas personas buscan el crecimiento a través de nuevas experiencias y desafíos. A pesar de su enfoque en el cambio y la adaptabilidad, también entienden la importancia de la disciplina y el rigor, equilibrando su naturaleza aventurera con un sentido firme de juicio y autocontrol.

El número 5 combina la capacidad de adaptación y la búsqueda de la libertad con una fuerte disciplina y rigor. Las personas asociadas con este número suelen ser dinámicas y aventureras, enfocadas en explorar nuevas oportunidades y adaptarse a las circunstancias cambiantes. Sin embargo, también valoran la disciplina y la capacidad de imponer límites, equilibrando su deseo de cambio con un sentido firme de autocontrol y juicio. En la vida cotidiana, incorporar prácticas de auto-disciplina y manejo del cambio puede ayudar a estas personas a mantener un equilibrio entre la libertad y la disciplina. Es importante enfrentar los desafíos con una actitud flexible y adaptable, sin perder de vista la importancia del juicio y el rigor. Mantener una actitud dinámica y abierta a nuevas experiencias, buscando siempre evolucionar y adaptarse a las circunstancias, y equilibrar la adaptabilidad con la disciplina asegura que la búsqueda de la libertad esté acompañada de un firme sentido de juicio y autocontrol.

El número 5, en el contexto de Guevurah, representa la fuerza y la disciplina equilibradas con la adaptabilidad y la flexibilidad. Las personas asociadas con este número son dinámicas y aventureras, capaces de enfrentar nuevos desafíos y adaptarse a las circunstancias cambiantes. Su capacidad para equilibrar la adaptabilidad con la disciplina les permite mantener una perspectiva armoniosa y firme en su vida, logrando tanto la libertad externa como la realización personal interna.

NOMBRE DE DIOS **y angel**



ÁNGELES: **Leuviah (19)**

Nombre de Dios (72 nombres): ה.ז.י

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios ה.ז.י proporciona fuerza y disciplina. Facilita el control sobre las emociones negativas y ayuda a establecer límites saludables.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios ה.ז.י mientras te concentras en la fuerza interior y el autocontrol. Imagina una luz roja brillante que te envuelve, brindándote poder y disciplina para enfrentar cualquier desafío.

Leuviah (19)

Vocalización: Le/u/vi/ah

Uso según la Cábala: Leuviah se utiliza para obtener la capacidad de soportar las dificultades y encontrar la paciencia. Ayuda a fortalecer el carácter y a superar los obstáculos con serenidad.

Lo que otorga:

- Paciencia y fortaleza.
- Superación de obstáculos.
- Serenidad y autocontrol.

• CLARIDAD Y DETERMINACIÓN.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi fortaleza y mi escudo."*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Leuviah.

Oración: *"Oh Leuviah, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."*

Arcángel: Kamael

Lo que otorga: Kamael es conocido por su papel como arcángel de la justicia y la fuerza. Ayuda a encontrar el coraje y la determinación necesarios para enfrentar desafíos y defender la verdad.

Oración: *"Arcángel Kamael, guardián de la justicia y la fuerza, otórgame tu poder y valentía. Protégeme contra la negatividad y guíame en la defensa de la verdad y la justicia."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Kamael rodeado de una luz roja intensa. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo fuerza y valentía a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Kamael te guíe y te brinde determinación.

ELEMENTO

• Fuego: Gevurah se asocia con el elemento Fuego, simbolizando la disciplina, la fuerza y el juicio. El fuego representa la energía transformadora y la capacidad de imponer límites y orden.

• Oscuridad: En el contexto de la creación bíblica, Gevurah está asociado con la oscuridad, que simboliza el juicio, el misterio y la potencialidad para la transformación.

Letra

• Gimel (ג): La letra hebrea asociada con Gevurah es Gimel (ג), cuyo valor numérico es 3. Gimel representa el movimiento y la beneficencia.

• Guimel (ג): La letra hebrea asociada con Gevurah es Guimel (ג), cuyo valor numérico es 3. Guimel simboliza el movimiento y la recompensa, proporcionando una conexión con la acción y la justicia.

Nombre de Dios (Tetragrammaton)

• Elohim Gibor (אֱלֹהִים גִּבּוֹר): El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Gevurah es Elohim Gibor (אֱלֹהִים גִּבּוֹר), que significa "Dios Poderoso" y representa el poder divino en la manifestación del juicio y la disciplina.

Mundo

• Beriyah: Gevurah está relacionado con el mundo de Beriyah, el mundo de la creación y la manifestación del juicio y la disciplina.

Metal

• Hierro: El metal asociado con Gevurah es el hierro, que simboliza la dureza, la fuerza y la capacidad de corte.

Planta

• Roble: La planta asociada con Gevurah es el roble, un árbol que simboliza la fuerza y la resistencia. El roble refleja la capacidad de Gevurah para mantenerse firme y proteger el entorno con su presencia fuerte y dominante.

Mineral

• Rubí: El mineral asociado con Gevurah es el rubí, que se cree que proporciona energía, fuerza y pasión.

• Granate: El mineral asociado con Gevurah es el granate, que representa la pasión y la

fuerza. El granate es conocido por su capacidad para proporcionar energía y protección, facilitando la conexión con la fuerza interna.

Dios Egipcio

• Sekhmet: La diosa egipcia correspondiente a Gevurah es Sekhmet, la diosa de la guerra y la venganza. Sekhmet representa la fuerza, el poder y la justicia, reflejando la naturaleza disciplinada y protectora de Gevurah.

Dios Griego/Romano

• Ares (Marte): Ares, el dios griego de la guerra, es el correspondiente a Gevurah. En la mitología romana, él es conocido como Marte. Ares simboliza la fuerza, la agresividad y la disciplina, sugiriendo una fase de intensa energía y determinación para mantener el orden.

Dios Hindú

• Hanuman: El dios hindú vinculado a Gevurah es Hanuman, el dios de la devoción y la fuerza. Hanuman representa la energía vital y la capacidad de superar los obstáculos a través de la disciplina y la devoción.

Dios Vikingo

• Heimdall: Heimdall es el dios vikingo asociado con Gevurah. Heimdall, el guardián del Bifröst (el puente arcoíris), simboliza la vigilancia y la fuerza, reflejando la capacidad de Gevurah para proteger y mantener el orden.

Runa

• Hagalaz: Hagalaz es la runa vinculada a Gevurah, simbolizando la fuerza y la destrucción necesarias para el cambio y el orden. Representa la energía y el juicio, reflejando la importancia de la disciplina y la justicia en Gevurah.

Signo Horóscopo Chino

• Dragón: El horóscopo chino para Gevurah es el Dragón, que simboliza el poder, la autoridad y la fortaleza. Este signo refleja una naturaleza dominante y enérgica, siempre en busca de mantener el orden y la justicia.

Arquetipo de Jung

• El Guerrero: El arquetipo jungiano para Gevurah es El Guerrero, simbolizando la fuerza, la disciplina y la valentía. El Guerrero en Gevurah sugiere la capacidad de enfrentar desafíos y mantener el orden a través de la determinación y la justicia.

Horóscopo Maya

• Buitre: En el horóscopo maya, Gevurah está representado por el Buitre, símbolo de la limpieza y la transformación. El buitre sugiere una capacidad para purificar y renovar, reflejando la energía disciplinada y justiciera de Gevurah.

I Ching

6 Sung, el Conflicto: El hexagrama del I Ching asociado con Gevurah es 6. Sung, el Conflicto. Este hexagrama habla de la necesidad de enfrentar y resolver conflictos a través de la justicia y la disciplina, indicando una fase de intensa energía y determinación para mantener el orden.

EJERCICIO:

Desarrollo del coraje:

Enfrenta un miedo: Identifica un miedo que tengas (hablar en público, alturas, etc.) y toma medidas pequeñas pero constantes para enfrentarte a él.

Toma de decisiones difíciles: Practica tomar decisiones que has estado evitando debido al miedo o la incomodidad, y reflexiona sobre el proceso y los resultados.

Ejercicios de Restricción:

Ayuno o restricción alimenticia: Prueba con un ayuno intermitente o elimina ciertos alimentos de tu dieta por un tiempo para practicar la autorestricción.

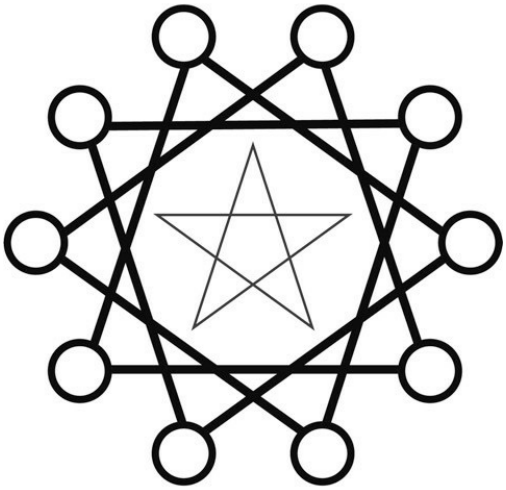
Silencio deliberado: Dedica un día a la semana a estar en silencio, o establece periodos de silencio durante el día, para cultivar la paciencia y control.

Entrenamiento Físico:

Artes marciales o defensa personal: Estas disciplinas no solo fortalecen el cuerpo, sino que también fomentan el respeto, la disciplina y la valentía.

Deportes de resistencia: Participar en actividades como correr maratones o ciclismo de larga distancia puede ayudar a fortalecer la voluntad y la perseverancia.

SEFIROTIPO 5 JESED: COMPASIVO



"El mundo se construye con bondad." (Salmos 89:3)

Nombre de Dios: El (אל)

• **Significado**: "Dios" en singular

• **Descripción**: Representa la misericordia y la grandeza. El es el aspecto de la divinidad que se manifiesta como amor incondicional y expansión.

• **Personalidad**: Personas generosas y bondadosas, con una inclinación hacia la expansión y el amor incondicional.

-Color: Azul. Representa la misericordia y la confianza, evocando calma y estabilidad emocional. Asociado con Júpiter, Chesed expande la benevolencia y la abundancia.

-Virtud negativa: blandura

-Actitud en el amor: Cariñoso : Un amor expansivo y abundante, caracterizado por la generosidad y el deseo de dar sin esperar nada a cambio.

-Actitud con el dinero: Generoso: Uso del dinero para la filantropía y el apoyo a los demás, compartiendo recursos de manera desinteresada y abundante

• MODO DE PENSAR: Enfocados en la benevolencia y el apoyo a los demás.

• **Vibración**: Energía expansiva y amorosa que puede volverse excesivamente blanda.

PUNTOS FUERTES: **Generosidad**

La capacidad de compartir y cuidar de otros con amor y compasión es un punto fuerte asociado con Jesed, facilitando la creación de relaciones armoniosas y sostenibles.

Debilidades: Exceso

Una debilidad de Jesed es el exceso, el riesgo de volverse demasiado indulgente y perder la capacidad de establecer límites adecuados.

Puntos a Mejorar: Equilibrio

La necesidad de superar el exceso y ganar equilibrio para mantener la generosidad y la compasión sin perder la capacidad de establecer límites es un área clave de mejora para Jesed.

Forma de Manejar la Verdad: Compasión

Jesed maneja la verdad mediante un enfoque de compasión, confiando en el amor y la misericordia para discernir la realidad y tomar decisiones informadas.

DESEQUILIBRIO:

• **Complacencia**: Ser excesivamente conformes y sumisos.
• **Sobreprotección**: Extender demasiado la bondad, impidiendo el crecimiento de otros.

Equilibrio:

• **Amor Equilibrado**: Mostrar amor y apoyo sin permitir la dependencia.
• **Generosidad Constructiva**: Ayudar a otros a crecer y desarrollarse.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo ser más generoso y compasivo?
2 ¿Cómo puedo ayudar a los demás a crecer?
3 ¿Qué puedo hacer para expandir mi influencia positiva?
4 ¿Cómo puedo fomentar el amor y la bondad en mi entorno?
5 ¿Cómo puedo equilibrar mi necesidad de dar con la necesidad de recibir?

Valores:

• Compasión
• Generosidad
• **Profesiones**:
◦ Trabajador social
◦ Médico
◦ Filántropo
◦ Maestro
◦ Consejero espiritual

Descripción general

LA CÁBALA nos enseña que la creación del mundo fue un acto de equilibrio entre dos energías fundamentales: Geburá y Geset. Geburá, la séfira del juicio y la restricción, representa la necesidad de establecer límites y estructuras. Sin estos límites, el universo no podría haber existido ni mantenerse. Geburá es la fuerza que contiene, define y da forma. Es la energía que impone orden y crea las fronteras necesarias para que todo funcione de manera coherente.

Sin embargo, la existencia misma y la continuidad de la vida se sostienen por Geset, la séfira de la misericordia y el amor. Geset es la gracia divina, una fuerza expansiva que permite que la vida prospere y florezca. Mientras Geburá establece las limitaciones necesarias, Geset proporciona la energía vital que llena esos límites con vida y propósito. Es el acto continuo de dar, de permitir que las cosas sean y se desarrollen. Geset es lo que nos permite existir, crecer y desarrollarnos dentro de las estructuras que Geburá ha establecido.

Este equilibrio entre restricción y misericordia se refleja en nuestra vida cotidiana y en nuestras interacciones humanas. En términos más humanos, podemos ver a Geset como el regalo continuo de la existencia misma. Cada día que despertamos, cada respiro que tomamos, es un acto de misericordia divina. El universo, al permitirnos vivir y desarrollarnos, nos muestra una bondad constante. De la misma manera, nosotros debemos aprender a incorporar esta dualidad en nuestras vidas y relaciones. La misericordia y la restricción no son opuestas, sino complementarias. Mientras que el universo nos muestra misericordia al permitir nuestra

existencia y estabilidad, también debemos mostrar misericordia en nuestras interacciones diarias, equilibrando nuestra capacidad de dar con la necesidad de establecer límites.

La importancia de los límites en el acto de dar es una lección crucial. En el ámbito espiritual, a menudo se enfatiza la importancia de dar sin reservas. Sin embargo, este enfoque puede llevar a desequilibrios significativos. Imaginemos, por ejemplo, que el sol decidiera dar toda su energía de una sola vez; la vida en la Tierra se extinguiría instantáneamente. De manera similar, nuestro dar debe ser medido y consciente. No podemos dar más de lo que somos capaces, ni debemos ofrecer más de lo que el receptor está preparado para recibir.

El acto de dar debe adaptarse siempre al receptor. No tiene sentido ofrecer conocimientos avanzados a alguien que no está preparado para recibirlos. Por ejemplo, no podríamos enseñar cálculo a un niño de seis años. El dar debe ser proporcional y adecuado a las capacidades del receptor para asegurar que lo que ofrecemos sea útil y beneficioso, en lugar de abrumador o dañino. Esto implica que nuestro dar debe estar marcado por la conciencia y la sabiduría, entendiendo que el verdadero acto de generosidad no está en darlo todo sin reservas, sino en dar lo que es necesario y adecuado para el crecimiento y desarrollo del otro.

En este sentido, Geset y Geburá funcionan en una relación sinérgica. Mientras Geset nos impulsa a expandirnos y a dar, Geburá nos recuerda la importancia de la contención y los límites. Este equilibrio es fundamental para mantener una vida armoniosa y significativa. Al aprender a incorporar estas enseñanzas en nuestra vida diaria, podemos encontrar un balance que nos permita dar de manera generosa y efectiva, sin perder de vista la necesidad de cuidar de nosotros mismos y establecer límites saludables.

Por lo tanto, la creación del mundo y la sustentación de la vida a través de Geburá y Geset no solo nos ofrece una comprensión profunda del equilibrio cósmico, sino que también nos proporciona una guía práctica para nuestras vidas. Al internalizar estas lecciones, podemos cultivar una existencia más equilibrada y consciente, donde el dar y recibir se realicen de manera armónica y constructiva.

En la Cábala, el equilibrio entre el dar y el recibir es fundamental para el crecimiento personal y espiritual. Esta enseñanza nos revela que, antes de poder dar de manera efectiva, debemos primero recibir. Este principio no es un llamado al egoísmo, sino una comprensión profunda de la necesidad de estar llenos y equilibrados para ofrecer lo mejor de nosotros mismos a los demás. Por ejemplo, una madre necesita descansar adecuadamente para poder cuidar de su hijo. Si no se cuida a sí misma, eventualmente su capacidad para cuidar del niño se verá comprometida. Este equilibrio entre el dar y el recibir se refleja en todos los aspectos de la vida. Necesitamos recibir conocimientos, amor y recursos para poder compartirlos con otros de manera efectiva. Sin este equilibrio, corremos el riesgo de agotarnos y no ser capaces de dar lo mejor de nosotros mismos.

En la práctica, esto significa que debemos estar abiertos a recibir ayuda, apoyo y amor, reconociendo que no podemos dar lo que no tenemos. Es fundamental nutrirnos a nosotros mismos, física, emocional y espiritualmente, para poder estar en una posición de verdadera generosidad y servicio. Cuando estamos equilibrados y llenos, nuestro dar se convierte en una expresión genuina de amor y compasión, no en una obligación o en un intento de llenar nuestros propios vacíos. Así, el acto de recibir se convierte en una preparación para el dar, asegurando que lo que ofrecemos a los demás proviene de un lugar de abundancia y no de escasez.

Geburá, como séfira del juicio y la restricción, presenta desafíos únicos que pueden manifestarse de diversas maneras. Una falta de Geburá se evidencia en problemas como la

procrastinación y la incapacidad de completar tareas. Cuando nos falta esta energía de restricción y disciplina, podemos encontrar difícil enfocarnos y llevar a cabo nuestros proyectos hasta el final. Empezar algo con entusiasmo pero no tener la constancia para terminarlo es un claro indicio de un desequilibrio en Geburá. La capacidad de decir "no" a las distracciones y de centrarnos en finalizar lo que comenzamos es esencial para nuestro crecimiento personal y para la realización de nuestras metas.

Por otro lado, un exceso de Geburá puede llevarnos a la severidad excesiva, tanto hacia nosotros mismos como hacia los demás. Este desequilibrio se puede manifestar como una autoexigencia desmedida, donde nos castigamos por no cumplir con nuestros propios estándares imposibles, o como un trato duro hacia quienes nos rodean. La severidad excesiva puede dañar nuestras relaciones y afectar negativamente nuestra salud mental y emocional. Vivir en un estado constante de juicio y crítica nos impide experimentar la plenitud y la alegría.

Para alcanzar un equilibrio saludable, es crucial aprender a moderar la energía de Geburá con compasión y flexibilidad. Debemos practicar el autocuidado y la autocompasión, reconociendo nuestras propias limitaciones y perdonándonos por nuestras imperfecciones. Igualmente, es importante tratar a los demás con la misma compasión y comprensión, evitando la crítica destructiva y el juicio severo. La clave está en encontrar un equilibrio donde podamos ser disciplinados y enfocados sin caer en la rigidez, y donde podamos ser compasivos sin perder de vista la necesidad de establecer límites saludables.

En conclusión, tanto el dar como el recibir, y el equilibrio entre la misericordia y la restricción, son componentes esenciales de una vida equilibrada y plena. Al integrar estas enseñanzas en nuestra vida diaria, podemos cultivar un enfoque más saludable y equilibrado en nuestras relaciones, en la manera en que manejamos nuestras responsabilidades y en nuestra propia percepción de nosotros mismos. La práctica constante de estos principios nos permitirá avanzar en nuestro camino de crecimiento personal y espiritual, viviendo con mayor armonía y propósito.

Desarrollar la energía de Geburá requiere un enfoque consciente y práctico hacia la autodisciplina y la restricción. Aquí presento algunas técnicas para cultivar esta importante séfira en nuestra vida diaria, ayudándonos a establecer límites saludables y a mantener el equilibrio.

Análisis psicológico del Sefirotipo

El sefirotipo de Jesed representa la bondad, la misericordia, la generosidad y la expansión. Las personas influenciadas por Jesed tienen un carácter compasivo y abierto, con una tendencia a brindar apoyo y amor incondicional a quienes les rodean. La energía de Jesed se manifiesta en la capacidad de ofrecer ayuda desinteresada, de crear conexiones profundas y de promover la armonía en su entorno. Para las personas de Jesed, la compasión y el altruismo son valores fundamentales. Tienen un fuerte sentido de la empatía y la comprensión, y no dudan en ofrecer su apoyo a los demás, incluso cuando esto implica sacrificios personales. Su naturaleza generosa y amorosa les permite ser extremadamente efectivos en roles que requieren cuidado, apoyo y orientación. Son líderes naturales en situaciones que demandan una mano gentil y una dirección compasiva.

¿Alguna vez has sentido la necesidad de ayudar a alguien en apuros? Esa es la esencia de Jesed en acción. Las personas de este sefirotipo entienden que la verdadera fuerza proviene de la bondad y la generosidad. Creen que sin amor y sin un corazón abierto, el progreso y el crecimiento se ven comprometidos. La bondad y la generosidad son características intrínsecas de Jesed. Estas personas no temen enfrentar situaciones difíciles si esto significa poder ayudar a

alguien más. De hecho, prosperan en situaciones donde su empatía y su capacidad para brindar apoyo son puestas a prueba. Para ellas, cada oportunidad de ayudar es una oportunidad para demostrar su amor y su capacidad para fomentar la armonía.

Sin embargo, este enfoque en la generosidad y la bondad puede ser una espada de doble filo. ¿Cómo encontrar el equilibrio entre la generosidad y la auto-preservación? Esta es una pregunta crucial para quienes resuenan con Jesed. La generosidad excesiva puede llevar al agotamiento y a la falta de límites personales, mientras que una bondad equilibrada puede crear un entorno amoroso y armonioso. La comunicación para las personas de Jesed es empática y abierta. Prefieren ser cálidos y comprensivos, evitando la frialdad y la indiferencia que puedan dar lugar a malentendidos. Esta habilidad para la comunicación afectiva los convierte en excelentes líderes y consejeros, capaces de transmitir apoyo y comprensión de manera efectiva.

Para las personas de Jesed, la compasión no es solo un concepto abstracto, sino una práctica diaria. Buscan bondad y equidad en todas sus interacciones, asegurándose de que todos reciban amor y apoyo. Valoran la honestidad y la integridad, y esperan lo mismo de quienes les rodean. En sus relaciones personales y profesionales, la lealtad y la confiabilidad son esenciales. El principal desafío para aquellos influenciados por Jesed es encontrar un equilibrio entre la generosidad y la auto-preservación. Mientras que su inclinación natural es hacia el cuidado y la ayuda desinteresada, también deben aprender a integrar la auto-cuidado y los límites saludables en sus interacciones. La incorporación de una perspectiva más equilibrada puede ayudarles a mantener relaciones saludables y productivas.

La conexión con lo espiritual también es vital para las personas de Jesed. Pueden encontrar gran satisfacción en prácticas que les permitan explorar su sentido de amor y su propósito en el universo. La meditación, el estudio de textos sagrados y otras formas de práctica espiritual pueden ser especialmente beneficiosas, ayudándoles a alinear su deseo de bondad con un sentido más profundo de propósito y significado. En resumen, el sefirotipo de Jesed nos enseña la importancia de la bondad, la generosidad y la compasión en la vida. Nos recuerda que el amor y la apertura son esenciales para una existencia plena y satisfactoria. Al aprender a equilibrar estos aspectos con una perspectiva más protectora y equilibrada, las personas de Jesed pueden alcanzar una vida rica y significativa, donde la bondad y la generosidad se conviertan en fuentes de crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en la armonía entre la generosidad y la auto-preservación, y en la capacidad de ver cada oportunidad de ayudar como una oportunidad para crecer y evolucionar.

1 EJERCICIO **de Actos de Bondad:**

◦ Realiza un acto de bondad desinteresada cada día durante una semana. Puede ser algo simple como ayudar a alguien con una tarea o donar a una causa benéfica. Reflexiona sobre cómo estos actos afectan tu perspectiva y fortalecen tu capacidad para amar y mostrar misericordia.

2 Diario de Gratitud:

◦ Cada noche, anota tres cosas por las que estás agradecido. Reflexiona sobre cómo la gratitud abre tu corazón y te conecta con la energía de Chesed.

3 Práctica de la Empatía:

◦ Dedica tiempo a escuchar a alguien con atención y empatía. Intenta comprender sus sentimientos y perspectivas sin juzgar. Reflexiona sobre cómo esta práctica fortalece tus

relaciones y tu capacidad de mostrar misericordia.

EJERCICIO DE AUTODISCIPLINA

Para empezar, identifica un área de tu vida donde sientas que necesitas más disciplina. Esto podría ser tu dieta, tu rutina de ejercicios, o la manera en que manejas tu tiempo. Establece un plan concreto para aplicar restricción en esa área específica. Por ejemplo, si decides enfocarte en tu dieta, podrías planificar tus comidas con anticipación, limitar la ingesta de ciertos alimentos, y establecer horarios regulares para comer. Si tu enfoque es la rutina de ejercicios, define un horario fijo para tus entrenamientos y comprométete a seguirlo, incluso cuando sientas falta de motivación. Reflexiona sobre los resultados después de una semana. Observa cómo estos cambios afectan tu bienestar general y tu capacidad para mantener el enfoque y la constancia.

OTRA TÉCNICA efectiva es la práctica del ayuno. Esto no se limita solo a la comida, sino que puede incluir ayuno de tecnología, redes sociales, o cualquier otra cosa que consideres un desafío. La idea es abstenerte de algo durante un día entero. Reflexiona sobre cómo esta experiencia te ayuda a desarrollar el autocontrol y la fuerza de voluntad. El ayuno te enseña a manejar los impulsos y a fortalecer tu determinación, revelando cuánta influencia tienen ciertas cosas en tu vida y brindándote la oportunidad de reestablecer tu relación con ellas.

FINALMENTE, establecer límites claros en tus relaciones y actividades diarias es crucial para cultivar Geburá. Anota cómo estos límites te ayudan a mantener el equilibrio y a gestionar mejor tu energía y tiempo. Por ejemplo, decide no responder a correos electrónicos fuera del horario laboral o establece momentos específicos del día para actividades personales. Al hacer esto, proteges tu tiempo y energía, permitiéndote enfocarte en lo que realmente importa. Reflexiona sobre cómo estos límites impactan tu bienestar y tu capacidad para interactuar de manera saludable con los demás.

GEBURÁ NOS ENSEÑA la importancia de los límites y la estructura en nuestras vidas. Aunque inicialmente pueda parecer restrictiva, esta séfira es esencial para nuestro crecimiento y bienestar. Al integrar la sabiduría de Biná, la energía expansiva de Geset y la estructura de Geburá, alcanzamos un equilibrio armonioso. Este equilibrio es crucial para vivir de manera plena y consciente, permitiéndonos dar y recibir de manera efectiva.

La práctica constante de establecer límites y mantener la autodisciplina nos ayuda a desarrollar una vida más estructurada y equilibrada. Esto no solo nos beneficia a nivel personal, sino que también mejora nuestras relaciones y nuestra capacidad para contribuir positivamente a nuestro entorno. Al entender y aplicar las enseñanzas de Geburá, aprendemos a valorar la importancia de la restricción como una herramienta para el crecimiento y la expansión. Este balance entre dar y recibir, entre expansión y restricción, nos permite vivir con mayor propósito y conciencia, disfrutando de una vida más plena y satisfactoria.

SEFIROTIPO DE JESED: **El Caso de Abraham**

El Sefirotipo de Jesed se caracteriza por personas generosas, amorosas y expansivas, centradas en la benevolencia y la expansión. Son cariñosas y buscan el bienestar de los demás,

siempre dispuestas a dar. Aunque pueden ser demasiado indulgentes, su capacidad para amar y expandir es notable. A veces pueden sentirse sobrecargados por dar demasiado, pero su habilidad para ser generosos y expansivos es crucial. Lo más importante para ellos es la generosidad, el amor y la expansión. Saben que para vivir plenamente, deben equilibrar la generosidad con la autodisciplina. Puede existir un miedo a la escasez, por lo que a veces se enfocan en Jesed como una vía de escape.

Abraham, el patriarca bíblico, es un ejemplo claro del Sefirotipo de Jesed. Su vida y acciones reflejan la generosidad, el amor y la expansión características de esta sefirá. Desde su hospitalidad con los extraños hasta su disposición a negociar con Dios por la salvación de Sodoma y Gomorra, Abraham muestra cómo la benevolencia y la expansión pueden impactar profundamente el mundo.

Abraham es conocido por su extraordinaria hospitalidad. Recibió a tres ángeles en su tienda y les ofreció un banquete, demostrando su disposición a compartir y cuidar de los demás, incluso de desconocidos. Su amor y compasión se manifiestan en su intercesión por Sodoma y Gomorra. Abraham negoció con Dios, mostrando su profundo deseo de salvar a los justos de la destrucción, incluso cuando no tenía ninguna obligación personal de hacerlo. Abraham mostró una fe y confianza inquebrantables en Dios, obedeciendo su llamada a dejar su tierra y su familia para ir a un lugar desconocido. Esta confianza absoluta es una manifestación del Jesed, confiando en la abundancia y el propósito divino. A lo largo de su vida, Abraham trabajó para expandir su influencia y bendiciones. Estableció un gran linaje y sentó las bases para las futuras generaciones de Israel, mostrando su visión expansiva y progresista.

Sin embargo, a veces Abraham mostró una tendencia a ser demasiado indulgente, especialmente con su hijo Ismael y su madre Agar. Esta indulgencia creó conflictos dentro de su familia y reflejó una falta de equilibrio entre la generosidad y la disciplina. Su generosidad y amor incondicional a veces llevaron a conflictos familiares, como el envío de Agar e Ismael al desierto. Aunque lo hizo por instrucción divina, la decisión mostró la dificultad de equilibrar el amor expansivo con las duras realidades familiares. En su deseo de salvar a los justos en Sodoma y Gomorra, Abraham mostró un exceso de compasión que, aunque noble, a veces lo llevó a intentar salvar lo insalvable. Esto refleja el desafío de saber cuándo la compasión debe ser equilibrada con la justicia.

Abraham, con su generosidad, amor y capacidad expansiva, es un claro representante del Sefirotipo de Jesed. Su vida muestra cómo las cualidades de Jesed pueden llevar a grandes actos de bondad y una profunda fe en la abundancia divina. Sin embargo, también ilustra los peligros de los desequilibrios asociados, como la indulgencia excesiva, los conflictos familiares y el exceso de compasión. Abraham nos enseña que, aunque es esencial ser generosos y amorosos, también debemos equilibrar nuestra generosidad con la autodisciplina y la capacidad de tomar decisiones difíciles. Su vida es una lección sobre la importancia de equilibrar el amor expansivo con la justicia y la firmeza, demostrando que la verdadera benevolencia requiere una combinación de corazón y sabiduría.

• **Kipá Psicológica**: En Chesed, la kipá psicológica se centra en la generosidad y la expansión. Las personas pueden ser muy generosas, a veces en detrimento de su propio bienestar. Puntos a mejorar: equilibrio entre dar y recibir, autocompasión, límites personales, discernimiento y manejo del agotamiento.

MIDOT: **Virtudes y fortalezas**

El perdón
La compasión
Decir si, con limites
Recibir para dar
Deseo de recibir si es para dar
Dar amplia a terceros con limites
Dar sin necesidad de reconocimiento
Dar tzadaka
La paciencia

Klipa: Defectos y desequilibrios

Exceso:

Dar por interes
Dar por reconocimiento de los demas
No dar para uno mismo

Defecto:

Exceso de rigor
No saber perdonar
No saber compartir ni dar
Exceso de juicio

Mandamiento: Acuérdate del día de reposo para santificarlo

Pecado Capital: Gula

SEFIROTIPO JESED: **Sagitario, Júpiter y la Abundancia de Jesed**

El Sefirotipo Jesed es una combinación enriquecedora de las energías de Sagitario, Júpiter y la sefirá de Jesed. Esta conjunción crea una personalidad expansiva, optimista y generosa. Los nacidos bajo este Sefirotipo son personas aventureras, filosóficas y con un profundo deseo de crecimiento y exploración.

Los individuos del Sefirotipo Jesed poseen un optimismo contagioso y una alegría innata. Sagitario, regido por Júpiter, les dota de una visión positiva de la vida y una actitud entusiasta. Siempre ven el vaso medio lleno y son capaces de encontrar la luz en cualquier situación, inspirando a otros con su alegría y optimismo. Influenciados por Sagitario, estos individuos tienen un espíritu aventurero y una pasión por la exploración. Les encanta viajar, descubrir nuevas culturas y expandir sus horizontes. Esta búsqueda constante de conocimiento y experiencias les hace personas curiosas y abiertas de mente.

La influencia de Júpiter y Jesed se manifiesta en su naturaleza generosa y su enfoque en la abundancia. Son individuos que disfrutan compartiendo su tiempo, recursos y sabiduría con los demás. La generosidad es un valor central en sus vidas, y se sienten realizados al ayudar a los demás a crecer y prosperar. La energía de Sagitario y Jesed fomenta un interés profundo por la filosofía y la sabiduría. Estas personas buscan entender el significado de la vida y las grandes verdades del universo. Su amor por el conocimiento filosófico y espiritual les lleva a ser pensadores profundos y guías inspiradores.

Júpiter, el planeta de la expansión, les infunde un deseo constante de crecimiento personal y desarrollo. Están siempre en busca de nuevas oportunidades para aprender y expandir sus

habilidades. Esta búsqueda de expansión no se limita a lo intelectual, sino que también se extiende a lo espiritual y emocional. Los del Sefirotipo Jesed poseen una gran confianza en sí mismos y una fe inquebrantable en el futuro. Creen firmemente en su capacidad para superar cualquier obstáculo y alcanzar sus metas. Esta confianza les permite tomar riesgos calculados y aventurarse en lo desconocido con valentía y determinación.

La influencia de Jesed les dota de una compasión y benevolencia profundas. Son personas que se preocupan sinceramente por el bienestar de los demás y están dispuestas a brindar apoyo y amor incondicional. Su empatía y comprensión les hacen ser amigos y consejeros valiosos.

Si eres un Sefirotipo Jesed, tu personalidad está marcada por un optimismo radiante, una generosidad abundante y una sed insaciable de conocimiento y aventura. Valoras la expansión, la sabiduría y la benevolencia. Tu habilidad para ver lo mejor en cada situación y tu deseo de crecimiento constante te convierte en una persona inspiradora y llena de vida. Aprovecha tu amor por la aventura y tu naturaleza generosa para vivir una vida plena y significativa, guiando a otros con tu optimismo y compartiendo tu abundancia con el mundo.



ANÁLISIS **Psicológico de la Carta de Tarot "La Rueda de la Fortuna" y su Relación con la Sefirá Jesed en la Kábala**

LA CARTA de tarot "La Rueda de la Fortuna" es una de las más dinámicas y enigmáticas del tarot de Marsella. Representa los ciclos de la vida, el destino y los cambios inevitables. En la imagen, se observa una rueda grande girando, con figuras que suben y bajan. En las esquinas de la carta, se encuentran figuras simbólicas de la esfinge, el mono y la serpiente, representando la inteligencia, el deseo y la sabiduría, respectivamente. La rueda misma está adornada con símbolos esotéricos que sugieren la naturaleza cíclica y cambiante de la vida.

En la Cábala, Jesed es la sefirá ubicada en el lado derecho del Árbol de la Vida, asociada con la bondad, la misericordia y la expansión. Representa la energía de la generosidad, el amor y la abundancia. Jesed es donde el amor y la compasión se encuentran, proporcionando la base para la benevolencia y el crecimiento expansivo. La carta de "La Rueda de la Fortuna" se relaciona directamente con Jesed porque ambas simbolizan la naturaleza cambiante y expansiva de la vida. Así como "La Rueda de la Fortuna" indica los altos y bajos inevitables, Jesed representa la constante generosidad y expansión que pueden ayudar a navegar estos ciclos con gracia y compasión.

Las personas que resuenan con Jesed o con la carta de "La Rueda de la Fortuna" tienden a ser generosas, amorosas y orientadas hacia el crecimiento y la expansión. Tienen una gran capacidad para la generosidad y la bondad, siendo compasivas y disfrutando de ayudar a los demás. Su naturaleza generosa las lleva a estar siempre dispuestas a compartir y apoyar a quienes las rodean. Al igual que "La Rueda de la Fortuna", estas personas entienden que la vida está llena de altibajos. Mantienen una actitud optimista y tienen fe en que, a pesar de los desafíos, las cosas mejorarán con el tiempo. Este optimismo les permite enfrentar las dificultades con una perspectiva positiva.

La conexión con Jesed indica una fuerte inclinación hacia la expansión y el crecimiento. Estas personas buscan constantemente mejorar y expandir sus horizontes, tanto en lo personal como en lo profesional. Ven las oportunidades de crecimiento en cada situación. Son personas profundamente amorosas y compasivas, con una capacidad innata para empatizar con los demás y brindar apoyo emocional. Su amor incondicional y su compasión son fuentes de consuelo y fortaleza para quienes las rodean. La capacidad para adaptarse a los cambios y enfrentar los altibajos de la vida es notable. Estas personas son resilientes y pueden manejar las fluctuaciones del destino con gracia y equilibrio, viendo los cambios como oportunidades para aprender y crecer.

Aunque su generosidad y optimismo son fortalezas, también pueden ser fuentes de desafíos. Pueden ser demasiado indulgentes o propensas a dar en exceso, lo que puede llevar al agotamiento. Necesitan aprender a establecer límites saludables y equilibrar su generosidad con el autocuidado.

La carta de tarot "La Rueda de la Fortuna" y la sefirá Jesed están conectadas por su simbolismo de cambio, expansión y generosidad. Las personas que resuenan con estas energías tienden a ser generosas, amorosas y orientadas hacia el crecimiento. Aunque pueden enfrentar desafíos relacionados con la indulgencia y la necesidad de establecer límites, su capacidad para adaptarse y mantener una perspectiva optimista les permite navegar los ciclos de la vida con gracia y compasión. Su viaje es equilibrar su generosidad y compasión con la necesidad de

cuidar de sí mismas, permitiendo que su amor y optimismo se manifiesten de manera sostenible y positiva. Estas personas tienen el potencial de ser grandes fuentes de apoyo y crecimiento para los demás, utilizando su bondad y resiliencia para crear un impacto positivo en el mundo.

ENEATIPO **2**

¿Alguna vez has sentido una profunda necesidad de ayudar y cuidar a los demás? Esta es la esencia del Eneatipo 2, conocido como "El Ayudador" o "El Cuidador". Las personas de este eneatipo buscan el amor y la conexión, enfrentando la vida con una generosidad y empatía inigualables. Son individuos compasivos, impulsados por la necesidad de ser necesitados y de contribuir al bienestar de los demás.

El Eneatipo 2 puede comprenderse mejor a través de Jesed, la esfera de la bondad y la generosidad en la Cábala. Ambos se centran en el amor y la expansión del bienestar. Para un Eneatipo 2, el amor y la conexión no son solo deseos; son una misión para brindar apoyo y afecto incondicional. Trabajan incansablemente para ayudar a los demás, asegurándose de que todos se sientan valorados y cuidados.

En Jesed, la bondad y la generosidad son esenciales para fomentar relaciones significativas y un entorno armonioso. Los Eneatipo 2 poseen una habilidad única para ofrecer amor y apoyo, liderando con su corazón y su deseo de hacer el bien. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a ser demasiado sacrificados y, a veces, a ignorar sus propias necesidades, siempre buscando ser indispensables para otros.

Los Eneatipo 2 son pilares de amor y compasión en tiempos de necesidad, proporcionando consuelo y ayuda práctica. En el contexto de Jesed, esto se traduce en una mente que no solo busca dar, sino también nutrir y sanar a los demás. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 2 es la tendencia a la codependencia y el olvido de sí mismos. En Jesed, donde la bondad y la generosidad son clave, esta tendencia puede resultar en un desgaste emocional y una pérdida de identidad. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre el amor a los demás y el amor propio.

Al igual que Jesed se centra en la bondad y la expansión, los Eneatipo 2 se enfocan en la ayuda desinteresada y la creación de conexiones afectivas. Prefieren enfrentar los desafíos con empatía y un deseo profundo de aliviar el sufrimiento ajeno. Su capacidad para amar y cuidar puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que la necesidad de ser necesitados se convierta en auto-sacrificio.

Partes del Cuerpo y Órganos:

- **Brazo derecho**
- **Hígado**

Posibles Enfermedades:

- **Físicas:**
  - Problemas en el brazo derecho
  - Desequilibrios en la función del hígado
  - Trastornos metabólicos
- **Mentales:**
  - Dificultad para establecer límites y decir "no"
  - Problemas con la auto-preservación y el agotamiento
  - Exceso de generosidad que lleva a la auto-negligencia

Chakra: Anahata El chakra asociado con Chesed es Anahata, el chakra del corazón, que se relaciona con el amor incondicional, la compasión y la bondad.

NÚMERO **5**

Significado:

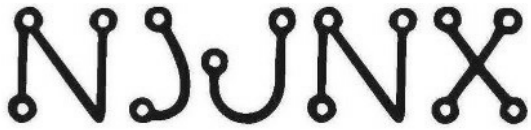
El número 5 es un símbolo potente en diversas tradiciones, representando el cambio, la libertad y la aventura. Para los pitagóricos, el 5 es el número del dinamismo y la adaptabilidad, simbolizando la capacidad de evolucionar y adaptarse a nuevas circunstancias. En la cábala, el 5 corresponde a Jesed, que simboliza la misericordia y la generosidad. Jesed representa la bondad y la expansión, equilibrando la compasión con la generosidad, destacando la importancia de brindar apoyo y amor incondicional en el camino hacia el crecimiento personal.

El número 5 combina la capacidad de adaptarse y la búsqueda de nuevas experiencias con una profunda generosidad y un deseo de ayudar a los demás. Las personas asociadas con este número suelen ser dinámicas y aventureras, enfocadas en explorar nuevas oportunidades y adaptarse a las circunstancias cambiantes. Son personas compasivas y generosas, capaces de ofrecer apoyo desinteresado y compartir sus recursos sin esperar nada a cambio.

Las personas influenciadas por el número 5 en Jesed son dinámicas y orientadas al cambio. Tienen una fuerte capacidad para adaptarse a nuevas situaciones y un deseo profundo de ayudar a los demás. Estas personas suelen enfocarse en la expansión personal y en la creación de conexiones significativas, valorando la libertad y la aventura en sus vidas. Su habilidad para adaptarse y evolucionar les permite brindar apoyo y amor de manera generosa y desinteresada.

A pesar de su enfoque en la adaptabilidad y la aventura, las personas con el número 5 también valoran la generosidad y la compasión. La influencia de Jesed les permite ofrecer ayuda y apoyo incondicional, equilibrando su deseo de cambio con un profundo sentido de compasión y misericordia. Este equilibrio les permite mantener una perspectiva armoniosa y valorar tanto el crecimiento externo como la realización personal interna.

En resumen, el número 5 representa el cambio, la libertad y la aventura, equilibrados con la generosidad y la compasión. Las personas asociadas con este número son dinámicas y adaptables, capaces de alcanzar altos niveles de crecimiento personal y expansión. Su capacidad para combinar la adaptabilidad con la generosidad les permite mantener un enfoque equilibrado y armonioso en su vida, logrando tanto el crecimiento externo como la realización personal interna.



NOMBRE DE DIOS **y angel**

Ángeles: Pahaliah (20)

Nombre de Dios (72 nombres): ל.ו.ב

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios ל.ו.ב proporciona amor y misericordia. Facilita la expansión del corazón y la capacidad de dar y recibir amor incondicional.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios ל.ו.ב mientras te concentras en la expansión de tu corazón. Imagina una luz azul suave que te envuelve, trayendo amor y misericordia a tu ser.

Pahaliah (20)

Vocalización: Pa/ha/li/ah

Uso según la Cábala: Pahaliah se utiliza para obtener sabiduría y amor divino. Ayuda a encontrar la compasión y la comprensión profunda en las relaciones.

Lo que otorga:

• Sabiduría y amor divino.
• Compasión y comprensión.
• Claridad en las relaciones.
• Protección contra el odio y el rencor.

PARA INVOCAR **su fuerza y poder:** *"El Señor es mi pastor, nada me falta."*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Pahaliah.

Oración: *"Oh Pahaliah, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."*

Arcángel: Zadkiel

Lo que otorga: Zadkiel es conocido por su papel como arcángel de la misericordia y la compasión. Ayuda a encontrar el perdón y a liberar el resentimiento.

Oración: *"Arcángel Zadkiel, guardián de la misericordia y la compasión, otórgame tu gracia y perdón. Ayúdame a liberar el resentimiento y a abrir mi corazón al amor y la compasión."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Zadkiel rodeado de una luz violeta suave. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo misericordia y compasión a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Zadkiel te guíe y te brinde paz y amor.

ARQUETIPOS:

ELEMENTO

• Agua: Jesed se asocia con el elemento Agua, simbolizando la misericordia, la compasión y la abundancia. El agua representa la fluidez, la adaptabilidad y la capacidad de nutrir y sostener la vida.

Letra

• Vav (ו): La letra hebrea asociada con Jesed es Vav (ו), cuyo valor numérico es 6. Vav representa la conexión y la unión.

• Jet (ח): La letra hebrea asociada con Jesed es Jet (ח), cuyo valor numérico es 8. Jet simboliza la vida y la gracia, proporcionando una conexión con la bondad y la abundancia.

Nombre de Dios (Tetragrammaton)

• El (אֵל): El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Jesed es El (אֵל), que significa "Dios" y representa la divinidad en su aspecto de amor y generosidad.

Mundo

• Beriyah: Jesed está relacionado con el mundo de Beriyah, el mundo de la creación y la manifestación del amor y la generosidad.

Metal

• Estaño: El metal asociado con Jesed es el estaño, que simboliza la flexibilidad y la expansión.

Planta

• Sauce: La planta asociada con Jesed es el sauce, un árbol que simboliza la flexibilidad y la capacidad de adaptarse. El sauce refleja la capacidad de Jesed para proporcionar apoyo y sustento, manteniendo la armonía y la compasión.

Mineral

• Zafiro: El mineral asociado con Jesed es el zafiro, que se cree que proporciona claridad mental y favorece la sabiduría y la compasión.

Dios Egipcio

• Osiris: El dios egipcio correspondiente a Jesed es Osiris, el dios de la resurrección y la fertilidad. Osiris representa la misericordia, la regeneración y la abundancia, reflejando la naturaleza compasiva y generosa de Jesed.

Dios Griego/Romano

• Zeus (Júpiter): Zeus, el dios griego del cielo y el trueno, es el correspondiente a Jesed. En la mitología romana, él es conocido como Júpiter. Zeus simboliza la generosidad, la abundancia y la protección, sugiriendo una fase de expansión y compasión.

Dios Hindú

• Vishnu: El dios hindú vinculado a Jesed es Vishnu, el preservador y protector del universo. Vishnu representa la compasión y la misericordia, protegiendo y cuidando de todas las criaturas con amor y generosidad.

Dios Vikingo

• Balder: Balder es el dios vikingo asociado con Jesed. Balder, dios de la luz, la pureza y la belleza, simboliza la bondad y la generosidad, reflejando la capacidad de Jesed para traer luz y armonía al mundo.

Runa

• Gebo: Gebo es la runa vinculada a Jesed, simbolizando el regalo y la generosidad. Representa el acto de dar y recibir, reflejando la importancia de la conexión emocional y la compasión en Jesed.

Signo Horóscopo Chino

• Cerdo: El horóscopo chino para Jesed es el Cerdo, que simboliza la generosidad, la honestidad y la compasión. Este signo refleja una naturaleza generosa y compasiva, siempre en busca de armonía y equilibrio.

Arquetipo de Jung

• El Amante: El arquetipo jungiano para Jesed es El Amante, simbolizando la pasión, la conexión emocional y la creatividad. El Amante en Jesed sugiere la capacidad de conectarse profundamente con los sentimientos y las experiencias emocionales.

Horóscopo Maya

• Venado: En el horóscopo maya, Jesed está representado por el Venado, símbolo de la gracia y la compasión. El venado sugiere una capacidad para moverse con suavidad y cuidado, reflejando la energía compasiva y generosa de Jesed.

I Ching

31 Hsien, la Influencia: El hexagrama del I Ching asociado con Jesed es 31. Hsien, la Influencia. Este hexagrama habla de la capacidad de influir y conectar con los demás a través de

la compasión y la bondad, indicando una fase de crecimiento y armonía a través de la conexión emocional y la generosidad.

EJERCICIO:

Ejercicios de Generosidad Activa:

- **Actos de bondad aleatorios:** Comprométete a realizar actos de bondad no planificados y anónimos cada semana, como pagar el café de alguien, donar a una causa, o ayudar a un extraño.
- **Donaciones regulares:** Establece un hábito de donar regularmente a causas benéficas, ya sea dinero, tiempo o recursos.

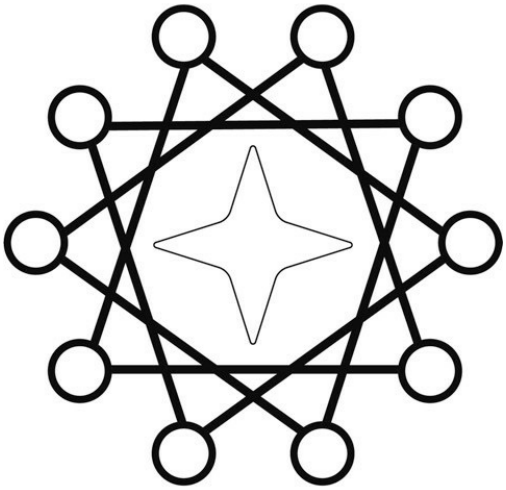
Desarrollo de la Empatía y Compasión:

- **Meditación de amor benevolente (Metta):** Incorpora una práctica diaria de meditación Metta, enfocándote en cultivar amor y compasión hacia ti mismo y hacia otros.
- **Escucha profunda:** Dedica tiempo a escuchar activamente a las personas sin juzgar, permitiendo que compartan sus experiencias y emociones libremente.

3. **Fomento de la Gratitud:**

- **Diario de gratitud:** Escribe diariamente en un diario de gratitud, anotando las cosas por las que te sientes agradecido cada día.
- **Agradecimiento expresivo:** Haz un esfuerzo por expresar agradecimiento a las personas en tu vida de manera verbal o escrita, destacando cómo han impactado positivamente en tu vida.

SEFIROTIPO 4 TIPHERETH: MOTIVADO



Talmud: *"La verdad y la belleza son inseparables." (Sanedrín 98a)*

Nombre de Dios: YHWH Eloah va-Daath (יהוה אלוה ודעת)

• Significado: "Dios Todopoderoso y Sabiduría"

• Descripción: Unifica la misericordia y el juicio en armonía. YHWH Eloah va-Daath representa el equilibrio perfecto y la belleza de la creación.

Descripción:

• Personalidad: Personas equilibradas y armónicas, buscando la belleza y el equilibrio en la vida.

-Color: Amarillo. Denota armonía y la belleza, evocando claridad mental y alegría. Asociado con el Sol, Tiferet es el centro que irradia equilibrio y vitalidad.

-Virtud negativa: Apego al pasado

- Actitud en el amor: Romántico: Un amor equilibrado y armonioso que integra el cuerpo, la mente y el espíritu, buscando la belleza y el punto medio en la relación.

-Actitud en el dinero: Equilibrio: Búsqueda de un balance financiero que integra valores estéticos y éticos en todas las decisiones económicas.

•Modo de Pensar: Enfocados en la integración y el equilibrio de fuerzas opuestas.

• Vibración: Energía de interés y armonía en la experiencia diaria.

Estado: Interes

Puntos Fuertes: Armonía

La capacidad de integrar y equilibrar diferentes aspectos de la vida es un punto fuerte asociado con Tifereth, facilitando la creación de relaciones y experiencias armoniosas y sostenibles.

Debilidades: Orgullo

Una debilidad de Tifereth es el orgullo, el riesgo de volverse demasiado centrado en uno mismo y perder la humildad necesaria para el verdadero equilibrio.

Puntos a Mejorar: Humildad

La necesidad de superar el orgullo y ganar humildad para mantener la armonía y la

compasión sin perder el equilibrio es un área clave de mejora para Tifereth.

Forma de Manejar la Verdad: Belleza

Tifereth maneja la verdad mediante un enfoque de belleza, confiando en la armonía y la estética para discernir la realidad y tomar decisiones informadas.

DESEQUILIBRIO:

• **Superficialidad**: Buscar solo la apariencia externa de equilibrio sin profundidad.
• **Desbalance**: Pérdida de armonía al enfrentar desafíos.

Equilibrio:

• **Integración**: Equilibrar las fuerzas internas y externas.
• **Armonía Profunda**: Buscar la belleza y el equilibrio en todos los aspectos de la vida.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo encontrar y mantener la armonía?
2 ¿Cómo puedo equilibrar mis deseos personales con los de los demás?
3 ¿Qué puedo hacer para encontrar la belleza en la vida diaria?
4 ¿Cómo puedo integrar todas las partes de mi ser en un todo coherente?
5 ¿Cómo puedo vivir de manera auténtica y equilibrada?

Valores:

• Armonía
• Belleza

PROFESIONES:

• Artista
• Terapeuta
• Diplomático
• Diseñador
• Mediador

7. **Sefirotipo de Tiferet**

En el estudio de la Cábala, Tiferet representa el corazón del árbol de la vida, siendo la séfira central que conecta todas las demás. Este núcleo vital simboliza el equilibrio, la belleza y la armonía. Al igual que el corazón humano que bombea sangre a todo el cuerpo, Tiferet distribuye energía a todas las otras séfiras, manteniendo el sistema en funcionamiento. Entender y gestionar Tiferet es crucial, ya que cualquier desequilibrio en esta séfira puede desestabilizar todo el árbol de la vida.

En términos astrológicos, Tiferet está asociado con el Sol. Así como el Sol es el centro de nuestro sistema solar y da vida a todos los planetas que giran a su alrededor, Tiferet actúa como el eje central del árbol de la vida. Toda la estructura depende de su equilibrio y capacidad para distribuir energía de manera adecuada. La luz y la energía del Sol son esenciales para la vida en la Tierra, de la misma manera que Tiferet es esencial para el funcionamiento armonioso del árbol de la vida. Sin su equilibrio y su capacidad para armonizar las diferentes fuerzas, el sistema entero perdería su estabilidad.

Tiferet es el hijo de Biná y Jojmá, las séfiras que representan la sabiduría y la comprensión.

Desde esta posición, Tiferet armoniza las fuerzas opuestas de Geburá (juicio y restricción) y Geset (misericordia y expansión). Esta harmonización es vital para mantener la estabilidad y el equilibrio en nuestras vidas y en el universo. La sabiduría de Jojmá y la comprensión de Biná encuentran su expresión más plena en Tiferet, que integra estas cualidades y las distribuye a través del árbol de la vida, asegurando que todas las séfiras funcionen en conjunto de manera armoniosa.

El primer gran desafío de Tiferet es la "ilusión del yo soy". En la Cábala, se enseña que uno debe tener un ego fuerte hasta los 40 años para luego comenzar a trascenderlo. Este proceso implica entender que el "yo" no es el centro del universo. La verdadera autorrealización viene de vaciarse del ego y reconocer que nuestras acciones y logros están al servicio de un propósito mayor. Este es un momento crucial en el desarrollo espiritual de una persona, donde se aprende que la verdadera grandeza no radica en la acumulación de poder o logros personales, sino en cómo estos pueden ser utilizados para el beneficio de los demás y del mundo en general.

Uno de los mayores peligros para Tiferet es el orgullo. El sol, desde su perspectiva, puede creer que es el centro de todo, pero en realidad, desde una visión más amplia del universo, es solo un punto más en la vastedad del cosmos. Este orgullo y vanagloria pueden llevar a Tiferet a inflarse tanto que pierde su capacidad de ascender y, en cambio, desciende hacia el ego y la materialidad. El orgullo puede ser una trampa insidiosa que desvía a Tiferet de su verdadero propósito, haciendo que la persona se enfoque en sí misma en lugar de en el servicio a los demás.

Para evitar esta caída, es esencial que Tiferet aprenda a vaciarse de su orgullo y a mantenerse humilde. Esta humildad permite que Tiferet se eleve y se conecte con las séfiras superiores, alcanzando niveles más altos de conciencia y espiritualidad. Al vaciarse del ego, Tiferet puede recibir y distribuir la energía de manera más efectiva, manteniendo el equilibrio y la armonía en el árbol de la vida.

El proceso de vaciamiento de Tiferet no es una tarea fácil, pero es fundamental para el crecimiento espiritual. Requiere una introspección profunda y una voluntad de dejar ir las ilusiones del yo. Al hacerlo, Tiferet se convierte en un canal puro para la energía divina, capaz de inspirar y guiar a otros en su camino espiritual.

En última instancia, el propósito de Tiferet es ser un reflejo de la luz divina, irradiando amor, compasión y sabiduría a todas las partes del árbol de la vida. Al comprender y aplicar los principios de Tiferet, podemos lograr un estado de equilibrio y armonía en nuestras vidas, contribuyendo al bienestar general del mundo. La verdadera realización de Tiferet se encuentra en su capacidad para trascender el yo y servir al todo, reconociendo que cada acción, por pequeña que sea, tiene un impacto en el tejido del universo.

Para que Tiferet funcione correctamente y pueda ascender, debe aprender el arte del vaciamiento. Este vaciamiento no significa perder lo que se ha ganado, sino más bien compartir y redistribuir la energía recibida de manera consciente y desinteresada. En términos prácticos, esto implica dar sin esperar reconocimiento, trabajar por el bien común en lugar de buscar la gloria personal. Al vaciarse de orgullo y vanagloria, Tiferet puede elevarse y conectarse con Keter, la séfira más elevada que simboliza el potencial infinito y la corona del árbol de la vida. Esta conexión permite que la energía divina fluya sin obstrucciones, enriqueciendo tanto al individuo como al colectivo.

El vaciamiento de Tiferet es un proceso de purificación y refinamiento espiritual. Al despojarse de las ilusiones del yo, Tiferet se convierte en un canal puro para la energía divina. Esto no solo beneficia a Tiferet, sino que también asegura que todas las demás séfiras reciban la

energía necesaria para mantener el equilibrio y la armonía en el árbol de la vida. La capacidad de vaciarse y dar sin reservas es una manifestación de la verdadera humildad y servicio. En este sentido, Tiferet actúa como el corazón espiritual que bombea energía vital a todas las partes del ser, asegurando la salud y el bienestar tanto a nivel individual como colectivo.

EL CAMINO de Tiferet es uno de aprendizaje continuo y servicio a los demás. Al igual que el corazón que bombea sangre a todo el cuerpo, Tiferet debe recibir energía de las otras séfiras y redistribuirla para mantener el equilibrio. Este proceso es esencial para la salud espiritual y emocional, ya que asegura que la energía fluya libremente y sin obstrucciones. La capacidad de Tiferet para recibir y dar en igual medida es lo que permite mantener la armonía en el árbol de la vida.

El servicio desinteresado es una de las enseñanzas clave de Tiferet. Al enfocar su energía en el bienestar de los demás, Tiferet trasciende el ego y se alinea con el propósito divino. Este enfoque en el servicio no solo enriquece a quienes reciben, sino que también eleva a Tiferet, permitiéndole conectarse con niveles más altos de conciencia y espiritualidad. Este ciclo de recibir y dar es fundamental para el crecimiento espiritual y el desarrollo personal, creando un flujo constante de energía que beneficia a todos los involucrados.

EL VIAJE de Tiferet también implica una profunda transformación del yo. En la Biblia, Jacob es el arquetipo de Tiferet. Nace como Jacob y, después de luchar con un ángel, se convierte en Israel. Este cambio de nombre simboliza un reconocimiento fundamental: no somos solo producto de nuestros condicionamientos y experiencias pasadas; somos capaces de trascender nuestras limitaciones y conectar con algo mucho más grande y significativo. La lucha de Jacob con el ángel representa el combate interno que todos debemos enfrentar para superar nuestro ego y alcanzar una comprensión más elevada de nuestro propósito.

La transformación del yo en Tiferet es un proceso de autoconocimiento y autoaceptación. Al reconocer nuestras debilidades y fortalezas, podemos empezar a trabajar en nosotros mismos de manera más efectiva. Este proceso no es fácil y requiere una gran cantidad de introspección y esfuerzo, pero los beneficios son inmensos. Al trascender el ego y conectar con el yo superior, Tiferet puede alcanzar un estado de paz y armonía interior que se refleja en todas las áreas de la vida.

En última instancia, la verdadera realización de Tiferet se encuentra en su capacidad para trascender el yo y servir al todo. Al vaciarse de orgullo y vanagloria, Tiferet puede ascender a niveles superiores de conciencia y espiritualidad, conectándose con Keter y el potencial infinito que representa. Este camino de vaciamiento y servicio es el que permite a Tiferet convertirse en un canal puro para la energía divina, irradiando amor, compasión y sabiduría a todas las partes del árbol de la vida y, por ende, al mundo entero.

Para que Tiferet mantenga su equilibrio, es fundamental dominar el arte de dar y recibir. En la Cabala, este balance es esencial para la salud espiritual y emocional. Recibir no es un acto de egoísmo; por el contrario, es una preparación necesaria para poder dar de manera efectiva y auténtica. Este equilibrio asegura que podamos ofrecer lo mejor de nosotros mismos a los demás sin agotarnos ni perder nuestra esencia.

Una persona espiritual debe aprender a recibir conocimientos, amor y recursos para luego poder compartirlos generosamente. Sin este equilibrio, corremos el riesgo de caer en la

autoexigencia desmedida o en el agotamiento, lo cual eventualmente afecta nuestra capacidad para ayudar a los demás. El balance entre el dar y el recibir es un pilar fundamental en la enseñanza de Tiferet, y su integración en nuestras vidas nos permite ser más efectivos y compasivos.

Tiferet nos enseña la importancia del equilibrio y la estructura en nuestras vidas. Al integrar la sabiduría de Biná, la energía expansiva de Geset y la estructura de Geburá, podemos alcanzar un estado de armonía y plenitud. Biná, con su profundidad y entendimiento, nos ayuda a establecer fundamentos sólidos; Geset, con su capacidad de expansión y amor, nos impulsa a ser generosos y compasivos; y Geburá, con su juicio y restricción, nos enseña a poner límites necesarios para mantener nuestro bienestar.

Este equilibrio es esencial para vivir de manera consciente y plena, permitiéndonos dar y recibir de manera efectiva. Al mantener este balance, podemos evitar los extremos de la autoexigencia y el agotamiento, y en su lugar, encontrar un flujo constante de energía y bienestar que nos sustenta y nos permite sustentar a los demás.

En última instancia, el objetivo de Tiferet es transformar nuestro yo para que podamos servir mejor al mundo. Este proceso de vaciamiento y redistribución de energía nos permite crecer espiritualmente y contribuir al bienestar colectivo. Al vaciarse de ego y llenar ese espacio con el deseo de ayudar y servir, Tiferet se eleva y nos eleva con él, conectándonos con Keter y el potencial infinito que representa.

Siguiendo estos principios, podemos vivir una vida más equilibrada y significativa, alineada con los principios de la Cabala. La enseñanza de Tiferet nos guía a encontrar ese balance entre el dar y el recibir, entre el ego y el servicio, permitiéndonos florecer como individuos y como parte de un todo mayor. Esta armonía interna y externa es lo que nos permite vivir de manera auténtica, consciente y profundamente conectada con nuestro propósito espiritual.

ANÁLISIS **psicológico del Sefirotipo**

El sefirotipo de Tipheret representa la armonía, la belleza, el equilibrio y la verdad. Las personas influenciadas por Tipheret buscan una vida equilibrada y llena de significado, donde la integridad y la autenticidad son esenciales. La energía de Tipheret se manifiesta en la capacidad de ver y crear belleza en el mundo, de vivir en verdad y de encontrar un balance entre el amor y la disciplina.

Para las personas de Tipheret, el propósito de vida está profundamente ligado a la comprensión del yo interior. Se embarcan en una búsqueda constante para descubrir quiénes son realmente y cuál es su misión en el mundo. Esta introspección les permite vivir de manera auténtica y en armonía con sus valores más profundos. ¿Alguna vez has sentido que estás en sintonía con tu verdadero ser? Esa es la esencia de Tipheret en acción. Los individuos de este sefirotipo entienden que la verdadera paz y satisfacción vienen de vivir en consonancia con su yo interior.

La conexión con el propósito es otra piedra angular de Tipheret. Estas personas buscan experiencias y caminos que les permitan expresar su verdadera esencia y contribuir al bienestar de los demás. Su propósito no es solo una meta externa, sino una manifestación de su verdad interna. Sin embargo, este enfoque en el propósito y la autenticidad también puede ser una espada de doble filo. ¿Cómo encontrar el equilibrio entre perseguir un propósito elevado y aceptar las limitaciones del mundo real? Esta es una pregunta crucial para quienes resuenan con

Tipheret. La búsqueda excesiva de un propósito perfecto puede llevar a la frustración y al desgaste, mientras que un equilibrio adecuado puede crear una vida plena y significativa.

La comunicación para las personas de Tipheret es clara y sincera. Prefieren expresarse de manera honesta y transparente, utilizando palabras que reflejen sus verdaderos sentimientos y pensamientos. Esta habilidad para la comunicación honesta los convierte en excelentes líderes y consejeros, capaces de guiar a otros con integridad y compasión.

Para las personas de Tipheret, el propósito de vida no es solo un concepto abstracto, sino una práctica diaria. Buscan vivir de manera auténtica, siendo fieles a sí mismos y a sus valores. Valoran la integridad y la honestidad en todas sus interacciones, entendiendo que la autenticidad es la clave para una vida equilibrada y significativa.

El principal desafío para aquellos influenciados por Tipheret es encontrar un equilibrio entre la búsqueda de su propósito y la aceptación de la realidad tal como es. Mientras que su inclinación natural es hacia la creación de un entorno armonioso, también deben aprender a lidiar con las imperfecciones y los conflictos inevitables de la vida. La incorporación de una perspectiva más realista y flexible puede ayudarles a mantener su equilibrio interno mientras navegan por los desafíos de la vida.

La conexión con lo espiritual también es vital para las personas de Tipheret. Pueden encontrar gran satisfacción en prácticas que les permitan explorar su sentido de propósito y verdad en un contexto más amplio. La meditación, el yoga y otras formas de práctica espiritual pueden ser especialmente beneficiosas, ayudándoles a alinear su búsqueda del propósito con un sentido más profundo de significado y conexión con el universo.

En resumen, el sefirotipo de Tipheret nos enseña la importancia de la armonía, la belleza, la verdad y el propósito en la vida. Nos recuerda que la paz y la integridad son esenciales para una existencia plena y satisfactoria. Al aprender a equilibrar estos aspectos con una perspectiva de aceptación y flexibilidad, las personas de Tipheret pueden alcanzar una vida rica y significativa, donde la armonía y el propósito se conviertan en fuentes de crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en la armonía entre la búsqueda del propósito y la aceptación de las imperfecciones, y en la capacidad de ver cada experiencia como una oportunidad para crecer y evolucionar.

Ejercicio de Apreciación de la Belleza:

• Dedica tiempo a observar y apreciar la belleza en tu entorno. Puede ser en la naturaleza, el arte, la música o las personas. Escribe un diario de gratitud donde anotes las cosas bellas que has notado cada día y cómo te han inspirado a ser más compasivo.

Práctica de la Meditación Compasiva:

• Dedica tiempo a una meditación centrada en la compasión. Visualiza enviando amor y compasión a ti mismo y a los demás, especialmente a aquellos con los que tienes conflictos.

Creación de una Obra de Arte:

• Crea una obra de arte (pintura, dibujo, escultura) que represente un aspecto de la belleza y compasión en tu vida. Reflexiona sobre cómo este proceso creativo te conecta con Tiferet.

PERSONAJE BÍBLICO JACOB

El Sefirotipo de Tiferet está compuesto por personas equilibradas, compasivas y centradas en el corazón, buscando armonía y belleza. Son mediadores naturales y buscan integrar lo físico con lo espiritual. Aunque pueden sacrificarse en exceso, su capacidad para armonizar y conectar es

notable. A veces pueden sentirse desbordados por las necesidades de otros, pero su habilidad para equilibrar y compadecer es crucial. Lo más importante para ellos es la armonía, la belleza y la conexión. Saben que para vivir plenamente, deben equilibrar sus necesidades con las de los demás. Puede existir un miedo a la discordia, por lo que a veces se enfocan en Tiferet como una vía de escape.

Jacob, también conocido como Israel, es un ejemplo claro del Sefirotipo de Tiferet. Su vida refleja la búsqueda de armonía y belleza, así como el equilibrio entre lo físico y lo espiritual. Desde sus luchas personales hasta su rol como patriarca de las tribus de Israel, Jacob encarna las características de Tiferet.

Jacob mostró una profunda compasión y empatía, especialmente en sus interacciones con su familia. Su amor por sus hijos y su deseo de protegerlos, incluso en tiempos de dificultad, destacan su naturaleza compasiva. Era un mediador natural. A pesar de los conflictos con su hermano Esaú y las tensiones entre sus hijos, trabajó para reconciliar y mantener la paz. Su encuentro con Esaú después de años de separación es un ejemplo de su habilidad para sanar viejas heridas. Jacob tuvo una profunda conexión espiritual, como se refleja en su sueño de la escalera al cielo y su lucha con el ángel. Estas experiencias muestran su búsqueda de un equilibrio entre lo terrenal y lo divino, integrando su vida física con su misión espiritual. La vida de Jacob está marcada por la resiliencia y la capacidad de transformación. Desde su engaño para obtener la bendición de su padre hasta convertirse en Israel, el nombre que simboliza su nueva identidad y misión, Jacob muestra una capacidad única para crecer y evolucionar.

Sin embargo, a veces Jacob se sacrificó en exceso, lo que llevó a desequilibrios en su vida familiar. Su preferencia por José y Benjamín creó celos y conflictos entre sus otros hijos, mostrando la dificultad de equilibrar el amor con la equidad. Jacob enfrentó numerosos conflictos internos, desde su lucha con su identidad hasta sus relaciones familiares. Estos conflictos reflejan las tensiones que pueden surgir al intentar equilibrar diferentes aspectos de la vida. Su deseo de aprobación y bendición, primero de su padre y luego de Dios, a veces lo llevó a tomar decisiones cuestionables. Este deseo refleja un desequilibrio en la autoestima y la necesidad de validación externa.

Jacob, con su compasión, capacidad de mediación y búsqueda de armonía, es un claro representante del Sefirotipo de Tiferet. Su vida muestra cómo las cualidades de Tiferet pueden llevar a una integración profunda entre lo físico y lo espiritual, y a una vida de servicio y conexión. Sin embargo, también ilustra los peligros de los desequilibrios asociados, como el sacrificio excesivo, los conflictos internos y la búsqueda de aprobación externa. Jacob nos enseña que, aunque es esencial buscar la armonía y la belleza, también debemos equilibrar nuestras necesidades con las de los demás y ser conscientes de nuestros propios conflictos internos. Su vida es una lección sobre la importancia de equilibrar el amor y la compasión con la justicia y la autovaloración, demostrando que la verdadera armonía se logra a través de la integración y el equilibrio.

KIPÁ PSICOLÓGICA: En Tiferet, la kipá psicológica se manifiesta en la búsqueda de armonía y belleza. Las personas pueden tener dificultades para equilibrar sus deseos personales con las necesidades de los demás. Puntos a mejorar: autenticidad, manejo de conflictos, aceptación de imperfecciones, equilibrio emocional y capacidad para tomar decisiones difíciles.

Midot: Virtudes y fortalezas

Amarse a uno mismo
Correcta autoestima
Setnirse completo -paz interior-
Conocer todas las virtudes y debilidades personales
Auto honestidad radical con uno mismo
Responsabilidad debilidades personales -oscuras-
Klipa: Defectos y desequilibrios

EXCESO:
Alta autoestima
Timidez
Apego
Defecto:
Baja autoestima
Falta de propósito vital

MANDAMIENTO: No te harás imagen
Pecado Capital: Soberbia

PARTE DEL CUERPO
Partes del Cuerpo y Órganos: Corazón, pecho, sistema circulatorio **Posibles Enfermedades:**
• **Físicas:** Enfermedades cardíacas, problemas respiratorios, dolor en el pecho, presión arterial alta o baja.
• **Mentales:** Falta de equilibrio emocional, problemas con la autoestima, dificultad para encontrar armonía en la vida.

ASTROLOGÍA DE LOS SEFIROTIPOS:
Sefirotipo Tiferet: Leo, el Sol y la Belleza de Tiferet
El Sefirotipo Tiferet es una combinación resplandeciente de las energías de Leo, el Sol y la sefirá de Tiferet. Esta conjunción crea una personalidad radiante, magnánima y armoniosa. Los nacidos bajo este Sefirotipo son personas carismáticas, creativas y con un profundo sentido de equilibrio y belleza.
Los individuos del Sefirotipo Tiferet poseen un carisma natural y una habilidad innata para el liderazgo. Leo, regido por el Sol, les dota de una presencia magnética que atrae a los demás. Son líderes natos que inspiran y motivan con su confianza y entusiasmo, siendo frecuentemente el centro de atención en cualquier entorno. Influenciados por Leo, estos individuos tienen una gran creatividad y un fuerte deseo de expresarse. Les encanta involucrarse en actividades artísticas y creativas, desde el teatro y la música hasta la escritura y el diseño. Su creatividad les permite ver la belleza en todo y expresar su visión única del mundo.
La influencia del Sol y Tiferet se manifiesta en su generosidad y magnanimidad. Son personas que disfrutan compartiendo su tiempo, recursos y amor con los demás. La generosidad es una característica fundamental de su personalidad, y encuentran satisfacción en ayudar y

elevar a quienes les rodean. La sefirá de Tiferet representa el equilibrio y la armonía. Estos individuos buscan constantemente la belleza y el equilibrio en sus vidas. Son capaces de mediar en conflictos y crear un entorno armonioso a su alrededor. Su capacidad para ver ambos lados de una situación les convierte en excelentes pacificadores y consejeros.

El Sol infunde en ellos una confianza y autoestima notables. Creen en sí mismos y en sus capacidades, lo que les permite enfrentar desafíos con una actitud positiva y decidida. Su confianza no solo les ayuda a alcanzar sus metas, sino que también inspira a los demás a seguir su ejemplo. Los del Sefirotipo Tiferet viven sus vidas con pasión y entusiasmo. Se entregan completamente a todo lo que hacen y buscan experiencias que les hagan sentir vivos y realizados. Su entusiasmo es contagioso y motiva a quienes les rodean a perseguir sus propias pasiones. La influencia de Tiferet les dota de una profunda capacidad de amor y compasión. Son personas que se preocupan sinceramente por el bienestar de los demás y están dispuestas a brindar apoyo emocional y espiritual. Su empatía y comprensión les convierten en amigos y compañeros invaluables.

Si eres un Sefirotipo Tiferet, tu personalidad está marcada por un carisma radiante, una creatividad desbordante y un profundo sentido de equilibrio y armonía. Valoras la generosidad, la confianza y la pasión. Tu habilidad para inspirar y motivar a los demás, junto con tu deseo de crear belleza y equilibrio, te convierte en una persona luminosa y armoniosa. Aprovecha tu carisma y tu naturaleza generosa para vivir una vida plena y significativa, guiando a otros con tu luz y compartiendo tu amor y entusiasmo con el mundo.



TAROT DE LOS SEFIROTIPOS.

La carta del tarot del Sol es una de las más positivas y brillantes. Simboliza la claridad, el éxito y la alegría. En psicología, representa la iluminación, la autoconciencia y la vitalidad. Es el momento en que alcanzamos la claridad mental y emocional, sintiéndonos plenos y satisfechos con nosotros mismos y con la vida.

La carta del Sol habla de la felicidad y el éxito. Psicológicamente, esto refleja nuestra capacidad para ver las cosas con claridad y sentirnos en armonía con nosotros mismos. Es un símbolo de realización y verdad, recordándonos que la luz de la verdad siempre disipa las sombras de la duda y el miedo. El Sol nos enseña a abrazar nuestra verdadera naturaleza y a celebrar la vida.

La imagen del Sol suele mostrar un sol radiante en el cielo, a menudo con un niño montando un caballo blanco bajo sus rayos. Este escenario sugiere inocencia, pureza y un nuevo comienzo. Psicológicamente, representa la claridad y la renovación que vienen de la autoconciencia y la

aceptación. El Sol nos invita a vivir con alegría y a compartir nuestra luz con los demás.

En la Cábala, la sefirá de Tiferet representa la belleza, la armonía y la compasión. Es el centro del equilibrio y la integración, conectando las energías superiores con las inferiores. Tiferet y la carta del Sol se relacionan a través del concepto de armonía y la integración de todos los aspectos del ser. Psicológicamente, ambos nos hablan de la importancia del equilibrio interior y la belleza que surge de la autoconciencia.

Tiferet es la sefirá que se asocia con la belleza y la armonía. Esto refleja la capacidad del Sol para iluminar y traer claridad, mostrando cómo la belleza y la verdad pueden llevar a la armonía interior. Tiferet nos enseña sobre la importancia de la compasión y la conexión con nuestra verdadera esencia. La combinación de Tiferet y el Sol nos invita a buscar la belleza en nosotros mismos y en el mundo que nos rodea, y a vivir en un estado de equilibrio y paz.

Tiferet también está asociada con la compasión y la integridad. La carta del Sol, con su énfasis en la claridad y la alegría, refleja esta integridad y el amor incondicional hacia nosotros mismos y los demás. Ambos símbolos nos recuerdan la importancia de vivir con autenticidad y de expresar nuestra verdad con amor y compasión.

La carta del Sol y la sefirá de Tiferet nos invitan a abrazar nuestra verdadera naturaleza y a vivir en armonía con nosotros mismos y con el mundo. Nos hablan de la importancia de la claridad y la belleza en nuestro camino. Nos muestran que, a través de la autoconciencia y la aceptación, podemos alcanzar un estado de equilibrio y plenitud. Es un viaje hacia la realización y la alegría, impulsado por la belleza y la armonía.

ENEATIPO **8**

¿Alguna vez has sentido una necesidad ardiente de tomar el control y liderar en tiempos de desafío? Esta es la esencia del Eneatipo 8, conocido como "El Desafiador" o "El Protector". Las personas de este eneatipo buscan poder y control, enfrentando la vida con una energía intensa y una voluntad inquebrantable. Son líderes naturales, impulsados por la necesidad de proteger y de influir en su entorno.

El Eneatipo 8 puede comprenderse mejor a través de Tiphereth, la esfera de la belleza y la armonía en la Cábala. Ambos se centran en la integridad y la plenitud. Para un Eneatipo 8, el poder y la autoridad no son solo deseos; son una misión para enfrentar y superar obstáculos con un sentido de propósito y justicia. Trabajan incansablemente para ejercer control y asegurar que ellos y sus seres queridos estén protegidos y respetados.

En Tiphereth, la belleza y la armonía son esenciales para alcanzar un estado de equilibrio y realización. Los Eneatipo 8 poseen una habilidad única para tomar decisiones rápidas y efectivas, liderando con confianza y determinación. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a ser dominantes y, a veces, agresivos, siempre buscando mantener su posición de poder.

Los Eneatipo 8 son pilares de fuerza en tiempos de adversidad, proporcionando dirección y coraje. En el contexto de Tiphereth, esto se traduce en una mente que no solo busca el poder, sino también la armonía y la justicia en sus acciones. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 8 es la tendencia a la confrontación y la resistencia al control externo. En Tiphereth, donde la belleza y la armonía son clave, esta tendencia puede resultar en conflictos y desafíos constantes. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre el poder y la colaboración.

Al igual que Tiphereth se centra en la belleza y la armonía, los Eneatipo 8 se enfocan en la acción decisiva y el liderazgo moral. Prefieren enfrentar los desafíos con una ética rigurosa y una

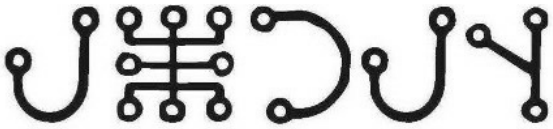
determinación para corregir lo incorrecto. Su capacidad para mantener altos estándares y actuar con integridad puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que el deseo de control se convierta en tiranía.

PARTES DEL CUERPO Y ÓRGANOS:

- **Corazón**
- **Sistema circulatorio**

Posibles Enfermedades:

- **Físicas:**
  - Problemas cardíacos
  - Trastornos de la presión arterial
  - Problemas de circulación sanguínea
- **Mentales:**
  - Dificultades para encontrar equilibrio emocional
  - Problemas con la autoestima y la autoaceptación
  - Conflictos internos entre deseos y responsabilidades



NOMBRE DE DIOS **y angel**

Ángeles: Neljael (21)

Nombre de Dios (72 nombres): י.ה.ו

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios י.ה.ו proporciona equilibrio, armonía y belleza. Facilita la conexión con la verdad y la esencia divina, ayudando a manifestar la compasión y la integridad.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios י.ה.ו mientras te concentras en la armonía y el equilibrio en tu vida. Imagina una luz dorada que te rodea, trayendo paz y belleza a tu ser.

Neljael (21)

Vocalización: Ne/la/iel

Uso según la Cábala: Neljael se utiliza para obtener la verdad y la claridad en las situaciones. Ayuda a disipar la confusión y a encontrar el camino correcto.

Lo que otorga:

- Verdad y claridad.
- Disipación de la confusión.
- Guía divina.

• PROTECCIÓN CONTRA LA FALSEDAD.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?"*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Neljael.

Oración: *"Oh Neljael, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame*

a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."

Arcángel: Rafael

Lo que otorga: Rafael es conocido por su papel como arcángel de la sanación y la verdad. Ayuda a encontrar la salud y el bienestar, y a sanar tanto el cuerpo como el alma.

Oración: *"Arcángel Rafael, guardián de la sanación y la verdad, otórgame tu luz y tu guía. Ayúdame a encontrar la salud y el bienestar, y a sanar todas mis heridas, tanto físicas como emocionales."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Rafael rodeado de una luz verde esmeralda. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo sanación y bienestar a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Rafael te guíe y te brinde paz y sanación.

ELEMENTO

• Aire: Tifereth se asocia con el elemento Aire, simbolizando el equilibrio, la armonía y la belleza. El aire representa la claridad mental y la capacidad de ver la verdad y la justicia desde una perspectiva elevada y equilibrada.

• Luz: En el contexto de la creación bíblica, Tiferet está asociado con la luz, que simboliza la claridad, la verdad y la iluminación.

Letra

• Resh (ר): La letra hebrea asociada con Tiferet es Resh (ר), cuyo valor numérico es 200. Resh representa la cabeza y la autoridad.

• Vav (ו): La letra hebrea asociada con Tifereth es Vav (ו), cuyo valor numérico es 6. Vav simboliza la conexión y el equilibrio, proporcionando una unión entre diferentes elementos y niveles de existencia.

Nombre de Dios (Tetragrammaton)

• YHVH Eloah Va Daath (יְהוָה אֱלֹה וְדַעַת): El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Tiferet es YHVH Eloah Va Daath (יְהוָה אֱלֹה וְדַעַת), que significa "Dios Conocimiento y Sabiduría" y representa el poder divino en la manifestación de la armonía y la claridad.

Mundo

• Beriyah: Tiferet está relacionado con el mundo de Beriyah, el mundo de la creación y la manifestación de la armonía y el equilibrio.

Metal

• Oro: El metal asociado con Tiferet es el oro, que simboliza la pureza, la luz y la perfección.

Planta

• Rosa: La planta asociada con Tiferet es la rosa, una flor que simboliza la belleza y el amor. La rosa refleja la capacidad de Tiferet para proporcionar equilibrio y armonía, manteniendo la conexión con la verdad y la belleza.

Mineral

• Topacio: El mineral asociado con Tiferet es el topacio, que se cree que proporciona claridad mental y favorece la armonía y el equilibrio.

Dios Egipcio

• Ra: El dios egipcio correspondiente a Tiferet es Ra, el dios del sol. Ra representa la luz, la verdad y la vida, reflejando la naturaleza equilibrada y armoniosa de Tiferet.

Dios Griego/Romano

• Apolo: Apolo, el dios griego de la música, la verdad y la profecía, es el correspondiente a Tiferet. En la mitología romana, él es conocido como Apolo también. Apolo simboliza la belleza, la armonía y la verdad, sugiriendo una fase de equilibrio y claridad.

Dios Hindú

• Vishnu: El dios hindú vinculado a Tiferet es Vishnu, el preservador y protector del universo. Vishnu representa la armonía y el equilibrio, protegiendo y cuidando de todas las criaturas con amor y compasión.

Dios Vikingo

• Balder: Balder es el dios vikingo asociado con Tiferet. Balder, dios de la luz, la pureza y la belleza, simboliza la bondad y la generosidad, reflejando la capacidad de Tiferet para traer luz y armonía al mundo.

Runa

• Wunjo: Wunjo es la runa vinculada a Tiferet, simbolizando la alegría y la armonía. Representa la felicidad y la realización personal, reflejando la importancia de la conexión emocional y la creatividad en Tiferet.

Signo Horóscopo Chino

• Caballo: El horóscopo chino para Tiferet es el Caballo, que simboliza la libertad, la nobleza y la energía. Este signo refleja una naturaleza equilibrada y enérgica, siempre en busca de la verdad y la armonía.

Arquetipo de Jung

• El Héroe: El arquetipo jungiano para Tiferet es El Héroe, simbolizando la valentía, la verdad y la nobleza. El Héroe en Tiferet sugiere la capacidad de enfrentar desafíos y mantener el equilibrio a través de la compasión y la verdad.

Horóscopo Maya

• Jaguar: En el horóscopo maya, Tiferet está representado por el Jaguar, símbolo de la visión y la claridad. El jaguar sugiere una capacidad para ver más allá de las apariencias y encontrar la verdad interior, reflejando la energía armoniosa y equilibrada de Tiferet.

I Ching

50 Ting, el Caldero: El hexagrama del I Ching asociado con Tiferet es 50. Ting, el Caldero. Este hexagrama habla de la transformación y la nutrición a través de la verdad y la belleza, indicando una fase de crecimiento y equilibrio a través de la conexión emocional y la compasión.

NÚMERO **4**

El número 4 es un símbolo potente en diversas tradiciones, representando la estabilidad, el orden y la estructura. Para los pitagóricos, el 4 es el número de la realidad física, la manifestación y la solidez. Simboliza la capacidad de crear una base sólida y una estructura organizada. En la cábala, el 4 corresponde a Tiferet, que simboliza la belleza y la armonía. Tiferet equilibra la estabilidad con la compasión, destacando la importancia de mantener una perspectiva equilibrada y armoniosa en todas las áreas de la vida.

El número 4 combina la estabilidad y la estructura necesarias para crear una base sólida con la capacidad de mantener una perspectiva equilibrada y armoniosa. Las personas asociadas con este número suelen ser organizadas y meticulosas, enfocadas en crear un entorno estable y ordenado. Son líderes naturales, capaces de establecer y mantener estructuras que promuevan el

crecimiento y el desarrollo personal. Su enfoque práctico les permite materializar sus sueños y metas de manera efectiva.

Las personas influenciadas por el número 4 son estables y orientadas al orden. Tienen una fuerte capacidad para crear y mantener estructuras sólidas, y una determinación inquebrantable para alcanzar sus objetivos. Estas personas suelen enfocarse en la estabilidad y el equilibrio, valorando la armonía en su entorno. Su habilidad para organizar y gestionar les permite alcanzar altos niveles de eficiencia y efectividad en sus proyectos.

A pesar de su enfoque en la estabilidad y el orden, las personas con el número 4 también valoran la belleza y la compasión. La influencia de Tiferet les permite apreciar la estética y la armonía en su entorno, equilibrando su enfoque práctico con un sentido de gratitud y compasión. Este equilibrio les permite mantener una perspectiva armoniosa y valoran tanto el éxito externo como la realización personal interna.

En resumen, el número 4 representa la estabilidad, el orden y la estructura, equilibrados con la belleza y la compasión. Las personas asociadas con este número son líderes decididos y organizados, capaces de alcanzar altos niveles de éxito en sus metas materiales. Su capacidad para combinar la estabilidad con la compasión les permite mantener un enfoque equilibrado y armonioso en su vida, logrando tanto el éxito externo como la realización personal interna.

1 EJERCICIOS DE INTEGRACIÓN PERSONAL:

- **Diario de integración:** Escribe un diario donde reflexiones sobre cómo tus acciones, pensamientos y emociones pueden estar más alineados con tus valores y tu yo auténtico.
- **Sesiones de coaching sobre valores:** Trabaja con un coach para explorar y definir tus valores fundamentales, y cómo estos se manifiestan en tu vida.

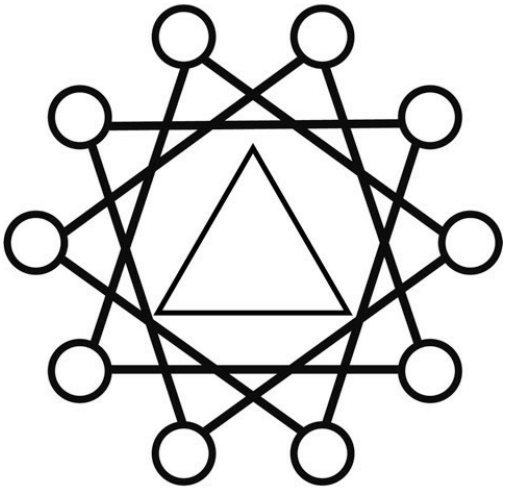
1 Fomento de la Belleza y la Creatividad:

- **Creación artística:** Engágete en actividades creativas como pintura, música, escritura o danza que te permitan expresar belleza y harmonía.
- **Apreciación de las artes:** Visita regularmente museos, conciertos, y exposiciones para inspirarte y conectarte con la expresión de la belleza en diversas formas.

1 Desarrollo del Equilibrio Interior:

- **Meditación de balance:** Realiza meditaciones centradas en encontrar el equilibrio entre tus emociones y tu razón, utilizando visualizaciones que equilibren los elementos de tu cuerpo y mente.
- **Yoga o Tai Chi:** Practica regularmente disciplinas que unen cuerpo y mente para mejorar el balance físico, emocional y espiritual.

SEFIROTIPO 3 BINAH: REFLEXIVO



Talmud: *"Si no hay entendimiento, ¿cómo puede haber sabiduría?" (Pirkei Avot 3:17)*

• **Nombre de Dios**: Elohim (אלהים)

◦ **Significado**: "Dios" en plural

◦ **Descripción**: Refleja la comprensión y el discernimiento. Elohim denota la multiplicidad dentro de la unidad divina, representando la estructura y el juicio.

Descripción:

• **Personalidad**: Personas comprensivas y discernientes, con una profunda capacidad de entender y crear.

-Color: Negro. Denota entendimiento y la estructura, asociado con la introspección y la profundidad. En astrología, Binah se relaciona con Saturno, reflejando disciplina y límites

-Virtud negativa: Sobrepensamiento

-Actitud en el dinero: Planificador: Gestión financiera con previsión y responsabilidad, enfocándose en la planificación y la estabilidad a futuro.

-Actitud en el amor: Comprensivo: Un amor que se manifiesta a través de la lógica, la empatía y la compasión, ofreciendo apoyo y consuelo en momentos de necesidad. Utilitario.

• **Modo de Pensar**: Enfocados en la comprensión y el discernimiento profundo.

• **Vibración**: Energía de entusiasmo y creación.

Puntos Fuertes: Sabiduría

La capacidad de ver más allá de las apariencias superficiales y entender la esencia de las cosas es un punto fuerte asociado con Binah, facilitando la creación de relaciones y experiencias profundas y significativas.

Debilidades: Rigidez

Una debilidad de Binah es la rigidez, el riesgo de volverse demasiado estructurada y severa, perdiendo la flexibilidad y la compasión necesarias para el equilibrio.

Puntos a Mejorar: Flexibilidad

La necesidad de superar la rigidez y ganar flexibilidad para mantener la sabiduría y la comprensión sin perder la capacidad de adaptarse es un área clave de mejora para Binah.

Forma de Manejar la Verdad: Sabiduría

Binah maneja la verdad mediante un enfoque de sabiduría, confiando en la comprensión profunda y la introspección para discernir la realidad y tomar decisiones informadas.

Desequilibrios:

• **Sobreintelectualización**: Perderse en el análisis y la complejidad.

• **Poca Acción**: Falta de aplicación práctica de sus ideas.

Equilibrio:

• **Comprensión Aplicada**: Usar su entendimiento para crear y mejorar el mundo.

• **Creatividad Práctica**: Convertir el entusiasmo en acciones concretas.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo entender las causas profundas de las cosas?

2 ¿Qué necesito hacer para desarrollar mi intuición y sabiduría?

3 ¿Cómo puedo aplicar mi conocimiento de manera práctica?

4 ¿Cómo puedo estructurar mis ideas de manera coherente?

5 ¿Qué debo aprender para crecer espiritualmente?

Valores:

• Sabiduría

• Comprensión

• • **Profesiones**:

◦ Investigador

◦ Filósofo

◦ Ingeniero

◦ Administrador

◦ Planificador urbano

DESCRIPCION **general**

El camino hacia el autoconocimiento y el crecimiento personal es un proceso continuo que nos invita a explorar diversas dimensiones de nuestro ser. En el estudio de la Cábala, Binah es una séfira esencial que actúa como una interfaz entre el mundo de arriba y el mundo de abajo. Este capítulo está dedicado a comprender la naturaleza de Binah y cómo su equilibrio puede influir en nuestra vida diaria.

Binah, conocida como la "mamá del mundo de arriba", es una de las séfiras más importantes del Árbol de la Vida en la Cábala. Representa la inteligencia y el entendimiento, y su principal función es recibir la energía expansiva de Hokmah (sabiduría) y condensarla en una forma comprensible y estructurada. Esta capacidad de transformar y estructurar la energía es crucial para que podamos comprender y aplicar la sabiduría en nuestras vidas cotidianas.

En el relato del Jardín del Edén, Adán y Eva simbolizan el hemisferio derecho e izquierdo del cerebro respectivamente. Cuando estos hemisferios trabajan en armonía, representan un estado ideal de equilibrio y plenitud. Sin embargo, el conflicto surge cuando Eva, que simboliza el hemisferio racional, actúa sola, llevando al desequilibrio. Este desequilibrio se manifiesta cuando se rompe la armonía entre la intuición y la lógica, creando un estado de confusión y separación.

Binah es la raíz de la percepción dualista del mundo. Cuando Eva comió del árbol del conocimiento del bien y del mal, introdujo la noción de dualidad, separando lo que estaba unido. Este acto de diferenciación es esencial para el entendimiento, pero también puede llevar al dogmatismo y la rigidez. La dualidad es necesaria para comprender las distintas facetas de la

realidad, pero si se lleva al extremo, puede resultar en una visión limitada y cerrada del mundo.

Para mantener la armonía, Binah debe aprender a equilibrar la dualidad con la unidad. La inteligencia debe ser flexible, permitiendo la integración de diferentes perspectivas sin caer en el extremismo. Este equilibrio es fundamental para que podamos adaptarnos a los cambios y desafíos de la vida sin perder nuestra esencia. Binah nos enseña que el verdadero entendimiento surge de la capacidad de ver la unidad en la diversidad, de encontrar el punto de conexión entre aparentes opuestos.

La función de Binah en nuestro crecimiento personal es, por tanto, aprender a utilizar nuestra inteligencia de manera equilibrada y flexible. No se trata solo de acumular conocimientos, sino de saber cómo aplicarlos de manera que nos permitan crecer y evolucionar. Binah nos invita a ser conscientes de nuestras percepciones y a trabajar en armonizarlas para alcanzar un estado de plenitud y bienestar. Al integrar estas enseñanzas en nuestra vida diaria, podemos avanzar en nuestro camino hacia el autoconocimiento y la realización personal, encontrando un sentido más profundo y trascendente en cada experiencia.

Los desafíos que enfrenta Binah en el camino del autoconocimiento y el crecimiento personal son significativos y multifacéticos. Comprender y superar estos retos es esencial para alcanzar un estado de equilibrio y armonía tanto en nuestro interior como en nuestras relaciones con los demás.

Binah tiene una tendencia hacia el perfeccionismo y la autoexigencia. Esta rigidez puede llevar a la frustración y al agotamiento, tanto en términos personales como en las relaciones con los demás. La búsqueda constante de la perfección puede crear una presión interna que resulta insostenible, y a menudo, se proyecta en expectativas poco realistas hacia uno mismo y hacia los demás. El reto es aprender a soltar el control y aceptar la imperfección como parte de la vida. Reconocer que la belleza y el crecimiento personal a menudo surgen de nuestros errores y fracasos es un paso crucial en el camino hacia una vida más plena y auténtica.

Uno de los mayores desafíos de Binah es el miedo al cambio. La seguridad y la estabilidad son fundamentales para esta séfira, lo que puede llevar a la creación de zonas de confort que limitan el crecimiento personal. Este miedo puede manifestarse como resistencia a nuevas ideas, reluctancia a tomar riesgos o una tendencia a aferrarse a situaciones familiares aunque no sean satisfactorias. Aprender a abrazar el cambio y la incertidumbre es crucial para el desarrollo espiritual. Aceptar que el cambio es una constante en la vida y que cada nueva experiencia trae consigo oportunidades para aprender y evolucionar es esencial para liberarse de las limitaciones autoimpuestas.

Para que Binah alcance su máximo potencial, debe unirse con Hokmah, que representa la sabiduría. Esta unión simboliza la integración de la razón con la intuición, permitiendo una comprensión más profunda y holística de la realidad. La sabiduría de Hokmah aporta la visión y la creatividad que complementan la estructura y el orden de Binah. Juntas, estas dos séfiras crean un equilibrio perfecto entre la mente analítica y el corazón intuitivo. Este proceso de copulación no es meramente simbólico, sino una guía práctica para integrar nuestras capacidades intelectuales y emocionales, llevando a una comprensión más rica y significativa de nosotros mismos y del mundo que nos rodea.

El vaciamiento es un proceso crucial para Binah. Implica vaciarse de orgullo y vanagloria, permitiendo que la energía de Hokmah fluya libremente. Este vaciamiento no significa perder lo que se ha ganado, sino redistribuir la energía recibida de manera efectiva y altruista. En términos prácticos, esto puede traducirse en compartir conocimientos, recursos y amor sin esperar

reconocimiento o recompensa. Al liberarse del ego y de la necesidad de control, Binah puede abrirse a nuevas posibilidades y perspectivas, facilitando un flujo de energía más libre y armonioso. Este proceso de vaciamiento y redistribución no solo enriquece a Binah, sino que también beneficia a todo el Árbol de la Vida, creando un ciclo de crecimiento y renovación continua.

Al abordar estos desafíos y transformaciones, Binah nos enseña lecciones valiosas sobre la flexibilidad, la humildad y el valor del cambio. Integrar estas enseñanzas en nuestra vida diaria nos permite avanzar en nuestro camino hacia el autoconocimiento y el crecimiento personal, cultivando una existencia más equilibrada, significativa y llena de propósito. Cada paso que damos en este camino nos acerca más a la realización de nuestro verdadero potencial y nos conecta de manera más profunda con la sabiduría eterna de la Cábala.

Aplicar los principios de Binah en nuestra vida diaria es esencial para lograr un equilibrio y un crecimiento personal duradero. A través de una serie de prácticas concretas, podemos cultivar una vida más armoniosa y significativa.

Para mantener el equilibrio en nuestra vida, es fundamental dominar el arte de dar y recibir. Muchas veces, se percibe el recibir como un acto de egoísmo, pero en realidad, es una preparación necesaria para poder dar de manera efectiva. Este balance asegura que podamos ofrecer lo mejor de nosotros mismos a los demás sin agotarnos. Aprender a recibir con gratitud, ya sea apoyo, amor o recursos, nos permite estar en una mejor posición para dar. Este intercambio constante de energía es vital para nuestro bienestar emocional y espiritual, evitando que caigamos en la trampa del agotamiento o la autoexigencia extrema.

Una autoestima fuerte es indicativa de una Binah equilibrada. Cuando Binah está en armonía, empodera a Tiferet, que representa el yo, permitiendo que este ascienda y ocupe un papel central en la vida. Trabajar en la autoestima es esencial para el crecimiento personal y espiritual. Una autoestima saludable nos permite enfrentar los desafíos con confianza, tomar decisiones con claridad y actuar desde un lugar de amor propio. Esto no solo mejora nuestra relación con nosotros mismos, sino también con los demás, fomentando relaciones más auténticas y significativas. Cultivar una autoestima fuerte implica reconocer y valorar nuestras fortalezas, aceptando nuestras imperfecciones y trabajando constantemente en nuestro desarrollo personal.

A lo largo de la vida, Binah debe aprender a adaptarse y evolucionar. Con el tiempo, la rigidez puede dar paso a una mayor apertura y flexibilidad. Esta evolución es crucial para alcanzar un estado de equilibrio y plenitud. La capacidad de Binah para transformarse y adaptarse refleja nuestro propio proceso de crecimiento. A medida que enfrentamos nuevas experiencias y desafíos, tenemos la oportunidad de reevaluar nuestras creencias y patrones de pensamiento, permitiendo que nuestras perspectivas se amplíen y profundicen. Este proceso de evolución continua nos lleva a una comprensión más completa de nosotros mismos y de nuestro lugar en el mundo, fomentando una mayor conexión con nuestra esencia espiritual.

En última instancia, el objetivo es vivir en equilibrio, integrando las enseñanzas de Binah en nuestra vida diaria. Al comprender y aplicar estos principios, podemos alcanzar un estado de armonía y bienestar, contribuyendo al bienestar colectivo y espiritual. Vivir en equilibrio significa reconocer la interconexión entre todas las áreas de nuestra vida y esforzarnos por mantener una armonía entre ellas. Esto incluye equilibrar nuestras responsabilidades y nuestras pasiones, nuestras necesidades individuales y nuestras contribuciones a la comunidad. Al vivir de esta manera, no solo mejoramos nuestra propia calidad de vida, sino que también influimos positivamente en quienes nos rodean, creando un impacto duradero y significativo en el mundo.

Incorporar las lecciones de Binah en nuestra rutina diaria puede ser un desafío, pero los beneficios son invaluables. Al adoptar una actitud de flexibilidad y apertura, podemos enfrentar los desafíos con una nueva perspectiva y encontrar soluciones creativas a los problemas. Al equilibrar el dar y recibir, y al trabajar en nuestra autoestima, podemos cultivar una vida rica en significado y propósito. Este camino nos lleva hacia una existencia más plena y nos conecta con la sabiduría atemporal de la Cábala, guiándonos hacia un estado de equilibrio y bienestar que trasciende el tiempo y el espacio.

ANÁLISIS **psicológico del Sefirotipo**

El sefirotipo de Binah representa la comprensión, la sabiduría, el análisis y la intuición profunda. Las personas influenciadas por Binah están constantemente en una búsqueda de conocimiento y significado, buscando comprender la naturaleza fundamental del mundo y su lugar en él. La energía de Binah se manifiesta en la capacidad de penetrar en los misterios de la vida, de ver más allá de lo superficial y de encontrar patrones y conexiones ocultas.

Para las personas de Binah, el propósito de vida está profundamente ligado a la comprensión del yo interior y del universo. Se embarcan en una búsqueda constante para desentrañar los secretos del ser y del cosmos. Esta introspección y análisis les permiten vivir de manera sabia y en armonía con las leyes más profundas de la existencia. ¿Alguna vez has sentido la necesidad de comprender el porqué de las cosas? Esa es la esencia de Binah en acción. Los individuos de este sefirotipo entienden que la verdadera sabiduría y satisfacción vienen de una comprensión profunda y holística de uno mismo y del mundo.

La sabiduría y el análisis son piedras angulares de Binah. Estas personas buscan experiencias y conocimientos que les permitan entender mejor la naturaleza de la realidad y su propósito en ella. Su búsqueda no es solo intelectual, sino también espiritual, abarcando todas las dimensiones de la existencia. Sin embargo, este enfoque en el análisis y la sabiduría también puede ser una espada de doble filo. ¿Cómo encontrar el equilibrio entre el deseo de comprender todo y aceptar los misterios que no pueden ser resueltos? Esta es una pregunta crucial para quienes resuenan con Binah. La búsqueda excesiva de respuestas puede llevar a la frustración y al agotamiento, mientras que un equilibrio adecuado puede crear una vida rica en significado y sabiduría.

La comunicación para las personas de Binah es clara y profunda. Prefieren expresarse de manera reflexiva y considerada, utilizando palabras que transmitan sabiduría y entendimiento. Esta habilidad para la comunicación profunda los convierte en excelentes maestros y consejeros, capaces de guiar a otros con perspicacia y compasión.

Para las personas de Binah, el propósito de vida no es solo un concepto abstracto, sino una práctica diaria de comprensión y sabiduría. Buscan vivir de manera auténtica, siendo fieles a su deseo de conocimiento y verdad. Valoran la integridad intelectual y la profundidad en todas sus interacciones, entendiendo que la sabiduría es la clave para una vida equilibrada y significativa.

El principal desafío para aquellos influenciados por Binah es encontrar un equilibrio entre la búsqueda de comprensión y la aceptación de lo inexplicable. Mientras que su inclinación natural es hacia el análisis y la introspección, también deben aprender a lidiar con las incertidumbres y los misterios inevitables de la vida. La incorporación de una perspectiva más flexible y abierta puede ayudarles a mantener su equilibrio interno mientras navegan por los desafíos de la vida.

La conexión con lo espiritual también es vital para las personas de Binah. Pueden encontrar gran satisfacción en prácticas que les permitan explorar su sentido de comprensión y sabiduría en

un contexto más amplio. La meditación, el estudio de textos sagrados y otras formas de práctica espiritual pueden ser especialmente beneficiosas, ayudándoles a alinear su búsqueda de conocimiento con un sentido más profundo de propósito y significado.

En resumen, el sefirotipo de Binah nos enseña la importancia de la comprensión, la sabiduría, el análisis y la intuición en la vida. Nos recuerda que el conocimiento profundo y la reflexión son esenciales para una existencia plena y satisfactoria. Al aprender a equilibrar estos aspectos con una perspectiva de aceptación y flexibilidad, las personas de Binah pueden alcanzar una vida rica y significativa, donde la sabiduría y el propósito se conviertan en fuentes de crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en la armonía entre la búsqueda de comprensión y la aceptación de los misterios, y en la capacidad de ver cada experiencia como una oportunidad para crecer y evolucionar.

EJERCICIO DE ANÁLISIS PROFUNDO:

• Escoge un tema o problema complejo y analiza sus componentes y posibles consecuencias. Escribe un ensayo corto que explique el tema en detalle, aplicando un enfoque analítico y reflexivo para comprender mejor su naturaleza y posibles soluciones.

Mapeo de Ideas:

• Crea un mapa mental de una idea o proyecto que tengas en mente. Desglosa cada componente y relación para tener una visión clara y estructurada, reflejando el entendimiento profundo de Binah.

Discusión Filosófica:

• Organiza una discusión con amigos o colegas sobre un tema filosófico o ético. Escucha diferentes puntos de vista y reflexiona sobre cómo estas perspectivas amplían tu comprensión del tema.

SEFIROTIPO DE BINÁ: **El Caso de Eva**

El Sefirotipo de Biná incluye a personas sabias, intuitivas y orientadas a la comprensión profunda, centradas en la introspección y la sabiduría. Son profundas y buscan entender las conexiones y significados ocultos. Aunque pueden ser demasiado serias, su capacidad para ver el panorama general es notable. A veces pueden sentirse desconectadas del mundo exterior, pero su habilidad para comprender y profundizar es esencial. Lo más importante para ellos es la sabiduría, la intuición y la comprensión. Saben que para vivir plenamente, deben equilibrar la introspección con la interacción. Puede existir un miedo a la superficialidad, por lo que a veces se enfocan en Biná como una vía de escape.

Eva, la primera mujer según la Biblia, es un ejemplo claro del Sefirotipo de Biná. Su vida refleja la búsqueda de comprensión y sabiduría, así como las consecuencias de profundizar en lo desconocido. Desde su creación hasta su papel en la caída del hombre, Eva encarna las características de Biná.

Eva mostró una curiosidad innata y un deseo de conocimiento al comer del árbol del conocimiento del bien y del mal. Su acción, aunque con consecuencias negativas, refleja una profunda búsqueda de comprensión y sabiduría. Tenía una fuerte intuición y percepción, lo que le permitió entablar una conversación con la serpiente y considerar las implicaciones del fruto prohibido. Esta intuición es una manifestación de Biná, donde la percepción y la sabiduría son centrales. Eva tuvo una capacidad significativa para influir, persuadiendo a Adán a comer del

fruto. Su habilidad para comunicar y convencer demuestra su influencia y poder, características de una persona centrada en Biná. La profundidad emocional de Eva se refleja en su respuesta al castigo divino y en su papel como madre de todos los vivientes. Su capacidad para sentir profundamente y procesar sus emociones es un aspecto clave de Biná.

Sin embargo, Eva, al centrarse en el conocimiento prohibido, se desconectó de las instrucciones divinas y de las implicaciones prácticas de sus acciones. Esta desconexión muestra un desequilibrio al priorizar la comprensión interna sobre la realidad externa. Al tomar la decisión de comer del árbol del conocimiento, mostró una forma de soberbia y deseo de ponerse por encima de Adán. Al actuar de manera independiente y desobedecer la instrucción divina, pretendió alcanzar una verdad superior sin la compañía ni el consentimiento de Adán. Esta acción refleja un desequilibrio en su percepción de igualdad y cooperación. Su deseo de llegar a la verdad sola, sin considerar las consecuencias y sin consultar con Adán, es una manifestación de la soberbia intelectual. Al intentar obtener el conocimiento por sí misma, Eva demostró una falta de humildad y una sobreestimación de su propia capacidad para comprender y manejar la verdad divina. Al comer del árbol del conocimiento del bien y del mal, Eva realizó un juicio moral que le fue prohibido, desafiando el mandamiento divino. Esta acción no solo trajo consecuencias personales sino que afectó a toda la humanidad. El juicio de Eva y su subsecuente acción muestran un grave error de cálculo en su búsqueda de conocimiento, llevando al pecado original y la caída del hombre.

Eva, con su curiosidad, intuición y búsqueda de conocimiento, es un claro representante del Sefirotipo de Biná. Su vida muestra cómo las cualidades de Biná pueden llevar a una comprensión profunda y una capacidad significativa para influir. Sin embargo, también ilustra los peligros de los desequilibrios asociados, como la soberbia, la pretensión de alcanzar la verdad de manera solitaria y las graves consecuencias de actuar sin una visión completa. Eva nos enseña que, aunque es esencial buscar la sabiduría y la comprensión, también debemos equilibrar nuestra introspección con la humildad y la cooperación. Su vida es una lección sobre la importancia de equilibrar la búsqueda de conocimiento con la prudencia y la conexión con los demás, demostrando que la verdadera sabiduría se logra a través de la integración de la comprensión interna, la humildad y la acción externa

Midot: Virtudes y fortalezas

Agudeza intelectual
La organización
La disciplina
Mantener la independencia de Tiferet
Distribuir la energia de Jojma al resto de dimensiones
Acompañar y organizar a jojma en expandir conciencia

KLIPA: **Defectos y desequilibrios**

Kipá Psicológica: En Binah, la kipá psicológica se caracteriza por la necesidad de comprensión profunda y estructura. Las personas pueden ser muy introspectivas y a veces demasiado críticas. Puntos a mejorar: flexibilidad, apertura al cambio, equilibrio entre pensamiento y acción, manejo de la crítica interna y capacidad para disfrutar el presente.

EXCESO:

El dogmatismo, las ideas fijas
Excesivo control de tiferet
Circulo de confort mental
Soberbia intelectual
Autoidolatria
Sobreprotección
No realizar expansión de la vasija de bina
No aceptar los contenidos de Jojma
El autoengaño a nivel mental
No tener humildad hacia Jojma
El pensamiento en forma de bucle

DEFECTO:

Inconsciencia
La locura
La no organización

MANDAMIENTO: No tomarás el nombre de Jehová en vano

Pecado Capital: Soberbia

ASTROLOGIA

El Sefirotipo Biná es una combinación profundamente analítica de las energías de Virgo, Saturno y la sefirá de Biná. Esta conjunción crea una personalidad meticulosa, sabia y estructurada. Los nacidos bajo este Sefirotipo son personas detallistas, disciplinadas y con una gran capacidad para el análisis y la comprensión profunda.

Los individuos del Sefirotipo Biná poseen una capacidad analítica excepcional. Virgo, influenciado por Saturno, les dota de un enfoque meticuloso y preciso en todo lo que hacen. Son expertos en descomponer problemas complejos en partes manejables y en encontrar soluciones detalladas y prácticas. Influenciados por Saturno, estos individuos tienen una fuerte ética de trabajo y un alto sentido de la responsabilidad. Son disciplinados y organizados, capaces de mantener la concentración en sus tareas y cumplir con sus deberes de manera eficiente. Su seriedad y compromiso les convierten en personas de confianza en cualquier entorno.

La sefirá de Biná representa la comprensión y el entendimiento profundo. Estos individuos tienen una mente aguda y una capacidad innata para comprender conceptos complejos y abstractos. Su búsqueda de la sabiduría les lleva a ser pensadores profundos y a valorar el conocimiento y la reflexión. La influencia de Virgo y Biná se manifiesta en su tendencia hacia el perfeccionismo. Son personas que valoran la calidad y la precisión en todo lo que hacen. Su atención al detalle les permite alcanzar altos estándares en sus trabajos y proyectos, asegurándose de que todo esté bien hecho y en orden.

Saturno les infunde un amor por la estructura y el orden. Les gusta mantener su entorno y sus vidas bien organizadas, lo que les ayuda a funcionar de manera eficiente y a reducir el estrés. Esta necesidad de orden se extiende a su pensamiento, donde prefieren tener claridad y lógica en sus procesos mentales. Los del Sefirotipo Biná son increíblemente pacientes y perseverantes. No

se rinden fácilmente y están dispuestos a trabajar duro y durante largos periodos para alcanzar sus objetivos. Su capacidad para mantenerse enfocados y persistentes les permite superar obstáculos y alcanzar el éxito a largo plazo.

La influencia de Saturno y Biná les dota de una naturaleza prudente y racional. Son personas que piensan antes de actuar y que toman decisiones basadas en la lógica y el análisis. Su enfoque cauteloso les ayuda a evitar riesgos innecesarios y a tomar decisiones informadas y seguras.

Si eres un Sefirotipo Biná, tu personalidad está marcada por una capacidad analítica excepcional, una disciplina férrea y una profunda búsqueda de sabiduría y comprensión. Valoras la precisión, la responsabilidad y la estructura. Tu habilidad para descomponer problemas complejos y encontrar soluciones prácticas te convierte en una persona meticulosa y confiable. Aprovecha tu amor por el conocimiento y tu naturaleza organizada para vivir una vida plena y significativa, contribuyendo con tu sabiduría y comprensión profunda al mundo que te rodea.



TAROT DE LOS SEFIROTIPOS.

La carta del tarot de la Sacerdotisa es una de las más misteriosas y profundas. Simboliza la intuición, el conocimiento oculto y la sabiduría interior. En psicología, representa la introspección, la comprensión de los secretos del inconsciente y el desarrollo de la intuición. Es el momento de mirar hacia adentro y conectar con nuestra sabiduría interna y nuestras verdades más profundas.

La carta de la Sacerdotisa habla del poder del conocimiento interno. Psicológicamente, esto refleja nuestra capacidad para acceder a nuestra intuición y comprender los misterios de nuestra psique. Es un símbolo de introspección y sabiduría oculta, recordándonos que la verdadera comprensión viene desde dentro. La Sacerdotisa nos enseña a confiar en nuestra voz interior y a buscar respuestas en nuestro mundo interno.

La imagen de la Sacerdotisa suele mostrar a una figura femenina sentada entre dos pilares, sosteniendo un pergamino y rodeada de símbolos de la luna y el agua. Este escenario sugiere misterio, pasividad y reflexión. Psicológicamente, representa la profundidad de nuestro inconsciente y la importancia de la intuición. La Sacerdotisa nos invita a explorar nuestro mundo interno y a descubrir la sabiduría que reside en lo más profundo de nuestra mente.

En la Cábala, la sefirá de Biná representa la comprensión, la introspección y el entendimiento profundo. Es el centro del análisis y la percepción, donde las ideas abstractas se transforman en conocimiento concreto. Biná y la carta de la Sacerdotisa se relacionan a través del concepto de sabiduría y conocimiento profundo. Psicológicamente, ambos nos hablan de la importancia de la introspección y la comprensión interna en el proceso de crecimiento personal.

Biná es la sefirá que se asocia con la estructura y la forma. Esto refleja la capacidad de la Sacerdotisa para transformar el conocimiento oculto en sabiduría práctica, mostrando cómo la introspección y la reflexión pueden llevar a una comprensión más profunda. Biná nos enseña sobre la importancia de la paciencia y la contemplación en nuestro viaje hacia la sabiduría. La combinación de Biná y la Sacerdotisa nos invita a tomarnos el tiempo necesario para comprender nuestras experiencias y a confiar en nuestra intuición como una guía valiosa.

Biná también está asociada con la energía femenina y la receptividad. La carta de la Sacerdotisa, con su énfasis en la pasividad y la reflexión, refleja esta receptividad y la importancia de estar abiertos a la sabiduría interna. Ambos símbolos nos recuerdan la importancia de la intuición y la comprensión profunda en nuestro camino hacia el autoconocimiento.

La carta de la Sacerdotisa y la sefirá de Biná nos invitan a explorar nuestro mundo interno y a confiar en nuestra intuición. Nos hablan de la importancia de la introspección y la sabiduría interna en nuestro desarrollo personal. Nos muestran que, a través de la reflexión y la comprensión profunda, podemos alcanzar un estado de conocimiento y sabiduría. Es un viaje hacia la introspección y la sabiduría, impulsado por la comprensión y la intuición.

ENEATIPO **3**

¿Alguna vez has sentido una necesidad insaciable de alcanzar el éxito y ser reconocido por tus logros? Esta es la esencia del Eneatipo 3, conocido como "El Triunfador" o "El Realizador". Las personas de este eneatipo buscan el éxito y la validación, enfrentando la vida con ambición y eficiencia. Son individuos carismáticos y adaptables, impulsados por la necesidad de destacarse y ser admirados.

El Eneatipo 3 puede comprenderse mejor a través de Binah, la esfera del entendimiento y la estructura en la Cábala. Ambos se centran en la realización y la manifestación de potencialidades. Para un Eneatipo 3, el éxito y el reconocimiento no son solo deseos; son una misión para concretar sus objetivos y mostrar resultados tangibles. Trabajan incansablemente para destacarse en todo lo que hacen, asegurándose de que sus esfuerzos sean visibles y apreciados.

En Binah, el entendimiento y la estructura son esenciales para transformar ideas en realidad. Los Eneatipo 3 poseen una habilidad única para organizar y ejecutar planes de manera efectiva, liderando con su capacidad de lograr resultados concretos. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a ser demasiado enfocados en la imagen y, a veces, a sacrificar su autenticidad por la aprobación externa.

Los Eneatipo 3 son motores de eficiencia y motivación en tiempos de proyectos ambiciosos, proporcionando dirección y metas claras. En el contexto de Binah, esto se traduce en una mente que no solo busca entender, sino también estructurar y realizar con precisión. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 3 es la tendencia a la superficialidad y la dependencia de la validación externa. En Binah, donde el entendimiento y la estructura son clave, esta tendencia puede resultar en una falta de profundidad y una búsqueda constante de aprobación. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre el éxito externo y la autenticidad interna.

Al igual que Binah se centra en la estructura y el entendimiento, los Eneatipo 3 se enfocan en la realización y el logro. Prefieren enfrentar los desafíos con una estrategia clara y una fuerte orientación hacia los resultados. Su capacidad para alcanzar el éxito y ser reconocidos puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que la búsqueda de validación se convierta en una máscara que oculta su verdadero ser.

En resumen, los Eneatipo 3, con su ambición y deseo de éxito, encuentran en Binah un reflejo de su propia esencia. La combinación de la estructura y la realización les permite transformar sus sueños en realidades tangibles mientras mantienen un sentido de propósito y autenticidad.

BINAH: **Partes del Cuerpo, Posibles Enfermedades y Cómo Trascender**

Partes del Cuerpo y Órganos:

- **Ovarios/útero (en mujeres)**
- **Sistema digestivo**

Posibles Enfermedades:

- **Físicas:**
  - Problemas reproductivos, como trastornos ováricos o uterinos
  - Trastornos digestivos, como úlceras o problemas de asimilación
  - Desequilibrios hormonales
- **Mentales:**
  - Ansiedad y preocupación excesiva
  - Sentimientos de restricción y limitación
  - Dificultades para procesar y asimilar experiencias emocionales

• CHAKRA: Vishuddha El chakra asociado con Binah es Vishuddha, el chakra de la garganta, que se relaciona con la comunicación, la verdad y la expresión creativa.

NÚMERO **3**

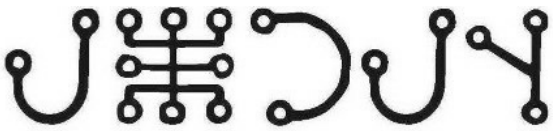
El número 3 es un símbolo potente en diversas tradiciones, representando la creatividad, la comunicación y la expansión. Para los pitagóricos, el 3 es el número de la armonía y la interacción, simbolizando la capacidad de expresarse y conectarse con los demás. En la cábala, el 3 corresponde a Binah, que simboliza el entendimiento y la comprensión profunda. Binah equilibra la creatividad con la estructura, destacando la importancia de canalizar la imaginación y las ideas en formas concretas y comprensibles.

El número 3 combina la capacidad de crear y comunicar con la profundidad y el entendimiento. Las personas asociadas con este número suelen ser expresivas y comunicativas, enfocadas en compartir sus ideas y conocimientos con los demás. Son pensadores profundos, capaces de transformar conceptos abstractos en realidades tangibles. Su enfoque creativo les permite encontrar soluciones innovadoras y efectivas a los desafíos.

Las personas influenciadas por el número 3 son creativas y orientadas a la comunicación. Tienen una fuerte capacidad para expresarse y una curiosidad inquebrantable para aprender y comprender el mundo que les rodea. Estas personas suelen enfocarse en la expansión de sus conocimientos y habilidades, valorando la claridad y la profundidad en sus interacciones. Su habilidad para organizar y transmitir ideas les permite alcanzar altos niveles de impacto y eficacia en sus proyectos.

A pesar de su enfoque en la creatividad y la comunicación, las personas con el número 3 también valoran la estructura y la comprensión. La influencia de Binah les permite apreciar la importancia de canalizar sus ideas en formas concretas y estructuradas, equilibrando su creatividad con un sentido de responsabilidad y claridad. Este equilibrio les permite mantener una perspectiva armoniosa y valorar tanto el éxito externo como la realización personal interna.

En resumen, el número 3 representa la creatividad, la comunicación y la expansión, equilibrados con la estructura y la comprensión. Las personas asociadas con este número son pensadores expresivos y profundos, capaces de alcanzar altos niveles de impacto y eficacia en sus metas intelectuales. Su capacidad para combinar la creatividad con la estructura les permite mantener un enfoque equilibrado y armonioso en su vida, logrando tanto el éxito externo como la realización personal interna.



<u>Nombre De Dios y angel</u>

Ángeles: Rohel (69), Iabamiah (70)

Nombre de Dios (72 nombres): י.ל.ה

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios י.ל.ה proporciona entendimiento profundo y percepción. Facilita el desarrollo de la intuición y la sabiduría, ayudando a comprender los misterios de la vida.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios י.ל.ה mientras te concentras en la búsqueda de entendimiento y sabiduría. Imagina una luz azul oscuro que te rodea, trayendo claridad y profundidad a tu mente.

Rohel (69)

Vocalización: Ro/hel

Uso según la Cábala: Rohel se utiliza para obtener revelaciones divinas y conocimiento oculto. Ayuda a encontrar respuestas a preguntas profundas y a conectar con la sabiduría superior.

Lo que otorga:

• Revelaciones divinas.
• Conocimiento oculto.
• Conexión con la sabiduría superior.
• Claridad y percepción profunda.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?"*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Rohel.

Oración: *"Oh Rohel, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."*

Arcángel: Tsafkiel

Lo que otorga: Tsafkiel es conocido por su papel como arcángel de la comprensión y la introspección. Ayuda a profundizar en el conocimiento y a desarrollar la percepción espiritual.

Oración: *"Arcángel Tsafkiel, guardián de la comprensión y la introspección, otórgame tu sabiduría y claridad. Ayúdame a encontrar respuestas profundas y a comprender los misterios de la vida."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Tsafkiel rodeado de una luz azul oscuro. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo comprensión y profundidad a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Tsafkiel te guíe y te brinde sabiduría.

ELEMENTO

• Agua: Binah se asocia con el elemento Agua, simbolizando la comprensión profunda, la introspección y la intuición. El agua representa la capacidad de adaptarse y fluir, reflejando la naturaleza receptiva y emocional de Binah.

Letra

• He (ה): La letra hebrea asociada con Binah es He (ה), cuyo valor numérico es 5. He representa la ventana y la revelación.

• Bet (ב): La letra hebrea asociada con Binah es Bet (ב), cuyo valor numérico es 2. Bet simboliza la dualidad y la creación, proporcionando una conexión con la comprensión y la sabiduría.

Nombre de Dios (Tetragrammaton)

• YHVH Elohim (יְהוָה אֱלֹהִים): El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Binah es YHVH Elohim (יְהוָה אֱלֹהִים), que significa "Dios" y representa el poder divino en la manifestación del entendimiento y la estructura.

Mundo

• Beriyah: Binah está relacionado con el mundo de Beriyah, el mundo de la creación y la manifestación del entendimiento y la estructura.

Metal

• Plomo: El metal asociado con Binah es el plomo, que simboliza la densidad, la estructura y

la capacidad de contener.

Planta

• Ciprés: La planta asociada con Binah es el ciprés, un árbol que simboliza la longevidad y la resistencia. El ciprés refleja la capacidad de Binah para proporcionar apoyo y sustento, manteniendo la sabiduría y la comprensión.

Mineral

• Amatista: El mineral asociado con Binah es la amatista, que se cree que proporciona claridad mental y favorece la intuición y la sabiduría.

• Obsidiana: El mineral asociado con Binah es la obsidiana, que representa la introspección y la protección. La obsidiana es conocida por su capacidad para proporcionar claridad mental y emocional, facilitando la conexión con la comprensión y la sabiduría.

Dios Egipcio

• Isis: La diosa egipcia correspondiente a Binah es Isis, la diosa de la magia y la sabiduría. Isis representa la comprensión, la intuición y la protección, reflejando la naturaleza receptiva y sabia de Binah.

Dios Griego/Romano

• Atenea (Minerva): Atenea, la diosa griega de la sabiduría y la estrategia, es la correspondiente a Binah. En la mitología romana, ella es conocida como Minerva. Atenea simboliza la sabiduría, la justicia y la comprensión, sugiriendo una fase de introspección y discernimiento.

Dios Hindú

• Sarasvati: La diosa hindú vinculada a Binah es Sarasvati, la diosa del conocimiento, la música y la sabiduría. Sarasvati representa la mente analítica y la capacidad de comprender y comunicar ideas de manera efectiva.

Dios Vikingo

• Frigg: Frigg es la diosa vikinga asociada con Binah. Frigg, diosa de la sabiduría y la previsión, simboliza la comprensión y la protección, reflejando la capacidad de Binah para guiar y cuidar con sabiduría.

Runa

• Isa: Isa es la runa vinculada a Binah, simbolizando la introspección y la quietud. Representa la paciencia y la meditación, reflejando la importancia de la comprensión profunda y la sabiduría en Binah.

Signo Horóscopo Chino

• Buey: El horóscopo chino para Binah es el Buey, que simboliza la paciencia, la fuerza y la sabiduría. Este signo refleja una naturaleza trabajadora y perseverante, siempre en busca de la verdad y la comprensión.

Arquetipo de Jung

• La Sabia: El arquetipo jungiano para Binah es La Sabia, simbolizando la sabiduría, la intuición y la comprensión profunda. La Sabia en Binah sugiere la capacidad de ver más allá de las apariencias y encontrar la verdad interior.

Horóscopo Maya

• Búho: En el horóscopo maya, Binah está representado por el Búho, símbolo de la sabiduría y la visión nocturna. El búho sugiere una capacidad para ver en la oscuridad y encontrar la verdad oculta, reflejando la energía introspectiva y sabia de Binah.

I Ching

18 Ku, la Decadencia: El hexagrama del I Ching asociado con Binah es 18. Ku, la Decadencia. Este hexagrama habla de la necesidad de enfrentar y resolver la decadencia a través de la comprensión y la sabiduría, indicando una fase de introspección y discernimiento para restaurar el equilibrio y la verdad.

EJERCICIO:

1 EJERCICIOS **para Mejorar la Capacidad Analítica:**

- **Resolución de problemas complejos:** Enfréntate a problemas que requieran un análisis detallado y el desarrollo de soluciones innovadoras.
- **Debates y discusiones:** Organiza o participa en debates sobre temas complejos y multifacéticos que te obliguen a considerar diferentes perspectivas y profundizar tu comprensión.

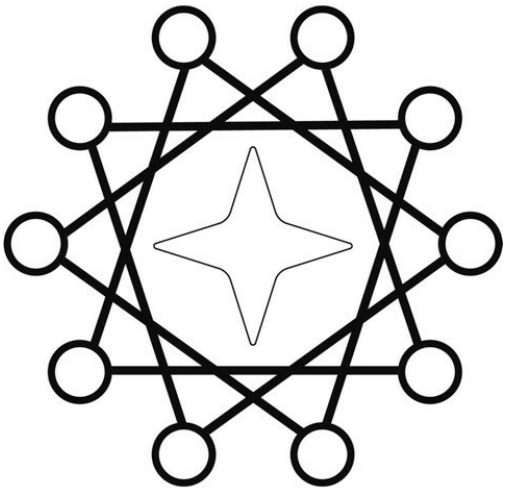
1 Desarrollo del Pensamiento Profundo y Reflexivo:

- **Ejercicios de meditación enfocados:** Practica técnicas de meditación que te inviten a contemplar preguntas profundas sobre la vida, el universo y tu propia naturaleza.
- **Estudio de textos filosóficos o espirituales:** Dedica tiempo regular al estudio de textos que te desafíen intelectual y espiritualmente, permitiéndote explorar conceptos complejos y profundos.

2 Cultivo de la Receptividad:

- **Escucha activa:** Mejora tus habilidades de escucha dedicándote a entender verdaderamente lo que otros dicen, sin preparar respuestas mientras hablan.
- **Ejercicios de aceptación:** Trabaja en aceptar situaciones y emociones tal como son, sin intentar cambiarlas inmediatamente, para desarrollar una mayor paciencia y comprensión.

SEFIROTIPO 2 JOJMAH: INSPIRADO



Talmud: *"¿Quién es sabio? Aquel que aprende de todos los hombres." (Pirkei Avot 4:1)*

Nombre de Dios: Yah (יה)

• **Significado**: Forma abreviada del Tetragrámaton (YHWH)

• **Descripción**: Simboliza la sabiduría divina y el poder creativo. Yah es la chispa inicial de la creación y la fuerza que impulsa la sabiduría y la intuición.

Descripción:

• **Personalidad**: Personas sabias e inspiradas, con una conexión profunda con la fuente de la inspiración.

-Color: Purpura. Simboliza la sabiduría y la intuición, vinculadas con la creatividad y la espiritualidad profunda. Relacionado con Urano, Chokmah trae inspiración y cambios innovadores.

-Virtud negativa: Soñador

-Actitud en el amor: Intuitivo: Un amor que se basa en la comprensión profunda y la percepción intuitiva, valorando la conexión espiritual y la sabiduría compartida.

-Actitud con el dinero: Visionario: Un enfoque financiero basado en la intuición y la visión a largo plazo, valorando decisiones estratégicas e innovadoras.

• **Modo de Pensar**: Enfocados en la sabiduría y la inspiración divina.

• **Vibración**: Energía de alegría y sabiduría.

Estado: Alegría, Sabiduría

Desequilibrios:

• **Arrogancia**: Creer que su sabiduría es superior y desconectarse de otros.

• **Falta de Práctica**: No aplicar su sabiduría en el mundo real.

Equilibrio:

• **Sabiduría Humilde**: Compartir su conocimiento con humildad y compasión.

• **Inspiración Aplicada**: Usar su alegría y sabiduría para inspirar y guiar a otros.

Preguntas Vitales:
1 ¿Cómo puedo conectar con la sabiduría universal?
2 ¿Qué debo hacer para desarrollar mi intuición?
3 ¿Cómo puedo aplicar mi intuición en mi vida diaria?
4 ¿Qué debo hacer para ser más creativo?
5 ¿Cómo puedo encontrar soluciones innovadoras a los problemas?
Valores:
• Intuición
• Creatividad
Profesiones:
• Visionario
• Inventor
• Estratega
• Coach de vida
• Consejero creativo

DESCRIPCION

Para comprender el papel de Jojmá, debemos remontarnos al origen del universo. Según la Cábala, la creación comenzó con el Ein Sof, una luz infinita e ilimitada. Este concepto representa la fuente primordial de toda existencia, una energía pura y potencial que contenía todas las posibilidades del universo. A través del proceso de Tsimtsum, esta luz infinita se autocontrajo, creando un espacio vacío en el que el universo pudiera existir. Este acto de contracción no fue un simple evento físico, sino un proceso profundo y espiritual que permitió la manifestación de la creación.

En este vacío creado por el Tsimtsum, surgió una explosión de energía pura, lo que en términos científicos podríamos comparar con el Big Bang. Esta explosión inicial de energía es lo que la Cábala identifica como la emanación de Jojmá. Jojmá, que se traduce como sabiduría, representa esta chispa inicial de creación, la primera emanación de sabiduría y energía sin forma. Es la fuerza intuitiva y creativa que impulsa el universo desde su mismo origen. Jojmá es la semilla de la creación, la idea pura antes de ser moldeada y formada por otras fuerzas.

Esta sabiduría primordial no tiene límites ni forma específica. Es una energía cruda y potente que se despliega en todas direcciones, buscando manifestarse en la creación. En nuestras vidas, Jojmá se manifiesta como intuición, inspiración y creatividad. Es esa chispa de brillantez que nos impulsa a explorar, a crear y a buscar respuestas más allá de lo evidente. Sin embargo, esta energía debe ser canalizada y equilibrada para que pueda ser verdaderamente efectiva. Aquí es donde entra en juego la importancia de ser aprendices de sabios, manteniendo una actitud de humildad y apertura mientras navegamos por las corrientes de la sabiduría y la intuición.

Así, al embarcarnos en este viaje a través de Jojmá, nos preparamos para explorar no solo la historia y la teoría de esta séfira, sino también su aplicación práctica en nuestras vidas diarias. Aprenderemos cómo esta sabiduría primordial puede guiar nuestras decisiones, inspirar nuestra creatividad y fortalecer nuestra conexión con el universo. A medida que avanzamos, recordemos siempre que, como Talmid-Hajamim, nuestro camino es interminable y lleno de posibilidades. La sabiduría de Jojmá está siempre a nuestro alcance, esperando ser descubierta y comprendida en toda su profundidad y esplendor.

En el relato del Jardín del Edén, Jojmá puede verse en la figura de Adán, simbolizando el hemisferio derecho del cerebro, la intuición y la creatividad. Adán, en este contexto, representa no solo al primer hombre, sino también a la chispa inicial de la sabiduría que reside en cada uno de nosotros. El hemisferio derecho del cerebro, asociado con Jojmá, es el asiento de la intuición, de las ideas que surgen espontáneamente, y de la creatividad sin límites. Esta parte del cerebro nos permite soñar, imaginar y conectar con las verdades más profundas de nuestra existencia.

Cuando ambos hemisferios del cerebro, el derecho y el izquierdo, trabajan en armonía, representan un estado ideal de equilibrio. El hemisferio izquierdo, que simboliza la lógica y la razón, se complementa perfectamente con el derecho, creando un balance perfecto entre la intuición y el análisis racional. Esta armonía es esencial para nuestro bienestar y crecimiento personal, ya que nos permite tomar decisiones informadas que están en sintonía con nuestra intuición y nuestros sentimientos más profundos. La sabiduría intuitiva de Jojmá es esencial para equilibrar la razón y la lógica, permitiéndonos vivir en un estado de plenitud y entendimiento profundo. Este equilibrio no solo enriquece nuestra vida interior, sino que también mejora nuestras relaciones con los demás, permitiéndonos ser más comprensivos y empáticos.

JOJMÁ ES la séfira que introduce la percepción intuitiva y la creatividad sin límites. En la tradición cabalística, Jojmá se considera la primera emanación de la luz divina después de Keter, el punto más alto de la energía pura. Es la chispa de inspiración que precede a la estructura y la forma, la semilla de todas las ideas y conceptos que aún no han sido manifestados en el mundo material. En la vida diaria, esta energía puede ser tanto una fuente de innovación como un desafío. Cuando estamos en sintonía con Jojmá, podemos experimentar momentos de claridad y visión creativa que nos inspiran a crear, a innovar y a ver el mundo desde nuevas perspectivas.

Sin embargo, si no se equilibra adecuadamente con otras séfiras, especialmente con la racionalidad de Binah, la energía de Jojmá puede volverse abrumadora y difícil de manejar. Binah, que representa el entendimiento y la estructura, actúa como un contenedor para la energía expansiva de Jojmá. Sin la influencia estabilizadora de Binah, la creatividad de Jojmá puede convertirse en una fuerza caótica, difícil de canalizar y dirigir hacia objetivos productivos. Por eso, es vital encontrar un balance entre la inspiración ilimitada de Jojmá y la estructura lógica de Binah para poder realizar nuestros sueños de manera efectiva y tangible.

JOJMÁ ENFRENTA varios desafíos en su manifestación. Uno de ellos es la "Luz Cegadora". La sabiduría intensa de Jojmá puede ser abrumadora. En momentos de gran inspiración, podemos sentirnos tan llenos de ideas y energía que nos resulta difícil concentrarnos o actuar de manera práctica. Es vital aprender a canalizar esta energía sin perderse en ella. La "Luz Cegadora" puede llevarnos a sentirnos desorientados, abrumados por la cantidad de posibilidades y direcciones en las que podemos ir.

Otro desafío es la "Locura del Genio". La creatividad sin límites puede llevar a la falta de estructura y estabilidad. A menudo, las personas altamente creativas pueden encontrarse en un estado de flujo constante, donde las ideas fluyen libremente pero carecen de la organización necesaria para ser llevadas a cabo. Este estado puede ser fascinante y estimulante, pero también puede ser agotador y frustrante si no se traduce en acciones concretas y resultados tangibles. Es crucial equilibrar Jojmá con la racionalidad de Binah para asegurar que nuestra intuición y creatividad se manifiesten de manera productiva y armoniosa. Binah nos proporciona la

estructura y el orden necesarios para dar forma a nuestras ideas, para convertir la inspiración en proyectos concretos que puedan ser realizados y compartidos con el mundo.

Para que Jojmá alcance su máximo potencial, debe unirse con Binah, que representa el entendimiento. Esta integración simboliza la unión de la intuición con la lógica, permitiendo una comprensión más profunda y holística de la realidad. Jojmá por sí sola es la chispa de la inspiración, una fuente de ideas y creatividad que fluye sin cesar. Sin embargo, sin la estructura y el marco que Binah proporciona, estas ideas pueden quedar dispersas, sin dirección ni aplicación práctica. Binah actúa como un recipiente que da forma a las ideas generadas por Jojmá, convirtiéndolas en conceptos estructurados y útiles. Esta relación es esencial para transformar la intuición en sabiduría aplicable, permitiendo que nuestras ideas se materialicen en acciones y soluciones tangibles.

La unión de Jojmá y Binah es una danza armoniosa entre la inspiración y la lógica, donde cada elemento equilibra y complementa al otro. Esta sinergia nos permite no solo soñar y crear, sino también realizar y manifestar nuestras visiones en el mundo real. Cuando logramos este equilibrio, nuestra comprensión de la realidad se profundiza, abarcando tanto lo visible como lo invisible, lo lógico como lo intuitivo. Esta unión no es solo un ideal abstracto, sino una práctica diaria que podemos cultivar en nuestras vidas.

EN LA VIDA DIARIA, aplicar los principios de Jojmá puede transformar nuestra existencia de maneras significativas y profundas. Primero, cultivar la intuición es fundamental. Escuchar y confiar en nuestra intuición nos permite acceder a una fuente interna de sabiduría que está siempre disponible para nosotros. Practicar la meditación y la reflexión puede ayudarnos a sintonizar con esta sabiduría interna, despejando la mente de distracciones y permitiéndonos escuchar nuestra voz interior. La meditación regular nos ayuda a desarrollar una conexión más profunda con nuestro yo intuitivo, fortaleciéndolo y haciéndolo más accesible en momentos de necesidad.

Fomentar la creatividad es otro aspecto crucial de Jojmá. Permitirnos ser creativos y explorar nuevas ideas sin temor al fracaso es esencial para nuestro crecimiento personal y profesional. La creatividad es una expresión de nuestra intuición en acción, y cuando nos permitimos experimentar y jugar con nuevas ideas, estamos dando vida a la energía de Jojmá. Esta libertad creativa no solo enriquece nuestra vida, sino que también nos ayuda a encontrar soluciones innovadoras a los desafíos que enfrentamos.

A LO LARGO de la vida, Jojmá debe adaptarse y evolucionar. La energía intuitiva y creativa que Jojmá nos ofrece puede ser canalizada de maneras cada vez más efectivas y equilibradas. A medida que crecemos y adquirimos nuevas experiencias, nuestra capacidad para manejar y dirigir esta energía también se expande. Esto nos permite alcanzar un estado de plenitud y realización personal. La evolución de Jojmá es un proceso continuo de aprendizaje y adaptación, donde cada nueva experiencia nos brinda la oportunidad de refinar nuestra intuición y creatividad.

EL OBJETIVO final es integrar la sabiduría de Jojmá en nuestra vida diaria, equilibrándola con la lógica y la estructura de Binah. Al hacerlo, podemos alcanzar un estado de armonía y bienestar, contribuyendo al bienestar colectivo y espiritual. Vivir en equilibrio con Jojmá

significa encontrar un balance entre la inspiración y la acción, entre la creatividad y la estructura. Este equilibrio nos permite vivir de manera más consciente y plena, utilizando nuestras habilidades intuitivas y lógicas de manera complementaria y efectiva.

EL ESTUDIO de la Cábala y la comprensión de Jojmá nos llevan a un viaje profundo de autoconocimiento y crecimiento. A medida que navegamos por este camino, recordemos que somos aprendices en busca de sabiduría. La humildad y la apertura al conocimiento infinito que el universo tiene para ofrecernos son claves en este proceso. Al integrar la energía intuitiva y creativa de Jojmá en nuestra vida, nos acercamos más a la luz que reside en cada uno de nosotros y contribuimos a un mundo más armonioso y conectado.

ANÁLISIS **psicológico**

El sefirotipo de Jojmah representa la sabiduría, la intuición, la visión y la inspiración. Las personas influenciadas por Jojmah están constantemente en una búsqueda de verdades profundas y de una comprensión intuitiva del mundo. La energía de Jojmah se manifiesta en la capacidad de captar ideas y conceptos de manera instantánea y casi sobrenatural, de ver más allá de lo evidente y de encontrar soluciones innovadoras y creativas.

Para las personas de Jojmah, el propósito de vida está profundamente ligado a la sabiduría interior y a la conexión con una fuente superior de conocimiento. Se embarcan en una búsqueda constante para recibir y aplicar las inspiraciones que perciben. Esta intuición les permite vivir de manera creativa y en armonía con el flujo natural del universo. ¿Alguna vez has tenido un destello de inspiración que parece venir de la nada? Esa es la esencia de Jojmah en acción. Los individuos de este sefirotipo entienden que la verdadera sabiduría y satisfacción vienen de una conexión profunda con la intuición y la inspiración.

La visión y la creatividad son piedras angulares de Jojmah. Estas personas buscan experiencias y caminos que les permitan explorar nuevas ideas y perspectivas. Su búsqueda no es solo racional, sino también espiritual, abarcando la totalidad de la existencia. Sin embargo, este enfoque en la inspiración y la intuición también puede ser una espada de doble filo. ¿Cómo encontrar el equilibrio entre seguir la intuición y mantenerse anclado en la realidad? Esta es una pregunta crucial para quienes resuenan con Jojmah. La dependencia excesiva de la intuición puede llevar a la desconexión con el mundo práctico, mientras que un equilibrio adecuado puede crear una vida rica en innovación y sabiduría práctica.

La comunicación para las personas de Jojmah es visionaria y elocuente. Prefieren expresarse de manera imaginativa y persuasiva, utilizando palabras que inspiren y motiven a los demás. Esta habilidad para la comunicación inspiradora los convierte en excelentes líderes y creadores, capaces de guiar a otros con su visión y creatividad.

Para las personas de Jojmah, el propósito de vida no es solo un concepto abstracto, sino una práctica diaria de inspiración y creatividad. Buscan vivir de manera auténtica, siendo fieles a su visión interior y a sus ideas innovadoras. Valoran la integridad creativa y la intuición en todas sus interacciones, entendiendo que la inspiración es la clave para una vida equilibrada y significativa.

El principal desafío para aquellos influenciados por Jojmah es encontrar un equilibrio entre la inspiración y la realidad práctica. Mientras que su inclinación natural es hacia la creatividad y la visión, también deben aprender a aplicar sus ideas de manera práctica y efectiva. La

incorporación de una perspectiva más estructurada y pragmática puede ayudarles a mantener su equilibrio interno mientras navegan por los desafíos de la vida.

La conexión con lo espiritual también es vital para las personas de Jojmah. Pueden encontrar gran satisfacción en prácticas que les permitan explorar su sentido de inspiración y sabiduría en un contexto más amplio. La meditación, la contemplación y otras formas de práctica espiritual pueden ser especialmente beneficiosas, ayudándoles a alinear su búsqueda de inspiración con un sentido más profundo de propósito y significado.

En resumen, el sefirotipo de Jojmah nos enseña la importancia de la sabiduría, la intuición, la visión y la inspiración en la vida. Nos recuerda que la creatividad y la percepción profunda son esenciales para una existencia plena y satisfactoria. Al aprender a equilibrar estos aspectos con una perspectiva de pragmatismo y estructura, las personas de Jojmah pueden alcanzar una vida rica y significativa, donde la sabiduría y el propósito se conviertan en fuentes de crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en la armonía entre la búsqueda de inspiración y la aplicación práctica, y en la capacidad de ver cada experiencia como una oportunidad para crecer y evolucionar.

EJERCICIO DE INSPIRACIÓN CREATIVA:

• Elige una situación en tu vida que requiera una solución creativa. Dedica tiempo a contemplar diferentes perspectivas y posibles soluciones. Luego, anota tus ideas y reflexiona sobre cómo la sabiduría intuitiva de Chokmah puede guiarte hacia la mejor solución.

Lectura y Reflexión de Textos Sagrados:

• Dedica tiempo a leer textos sagrados o filosóficos. Reflexiona sobre las enseñanzas y cómo puedes aplicarlas en tu vida diaria para desarrollar tu sabiduría.

Práctica de la Intuición:

• Dedica un día a tomar decisiones basadas en tu intuición. Anota las decisiones que tomes y reflexiona sobre los resultados. Evalúa cómo confiar en tu intuición puede influir en tu vida de manera positiva.

Sefirotipo de Jojmá: El Caso de Adán

El Sefirotipo de Jojmá se caracteriza por personas visionarias, creativas y llenas de ideas, centradas en la inspiración y la innovación. Son intuitivas y captan la esencia rápidamente, siempre llenas de nuevas ideas. Aunque pueden ser impacientes, su capacidad para innovar y visualizar es notable. A veces pueden sentirse frustradas por no concretar sus visiones, pero su habilidad para ver más allá es esencial. Lo más importante para ellos es la creatividad, la inspiración y la visión. Saben que para ser efectivos, deben canalizar su creatividad de manera práctica. Puede existir un miedo a la monotonía, por lo que a veces se enfocan en Jojmá como una vía de escape.

Adán, el primer hombre según la Biblia, es un ejemplo claro del Sefirotipo de Jojmá. Su vida y acciones reflejan la creatividad, la intuición y la capacidad de captar la esencia de las cosas. Desde su creación hasta su papel en el Jardín del Edén y más allá, Adán encarna las características de Jojmá.

Adán mostró una notable creatividad al nombrar a todos los animales en el Jardín del Edén. Esta tarea refleja su capacidad para captar la esencia de cada criatura y asignarle un nombre adecuado, una muestra de su creatividad e intuición. Tenía una conexión directa con Dios, lo que le permitió recibir visiones y mandatos divinos. Su capacidad para comprender y actuar según las

instrucciones de Dios muestra su intuición y su visión clara. La intuición de Adán le permitió captar la esencia de la creación y su propósito. Su comprensión del jardín y su papel dentro de él muestra una profunda conexión con la visión divina y la creatividad. Después de la expulsión del Edén, Adán mostró adaptabilidad e innovación al enfrentarse a un nuevo entorno. Su capacidad para comenzar de nuevo y trabajar la tierra refleja su habilidad para adaptarse y encontrar nuevas formas de vivir.

Sin embargo, la impaciencia de Adán se manifestó en su aceptación del fruto del árbol del conocimiento del bien y del mal. Al no cuestionar la acción de Eva y participar en el acto, mostró una falta de prudencia y una precipitación en sus decisiones. Tras la caída, Adán pudo haber experimentado una gran frustración al ver que sus visiones y la vida en el Edén se desmoronaban. Esta frustración refleja la dificultad de lidiar con el fracaso de sus ideales y la realidad de su nueva vida. Adán también mostró momentos de desconexión emocional, especialmente en su reacción hacia Eva después del pecado original. La culpa y la responsabilidad compartida llevaron a una cierta alienación y dificultad para manejar las consecuencias emocionales de sus acciones.

Adán, con su creatividad, intuición y capacidad para captar la esencia de las cosas, es un claro representante del Sefirotipo de Jojmá. Su vida muestra cómo las cualidades de Jojmá pueden llevar a una profunda comprensión y una capacidad significativa para innovar y adaptarse. Sin embargo, también ilustra los peligros de los desequilibrios asociados, como la impaciencia, la frustración y la desconexión emocional. Adán nos enseña que, aunque es esencial ser creativos y visionarios, también debemos equilibrar nuestra intuición con la prudencia y la paciencia. Su vida es una lección sobre la importancia de equilibrar la inspiración con la acción práctica y la capacidad de gestionar las emociones, demostrando que la verdadera visión se logra a través de la integración de la creatividad interna y la responsabilidad externa.

KIPÁ PSICOLÓGICA: En Chokmah, la kipá psicológica se centra en la sabiduría y la intuición. Las personas pueden ser visionarias pero a veces desconectadas de la realidad práctica. Puntos a mejorar: concreción, planificación, equilibrio entre intuición y lógica, manejo de expectativas y paciencia.

Midot: Virtudes y fortalezas

Voluntad de ir hacia la luz
La confianza en expandir la conciencia
Conocer que no se puede acceder a toda la luz
Saber que uno no es nada, un fragmento del Ein Sof.

Klipa: Defectos y desequilibrios

EXCESO:

Quedarse en Keter
Creer que el trabajo de expansion de consciencia ha terminado
No tomar accion

DEFECTO:

Demasiado intelectualismo

No tener intuición
Demasiado control

MANDAMIENTO: Honra a tu madre y a tu padre
Pecado Capital: Locura

ASTROLOGÍA

El Sefirotipo Jojmá es una combinación innovadora de las energías de Acuario, Urano y la sefirá de Jojmá. Esta conjunción crea una personalidad visionaria, creativa y orientada hacia el futuro. Los nacidos bajo este Sefirotipo son personas originales, independientes y con una gran capacidad para la intuición y la percepción profunda.

Los individuos del Sefirotipo Jojmá poseen una visión única del mundo. Acuario, regido por Urano, les dota de una mente abierta y orientada hacia el futuro. Son personas que ven más allá de las limitaciones actuales y tienen una capacidad innata para imaginar posibilidades nuevas y revolucionarias. Influenciados por Urano, estos individuos son extremadamente creativos y originales. Les encanta explorar nuevas ideas y desafiar las normas establecidas. Su creatividad se manifiesta en su capacidad para encontrar soluciones innovadoras a problemas complejos y en su enfoque único hacia la vida.

La energía de Acuario les confiere una fuerte necesidad de independencia y libertad. Valoran su autonomía y prefieren seguir su propio camino, a menudo alejándose de las expectativas convencionales. Su deseo de libertad les impulsa a buscar formas alternativas de vivir y trabajar, siempre explorando nuevas fronteras. La sefirá de Jojmá representa la sabiduría y la intuición profunda. Estos individuos tienen una capacidad innata para captar verdades profundas y comprender conceptos abstractos. Su intuición les guía en la toma de decisiones y les permite percibir conexiones y patrones que otros pueden pasar por alto.

Los del Sefirotipo Jojmá tienen un fuerte compromiso con el progreso y la mejora de la humanidad. Son idealistas que creen en la capacidad del ser humano para evolucionar y mejorar. Su deseo de contribuir al bien común les lleva a involucrarse en causas sociales y a trabajar por un futuro mejor para todos. La influencia de Urano y Acuario les dota de una gran adaptabilidad y flexibilidad. Son capaces de ajustarse rápidamente a los cambios y de prosperar en entornos dinámicos. Su habilidad para adaptarse les permite enfrentar desafíos con una actitud positiva y encontrar oportunidades en medio del cambio. Aunque valoran su independencia, también tienen un fuerte sentido de comunidad. Creen en la importancia de la colaboración y el trabajo en equipo para lograr objetivos comunes. Su capacidad para inspirar y motivar a los demás les convierte en líderes naturales en proyectos y movimientos colectivos.

Si eres un Sefirotipo Jojmá, tu personalidad está marcada por una visión innovadora, una creatividad excepcional y una profunda intuición. Valoras la independencia, la libertad y el progreso. Tu capacidad para imaginar nuevas posibilidades y tu compromiso con la mejora de la humanidad te convierten en una persona visionaria y revolucionaria. Aprovecha tu creatividad y tu intuición para vivir una vida plena y significativa, liderando con tu visión única y contribuyendo al avance de la sociedad hacia un futuro mejor.



CARTA **Tarot**

La carta del tarot del Ermitaño es una de las más introspectivas y sabias. Simboliza la búsqueda interior, la sabiduría y la soledad. En psicología, representa la reflexión profunda, el autoconocimiento y la guía interior. Es el momento de retirarse del ruido del mundo y encontrar claridad a través de la meditación y la introspección.

La carta del Ermitaño habla de la necesidad de retiro y reflexión. Psicológicamente, esto refleja nuestra capacidad para buscar respuestas dentro de nosotros mismos. Es un símbolo de sabiduría y autoconocimiento, recordándonos que la verdadera iluminación viene de la introspección. El Ermitaño nos enseña a valorar la soledad como una oportunidad para descubrir nuestra verdad interior.

La imagen del Ermitaño suele mostrar a una figura anciana con una capa, sosteniendo una linterna que ilumina su camino. Este escenario sugiere una búsqueda de la verdad y la iluminación a través de la soledad y la reflexión. Psicológicamente, representa la búsqueda de la sabiduría interior y la necesidad de tomar un tiempo para la autoexploración. El Ermitaño nos

invita a seguir nuestra propia luz interna y a confiar en nuestro propio camino de autodescubrimiento.

En la Cábala, la sefirá de Jojmá representa la sabiduría, la intuición y la inspiración. Es el centro del pensamiento abstracto y la iluminación. Jojmá y la carta del Ermitaño se relacionan a través del concepto de sabiduría y la búsqueda de la verdad. Psicológicamente, ambos nos hablan de la importancia de la reflexión y la sabiduría interior en el proceso de crecimiento personal.

Jojmá es la sefirá que se asocia con la chispa de la intuición y el entendimiento profundo. Esto refleja la capacidad del Ermitaño para iluminar su camino con la luz de la sabiduría interior, mostrando cómo la intuición y la reflexión pueden llevarnos a una comprensión más profunda. Jojmá nos enseña sobre la importancia de la inspiración y la intuición en nuestro viaje hacia la sabiduría. La combinación de Jojmá y el Ermitaño nos invita a confiar en nuestra sabiduría interna y a buscar la verdad a través de la reflexión profunda.

Jojmá también está asociada con la energía masculina y el impulso creativo inicial. La carta del Ermitaño, con su énfasis en la introspección y la búsqueda de la verdad, refleja este impulso de buscar y descubrir. Ambos símbolos nos recuerdan la importancia de la sabiduría y la inspiración en nuestro camino hacia el autoconocimiento.

La carta del Ermitaño y la sefirá de Jojmá nos invitan a buscar la verdad dentro de nosotros mismos y a confiar en nuestra intuición. Nos hablan de la importancia de la reflexión y la sabiduría interior en nuestro desarrollo personal. Nos muestran que, a través de la introspección y la inspiración, podemos alcanzar un estado de conocimiento y sabiduría. Es un viaje hacia la sabiduría y la iluminación, impulsado por la intuición y la reflexión.

ENEATIPO **2**

¿Alguna vez has sentido una profunda necesidad de ayudar y cuidar a los demás? Esta es la esencia del Eneatipo 2, conocido como "El Ayudador" o "El Cuidador". Las personas de este eneatipo buscan el amor y la conexión, enfrentando la vida con una generosidad y empatía inigualables. Son individuos compasivos, impulsados por la necesidad de ser necesitados y de contribuir al bienestar de los demás.

El Eneatipo 2 puede comprenderse mejor a través de Jojmá, la esfera de la sabiduría en la Cábala. Ambos se centran en la expansión y la conexión a través del conocimiento y el amor. Para un Eneatipo 2, el amor y la conexión no son solo deseos; son una misión para brindar apoyo y afecto incondicional. Trabajan incansablemente para ayudar a los demás, asegurándose de que todos se sientan valorados y cuidados.

En Jojmá, la sabiduría y la intuición son esenciales para fomentar relaciones significativas y un entorno armonioso. Los Eneatipo 2 poseen una habilidad única para ofrecer amor y apoyo, liderando con su corazón y su deseo de hacer el bien. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a ser demasiado sacrificados y, a veces, a ignorar sus propias necesidades, siempre buscando ser indispensables para otros.

Los Eneatipo 2 son pilares de amor y compasión en tiempos de necesidad, proporcionando consuelo y ayuda práctica. En el contexto de Jojmá, esto se traduce en una mente que no solo busca dar, sino también nutrir y sanar a los demás. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 2 es la tendencia a la codependencia y el olvido de sí mismos. En Jojmá, donde la sabiduría y la intuición son clave, esta tendencia puede resultar en un desgaste emocional y una pérdida de identidad. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre el amor a los demás y el

amor propio.

Al igual que Jojmá se centra en la sabiduría y la expansión, los Eneatipo 2 se enfocan en la ayuda desinteresada y la creación de conexiones afectivas. Prefieren enfrentar los desafíos con empatía y un deseo profundo de aliviar el sufrimiento ajeno. Su capacidad para amar y cuidar puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que la necesidad de ser necesitados se convierta en auto-sacrificio.

En resumen, los Eneatipo 2, con su compasión y deseo de conectar, encuentran en Jojmá un reflejo de su propia esencia. La combinación de la sabiduría y el amor les permite nutrir a los demás mientras mantienen un sentido de equilibrio y cuidado propio.

JOJMÁ: **Partes del Cuerpo, Posibles Enfermedades y Cómo Trascender**

Partes del Cuerpo y Órganos:

• Cerebro

• Sistema nervioso

Posibles Enfermedades:

• Físicas:

◦ Trastornos neurológicos

◦ Dolores de cabeza crónicos

◦ Problemas cognitivos y de memoria

• Mentales:

◦ Confusión mental y falta de claridad

◦ Dificultades para procesar información y tomar decisiones

◦ Ansiedad relacionada con la incertidumbre y el futuro

• Chakra: Ajna El chakra asociado con Chokmah es Ajna, el chakra del tercer ojo, que se relaciona con la intuición, la percepción y la sabiduría interior.

NÚMERO **2**

El número 2 es un símbolo potente en diversas tradiciones, representando la dualidad, la colaboración y el equilibrio. Para los pitagóricos, el 2 es el número de la división y la relación, simbolizando la capacidad de trabajar en armonía con otros y de balancear fuerzas opuestas. En la cábala, el 2 corresponde a Jojmá, que simboliza la sabiduría y la intuición. Jojmá equilibra la visión intuitiva con la aplicación práctica, destacando la importancia de combinar la intuición con el entendimiento y la acción.

El número 2 combina la capacidad de colaboración y la búsqueda de equilibrio con una profunda intuición y sabiduría. Las personas asociadas con este número suelen ser cooperativas y armoniosas, enfocadas en trabajar bien con otros y en mantener relaciones equilibradas. Son intuitivas y sabias, capaces de ver más allá de las apariencias y de comprender la esencia de las cosas. Su enfoque en la dualidad y la colaboración les permite encontrar soluciones equilibradas y justas.

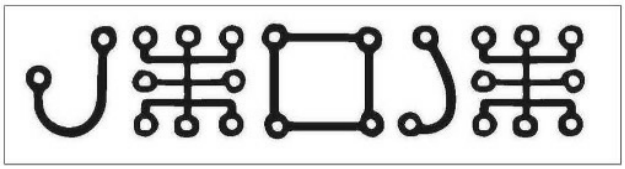
Las personas influenciadas por el número 2 son colaborativas y orientadas al equilibrio. Tienen una fuerte capacidad para trabajar en armonía con otros y una intuición profunda que les permite comprender situaciones complejas. Estas personas suelen enfocarse en la paz y la armonía, valorando la cooperación y el entendimiento mutuo. Su habilidad para combinar la intuición con la acción práctica les permite alcanzar altos niveles de éxito en sus relaciones y

proyectos colaborativos.

A pesar de su enfoque en la colaboración y el equilibrio, las personas con el número 2 también valoran la sabiduría y la intuición. La influencia de Jojmá les permite apreciar la importancia de seguir su guía interna, equilibrando su enfoque cooperativo con una profunda sabiduría. Este equilibrio les permite mantener una perspectiva armoniosa y valorar tanto el éxito en sus relaciones como la realización personal interna.

En resumen, el número 2 representa la dualidad, la colaboración y el equilibrio, equilibrados con la sabiduría y la intuición. Las personas asociadas con este número son colaborativas y equilibradas, capaces de alcanzar altos niveles de éxito en sus relaciones y proyectos. Su capacidad para combinar la colaboración con la sabiduría les permite mantener un enfoque equilibrado y armonioso en su vida, logrando tanto el éxito externo como la realización personal interna.

.



NOMBRE DE DIOS **y angel**

Jojmah

Ángeles: Ei'ael (67), Jabuiah (68)

Nombre de Dios (72 nombres): א.ל.ד

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios א.ל.ד proporciona sabiduría y visión clara. Facilita la conexión con el conocimiento divino y la iluminación espiritual, ayudando a ver la verdad en todas las cosas.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios א.ל.ד mientras te concentras en la búsqueda de sabiduría y visión clara. Imagina una luz blanca brillante que te rodea, trayendo claridad y iluminación a tu mente.

Ei'ael (67)

Vocalización: Ei/a/el

Uso según la Cábala: Ei'ael se utiliza para obtener inspiración y creatividad divina. Ayuda a encontrar nuevas ideas y a conectar con la fuente de toda sabiduría.

Lo que otorga:

• Inspiración y creatividad.
• Conexión con la sabiduría divina.
• Claridad mental.
• Protección contra la confusión.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?"*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Ei'ael.

Oración: *"Oh Ei'ael, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame*

a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."

Arcángel: Raziel

Lo que otorga: Raziel es conocido por su papel como arcángel de los misterios y el conocimiento oculto. Ayuda a desvelar los secretos del universo y a comprender la sabiduría esotérica.

Oración: *"Arcángel Raziel, guardián de los misterios y el conocimiento oculto, otórgame tu sabiduría y visión clara. Ayúdame a desvelar los secretos del universo y a comprender la verdad en todas las cosas."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Raziel rodeado de una luz blanca brillante. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo claridad y visión a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Raziel te guíe y te brinde sabiduría.

ARQUETIPOS

Elemento

• Fuego: Jojmah se asocia con el elemento Fuego, simbolizando la chispa de la inspiración, la iluminación y el comienzo de la creación. El fuego representa la energía pura y la capacidad de transformar ideas en acción.

Letra Hebrea

• Yod (י): La letra hebrea asociada con Jojmah es Yod (י), cuyo valor numérico es 10. Yod simboliza el punto inicial de la creación y la semilla de toda existencia, proporcionando una conexión con la sabiduría y la iluminación.

Nombre de Dios (Tetragrammaton)

• YHVH (יְהוָה): El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Jojmah es YHVH (יְהוָה). Este nombre significa "El Eterno" y se utiliza para denotar la sabiduría y la presencia divina en todas las cosas.

Mundo

• Atziluth: El nivel del alma asociado con Jojmah es Atziluth, el mundo de la emanación. Este nivel se enfoca en la estructura y el orden necesarios para manifestar la inspiración y mantener el equilibrio en la creación.

Metal

• Plata: El metal asociado con Jojmah es la plata, que simboliza la pureza y la claridad. En la alquimia, la plata representa la sabiduría y la capacidad de reflejar la luz divina, facilitando la conexión con la inspiración y la verdad.

Planta

• Olivo: La planta asociada con Jojmah es el olivo, un árbol que simboliza la paz y la sabiduría. El olivo refleja la capacidad de Jojmah para proporcionar claridad y comprensión, manteniendo la inspiración y la iluminación.

Mineral

• Cuarzo Claro: El mineral asociado con Jojmah es el cuarzo claro, que representa la claridad y la amplificación de la energía. El cuarzo claro es conocido por su capacidad para proporcionar una visión clara y una comprensión profunda, facilitando la conexión con la inspiración y la sabiduría.

Dios Egipcio

• Thoth: El dios egipcio correspondiente a Jojmah es Thoth, el dios de la escritura, la sabiduría y la luna. Thoth representa la inspiración, el conocimiento y la capacidad de comunicar ideas de manera efectiva, reflejando la naturaleza sabia y creativa de Jojmah.

Dios Griego/Romano

• Hermes (Mercurio): Hermes, el dios griego del comercio y la comunicación, es el correspondiente a Jojmah. En la mitología romana, él es conocido como Mercurio. Hermes simboliza la inteligencia, la elocuencia y la adaptabilidad, sugiriendo una fase de inspiración y comunicación efectiva.

Dios Hindú

• Brahma: El dios hindú vinculado a Jojmah es Brahma, el creador del universo. Brahma representa la inspiración y la creación, generando el conocimiento y la sabiduría necesarios para manifestar el mundo.

Dios Vikingo

• Odin: Odin es el dios vikingo asociado con Jojmah. Odin, dios de la sabiduría y la guerra, simboliza la búsqueda de conocimiento y la inspiración, reflejando la capacidad de Jojmah para guiar y proteger con sabiduría.

Runa

• Ansuz: Ansuz es la runa vinculada a Jojmah, simbolizando la inspiración y la comunicación. Representa la recepción de conocimiento divino y la capacidad de expresarlo, reflejando la importancia de la inspiración y la sabiduría en Jojmah.

Signo Horóscopo Chino

• Serpiente: El horóscopo chino para Jojmah es la Serpiente, que simboliza la sabiduría, la intuición y la introspección. Este signo refleja una naturaleza inteligente y perceptiva, siempre en busca de la verdad y la comprensión.

Arquetipo de Jung

• El Sabio: El arquetipo jungiano para Jojmah es El Sabio, simbolizando la sabiduría, la inspiración y la comprensión profunda. El Sabio en Jojmah sugiere la capacidad de ver más allá de las apariencias y encontrar la verdad interior.

Horóscopo Maya

• Águila: En el horóscopo maya, Jojmah está representado por el Águila, símbolo de la visión y la claridad. El águila sugiere una capacidad para ver más allá de las apariencias y encontrar la verdad interior, reflejando la energía inspiradora y sabia de Jojmah.

I Ching

43 Kuai, la Resolución: El hexagrama del I Ching asociado con Jojmah es 43. Kuai, la Resolución. Este hexagrama habla de la necesidad de actuar con decisión y claridad, utilizando la inspiración y la sabiduría para superar los obstáculos y alcanzar la verdad.

EJERCICIO:

1 Estimulación de la Creatividad:

- **Brainstorming o lluvia de ideas:** Realiza sesiones de brainstorming regularmente, solo o en grupo, para generar ideas nuevas y creativas sin limitaciones iniciales.
- **Escritura libre:** Dedica tiempo a escribir sin restricciones sobre cualquier tema, permitiendo que tus pensamientos fluyan libremente para fomentar la

creatividad.

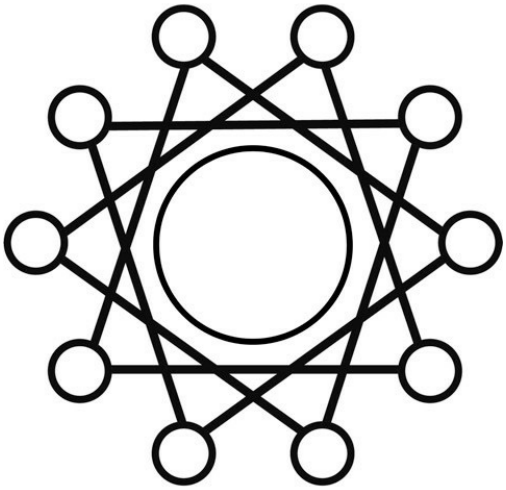
1 Desarrollo de la Intuición:

- **Meditaciones guiadas para la intuición:** Practica meditaciones que se centren en abrir y fortalecer tu tercer ojo o el chakra de la intuición, ayudando a desarrollar tu sensibilidad hacia las corazonadas y los conocimientos internos.
- **Ejercicios de escucha interna:** Dedica momentos del día para estar en silencio y escuchar tus pensamientos y sentimientos internos, fomentando una conexión más profunda con tu intuición.

1 Cultivo de la Originalidad:

- **Desafíos de innovación:** Crea desafíos personales o grupales que te empujen a pensar y actuar de manera original y pionera.
- **Estudio de biografías de innovadores:** Lee sobre la vida y obra de grandes pensadores e innovadores para entender cómo canalizaron su creatividad y sabiduría.

SEFIROTIPO 1 KETER: JUGADOR



Proverbios 8:22-23: *"El Señor me poseía en el principio de su camino, antes de sus obras antiguas. Desde la eternidad fui establecida, desde el principio, antes de la tierra."*

- **Nombre de Dios**: Eheieh (אהיה)
  - **Significado**: "Yo Soy"
  - **Descripción**: Representa el principio más elevado y la fuente de toda existencia. Eheieh denota la presencia divina pura, el origen del ser y la realidad última.

Personalidad:

Personas realizadas y conectadas con lo divino, viviendo en un estado de plenitud espiritual, pero no necesariamente superiores a otros.

-Color: Blanco. Representa la conexión divina y la pureza, asociada con la iluminación y el potencial ilimitado. En astrología, Keter se vincula con el universo entero y la conciencia cósmica.

-Virtud negativa: Desconexión

-Actitud en el amor: Desinteresado. El amor en su forma más pura y elevada, desinteresado y universal, que trasciende lo físico y emocional.

-Actitud con el dinero: Contribución. Consideración del dinero como una energía sagrada utilizada para propósitos espirituales y el bienestar universal.

Virtud negativa:

Perder el contacto con lo real. Dejar de crecer.

Modo de Pensar:

Enfocados en la unidad y la conexión directa con la divinidad, pero conscientes de la importancia de equilibrar esta conexión con el mundo tangible.

Vibración:

Energía de realización total y unidad con el todo.

Estado:

Éxtasis, juego, estado de flow

Puntos Fuertes:

- **Iluminar**: La capacidad de iluminar y guiar a otros con sabiduría divina, sin perder la

humildad.

Debilidades:

• **Abstracción**: El riesgo de estar tan absorto en el conocimiento divino que se pierde la conexión con lo mundano.

Puntos a Mejorar:

• **Conexión**: La necesidad de superar la abstracción y buscar la conexión con el mundo material es un área clave de mejora para Keter.

Forma de Manejar la Verdad:

• **Iluminación**: Keter maneja la verdad mediante la iluminación, irradiando sabiduría y comprensión divina.

Desequilibrios:

• **Desconexión Terrenal**: Pérdida de contacto con la realidad física.

• **Ego Espiritual**: Creer que están por encima de los demás por su conexión divina.

Equilibrio:

• **Unidad Integrada**: Mantener la conexión divina mientras viven plenamente en el mundo físico.

• **Humildad Espiritual**: Reconocer su unidad con todo sin sentirse superiores.

Preguntas Vitales:

1 ¿Cómo puedo conectar con lo divino?

2 ¿Qué necesito hacer para alcanzar la iluminación?

3 ¿Cómo puedo mantenerme enfocado en mi propósito espiritual?

4 ¿Cómo puedo trascender mis limitaciones personales?

5 ¿Qué debo hacer para ser un canal de la voluntad divina?

Valores:

• Iluminación

• Conexión divina

Profesiones:

• Líder espiritual

• Filósofo

• Guía espiritual

• Mentor

• Maestro de meditación

DESCRIPCION **general**

Keter, que se traduce como "corona", es la séfira más alta del Árbol de la Vida. Representa la dimensión suprema del ser, el punto más cercano a lo divino. Si todas las clases pasadas han desafiado tu mente, Keter te llevará a un nivel completamente nuevo. Keter se coloca sobre la cabeza, simbolizando que está más allá de nuestro entendimiento racional. Es una dimensión de pura potencialidad y de conexión directa con la fuente de toda la creación. Keter no es simplemente una séfira más; es la puerta de entrada a lo inexplicable, a lo infinito. Es el punto donde todas las posibilidades existen simultáneamente, donde la luz divina comienza su viaje hacia la manifestación. En este estado de pureza y potencial absoluto, Keter nos ofrece un vistazo a la unidad y la totalidad de todo lo que existe.

Para entender Keter, es esencial comprender la creación del universo desde la perspectiva

cabalista. Todo comenzó con el Ein Sof, una luz infinita y sin límites. Este concepto es fundamental en la Cábala, ya que representa la fuente inagotable de toda existencia, el principio eterno que no tiene fin ni principio. Esta luz infinita se contrajo en un proceso llamado Tzimtzum, creando un vacío que permitió la manifestación de la energía creativa. Este acto de contracción es paradójico, pues el Ein Sof, al retirarse, hizo espacio para que la creación ocurriera. Fue en este vacío primordial donde la luz de Ein Sof comenzó a formar las diferentes emanaciones que estructuran el universo.

Keter es la primera emanación de esta luz infinita, la chispa inicial que desencadena la creación. Representa la pura esencia de la sabiduría y el potencial sin forma. Esta emanación inicial es un estallido de pura energía y posibilidad, una chispa divina que contiene en sí misma todas las futuras manifestaciones del ser. Es en Keter donde la voluntad divina se convierte en el plan maestro de la creación, donde el pensamiento puro comienza a tomar forma. Aunque en Keter la forma aún no se ha manifestado, se contiene toda la información necesaria para la creación del universo entero. Es el punto de partida, el origen de todo lo que será y puede ser.

Al sumergirnos en la dimensión de Keter, nos enfrentamos a la maravilla y el misterio de la creación misma. Nos conectamos con la esencia más profunda de nuestro ser, comprendiendo que en el núcleo de nuestra existencia reside una chispa de esta luz divina. A medida que exploramos Keter, no solo expandimos nuestro entendimiento del universo, sino que también nos acercamos a la fuente de toda sabiduría, intuición y creatividad. Al final de este recorrido, habremos logrado una comprensión más profunda y holística de la realidad, iluminados por la luz infinita de Keter. Así, continuamos nuestro viaje, siempre aprendiendo, siempre creciendo, y siempre buscando la sabiduría que reside en lo más alto del Árbol de la Vida.

En el Árbol de la Vida, Keter juega un papel fundamental y único. Es el punto de entrada de la energía divina que fluye hacia las demás séfiras, actuando como el canal primordial por el cual la esencia del universo se manifiesta y se distribuye. La energía de Keter es tan intensa y pura que debe ser recibida y canalizada a través de las otras séfiras para que podamos integrarla y utilizarla en nuestras vidas. Esta función de canalización es crucial, ya que la energía pura y sin filtrar de Keter podría ser demasiado abrumadora para nosotros en su forma original. Es, en esencia, el origen de todo movimiento y cambio, simbolizando la constante evolución y el flujo de la vida. Keter es la fuente de toda la energía que anima el universo, el punto de partida de todo lo que existe, desde el pensamiento más abstracto hasta la materia más concreta.

Para que Keter alcance su máximo potencial, debe unirse con Binah, que representa el entendimiento. Esta integración simboliza la unión de la intuición con la lógica, permitiendo una comprensión más profunda y holística de la realidad. Keter, por sí sola, es la chispa de la inspiración, una fuente de ideas y creatividad que fluye sin cesar. Sin embargo, sin la estructura y el marco que Binah proporciona, estas ideas pueden quedar dispersas, sin dirección ni aplicación práctica. La unión de Keter y Binah es esencial para materializar las visiones y las intuiciones en formas concretas y útiles. Binah actúa como un recipiente que da forma a las emanaciones de Keter, estructurando y organizando la energía para que pueda ser comprendida y aplicada en nuestras vidas cotidianas. Es esta danza entre la chispa creativa y la estructura lógica la que permite el desarrollo de una sabiduría práctica y aplicable.

En nuestra vida diaria, aplicar los principios de Keter puede transformar nuestra existencia de maneras significativas. Primero, cultivar la intuición es fundamental. Escuchar y confiar en nuestra intuición nos permite acceder a una fuente interna de sabiduría que está siempre disponible para nosotros. Practicar la meditación y la reflexión puede ayudarnos a sintonizar con

esta sabiduría interna, despejando la mente de distracciones y permitiéndonos escuchar nuestra voz interior. La intuición, cuando se cultiva, se convierte en una guía confiable que nos orienta en momentos de incertidumbre y nos ayuda a tomar decisiones que están en armonía con nuestro ser más profundo.

Fomentar la creatividad es otro aspecto crucial de Keter. Permitirnos ser creativos y explorar nuevas ideas sin temor al fracaso es esencial para nuestro crecimiento personal y profesional. La creatividad es una expresión de nuestra intuición en acción, y cuando nos permitimos experimentar y jugar con nuevas ideas, estamos dando vida a la energía de Keter. Esta libertad creativa no solo enriquece nuestra vida, sino que también nos ayuda a encontrar soluciones innovadoras a los desafíos que enfrentamos. En un mundo que a menudo valora más la conformidad que la originalidad, la capacidad de abrazar y fomentar nuestra creatividad se convierte en un acto de valentía y autenticidad. Al aplicar estos principios en nuestra vida diaria, no solo transformamos nuestra propia existencia, sino que también influimos positivamente en el mundo que nos rodea, irradiando la energía de Keter en todas nuestras interacciones y proyectos. Así, nos convertimos en canales activos de la sabiduría divina, contribuyendo a la constante evolución y mejora del universo.

A lo largo de la vida, Keter debe adaptarse y evolucionar constantemente. La energía intuitiva y creativa que Keter nos ofrece es un recurso invaluable que puede ser canalizado de maneras cada vez más efectivas y equilibradas. A medida que crecemos y adquirimos nuevas experiencias, nuestra capacidad para manejar y dirigir esta energía también se expande. Esta expansión nos permite alcanzar un estado de plenitud y realización personal que refleja nuestro desarrollo y maduración espiritual. La evolución de Keter no es un evento estático, sino un proceso continuo de aprendizaje y adaptación, donde cada nueva experiencia nos brinda la oportunidad de refinar nuestra intuición y creatividad. Este proceso nos invita a estar siempre abiertos al cambio, a la novedad y a la posibilidad de reinventarnos, utilizando las lecciones aprendidas para avanzar hacia un mayor entendimiento y una expresión más plena de nuestro potencial.

El objetivo final es integrar la sabiduría de Keter en nuestra vida diaria, equilibrándola con la lógica y la estructura de Binah. Al hacerlo, podemos alcanzar un estado de armonía y bienestar que no solo beneficia a nuestra propia existencia, sino que también contribuye al bienestar colectivo y espiritual de los que nos rodean. Vivir en equilibrio con Keter significa encontrar un balance entre la inspiración y la acción, entre la creatividad y la estructura. Este equilibrio nos permite vivir de manera más consciente y plena, utilizando nuestras habilidades intuitivas y lógicas de manera complementaria y efectiva. Al encontrar este balance, podemos tomar decisiones más sabias y crear una vida que refleje nuestros valores más profundos y nuestras aspiraciones más altas.

El estudio de la Cábala y la comprensión de Keter nos llevan a un viaje profundo de autoconocimiento y crecimiento. A medida que navegamos por este camino, es importante recordar que somos aprendices en busca de sabiduría. La humildad y la apertura al conocimiento infinito que el universo tiene para ofrecernos son claves en este proceso. Al integrar la energía intuitiva y creativa de Keter en nuestra vida, nos acercamos más a la luz que reside en cada uno de nosotros y contribuimos a un mundo más armonioso y conectado. Este viaje no es solo una búsqueda personal, sino también una contribución al tejido espiritual y social que nos une a todos.

En nuestro viaje, cada paso que damos hacia el entendimiento y la integración de Keter nos

lleva más cerca de una vida llena de propósito y significado. Sigamos explorando, aprendiendo y creciendo, siempre recordando que la verdadera sabiduría reside en la humildad y la apertura al conocimiento infinito que el universo tiene para ofrecernos. Este es solo el comienzo de un viaje sin fin hacia la comprensión y la realización espiritual. La sabiduría de Keter es un faro que nos guía, iluminando nuestro camino y recordándonos que, en cada momento, tenemos la oportunidad de conectarnos con algo más grande que nosotros mismos. Al hacerlo, no solo transformamos nuestra vida, sino que también iluminamos el mundo con nuestra presencia consciente y amorosa.

Análisis psicológico

El sefirotipo de Kéter representa la corona, la pureza, la conexión divina y la iluminación suprema. Las personas influenciadas por Kéter están en una búsqueda constante de la trascendencia y la unión con lo divino. La energía de Kéter se manifiesta en la capacidad de conectarse con el propósito más elevado, de percibir la unidad en todas las cosas y de alcanzar un estado de conciencia iluminada.

Para las personas de Kéter, el propósito de vida está profundamente ligado a la conexión con su yo superior y con la divinidad. Se embarcan en una búsqueda constante para trascender lo mundano y encontrar un sentido profundo y trascendental en cada aspecto de su existencia. Esta aspiración les permite vivir de manera elevada y en sintonía con su potencial más alto. ¿Alguna vez has sentido un momento de claridad absoluta, donde todo parece tener un propósito perfecto? Esa es la esencia de Kéter en acción. Los individuos de este sefirotipo entienden que la verdadera paz y satisfacción vienen de la unión con lo divino y del reconocimiento de la unidad en todas las cosas.

La pureza y la conexión divina son piedras angulares de Kéter. Estas personas buscan experiencias que les permitan elevar su conciencia y acercarse a la iluminación. Su propósito no es solo alcanzar la iluminación para sí mismos, sino también irradiar esa luz a los demás, guiándolos hacia una mayor comprensión y conexión. Sin embargo, este enfoque en la trascendencia y la pureza también puede ser una espada de doble filo. ¿Cómo encontrar el equilibrio entre la búsqueda de la iluminación y la participación en las realidades mundanas? Esta es una pregunta crucial para quienes resuenan con Kéter. La búsqueda excesiva de trascendencia puede llevar al desapego de la realidad cotidiana, mientras que un equilibrio adecuado puede crear una vida rica en propósito y espiritualidad.

La comunicación para las personas de Kéter es elevada y profunda. Prefieren expresarse de manera serena y reflexiva, utilizando palabras que reflejan su comprensión de lo divino y lo eterno. Esta habilidad para la comunicación espiritual los convierte en excelentes maestros y guías espirituales, capaces de inspirar a otros con su sabiduría y su conexión con lo divino.

Para las personas de Kéter, el propósito de vida no es solo un concepto abstracto, sino una práctica diaria de conexión y elevación espiritual. Buscan vivir de manera auténtica, siendo fieles a su deseo de trascender y de conectar con lo divino. Valoran la integridad espiritual y la pureza en todas sus interacciones, entendiendo que la conexión divina es la clave para una vida equilibrada y significativa.

El principal desafío para aquellos influenciados por Kéter es encontrar un equilibrio entre la búsqueda de la iluminación y la participación activa en el mundo. Mientras que su inclinación natural es hacia la trascendencia y la pureza, también deben aprender a aplicar su sabiduría espiritual en las realidades cotidianas. La incorporación de una perspectiva más práctica y terrenal puede ayudarles a mantener su equilibrio interno mientras navegan por los desafíos de la

vida.

La conexión con lo espiritual es vital para las personas de Kéter. Pueden encontrar gran satisfacción en prácticas que les permitan explorar su sentido de conexión divina y de iluminación en un contexto más amplio. La meditación profunda, la oración y otras formas de práctica espiritual pueden ser especialmente beneficiosas, ayudándoles a alinear su búsqueda de la trascendencia con un sentido más profundo de propósito y significado.

En resumen, el sefirotipo de Kéter nos enseña la importancia de la pureza, la conexión divina y la iluminación en la vida. Nos recuerda que la trascendencia y la unión con lo divino son esenciales para una existencia plena y satisfactoria. Al aprender a equilibrar estos aspectos con una perspectiva de participación en la realidad mundana, las personas de Kéter pueden alcanzar una vida rica y significativa, donde la conexión divina y el propósito se conviertan en fuentes de crecimiento personal y espiritual. La verdadera realización se encuentra en la armonía entre la búsqueda de la iluminación y la aplicación de esa sabiduría en la vida diaria, y en la capacidad de ver cada experiencia como una oportunidad para crecer y evolucionar.

MEDITACIÓN SOBRE LA UNIDAD:

• Encuentra un lugar tranquilo y dedica al menos 15 minutos a una meditación enfocada en la unidad y la conexión con el todo. Visualiza una luz brillante en la parte superior de tu cabeza, simbolizando Keter, y siente cómo te conecta con el universo y con todas las formas de vida.

Diario de Inspiraciones Divinas:

• Lleva un diario en el que anotes cada día una inspiración o pensamiento elevado que hayas tenido. Reflexiona sobre cómo estas ideas pueden estar conectadas con tu propósito superior y con la sabiduría divina.

Visualización de la Luz Divina:

• Cierra los ojos y visualiza una luz blanca y pura descendiendo desde el cielo hacia ti. Siente cómo esta luz llena tu ser con claridad, pureza y conexión con lo divino. Realiza esta visualización diariamente para fortalecer tu conexión con Keter.

SEFIROTIPO DE KÉTER: **El Caso de Dios**

El Sefirotipo de Kéter representa a personas espirituales, conectadas con lo divino y centradas en su propósito superior. Son meditativas y buscan la iluminación y la unidad. Aunque pueden ser idealistas, su capacidad para conectarse con lo divino es notable. A veces pueden sentirse desconectadas de la realidad cotidiana, pero su habilidad para meditar y contemplar es esencial. Lo más importante para ellos es la espiritualidad, la unidad y el propósito. Saben que para vivir plenamente, deben integrar su espiritualidad con la vida diaria. Puede existir un miedo a la materialidad, por lo que a veces se enfocan en Kéter como una vía de escape.

Dios, según la tradición bíblica, es la encarnación más pura del Sefirotipo de Kéter. Su existencia y acciones reflejan la esencia de la espiritualidad, la iluminación y la conexión con el propósito superior. Desde la creación del universo hasta su constante guía y cuidado de la humanidad, Dios encarna las características de Kéter.

Dios es la fuente última de espiritualidad y conexión divina. Su esencia es la representación máxima de la iluminación y la unidad, siendo el origen y sustento de todo lo creado. La creación del universo y de la humanidad fue realizada con un propósito superior y divino. Cada acción de Dios está orientada hacia la realización de un plan mayor y un propósito espiritual profundo.

Dios busca la unidad y la armonía en toda la creación. La cohesión y el orden del universo reflejan el deseo divino de mantener la paz y la unidad en toda existencia. La contemplación de Dios sobre el universo y su creación demuestra una profunda meditación y un enfoque en la preservación y guía de la vida. Esta capacidad para contemplar y guiar es una manifestación del más alto nivel de Kéter.

Sin embargo, la percepción humana de Dios a veces puede ser demasiado idealista, desconectada de la realidad cotidiana. Las expectativas de perfección y de intervención divina constante pueden llevar a la frustración y la pérdida de fe cuando la vida no se alinea con estos ideales. La percepción de Dios como una entidad puramente espiritual puede llevar a una desconexión de la importancia del mundo material y de las acciones concretas en la vida diaria. Esta desconexión puede resultar en una falta de responsabilidad hacia el cuidado del mundo físico. La incapacidad de los humanos para comprender completamente los planes divinos puede llevar a confusión y desesperanza. La percepción de la voluntad de Dios como incomprensible y distante puede crear una sensación de alienación espiritual.

Dios, con su esencia divina, espiritualidad y conexión con el propósito superior, es el representante máximo del Sefirotipo de Kéter. La vida y las acciones de Dios muestran cómo las cualidades de Kéter pueden llevar a una comprensión profunda del universo y una conexión espiritual suprema. Sin embargo, también ilustra los desafíos de la percepción humana, como el idealismo, la desconexión de lo material y la falta de comprensión. Dios nos enseña que, aunque es esencial buscar la espiritualidad y la conexión divina, también debemos integrar estos aspectos con nuestra vida diaria. La verdadera iluminación se logra a través de la unión de la contemplación espiritual y la acción concreta. Su vida es una lección sobre la importancia de equilibrar la búsqueda del propósito superior con la responsabilidad y la conexión con el mundo físico, demostrando que la verdadera unidad se alcanza a través de la integración de lo espiritual y lo material.

Midot: Virtudes y Fortalezas

• **Sabiduría Divina**: Capacidad para comprender y canalizar sabiduría espiritual, guiando a otros hacia la iluminación.

• **Conexión con lo Divino**: Profunda conexión con la fuente divina, viviendo en armonía con principios espirituales elevados.

• **Visión Unificadora**: Habilidad para ver la unidad en todas las cosas, trascendiendo la dualidad entre espíritu y materia.

• **Humildad**: Reconocimiento de la grandeza del universo y la propia pequeñez dentro de él, manteniendo una actitud humilde.

• **Servicio Desinteresado**: Compromiso con el servicio a los demás sin buscar reconocimiento o recompensa personal.

• **Integración Espiritual**: Capacidad para integrar principios espirituales en la vida cotidiana, creando un equilibrio armonioso entre lo divino y lo terrenal.

Kipá Psicológica:

En Keter, la kipá psicológica se manifiesta en la conexión con lo divino y la búsqueda de la trascendencia. Las personas pueden estar muy orientadas espiritualmente, a veces desconectadas de lo mundano.

Puntos a Mejorar:

• Conexión con la realidad

• Manejo del ego espiritual

• Integración de lo espiritual con lo cotidiano
• Humildad
• Servicio desinteresado

Klipa: Defectos y Desequilibrios

Exceso:

• **Desconexión Terrenal**: Pérdida de contacto con la realidad física y las necesidades prácticas del día a día.

• **Ego Espiritual**: Creencia de que su conexión divina los hace superiores a los demás, llevando a una actitud de juicio hacia quienes no comparten su nivel de espiritualidad.

• **Abstracción Extrema**: Estar tan absortos en la búsqueda de lo divino que descuidan las responsabilidades y relaciones mundanas.

• **Desdén por lo Material**: Rechazo total de las necesidades materiales, lo que puede llevar a la falta de cuidado personal y descuido de la salud física.

• **Idealización de lo Espiritual**: Considerar lo espiritual como lo único valioso, despreciando lo mundano y lo práctico.

Defecto:

• **Desconexión Espiritual**: Falta de integración entre lo espiritual y lo cotidiano, resultando en una vida desbalanceada.

• **Juicio a lo Material**: Considerar lo material y a las personas materialistas como inferiores o poco espirituales.

• **Aislamiento**: Evitar las interacciones sociales y responsabilidades mundanas en favor de una búsqueda solitaria de la iluminación.

• **Espiritualidad como Escape**: Usar la espiritualidad para evitar enfrentar problemas y desafíos en el mundo real.

• **Inacción**: Falta de iniciativa en la vida cotidiana debido a una sobrecarga de pensamientos abstractos y espirituales, lo que puede llevar a la apatía y estancamiento.

CONCEPTOS ADICIONALES:

• **Pecado Capital**: Pereza
• **Mandamiento**: No Harás Ídolos

ANÁLISIS **astrológico del Sefirotipo**

El Sefirotipo Kéter es una combinación trascendental de las energías de Aries, Neptuno y la sefirá de Kéter. Esta conjunción crea una personalidad visionaria, valiente y espiritualmente conectada. Las personas nacidas bajo este Sefirotipo son pioneras, intuitivas y con una gran capacidad para la inspiración y la acción decidida.

Los individuos del Sefirotipo Kéter poseen una valentía y determinación únicas. Aries, regido por Marte e influenciado por Neptuno, les dota de una energía ardiente y una disposición para actuar de manera inmediata y decidida. Son pioneros que no temen enfrentar nuevos desafíos y abrir nuevos caminos. La influencia de Neptuno les proporciona una capacidad excepcional para la inspiración y la visión. Son personas que sueñan en grande y tienen la habilidad de ver más allá de lo evidente. Su conexión con lo divino y lo trascendental les permite captar ideas y conceptos elevados, actuando como canales de inspiración divina.

La sefirá de Kéter representa la corona y la conexión con la fuente divina. Estos individuos

tienen una conexión espiritual profunda y buscan constantemente la unión con lo sagrado. Su vida está orientada hacia la trascendencia y la búsqueda de un propósito superior. Influenciados por Neptuno y Aries, estos individuos son innovadores y creativos. Tienen una mente abierta y una gran capacidad para generar ideas originales y soluciones creativas. Su creatividad se manifiesta en su enfoque único hacia los problemas y su habilidad para pensar fuera de lo convencional.

Aries les infunde una gran determinación y un deseo de acción. Son personas que prefieren actuar en lugar de esperar y están dispuestas a tomar riesgos para alcanzar sus objetivos. Su energía y dinamismo les permiten avanzar con rapidez y eficacia en sus proyectos. La influencia de Neptuno también les dota de una profunda empatía y compasión. Son sensibles a las necesidades y emociones de los demás y buscan ayudar y sanar a quienes les rodean. Su naturaleza compasiva les convierte en amigos y consejeros valiosos. Los del Sefirotipo Kéter son líderes naturales con una visión clara y una gran capacidad para inspirar a los demás. Su combinación de valentía, creatividad y conexión espiritual les permite guiar a otros hacia nuevos horizontes. Son capaces de motivar y dirigir con una visión elevada y un propósito trascendental.

Si eres un Sefirotipo Kéter, tu personalidad está marcada por una valentía ardiente, una visión inspirada y una profunda conexión espiritual. Valoras la acción decidida, la innovación y la compasión. Tu capacidad para captar ideas elevadas y tu determinación para llevarlas a cabo te convierte en una persona visionaria y trascendental. Aprovecha tu conexión divina y tu espíritu pionero para vivir una vida plena y significativa, liderando con tu inspiración y contribuyendo a la elevación espiritual y material de la humanidad.



Tarot de los Sefirotipos.

La carta del tarot del Loco es una de las más intrigantes y liberadoras. Simboliza nuevos comienzos, libertad y el potencial infinito. En psicología, representa la espontaneidad, la apertura a nuevas experiencias y la confianza en el proceso de la vida. Es el momento de abrazar la incertidumbre y lanzarse a la aventura de lo desconocido.

La carta del Loco habla de la libertad y la posibilidad. Psicológicamente, esto refleja nuestra capacidad para dejar atrás las restricciones y confiar en el flujo de la vida. Es un símbolo de nuevos comienzos y potencial sin límites, recordándonos que cada final es solo un nuevo comienzo. El Loco nos enseña a vivir el presente con entusiasmo y a estar abiertos a todas las posibilidades.

La imagen del Loco suele mostrar a una figura joven, a menudo con una bolsa ligera y un perro a sus pies, al borde de un precipicio. Este escenario sugiere un viaje lleno de incertidumbre pero también de promesas. Psicológicamente, representa nuestra disposición a tomar riesgos y nuestra fe en el futuro. El Loco nos invita a confiar en nuestro camino y a avanzar con valentía y

curiosidad.

En la Cábala, la sefirá de Kéter representa la corona, la voluntad divina y el punto de origen. Es la fuente de todas las cosas y el lugar de potencial puro. Kéter y la carta del Loco se relacionan a través del concepto de potencial ilimitado y la conexión con el principio divino. Psicológicamente, ambos nos hablan de la importancia de la apertura y la fe en el proceso de la vida.

Kéter es la sefirá que se asocia con la pureza del ser y el potencial infinito. Esto refleja la capacidad del Loco para abrazar lo desconocido con confianza y entusiasmo, mostrando cómo la pureza de intención y la fe pueden guiarnos en nuestro camino. Kéter nos enseña sobre la importancia de conectar con nuestra esencia más profunda y de confiar en el flujo universal. La combinación de Kéter y el Loco nos invita a reconocer nuestro potencial divino y a vivir con una mente y un corazón abiertos.

Kéter también está asociada con la luz y la unidad. La carta del Loco, con su énfasis en el comienzo y la aventura, refleja esta luz inicial y la unidad con el todo. Ambos símbolos nos recuerdan la importancia de la pureza y la conexión con el origen en nuestro camino hacia la realización.

La carta del Loco y la sefirá de Kéter nos invitan a abrazar el potencial infinito y a confiar en el viaje de la vida. Nos hablan de la importancia de la apertura y la fe en nuestro camino. Nos muestran que, a través de la conexión con nuestra esencia y la voluntad de explorar lo desconocido, podemos alcanzar un estado de realización y plenitud. Es un viaje hacia el potencial y la unidad, impulsado por la pureza y la fe.

ENEATIPO **1**

¿Alguna vez has sentido una necesidad insaciable de mejorar todo a tu alrededor y alcanzar la perfección? Esta es la esencia del Eneatipo 1, conocido como "El Reformador" o "El Perfeccionista". Las personas de este eneatipo buscan la perfección y la justicia, enfrentando la vida con un fuerte sentido del deber y la responsabilidad. Son individuos íntegros, impulsados por la necesidad de hacer lo correcto y mejorar el mundo.

El Eneatipo 1 puede comprenderse mejor a través de Kéter, la esfera de la corona en la Cábala, que representa la voluntad divina y el ideal supremo. Ambos se centran en altos estándares y la búsqueda de la perfección. Para un Eneatipo 1, la perfección y la justicia no son solo ideales; son una misión para corregir errores y establecer un orden moral. Trabajan incansablemente para mantener altos estándares y asegurar que ellos y los demás actúen de manera ética y justa.

En Kéter, la voluntad divina y la perfección son esenciales para guiar y estructurar la creación. Los Eneatipo 1 poseen una habilidad única para identificar errores y corregirlos, liderando con una moralidad firme y una ética intachable. Sin embargo, este enfoque puede llevarlos a ser críticos y, a veces, inflexibles, siempre buscando mejorar y perfeccionar.

Los Eneatipo 1 son guardianes de la integridad en tiempos de incertidumbre, proporcionando dirección y estabilidad. En el contexto de Kéter, esto se traduce en una mente que no solo busca la perfección, sino también la manifestación de ideales superiores. Sin embargo, una posible dificultad para los Eneatipo 1 es la tendencia al perfeccionismo y la autoexigencia. En Kéter, donde la voluntad y la perfección son clave, esta tendencia puede resultar en una falta de flexibilidad y una autoexigencia desmesurada. Es crucial para ellos encontrar el equilibrio entre

la perfección y la compasión.

Al igual que Kéter se centra en la perfección y el ideal supremo, los Eneatipo 1 se enfocan en la mejora continua y el liderazgo moral. Prefieren enfrentarse a los desafíos con una ética rigurosa y una determinación para corregir lo incorrecto. Su capacidad para mantener altos estándares y actuar con integridad puede ser su mayor fortaleza, siempre y cuando no permita que el perfeccionismo se convierta en rigidez.

En resumen, los Eneatipo 1, con su dedicación y sentido del deber, encuentran en Kéter un reflejo de su propia esencia. La combinación de la voluntad divina y la búsqueda de la perfección les permite guiar a otros hacia un ideal superior mientras mantienen un sentido de justicia y compasión.

PARTES DEL CUERPO Y ÓRGANOS:

- **Cerebro**
- **Glándula pineal**

Posibles Enfermedades:

- **Físicas:**
  - Dolores de cabeza crónicos o migrañas
  - Trastornos del sueño
  - Problemas neurológicos
- **Mentales:**
  - Confusión mental y falta de claridad
  - Sensación de desconexión de la realidad
  - Dificultades para encontrar propósito o dirección en la vida

Chakra: Sahasrara

El chakra asociado con Keter es Sahasrara, el chakra de la corona, que se relaciona con la conexión con lo divino y la iluminación espiritual.

NÚMERO **1**

El número 1 es un símbolo de unidad, liderazgo y comienzos en diversas tradiciones esotéricas y numerológicas. En la numerología pitagórica, el 1 representa el principio de todas las cosas, la fuente de la creación y la energía primordial. Es el número que inicia un ciclo, simbolizando tanto el comienzo como el potencial para el desarrollo y la expansión. En la cábala, el número 1 corresponde a Keter, la sefirá que representa la corona divina y la fuente de toda emanación. Es el origen del árbol de la vida y la conexión directa con lo divino.

El número 1 combina los atributos de la unidad, el liderazgo y la individualidad. Las personas asociadas con este número suelen ser pioneras, con un fuerte sentido de propósito y una visión clara de sus objetivos. Son individuos que pueden ver el potencial en nuevas ideas y situaciones, capaces de tomar la iniciativa y guiar a otros hacia nuevas direcciones. Estas personas son visionarias, independientes y profundamente conectadas con el plano espiritual, valorando tanto la innovación como el crecimiento personal.

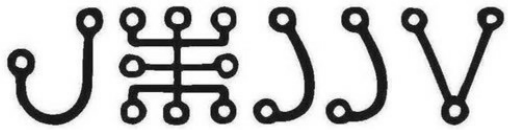
El 1 simboliza la capacidad de iniciar proyectos y dar vida a nuevas ideas. Los individuos con esta vibración numérica son conocidos por su habilidad para empezar de cero y crear algo significativo. Tienen una mente creativa y una gran capacidad de motivación, lo que les permite inspirar y liderar a otros de manera efectiva. Su sentido de propósito les da una confianza innata

y un fuerte sentido de dirección, permitiéndoles tomar decisiones audaces y guiar a otros con claridad y determinación.

En el aspecto personal, las personas con el número 1 son seguras de sí mismas y autosuficientes. Buscan la autenticidad en sus actividades y relaciones, trabajando constantemente para innovar y evolucionar. Esta búsqueda de originalidad puede llevarles a ser exigentes consigo mismos y con los demás, pero también les impulsa a alcanzar niveles elevados de logro y satisfacción. Son personas que valoran la independencia y la libertad, y trabajan diligentemente para crear un entorno donde puedan expresarse plenamente y sin restricciones.

La influencia del número 1 también se manifiesta en un fuerte sentido de liderazgo y responsabilidad. Estas personas son vistas como figuras inspiradoras en su comunidad, en quienes otros pueden confiar para obtener visión y orientación. Su capacidad para ver el potencial en situaciones nuevas y su enfoque innovador les hacen indispensables en situaciones que requieren creatividad y decisiones audaces.

En resumen, el número 1 representa el comienzo de un ciclo y el potencial para la creación y la expansión, simbolizando unidad, liderazgo y innovación. Las personas asociadas con este número son líderes naturales, visionarias e independientes, con una capacidad innata para iniciar y materializar nuevas ideas. Su fuerte sentido de propósito y su conexión con lo divino les permiten alcanzar altos niveles de éxito y satisfacción en todos los aspectos de su vida.



Nombre De Dios y angel

Nombre de Dios (72 nombres): א.ל.ה

Lo que otorga: Meditar en el nombre de Dios א.ל.ה proporciona conexión directa con la divinidad y el conocimiento supremo. Facilita la unión con la esencia divina y el entendimiento de los propósitos más elevados.

Cómo meditarlo: Visualiza el nombre de Dios א.ל.ה mientras te concentras en la conexión con la esencia divina. Imagina una luz blanca y pura que te rodea, elevando tu conciencia y trayendo iluminación a tu ser.

Reiyel

Vocalización: Re/i/yel

USO SEGÚN LA CÁBALA: Reiyel se utiliza para obtener protección y claridad espiritual. Ayuda a fortalecer la fe y a eliminar la confusión y las dudas.

Lo que otorga:

- Protección espiritual.
- Claridad y comprensión profunda.
- Fortalecimiento de la fe.
- Eliminación de la confusión y las dudas.
- Sabiduría y elocuencia.
- Paz interior y equilibrio mental.

Para invocar su fuerza y poder: *"El Señor es mi roca, mi fortaleza y mi libertador."*

Texto: Recita el salmo y medita en la pureza y sanación del Señor, invocando la presencia de Reiyel.

Oración: *"Oh Reiyel, purifica mi ser de toda impureza y renueva mi energía vital. Ayúdame a sanar mis heridas emocionales y a encontrar la paz y el equilibrio en mi vida. Guíame en mi camino espiritual y protégeme de toda energía negativa."*

ARCÁNGEL: **Metatron**

Lo que otorga: Metatron es conocido por su papel como el ángel de la presencia y el escriba divino. Ayuda a conectar con la luz divina y a recibir la sabiduría suprema.

Oración: *"Arcángel Metatron, guardián de la sabiduría divina y la presencia celestial, otórgame tu luz y guía. Ayúdame a conectar con la verdad suprema y a elevar mi espíritu hacia la divinidad."*

Cómo meditarlo: Visualiza al Arcángel Metatron rodeado de una luz blanca pura. Imagina que esta luz te envuelve, trayendo claridad y elevación espiritual a tu mente y espíritu. Concéntrate en tu respiración y permite que la presencia de Metatron te guíe y te brinde sabiduría y paz.

ARQUETIPOS

Elemento:

• **Luz** En el contexto de la creación bíblica, Keter está asociado con la luz, que simboliza la claridad, la verdad y la iluminación.

Letra Hebrea:

• **Aleph (א)** La letra hebrea asociada con Keter es Aleph (א), cuyo valor numérico es 1. Aleph representa la unidad y la conexión con lo divino.

Nombre de Dios (Tetragrammaton):

• **Ehyeh Asher Ehyeh (אֶהְיֶה אֲשֶׁר אֶהְיֶה)** El nombre de Dios en el Tetragrammaton asociado con Keter es Ehyeh Asher Ehyeh (אֶהְיֶה אֲשֶׁר אֶהְיֶה), que significa "Yo Soy el que Soy" y representa el poder divino en la manifestación de la sabiduría y la iluminación divina.

Nivel del Alma:

• **Atzilut** El nivel del alma asociado con Keter es Atzilut, el mundo de la emanación y la conexión directa con la divinidad.

Metal:

• **Oro** El metal asociado con Keter es el oro, que simboliza la pureza, la perfección y la conexión con la divinidad.

Mineral:

• **Diamante** El mineral asociado con Keter es el diamante, que se cree que proporciona claridad absoluta y favorece la conexión con la sabiduría divina.

Planta:

(No especificada para Keter en la información proporcionada)

Dios Egipcio:

• **Ra** Ra es el dios egipcio del sol y la creación, considerado uno de los más poderosos y venerados en la mitología egipcia. Asociado con Keter, Ra representa la fuente de toda luz y vida, simbolizando la sabiduría divina y la iluminación. Su presencia en Keter refuerza la idea de

la conexión directa con la divinidad y la comprensión suprema del cosmos.

Dios Griego/Romano:

• **Zeus** Zeus es el rey de los dioses en la mitología griega, gobernando el cielo y el trueno. En relación con Keter, Zeus simboliza la autoridad suprema, la sabiduría y el poder divino. Representa la capacidad de trascender y gobernar con justicia y verdad, reflejando la integridad y la pureza de Keter.

Dios Hindú:

• **Brahma** Brahma es el dios hindú de la creación, una de las principales deidades en el hinduismo. Asociado con Keter, Brahma encarna la creatividad divina y la emanación de la sabiduría y la vida. Su vínculo con Keter resalta la idea de la realización y la trascendencia, así como la comprensión profunda del universo.

Dios Vikingo:

• **Odin** Odin es el dios principal en la mitología nórdica, conocido por su sabiduría, conocimiento y poder mágico. Relacionado con Keter, Odin simboliza la búsqueda del conocimiento supremo y la conexión con las fuerzas divinas. Representa la inspiración y la guía espiritual, atributos esenciales de Keter.

Runa:

• **Alfiz** Alfiz es una runa que simboliza la conexión con lo divino y la protección espiritual. En el contexto de Keter, Alfiz representa la claridad y la verdad absoluta, así como la capacidad de recibir e irradiar la sabiduría divina. Esta runa refuerza la idea de iluminación y pureza espiritual.

Horóscopo Chino:

• **Dragón** El Dragón en el horóscopo chino es un símbolo de poder, energía y sabiduría. Asociado con Keter, el Dragón refleja la trascendencia y la realización divina, así como la capacidad de influir e inspirar a los demás. Representa la fuerza interior y la integridad, características esenciales de Keter.

Arquetipo de Jung:

• **El Self** El Self es el arquetipo que representa la totalidad y la unificación del ser en la psicología analítica de Carl Jung. En relación con Keter, el Self simboliza la conexión directa con la esencia divina y la comprensión completa del ser. Este arquetipo destaca la importancia de la realización personal y la integración de la sabiduría divina.

Horóscopo Maya:

• **Murciélago** El Murciélago en el horóscopo maya simboliza la percepción aguda y la transformación. Relacionado con Keter, el Murciélago representa la capacidad de ver más allá de las apariencias y comprender las verdades ocultas. Refleja la iluminación y la trascendencia, así como la conexión profunda con la sabiduría divina.

I Ching:

• **Chien (El Cielo)** Chien, el Cielo, es el primer hexagrama en el I Ching, simbolizando la creatividad y la fuerza primordial. Asociado con Keter, Chien representa la energía creativa y la manifestación de la sabiduría divina. Este hexagrama refuerza la idea de iluminación, pureza y la capacidad de irradiar conocimiento supremo.

EJERCICIO:

1 Meditación y Contemplación Profunda:

- **Meditaciones trascendentales:** Dedica tiempo diariamente a la meditación trascendental o a técnicas de meditación que busquen alcanzar estados de conciencia superiores.
- **Retiros de silencio:** Participa en retiros de silencio que te permitan desconectarte del mundo externo y profundizar en tu vida interior, fomentando un estado de serenidad y conexión con lo divino.

2 Estudio de Textos Sagrados y Esotéricos:

- **Lectura y reflexión de textos sagrados:** Estudia escrituras y textos sagrados de diversas tradiciones para explorar diferentes aspectos de la espiritualidad y la conexión con lo divino.
- **Diálogos sobre misticismo:** Participa en grupos de estudio o diálogos con líderes espirituales y otros buscadores para profundizar en el entendimiento de conceptos místicos.

3 Prácticas de Unidad y No-Dualidad:

- **Ejercicios de no-dualidad:** Practica técnicas y meditaciones que enfaticen la percepción de la no-dualidad, buscando experimentar la unidad con todo lo que existe.
- **Yoga o Tai Chi:** Involúcrate en prácticas físicas y espirituales como el yoga o el Tai Chi, que promueven la armonía y la unión del cuerpo, mente y espíritu.

SUBSEFIROTIPOS

Introducción a los Subsefirotipos y la Escala de Vibración de las Sefiras

Todos nosotros tenemos un sefirotipo que nos define en el momento presente. Este sefirotipo representa nuestra vibración actual y refleja nuestro estado interior y cómo nos relacionamos con el mundo exterior. Tal como decían los cabalistas, el árbol de la vida es el mapa del universo y nos muestra que "así como es adentro, es afuera". Por lo tanto, nuestra vibración interna se manifiesta en nuestra realidad externa.

Comprender tu Sefirotipo

Para entender tu sefirotipo, es esencial hacer un autoanálisis respecto a cada una de las sefiras y reflexionar sobre cómo te sientes en relación a ellas. La clave es identificar en qué nivel de la escala de vibración de consciencia te encuentras para cada sefirá. Esto se puede hacer de dos maneras:

1 Método Simplificado:

◦ Observa la escala de vibración de consciencia.

◦ Determina en qué número te encuentras para cada una de las 10 sefiras.

LA ESCALA de vibración de consciencia es la siguiente:

10 Juego
9 Sentido
8 Racionalidad
7 Interés
6 Aceptar
5 Confrontar
4 Eludir
3 Miedo
2 Dolor
1 Apatía

MÉTODO COMPLETO:

◦ **Consulta la lista de subsefirotipos.** ◦ Analiza las descripciones y características de cada subsefirá para determinar con precisión desde dónde está vibrando tu sefirá. Lista de Subsefirotipos y sus Descripciones A continuación, se presenta la lista de subsefirotipos y las Descripciones correspondientes a cada nivel de vibración para cada sefirá. Esto te ayudará a

identificar de manera más detallada tu estado actual. Este análisis se realiza mucho mejor en las sesiones privadas de Cabalagrama donde te podemos hacer un análisis detallado de tus Sefirotipos. Si quieres saber más al final del libro te voy a dejar un enlace para que pidas más información, estaremos encantados de apoyarte en tu camino a la felicidad y plenitud!

10.1 Manifestación en Apatía

Descripción: La esencia de la materialidad y lo físico en su forma más básica y fundamental. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que sienten una falta de energía y motivación, se encuentran atrapadas en lo material y carecen de sentido y propósito en la vida diaria.

10.2 Manifestación en Dolor

Descripción: La integración del dolor emocional y físico en el plano material. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que experimentan dolor o culpa que los paraliza, sintiendo una profunda tristeza y dificultad para superar experiencias dolorosas.

10.3 Manifestación en Miedo

Descripción: La tendencia a evadir y escapar de las responsabilidades y lo tangible. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que sienten miedo a enfrentar la realidad material, eligen la evasión como mecanismo de defensa y a menudo recurren a la fantasía para evitar sus problemas.

10.4 Manifestación en Mentira

Descripción: La evasión y la mentira como respuesta a los desafíos materiales. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que tienden a mentir o engañar para evitar confrontar sus circunstancias materiales, prefiriendo evitar la verdad y las responsabilidades.

10.5 Manifestación en Antagonismo

Descripción: La confrontación y la lucha dentro del ámbito material. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que responden a los desafíos materiales con agresividad y antagonismo, enfrentando los problemas directamente pero con una actitud combativa y a veces destructiva.

10.6 Manifestación en Neutralidad

Descripción: La aceptación y la neutralidad respecto a la materialidad. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su situación material con indiferencia o neutralidad, mostrando una falta de pasión o interés activo en cambiar su realidad.

10.7 Manifestación en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado en el plano material. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran motivación y propósito en lo material, buscando formas de mejorar su situación y obtener resultados tangibles y satisfactorios.

10.8 Manifestación en Inteligencia

Descripción: La aplicación de la inteligencia y el aprendizaje en asuntos materiales. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan los desafíos materiales con una actitud de aprendizaje y desarrollo intelectual, buscando entender y mejorar su entorno a través del conocimiento.

10.9 Manifestación en Conexión

Descripción: La conexión profunda y el sentido en relación a la materialidad. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que logran encontrar un sentido profundo

y una conexión significativa con lo material, integrando su existencia física con un propósito mayor.

10.10 Manifestación en Alegría

Descripción: La manifestación de la alegría, el juego y el éxtasis en lo material. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que experimentan la materialidad con un espíritu de alegría y éxtasis, encontrando placer y felicidad en su existencia física y en los placeres tangibles de la vida.

9.1 CONEXIÓN **en Apatía**

Descripción: La manifestación del dolor emocional y físico en la base material. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que sienten un profundo dolor y desesperanza, lo que les lleva a una parálisis emocional y física, sin energía para cambiar su situación.

9.2 Conexión en Dolor

Descripción: La esencia del dolor, culpa y depresión en su forma más pura y profunda. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que se encuentran atrapados en un ciclo de tristeza y culpa, con dificultades para liberarse de experiencias traumáticas y mantener una estabilidad emocional.

9.3 Conexión en Miedo

Descripción: La tendencia a huir del dolor y la tristeza a través de la evasión mental. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que escapan de sus sentimientos de dolor y culpa recurriendo a la fantasía o distracciones, evitando enfrentar sus emociones difíciles.

9.4 Conexión en Mentira

Descripción: El uso de la mentira y el autoengaño para eludir el dolor emocional. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que prefieren engañarse a sí mismos y a los demás sobre su estado emocional, negando el dolor y la tristeza para evitar confrontarlos.

9.5 Conexión en Antagonismo

Descripción: La confrontación activa del dolor y la tristeza con una actitud de lucha. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que enfrentan su dolor con agresividad y resistencia, luchando contra sus sentimientos negativos con fuerza y determinación.

9.6 Conexión en Neutralidad

Descripción: La aceptación y neutralidad frente al dolor y la culpa. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su dolor y tristeza con una actitud pasiva, sin buscar cambiar o mejorar su estado emocional, mostrando resignación.

9.7 Conexión en Interés

Descripción: La búsqueda de significado e interés dentro del dolor emocional. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran propósito y lecciones valiosas en sus experiencias dolorosas, utilizando el sufrimiento como una oportunidad para el crecimiento personal y la transformación.

9.8 Conexión en Inteligencia

Descripción: La aplicación del aprendizaje y la inteligencia para comprender y superar el dolor. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan su dolor con una actitud de análisis y aprendizaje, buscando entender sus emociones y encontrar

formas constructivas de superarlas.

9.9 Conexión en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en relación al dolor y la tristeza. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que logran encontrar un significado espiritual y una conexión trascendental en su dolor, integrando sus experiencias emocionales en un contexto más amplio y significativo.

9.10 Conexión en Alegría

Descripción: La trascendencia del dolor a través de la alegría, el juego y el éxtasis. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que transforman su dolor y tristeza en una fuente de alegría y éxtasis, encontrando un estado de felicidad y plenitud a pesar de sus experiencias difíciles.

8.1 COMUNICACIÓN **en Apatía**

Descripción: La materialización del miedo y la evasión en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que, debido a su miedo, se sienten paralizadas y desmotivadas, evitando enfrentarse a la realidad material y perdiendo interés en sus responsabilidades cotidianas.

8.2 Comunicación en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la tendencia a evadir y huir. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que se ven abrumados por el dolor y la culpa, lo que les lleva a evitar situaciones que les causen estrés emocional, y prefieren la evasión a la confrontación.

8.3 Comunicación en Miedo

Descripción: La esencia del miedo y la evasión en su forma más pura. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que reaccionan con miedo ante cualquier desafío, eligiendo constantemente huir y evitar las situaciones difíciles en lugar de enfrentarlas.

8.4 Comunicación en Mentira

Descripción: El uso de la mentira y el autoengaño como mecanismos de evasión. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que recurren a la mentira y el autoengaño para evitar enfrentarse a sus miedos, construyendo una realidad alternativa que les permite evadir sus responsabilidades y temores.

8.5 Comunicación en Antagonismo

Descripción: La confrontación del miedo con una actitud de lucha y resistencia. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que, aunque sienten miedo, eligen enfrentarlo con agresividad y una actitud combativa, luchando contra sus temores con determinación.

8.6 Comunicación en Neutralidad

Descripción: La aceptación del miedo y la evasión con neutralidad. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su miedo y la tendencia a evadir sin tratar de cambiar su situación, mostrando una actitud pasiva y resignada frente a sus desafíos.

8.7 Comunicación en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado a través de la comprensión del miedo. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que buscan entender el origen de sus

miedos y utilizan ese conocimiento para encontrar maneras de superarlos, mostrando interés en mejorar y crecer a pesar de sus temores.

8.8 Comunicación en Inteligencia

Descripción: El aprendizaje y la inteligencia aplicada para superar el miedo y la evasión. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan sus miedos con una actitud analítica y de aprendizaje, utilizando su inteligencia para desarrollar estrategias que les permitan enfrentar y superar sus temores.

8.9 Comunicación en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en relación al miedo y la evasión. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que encuentran un significado espiritual en sus miedos, integrando sus experiencias emocionales en un contexto más amplio y trascendental, logrando una conexión profunda con su realidad interna.

8.10 Comunicación en Alegría

Descripción: La transformación del miedo en alegría, juego y éxtasis. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender sus miedos y encontrar alegría y éxtasis en sus experiencias, utilizando sus temores como una fuente de creatividad y disfrute.

7.1 PASIÓN **en Apatía**

Descripción: La materialización del impulso de eludir y la mentira en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que, debido a su tendencia a eludir, se sienten desmotivadas y atrapadas en una realidad donde evitan enfrentarse a sus problemas materiales, sintiendo una profunda apatía.

7.2 Pasión en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la tendencia a eludir y mentir. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que se sienten abrumados por el dolor y la culpa, lo que les lleva a evitar la verdad y recurrir a la mentira para escapar de situaciones emocionalmente dolorosas.

7.3 Pasión en Miedo

Descripción: La huida del conflicto mediante el engaño y la evasión. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que eligen mentir o engañar para evitar enfrentar sus miedos, utilizando la evasión como una forma de protegerse de sus temores y conflictos internos.

7.4 Pasión en Mentira

Descripción: La esencia del eludir y la mentira en su forma más pura. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que constantemente recurren a la mentira y al autoengaño como su principal estrategia para manejar la realidad, evitando la confrontación directa de sus problemas.

7.5 Pasión en Antagonismo

Descripción: La confrontación de las tendencias a eludir y mentir con una actitud de lucha. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que, aunque tienen la inclinación a eludir y mentir, eligen enfrentar sus problemas con una actitud combativa, luchando contra sus propios impulsos de engaño.

7.6 Pasión en Neutralidad

Descripción: La aceptación y neutralidad frente a la tendencia a eludir y mentir. Modo de

Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su tendencia a eludir y mentir con una actitud pasiva, sin buscar cambiar o mejorar su comportamiento, mostrando una neutralidad hacia su propia falta de honestidad.

7.7 Pasión en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado en la honestidad y la verdad. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran propósito en ser honestas y veraces, buscando maneras de superar su inclinación a mentir y eludir, motivadas por el deseo de mejorar y crecer personalmente.

7.8 Pasión en Inteligencia

Descripción: El aprendizaje y la inteligencia aplicada para comprender y superar la tendencia a eludir y mentir. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan su tendencia a eludir y mentir con una actitud analítica, utilizando su inteligencia para desarrollar estrategias que les permitan ser más honestos y directos.

7.9 Pasión en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en relación a la honestidad y la verdad. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que encuentran un significado espiritual en la honestidad, integrando sus experiencias de verdad y mentira en un contexto más amplio y trascendental, logrando una conexión profunda con su propia integridad.

7.10 Pasión en Alegría

Descripción: La transformación de la tendencia a eludir y mentir en alegría, juego y éxtasis. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender su tendencia a mentir y eludir, encontrando alegría y éxtasis en la honestidad y la transparencia, utilizando la verdad como una fuente de creatividad y disfrute.

6.1 DETERMINACIÓN **en Apatía**

Descripción: La materialización de la confrontación y el antagonismo en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que, debido a su naturaleza combativa, se sienten atrapadas en un ciclo de conflicto constante y falta de motivación para superar sus problemas materiales, llevando a la apatía.

6.2 Determinación en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la tendencia a confrontar y antagonizar. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que sienten un profundo dolor y tristeza, que se manifiesta como una actitud combativa y antagonista, dificultando la capacidad de encontrar paz y equilibrio emocional.

6.3 Determinación en Miedo

Descripción: La huida del conflicto a través de la confrontación y el miedo. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que, a pesar de su tendencia a confrontar, sienten miedo profundo y a menudo utilizan la agresividad como una forma de protegerse y evitar enfrentar sus temores directamente.

6.4 Determinación en Mentira

Descripción: La evasión y el autoengaño en la confrontación y el antagonismo. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que recurren a la mentira y el autoengaño para justificar su comportamiento confrontativo, evitando asumir la responsabilidad de sus acciones combativas.

6.5 Determinación en Antagonismo

Descripción: La esencia de la confrontación y el antagonismo en su forma más pura. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que enfrentan todos los desafíos con una actitud combativa y de resistencia, siempre listas para luchar y defender su posición, a menudo de manera agresiva.

6.6 Determinación en Neutralidad

Descripción: La aceptación y neutralidad frente a la confrontación y el antagonismo. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su naturaleza confrontativa con indiferencia, sin intentar cambiar o mejorar, mostrando una actitud pasiva hacia sus propios impulsos agresivos.

6.7 Determinación en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado en la confrontación y la lucha. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran propósito y motivación en enfrentar y superar conflictos, utilizando su naturaleza combativa como una fuerza para el crecimiento y el logro de objetivos.

6.8 Determinación en Inteligencia

Descripción: El aprendizaje y la inteligencia aplicada para manejar la confrontación y el antagonismo. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan sus tendencias combativas con una actitud analítica, buscando comprender y gestionar su agresividad de manera constructiva, utilizando el conocimiento para mejorar sus interacciones.

6.9 Determinación en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en relación a la confrontación y la lucha. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que encuentran un significado espiritual en su naturaleza combativa, integrando sus experiencias de conflicto en un contexto más amplio y trascendental, logrando una conexión profunda con su propio poder interno.

6.10 Determinación en Alegría

Descripción: La transformación de la confrontación y el antagonismo en alegría, juego y éxtasis. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender su naturaleza combativa, encontrando alegría y éxtasis en la resolución de conflictos y en el uso positivo de su fuerza, utilizando su poder para crear y disfrutar.

5.1 COMPASIÓN **en Apatía**

Descripción: La materialización de la aceptación y la neutralidad en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que aceptan su situación material con indiferencia y falta de motivación, mostrando una actitud apática y sin esfuerzo por cambiar o mejorar su realidad física.

5.2 Compasión en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la tendencia a aceptar con neutralidad. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que, debido a su dolor y tristeza, adoptan una postura de aceptación pasiva, sin buscar superar sus sentimientos negativos, llevando a una parálisis emocional.

5.3 Compasión en Miedo

Descripción: La huida del conflicto a través de la aceptación pasiva y el miedo. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que, aunque aceptan la realidad, lo hacen desde un lugar de miedo, evitando enfrentarse a sus problemas y eligiendo la resignación como forma de escapar.

5.4 Compasión en Mentira

Descripción: La evasión y el autoengaño en la aceptación y la neutralidad. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que aparentan aceptar su situación pero recurren a la mentira y el autoengaño para evitar enfrentar la verdad, manteniéndose en una posición pasiva sin tomar acción.

5.5 Compasión en Antagonismo

Descripción: La confrontación de la aceptación con una actitud de lucha y resistencia. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que, aunque tienden a aceptar la realidad, lo hacen con una actitud combativa, resistiéndose internamente y enfrentando cualquier intento de cambio con agresividad.

5.6 Compasión en Neutralidad

Descripción: La esencia de la aceptación y la neutralidad en su forma más pura. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que muestran una aceptación completa y neutral hacia todas las situaciones, sin mostrar emociones fuertes ni esfuerzos por cambiar las circunstancias, adoptando una postura de blandurismo.

5.7 Compasión en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado en la aceptación y la neutralidad. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran propósito y motivación en aceptar la realidad tal como es, utilizando su neutralidad como base para explorar nuevas oportunidades y crecer a partir de su situación actual.

5.8 Compasión en Inteligencia

Descripción: El aprendizaje y la inteligencia aplicada a la aceptación y la neutralidad. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan su tendencia a aceptar con una actitud analítica, buscando comprender profundamente las razones detrás de su neutralidad y utilizando este entendimiento para mejorar su enfoque de vida.

5.9 Compasión en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en relación a la aceptación y la neutralidad. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que encuentran un significado espiritual en su capacidad de aceptar y mantenerse neutrales, integrando sus experiencias en un contexto más amplio y trascendental, logrando una conexión profunda con la paz interior.

5.10 Compasión en Alegría

Descripción: La transformación de la aceptación y la neutralidad en alegría, juego y éxtasis. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender su neutralidad, encontrando alegría y éxtasis en la aceptación de la vida tal como es, utilizando su capacidad de aceptar para disfrutar plenamente de cada momento y situación.

4.1 MISIÓN **en Apatía**

Descripción: La manifestación del interés y el equilibrio en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que, debido a su búsqueda de equilibrio y

significado, pueden sentirse abrumadas y caer en la apatía si no encuentran un propósito claro en su vida material.

4.2 Misión en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la búsqueda de interés y significado. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que, a pesar de su deseo de encontrar equilibrio, se sienten atrapados por el dolor emocional y la depresión, lo que les impide alcanzar un estado de armonía y bienestar.

4.3 Misión en Miedo

Descripción: La huida del conflicto en la búsqueda de interés y significado. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que intentan evitar enfrentarse a sus problemas, buscando un equilibrio superficial y escapando de los conflictos que podrían perturbar su paz interna.

4.4 Misión en Mentira

Descripción: La evasión y el autoengaño en la búsqueda de interés y equilibrio. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que tienden a engañarse a sí mismos y a los demás sobre su estado de equilibrio, evitando confrontar la realidad y prefiriendo mantener una fachada de armonía.

4.5 Misión en Antagonismo

Descripción: La confrontación activa en la búsqueda de interés y significado. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que, a pesar de buscar equilibrio, enfrentan sus desafíos con una actitud combativa, luchando por mantener su bienestar y armonía en un entorno conflictivo.

4.6 Misión en Neutralidad

Descripción: La aceptación y neutralidad en la búsqueda de interés y equilibrio. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su situación y buscan mantener un estado de equilibrio y bienestar sin esforzarse demasiado, adoptando una postura neutral frente a los conflictos.

4.7 Misión en Interés

Descripción: La esencia del interés y el equilibrio en su forma más pura. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran un profundo interés en mantener un estado de equilibrio y armonía, motivadas por el deseo de alcanzar un bienestar integral y significativo.

4.8 Misión en Inteligencia

Descripción: El aprendizaje y la inteligencia aplicada a la búsqueda de interés y equilibrio. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan su búsqueda de equilibrio con una actitud analítica, utilizando el conocimiento y el aprendizaje para mejorar continuamente su estado de armonía y bienestar.

4.9 Misión en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en la búsqueda de interés y equilibrio. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que encuentran un significado espiritual en su búsqueda de equilibrio, integrando sus experiencias de armonía y conflicto en un contexto más amplio y trascendental, logrando una conexión profunda con su propósito de vida.

4.10 Misión en Alegría

Descripción: La transformación del interés y el equilibrio en alegría, juego y éxtasis. Modo

de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender su búsqueda de equilibrio, encontrando alegría y éxtasis en su estado de armonía, utilizando su bienestar como una fuente de creatividad y disfrute pleno de la vida.

3.1 REFLEXIÓN **en Apatía**

Descripción: La manifestación del aprendizaje y la inteligencia en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que, a pesar de su capacidad intelectual, se sienten atrapadas en la materialidad, lo que les lleva a una falta de motivación y apatía, sin aplicar su conocimiento de manera efectiva.

3.2 Reflexión en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la búsqueda de aprendizaje y comprensión. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que, aunque poseen una gran capacidad de comprensión, se ven abrumados por el dolor emocional, lo que les impide utilizar su inteligencia para superar sus dificultades y alcanzar un estado de equilibrio.

3.3 Reflexión en Miedo

Descripción: La huida del conflicto mediante el uso del conocimiento y la inteligencia. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que utilizan su inteligencia para evadir problemas, evitando enfrentar conflictos directamente y prefiriendo buscar soluciones que les permitan escapar de situaciones incómodas.

3.4 Reflexión en Mentira

Descripción: La evasión y el autoengaño a través del aprendizaje y el conocimiento. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que utilizan su capacidad intelectual para justificar sus acciones y evitar enfrentar la verdad, recurriendo a la autojustificación y la evasión de responsabilidades.

3.5 Reflexión en Antagonismo

Descripción: La confrontación de desafíos con una actitud de aprendizaje y análisis. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que enfrentan sus problemas con una mentalidad analítica y combativa, utilizando su inteligencia para desafiar y superar obstáculos de manera directa y proactiva.

3.6 Reflexión en Neutralidad

Descripción: La aceptación y neutralidad en la búsqueda de comprensión y aprendizaje. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su situación con una actitud de aprendizaje pasivo, sin buscar activamente cambiar su entorno, mostrando una neutralidad en la aplicación de su conocimiento.

3.7 Reflexión en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado a través del aprendizaje y la comprensión. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran motivación y propósito en el proceso de aprendizaje, utilizando su inteligencia para alcanzar un estado de equilibrio y armonía, motivadas por el deseo de crecimiento personal.

3.8 Reflexión en Inteligencia

Descripción: La esencia del aprendizaje y la inteligencia en su forma más pura. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que se dedican plenamente al aprendizaje y la comprensión, utilizando su capacidad intelectual para explorar y entender el mundo de manera profunda y significativa.

3.9 Reflexión en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en la búsqueda de conocimiento. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que encuentran un significado espiritual en el proceso de aprendizaje, integrando su búsqueda de conocimiento en un contexto más amplio y trascendental, logrando una conexión profunda con su propósito de vida.

3.10 Reflexión en Alegría

Descripción: La transformación del aprendizaje y la inteligencia en alegría, juego y éxtasis. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender su búsqueda intelectual, encontrando alegría y éxtasis en el acto de aprender, utilizando su conocimiento como una fuente de creatividad y disfrute pleno de la vida.

2.1 INSPIRACIÓN **en Apatía**

Descripción: La manifestación del sentido y la conexión espiritual en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que, a pesar de su deseo de conexión espiritual, se sienten atrapadas en la materialidad, llevando a una falta de motivación y apatía, sin encontrar un propósito claro en la vida cotidiana.

2.2 Inspiración en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la búsqueda de sentido y conexión espiritual. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que, aunque buscan un sentido profundo, se ven abrumados por el dolor emocional, lo que les impide alcanzar una conexión espiritual significativa y les mantiene en un estado de tristeza y depresión.

2.3 Inspiración en Miedo

Descripción: La huida del conflicto mediante la búsqueda de sentido y conexión espiritual. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que utilizan su deseo de conexión espiritual para evitar problemas, eligiendo escapar de los conflictos terrenales mediante la evasión en el ámbito espiritual.

2.4 Inspiración en Mentira

Descripción: La evasión y el autoengaño a través de la búsqueda de sentido y conexión. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que justifican sus acciones y evitan enfrentar la verdad recurriendo a la espiritualidad de manera superficial, utilizando la búsqueda de sentido como una forma de evadir responsabilidades.

2.5 Inspiración en Antagonismo

Descripción: La confrontación de desafíos con una actitud de búsqueda de sentido y conexión. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que enfrentan sus problemas con una mentalidad combativa y buscan un sentido profundo en cada conflicto, utilizando su conexión espiritual como una fuente de fuerza y resistencia.

2.6 Inspiración en Neutralidad

Descripción: La aceptación y neutralidad en la búsqueda de sentido y conexión. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su situación y buscan mantener una conexión espiritual sin esforzarse demasiado, adoptando una postura neutral y pasiva frente a los conflictos.

2.7 Inspiración en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado a través de la conexión espiritual. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran motivación y propósito en

la búsqueda de una conexión espiritual profunda, utilizando esta conexión para alcanzar un estado de equilibrio y armonía.

2.8 Inspiración en Inteligencia

Descripción: El aprendizaje y la inteligencia aplicada a la búsqueda de sentido y conexión. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan su búsqueda de sentido con una actitud analítica y de aprendizaje, utilizando su inteligencia para profundizar en su conexión espiritual y mejorar su comprensión del propósito de vida.

2.9 Inspiración en Sentido

Descripción: La esencia del sentido y la conexión espiritual en su forma más pura. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que dedican su vida a buscar un sentido profundo y una conexión espiritual, logrando integrar sus experiencias en un contexto más amplio y trascendental.

2.10 Inspiración en Alegría

Descripción: La transformación del sentido y la conexión espiritual en alegría, juego y éxtasis. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender su búsqueda de sentido, encontrando alegría y éxtasis en su conexión espiritual, utilizando su espiritualidad como una fuente de creatividad y disfrute pleno de la vida.

1.1 REALIZACIÓN **en Apatía**

Descripción: La manifestación de la alegría, el juego y el éxtasis en el plano físico. Modo de Actuar: Sucumbir (Apatía) **Características**: Personas que, a pesar de su capacidad para experimentar éxtasis y alegría, se sienten atrapadas en la materialidad, llevando a una falta de motivación y apatía, sin poder manifestar plenamente su potencial de felicidad.

1.2 Realización en Dolor

Descripción: El impacto del dolor emocional en la capacidad de experimentar alegría y éxtasis. Modo de Actuar: Inmovilista (Dolor o Depresión) **Características**: Individuos que, aunque tienen el potencial para la alegría extrema, se ven abrumados por el dolor emocional, lo que les impide alcanzar un estado de felicidad y les mantiene en la tristeza y la depresión.

1.3 Realización en Miedo

Descripción: La huida del conflicto mediante la búsqueda de alegría y éxtasis. Modo de Actuar: Huir (Miedo) **Características**: Personas que utilizan su deseo de alegría y éxtasis para evitar problemas, eligiendo escapar de los conflictos terrenales y sumergirse en actividades que les proporcionen placer y eviten el enfrentamiento directo.

1.4 Realización en Mentira

Descripción: La evasión y el autoengaño a través de la búsqueda de alegría y éxtasis. Modo de Actuar: Eludir (Mentira) **Características**: Individuos que justifican sus acciones y evitan enfrentar la verdad recurriendo a la búsqueda de placer y alegría superficial, utilizando la felicidad como una forma de evadir responsabilidades y conflictos.

1.5 Realización en Antagonismo

Descripción: La confrontación de desafíos con una actitud de búsqueda de alegría y éxtasis. Modo de Actuar: Confrontar (Antagonismo) **Características**: Personas que enfrentan sus problemas con una mentalidad combativa, buscando alcanzar estados de éxtasis y felicidad como una forma de superar obstáculos y adversidades.

1.6 Realización en Neutralidad

Descripción: La aceptación y neutralidad en la búsqueda de alegría y éxtasis. Modo de Actuar: Aceptar (Neutralidad o Blandurismo) **Características**: Individuos que aceptan su situación y buscan mantener un estado de felicidad sin esforzarse demasiado, adoptando una postura neutral y pasiva frente a los conflictos, prefiriendo la paz y la alegría superficial.

1.7 Realización en Interés

Descripción: La búsqueda de interés y significado a través de la alegría y el éxtasis. Modo de Actuar: Interés (Ganar) **Características**: Personas que encuentran motivación y propósito en la búsqueda de estados de alegría y éxtasis, utilizando su capacidad de disfrute para alcanzar un estado de equilibrio y armonía en sus vidas.

1.8 Realización en Inteligencia

Descripción: El aprendizaje y la inteligencia aplicada a la búsqueda de alegría y éxtasis. Modo de Actuar: Aprendizaje (Inteligencia) **Características**: Individuos que abordan su búsqueda de felicidad con una actitud analítica y de aprendizaje, utilizando su inteligencia para profundizar en su capacidad de disfrutar y alcanzar un estado de éxtasis de manera consciente y equilibrada.

1.9 Realización en Sentido

Descripción: La conexión profunda y el sentido espiritual en la búsqueda de alegría y éxtasis. Modo de Actuar: Sentido (Conexión) **Características**: Personas que encuentran un significado espiritual en su capacidad de experimentar alegría y éxtasis, integrando su búsqueda de felicidad en un contexto más amplio y trascendental, logrando una conexión profunda con su propósito de vida.

1.10 Realización en Alegría

Descripción: La esencia de la alegría, el juego y el éxtasis en su forma más pura. Modo de Actuar: Alegría (Juego, Éxtasis) **Características**: Individuos que logran trascender las limitaciones terrenales y experimentar estados de felicidad y éxtasis profundos, utilizando su capacidad de disfrute como una fuente de creatividad y disfrute pleno de la vida.

COMO MEDITAR LOS NOMBRES DE DIOS

והו	ילי	סיט	עלם	מהש	ללה	אכא	כהת
הזי	אלד	לאו	ההע	יזל	מבה	הרי	הקם
לאו	כלי	לוו	פהל	נלך	יי	מלה	והו
נתה	האא	ירת	שאה	ריי	אום	לכב	ושר
יזו	להו	כוק	מנד	אני	וזע	רהע	יז
ההה	מיכ	וול	ילה	סאל	ערי	עשל	מיה
והו	דני	הוש	עמם	נגא	נית	מבה	פוי
נמם	יי	הרו	מצר	ומב	יהה	ענו	מוז
דמב	מנק	איע	וזב	ראה	יבמ	היי	מום

Algunas veces nos sentimos atrapados en la rutina diaria, agobiados por el peso de los problemas cotidianos. Nos enfrentamos a desafíos laborales, conflictos personales y preocupaciones financieras que parecen no tener fin. ¿Cómo podemos encontrar un refugio en medio de esta tormenta? ¿Es posible hallar una fuente de paz y claridad que nos permita ver más allá de nuestras dificultades? La Cábala ofrece una caja de herramientas espirituales que pueden transformar nuestra vida, brindándonos una conexión profunda con nuestro ser y con lo divino.

Meditar es una práctica poderosa que nos permite acceder a un estado de tranquilidad y conexión espiritual. Sin embargo, la meditación en la Cábala no es simplemente sentarse en silencio. Implica un conjunto específico de prácticas y requisitos que nos preparan para entrar en un espacio sagrado y vibrante. Imagina un día típico en el que te sientes abrumado por las tareas del trabajo y las demandas familiares. Al final del día, cuando todos duermen y la casa está en silencio, puedes encontrar un momento para ti mismo. Este es el instante perfecto para iniciar tu meditación cabalística.

Los requisitos técnicos y morales según los cabalistas, para esta práctica pueden parecer exigentes, pero cada uno tiene un propósito profundo. Por ejemplo, comer kosher y respetar el Shabbat no solo son actos de obediencia religiosa, sino también formas de purificar tu cuerpo y tu espíritu, preparándolos para una experiencia más profunda y significativa. ¿Te has preguntado alguna vez por qué ciertas prácticas espirituales exigen tanto de nosotros? Es porque, al elevar nuestros estándares, también elevamos nuestra capacidad de recibir y procesar energía espiritual.

Un requisito intrigante es la necesidad de estar circuncidado, una práctica que puede parecer extraña en el contexto moderno pero que tiene raíces profundas en la tradición y simboliza un pacto sagrado. Asimismo, la preparación mediante la lectura de salmos y la recitación de la Shema son formas de alinear nuestra mente y corazón con el flujo divino.

Visualiza este escenario: son las tres de la madrugada, la hora sagrada Hatzot para meditar, un momento de quietud y paz en el universo. Te sientas cómodamente, con los pies paralelos en el suelo y la espalda erguida. Cierras los ojos y respiras profundamente tres veces, sintiendo cómo cada inhalación y exhalación libera tensiones y abre tu ser a nuevas energías. En tu mente, te ves como un ser de luz dentro de un hexágono dorado, tan grande como una casa. Frente a ti, una estrella de David dorada se ilumina con letras hebreas blancas que aparecen una a una, de derecha a izquierda. Cada letra se enciende como una vela, y juntas forman una llama central que penetra tu cráneo, iluminando tu cerebro, corazón e hígado en un ciclo constante de luz.

Esta práctica no es solo una técnica espiritual; es una herramienta que magnetiza tu ser con energías cósmicas, capaces de atraer eventos deseados a tu vida. ¿Alguna vez has deseado algo con tanta intensidad que pareciera que el universo mismo se moviera para concedértelo? La Cábala nos enseña que podemos influir en nuestra realidad de esta manera, utilizando las secuencias de letras hebreas como códigos que movilizan energías astrales. A esta doctrina se le llama la metafísica del lenguaje. Ya que cada palabra es como una fórmula matemática con un significado racional, numérico y espiritual.

Al realizar esta meditación, por supuesto, hay momentos en que los resultados no son inmediatos. Puede ser que nuestra pureza no sea suficiente o que necesitemos un esfuerzo adicional, como ayunar durante 12 horas. Este sacrificio es un recordatorio de que las bendiciones requieren compromiso y dedicación.

No solo podemos meditar por nosotros mismos, sino que es muy recomendable también hacerlo por aquellos que amamos. Si tienes un ser querido que está enfermo o enfrenta dificultades, puedes incluirlo en tu meditación. Visualiza a esta persona dentro de una Estrella de David, rodeada de luz curativa o protectora. La elección del color de la estrella de David es crucial: dorado para protección, azul para curación, plata para riqueza, violeta para espiritualidad, blanco para purificación, azul celeste para bondad, verde oscuro para protección contra malas energías, rosa para alegría y éxito, y azul oscuro para materializar deseos.

Imagina a tu hijo enfrentando un examen difícil. Te sientas a meditar y lo incluyes en tu visualización, rodeándolo con una estrella de David azul oscuro, asegurando que su mente esté clara y enfocada. O quizás estás preocupado por la salud de un familiar. En tu meditación, visualizas una estrella de David azul, enviando energía curativa que penetra su cuerpo y alma.

Estas prácticas no son meros rituales; son formas de conectar con el universo y con la energía divina que reside en cada uno de nosotros. A través de la meditación cabalística, podemos transformar nuestra vida y la de quienes nos rodean, creando un impacto profundo y duradero.

En conclusión, la cábala ofrece herramientas espirituales que nos permiten enfrentar y superar los desafíos diarios. Al integrarlas en nuestra rutina, podemos encontrar paz, claridad y una conexión más profunda con lo divino. ¿Estás listo para transformar tu vida con estas prácticas ancestrales? ¿Qué impacto podrían tener en tu día a día? La respuesta está en tu capacidad de abrir tu mente y corazón a nuevas posibilidades, permitiendo que la luz y la energía cósmica guíen tu camino.

MUCHAS PERSONAS me han preguntado acerca de los 72 nombres De Dios. ¿Cómo puede ser que si Dios es uno, existan 72 nombres? La respuesta es muy sencilla. Estos nombres se refieren a 72 aspectos o rostros de este Dios. Para el ser humano es imposible entender Dios en la totalidad así que estos nombres lo que hacen es partir y hacer entendibles aspectos De Dios al ser humano.

Los 72 nombres de Dios se derivan de tres versículos específicos del libro del Éxodo (Éxodo 14:19-21). Estos versículos describen el momento en que los israelitas estaban siendo perseguidos por los egipcios y Moisés dividió el Mar Rojo. Cada uno de estos versículos tiene exactamente 72 letras en hebreo. La combinación de estas letras de manera particular forma los 72 nombres de Dios. Aquí están los versículos en hebreo y su traducción al español:

Éxodo 14:19

Versículo en Hebreo: וַיִּסַּע מַלְאַךְ הָאֱלֹהִים הַהֹלֵךְ לִפְנֵי מַחֲנֵה יִשְׂרָאֵל וַיֵּלֶךְ מֵאַחֲרֵיהֶם וַיִּסַּע עַמּוּד הֶעָנָן מִפְּנֵיהֶם וַיַּעֲמֹד מֵאַחֲרֵיהֶם

Traducción al Español: "Y el ángel de Dios, que iba delante del campamento de Israel, se trasladó e iba detrás de ellos; y la columna de nube que iba delante de ellos se apartó y se puso a sus espaldas."

Éxodo 14:20

Versículo en Hebreo: וַיָּבֹא בֵּין מַחֲנֵה מִצְרַיִם וּבֵין מַחֲנֵה יִשְׂרָאֵל וַיְהִי הֶעָנָן וְהַחֹשֶׁךְ וַיָּאֶר אֶת־הַלָּיְלָה וְלֹא־קָרַב זֶה אֶל־זֶה כָּל־הַלָּיְלָה

Traducción al Español: "Y se interpuso entre el campamento de los egipcios y el campamento de Israel; y hubo nube y oscuridad para aquellos, y alumbró la noche para estos; y en toda aquella noche nunca se acercaron los unos a los otros."

Éxodo 14:21

Versículo en Hebreo: וַיֵּט מֹשֶׁה אֶת־יָדוֹ עַל־הַיָּם וַיּוֹלֶךְ יְהוָה אֶת־הַיָּם בְּרוּחַ קָדִים עַזָּה כָּל־הַלָּיְלָה וַיָּשֶׂם אֶת־הַיָּם לֶחָרָבָה וַיִּבָּקְעוּ הַמָּיִם

Traducción al Español: "Entonces Moisés extendió su mano sobre el mar, y Jehová hizo retroceder el mar por un fuerte viento del este toda aquella noche; y el mar se tornó en tierra seca, y las aguas quedaron divididas."

PARA FORMAR los 72 nombres de Dios, se utilizan las letras de estos tres versículos. El proceso es el siguiente:

1 Primer Versículo (Éxodo 14:19): Se escribe de izquierda a derecha.

2 Segundo Versículo (Éxodo 14:20): Se escribe de derecha a izquierda.

3 Tercer Versículo (Éxodo 14:21): Se escribe de izquierda a derecha.

Se toma la primera letra del primer versículo, la última letra del segundo versículo y la primera letra del tercer versículo, y se forman los primeros tres nombres de Dios. Este proceso se repite hasta que se han formado 72 combinaciones.

Por ejemplo:

• Primera letra del primer versículo: ו (Vav)

• Última letra del segundo versículo: ם (Mem)

• Primera letra del tercer versículo: ו (Vav)

El primer nombre sería "ו-ם-ו" (Vav-Mem-Vav).

Este proceso se continúa para formar todos los 72 nombres, cada uno con tres letras hebreas.

Así quedarían los 72 nombres:

והו (VAV HEI **Vav)1**

• **Significado:** Protección

• **Frase:** Protege contra el mal de ojo y las energías negativas.

ילי (Yud Lamed Yud)2

• **Significado:** Recuperación

• **Frase:** Ayuda en la recuperación física y emocional.

סיט (Samekh Yud Tet)3

• **Significado:** Destruir el ego

• **Frase:** Ayuda a superar el ego y fomentar la humildad.

עלם (Ayin Lamed Mem)4

• **Significado:** Autocontrol

• **Frase:** Facilita el autocontrol y la disciplina.

מהש (Mem Hei Shin)5

• **Significado:** Curación

• **Frase:** Potencia la curación física y espiritual.

ללה (Lamed Lamed Hei)6

• **Significado:** Éxito

• **Frase:** Fomenta el éxito en todos los aspectos de la vida.

אכא (Aleph Kaf Aleph)7

• **Significado:** Energía sexual

• **Frase:** Transforma la energía sexual en fuerza creativa.

כהת (Kaf Hei Tet)8

• **Significado:** Protege contra el mal

• **Frase:** Proporciona protección contra fuerzas malignas.

הזי (Hei Zayin Yud)9

• **Significado:** Purificación

• **Frase:** Facilita la purificación del cuerpo y el alma.

אלד (Aleph Lamed Dalet)10

• **Significado:** Motivación

• **Frase:** Ayuda a encontrar la motivación y la inspiración.

לאו (Lamed Aleph Vav)11

• **Significado:** Victoria

• **Frase:** Concede la victoria sobre los obstáculos.

ההע (Hei Hei Ayin)12

• **Significado:** Equilibrio

• **Frase:** Promueve el equilibrio y la armonía en la vida.

יזל (Yud Zayin Lamed)13

• **Significado:** Claridad

• **Frase:** Aporta claridad mental y discernimiento.

מבה (Mem Bet Hei)14

• **Significado:** Paciencia

• **Frase:** Fomenta la paciencia y la perseverancia.

הרי (Hei Resh Yud)15

• **Significado:** Creatividad

• **Frase:** Estimula la creatividad y la innovación.
הקם (Hei Kaf Mem)16
• **Significado:** Transformación
• **Frase:** Facilita la transformación y el cambio positivo.
לאו (Lamed Aleph Vav)17
• **Significado:** Coraje
• **Frase:** Infunde coraje y valentía.
קלח (Kuf Lamed Het)18
• **Significado:** Prosperidad
• **Frase:** Atrae prosperidad y abundancia.
לוו (Lamed Vav Vav)19
• **Significado:** Protección de la negatividad
• **Frase:** Protege contra la negatividad y el pesimismo.
פהל (Peh Hei Lamed)20
• **Significado:** Liberación
• **Frase:** Libera de las ataduras y limitaciones.
נלך (Nun Lamed Kaf)21
• **Significado:** Alegría
• **Frase:** Promueve la alegría y el optimismo.
יי (Yud Yud Yud)22
• **Significado:** Conexión espiritual
• **Frase:** Profundiza la conexión espiritual con lo divino.
מלה (Mem Lamed Hei)23
• **Significado:** Armonía
• **Frase:** Fomenta la armonía en las relaciones y el entorno.
חהו (Het Hei Vav)24
• **Significado:** Protección divina
• **Frase:** Asegura la protección divina en todas las situaciones.
נית (Nun Yud Tet)25
• **Significado:** Superación
• **Frase:** Ayuda a superar desafíos y dificultades.
ההו (Hei Hei Vav)26
• **Significado:** Compasión
• **Frase:** Cultiva la compasión y el amor incondicional.
ירת (Yud Resh Tet)27
• **Significado:** Entendimiento
• **Frase:** Aumenta la comprensión y el entendimiento profundo.
שאה (Shin Aleph Hei)28
• **Significado:** Serenidad
• **Frase:** Proporciona serenidad y paz interior.
ריי (Resh Yud Yud)29
• **Significado:** Protección de los enemigos
• **Frase:** Protege contra los enemigos y las malas intenciones.
אום (Aleph Vav Mem)30
• **Significado:** Sanación emocional

• **Frase:** Facilita la sanación de heridas emocionales.
לוו (Lamed Vav Vav)31
• **Significado:** Paz interior
• **Frase:** Fomenta la paz y la tranquilidad interior.
יהו (Yud Hei Vav)32
• **Significado:** Reconexión
• **Frase:** Ayuda a reconectarse con el propósito de vida.
לאו (Lamed Aleph Vav)33
• **Significado:** Energía positiva
• **Frase:** Atrae energía positiva y buenas vibraciones.
חשי (Het Shin Yud)34
• **Significado:** Creatividad
• **Frase:** Despierta la creatividad y la imaginación.
בתה (Bet Tet Hei)35
• **Significado:** Seguridad
• **Frase:** Proporciona seguridad y protección.
מיח (Mem Yud Het)36
• **Significado:** Guía divina
• **Frase:** Proporciona guía y sabiduría divina.
מוה (Mem Vav Hei)37
• **Significado:** Transformación personal
• **Frase:** Facilita la transformación y el crecimiento personal.
ריי (Resh Yud Yud)38
• **Significado:** Protección contra el mal
• **Frase:** Protege contra influencias negativas y malignas.
ההו (Hei Hei Vav)39
• **Significado:** Amor incondicional
• **Frase:** Fomenta el amor incondicional y la bondad.
נית (Nun Yud Tet)40
• **Significado:** Libertad
• **Frase:** Libera de las ataduras emocionales y mentales.
מסר (Mem Samekh Resh)41
• **Significado:** Conocimiento
• **Frase:** Aporta conocimiento y entendimiento profundo.
סאל (Samekh Aleph Lamed)42
• **Significado:** Éxito y prosperidad
• **Frase:** Atrae éxito y prosperidad en todos los aspectos de la vida.
ערי (Ayin Resh Yud)43
• **Significado:** Transformación espiritual
• **Frase:** Facilita la transformación y el crecimiento espiritual.
עשי (Ayin Shin Yud)44
• **Significado:** Protección espiritual
• **Frase:** Proporciona protección espiritual y energética.
מיה (Mem Yud Hei)45
• **Significado:** Sanación física

• **Frase:** Facilita la sanación y el bienestar físico.
ויה (Vav Yud Hei)46
• **Significado:** Alegría y felicidad
• **Frase:** Promueve la alegría y la felicidad en la vida.
החה (Hei Het Hei)47
• **Significado:** Compasión y misericordia
• **Frase:** Cultiva la compasión y la misericordia hacia los demás.
מחי (Mem Het Yud)48
• **Significado:** Claridad y discernimiento
• **Frase:** Aporta claridad mental y discernimiento en la toma de decisiones.
דני (Dalet Nun Yud)49
• **Significado:** Fuerza interior
• **Frase:** Fortalece la fuerza interior y la resistencia emocional.
ההו (Hei Hei Vav)50
• **Significado:** Paz y armonía
• **Frase:** Fomenta la paz y la armonía en el entorno.
עני (Ayin Nun Yud)51
• **Significado:** Protección contra el mal
• **Frase:** Protege contra influencias negativas y energías oscuras.
מאי (Mem Aleph Yud)52
• **Significado:** Transformación y cambio
• **Frase:** Facilita la transformación y el cambio positivo en la vida.
חמו (Het Mem Vav)53
• **Significado:** Sanación emocional
• **Frase:** Facilita la sanación de heridas emocionales profundas.
רהע (Resh Hei Ayin)54
• **Significado:** Protección divina
• **Frase:** Asegura la protección y la guía divina en todas las situaciones.
עוית (Ayin Vav Yud Resh)55
• **Significado:** Claridad y visión
• **Frase:** Aporta claridad y visión para ver más allá de las ilusiones.
דני (Dalet Nun Yud)56
• **Significado:** Equilibrio y estabilidad
• **Frase:** Promueve el equilibrio y la estabilidad emocional.
מהש (Mem Hei Shin)57
• **Significado:** Energía y vitalidad
• **Frase:** Aumenta la energía y la vitalidad física y espiritual.
יהי (Yud Hei Yud)58
• **Significado:** Conexión divina
• **Frase:** Facilita una conexión más profunda con lo divino.
ריי (Resh Yud Yud)59
• **Significado:** Protección contra el mal
• **Frase:** Protege contra influencias negativas y energías oscuras.
ההו (Hei Hei Vav)60
• **Significado:** Paz interior

• **Frase:** Fomenta la paz y la tranquilidad interior.

מיה (Mem Yud Hei)61

• **Significado:** Sanación y bienestar

• **Frase:** Facilita la sanación y el bienestar integral.

הו (Hei Vav)62

• **Significado:** Protección y guía

• **Frase:** Proporciona protección y guía en el camino espiritual.

שאה (Shin Aleph Hei)63

• **Significado:** Serenidad y calma

• **Frase:** Proporciona serenidad y calma en momentos de estrés.

ריי (Resh Yud Yud)64

• **Significado:** Protección contra el mal

• **Frase:** Protege contra influencias negativas y energías oscuras.

ההו (Hei Hei Vav)65

• **Significado:** Amor incondicional

• **Frase:** Fomenta el amor incondicional y la bondad.

נית (Nun Yud Tet)66

• **Significado:** Libertad y liberación

• **Frase:** Libera de las ataduras emocionales y mentales.

מסר (Mem Samekh Resh)67

• **Significado:** Conocimiento y sabiduría

• **Frase:** Aporta conocimiento y sabiduría profunda.

סאל (Samekh Aleph Lamed)68

• **Significado:** Éxito y prosperidad

• **Frase:** Atrae éxito y prosperidad en todos los aspectos de la vida.

ערי (Ayin Resh Yud)69

• **Significado:** Transformación espiritual

• **Frase:** Facilita la transformación y el crecimiento espiritual.

עשי (Ayin Shin Yud)70

• **Significado:** Protección espiritual

• **Frase:** Proporciona protección espiritual y energética.

מיה (Mem Yud Hei)71

• **Significado:** Sanación física y emocional

• **Frase:** Facilita la sanación integral y el bienestar.

ויה (Vav Yud Hei)72

• **Significado:** Alegría y felicidad

• **Frase:** Promueve la alegría y la felicidad en la vida.

MEDITACIÓN **con los Nombres de Dios**

La meditación con los 72 nombres de Dios implica enfocar la mente en estas combinaciones de letras hebreas. Aquí hay un paso a paso para meditar en los nombres:

1 Selecciona un Nombre: Elige un nombre que represente la cualidad o la energía que deseas manifestar.

2 Visualiza las Letras: Cierra los ojos e imagina las letras hebreas del nombre seleccionado.

Visualiza cada letra con claridad.

3 Repite el Nombre: Repite el nombre en silencio o en voz alta, sintiendo su vibración.

4 Reflexiona sobre el Significado: Piensa en el significado del nombre y cómo se relaciona con tu vida.

5 Concluye con Agradecimiento: Agradece la energía recibida y siente cómo se integra en tu ser.

LOS 72 NOMBRES de Dios son herramientas poderosas que nos conectan con la energía divina. Cada nombre es una llave que abre una puerta hacia diferentes aspectos de lo divino, permitiéndonos manifestar cualidades específicas en nuestra vida. Meditar en estos nombres nos ayuda a superar obstáculos y a atraer la abundancia y la paz que buscamos.

Recuerda que, al igual que Moisés, tú también tienes acceso a estas herramientas divinas. Usa los 72 nombres de Dios para fortalecer tu conexión espiritual y para transformar tu realidad según tus deseos más profundos. La creación está en tus manos, y tu poder de transformar la realidad es ilimitado.

EXPONEMOS a continuación una caja de herramientas espirituales que sirvieron para resolver estos casos anteriormente expuestos

1. **Técnica de Meditación cabalistas**

Según los antiguos Cabalistas, meditar es un proceso muy serio, no es ningún juego y se necesita cumplir con re- quisitos muy precisos, porque vamos a entrar en un mundo muy sensible y vamos a usar herramientas espirituales muy potentes: las letras hebreas y su poder vibratorio. Estos consejos fueron dados por un rabino cabalista si bien no son imprescindibles es correcto hacer esta practica con el máximo de respeto..

Hay que evitar efectos indeseables sobre nuestra psique.

REQUISITOS TÉCNICOS:

1 Estar circuncidado

2 Respetar el Sábado (Shabbat)

3 Acudir al baño ritual previamente (Mikveh)

4 Comer Kosher

5. Vestir de blanco

6. Leer los salmos no 7-16-20-91-92-119 7. Leer 15 veces la primera frase de la Shema

8. Para mujeres: no tener la menstruación

9. Que sea de madrugada a partir de las 03:00h

10. Lavarse las manos previamente (neti-lat yadaim)

REQUISITOS MORALES:

1. Practicar la generosidad y la caridad

2. No buscar fines egoístas

3. Tratar al prójimo con dulzura y respeto

4. Considerar que nuestros logros se los debemos a D-ios y no a nuestro ego

5. Tomar consciencia que nuestra alma se va a desenfundar del cuerpo

PROCESO

Para comenzar esta meditación, siéntate cómodamente, con los pies paralelos en el suelo y la espalda recta. Coloca las manos sobre los muslos, con las palmas hacia arriba. Cierra los ojos y realiza tres respiraciones profundas, dejando que tu cuerpo se relaje completamente. Visualízate como un ser de Luz, dentro de un hexágono dorado de la estrella de David, tan grande como una casa.

Imagina otra estrella de David dorada frente a ti, que actúa como una pantalla. En esta pantalla, las letras hebreas blancas empiezan a aparecer una a una, de derecha a izquierda. Mientras aparecen, enciende cada letra como si encendieras una vela, con la mecha situada en el vértice superior central de cada una.

Cuando todas las letras estén encendidas, júntalas de derecha a izquierda en una sola llama central. Esta llama se expande por el pico superior de la estrella de David y forma un arco de Luz que penetra en tu estrella, entrando en tu cráneo e iluminando tu cerebro. Luego, la Luz desciende al corazón y al hígado, iluminándolos también. La Luz vuelve a subir al corazón y luego al cerebro, generando un vaivén de cerebro a corazón, como un pistón de Luz que se mueve cada vez más rápido. Finalmente, esta Luz desbordará tu cráneo a través de la fontanela, como una fuente de agua que cae sobre tu imagen de Luz, imantando tu aura con energía cósmica.

Estas secuencias de letras nos magnetizan con un nivel vibratorio cósmico que puede atraer el evento deseado a nuestra vida. El cosmos pronto identificará esa señal en nuestra aura y se apresurará a despachar la energía-bendición deseada.

Los Nombres de Dios son códigos heredados de la Torah, ligados con la inteligencia cósmica. Solo es posible acceder a ellos por vía profética, como hizo Moisés hace 3600 años en un momento histórico irrepetible. Estas secuencias de letras hebreas movilizan energías astrales y estelares, formando eventos en la Tierra mediante mecanismos que nuestra ciencia actual aún no comprende, pero que los cabalistas y profetas han experimentado a lo largo de las generaciones.

Estos eventos pueden dirigirse a personas o lugares y solo funcionan para el bien. Si alguien intenta usarlos con fines egoístas o malvados, simplemente no funcionarán.

Para meditar con estos Nombres de Dios, se insertan en la estrella de David que actúa de pantalla, siguiendo el método expuesto anteriormente. Los resultados suelen ser espectaculares. Si el resultado tarda en manifestarse, puede ser útil ayunar durante 12 horas, desde el amanecer hasta el anochecer, para mejorar la atracción magnética cósmica.

Es posible que nuestro grado de pureza no sea el adecuado, por lo que es importante recordar las condiciones y requisitos necesarios para la meditación. También se puede meditar por una persona querida, visualizándola con nosotros en nuestra estrella de David y permitiendo que el flujo de luz, que sale de nuestro cerebro en la fase final de la meditación, la envuelva y magnetice su aura.

Asimismo, podemos colocar a un ser querido en una estrella de David para protegerlo o darle salud, eligiendo el color adecuado de la estrella de David para cada propósito.

SANCIÓN POR COLORES

Si la estrella de David es de color azul: estamos curando.

Si la estrella de David es de color plata: estamos generando riqueza.

Si la estrella de David es de color violeta: estamos ascendiendo en espiritualidad.

Si la estrella de David es de color blanco: nos purificamos.

Si la estrella de David es de color azul ce- leste: generamos bondad.

Si la estrella de David es de color verde oscuro: nos protegemos de malas energías.

Si la estrella de David es de color rosa: es- tamos atrayendo alegría y éxito a nuestra vida.

Si la estrella de David es de color azul os- curo: estaremos materializando un concepto o un deseo.

RITUAL DIARIO DE CABALAGRAMA

Este ritual diario de 5 minutos está diseñado para conectar tu energía con las distintas dimensiones de la existencia. Cada fase te permitirá alinear tu mente, cuerpo y espíritu, potenciando tu capacidad de manifestar tus sueños y alcanzar la abundancia.

1. Conexión Assyah

Respiración de Abulafia:

• Posición: Siéntate cómodamente con la espalda recta.

• Respiración: Inhala profundamente por la nariz mientras giras la cabeza hacia la izquierda. Exhala por la boca girando la cabeza hacia la derecha.

• Cantilación: Mientras respiras, canta las vocales (A, E, I, O, U) en un tono suave y constante. Repite este proceso durante un minuto, permitiendo que tu mente y cuerpo se sincronicen.

2. Conexión Yetzirah

Rememorar y Celebrar:

• Éxitos Pasados: Recuerda tres momentos en los que lograste algo importante. Visualiza esos momentos y siente el orgullo y la satisfacción de esos logros.

• Gratitud: Piensa en tres cosas por las que estás agradecido hoy. Agradece profundamente por ellas y siente cómo tu corazón se llena de gratitud.

• Sueños por Cumplir: Visualiza tres sueños que deseas alcanzar. Siente la emoción y la alegría de ya haberlos logrado.

Celebrar y Mandar Luz:

• Celebra estos momentos, sonriendo y sintiendo la luz que emana de ti. Imagina que envías esa luz a las personas y situaciones que te rodean.

3. Conexión Bryah

Relajación Profunda:

• Cuenta Regresiva: Cierra los ojos y empieza a contar lentamente del 10 al 0. Con cada número, siente cómo tu cuerpo se relaja más y más.

• Visualización del Palacio Interior: Visualiza un lugar dentro de ti que representa tu paz y poder interior. Puede ser un palacio, un jardín o cualquier lugar donde te sientas seguro y pleno.

• Arcángel y Deseo: Imagina el nombre del arcángel asociado a tu sefirot (puedes investigar cuál es el arcángel de tu sefirot). Visualiza a este ser de luz y pregúntale por tu deseo más profundo en este momento.

• Meditación: Dedica un minuto a meditar en silencio, permitiendo que cualquier mensaje o intuición surja.

4. Conexión Atziluth

Brainstorming de Ideas:

• **Escribir Ideas:** En el último minuto, toma un cuaderno y escribe 10 ideas que te hayan venido a la mente durante el ritual. No juzgues ni censures ninguna idea; simplemente permite que fluyan.

Notas Adicionales

Este ritual está diseñado para ser flexible y adaptarse a tus necesidades diarias. Puedes ajustar los tiempos según lo necesites, pero mantén la esencia de cada conexión para maximizar sus beneficios. Al integrar estas prácticas diariamente, empezarás a notar una mayor claridad mental, emocional y espiritual, facilitando la manifestación de tus metas y sueños.

• VISUALIZACIÓN: Busca el Arcángel asociado a tu Sefirotipo, visualizando su luz y protección:

Keter - Jugador- Metatrón (מֶטַטְרוֹן)
Chokmah- Visionario - Raziel (רָזִיאֵל)
Binah-Reflexivo- Tzaphkiel (צַפְקִיאֵל)
Tiferet-Motivador - Raphael (רָפָאֵל)
Chesed-Compasivo - Tzadkiel (צַדְקִיאֵל)
Gevurah-Guerrero - Kamael (קַמָאֵל)
Netzach-Apasionado - Haniel (חַנִיאֵל)
Hod-Comunicador - Michael (מִיכָאֵל)
Yesod- Conector - Gabriel (גַבְרִיאֵל)
Malkuth- Manifestador - Sandalphon (סַנְדַלְפוֹן)

CABALAGRAMA DE LAS RELACIONES

Cabalagrama tiene la tecnología y el método para poder analizar y mejorar cualquier aspecto usando la sabiduría de la Cábala. Su estudio puede ir desde el punto de vista metafísico, espiritual, psicológico, astral, negocios y también por supuesto las relaciones.

El amor es probablemente uno de los aspectos más importantes en el ser humano. Una buena relación puede elevarte y potenciarte mientras que una relación tóxica o perjudicial puede degradarte a lo más bajo. Dicen los cabalistas que Dios en la actualidad, se dedica a crear relaciones, y que se pone triste cuando una pareja se separa.

La unión entre parejas es divina. Ese es uno de los secretos que la simbología del arca de Alianza. En ese objeto legendario habían dos ángeles, uno masculino y otro femenino. Y cuando estos se miraban se dice que la presencia De Dios habitaba en medio de ellos. En la cábala Dios habita en las parejas, familias y en los hogares con amor.

Sin embargo hoy en día estamos en una época de separaciones, divorcios donde el amor parece ser fugaz y esquivo. Las personas temen mostrar sus sentimientos por miedo a que los hieran y eso nos hace insensibles y de difícil acceso emocional.

Algo tan bonito como el amor, se está perdiendo cada vez más en la sociedad actual.

Estamos en una época de compromisos blandos y personas de cristal frágiles que se rompen a la menor adversidad.

PRINCIPIOS PARA ASEGURAR una relación increíble:

- POLARIDAD. La pareja y la atracción es un juego de polaridades, asegúrate que estas polaridades existen. Se puede recuperar la polaridad incluso si lleva años dormida. Practica la intimidad a diario y da valor a las diferencias.

- VISUALIZACIÓN. El amor y el sexo visualizando con intención de altruismo es uno de los mayores grados de pureza.

- TONO EMOCIONAL. Se debe tener en cuenta el tono emocional de cada miembro de la pareja. En tonos bajos es muy dificil construir nada. Rompe con tus miedos. Defiende tu equilibrio energético ya que nadie más podrá hacerlo por ti. Ama la vulnerabilidad.

-PROYECCIÓN. Toda pareja depende de sus planes de futuro y debe tener un futuro prometedor en mente. Busca el propósito superior de la pareja.

-VALORES. Vive la relación que te gustaría que tus padres hubieran tenido o que te gustaría que tus hijos tuvieran

-SEFIROTIPOS. Descubre en qué sefirotipo vibra tu pareja y podrás acercarte a él o ella y

entenderlo de la mejor manera. El verdadero liderazgo e influencia se obtiene de acercarse y comprender aquello que tratas de influenciar.

- FE. La pareja debe de funcionar con Emunah (fe y visualización) y no con Amalek (duda).Compromiso inquebrantable. OLVIDA Y PERDONA RÁPIDAMENTE

-EXTERIORIZACION. Sal de tí mismo y tus necesidades. Entiende las necesidades de tu pareja. El amor real se da cuando los dos dan y no esperan nada a cambio.

SEGÚN LA CÁBALA, el amor se puede entender en varios niveles, cada uno reflejando un aspecto único de esta poderosa emoción. Estos niveles son Malkuth, Yesod, Netzach, Tiphereth y Jesed. A través de estos niveles, el amor se manifiesta y se experimenta en nuestras vidas de distintas maneras.

Malkuth (Reino) - Amor Infantil

El primer nivel, Malkuth, se relaciona con el amor físico y material. Este amor se manifiesta en el plano tangible, a través de acciones concretas y prácticas. Piensa en cómo cuidas de tu familia: asegurándote de que tienen comida, un hogar seguro, o simplemente ofreciéndoles un abrazo cálido cuando lo necesitan. Este tipo de amor se muestra en el cuidado de la salud y el bienestar físico de nuestros seres queridos, proveyendo sustento y seguridad material, y a través de gestos físicos como abrazos, regalos o ayuda en tareas cotidianas. ¿Quién no ha sentido el amor de una madre que cuida de sus hijos con esmero, asegurándose de que nunca les falte nada? Este tipo de amor es similar al **"baby love"**, un amor infantil e inocente, caracterizado por la simplicidad y la alegría. Se formula de la siguiente manera “Yo quiero”

Yesod (Fundación) - Amor de Intercambio

El segundo nivel es Yesod, que se refiere al amor emocional y sexual. Este es el amor que conecta a las personas en un nivel más profundo, basado en la intimidad y la unión emocional. Imagina la conexión emocional que compartes con tu pareja, esa que te permite abrirte y compartir tus miedos y sueños más íntimos. Es el tipo de amor que se construye compartiendo secretos, deseos y temores, creando un vínculo de confianza y comprensión mutua. Aquí, la intimidad física también juega un papel crucial, fortaleciendo la unión a través del afecto y la pasión. Este tipo de amor es fundamental en relaciones profundas y significativas, donde se valora la comunicación abierta y el apoyo mutuo. Este nivel se asocia con el **"amor de intercambio"**, donde ambos lados esperan recibir algo a cambio: "tú me quieres, yo te quiero". Se formula de la siguiente manera “Yo te quiero si tu me quieres”

Netzach (Victoria) - Amor Erótico y Creativo

El tercer nivel, Netzach, representa el amor erótico, creativo, placentero y perseverante. Es un amor dinámico, lleno de pasión y energía, que inspira y motiva a las personas a esforzarse continuamente por mejorar y mantener la relación. Piensa en aquellos momentos en los que, a pesar de los desafíos, te has sentido impulsado a seguir adelante, a trabajar en conjunto para alcanzar metas comunes. Este amor se manifiesta al trabajar juntos en proyectos creativos o superar obstáculos con determinación y optimismo. Es el amor que mantiene la chispa viva a través de la innovación y la creatividad, recordándonos que, aunque la rutina diaria pueda ser abrumadora, siempre hay maneras de reinventar la relación y mantenerla fresca y emocionante. Se formula de la siguiente manera : “Yo te amo si tu me das placer”

Tiphereth (Belleza) - Amor de Verdad

Finalmente, llegamos a Tiphereth, que representa el amor armónico y compasivo. Este nivel

de amor es una síntesis equilibrada de todos los otros niveles, integrando el amor físico, emocional y creativo en una expresión bella y compasiva. Es el amor incondicional que acepta a la pareja tal como es, buscando siempre la armonía y el equilibrio en la relación. Este amor se manifiesta a través de actos de bondad, comprensión y empatía, respetando y valorando las diferencias que hacen única a cada persona. Imagina un momento en que, a pesar de las diferencias, te has sentido en completa armonía con tu pareja, apreciando y aceptando sus imperfecciones como parte de lo que los hace especiales. Este nivel se alinea con el **"amor de verdad"**, un amor incondicional que persiste incluso cuando no es correspondido: Se formula de la siguiente manera:" yo te quiero aunque tú no me quieras".

Jesed (Misericordia) - Amor Universal

Jesed representa la misericordia, la bondad y el amor incondicional. Es un amor que se da sin esperar nada a cambio, un amor que se extiende a todos sin distinción. Este tipo de amor es el más puro y elevado, y se manifiesta en actos de bondad y compasión hacia los demás. Este nivel de amor es el **"amor universal"**, un amor inclusivo y expansivo que se extiende a todos los seres sin distinción: Se formula de la siguiente manera : "yo amo todo, incluso lo que no me ama".

AHORA, reflexiona sobre tu vida diaria. ¿Has experimentado estos niveles de amor en tus relaciones? ¿Cómo se manifiestan en los pequeños gestos cotidianos, en la intimidad compartida, en la creatividad que aportas a tus vínculos, y en la compasión con la que tratas a los demás? Cada nivel de amor es un recordatorio de que el amor es multifacético y se puede expresar de múltiples maneras.

Para ilustrar mejor estos conceptos, recordemos lo que Napoleón Hill menciona en su libro "Piense y hágase rico" sobre la importancia del amor y las relaciones en la búsqueda del éxito personal y profesional. Hill subraya que el amor verdadero y profundo puede ser una fuente de motivación y apoyo inigualable, impulsándonos a superar obstáculos y alcanzar nuestras metas más ambiciosas . Al final del día, entender y cultivar estos cuatro niveles de amor puede transformar no solo nuestras relaciones personales, sino también nuestra perspectiva sobre la vida misma. ¿Estás listo para explorar y experimentar el amor en todas sus formas?

EL TEMA de Cabalagrama del amor es profundo y explorarlo extensamente nos llevará a escribir un libro y crear un sistema para analizar relaciones. La aventura de Cabalagrama tan solo acaba de empezar y nos va a llevar a alturas y lugares insospechados! ¿Me acompañas?

OLAM HA BA

"En el Mundo Venidero, no hay ni comer ni beber, ni procreación ni comercio, ni envidia ni odio ni competencia; sino que los justos se sientan con sus coronas en sus cabezas y disfrutan del resplandor de la Shejiná (Presencia Divina)."

LOS CABALISTAS AFIRMAN que todo lo que hacemos, incluso el propósito de nuestra vida, tiene un único fin: revelar la mayor cantidad de luz para acelerar la llegada del Olam ha ba, el mundo del mañana. Pero, ¿qué significa esto realmente para nosotros en nuestro día a día?

Imagina un mundo donde no tengamos que trabajar, donde la muerte no exista, donde podamos dedicarnos al estudio profundo de la Cábala y donde las guerras sean cosa del pasado. Parece un sueño, ¿verdad? Sin embargo, con el avance de la Inteligencia Artificial y los avances científicos, este sueño del mañana está más cerca de convertirse en una realidad palpable. ¿Y si tal vez los antiguos cabalistas tenían razón y se puede llegar a ese mundo futuro?

El Siglo XXI se perfila como la era del conocimiento y las oportunidades. Todo aquello que antes era un problema ahora encuentra soluciones innovadoras y rápidas. Pero, frente a este panorama, surge una pregunta crucial: ¿qué haremos con todo este tiempo que nos libera la tecnología?

Reflexiona por un momento. Cuando nuestros problemas, o al menos una gran parte de ellos, sean resueltos por la Inteligencia Artificial, ¿cómo nos sentiremos? ¿Qué haremos con nuestra vida? ¿Dónde encontraremos el propósito y la dicha de vivir? El conocimiento racional, el que proviene de Binah, perderá su preeminencia porque las máquinas nos proporcionarán la información que necesitamos al instante. Entonces, ¿dónde queda el ser humano en este nuevo paradigma?

Para conquistar el espacio, sanar el planeta y, en definitiva, conquistar la vida, primero debemos sanarnos a nosotros mismos. El Siglo XXI será el siglo del crecimiento personal. Ahora que el mundo exterior está prácticamente conquistado y que la información racional está al alcance de nuestras manos gracias a la IA, lo que realmente importa es el trabajo interior. ¿Quién eres? ¿Cómo te sientes? ¿Qué tipo de relaciones tienes? ¿Cuánto amor eres capaz de dar? Estas serán las preguntas esenciales de nuestro tiempo.

La humanidad ha hecho realidad profecías bíblicas y ha dado vida a conceptos mitológicos, como el Golem. Los antiguos profetas y cabalistas, los Tzadikim, tuvieron una intuición y una visión que hoy se materializa. Bendita sea esta sabiduría que nos acerca a todos, curando el mal y promoviendo el bien.

Ahora, tenemos la oportunidad de dedicarnos al estudio, al juego y al crecimiento personal. Así que, crea, crece, juega y multiplícate. Y no olvides quién eres y porqué estás aquí, este siglo será el del crecimiento interior y espiritual o no será.

Para finalizar este capítulo, quiero compartir contigo un poderoso nombre de Dios para meditar: el nombre de 42 letras que se encuentra en el Ana Bekoah, una melodía compuesta por Ben Hakanah. Esta canción es un bálsamo potente para el alma. Te recomiendo buscarla y visualizar estas letras mientras meditas.

El **Ana Bekoah** no es solo una serie de palabras; es una vibración sagrada que resuena profundamente en nuestro ser. Al meditar con este nombre, se puede sentir una conexión más profunda con la fuente de toda creación, permitiendo un flujo de energía pura y transformadora. Es una herramienta invaluable para quienes buscan crecimiento espiritual y emocional.

El **Ana Bekoah** es una plegaria que data de la época de los antiguos cabalistas. Compuesta por el rabino Nehunya Ben HaKanah en el siglo I, esta oración se estructura en siete líneas, cada una formada por seis palabras que contienen un profundo significado místico. Las 42 letras representan diferentes niveles de energía y vibración, siendo una herramienta utilizada para alcanzar estados elevados de consciencia y para la purificación del alma.

Cada línea del **Ana Bekoah** se asocia con una de las siete Sefirás inferiores del Árbol de la Vida en la Cábala, lo que la convierte en una conexión directa con las fuerzas espirituales que gobiernan nuestra realidad. Al recitar y meditar en estas palabras, se puede acceder a un mayor entendimiento y sabiduría divina, abriendo canales de luz y bendición en nuestras vidas.

PASOS **para la Meditación con el Ana Bekoah:**

1 Encuentra un Lugar Tranquilo: Busca un espacio donde no te interrumpan, un lugar donde puedas sentarte cómodamente y concentrarte en tu meditación.

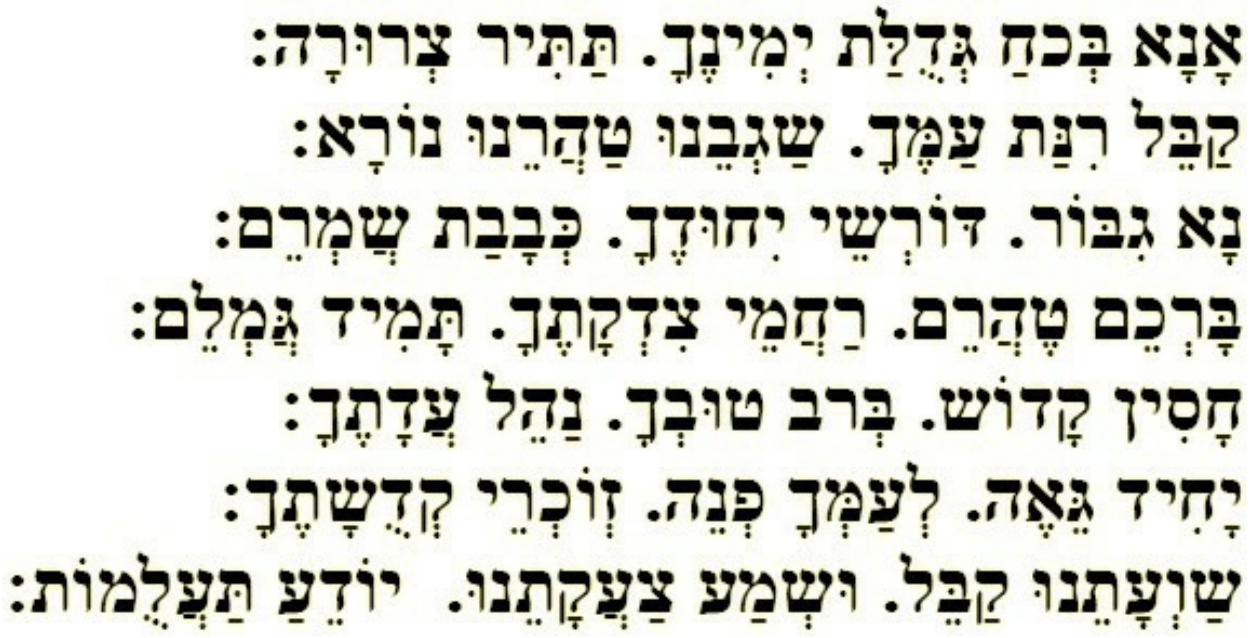
2 Respira Profundamente: Toma algunas respiraciones profundas y lentas para centrarte. Siente cómo tu cuerpo se relaja con cada exhalación.

3 Visualiza las Letras: Cierra los ojos e imagina las 42 letras del nombre divino en tu mente. Si te es útil, puedes tener una imagen de las letras frente a ti.

4 Repite la Melodía: Puedes buscar una grabación del **Ana Bekoah** y dejar que la melodía te guíe. Mientras escuchas, permite que las vibraciones de las palabras penetren tu ser.

5 Concentración y Silencio: Mientras meditas, enfócate en las sensaciones y emociones que surgen. Permite que cualquier pensamiento o distracción simplemente pase sin engancharte en ellos.

6 Integración: Después de la meditación, tómate un momento para reflexionar sobre tu experiencia. ¿Qué sentimientos surgieron? ¿Qué insights o realizaciones tuviste?



ANÁ BEJÓAJ: **La Meditación de un Kabbalista**

1. Jésed

Poder de redención. Amor incondicional. Eliminamos la influencia negativa de la materia física de nuestras vidas. Conectamos con la realidad del Árbol de la Vida. Recordamos las lecciones de ayer.

• **Hebreo**: אָנָּא בְּכֹחַ גְּדֻלַּת יְמִינְךָ, תַּתִּיר צְרוּרָה

• **Fonetica (Español)**: Aná bejóaj, guedulat yeminéja, tatir tz’rurá

• **Traducción**: Por favor, con la gran potencia de tu diestra, desata las ataduras.

• **Nombre de Dios**: אב"ג ית"ץ (ABG YTZ)

• **Efecto**: Conexión con el poder de la redención y la liberación de ataduras físicas y espirituales.

2. Guevurá

Superamos nuestra naturaleza reactiva. Cerramos las puertas al Satán. Olvidamos todos los pensamientos limitados y limitantes.

• **Hebreo**: קַבֵּל רִנַּת עַמְּךָ, שַׂגְּבֵנוּ טַהֲרֵנוּ נוֹרָא

• **Fonetica (Español)**: Kabel rinát, améja sagvéinu, taharéinu norá

• **Traducción**: Acepta la canción de tu pueblo, fortalécenos, purifícanos, Oh Temible.

• **Nombre de Dios**: קר"ע שט"ן (KR"A SHT"N)

• **Efecto**: Superación de la naturaleza reactiva y protección contra influencias negativas.

3. Tiféret

Conectamos con todas las formas de sustento. Rejuvenecemos nuestro cuerpo. Eliminamos la muerte de todos los aspectos de nuestra vida.

• **Hebreo**: נָא גִּבּוֹר דּוֹרְשֵׁי יִחוּדֶךָ, כְּבָבַת שָׁמְרֵם

• **Fonetica (Español)**: Na guibór, dor’shéi yijudéja, ke’vavát sham’rém

• **Traducción**: Por favor, poderoso, aquellos que buscan tu unicidad, guárdalos como la pupila de un ojo.

• **Nombre de Dios**: נג"ד יכ"ש (NG"D YK"SH)

• **Efecto**: Conexión con todas las formas de sustento y rejuvenecimiento del cuerpo.

4. Nétzaj

Perseverancia.

• **Hebreo**: בָּרְכֵם טַהֲרֵם רַחֲמֵי צִדְקָתֵךְ, תָּמִיד גָּמְלֵם

• **Fonetica (Español)**: Barjem, taharém, rajaméi tzidkatéja, tamíd gam'lém

• **Traducción**: Bendícelos, purifícalos, ten misericordia sobre ellos, siempre recompénsales en tu justicia.

• **Nombre de Dios**: בג"ע ת"ר (BG"A TR")

• **Efecto**: Fortalecimiento de la perseverancia y purificación constante.

5. Hod

Vemos el panorama completo, y por lo tanto obtenemos entendimiento profundo y clarividencia acerca de cómo podemos concentrarnos con la Luz y traer Luz a nosotros mismos y al mundo.

• **Hebreo**: חֲסִין קָדוֹשׁ בְּרוֹב טוּבְךָ, נַהֵל עֲדָתֶךָ

• **Fonetica (Español)**: Jasín kadosh, beróv tuvéja, najél adatéja

• **Traducción**: Poderoso y santo, con tu abundante bondad, guía a tu congregación.

• **Nombre de Dios**: ח"ק ב"ט נ"ע (H"K B"T N"A)

• **Efecto**: Clarividencia y entendimiento profundo, guianza divina.

6. Yesód

Traemos la espiritualidad al mundo físico. Recibimos la sabiduría de la Kabbalah.

• **Hebreo**: יָחִיד גֵּאֶה לְעַמְּךָ פְּנֵה, זוֹכְרֵי קְדֻשָּׁתֶךָ

• **Fonetica (Español)**: Yají'd geé le'améja pené, zoj'rei kedushat'éja

• **Traducción**: Único y exaltado, vuélvete a tu pueblo que recuerda tu santidad.

• **Nombre de Dios**: י"ג ל"פ ז"ק (Y"G L"P Z"K)

• **Efecto**: Elevación de la espiritualidad en el mundo físico y recordatorio de la santidad.

7. Malkút

Obtenemos el poder de la renovación y la restauración.

• **Hebreo**: שַׁוְּעָתֵנוּ קַבֵּל וּשְׁמַע צַעֲקָתֵנוּ, יוֹדֵעַ תַּעֲלוּמוֹת

• **Fonetica (Español)**: Shavateinú kabél, ushmá tz'aakatéinú, yodé'a ta'alumót

• **Traducción**: Acepta nuestra súplica y escucha nuestro grito, conocedor de los secretos.

• **Nombre de Dios**: שׂ"ק י"ת (S"K Y"T)

• **Efecto**: Renovación y restauración espiritual.

Cierre

• **Hebreo**: בָּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד

• **Fonetica (Español)**: Barúj shem kevód maljutó le'olám va'ed

• **Traducción**: Bendito es el nombre de la gloria de su reino por siempre jamás.

• **Efecto**: Bendición y glorificación eterna del reino divino.

QUE LA LUZ, el amor y todo aquello que desees te encuentre y se te manifieste por tus méritos y la bondad de tu corazón.

Este libro fué finalizado en la luna llena del 15 de Tamuz de 5784.

Shalom!

PUNTÚAME EN AMAZON



Si te ha gustado, por favor, no olvides puntuarme con 5 estrellas en Amazon, para favorecer la difusión del libro! Muchas gracias!

Puedes puntuarme aquí: Puntúame Mi Libro



ACERCA DEL AUTOR

ACERCA DEL AUTOR

Escritor bestseller de 5 libros, filósofo, emprendedor y creador de una Comunidad de Abundancia con más de 600.000 seguidores. Jorge Muñoz Parral, nacido en Tarragona el 11 de marzo de 1988. Curioso por naturaleza, con estudios de Filosofía. Desde el 2011 decide emprender una búsqueda acerca de la naturaleza de la conciencia humana y el autoconocimiento.

En 2021 escribe “Nexo: el secreto del a-mor” un thriller de investigación al estilo del Código da Vinci, que se posiciona como numero uno en su categoría.

También escribió “ El Código de la Abundancia” donde trata de varios temas relacionados con el crecimiento personal.

Sus cursos y formaciones han llegado a más de 10.000 personas, creando un impacto masivo a nivel mundial.

En la actualidad compagina su trabajo como escritor con las mentorias y cursos.

Puedes saber más sobre mí escribiéndome a jorgemparral@ hotmail.com

REALIZA TU TEST DE CABALAGRAMA GRATIS!

Descubre tu Sefirotipo y aprende el Sentido de tu alma!

Además obtén lecciones y videos completamente GRATIS en nuestra COMUNIDAD VIP de CABALAGRAMA.

Secretos, Tips y Hacks para acelerar tu camino a manifestar aquello que quieres!

ESCANEA LA FOTO O PULSA AQUÍ PARA ACCEDER!

ÚNETE A LA COMUNIDAD!

Gracias por descargar este Libro. Como agradecimiento quiero Invitarte a la **Comunidad VIP de CABALAGRAMA**!

ACCEDE AQUÍ PARA UNIRTE!

HTTPS://WHATSAPP.COM/CHANNEL/0029VAJCQXDLDQEBXCTEUC0C

Además obtén lecciones y videos completamente GRATIS.
Secretos, Tips y Hacks para acelerar tu camino a manifestar aquello que quieres!

ESCANEA LA FOTO Y ÚNETE AHORA!

UNO
MIS REDES SOCIALES



Nuestras redes sociales

¡Síguenos en Instagram!

Instagram: @Jorgemunozpr https://www.instagram.com/jorgemunozpr

+10.000 EJEMPLARES VENDIDOS



EL CÓDIGO DE LA ABUNDANCIA

¿Te has preguntado alguna vez porque existen personas persistentemente triunfadoras, mientras que otras continuamente fracasan?

¿Te ha pasado alguna vez que desaste conseguir algún objetivo y lo lograste tal como lo imaginaste?

¿Porque en ocasiones nuestros deseos se cumplen como por acto de magia, y en otros momentos sucede todo lo contrario?

¿Existe acaso un método para conseguir materializar todo lo que queremos?

¿Qué es lo que más deseas? ¿Tal vez ser más feliz, más sano y más rico?

¿Convertirte en un imán para todo lo que deseas, incluyendo dinero, oportunidades y

personas?

¿La felicidad, el amor?

A LO LARGO de la historia ha habido un Gran Secreto que ha estado presente de forma fragmentada en todas las tradiciones orales, en la literatura, en las religiones y en las distintas filosofías de todo el mundo.

Ha sido conocido por distintos nombres como la Ley de la Atracción, el poder de la visualización, la magia…

Sin embargo ha sido un concepto mal interpretado, y eso ha llevado a numerosas confusiones...

En este libro descubrirás:

• ¿Cuál la doctrina secreta que dio origen a la Ley de la Atracción?

• ¿Cuáles son 3 los requisitos necesarios para hacer que ésta funcione?

• ¿Qué pensamientos y acciones estás tomando cada día, que sin querer te están alejando de conseguir aquello que tanto deseas?

• ¿Cuales son los 18 pasos que te permitirán dominar la Ley de la Atracción?

• ¿Se pueden cumplir todos tus deseos?

CÓMO VEREMOS la ley de la atracción no se trata tan solo de un concepto, sino de un compendio de principios que han permanecido ocultos; sólo al alcance de unos pocos.

• Pon en práctica más de 20 sencillos ejercicios con los que podrás hackear el universo y tu mente para conseguir lo que deseas.

• Descubre las 15 rutinas y formas de pensar que usan las personas más exitosas del mundo para dirigirte hacia la vida que quieres y tener las leyes de universo a tu favor.

• Domina los fundamentos teóricos y científicos que permiten a la Ley de la Atracción funcionar y aplícalos en tu vida para aprovechar el potencial dormido del que ya dispones.

• Transforma tu vida y el mundo que te rodea aplicando unos principios ancestrales que han permanecido en secreto.

• Logra la vida que deseas siguiendo 18 pasos sencillos para hacer funcionar la Ley de la Atracción.

• Conquista la abundancia entendiendo las 11 leyes espirituales del dinero que te permitirán desbloquear tu acceso a la riqueza.

• Aprende cuales son los principios del éxito y de la prosperidad que no querían que supiésemos.

TODO LO QUE no comprendiste y no te contaron sobre “El Secreto” , por fin es revelado. Descubre la verdadera ley de la atracción!

COMPRA AQUÍ