

**Mario Javier Sabán**

**El sentido existencial  
en la construcción  
del sujeto:  
Mística judía y psicología**

TESIS DOCTORAL

*Dirigida por el  
Dr. Francesc Xavier Marín Torné*

**Departament de Psicologia  
Facultat de Psicologia, Ciències de l'Educació  
i de l'Esport de Blanquerna**



**Universitat Ramon Llull**

**Barcelona**

**2015**

## **El sentido de la existencia del ser humano y la psicoanalización del Árbol de la Vida y sus diferentes dimensiones**

La psicología transpersonal del judaísmo y las modificaciones de la percepción del sujeto a través del trabajo de la cábala.

La psicoanalización del Árbol de la Vida en el universo de Yetzirá y la búsqueda del Yo dentro del misticismo judío según las interpretaciones de Meir ben David ben Meir Sabán.

*Esta tercera tesis doctoral  
está dedicada a la memoria de mi madre  
Violeta Cuño (1943-2008)  
con todo el amor de mi alma.*

*Es una Mitzvá revelar los  
secretos de la Torá.*

**Isaac Luria<sup>1</sup>**

*El rabino Jaim Vital nos comenta que  
comparada con la Torá del Mesías,  
la Torá revelada que actualmente  
estudiamos es Javel,  
es decir, Nada.*

**Aarón Raskin**

*El mundo en su totalidad es un libro  
que Dios escribió.  
La Torá es solo su comentario.*

**Zadok Ha Kohen de Lublin (1823-1900)**

---

<sup>1</sup> Introducción al Etz Ha Jaim, Shaar Ha Guilgulim, Shaar Hahakdamot 16, Hiljot Talmud Torá 1:4, Tania Igueret Ha Kodesh, Epístola 26, citado en el libro *La luz de las letras hebreas* de Rabí Aarón L. Raskin [Buenos Aires: Bnei Scholem], 2009, p. 130.

# La psicología del misticismo judío

*El hombre fue creado para ser feliz.*  
**Moshe Jaim Luzzatto**

## AGRADECIMIENTOS

No tengo espacio suficiente para poder agradecer a tantos familiares y amigos por la ayuda que me han brindado en estos últimos años para terminar con este trabajo doctoral.

Una tesis representa un esfuerzo muy grande para quien lo lleva a buen puerto, pero es también el resultado de muchos factores adicionales.

Quiero agradecer en primer lugar a mis padres, a mi madre Violeta Cuño (1943-2008) fallecida hace ya siete años y que sigue guiando mis pasos desde el más allá, y a mi padre, David Sabán (1942) quien desde la lejanía geográfica de la Argentina siempre está allí acompañándome en el camino de la vida. Un recuerdo muy afectuoso a mis dos queridas hermanas Roxana Rebeca y Lis Judith a quienes siempre recuerdo con todo mi corazón.

A mi esposa, Jacqueline Claudia Freund Arditti, y a mis dos hermosos hijos, Max David Sabán Freund y Lucas Elí Sabán Freund, quien siempre han estado allí dándome el amor que todo ser humano necesita para sostenerse en esta existencia, espero que cuando crezcan estén orgullosos del esfuerzo de su padre. Max y Lucas representan para mí la continuidad histórica del judaísmo.

A mi querida Nelly Díaz quien hace de abuela de mis dos niños, a quien le agradezco todo el amor que nos entrega todos los días.

A quien debo agradecer, con letras bien grandes es a mi amigo, a mi tutor de tesis doctoral a mi querido Dr. Francesc Xavier Marín Torné, por las horas que hemos compartido en estos últimos años, por sus consejos intelectuales, por su calidez humana, y por ayudarme con sus permanentes consejos. Siempre recordaré nuestros encuentros debatiendo y analizando el pensamiento judío moderno. Querido Xavier te agradezco muchísimo todo lo que has hecho por mí...

En segundo lugar tengo que recordar al Dr. Jordi Segura Bernal, quien fue el hombre que me abrió las puertas dentro del área de la psicología de la URL Universitat Ramón Llull. En realidad esta tesis doctoral fue una buena excusa para vernos y compartir nuestros intereses comunes. Siempre lo recordaré con mucho afecto. Gracias Dr. Segura Bernal por su amabilidad, su gentileza y su comprensión.

En tercer lugar, no puedo dejar de nombrar a mi amigo el Dr. Josep Gallifa i Roca, porque siempre tendré en mi memoria nuestro primer encuentro donde no podíamos abandonar nuestras conversaciones sobre la herencia mística de Catalunya, personalmente desde la vertiente hebrea, y el Dr. Gallifa desde la vertiente cristiana. Cuando finalizamos nuestra primera reunión que tenía que extenderse a solo una hora, advertimos que habíamos pasado más de dos horas compartiendo un grato y feliz momento. Fue allí donde pensamos la posibilidad de que el Dr. Josep Gallifa i Roca pudiera participar del honorable tribunal de tesis doctoral que ha asumido la evaluación de este trabajo. Gracias querido amigo Josep por las inolvidables citas que hemos tenido, y por la apertura intelectual que siempre me has demostrado. Sin duda el Dr. Josep Gallifa i Roca representa lo mejor de la más antigua tradición cristiana de Catalunya.

No puedo dejar de nombrar a los otros dos miembros titulares del tribunal de tesis, al Dr. Manuel Almendro, quien me abrió con la lectura de sus obras el gran campo de la psicología transpersonal, y quien desde Madrid trabaja de modo incansable en la difusión de estas nuevas perspectivas en el área de la psicología, y a mi amigo el Dr. Joan Prat i Carós, a quien conocí hace muchos años en uno de mis viajes a Israel, y quien a su vez me abrió las puertas para impartir mis seminarios de misticismo

judío en la URV Universitat Rovira i Virgili, y con quien compartí en su momento un largo camino de estudio entre los años 2011 y 2012 para concluir mi segunda tesis doctoral en Antropología. Gracias querido Joan por los momentos que hemos compartido juntos debatiendo sobre el sentido de la vida del ser humano.

Quiero nombrar también a mis cuñados, a Daniela Freund y a Jorg Klumbis quienes me ayudaron a instalarme en el año 2002 en Barcelona, a ellos les debo el comienzo de mi nueva etapa en Catalunya después de abandonar la Argentina. Gracias Daniela, gracias Jorg...

Tengo que recordar a mis dos grandes amigas, a Matilde Rufach y Lina Camí quienes construyeron desde el año 2006 la organización Tarbut Sefarad, la primera red cultural judía de España, ellas han sido en todos estos años mis dos grandes amigas. La historia del judaísmo en Europa hablará de ellas.

A Lina Camí le debo su ayuda en el formato de la tesis doctoral y una amistad que se ha construido a lo largo de los años. Gracias amiga por siempre estar ahí.

Quiero agradecer a mi querida suegra Ester Arditti de Freund quien dedicando una gran cantidad de horas y un enorme esfuerzo personal me ayudó en la última corrección final de todo el trabajo.

Quiero especialmente destacar también la ayuda que he recibido de mi alumna y amiga Ramona Pous Riu quien fue la creadora de los cuadros simbólicos que he agregado dentro de la tesis doctoral.

Quiero agradecer a mis más de trescientos alumnos de mis cursos privados de cábala en Barcelona, a todos los integrantes del grupo de Sod 22/Madrid y del grupo Sod 22/Buenos Aires, porque he aprendido muchísimo con todos ellos durante estos últimos años, y una bendición especial a sus coordinadores, a mi amigo Jorge Barros y a mi amiga, Patricia Wanda Frachia Zaidel.

La tesis doctoral que presento representa indudablemente un enorme trabajo de sistematización de gran parte del pensamiento místico del judaísmo aplicado a la psicología, y entiendo que a partir de esta investigación se abrirán en el futuro muchas líneas de estudio sobre la psique humana.

Espero que el honorable Tribunal de tesis que juzgue mi obra sea misericordioso con las debilidades que pueda presentar mi trabajo, y que no obstante aplique toda la seriedad académica que entienda conveniente.

Que el Dios de Israel me ayude a concluir y defender esta tercera tesis doctoral que presento ante este honorable Tribunal de la URL Universitat Ramón Llull de Barcelona.

**Mario Javier Sabán**

*En Sefarad, año 5775  
Barcelona, mes de mayo de 2015*

*El hombre está constituido por todas las entidades espirituales, conteniendo todos los atributos, fue creado con una gran sabiduría, pues comprende todos los secretos de la Merkabá.*

**Sefer Ha Neelam (anónimo)**

*Hay una Torá entera en una letra adicional que ahora falta.*

**Sefer Ha Temuná del siglo XIV (Anónimo)**

*Toda la creación es una severa limitación.*

**Frase anónima de los cabalistas medievales**

*Cuando comencé estudiar ética me enoje con todo el mundo pero no conmigo, posteriormente, me enoje también conmigo, y finalmente solo me enoje conmigo.*

**Rabí Israel Salanter**

*Lo más importante nunca está escrito.*

**Rabí David Ibn Zimra**

*Para evadirse del problema real de la Merkabá los cabalistas trabajaron la interioridad del ser humano de modo que provocaron simbólicamente la psicoanalización de la cábala muchos siglos antes del nacimiento de la psicología moderna.*

**Mario Sabán**

## INTRODUCCIÓN

# La psicología del misticismo judío: marco teórico-metodológico

*Nunca desesperarse, nunca caerse.*  
**Najman de Bratzlav**

Uno de los más importantes temas del misticismo judío es la explicación del funcionamiento del ser humano y el sentido cosmogónico del mismo. El judaísmo a lo largo de la historia ha intentado comprender la realidad divina de todo lo creado (El Maase Bereshit), y profundizó sobre el misterio de la psique del ser humano. En ese sentido, podríamos decir que una parte de los grandes cabalistas judíos advirtieron de la importancia de comprender al ser humano y de comprender el sentido de su existencia, no solamente dentro de un plano individual, sino en el plan general de la creación.

El trabajo que presentó ante el Honorable Tribunal de la Universidad Ramón Llull es el diseño de las aplicaciones psicológicas de la cábala hebrea y en particular sobre el símbolo del árbol de la vida.

Lamentablemente como el trabajo requiere de una traducción del lenguaje místico antiguo y medieval a los nuevos términos de la modernidad, he intentado buscar detenidamente las equivalencias conceptuales para que el análisis científico sea lo más riguroso posible. Tampoco tengo dudas de que mis propias experiencias personales tanto de mi vida privada como la relación con mis alumnos en los cursos de cábala son las que realmente me ayudaron a comprender mejor la psique humana y a establecer las conexiones adecuadas entre los antiguos conceptos del misticismo judío tradicional con las nuevas formas de comprensión de las escuelas psicológicas modernas. A pesar de la extensión del marco teórico de mi trabajo doctoral, quiero dejar constancia que todos los conceptos vertidos son el fruto de la interacción entre el análisis teórico y la realidad práctica de un buen número de mis alumnos.

La búsqueda del sentido de la existencia en el ser humano no debe ser considerado como una patología, lo que sí se puede convertir en patológico es justamente el hecho de la aparente imposibilidad del ser humano de encontrar dicho sentido. Trabajar el sentido de la existencia del ser humano desde la infancia para extraer como decimos dentro de la cábala la “raíz del alma” de la persona, es fundamental para realmente alcanzar la felicidad interior, una felicidad interior no dependiente de nuestro exterior, sino de nuestra propia auto-percepción. Elevar los niveles de auto-percepción a través de las estrategias que nos legaron los antiguos sabios del judaísmo es la clave para alcanzar los mayores niveles de felicidad y de intensidad existencial. Por ese motivo, hemos trabajado la unificación científica entre los elementos derivados del misticismo judío y los elementos de la psicología clásica. Es más, podemos decir, sin lugar a equivocarnos que muchos cabalistas fueron pre-psicólogos porque trabajaron su propia psique y estudiaron la psique para comprender mejor el diseño divino. Lo que estudiaremos representa la contribución psicológica que ha realizado durante siglos el misticismo judío.

Debemos ser conscientes que dentro del judaísmo se trabajó exegéticamente para elevar gradualmente el nivel de conciencia del sujeto. Y dentro del trabajo de elevación de dicho nivel de conciencia el estudio directo o indirecto de la psique fue esencial.

Ha quedado en suspenso la labor de comprender la psicología desde la cábala hebrea, y este trabajo creemos que recién comienza. Un estudio serio y profundo del misticismo judío (la cábala) nos puede llevar a una comprensión psicológica transpersonal de la psique. El aporte del misticismo judío al campo de la psicología es fundamental y debe ser expuesto, estudiado y analizado minuciosamente. Por lo tanto, debemos considerarlo como un aporte más al crecimiento general del ser humano.

Ya muchos autores como Moshé Idel advirtieron que la relación entre la psicología y la cábala aún no ha sido estudiada en profundidad. Idel dice sobre este asunto<sup>2</sup>:

“Pero no hay razón para prohibirse un uso prudente de otras ramas de las ciencias humanas, por

---

2 Moshe Idel: *Cábala: nuevas perspectivas* [Barcelona: Siruela], 2005, p. 58.

ejemplo, la psicología. Este campo ha proporcionado una gran variedad de teorías respecto de la psique humana y sus procedimientos. Como algunos cabalistas se refieren abierta o alusivamente a experiencias espirituales, no podemos descuidar la contribución de una u otra teoría psicológica para describir ciertos fenómenos cabalísticos. Una vez más, Scholem evitó utilizar conceptos o teorías psicológicas. Es cierto, por otra parte, que las citas de la literatura cabalística y su análisis por parte de uno de los grandes contemporáneos de Scholem, Carl Gustav Jung son problemáticos”

“Jung alimentaba un gran interés por la cábala, incluso tuvo un sueños cabalísticos. Pero este interés e incluso esa identificación con concepciones cabalísticas no pueden hacer olvidar su verdadera incompreensión de las fuentes y su enfoque reduccionista a los textos. Aunque se pueda hacer la misma crítica al análisis realizado por Jung a obras de otro tipo, como los escritos sobre alquimia, gnosticismo o textos hindúes, dudo en lo que a la cábala se refiere, que se pueda sacar algo sustancial del examen que hizo de los pasajes particulares que menciona en sus libros”

El Árbol de la Vida entonces sirve (y debemos utilizarlo de este modo) para resolver algunos problemas psicológicos de difícil resolución o que no pudieron ser satisfactoriamente analizados por falta de elementos simbólicos suficientes. También el símbolo del árbol de la vida es muy útil para comprender tanto el funcionamiento del sistema universal y como las diversas escuelas de pensamiento se han acercado a la realidad del Yo.

Puedo afirmar sin lugar a equivocarme que el “Árbol de la Vida” es una de las representaciones más profundas del ser humano y su dinámica existencial. Como dicho símbolo opera tanto en lo físico como en lo metafísico y como el mismo símbolo opera tanto en lo macro como en lo micro, cuando estamos trabajando con el árbol de la vida, nos encontramos operando tanto dentro de términos psicológicos y como de los aspectos cosmogónicos en forma simultánea.

El transpersonalismo de la mística judía produce así elementos simbólicos claves para una nueva interpretación existencial del ser humano, y he trabajado con estos elementos, llevándolos hasta las máximas consecuencias subjetivas tanto teóricas como prácticas que lo permita mi propia capacidad.

Mi objetivo es comparar algunas teorías modernas con las más antiguas tradiciones del misticismo judío, con la idea de obtener como resultado una comprensión más elevada del “Yo”. Pero no un “Yo” reducido a la psique sino un Yo que abarca la psique y la trasciende<sup>3</sup>. Reitero que el concepto del “alma” en el campo del misticismo judío no se reduce al nivel intelectual (Neshamá) o psique<sup>4</sup>. A dicho nivel intelectual o psique lo denominaré como el Yo mental. Dicho Yo mental se encuentra dentro de la dimensión de la Biná cosmológica como ya explicaremos más adelante.

Expondré no solamente en esta tesis doctoral el funcionamiento simbólico del Árbol de la Vida y la Merkabá a nivel psicológico, sino que plantearé desde esta simbología los problemas que se presentan dentro de las diversas escuelas de la psicología tradicional del siglo XX y las de principios del siglo XXI. ¿Cuáles son las fortalezas de los diversos sistemas modernos y cuáles son las debilidades de estos sistemas a la luz de la sabiduría antigua y medieval del judaísmo?

Intentaré enfocar dentro de la simbología del Árbol de la Vida en qué dimensiones trabajaron las diferentes escuelas del psicoanálisis tradicional, demostrando que las escuelas parcializaron el estudio sobre algunas dimensiones del Árbol de la Vida, haciendo que unas prevalezcan sobre las otras, y por ese motivo realizaron formulaciones parciales de la misma problemática humana, y por lo tanto, no pudieron ver más allá de sus fronteras conceptuales. Idolatrarón los conceptos, de modo, que no pudieron comprender la flexibilidad y la complejidad del sistema general. Entiendo que este factor de especialización científica del siglo XIX dio como resultado una escisión del ser humano y del conjunto de la sociedad que lamentablemente hizo mucho daño. Al retornar a la sabiduría judía antigua y

---

3 Vamos a explicar el concepto de trascendencia del Yo con relación a la psique a lo largo de esta investigación.

4 La Neshamá es el nivel intelectual del alma. Para el misticismo judío el alma se puede dividir en cinco niveles, el nivel denso de la materia, el alma animal (o el cuerpo), se denomina con el nombre de “Nefesh”, el segundo nivel, el alma emocional, se denomina con el nombre de “Ruaj”, el tercer nivel, es el alma intelectual o Neshamá, y los dos niveles superiores, la Jaiá y la Iejidá que se encuentran más allá de lo corporal.

medieval del misticismo hebreo, encontramos una conexión profunda con una visión holística del Yo. Este tipo de pensamiento plantea que el misticismo judío abarca todas las perspectivas dimensionales para una comprensión superior del Yo.

Las escuelas de la psicología tradicional crearon “modelos racionales de comprensión”, o “modelos simbólicos de comprensión” cerrando estos modelos dentro de ciertos límites dimensionales. Sin embargo, dentro de cada nivel dimensional existen verdades propias dentro de cada nivel. Es decir, que si trabajamos dentro de un nivel determinado no podemos invalidar a quienes se encuentran trabajando desde otra dimensión. Debemos percibir la validez de cada visión de acuerdo a la dimensión energética del árbol de la vida que dicha escuela esté trabajando.

Toda crítica a cada escuela de pensamiento se fundamenta en que no se puede percibir la realidad desde dicha perspectiva. Al comprender mejor el sistema general de conexión (Daat, la comprensión, el conocimiento) podemos percibir que existe “conocimiento” dentro de cada nivel dimensional.

El misticismo judío puso en duda estos límites conceptuales que reducen al Yo dentro de unos límites anticipatorios a los límites estructurales, porque en realidad la “persona” no está limitada por sus propios límites sino que existe una conexión de la persona con el universo. Esta conexión perdida por la modernidad redujo por la vía de la supuesta justificación racional toda la comprensión general.

Al detectar dentro del Árbol de la Vida estos límites, podremos ver con mayor claridad el problema real de estas escuelas que fue la de parcializar o seccionar al ser humano encerrándolo dentro de ciertas dimensiones del Árbol de la Vida y no pudiendo admitir que el ser humano es un sistema complejo integrado de estas diez dimensiones básicas. Esta falta de integración entre deseos subjetivos y trascendencia, entre el “Yo” y los “otros”, entre la materialidad y las energías que operan subyacentes dentro de la materia, hacen que los análisis tradicionales sean insuficientes para una comprensión general del sujeto dentro del contexto general del universo.

El contexto universal se puede comprender a través del Maase Bereshit, y el contexto subjetivo a través del análisis del árbol de la vida en el universo de Yetzirá<sup>5</sup>, y este será el modo para comprender la conexión entre el sujeto y el universo, porque debemos percibir la unicidad subyacente del mundo de la Alef (eterno) y el de la Bet (espacio-temporal).

La desesperada aspiración de la psicología con el objeto de ser considerada una “ciencia” produjo que se perdiera en muchos casos la flexibilidad del objeto de estudio, y que por lo tanto, en ese intento científico de conceptualizar, en esa búsqueda del afán de rigurosidad se terminaron de destruir potenciales campos de estudio. ¿Cómo comprender el Yo, fuera del sistema? Ciertos grupos de la psicología tradicional han ingresado dentro de la psique como si fuera un objeto de estudio completamente aislado de la realidad general, y lo que la psicología del misticismo judío propone, es comprender la psique como una estructura completamente unida al sistema general. De modo, que el sentido de

---

5 Existen dentro del misticismo judío cinco universos diferentes, dos universos conceptuales de información que se encuentran dentro de la infinitud eterna del Ein Sof (Infinito), y estos se denominan, el universo del Adam Kadmon (El hombre primordial), y el universo de Atzilut (o la Emanación). Estos dos universos se encuentran dentro del mismo infinito, y su diferencia es que en el primer universo (Adam Kadmon) se encuentra toda la información unificada sin la posibilidad de distinguir las diferencias interiores, en cambio, dentro de Atzilut (Emanación) encontramos las diez dimensiones (Sefirot) donde esa información única ya se puede comprender dentro de diez conjuntos trans-finitos. Estos dos universos se encuentran fuera de nuestro vacío. A partir de la auto-contracción divina (el Tzimtzum) aparecieron los tres universos inferiores que nosotros podemos percibir, dado que se encuentran en la secuencia espacio/temporal. El primer universo producto de la primera contracción se denomina como Briá (El universo de la Creación), y es allí donde se dice que nacieron las almas, como fragmentos energéticos del Ein Sof, y cada alma tiene una estructura exactamente igual al universo de Atzilut donde ya se encontraban diseñadas las diez dimensiones, así que todo lo que se manifestará dentro de esta realidad estará compuesto por estas diez dimensiones. Cada alma (Neshamá) tendrá dentro de sí misma la estructura de estas diez dimensiones (Sefirot). Luego de que se han creado el espacio y el tiempo dentro del vacío (universo de Briá) entonces comienzan a descender las energías más sutiles (universo de Yetzirá o de la Formación), en este universo es donde encontramos la aparición de la psique, y estas diez dimensiones (Sefirot) son las que denominaremos como dimensiones psicológicas. El último universo se denomina como Asiá (el de la Acción), y en este universo final de la más pura materialidad es donde se encuentran “las necesidades” biológicas.

la existencia no se puede encontrar dentro de la psique, aunque tiene que ser la psique la que debe modificar sus estados de consciencia para captar mejor la realidad general, porque el sentido de la existencia de cada psique tiene una relación directa con la comprensión cosmogónica general.

Si la consciencia del Yo es lo que determina la realidad exterior, esa misma consciencia del Yo escindida de la realidad determina también la realidad del mismo Yo. Si el Yo se percibe “escindido” de la realidad general entonces no existe ningún tipo de conocimiento real de la psique, ya que el supuesto conocimiento de la psique en su forma subjetiva no alcanza para percibir el estado de trascendencia que se oculta detrás de todo Yo. Por lo tanto, antes de avanzar, mi pretensión será la de conceptualizar el Yo tal como lo comprendemos dentro del misticismo judío para que no existan confusiones posteriores en el análisis que vamos a emprender. El Yo se encuentra definido por las diez dimensiones del árbol de la vida psicológico, y aunque la psique corresponde a una dimensión especial del Yo general (la dimensión del Entendimiento o la Biná), el Yo se define dentro de la psicología del misticismo judío como un sistema que posee diez dimensiones básicas denominadas con el nombre hebreo de “Sefirot”<sup>6</sup>.

Debemos explicar cada una de las dimensiones (Sefirot) para que se pueda comprender de modo organizado el sistema general de la realidad según la cábala, y luego comprender la psicoanalización de las diferentes dimensiones.

Volviendo al término “Sefirá” (dimensión) el mismo se compone de dos elementos básicos para su comprensión. Toda dimensión tiene que tener necesariamente un recipiente de contención (a este concepto lo llamamos en hebreo Kli). El Kli es una vasija o recipiente de contención de energías. El Kli es también un tipo de energía más densa que la energía sutil que debe recibir. Cuando una persona recibe decimos que es un receptor (es un Kli de recepción). Toda Sefirá o dimensión (de estas diez dimensiones que explicaremos) tiene un sistema de recepción o Kli. Cada dimensión de estas diez tiene en consecuencia diez recipientes. A su vez cada Kli recibe un nivel de Or (de Luz). Por lo tanto, ya podemos comprender en líneas generales lo que denominamos como “Sefirá”, y es un tipo de energía que es recibida por un tipo de vasija o receptor. Cuando existe un receptor (Kli) que recibe un nivel de luz (Or) de acuerdo a la capacidad de dicho receptor decimos que existe una “dimensión” (Sefirá). Toda la realidad creada ha recibido un tipo de energía que se ha transformado en un gran Kli de recepción de energías más sutiles. Todo el vacío donde se ha creado esta realidad<sup>7</sup> es un gran recipiente de las energías provenientes del Infinito.

En definitiva, si el Yo puede percibirse vinculado al entorno y ser parte de la realidad, su consciencia se transforma en un nivel de consciencia superior para comprender el estado del Yo en su aspecto trascendente. El Yo si se separa de la realidad, provoca un nivel de comprensión inferior entre el Yo mental (Biná) y el Yo interior (Tiferet). Pero si el Yo puede integrar dentro de sí la percepción de su

6 ¿Qué es una Sefirá? Vamos a traer la explicación que trae del término el sabio cabalista y rabino Aryeh Kaplan (1938-1983) quien dice en una de sus obras: “El Sefer Yetzirá empieza ahora a definir la palabra Sefirá, el término hebreo para designar las emanaciones divinas que forman la base de la creación. La palabra hebrea para libro, Sefer, tiene la misma raíz que la palabra Sefirá, salvo que la primera es masculina y la última femenina. Los tres libros se dice que son, texto, número y comunicación. El término hebreo para texto es aquí Sefer que literalmente significa libro. Número es Sefar, de donde deriva la palabra cifra. Comunicación es Sippur, que más literalmente significa narración. Estas tres divisiones representan respectivamente cualidad, cantidad y comunicación. Tales son las letras, los números y la manera en que son usados. Los tres libros corresponden a las tres divisiones de la creación definidas por el Sefer Yetzirá, a saber, el universo, el año y el alma. En términos más modernos serían llamados espacio, tiempo y espíritu. Universo se refiere a las dimensiones del espacio, año al tiempo y alma a la dimensión espiritual”. “Los tres aspectos aparecen de la forma más clara en las letras del alfabeto. Hay tres modos principales de interpretar las letras. En primer lugar se tiene su forma física tal como son escritas en un libro. Este es el aspecto de texto (Sefer), que significa literalmente libro. En segundo lugar, está el valor numérico o guematria de la letra, lo que representa al número. Por último, se tiene el sentido de la letra y también el modo en que se pronuncia su nombre, lo cual constituye la comunicación o narrativa”. (Interpretación al *Sefer Yetzirá: el libro de la Creación, teoría y práctica* del rabino Aryeh Kaplan [Madrid: Mirach SL], 1994, pp. 45-57.

7 Ver mi obra *Maasé Bereshit: el Misterio de la Creación* [Buenos Aires], 2013, donde allí explico con detalles el proceso de creación del vacío universal a partir de la contracción del Ein Sof.

subjetividad interior (Tiferet) y de su no-subjetividad (Joimá) alcanza una comprensión del Yo en un grado superior. Este es uno de los puntos que estudiaremos en este trabajo.

Las escuelas de pensamiento impusieron límites formales a los modelos de trabajo creando un problema grave, y fue (y es) la de conceptualizar como “anomalías” a todo aquello que no se ajustaba (ajusta) al campo limitado de análisis. Esto provocó un control excesivo de cada sistema, y la aparición de una ortodoxia interior que produjo una parcialización de la visión integral del ser humano. Por ese motivo podemos decir que la cábala hebrea fue un intento anticipado desde la época antigua y medieval para lograr una comprensión integral y transpersonal del ser humano. Frente a esta posición se alzan dentro de la psicología algunos autores que sostienen que la “autonomía de la psicología” como ciencia se ve afectada por las relaciones interdisciplinarias, y establecen dentro de sus análisis (con la excusa de la rigurosidad conceptual) importantes confusiones epistemológicas, como por ejemplo, pretender que toda conexión de la psicología con otras disciplinas distorsiona el conocimiento de la psique (como si la psique fuera un ente desconectado de la realidad). Es más el mismo Freud advertía la fuerte conexión entre la psicología y la biología. No estamos diciendo que la psicología no posee autonomía, sino que no se pierde la autonomía científica por sus interrelaciones dinámicas con otras disciplinas. (¿Y si eventualmente se pierden todas las autonomías científicas para comprender el Todo en su Totalidad? ¿Por qué no comprender la psique en función del Todo?)

Sin embargo, aquellos que entienden que las conexiones interdisciplinarias afectan la autonomía de la psicología, en realidad, lo que demuestran es su temor interior a una serie de interrogantes que no se pueden responder dentro de un sistema cerrado (dogmático). Es interesante que estos autores no toman conciencia que en su búsqueda de autonomía científica para la psicología, lo que han terminado de construir es una dogmática propia de la misma naturaleza que las antiguas teologías. Confundir el misticismo espiritual con la dogmática teológica es un grave problema de muchos de estos autores<sup>8</sup>.

---

8 Dice Wolfgang Giegerich: “Habéis mostrado que la posición de Goodheart es irritante porque viola un *credo* psicológico básico; insostenible, porque su ontología conduce a un regreso infinito; no crítica, porque se exime de ser vista como un texto; terapéuticamente problemática, porque implica una psicología de la culpa; atávica, porque revive una visión anticuada que ya ha sido superada hace tiempo en la teoría filosófica, psicológica y científica. Me gustaría sugerir una pregunta ulterior: “La psicología, en tanto que campo de estudio, ¿es realmente libre de adoptar o rechazar la idea de una psique autónoma, o acaso esta idea no es un prerrequisito indispensable para hacer psicología?” El ejemplo clásico para el origen de una ciencia es la física matemática. Lo que hizo de la física una ciencia “exacta” y el modelo para todas las demás ciencias, no fue ni el método empírico ni la aplicación de la matemática a la naturaleza, sino algo más fundamental, que solo hizo posible el método empírico-matemático en primer lugar: la entrega incondicional de la física a su preconcepción subyacente del mundo, a su propia “naturaleza” *a priori*. Con compromiso absoluto, la física siguió el principio de que la “naturaleza” tenía que explicarse exclusivamente a partir de causas “naturales”. En ningún momento de la investigación se permitía que la ciencia recurriera a cualquier factor fuera de su propia visión. Tenía que apelar a sus propios recursos. Por esta razón, la física tuvo que liberarse implacablemente, una a una, de tales ideas foráneas a su fantasía tales como destino, Espíritu, Dios, éter -no porque estas fueran ideas “teológicas” o “míticas” mientras que la “naturaleza” en la física no lo es, sino simplemente por ser fiel a su propio mito (“la naturaleza” tal como la pre-concibió la ciencia moderna). Es como si la física, respetando a *su propia* fantasía de raíz, obedeciera estrictamente al consejo de Jung respecto a las imágenes de la fantasía en general: “Ante todo, no permitir que se entrometa nada de fuera que no corresponda, pues la imagen de la fantasía tiene “todo lo que necesita” en sí misma” (CW 14 §749, trad. modificada por el autor) (2)

No se deja entrar nada de fuera que no pertenezca a la naturaleza de la física; esto significa que la naturaleza se concibe aquí como auto-contenida, en su propio origen, una realidad espontánea y autónoma. Nunca debe tomarse como el resultado, por ejemplo, de la acción de un Dios externo; lleva su causa última, su “Dios” en sí misma. Así la física puede actuar (*acts-out*) de acuerdo a su inconsciente axioma subyacente, la idea “*deus sive natura*” claramente articulada por Spinoza. Al rechazar sin compromiso refugiarse en una “coartada” (un factor explicativo “en cualquier parte”: fuera de sí misma) la física se vio constantemente remitida a sí misma (a su fantasía). Esto tuvo dos consecuencias. Primero, esto garantizó que “la naturaleza” fue “abierto” *a priori* como algo fundamentalmente desconocido, un laberinto infinito a ser penetrado, y que esta visión básica se haría cumplir perpetuamente. Tanto la Madre Tierra mítica como la “creación de Dios” teológica eran ontológicamente presentes y completadas porque su esencia final (divina) estaba dada, en un caso manifiestamente como una epifanía, en el otro sólo a la fe en la revelación de Dios respecto al mundo. Así, el único modo significativo de relacionarse con ellas, en tanto que ya dadas, era la reverencia, pero no la ciencia. La naturaleza en la

física, por contraste, está ausente ontológicamente y es incompleta: su esencia última ha de buscarse, siendo el “*deus sive natura*” un Dios irrevocablemente ausente, tanto que la ciencia incluso ha sido tomada como ateísmo. Esta es la condición *a priori* que hizo posible y absolutamente necesaria la ciencia, la *investigación* científica. La fantasía de “la naturaleza” empujó al hombre a una búsqueda ineludible, una verdadera *petitio principii*: el descubrimiento sistemático y el despliegue de su fantasía del mundo en busca de su primer principio desconocido en niveles siempre nuevos de sofisticación. Si, como Jung dijo, el *anima* es la mediadora hacia lo desconocido, la física es una única gigantesca aventura del anima, y altamente psicológica. Segundo, al remitirse enteramente a sí misma, la física no tenía escape. Estaba arrinconada, entregada a la Necesidad, forzada a un curso inevitable, el curso de una investigación analítica de causas siempre más profundas, más ocultas, contenidas en “la naturaleza”, esto es, en la visión fundamental que la física tiene del mundo. La obediencia estricta a su propio mito proporcionó la base ontológica para la aplicación del método científico matemático, y por lo tanto para la física como ciencia verdaderamente exacta y “cierta”. La física no *evitó* la tautología, como Goodheart quiere para la psicología; se *estableció* en una tautología (explicar la naturaleza por la naturaleza), dejándose encerrar irrevocablemente por ella, y haciendo de lo desconocido de su fantasía raíz su fundamento mismo. Si otros campos de estudio pueden aprender algo de la física, no es el *método* matemático que es propiedad exclusiva del mito de la física. Más bien es la dedicación total con la que cada campo debe ligarse religiosamente a su fantasía respectiva, como su única y exclusiva *prima materia*, es decir, como aquello que tiene “todo lo que necesita dentro suyo” y que por tanto tiene que mantenerse libre de cualquier idea foránea; es la fe en su propia tautología, su propia *petitio principii*; y el coraje de dejarse ir sin reservas hacia lo desconocido de su fantasía raíz. La imitación del método científico de la física haría exactamente lo opuesto de lo que la misma física hace y nos enseña: que el estilo de un campo debe derivarse exclusivamente de su propia visión *a priori*.

Volviendo de aquí a la psicología, el concepto de una psique autónoma me parece no sólo una cuestión de preferencia personal, de la propia ontología, de lógica epistemológica, de valor teorético o terapéutico, o de pruebas empíricas. Ante todo, me parece una pura necesidad. Para que la psicología sea, *debe* postular una psique autónoma, porque sólo entonces es posible la investigación psicológica en primer lugar. Pues la psicología se vincula implacablemente con lo desconocido de su propia fantasía raíz, sólo si se le otorga autonomía y espontaneidad a la psique, teniendo que explicar todo lo psíquico “tautológicamente” a partir de la psique misma, y sólo cuando la psicología rehusó estrictamente basarse en cualquier cosa fuera de la *idea* de “psique” (*sin importar* lo que “psique” pueda ser) se verá inescapablemente obligada a entrar en la profundidad de su tema y podrá establecer su propia versión (psicológica) de exactitud y certidumbre. Negar la realidad autónoma de la psique sería abortivo. Significaría cortar la rama en la que uno se sienta. Implicaría una psicología dividida contra sí misma; un estudio del alma desprovisto de su desconocido y escindida del anima; un compromiso roto, puesto que el nombre de nuestro campo, “psicología”, ya *nos ha comprometido* con la psique como a nuestro *a priori* desconocido y nuestra *prima materia* auto-contenida, lo admitamos o no. Cualquier psicología que toma por fundamento algo “conocido” (“ontológicamente presente y completo” en el sentido de tener que darse por supuesto y no sometido a cuestionamiento psicológico, es decir, a reflexión), ya sea la roca viva subyacente de Freud en lo biológico (3) o el campo bi-personal de Goodheart o lo que fuera, será fundamentalista y habría caído inadvertidamente en un estado de ciencia “medieval” (teniendo que explicar la naturaleza en términos de un factor, por ejemplo Dios, que por definición yace fuera de la responsabilidad de la ciencia en cuestión). De este modo, se abre *sistemáticamente* la puerta a las proyecciones descontroladas. La fe reprimida en la psique autónoma no desaparece simplemente; ahora se la experimenta afuera, en el poder de convicción con que por ejemplo el campo bi-personal exige que se le tome como causa efectiva de todo lo psicológico. Precisamente porque la psicología se ha basado en algo “concreto”, se ha vuelto arbitraria y dogmática en el sentido de Kant; ahora tiene que escoger entre múltiples causas primarias; el cerebro, el trauma del nacimiento, la reencarnación, el pecho materno, el campo bi-personal, etc. Si se niega y se elude la *petitio principii* o tautología como la roca viva subyacente sobre la cual ha de basarse cualquier campo de estudio, parece regresar dentro de ese campo de estudio como una falacia lógica y como el problema no reconocido de la regresión al infinito.

En este sentido, la psicología no tiene elección respecto a reconocer o rechazar la psique autónoma. Una psicología que la negara es “imposible”. Y sin embargo tal psicología es posible en tanto que existe. En física cualquier intento de establecer una ciencia de la naturaleza negando la autonomía de la naturaleza simplemente provocaría risas. Pero en psicología es posible proponer con toda honestidad un estudio de la psique declarando que la idea de la psique autónoma es una formación reactiva derivada del campo bi-personal, y habrá muchos psicólogos que se tomarán en serio tal intento. Creo que este hecho no puede despacharse sencillamente, sino que ha de entenderse. Parece indicar una diferencia fundamental entre física y psicología, “naturaleza” y “psique”. Lo que originó la psicología del campo bi-personal no puede haber sido una necesidad *intelectual*, puesto que intelectualmente es insostenible y obsoleta, como habéis mostrado muy convincentemente. Por consiguiente ha de surgir de una necesidad *psicológica*, de modo que la autonomía de la psique, a la que no se le deja aparecer *ante* la visión teorética, tiene que empeñarse ahora en cambio, y desde atrás, *en* o *como* este mismo acto de teoría psicológica. Esto, sin embargo, sugiere que debe ser inherente en la naturaleza de la psique que pueda o incluso quiera ir en contra de sí misma y producir neurosis no sólo en la gente, sino en la psicología, con teorías sobre ella que le niegan su propia realidad autónoma. Debe ser compatible con la psique producir lo incompatible,

En realidad estos autores se encuentran situados en el paradigma racionalista de la Ilustración y no comprenden el cambio de paradigma actual. Nos encontramos en un periodo donde las herramientas de una ciencia se ven afectadas por los avances de otras disciplinas. Simplemente podemos observar el efecto de la evolución informática en todas las disciplinas científicas.

Ya no podemos seguir construyendo “autonomías científicas” al servicio de la construcción de nuevas dogmáticas conceptuales, donde en el interior de dichos sistemas cerrados perdemos toda conexión con la “Totalidad”. El misticismo judío propone percibir a la psique desde la “Totalidad”, como un producto más del sistema general cosmogónico (sin la pretensión de destruir ninguna autonomía científica), pero con la pretensión de comprender mejor la naturaleza de la psique. (¿Acaso la neurología no afecta la psicología? Y ¿Acaso la psicología no afecta y se conecta con la Antropología?). La propuesta del misticismo judío, a través de uno de sus símbolos más potentes (El Árbol de la Vida) conecta las diferentes disciplinas autónomas a un “Todo integrado”. La nueva visión de la psique a partir del campo cosmogónico (no confundir con las fantasías teológicas que también son dogmáticas), nos otorga una visión de “trascendencia” que propone un paradigma de interconexión completa de los fragmentos existentes dentro de nuestra realidad conceptual.

La modernidad con todos sus avances ha creado una súper-especialización negativa, porque ha perdido la visión global cosmogónica. El nuevo paradigma que está surgiendo regresará indudablemente a la sabiduría antigua y medieval donde la psique operaba dentro de un marco conceptual cosmogónico. Si la “Modernidad” producto de la Ilustración nos hizo avanzar conceptualmente en especializarnos en cada una de nuestras disciplinas, ha llegado el momento de aplicar un marco conceptual integrador de todas las fragmentaciones científicas. La psicología transpersonal se enmarca en la necesidad de conexión general de la psicología con el resto de las disciplinas científicas. No existe, por lo tanto, una pérdida de autonomía científica sino una muestra de madurez conceptual, donde ya ha quedado desterrado el temor de muchos a la pérdida de la independencia científica. Si desde el

---

una visión que podría originar más reflexiones”.

Comentario a “La Psique Autónoma. Una Comunicación a Goodheart desde el Campo Bi-Personal de Paul Kugler y James Hillman”. Por Wolfgang Giegerich, 1985 (1). Incluido en *Collected English Papers, vol. 1: The Neurosis of Psychology. Primary Papers towards a Critical Psychology*, Spring Journal Books, 2005. Traducción al castellano por Enrique Eskenazi. No creo que la psique quiera ir en contra de sí misma por pretender la conexión interdisciplinaria entre la psicología y otras ciencias. En este trabajo no negamos la autonomía científica de la psicología (como quizás algún autor lo puede hacer), sino que entendemos que las conexiones de la psicología con otras ciencias mucho más antiguas, como la cosmogonía y el misticismo pueden percibir niveles categoriales diferentes a los que sostiene la modernidad. Debemos dejar en claro a mi modo de ver, que en el mundo de la fragmentación (que estudiaremos en este trabajo) los conceptos son aparentemente independientes unos de otros, como así mismo las ciencias aparentemente son independientes y autónomas unas de otras, en rigor de verdad, no podemos decir que la realidad opere de acuerdo a nuestra conceptualización fragmentaria. La realidad opera como un “Todo integrado”, y la “psique” tiene que operar en relación dentro del Todo integrado de la realidad. Por supuesto, que podemos (y debemos) estudiar la psique y operar en dicho nivel de modo autónomo, pero esto que es válido para un nivel, no necesariamente es válido en un nivel superior, simplemente, porque en dicho nivel superior debemos operar en el marco de las conexiones generales de las partes en función de la Totalidad. Y este funcionamiento de la psique en relación con la Totalidad no es para distorsionar el análisis de la psique, sino por el contrario, porque comprendemos que en un punto una psique desvinculada de lo cosmogónico puede realmente traer una distorsión al conocimiento de sí misma. La psicología en tanto ciencia autónoma ya ha logrado su independencia, ahora no debe crear mecanismos de defensa para que todos aceptemos o no dudemos de su autonomía, pero debemos “madurar” y elevarnos a otro nivel, es decir, lograda la autonomía epistemológica de la psicología, ahora podemos interrelacionarla con otras disciplinas sin temor a una pérdida de su autonomía científica. Porque el interrogante real es ¿Defendemos la autonomía de cualquier ciencia o buscamos la verdad? Partimos de la base de que no existe “verdad” dentro de un sistema de “verdades fragmentadas” que al volverse autorreferenciales se convierten en nuevos dogmas. Giegerich lo dice claramente “hay que respetar su propia fantasía de raíz”. Este es justamente el problema del dogmatismo (sea religioso, ideológico o científico) fijarse a su propia fantasía de raíz. El misticismo judío destruye todo dogma, y por lo tanto, si en aras de la búsqueda de la realidad de la psique debe destruir no solo la autonomía de la psicología como ciencia, sino las “autonomías” de todas las ciencias, entonces lo mejor será abandonar nuestra arrogancia conceptual para establecer un contacto directo con la realidad general que opera indudablemente como un “Todo integrado”.

siglo XIX hasta ahora (XXI) hemos operado dentro de la psique, es hora de relacionar la psique con el sistema general para una mayor comprensión de la misma.

El Árbol de la Vida fue utilizado por los místicos hebreos antiguos y medievales para proponer un análisis transpersonal del ser humano con las herramientas simbólicas de la cultura judía.

Las características de la mentalidad judía están ancladas en un cierto tipo de psicología específica desarrollada a partir de las premisas de comprensión del simbolismo del Árbol de la Vida. La flexibilidad de dicho sistema simbólico ha permitido crear uno de los sistemas más potentes de comprensión del ser humano.

Ahora lo que he desarrollado en esta tesis doctoral que presento en el campo de la psicología es una revisión general de los conceptos tradicionales a través del misticismo judío, especialmente tomando como clave simbólica central el Etz Ha Jaim (El Árbol de la Vida).

Quiero establecer claramente la intención anticipada de mi trabajo doctoral. Es mi deseo encontrar los “puntos débiles” de los sistemas de análisis de la psicología moderna, no con un objetivo nihilista sino por el contrario, con el objetivo de “armonizar” las diferentes dimensiones de la estructura del ser humano, y comprender mejor la dinámica del “Yo”. También es mi deseo que luego de la exposición del marco teórico pueda presentar evidencias empíricas de la transformación personal que han tenido muchos de mis alumnos a lo largo de los últimos años de trabajo en Barcelona.

Es mi intención intentar percibir la eficacia del estudio de la cábala en términos psicológicos, la aplicación del misticismo judío y sus símbolos para determinar con la más alta precisión las energías operativas dentro del ser humano. Por ese motivo al final de este trabajo expondré los resultados empíricos de los cambios cognitivos y conductuales que se produjeron dentro de mis alumnos al auto-reflexionar sobre sí mismos dentro de una simbología tan potente como es la del Árbol de la Vida.

Es mi deseo exponer desde el misticismo judío el sentido existencial y las diversas fórmulas que se han elaborado para la construcción del sujeto.

El judaísmo ha elaborado a través de los siglos un sistema abierto que permite encontrar el sentido de la vida a cada ser humano y lograr el objetivo de comprender la felicidad a pesar de la existencia del mal.

Esta es la potencia psicológica de la cábala.

**Meir ben David ben Meir Sabán**

*En la ciudad condal de Barcelona, diciembre de 2014*

*Fiesta de Januká del año 5775*

**PARTE 1**

**Las Sefirot del Árbol de la Vida  
Aspectos cosmogónicos y psicológicos**

*Que Dios me perdone por el nivel de  
revelación de la Merkabá.*

**Mario Sabán**

*Llegará el día en que los tres universos  
espacio/temporales de Asiá, Yetzirá y Briá  
serán unificados en Atzilut.*

**Mario Sabán**

## 1.1. ¿Qué son las Sefirot? (Dimensiones)

*Las Sefirot son los puntos en los  
que se debe descansar.*

**Aryeh Kaplan**

En realidad para comprender el Misterio de la Creación (Maasé Bereshit) desde donde se produjo la manifestación general de las energías del Ein Sof dentro del vacío me remito a mi obra anterior<sup>9</sup>. Allí explico detalladamente la secuencia de la Creación hasta llegar a las Sefirot.

En este trabajo que presento intento explicar el orden psicológico de acuerdo a la cartografía del símbolo del Árbol de la Vida y sus dimensiones<sup>10</sup>.

Vamos a reproducir una de las mejores definiciones del concepto de Sefirá de acuerdo al sabio cabalista judío Aryeh Kaplan:

El texto (Sefer), la forma física de la letra, pertenece al continuo del espacio, puesto que la forma sólo se puede definir en el espacio. Esto es el Universo. El número (Sefar) implica secuencia, y tal es la secuencia del tiempo, que es el continuo del “Año”. Finalmente, comunicación (Sippur) se aplica a la mente, y ésta se halla en el continuo espiritual que es el “Alma”.

Estas tres palabras definen el término Sefirá. En primer lugar, la palabra Sefirá comparte la raíz con Sefer, que significa libro. Como un libro, cada Sefirá puede registrar información. Las Sefirot sirven entonces como un banco de memoria en el dominio de lo Divino. En las Sefirot queda así construido un registro permanente de todo lo que alguna vez ha tenido lugar en toda la creación.

En segundo lugar, la palabra Sefirá comparte la raíz con Sefar, que significa número. Son las Sefirot las que introducen un elemento de número y pluralidad en la existencia. El Creador, el Ser Infinito, constituye la más absoluta unidad y el concepto de número no se le aplica en modo alguno. Por eso, hablando del Ser Infinito, el Sefer Yetzirá se pregunta: “Antes del uno ¿Qué has de contar? (1:7). El concepto de número sólo viene al ser con la creación de las Sefirot.

De este modo, todo suceso y acción es medido y sopesado con las Sefirot y con ellas se concibe y calcula la respuesta apropiada. Así usando la analogía de un computador, las Sefirot funcionarían como la unidad procesadora en el Dominio Divino.

Por última la palabra Sefirá comparte raíz con Sippur, que significa “comunicación” y “narrativa”. Las Sefirot son los medios con los que Dios se comunica con su creación. Son también los medios a través de los que el hombre se comunica con Dios. Si no fuera por las Sefirot, Dios, el Ser Infinito, sería absolutamente incognoscible e inalcanzable. Sólo a través de las Sefirot puede El ser aproximado.

Por supuesto, y tal como todos los cabalistas advierten, no se debe en modo alguno adorar u orar a las Sefirot. Se puede, sin embargo, usarlas como un canal. Nadie pensaría en dirigir una petición al cartero, por ejemplo. Pero sí se le puede usar para que lleve un mensaje al rey. En sentido místico, las Sefirot constituyen una escalera o árbol que se puede “subir” y aproximarse así al Infinito.<sup>11</sup>

---

9 Mario Javier Sabán: *Maase Bereshit: el Misterio de la Creación* [Buenos Aires], 2013. Esta obra fue presentada en octubre de 2012 como tesis doctoral en Antropología en la URV Universitat Rovira i Virgili de Tarragona. El tutor de mi segunda tesis doctoral en Antropología fue el Dr. Joan Prat i Caros (1947).

10 En una obra anterior *Sod 22: el Secreto* [Buenos Aires], 2011, ya realicé una primera aproximación a los mecanismos psicológicos que operan dentro de cada una de las dimensiones del Árbol de la Vida.

11 Aryeh Kaplan: *Sefer Yetzirá: el Libro de la Creación* [Madrid: Mirach], 1994, p. 47. Trad. Eduardo Madirolas.

Luego agrega Aryeh Kaplan<sup>12</sup>:

La palabra Sefirá significa literalmente “cuenta”. Se distingue así de Mispar, que significa número. Aunque se dice que las Sefirot representan los diez dígitos básicos, de hecho no son números. Más bien, son las fuentes en las que los números se originan. El Sefer Yetzirá no da sus nombres, pero éstos son bien conocidos en la Cábala clásica.

Los nombres de las diez Sefirot derivan todas de la Escritura. Al enumerar las capacidades de Betza-lel, Dios dice: “Le he llenado con el espíritu de Dios, con Sabiduría<sup>13</sup>, con Entendimiento<sup>14</sup> y con Conocimiento<sup>15</sup>” (Éxodo 31:3). Como el Sefer Yetzirá establece posteriormente (1:9), “el espíritu de Dios” se refiere a Keter (Corona), la primera de las Sefirot. Sabiduría y Entendimiento se refieren entonces a las dos Sefirot siguientes.

También se alude a estas Sefirot en el versículo: “Con Sabiduría Dios estableció la tierra, con Entendimiento afirmó los cielos y con su Conocimiento las profundidades fueron hendidas” (Proverbios 3:19-20). Igualmente está escrito: “Con Sabiduría se construye una casa, con Entendimiento se afirma y con Conocimiento sus cámaras se llenan” (Proverbios 24:3-4).

Todas estas fuentes enumeran tres cualidades: Sabiduría, Entendimiento y Conocimiento. Sin embargo, el Conocimiento no es una Sefirá sino meramente el punto de confluencia entre la Sabiduría y el Entendimiento. No obstante, de muchos modos se comporta como una Sefirá y así a menudo aparece incluido entre ellas.

Las siguientes siete Sefirot se nombran en el versículo. “Tuyos, ¡Oh Dios!, son la Grandeza<sup>16</sup>, la Fuerza<sup>17</sup>, la Belleza<sup>18</sup>, la Victoria<sup>19</sup>, y el Esplendor<sup>20</sup>, por Todo<sup>21</sup> en el cielo y en la tierra; tuyo ¡Oh Dios! Es el Reino<sup>22</sup>... (1 Crónicas 29:11). Es aquí donde son definidos los nombres de todas las Sefirot inferiores.

Ahora bien, como el Árbol de la Vida se compone de diez dimensiones cuyas energías son válidas en dicho nivel de acuerdo al tipo de energía que se desarrolla en su interioridad, podemos decir que cada dimensión constituye un “dominio de la realidad diferente”, y por ese motivo quiero citar al Dr. Humberto Maturana en su trabajo<sup>23</sup>:

(...) En consecuencia, en este camino explicativo, las explicaciones son constitutivamente no reduccionistas y no trascendentales, ya que en este camino no hay una búsqueda de una única explicación fundamental para todo. Del mismo modo, cuando un observador acepta este camino explicativo, se da cuenta de que dos observadores que traen a la mano dos explicaciones mutuamente excluyentes, frente a lo que para un tercer observador parece ser la misma situación, no están dando diferentes explicaciones de una misma situación, sino que los tres observadores están operando en diferentes, aunque igualmente legítimos, dominios de la realidad y están explicando diferentes aspectos de sus respectivas praxis del vivir. El observador que sigue este camino explicativo se da cuenta de que él vive en un multiverso, es decir, en muchas realidades explicativas diferentes, igualmente legítimas, pero no igualmente deseables,

12 Aryeh Kaplan: *Sefer Yetzirá: el Libro de la Creación* [Madrid: Mirach], 1994, pp. 49 y 51.

13 Jojmá es la palabra hebrea para designar la Sabiduría.

14 Biná es la palabra hebrea para designar el Entendimiento (representa la Conciencia individual, y también es llamada la Inteligencia).

15 Daat es la palabra hebrea para designar el Conocimiento y representa la unión entre la Jojmá y la Biná.

16 Jesed es la palabra hebrea para designar la Misericordia también llamada Grandeza o Gadlut en hebreo.

17 Guevurá es la palabra hebrea para designar a la Fortaleza o la fuerza limitativa.

18 Tiferet es la palabra hebrea para designar a la Belleza, el punto de equilibrio del mundo inferior. Esta dimensión es la del Amor.

19 Netzaj es la palabra hebrea para designar a la Victoria, y representa el lenguaje emocional.

20 Hod es la palabra que significa Gloria pero también Esplendor. Representa el lenguaje conceptual.

21 Yesod es la palabra que significa fundamento y en este versículo se denomina como “Todo”.

22 Maljut es la palabra hebrea para denominar al Reino material.

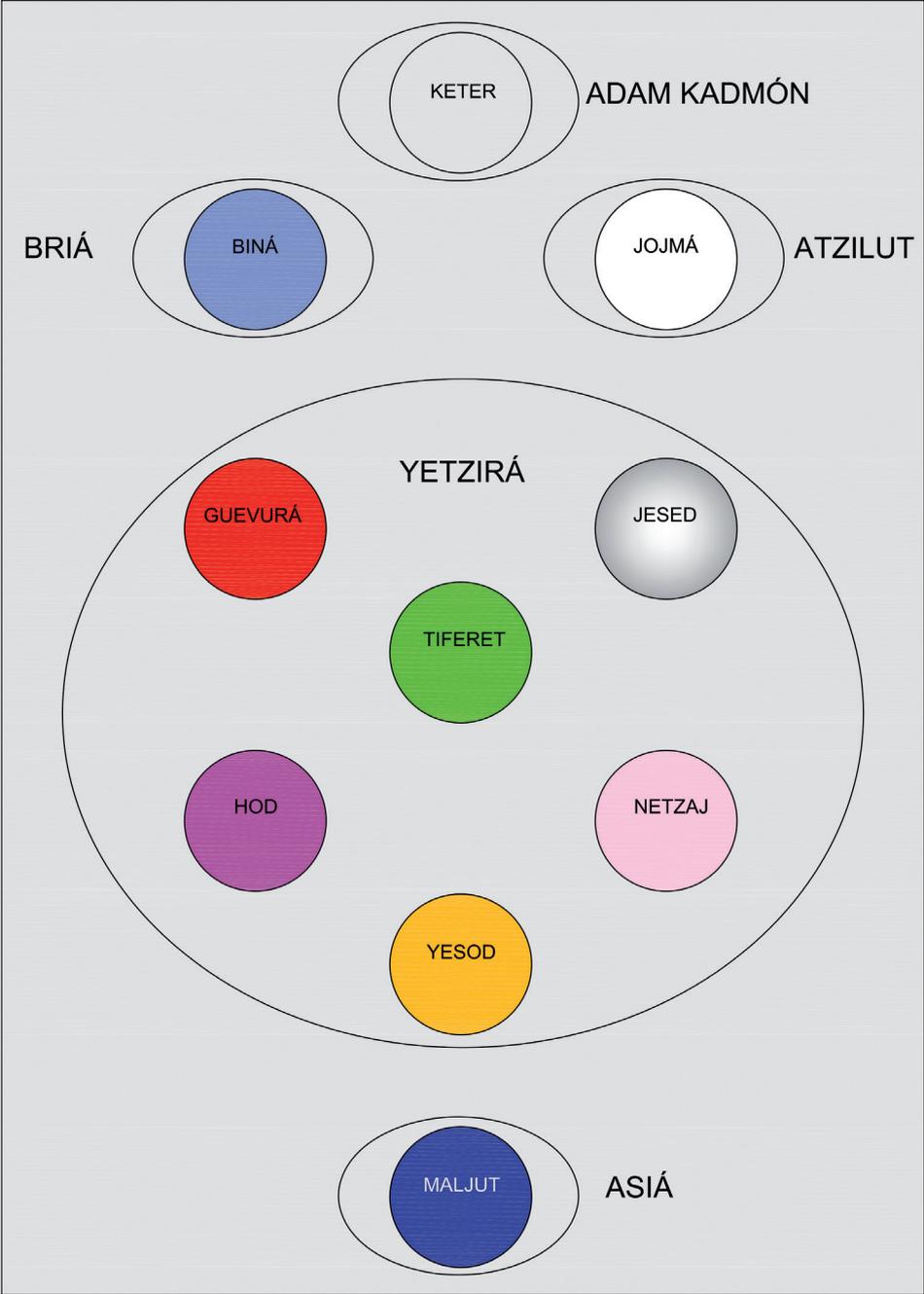
23 Este trabajo se encuentra en el Volumen I de la obra *Construcciones de la experiencia humana* de Marcelo Pakman, compilador, Barcelona, primera reimpression, 2005. En las páginas 60 y 61 de su trabajo “Realidad: la búsqueda de la objetividad o la persecución del argumento que obliga”.

y que en el multiverso un desacuerdo explicativo constituye una invitación a una reflexión responsable acerca de la coexistencia y no a una negación irresponsable del otro. Como resultado, en este camino explicativo una ilusión es el enunciado de una distinción escuchada desde un dominio de realidad diferente de aquel en el que tiene lugar y donde es válida, y la experiencia de una ilusión es una expresión en el observador de su confusión de dominios explicativos.

Podemos decir que cada Sefirá es un “dominio explicativo diferente”, sin embargo, a pesar de que dichos dominios explicativos sean diferentes, son objetivos en sí mismos, es decir, intrínsecamente constitutivos del universo y de la psique. Por lo tanto, siendo la realidad existente un “multiverso”, es decir, una realidad multidimensional donde cada dimensión es válida en su propio nivel, existen verdades en cada realidad dimensional, pero cuando obligamos a una verdad válida de una dimensión en particular a trabajar fuera de su marco constitutivo, entonces estamos operando de modo negativo, en el sentido que intentamos aplicar a un sistema objetivo una energía diferente, porque dicha energía es válida únicamente en la dimensión de la cual es sustancialmente compatible. Si bien existen interconexiones dimensionales a través del sistema de los 22 senderos de las letras hebreas, estas conexiones no implican la mezcla de las energías válidas en cada nivel dimensional, sino las influencias que se generan de una dimensión sobre otra.

De este modo, podemos decir, que las Sefirot (dimensiones energéticas específicas) poseen energías válidas dentro de dicho universo, y energías que influyen sobre las otras dimensiones. Estas influencias dimensionales simbólicamente están representadas en los 22 canales. Cada energía (de cada letra hebrea) simboliza en realidad no simplemente un tipo de energía de conexión, sino una energía específica en sí misma. Es por ese motivo, que en el misticismo judío decimos que existen 32 caminos de la Sabiduría, ya que englobamos en esos 32 caminos, a las 10 dimensiones y a las energías de los 22 canales del árbol de la vida. Es por esa razón, que los canales son considerados como energías en sí mismos.

CUADRO 1



## 1.2. Las verdades y su relación con cada dimensión

*El alma divina de la persona tiene acceso a cierta información,  
que no le es transmitida por el pensamiento.*

**Moshe Jaim Luzzatto**

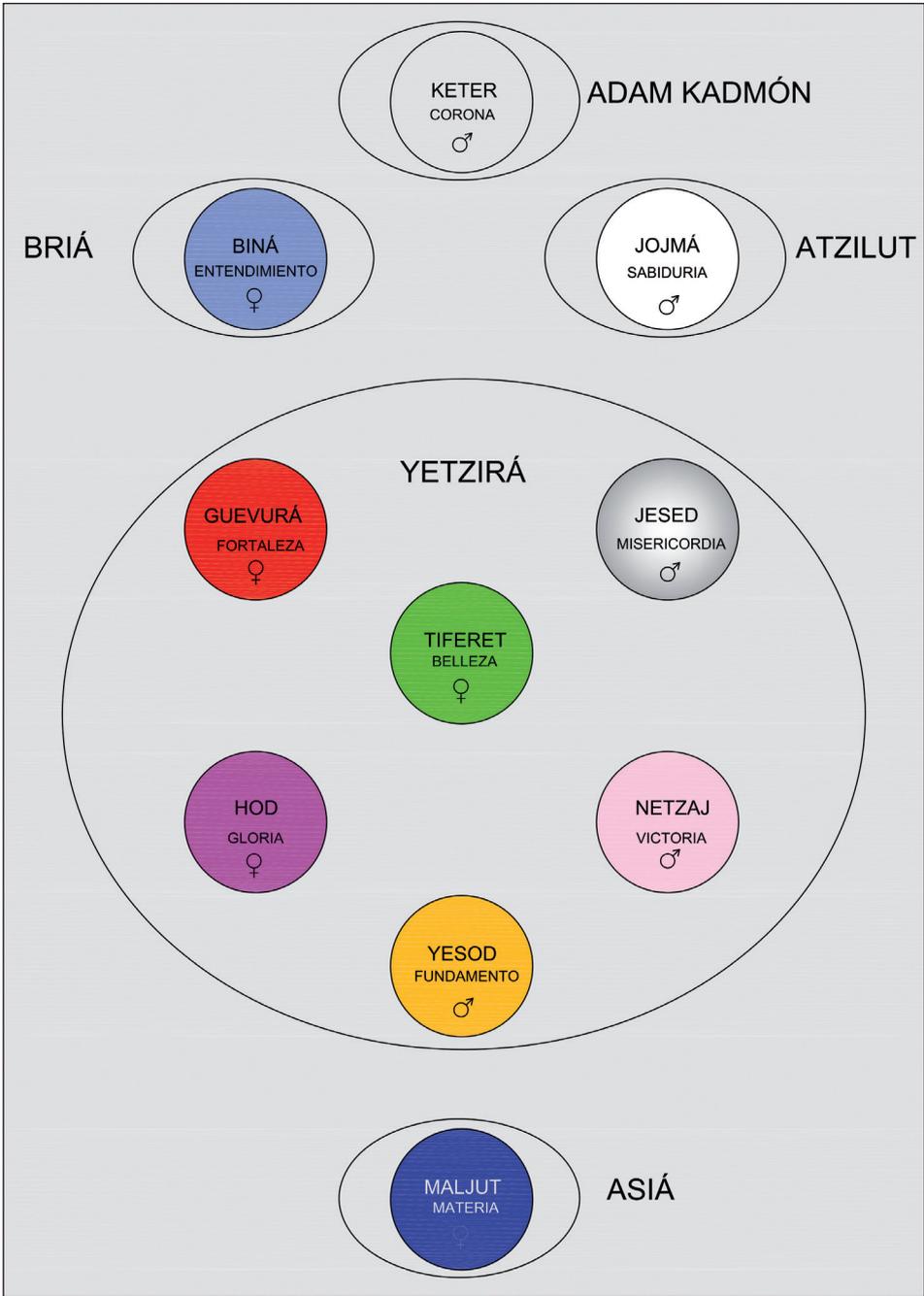
En un debate debemos ser conscientes en qué dimensión están operando las explicaciones que se argumentan, de lo contrario, si nuestra posición dimensional es otra, entonces todo el sistema argumental no es correctamente interpretado. Para poder comprender un sistema de interpretación debemos buscar su correspondencia dimensional específica, para encontrar, de ese modo, como se auto-justifican los argumentos esgrimidos. Aunque cada dimensión tenga sus propios axiomas, lo que entendemos como altamente positivo de la cábala hebrea aplicada a la psicología, es la toma de consciencia del nivel dimensional en que estamos operativos para comprender la realidad dimensional específica y sus argumentaciones en dicho nivel. A esta característica le podemos agregar la simultaneidad de verdades validas en cada nivel dimensional, ya que esta coexistencia de dominios explicativos diferentes (según Maturana) provoca una comprensión mayor de la realidad y no una reducción de la realidad de acuerdo al dominio explicativo de mi subjetividad. Ser conscientes de esta flexibilidad de la psicología del misticismo judío es fundamental a la hora de comprender de manera integral el sostén de las aparentes paradojas que propone el campo del misticismo judío. La paradoja surge entonces cuando lo que es una verdad válida en una dimensión carece de validez en otra, y cuando somos conscientes que la psique debe trabajar en las diez dimensiones diferentes otorgando validez e invalidez simultáneamente a diferentes marcos argumentales. Es por ese motivo, que la comprensión del Daat (el conocimiento) como la energía sustancial de los 22 canales y como la energía que alimenta a toda la estructura del Árbol de la Vida es fundamental porque permite una flexibilidad mental para subir o bajar de cada universo dimensional. Un dominio explicativo (Sefirá) no puede ser dogmatizado porque provocamos la consiguiente invalidez del resto de las dimensiones. Todo dominio explicativo es válido en su nivel dimensional específico, y esa validez es objetiva. Por lo tanto, tenemos dos estructuras de objetivación de la realidad anteriores a nuestra perspectiva subjetiva. La realidad eterna del Ein Sof es la primera realidad objetiva, y la clasificación de las Sefirot representan un segundo estadio de realidad objetiva.

Así que podemos comprender cada Sefirá y la relación de cada acto subjetivo de la realidad dentro de dicha dimensión, y podemos integrar dentro del Árbol de la Vida todas las teorías explicativas del ser humano porque cada Sefirá representa un símbolo arquetípico de cada energía dentro de la realidad general. Las diez dimensiones representan diez realidades objetivas diferentes, y la diferencia de la magnitud energética que opera dentro de cada dimensión se fundamenta sobre la diversa correlación de las dos variables fundamentales del Universo contraído de la Briá (el tiempo y el espacio). En cada dimensión en particular, al modificarse la correlación entre tiempo y espacio, se produce una magnitud energética diferencial, y esta diferencia no pertenece al grado de subjetividad de la psique, sino que son diferencias objetivas. Por lo tanto, si pudiéramos modificar las variables de tiempo y de espacio, entonces podríamos físicamente operar en cualquiera de las realidades objetivas al cambiar la magnitud de las energías en cada nivel dimensional.

Por lo tanto, aunque existe la “objetividad” dentro de la Eternidad, desde nuestra perspectiva operamos sobre diez diferentes grados de objetividad diferencial, por lo que no es simplemente la subjetividad del sujeto la que altera el grado de percepción de la realidad, sino la posición objetiva dentro de un marco conceptual específico (Sefirá). Aunque hipotéticamente dos personas piensen exactamente igual, si se encuentran posicionadas en marcos objetivos diferentes por el grado de magnitud energética los argumentos serán diferentes. Si traducimos lo que estamos explicando dentro del misticismo judío en términos de la psicología junguiana podemos decir que la realidad eterna del Ein Sof, es decir, el grado de máxima realidad objetiva se denominaría con el nombre del “Self”, que representa el arquetipo de la “Totalidad” y la trascendencia, y aunque Jung declaró la existencia de un “arquetipo”, para la mística judía aplicada a la psicología, en realidad el Self no es arquetipable. Si el Self es arquetipable entonces no hace referencia a la realidad objetiva del Ein Sof, sino a una dimensión en particular. Como para Jung el Self es arquetipable entonces no estamos trabajando dentro del marco de la realidad objetiva fundamental del Ein Sof, sino dentro de la dimensión de Keter (la más alta de las dimensiones del Árbol de la Vida).

Cuando hacemos referencia entonces a la realidad objetiva y eterna del Ein Sof, no podemos pensar en ningún grado de simbolización arquetípica posible. El Ein Sof es en realidad la raíz única no-simbolizable de todas las realidades simbolizables.

CUADRO 2



### 1.3. Lo junguiano y su relación con el misticismo judío

*Habría que tomar una zambullida profunda en la historia de la mente judía, esto nos llevaría más allá de la ortodoxia judía en los funcionamientos subterráneos del Jasidismo, y luego en las complejidades de la cábala que aún permanece sin explorar psicológicamente.*

**Jung**

¿Por qué motivo lo junguiano se aproxima tanto al estilo de la aplicación del misticismo judío a la psicología?

Porque Jung ha reconocido (a diferencia de otras escuelas) la pluralidad de dimensiones del ser humano. Y mientras no aceptemos esta pluralidad, todo análisis será válido exclusivamente en un marco conceptual cerrado dentro de una dimensión. Ahora bien, la tendencia de validar dentro de un sistema cerrado hace que se creen inevitablemente dogmatismos antagónicos. Como dice Robin Robertson en su obra<sup>24</sup>:

Después de ser excomulgado de la pequeña comunidad psicoanalítica, Jung intentó comprender por qué él y Freud habían discrepado tanto ¿Cómo podía ser que tanto Freud como Adler insistieran sobre una única fuerza motivadora? Jung, al contrario, creía que tenemos múltiples instintos que nos van impulsando por la vida. La sexualidad y el deseo de poder son impulsos innatos, pero ninguno de ellos necesariamente excluye a los otros. Ni tampoco se trataba únicamente de impulsos. Siempre creyó que existía una llamada del espíritu que determinaba el curso de nuestra vida, y no pensaba que el espíritu fuera necesariamente más débil que los impulsos instintivos. Si lo fuera, nunca habiéramos construido ninguna catedral.

La mística judía aplicada a la psicología, entiende siguiendo la posición junguiana que existen muchas dimensiones en el ser humano, porque en realidad dentro del Cosmos participan diversas fuerzas objetivas que se interrelacionan y nuestro ser subjetivo y finito es un pequeño Cosmos. Posicionarse exclusivamente desde una idea/dogma, es validar una serie de verdades dentro de un sistema específico. Por lo tanto, si la mente del sujeto adquiere mayor flexibilidad no puede situar en un punto único (dogma) el fundamento de toda la realidad. Y no podemos decir que el Ein Sof es un dogma, porque el Ein Sof es la raíz de todas las diferentes energías que operan dentro de la realidad, y todas se encuentran en potencia dentro de Él.

Cuando cualquier posición subjetiva finita quiere reducir la realidad manifestada de acuerdo un impulso único, entonces otorga validez a sus verdades dentro de su sistema cerrado, lo que lamentablemente sucede entonces es que cuando se quiere percibir la totalidad de las manifestaciones en un solo nivel superior todo se vuelve incomprensible. Además, debemos agregar el gran problema del lenguaje, que en cierto modo complica la situación, ya que operamos dentro de las fuertes restricciones de cada concepto, y como todos operamos con sentidos subjetivos diferentes dentro de cada concepto pueden surgir contradicciones que no se corresponden necesariamente con los diferentes niveles operativos, sino con los diversos grados interpretativos que el sujeto introduce en cada concepto.

---

24 Robin Robertson: *Introducción a la psicología junguiana* [Barcelona: Obelisco], 2011, p. 74.

## 1.4. La tendencia al dogmatismo

*Las respuestas ocultan la esencia de las cosas.*

**Najman de Bratzlav**

Es preferible declarar nuestra ignorancia de las interconexiones reales de las diferentes energías, que explicar la totalidad a través de una variable exclusiva, como si dicha variable fuera el fundamento total y único de todo el sistema. El problema es que todo sujeto empatiza automáticamente con su situación espacio-temporal y esto provoca que sin una intención deliberada toda situación fija subjetiva se convierte en un dogma.

Hemos pasado del dogmatismo pagano al dogmatismo monoteísta y del dogmatismo medieval al dogmatismo ilustrado y del dogmatismo teológico al dogmatismo psicológico. En realidad, vamos cambiando los nombres, pero en el fondo se mantiene la misma actitud dogmática. Porque toda concepción dogmática aparece cuando la psique del sujeto se sitúa fijamente en un punto determinado de la realidad espacio-temporal.

¿En qué cambia un psicólogo encerrado en su escuela de pensamiento de un religioso ortodoxo encerrado dentro de su sistema? Los dos parecen que piensan (y en verdad piensan y mucho), pero el problema es que otorgan validez a sus ideas dentro de un sistema cerrado autorreferencial. El misticismo judío aplicado a la psicología debe destruir todo dogmatismo<sup>25</sup>, porque el dogmatismo es la visión cerrada, consecuencia inevitable de posicionarse de modo estático desde algunas de las dimensiones como si fuera la dimensión elegida el único fundamento de toda la realidad<sup>26</sup>.

La diferencia objetiva de estos diez dominios explicativos diferentes (Sefirot) son los que produjeron la primera fragmentación dentro de la realidad antes de la aparición de las fragmentaciones subjetivas de la psique.

Esta fragmentación se produjo para los grandes cabalistas dentro del propio Ein Sof creando el

---

25 Un tipo de dogmatismo encubierto es el que podemos encontrar dentro del dogmatismo axiológico que pretende la inflexibilidad de los valores socio-culturales. Cerrar un esquema socio-cultural provoca un aumento automático del dogmatismo. Poner en cuestión la validez de los valores sustentados por la sociedad no implica en modo alguno carecer de valores, sino por el contrario, elevarnos hacia valores más refinados. Defender un cierto tipo de dogmatismo axiológico puede provocar una inflexibilidad social incompatible con el crecimiento del nivel de conciencia general.

26 Marx se situó en Maljut (la materia), Freud se situó en Yesod (la pulsión sexual), Adler se ubicó en Guevurá (el poder), Jesús en Jesed (la misericordia), Jung en Jojmá (la raíz de los arquetipos), Aristóteles y sus seguidores y dentro del campo del pensamiento judío Maimonides, se situaron en la Biná (el entendimiento), todos los artistas (los músicos, los pintores, etc.) se sitúan dentro de la dimensión de Netzaj. En la Biná y en la Jojmá cosmogónica se pueden situar los físicos y los matemáticos. Si estudiamos toda la creación humana, tanto la material como la conceptual podríamos ir situando a cada pensador y a cada creador en alguna de las dimensiones del Árbol de la Vida. He ahí el problema central de la humanidad, porque hasta que no reconozcamos los condicionamientos básicos desde las dimensiones donde operamos, no vamos a comprender la realidad en sus interconexiones reales, y seguiremos creando “dogmas”. En realidad, los dogmas siempre tienen seguidores que buscan una seguridad ilusoria, y es muy difícil crear un movimiento sin un dogma central. El destino del librepensamiento que propone el misticismo judío a través del Daat (conocimiento) no crea un movimiento de masas, sino que crea “seres libres” dentro de una relación directa con el Ein Sof. Y cuando el ser humano profundiza sobre su relación personal con el Ein Sof logra la mayor libertad posible, y extrae toda su potencialidad interior. Quien avanza realmente hacia el Ein Sof aumentando sus niveles de conciencia, necesariamente destruye toda posición fija y no puede sostener ningún dogma cerrado autorreferencial dentro de este mundo de la fragmentación.

universo de Atzilut (la Emanación). En la información interior del Ein Sof existía en potencia la posterior realización material de las diez manifestaciones. En realidad, las diez dimensiones no se manifiestan en Atzilut, sino en el universo de Briá porque para que puedan ser manifestadas se necesita de las variables del tiempo y del espacio, es decir, se necesita de la aparición del vacío. El vacío es la causa de la aparición del tiempo y del espacio, o dicho de modo inverso, al reducir de modo finito los niveles de energía aparecen el tiempo y el espacio. En realidad, para crear el vacío, el espacio aparece primero, ya que el vacío es “espacio vacío”, y de acuerdo a la velocidad del movimiento dentro de dicho vacío es que se crea la variable del tiempo. Por ese motivo, la relación primigenia es Keter-Maljut, porque es la relación que causa la aparición del espacio, y luego de la tensión entre Jojmá-Biná, se produce el nacimiento del factor tiempo. Y como las velocidades dentro del espacio vacío son diferentes, entonces se crean las diferentes realidades objetivas dimensionales que denominamos como Sefirot. En realidad, existen millones de grados dentro de estas realidades objetivas de acuerdo a las diferentes relaciones existentes dentro del vacío del espacio/tiempo.

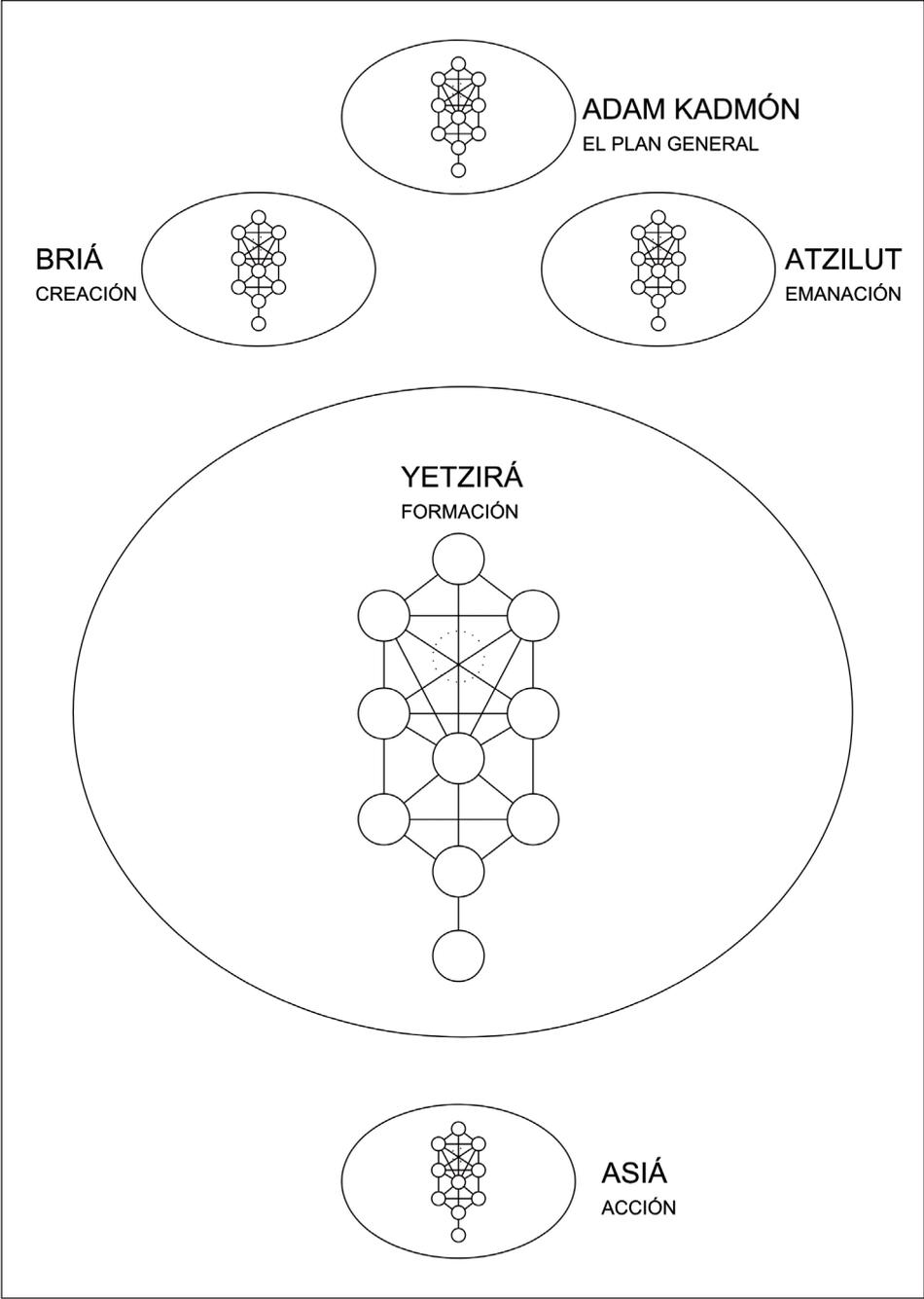
Si el Daat (conocimiento) es la interconexión de las dimensiones, debemos entonces percibir la realidad tomando en consideración tres puntos fundamentales:

1. Existen diez realidades objetivas diferentes producto de la primera gran fragmentación de la manifestación del Ein Sof dentro del vacío. Esto produjo la aparición de verdades válidas en cada nivel e inválidas si son aplicadas en niveles diferentes.
2. Existe una psique subjetiva, que siempre opera (por su propia tendencia de acuerdo a la raíz de su alma) desde una Sefirá en particular, lo que hace que tengamos dos variables que distorsionan la comprensión de la realidad en el campo de la fragmentación, por una parte, la división objetiva del primer punto, y por la otra, la fragmentación subjetiva del fragmento finito de nuestra posición.
3. Y existe un estado objetivo real de unidad detrás de toda la realidad fragmentaria (Alef) que es lo que realmente se oculta, y que puede ser extraído a pesar del problema que provocan las dos fragmentaciones anteriores.

Si toda fragmentación subjetiva eleva exponencialmente el estado paradójico de nuestra existencia, entonces la coordinación de los argumentos en el marco de una dimensión en particular, puede lograr como resultado conclusiones válidas en dicho nivel. Y si somos conscientes de estas “vestimentas” que ocultan la verdadera realidad del Ein Sof, entonces podemos comprender mejor nuestra situación. Nuestra situación subjetiva finita provoca una aguda distorsión de la realidad objetiva.

Si en una segunda etapa, conciliamos la fragmentación objetiva de las Sefirot comprendiendo el estado de simultaneidad dimensional, donde operan todas las dimensiones y donde cada una de las Sefirot requiere un tipo de energía en particular, entonces logramos la armonía interior necesaria para alcanzar el tercer estadio al que debemos intentar acceder, y es el de la paz interior al adquirir la consciencia de nuestra sustancia divina eterna. En este último nivel (que no es un nivel estático) es donde logramos la experiencia de la trascendencia.

**CUADRO 3**



## 1.5. Las Sefirot cosmogónicas y las Sefirot psicológicas

*Existían secretos de tan alto nivel en la cábala medieval que es posible que solo conocemos la punta del iceberg, los cabalistas controlaban un material de un nivel de Sod muy elevado, más alto del que podemos imaginar.*

**Moshe Idel**

Antes de comenzar a definir la energía que se encuentra dentro de cada dimensión o Sefirá debemos dividir el asunto en dos partes:

1. Las Sefirot que se corresponden al sistema cosmogónico
2. Las Sefirot que se corresponden al sistema psicológico

### 1. El sistema cosmogónico

Cuando hacemos referencia al plan general de la creación (Adam Kadmon) decimos que el Ein Sof (el Infinito) estructuró esta realidad en un orden de cinco universos. Cada uno de estos universos tiene características propias. Aunque todos los universos derivan su sustancia energética del Ein Sof, son diferentes de acuerdo a la magnitud energética que cada uno de ellos posee producto de las autocontracciones del infinito. De los dos primeros universos (Adam Kadmon y Atzilut) decimos que son universos “de información” dentro del Ein Sof (Infinito), a estos dos universos muchos cabalistas los designan como el pensamiento divino<sup>27</sup>. Los tres últimos universos (Briá, Yetzirá y Asiá) pertenecen al orden espacio/temporal, mientras que los dos primeros universos se encuentran dentro de la Eternidad del Ein Sof. El sistema cosmogónico de la cábala explica la concatenación de estos cinco universos. Existe un salto cualitativo fundamental entre los dos universos interiores del Ein Sof y los tres universos que se desarrollan dentro del vacío. De las diez dimensiones cosmogónicas del árbol de la vida general, las tres superiores pertenecen a tres universos diferentes, la dimensión del Keter cosmogónico pertenece al universo del Adam Kadmon, la dimensión de la Jojmá cosmogónica al universo de Atzilut (Emanación) y la dimensión de la Biná cosmogónica al universo de Briá (Creación). Los otros dos universos, el de Yetzirá (Formación) engloba dentro de sí mismo las seis dimensiones cosmogónicas inferiores del árbol de la vida general, y el universo de Asiá (Acción) se corresponde con la dimensión de Maljut en el orden cosmogónico. El primer árbol de la vida es indudablemente el mapa cosmogónico, y por lo tanto, cada dimensión debe ser estudiada en el orden de los universos.

### 2. El sistema psicológico

Cuando hacemos referencia al orden psicológico, que es lo que vamos a tratar en este estudio, nos situamos en el universo de la Formación (Yetzirá) que se corresponde con las seis dimensiones inferiores cosmogónicas del árbol de la vida general (Tiferet, Jesed, Guevurá, Netzaj, Hod y Yesod).

---

<sup>27</sup> En realidad constituyen contracciones divinas dentro del pensamiento del Ein Sof, pero no son contracciones reales en el espacio, porque se desarrollan dentro del Infinito pero aún no se desarrollan dentro de un espacio/tiempo.

Sin embargo, como dentro de cada universo existen a su vez diez dimensiones que reflejan las diez dimensiones cosmogónicas, cuando hacemos referencia a las energías psicológicas de nuestra interioridad decimos que operamos dentro del árbol de la vida subjetivo, es decir, dentro del universo cosmogónico de Yetzirá. Nuestras almas (como energías con consciencia subjetiva) nacen dentro del universo de la Briá<sup>28</sup> porque ya pertenecen al orden espacio/temporal.

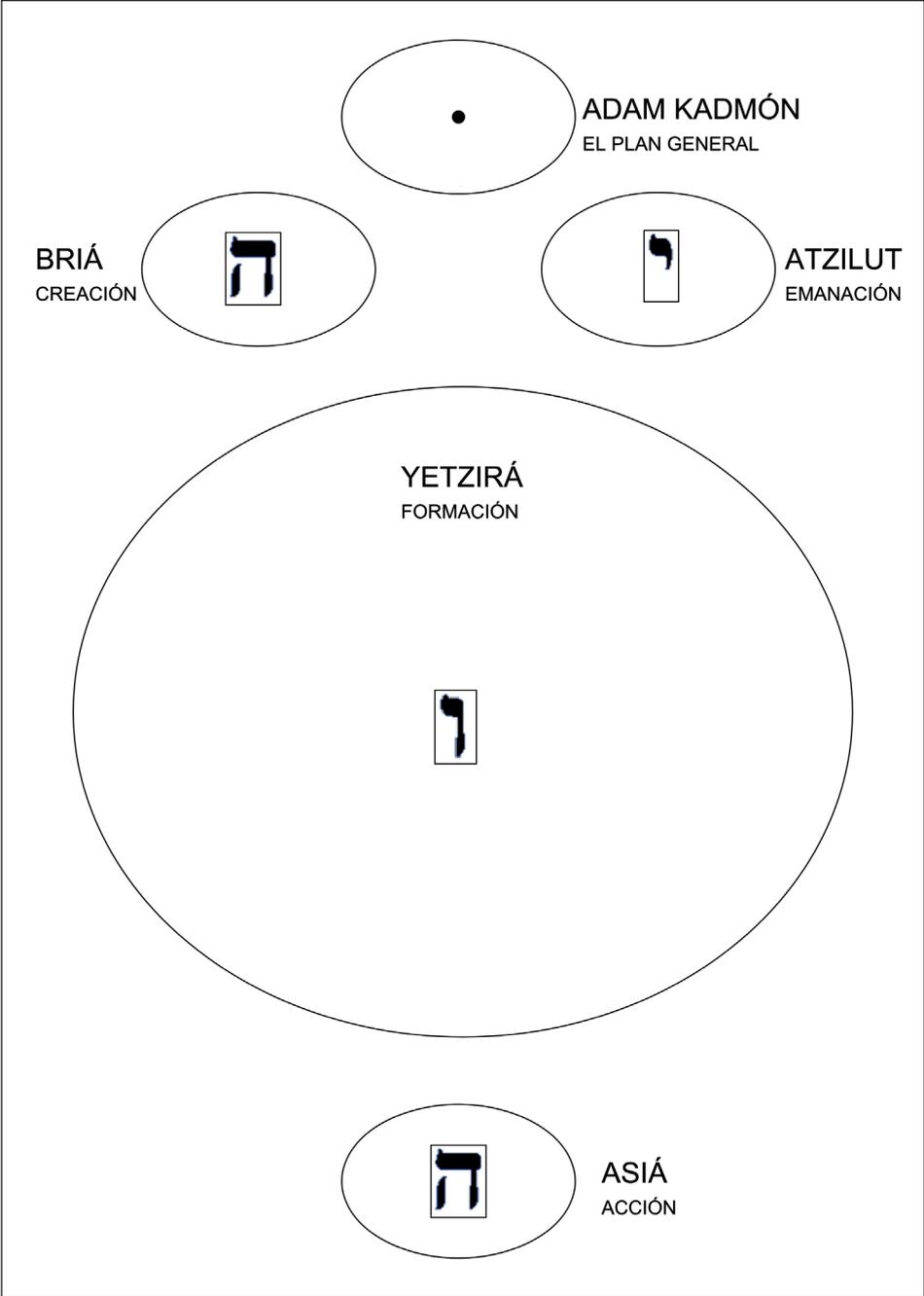
Como se puede percibir es importante la división que hemos realizado entre las Sefirot cuando actúan como energías universales en el orden cosmogónico, y cuando actúan como energías subjetivas en el orden psicológico, debido a que no es lo mismo cuando hacemos referencia a la Biná cosmogónica (que se corresponde con el Universo de Briá o la Creación) que cuando hablamos de la Biná psicológica (que se corresponde con el Universo de Yetzirá o de la Formación). Si el estudioso de la psicología del misticismo judío no comprende este punto, todo el análisis posterior será realmente muy dificultoso.

Aunque las energías psíquicas del sujeto actúan dentro del Universo de Yetzirá debemos dejar en claro que cuando tenemos el conocimiento de los tres universos superiores, sobre todo cuando podemos percibir el universo de Briá, entonces aparece el sentido de trascendencia dentro de la psique que se deriva automáticamente de comprender la correspondencia de la psique subjetiva que se encuentra operativa en el Universo de Yetzirá y el conocimiento cosmogónico que nos eleva más allá de nuestra realidad psicológica.

---

28 A partir del universo de Briá (la creación) se produce una concatenación de energías cada vez más reducidas en su magnitud, y esto provoca, que la magnitud espacio/temporal cambie al modificarse el espacio/tiempo en donde estas energías se mueven. En realidad, no existimos dentro de un orden fijo espacio/tiempo, sino que cada nivel de energía en cada dimensión provoca un tipo diferente de orden espacio/temporal. Por lo que, intelectualmente es posible existir en el orden de la Eternidad (fuera del marco espacio/tiempo) y al mismo tiempo, en el orden de la materia existir en diferentes niveles de espacio/tiempo. Como cada dimensión dentro del árbol de la vida, posee una magnitud diferente entonces las energías se mueven a un tipo de velocidad diferente que refleja una concepción diferente del tiempo. En definitiva, podemos bajar en las dimensiones inferiores a un tiempo más acelerado, y podemos subir a un tiempo más extenso, hasta alcanzar la Eternidad. La física de Einstein ya ha demostrado que es posible la Eternidad y dentro del Tetragrama el misticismo judío ya tiene consciencia de la Eternidad en el grado de Atzilut (Emanación). Llegará un día en que un tipo de consciencia podrá materialmente elevarse desde la Eternidad al orden espacio/temporal de acuerdo a su necesidad. Este es el verdadero secreto de la Merkabá. La Merkabá es el vehículo por el cual el ser humano puede existir intelectualmente dentro del nivel de la Eternidad, a pesar de que su ser corporal (Nefesh-Ruaj) no pueda desatarse de los lazos que lo condicionan al espacio/tiempo. Sin embargo, en el nivel intelectual (Neshamá) se puede percibir intelectualmente la Eternidad del universo de Atzilut (Emanación). Todo lo que hacemos cuando nos elevamos al mundo superior, es tener consciencia de la Eternidad, y entonces sentimos realmente en nuestra interioridad que el espacio/tiempo no es un verdadero obstáculo, sino que el espacio/tiempo es un nivel que hemos alcanzado de consciencia que será superado. Toda la historia humana o la historia de la consciencia culminará en la Eternidad. Sin embargo, no solamente debemos esforzarnos en alcanzar la Eternidad, sino que en realidad debemos saber qué hacer cuando alcancemos este nivel. La guerra y la destrucción material se producen por la falta de consciencia superior en la Eternidad. Por ese motivo, toda creencia o ideología que lleven a la guerra va directamente contra la Eternidad. Todos los intereses del mundo inferior nos llevan a la destrucción y a la mentira. Solamente cuando desplazamos nuestra mente hacia el mundo superior y nos desatamos de los nudos de la materia (como dice Abraham Abulafia) es entonces cuando logramos percibir la Eternidad real. Mientras desarrollemos nuestra existencia como consciencia Bet (del mundo inferior) nunca alcanzaremos la paz, porque la paz se fundamenta en la tranquilidad que nos entrega la consciencia Alef de sabernos partes o fragmentos del Ein Sof. La consciencia subjetiva logrará elevarse al mundo superior, porque no existe verdad real en el campo inferior dentro del orden espacio/temporal. La única verdad real se encuentra en el Infinito (Ein Sof) y pertenece al orden de la Eternidad. En el mundo inferior o mundo de la Bet la única verdad real es la paz que nos permitirá acceder a la comprensión de los niveles superiores.

CUADRO 4



## 1.6. El Inconsciente/La Conciencia

*Si usted está buscando un camino, usted ya está en el camino.*

**Shalom Sharabi (1720-1777)**

No existe psique desvinculada del Cosmos, por el contrario, la psique es el resultado de la evolución de la conciencia dentro del orden cosmogónico. El Ein Sof pretende que podamos acceder a niveles de conciencia superiores, hasta alcanzar la mayor cercanía al Ein Sof posible. Y al alcanzar tal nivel de conciencia comprenderemos (por el efecto de la empatía entre nuestros niveles inferiores de conciencia dentro del vacío), el más alto grado de conciencia del Ein Sof. Este nivel de cercanía, nos llevará a tal vinculación esencial con el Ein Sof, que podremos percibir los niveles de la Jaiá y la Lejidá que actualmente son muy difíciles de percibir<sup>29</sup>. Y si el Ein Sof se oculta detrás del vacío, nuestras existencias extraen la información del infinito y las revelan dentro de esta manifestación finita. Somos nosotros como conciencias fragmentarias existentes y reveladas las pruebas de la realidad de información oculta dentro del Ein Sof. La propia revelación de nuestra conciencia es la que provoca el reconocimiento de todo el nivel de conciencia oculta (Ein Sof), que se va revelando a través del sistema finito y fragmentario dentro del cual nos revelamos. Existimos para revelar la conciencia oculta del Ein Sof, y mientras mayores niveles de conciencia alcancemos (provocando mayores grados de revelación) accederemos a una mayor cantidad sustancial de información consciente del Ein Sof.

Jung<sup>30</sup> va a escribir:

Freud deriva el inconsciente del consciente....Yo lo pondría al revés: yo diría que lo que viene primero es obviamente el inconsciente....En la temprana infancia somos inconscientes; las funciones más importantes de naturaleza instintiva son inconscientes, y la conciencia es más bien el producto del inconsciente.

Esta descripción junguiana se puede verificar desde una perspectiva antropocéntrica. La conciencia humana deriva de un Inconsciente divino.

Ahora bien, si decimos que la conciencia se escinde de la existencia estamos diciendo que entonces se revela, así el Inconsciente divino puede ser estudiado como la conciencia general oculta dentro de la misma existencia. Pero para que la Conciencia fragmentaria humana se pueda revelar necesariamente tiene que continuar en forma oculta la Conciencia general divina, y por ese motivo, Jung la denomina como "Inconsciente". Sin embargo, la denominación como "Inconsciente" está fundamentada desde la perspectiva de la revelación de nuestra conciencia.

Freud tiene que necesariamente derivar el inconsciente del consciente porque el inconsciente freudiano aparece como la representación de las partes oscuras de la Conciencia que deben ser reprimidas, en cierto modo, todo es consciente en términos freudianos. Jung deriva la Conciencia del Incon-

<sup>29</sup> Solo en los niveles intuitivos de la Jojmá superior se pueden percibir estos dos niveles del alma que se corresponden a los universos de Atzilut y del Adam Kadmon.

<sup>30</sup> Robin Robertson: *Introducción a la psicología junguiana* [Barcelona: Obelisco], 2011, p. 51.

ciente, porque el Inconsciente junguiano no representa lo reprimido sino lo oculto. En ese sentido el Inconsciente junguiano se acerca al concepto de “Sod” (Secreto) del misticismo judío. Freud percibe lo “inconsciente” como lo reprimido de la Conciencia, y Jung percibe lo “inconsciente” como lo oculto o lo desconocido, que al revelarse se auto-conoce. El autoconocimiento implica automáticamente el nacimiento de la conciencia.

En realidad, el Ein Sof es la raíz de todo lo existente (tanto lo inconsciente como lo consciente), es más, podríamos decir desde la psicología del misticismo judío que el nivel de “Sod” de la cábala, va más allá de lo inconsciente, porque lo inconsciente se encuentra latente como información oculta dentro de la conciencia pero revelada en nuestra interioridad, y el nivel de Sod de la cábala hebrea es lo que nosotros ignoramos, lo que se encuentra más allá de lo Inconsciente. Por ese motivo, debemos ser muy cautos a la hora de un análisis profundo de la situación. El “Sod” de la psicología del misticismo judío supera indudablemente el marco conceptual del “Inconsciente” tradicional de la psicología.

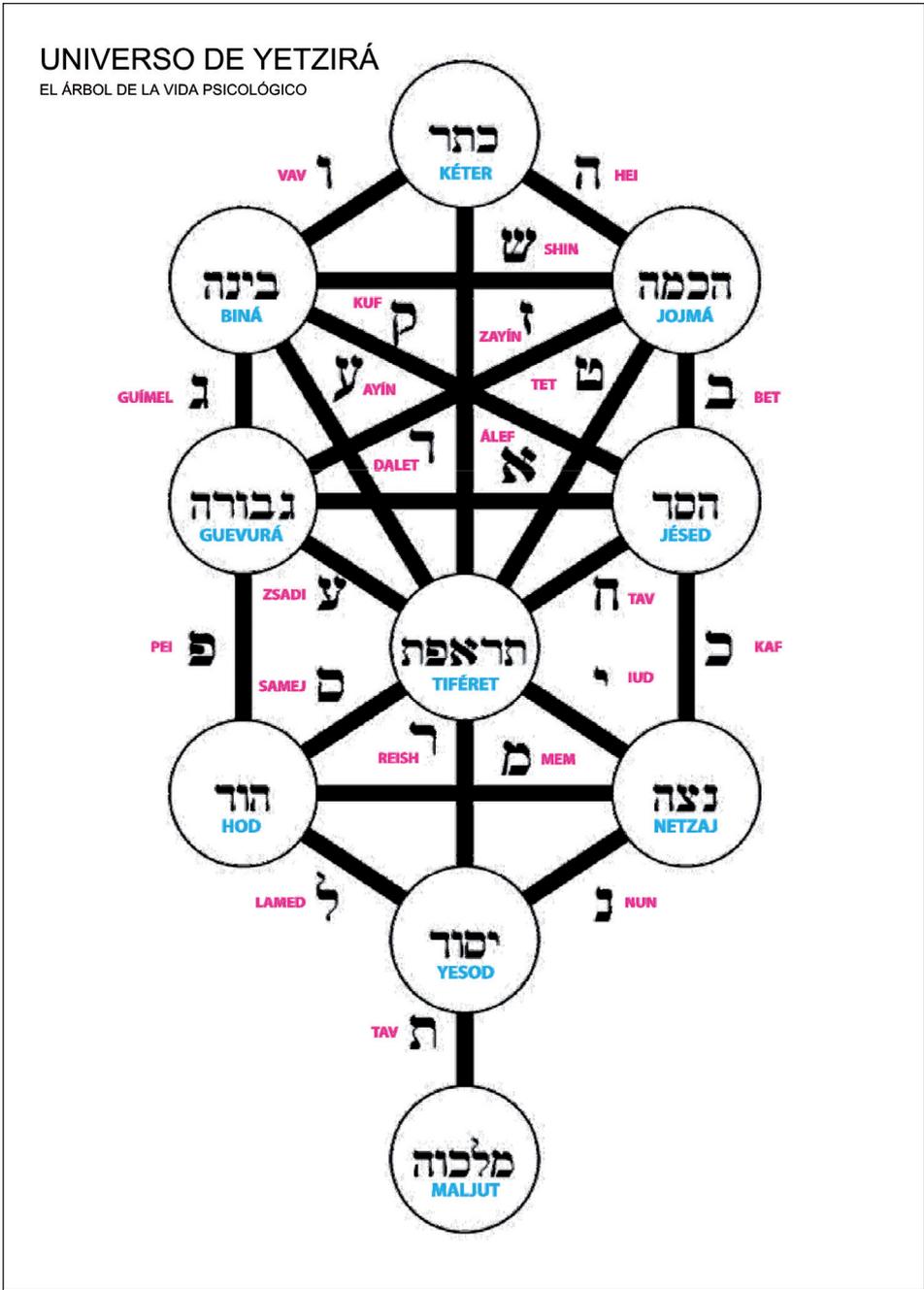
El problema central de este análisis radica en que percibimos la realidad de modo subjetivo. Si logramos percibir la realidad desde la posición del Ein Sof entonces toda la percepción se modifica. Por ese motivo, los grandes cabalistas estudiaron en primer lugar el Maase Bereshit (El Misterio de la Creación), para poder percibir “la psique” dentro del orden cosmogónico general.

Ahora bien, intentemos descentrar al sujeto de su subjetividad y percibir el orden cosmogónico integral. El Ein Sof se reveló dentro del vacío después que Él mismo se retiró de sí mismo. La energía más densa dentro del campo de las manifestaciones creó lo que nosotros denominamos como materialidad. Dentro de dicha materialidad (energía en el máximo nivel de densidad posible) se ocultó la información proveniente del Ein Sof, y el proceso de revelación se produjo a través de los cambios dentro de la materialidad que escondían modificaciones energéticas subyacentes. Esto produjo el proceso de revelación de la información de Ein Sof en el campo de las fragmentaciones finitas de la materialidad. Nació la conciencia.

Cuando la conciencia fragmentaria se reveló, llegó a tal nivel de revelación que logramos ser conscientes del material del “Inconsciente” (psicología), sin embargo, los cabalistas dentro del judaísmo lograron percibir el nivel de Sod de toda la realidad manifestada. Si la conciencia se reveló, en realidad el aumento de la conciencia no proviene de extraer del inconsciente lo ya existente, sino extraer del “Sod general del universo” todo lo ya existente, porque lo que “ignoramos científicamente” es un material de información mucho mayor que nuestro inconsciente subjetivo finito.

La cábala comprendió entonces que a pesar de que extraigamos hipotéticamente todo nuestro inconsciente subjetivo de nuestra interioridad, nos enfrentamos con un desafío mayor, la extracción (y por lo tanto, la revelación) de toda la información cosmogónica que se nos oculta por nuestra ignorancia. Y entonces la conciencia fragmentaria advirtió que toda la información oculta detrás de la materialidad manifestada es el canal de acceso a toda la información infinita que existe oculta dentro del Ein Sof.

CUADRO 5



## 1.7. El mapa del Árbol de la Vida (Etz Ha Jaim)

*El hombre es el último compuesto que  
comprende a todas las dimensiones.*

**Abraham Abulafia**

El mapa objetivo que revela la estructura de todas las energías existentes dentro de nuestro vacío es el Árbol de la Vida y sus diferentes Sefirot.

Un autor que se acerca mucho al concepto de “Sefirá” y que las denomina como “bandas o niveles de vibración” es Ken Wilber quien escribe en su obra *El espectro de la conciencia*<sup>31</sup>:

Si consideramos la conciencia como un espectro, cabe esperar que distintos investigadores, en particular los comúnmente denominados “orientales” y “occidentales”, debido a la diversidad de instrumentos lingüísticos, metodológicos, y lógicos utilizados por los mismos, conecten con distintas bandas o niveles de vibración del espectro de la conciencia, al igual que los primeros científicos que estudiaron la radiación conectaron con distintas bandas de la gama electromagnética. También cabe suponer que los investigadores, tanto orientales como occidentales, no son conscientes de que conectan con distintas bandas o niveles del mismo espectro, por lo que la comunicación entre ellos llega a ser particularmente difícil y ocasionalmente hostil. Cada investigador puede estar en lo cierto cuando habla de su propio nivel y, por consiguiente, todos los demás investigadores conectados a distintos niveles pueden parecer completamente equivocados. La controversia no se resolvería consiguiendo que todos los investigadores se pusieran de acuerdo entre sí, sino si se dieran cuenta de que todos hablan de un mismo espectro visto desde distintos niveles.

¿Cuál es el espectro dentro del misticismo judío? El espectro o modelo donde operan los diferentes niveles es el árbol de la Vida, y los niveles energéticos diferentes son las Sefirot (dimensiones). Por ese motivo, dentro de la aplicación psicológica del misticismo judío, encontramos que el primer trabajo importante es saber en qué punto del mapa del árbol de la vida nos situamos, porque es desde allí donde estamos percibiendo a todas las dimensiones.

El gran desafío que propone la cábala en términos psicológicos es la de determinar desde que punto del espectro según palabras de Wilber estamos operando dentro de la realidad.

El mapa del árbol de la vida y sus diferentes dimensiones es la respuesta que otorga la sabiduría ancestral del judaísmo a la propuesta de que nuestra existencia necesita de un “molde” (en realidad un molde inicial de ascenso y descenso). Como bien explica el Dr. Manuel Almendro<sup>32</sup>:

Da la impresión que unos seres humanos sufren por no tener molde y otros por comprimirse dentro de él.

Entendemos que la neurosis aparece-en primer lugar-cuando el molde humano se tambalea aunque no se desestructure. Profundizar en esta reflexión requeriría de por sí todo un libro. Al parecer la sabiduría tradicional propone que nuestra existencia necesita de un molde que permita un sitio al individuo como recorte holográfico del cosmos, para poder disponer de unos mínimos límites-un molde-que per-

31 Ken Wilber: *El espectro de la conciencia* [Barcelona: Kairós], 2011, pp. 19 y 20.

32 *Sobre psicoterapia y el desfiladero de la búsqueda* de Manuel Almendro, en *La conciencia transpersonal* [Barcelona: Kairós], 2006, p. 169.

mita establecer una orientación en el espacio, el tiempo y la materia. Tal vez la iluminación, el satori<sup>33</sup>, etc., suponga conseguir que ese molde llegue a ser innecesario, se sepa vivir sin límites-sin molde-y sin terror a diluirse ni en el infinito cósmico ni en el finito telúrico. Habría pues, un proceso evolutivo de constitución del molde del hombre como un proceso de aprendizaje físico, biológico, psicológico, espiritual, etc., concibiendo este molde no como estructura estática sino como proceso, molde necesario para poder asentarse en la tierra. Un molde universal y al mismo tiempo personal, osmótico y adecuado a las circunstancias existenciales, habiendo en ese proceso estadios evolutivos más bien de premoldes, de moldes, y de transmoldes o supramoldes, como una ontogénesis en la que aparecen las tendencias del instinto, el sentimiento, el pensamiento, la intuición y la voluntad, que irían desde un nivel de indiferenciación pleromática a un nivel de diferenciación yoica, y luego a una superindiferenciación transyoica, de naturaleza cósmica, pero ya consciente.

No es lo mismo percibir la realidad desde una dimensión del árbol que de otra. Nuestro Yo (y el Cosmos en general) debe ser percibido desde todos los puntos fijos al mismo tiempo, y como esto es imposible, entonces ¿Qué debemos hacer?<sup>34</sup>

La energía del Daat (el conocimiento) es la que nos otorga la flexibilidad necesaria para movernos dentro de todas las dimensiones del Árbol de la Vida, y siempre debemos “sospechar” cuando ya estamos operando con “respuestas”, porque dichas respuestas son para el misticismo judío producto de nuestra falta de movimiento dentro del sistema del Árbol de la Vida. Por lo tanto, las respuestas pueden ser válidas en el nivel operativo en que se encuentran, pero si salimos de dicho nivel, pueden no ser coherentes en otro nivel. La pérdida de coherencia (o la aparición de las contradicciones)

---

33 La Devekut en el sentido de unificación con la Totalidad podría aproximarse a estos estados. De todos modos, el mapa del árbol de la vida seguirá operativo a pesar de la iluminación porque como podremos estudiar el mapa del árbol de la vida opera tanto como un mapa psicológico del sujeto como un mapa cosmogónico del universo. Así que cuando el sujeto alcanza la iluminación (para denominarlo de algún modo) dentro del misticismo judío simplemente paso del universo de Yetzirá a los dos universos superiores de Briá y Atzilut. Así que en tanto sujeto no necesita el mapa psicológico del universo de Yetzirá pero se encuentra dentro del mapa cosmogónico de los cinco universos. En realidad, continúa existiendo un mapa de un orden superior a la psique.

34 El problema que intenta resolver este trabajo es aproximarse a una percepción global que evite los enfrentamientos de las diferentes escuelas de psicología, demostrando en que dimensión en particular esta operativa cada una de ellas. Por supuesto, existen escuelas de psicología que operan en una o en varias dimensiones al mismo tiempo. El resultado de situarnos en un punto fijo del espectro, es la imposibilidad de visualizar el conjunto. El Árbol de la vida representa un símbolo muy potente dentro de la psicología del misticismo judío, porque nos otorga un mapa, esto es, nos brinda un “cuerpo epistémico definido”, cuestión problemática para la psicología transpersonal. De todos modos, tendríamos que marcar algunas diferencias importantes con la psicología transpersonal tradicional, debido a que la psicología del misticismo judío posee algunas características que creemos que son importantes subrayar. Por ejemplo, para Wilber, el “Yo” es una estructura transicional. En cambio para la psicología del misticismo judío (a pesar que tenemos que ascender a los niveles transegoicos) ni el Yo ni el Ego desaparecen dentro de su nivel. Por lo tanto, a diferencia de Wilber, para el misticismo judío, como cada nivel sefirotico tiene una validez en dicho nivel, tanto el “Ego”, como el “Yo” son energías que nunca serán destruidas sino “trascendidas”, pero no podemos considerarlas como Wilber propone como estructuras transicionales. Aquí podemos ver la fuerte influencia del budismo en Wilber. En cambio, siendo el misticismo judío de matriz netamente occidental, ningún nivel, por más bajo que sea dentro de la estructura simbólica del Árbol de la Vida se puede ver aniquilado por un nivel superior. El Ego y el Yo cada uno en su nivel cumplen una función fundamental para elevarnos hacia los niveles superiores, pero no se puede acceder a los niveles superiores sino oscilamos con los inferiores, porque en realidad, percibidos desde el Ein Sof no existe ni lo superior ni lo inferior. Por ese motivo, la crítica de Washburn a Wilber (2003), citada por Almendro (2004) donde dice este autor que “lo pre-egoico no es lo mismo que lo degradado” se encuentra completamente de acuerdo con la postura de la psicología del misticismo judío, ya que lo inferior no se puede considerar “degradado”. Por ese motivo, la última sefirá del Árbol (Maljut) que se corresponde con la materialidad máxima tiene su función en la realidad, y la máxima inmanencia de la materialidad tiene para la cábala hebrea una función trascendente, y este es el concepto hebreo de la Shejiná (Dios dentro de la materialidad) que hace “trascendente” el estado más denso de la materia. Cuando el misticismo judío le otorga divinidad al campo material más “bajo”, justamente sigue la postura del pensamiento psicológico de Washburn (2003) quien percibe que Wilber siguiendo la tradición del budismo degrada como inferior la materialidad. Todos los niveles, el pre-egoico, el egoico y el trans-egoico deben ser considerados niveles diferentes de una misma sustancia.

significa que estamos comparando energías de niveles dimensionales diferentes. Las respuestas son indudablemente las bases donde se construyen todos los dogmas inamovibles. Es por ese motivo, que las preguntas se relacionan con la sabiduría (Jojmá) y las respuestas con la dimensión de la Inteligencia (Biná).

Debemos comprender al Yo en cada nivel dimensional (Sefirá). Tenemos que analizar el Yo no desde una dimensión en particular, sino desde todo el complejo unificado, y por lo tanto, no podemos atrapar al “Yo” dentro de una estructura fija, porque entonces algunas partes de la estructura general del “Yo” quedan ocultas simplemente porque no operamos en un nivel diferente. El mapa del Árbol de la Vida y sus diferentes dimensiones debe ser recorrido por completo, y varias veces a lo largo de la existencia de una persona para que se pueda comprender realmente su funcionamiento interior. Los niveles de consciencia aumentan en la medida en que podamos recorrer los senderos del Árbol de la Vida con la mayor frecuencia posible, y no quedar atrapados dentro de un punto fijo.

Sin embargo, la posibilidad de percibir desde nuestro Entendimiento (Biná) el conjunto total en su complejidad intrínseca es imposible si no dividimos sus partes, o fragmentos. Así podemos analizar los fragmentos del Yo a partir de sus diez dimensiones energéticas básicas (Sefirot). Ahora bien, al conocer fragmentariamente las diferentes dimensiones del Yo, no por ese motivo podemos decir que conocemos realmente al Yo en su estructura integral, sino simplemente conocemos sus fragmentos. Para lograr aproximarnos al “Yo” desde la psicología del misticismo judío debemos operar dentro de toda la estructura del Árbol de la Vida.

La idea de este trabajo que presentamos es estudiar cada una de las dimensiones (Sefirot), para luego, estudiarlas en su funcionamiento interno, es decir, analizarlas como un todo integrado. El problema que presenta Wilber sobre las diferentes escuelas deriva del hecho de que cada uno de los pensadores habitualmente determina un punto fijo dentro de la realidad, y por consiguiente, el problema es que toda la realidad es analizada y estudiada a partir de dicho punto fijo. El propio Wilber puede haber seguido la tendencia oriental de una inclinación a la evasión espiritual, al coger el “ascenso a lo transpersonal” como un método inconsciente de fuga de la materialidad. Porque el materialismo reinante en Occidente (Klipá de Maljut) nos puede llevar (a veces inevitablemente) al extremo de un espiritualidad radical desesperada, y la tentación en la que podemos caer es la de utilizar lo “espiritual” como justificación de una irracional fuga de la materialidad. Nunca el judaísmo llegó al ascetismo corporal para escapar del problema que surge de los límites de la sexualidad ordenada.

En cambio, la psicología del misticismo judío, sigue operativa desde la animalidad biológica freudiana, hasta los niveles más elevados de la autorrealización de Maslow.

No existe pues una distorsión de la realidad, sino una “fragmentación” de la realidad, y todo es válido dentro de dicho análisis fragmentario. Y así como existe cognitivamente la fragmentación de la realidad, existe la fragmentación de nuestro “Yo”. Sin embargo, si conocemos en profundidad los caminos de nuestras dimensiones interiores, podemos “integrarnos” dentro de un Yo sólido. La solidez del Yo no está dada por el carácter dogmático o fijo sino por la comprensión de la complejidad interna de sus interrelaciones.

Este es el problema de los sistemas cerrados, ya que son lineales y no circulares<sup>35</sup>. Podemos clasificar al árbol de la Vida como un sistema abierto, porque se abre en forma permanente hacia el Ein Sof y esto hace que sea de imposible cierre. En cierta manera toda respuesta fuera del Ein Sof es provisional, y provoca automáticamente la aparición del dogmatismo (asunto fundamental que trataremos más adelante en este trabajo).

Los niveles de consciencia siempre pueden ser potencialmente más altos<sup>36</sup>, y podemos observar la

35 En su obra *La naturaleza de lo masculino y lo femenino en los escritos cabalísticos* [Barcelona: Obelisco], 2014, Sara Yehudit Schneider explica muy bien los conceptos del mundo lineal y del mundo circular.

36 Esta idea de la psicología del misticismo judío donde el sujeto siempre puede ascender a mayores niveles de consciencia se acerca mucho a la postura rogeriana de la “tendencia actualizante”. Carl Rogers (1902-1987) se acercó a varios puntos de la psicología del misticismo judío (la cábala), por ejemplo, su concepto del “dolor” como aprendizaje

realidad desde las diez dimensiones al mismo tiempo. Este es un trabajo muy difícil, porque debemos pensar la realidad operando al mismo tiempo en los diez niveles, entonces podemos comenzar a vislumbrar las conexiones internas de dichos niveles dimensionales. Los 22 canales del árbol de la Vida<sup>37</sup> que son los que relacionan las 10 dimensiones prueban que tenemos caminos de ascenso y descenso entre las diferentes dimensiones. Podemos pues, bajar y subir de acuerdo a nuestra necesidad de comprensión de una dimensión a otra, porque debemos oscilar dentro de todo el árbol de la vida.

En su origen todas las dimensiones (Sefirot) pertenecen al mismo punto fundamental<sup>38</sup> de donde surge toda la información de esta realidad (tanto la revelada como la oculta), sin embargo, en el despliegue general de la información del plan divino (Adán Kadmon) aparecen las diez dimensiones<sup>39</sup>, y

---

se acerca mucho a la postura del judaísmo que sustenta el libro de Job, donde el sujeto debe aprender del “mal” (aunque aparezca dicho mal sin una justificación filosófica que lo sostenga). Otro punto importante del pensamiento rogeriano es cuando habla de las “estructuras sociales que generan enfermedad”, esto hace referencia dentro del árbol de la vida a la Klipá de la Yesod (mi Yo social) que se puede ver desbordado por la presión del entorno. Cuando dentro de la psicología del misticismo judío hacemos referencia a las potencialidades del sujeto de ascender de su Tiferet (centro emocional) hacia Keter (como su Yo ideal) en el universo de Yetzirá, estamos planteando que el sujeto puede extraer de la interioridad de sí mismo todas las potencialidades y actualizarlas. Probablemente la diferencia entre Freud y Roger en sus respectivas posturas se encuentra en la base de partida de ambos. Mientras que Freud partía de lo patológico, dicho en términos de la cábala, se encontraba siempre preocupado por las Kelipot (las transgresiones o desequilibrios), en cambio, Roger (como Maslow) partían de lo sano, dicho en términos de la cábala, operaban siempre con las Midot (las virtudes humanas). Dentro de la psicología del misticismo judío, ambas posturas están representadas en los términos Yetzer Ha Tov (el instinto bueno) y Yetzer Ha Ra (el instinto malo). Cuando Roger dice que el sujeto tiene potencialidades ocultas que no se han desarrollado, esto se acerca a la postura positiva de la psicología del misticismo judío, que afirma que el centro tiferético del sujeto debe subir en forma permanente para alcanzar estadios más avanzados de conciencia.

37 Los 22 canales del Árbol de la Vida están explicados en mi obra anterior *Sod 22: el Secreto* [Buenos Aires], 2011.

38 El punto fundamental de donde surge toda la realidad es el punto superior de la primera letra Iod del Tetragrama. Los cabalistas explican que fue a partir de este punto primordial desde donde se desplegó el espacio y el tiempo.

39 Es difícil establecer el momento del nacimiento (o emanación) de las diferentes dimensiones. Debido a que no existe secuencia de tiempo/espacio, tenemos un problema con el sistema de emanaciones debido a que si existió un “momento” del cual “emanaron” las dimensiones, entonces existe el tiempo, o alguna variable similar. El rabino y cabalista Moshe Cordovero dirá que existe fuera del tiempo/ espacio un tiempo diferente a este tipo de tiempo. Si en cada nivel dimensional existe una secuencia tiempo/espacio diferente, entonces cuando llegamos al universo de Atzilut (Emanación) desaparece el tiempo/espacio porque existe la Eternidad. Entonces sigue el interrogante ¿Cómo y cuándo se produce la emanación de las Sefirot sino existe la secuencia tiempo/espacio? Es más, existe otro concepto más oculto de los cabalistas, el de las “Tzajtzejot”, que son las Sefirot en su estado de ocultamiento dentro del Ein Sof. Si existía la información de las Sefirot dentro del Ein Sof en un grado de ocultamiento, simplemente se revelaron, pero ¿en qué espacio/tiempo se revelaron? Para que exista la revelación debe necesariamente existir espacio y tiempo, sin embargo, algo pudo fragmentar dentro del Ein Sof porque no se fragmentó en el orden físico sino en el orden psíquico del Ein Sof, sin embargo, en el orden de la Emanación nada se fragmentó sino que continuo participando de la misma sustancia del Ein Sof. Sin tiempo/espacio, pues se produjo un tipo de revelación que no puede ser denominada como “revelación” y que los cabalistas denominaron como “emanación”, la emanación fue una revelación dentro de la Eternidad. Entonces las Sefirot se encontraban eternamente en potencia en el interior del Ein Sof, y a esto se lo llama Tzajtzejot. Cuando el orden emanativo se revela se crea el universo de Briá (la Creación) que es cuando podemos visualizar a las diferentes Sefirot en el orden del espacio/tiempo. Entonces ya no podemos decir que las Sefirot emanan sino que existen y se revelan dentro del vacío que dejó el Ein Sof en su retirada. Todo el proceso emanativo del universo de Atzilut el cabalista Israel Sarug lo llamará con el nombre del Tzimtzum Alef (la primera auto-contracción). Esta primera auto-contracción no se produce en el orden físico sino en el interior del Ein Sof. ¿Cómo conocemos nosotros el orden interior del Ein Sof si allí no existíamos? Los cabalistas suponen que dicho orden interior existe antes de dar lugar a la segunda auto-contracción física simplemente porque antes de todo movimiento físico existe un movimiento en la información. Cuando la información se mueve luego se moviliza el orden físico. Todo lo que se encuentra en proceso de revelación en el orden espacio-temporal existía en el plan general del Adam Kadmon. Allí se encuentra toda la información que se continúa desplegando en forma constante. Mientras las Sefirot actúan en conjunto en el orden de la Emanación (Atzilut) no puede existir el mal, el mal es producto del estado de la fragmentación que se desarrolla a partir del universo de Briá (la Creación). Como las Sefirot en el Universo de Briá ya pueden operar en forma separada entonces aparece el “mal”. El mal existe como producto de la fragmentación, si pudiéramos encontrar las conexiones íntimas de todo lo que sucede, entonces no existe el mal, porque el mal se produce dentro del choque de los fragmentos. Como cada fragmento cree tener independencia en el mundo de la fragmentación entonces nacen los conflictos, porque cada fragmento cree que todo opera fragmentariamente. Cuando

así nosotros podemos comprender fragmentariamente la realidad. Debemos entrenar a nuestra mente (Biná)<sup>40</sup> a trabajar en la unificación constante de la realidad (Jojmá) con el fin de percibir en esencia la unidad que subyace detrás de todo este mundo de la fragmentación (mundo de la Bet).

Tenemos pues, dentro la tradición antigua del judaísmo un elemento simbólico muy claro donde convergen en un mismo punto todas las escuelas de psicología que trabajan en diferentes niveles de la realidad.

Cada Sefirá (Dimensión) cumple una función, y lo que es verdad en una dimensión no necesariamente es verdad en otra. Como Wilber explica, las investigaciones o estudios son válidos en el nivel en que se encuentran. Por este motivo decimos dentro de la psicología del misticismo judío que se puede encontrar la felicidad y la comprensión dentro de cada nivel dimensional. No podemos, ni debemos obligar a un sujeto a cambiar de nivel si no se encuentra preparado. Cada uno se encuentra en el nivel que se merece, y si no lo merece, realizará todos los esfuerzos posibles para salir de dicho nivel. Un sujeto deja su nivel cuando a pesar de su comodidad (mal llamada felicidad) logra avanzar hacia niveles superiores.

Cuando una persona se encuentra feliz en un nivel, no puede ser movilizad externamente hacia un nivel superior. Nadie puede soportar un nivel de luz (Or) superior a su nivel de recepción (Kli). Por lo tanto, y con esto exponemos uno de los grandes secretos del misticismo judío antiguo, y es que nada depende del “Or” sino del “Kli”, y nosotros somos capaces de obtener el “Or” de acuerdo a la extensión de nuestro Kli<sup>41</sup>

Sin embargo, debemos saber que para alcanzar la Jojmá (Sabiduría) debemos trabajar profundamente el Daat (Conocimiento) para obtener de este modo una mayor flexibilidad mental. La flexibilidad mental es fundamental con el objeto de percibir la realidad en forma simultánea desde las diferentes dimensiones. Cualquiera que sostenga un punto fijo (y por lo tanto, dogmatice una dimensión) está creando un sistema cerrado válido cuya validez se encuentra fundamentada en su propio cierre. La validez del árbol de la vida es un símbolo potente de comprensión porque se encuentra abierto

---

“unimos” dos o más cosas el mal desaparece. La unión no implica necesariamente que las diferencias sean borradas automáticamente, sino que el alma pueda percibir el mundo oculto que se sitúa detrás de las vestiduras.

40 Nuestro “Entendimiento” (Biná) en general tiende a operar dentro del sistema de fragmentación, y el problema es que la persona puede llegar a imaginar que toda la realidad fragmentada es la única realidad. Si la persona se convence de esta perspectiva, puede creer falsamente que la base de esta realidad es el conflicto constante entre los fragmentos. Es por ese motivo, que debemos operar desde la Sabiduría (Jojmá) porque si trabajamos desde allí logramos una felicidad y una percepción desvinculada del sistema de fragmentación, y por lo tanto, anulamos los conflictos fragmentarios al anular mi posición de fragmento dentro de esta realidad. Si mi Yo existe como fragmento entonces todo mi trabajo y mi desarrollo se encuentran centrados en mi propia posición espacio/temporal. Si opero dentro del orden de la Eternidad, entonces al lograr la conciencia de Atzilut (conciencia Alef) alcanzo realmente la sabiduría porque no tengo que defender ninguna fragmentación. Es más, si tengo que defender hipotéticamente la “unidad” contra la fragmentación, entonces la fragmentación ha provocado que mi unidad teórica sea en realidad otro tipo de fragmento. Cada vez que defiendo algo, desconecto este “algo” del sistema general, y entonces le otorgó una supremacía sobre el orden general. Todos los fragmentos del sistema de fragmentación son importantes para comprender el sistema, de lo contrario si le otorgó un orden jerárquico de importancia, este orden jerárquico subjetivo resitúa al Yo en el centro de la escena y nuevamente se provoca la caída a la percepción del mundo de la fragmentación (mundo de Bet). Todo intento de jerarquizar un fragmento de la realidad provoca necesariamente la subordinación del resto de los fragmentos existentes. Este es el primer paso para la idolatría, y finalmente para la existencia de las contradicciones, que luego, a partir de este punto de no retorno, se traducen en conflictos. Todo conflicto nace de una contradicción no resuelta, y toda contradicción tiene su origen en la idolatría de un fragmento de la realidad. Hasta las religiones tradicionales pueden operar en el sistema de fragmentación de modo, que exista un tipo de idolatría dentro de las religiones supuestamente monoteístas. Si el verdadero monoteísmo es la creencia que detrás de toda la realidad fragmentaria nos une el Ein Sof, entonces no podría ser posible la existencia de un monoteísta exclusivista porque todo exclusivismo por definición es idólatrico en tanto que eleva un fragmento de la realidad frente al resto de los fragmentos. Si no es posible destruir el mundo de las formas, por lo menos debemos saber que las energías superiores son las que se ocultan detrás de este sistema fragmentario.

41 Existe un tema muy complejo que lo trataremos más adelante, y es como entrenar al Kli para lograr una mayor expansión. Esto se relaciona con la expansión interior del vacío en el interior de nuestro Yo.

en dirección al Ein Sof y no sitúa la comprensión en un punto fijo, ya que cada nivel dimensional automáticamente opera sobre otra estructura de comprensión diferente. En realidad, para operar dentro del símbolo del árbol de la vida debemos recorrer todos los senderos y todas las dimensiones, y debemos ir percibiendo toda la realidad a medida que avanza el recorrido, por lo que siempre nuestro punto de vista debe ser “móvil”. Al situar nuestro punto dentro del movimiento general del Daat (conocimiento) y operar en todos los senderos y en todas las dimensiones del árbol de la vida, todo conocimiento no se vuelve estático y por lo tanto, no existe un dogmatismo en ningún momento. Si alguna persona se vuelve dogmática en el estudio del árbol de la vida implica que ha fijado un punto estático dentro de algunas de las diferentes dimensiones. Cada vez que un sistema se vuelve cerrado, sabemos que no trabajamos bien el árbol de la vida, y en cada punto estático donde descansamos, debemos ser conscientes que se puede convertir en el punto del inicio de algún tipo de idolatría. Hay dos formas de derrumbar la idolatría que siempre se nos presenta como una amenaza al avance del conocimiento (Daat), la primera es la meditación en el Ein Sof, porque su infinitud nos abre ante un sistema abierto en forma permanente, y la segunda, es el movimiento constante dentro de la secuencia del tiempo/espacio. No podemos fijar un punto dentro de la secuencia del tiempo/espacio porque es imposible, cualquier intento mental de definir esta realidad inferior de acuerdo a un punto estático puede provocar la ilusión de control de la realidad. La característica básica de esta realidad inferior del mundo de la fragmentación (mundo de la Bet) es que nos encontramos dentro de la secuencia del tiempo/espacio, y hasta que alcancemos la Eternidad real del universo de Atzilut (la Emanación) todos los intentos de situar puntos fijos dentro de esta realidad serán aniquilados por el movimiento. Para comprender esta realidad, tal como hoy la percibimos, debemos desplazar nuestra percepción en el constante cambio que se opera dentro de la secuencia del tiempo y del espacio.

## 1.8. Tipos de Daat (Conocimiento)

*Siempre se puede ascender en el Conocimiento  
porque, a cada nivel que llegamos, somos imperfectos  
frente a Dios.*

**Rabí Isaac Leví de Berdichev**

El Conocimiento superior (Daat Elyon) se caracteriza por la unificación constante de todas las fragmentaciones, hasta llegar a la unificación del tiempo y el espacio dentro de la Eternidad que es la clave del Sod del Tetragrama.

El Conocimiento inferior (Daat Tajton) se caracteriza por la comprensión de los diferentes niveles energéticos (Sefirot) en el orden del movimiento espacio/tiempo. El Conocimiento superior se encuentra en la conexión máxima que podemos percibir dentro de la secuencia espacio/tiempo y su relación con la Eternidad, en términos de la cábala dentro de la oscilación entre el Universo de Briá (creación) y el Universo de Atzilut (Emanación). El Conocimiento inferior se encuentra en la comprensión diferencial entre los tipos de energías que operan en los dos universos inferiores de Yetzirá (Formación) y Asiá (Acción). Todo el Conocimiento inferior algún día se debe unir al Conocimiento superior, porque ambos pertenecen en su origen a la misma raíz.

## 1.9. La relación entre la cosmogonía y la psicología en el judaísmo

*El Tikun Olam comienza con la Teshuvá de un solo hombre.*

**El Baal Shem Tov**

La principal estructura simbólica que debemos estudiar antes de ingresar a los problemas hermenéuticos que supone un análisis del Yo, debe ser indudablemente el árbol de la vida. ¿A qué denominamos como el árbol de la Vida? Aunque literalmente el término aparece en el contexto del primer libro de la Torá en Bereshit (Génesis) donde se le prohíbe al ser humano comer de dicho árbol, en realidad el símbolo que actualmente utilizamos como árbol de la vida tuvo su origen en las especulaciones cosmogónicas de los antiguos místicos del judaísmo. Sin embargo, a partir de la Edad Media, y por la excepcional influencia del cabalista judío Abraham Abulafia que centró su atención en las condiciones espirituales subjetivas para ascender a grados mayores de consciencia se produjo la psicoanálisis de este símbolo. Si el pensamiento abulafiano quedó mudo durante tres siglos, fue luego en Safed, donde cabalistas de la talla de Moshe Cordovero lograron sistematizar el pensamiento de Abulafia e interpretarlo de modo que se pudiera comprender como un todo integral. El Jasidismo posteriormente en Europa Oriental extrajo todas las consecuencias de una cábala aplicada a la interioridad del ser humano. Tanto en el siglo XIII con Abulafia como en el siglo XVI con Cordovero el sistema psicológico de la cábala quedó reducido a un grupo de la elite intelectual del judaísmo. Es el movimiento jasidico quien a partir del siglo XVIII desarrolla un tipo de cábala completamente psicológica (que mantiene sus rasgos cosmogónicos indudablemente) pero que reduce a lo meramente especulativo el campo de la cosmogonía general.

Lamentablemente en la actualidad nos encontramos con un verdadero problema, ya que el árbol de la vida ha sido utilizado tanto en términos cosmogónicos como en términos psicológicos, y en general dentro de la bibliografía existente se mezclan ambos análisis. Esto genera un verdadero problema a la hora de comprender realmente el funcionamiento del árbol de la vida, ya que si no se comprenden las diferencias entre los universos (ya que cada universo posee un tipo de energía diferente) lo que se provoca es que exista mucha confusión conceptual cuando debemos analizar un tema en especial o cuando hacemos referencia a una dimensión en particular. Si algún libro de cábala hace referencia a una dimensión debería explicar en qué universo está operando la dimensión que está siendo estudiada, de lo contrario podemos encontrar explicaciones que pertenecen al universo yetzirático mezcladas con explicaciones que pertenecen al universo briático.

En este trabajo que presentamos, todas las definiciones conceptuales de las diferentes dimensiones (Sefirot) serán explicadas a partir de su actuación yetzirática (es decir en el orden subjetivo-psicológico). Lo que sucede es que al final del trabajo, cuando las diversas dimensiones subjetivas se logren comprender y se alcance cierto equilibrio<sup>42</sup> automáticamente tendremos que estudiar la relación de nuestra psique con el orden cosmogónico, porque es cuando el sujeto descubre dicha relación que opera la energía psíquica de lo que podríamos denominar “trascendencia”. Y si no comprendemos la

---

42 Explicaré más adelante el concepto de equilibrio dentro de la psicología del misticismo judío.

energía psíquica de la trascendencia (no como un miedo infantil de protección paterna) sino como una energía real de la más alta categoría no podremos realmente comprender cómo se alcanza el sentido de nuestra existencia en términos reales.

Ahora bien, tenemos que explicar la relación íntima entre cosmogonía y psicología ya que es imposible profundizar sobre los temas psicológicos del misticismo judío si no partimos de la idea central por la cual debemos saber que el trabajo antiguo y medieval del judaísmo fue fundamentalmente cosmogónico. Toda la cábala cosmogónica se centró en los aspectos teosóficos de la realidad, en cambio, cuando apareció el árbol de la vida en la Escuela de Girona, ya podemos decir que los aspectos cosmogónicos se mezclaron con los aspectos psicológicos. En realidad, el camino natural de lo “cosmogónico” fue el de introducirse en la naturaleza de la psique, y si la psique era una copia fiel del “Cosmos”, toda la cosmogonía conducía inevitablemente a cierto tipo de psicología.

La relación cosmogónica y psicológica a veces aparece como confusa en muchos textos, y lamentablemente la gran mayoría podemos caer en la confusión de no saber cuál es el análisis simbólico que estamos realizando del árbol de la vida, ya que es posible que este análisis pertenezca a lo “cosmogónico” y otras veces estamos realizando un análisis psicológico. Es más, lo lógico es pensar que al operar sobre una sabiduría antigua y medieval como lo es la “Kabalá”, lo psicológico y lo cosmogónico se encontraban completamente mezclados. Y en realidad, cuando estudiamos y profundizamos sobre las bases fundamentales del misticismo judío nos encontramos en que trabajamos ambos aspectos en forma simultánea. Debemos trabajar desde una percepción circular y no lineal de la realidad, porque la realidad por su esencia compleja es básicamente circular. La linealidad del pensamiento es un problema de nuestro pensamiento, pero no se ajusta a la realidad en su complejidad intrínseca.

Por ese motivo, debemos ser muy cautos a la hora de leer textos de la cábala antigua y medieval porque en aquella época la especulación intelectual tenía como centro la teosofía y no la psicología (tal como la conocemos hoy). Es verdad que podemos eventualmente psicoanalizar la teosofía medieval judía, pero los sabios medievales (con raras excepciones) no eran conscientes que estaban trabajando el estudio de la psique, sino como una derivación de los aspectos cosmogónicos del universo.

Tengo que advertir que este problema se solucionaría si comprendemos el sistema de concatenación de los diferentes universos dentro de la manifestación del Ein Sof en el interior del vacío, y si logramos comprender el sistema de “Partzufim” (o estructuras globales de personificación, o las personificaciones), porque debemos tener en cuenta un factor de importancia fundamental, y es que la psique desde el punto de la psicología mística del judaísmo no puede ser autorreferencial sino que debe ser estudiada en relación directa con el sistema general de la realidad circundante.

No existe una psicología en el judaísmo desvinculada del entorno natural en la que esta psique se ha desarrollado. En definitiva, debemos comprender la destrucción de la entropía científica en el estudio de la psique, porque para el misticismo judío las energías interiores de la psique son el reflejo de las energías externas que operan en el orden cosmogónico general, y las energías externas se encuentran reflejadas dentro de la psique del sujeto.

## 1.10. El problema de la entropía en la psicología

*El alma comprende diez existencias superiores  
surgidas de las diez existencias celestiales.*

**Abraham Abulafia**

El segundo gran problema que se presenta cuando trabajamos el árbol de la vida en forma arquetipal es que cada sefirá representa una energía determinada dentro del “Inconsciente colectivo”. Entonces debemos ser cuidadosos porque el inconsciente colectivo junguiano no se encuentra en el orden cosmogónico general sino en el orden psicológico. Jung sigue operando dentro de la psique, en cambio la psicología del misticismo judío que comprende la influencia ancestral de los arquetipos sobre el Yo, es consciente de que Jung no trabaja sobre el orden cosmogónico en este nivel de análisis, sino que sigue trabajando en el orden psicológico. Para que la psique trabaje libremente debemos liberarla de su posición central dentro del espacio/tiempo.

Este es el trabajo fundamental de la psicología del misticismo judío, en el sentido que si el sujeto (Yo) no encuentra su sentido trascendente más allá de si mismo todos los supuestos sentidos de su existencia son espacio-temporales, y por lo tanto, sujetos a la destrucción. No se pueden establecer “sentidos existenciales” espacio-temporales porque atrapamos a la psique en una especie de juego macabro, buscamos dentro de las terapias convencionales atarnos a las dimensiones inferiores de la realidad.

La existencia del sujeto no puede establecer una relación desequilibrada con el mundo inferior, porque entonces la existencia material en esta vida se encuentra atada a la velocidad del vacío existencial. Al carecer de sentido todo lo que se hace simplemente se realiza en términos del mundo inferior. Y sabemos dentro de la cábala que toda relación con el mundo inferior es desequilibrada en sí misma. La psicología mística del judaísmo busca soluciones reales a la psique destruyendo su centralidad. Toda sensación de centralidad del Yo en esta existencia hace que el sentido de la existencia se encuentre en función del Yo, y justamente es esto lo que debemos evitar a toda costa, porque en el mundo inferior la psique encuentra elementos anestésicos que suspenden el enfrentamiento con el interrogante del sentido de la existencia personal.

No debemos confundir el Árbol de la Vida cuando opera como “símbolo psicológico” (“símbolo de las energías arquetípicas”), y cuando opera como “símbolo cosmogónico”. Así podemos decir, que existen dos operaciones que se realizan dentro del mismo símbolo del Árbol de la Vida. Podemos utilizar el Árbol de la Vida como una estructura simbólica en el orden cosmogónico, o podemos trabajar con la misma estructura simbólica en el orden psicológico.

En cierto modo, el árbol de la vida no es una estructura compleja sino es una estructura simple de análisis, lo complejo es que la estructura funciona en diferentes niveles de la realidad, de modo que debemos saber exactamente cuando estamos trabajando las diferentes dimensiones del árbol de la vida para no cometer el error de mezclar los niveles donde estamos operando. Si en algún momento del análisis nos confundimos de nivel operativo entonces estaremos aplicando conceptos que no podrán ser comprendidos ni aplicados dentro de dicho nivel. En este caso, no estamos haciendo referencia a un problema del lenguaje (Hod) sino que estamos diciendo que las energías espacio/temporales como son de diferentes magnitudes producen un sistema operativo diferente en cada nivel. Por lo tanto, no es un problema lingüístico sino un problema real, lo que puede producir como resultado una

confusión derivada de aplicar un tipo de energías que no se corresponden en ese nivel dimensional. De este modo, al situar correctamente el problema en su dimensión correspondiente logramos visualizar mejor la situación analizada, y operamos con las energías que requieren dicho nivel.

Entonces ¿Cómo podemos saber cuándo estamos trabajando en cada nivel? En primer lugar, debemos saber que la manifestación original del Ein Sof fue la que provocó la existencia de los cinco universos fundamentales dentro del vacío. Lo que podríamos denominar como “el árbol de la Vida original”. ¿Dónde existía este árbol de la vida original? En el plan general que el Ein Sof poseía dentro de sí mismo<sup>43</sup>. Esto lo he explicado en mi segunda tesis doctoral en Antropología<sup>44</sup>. Entonces dibujamos el símbolo del Árbol de la Vida donde se pueden encontrar los universos que reflejan el orden cosmogónico general.

Por lo tanto, toda la existencia desde los niveles más altos de la manifestación hasta los niveles más bajos se componen de estas diez dimensiones del árbol de la vida original (al plan general de la divinidad en este nivel se lo denomina como Adam Kadmon). A medida que estas energías dimensionales van descendiendo a las realidades más densas de la materialidad entonces ingresan en el mundo de la fragmentación a partir del universo de la Briá, y es allí donde se provocan las diferencias. Sin embargo, aunque las “diferencias subjetivas”<sup>45</sup> (dentro de los sujetos) y las diferencias en la totalidad de la creación, son diferencias producto del mundo de la fragmentación (universo de Bet) en realidad, se mantiene la sustancia original del mundo de la unidad (universo de Alef) y por ese motivo, toda la realidad está diseñada según el modelo del árbol de la vida.

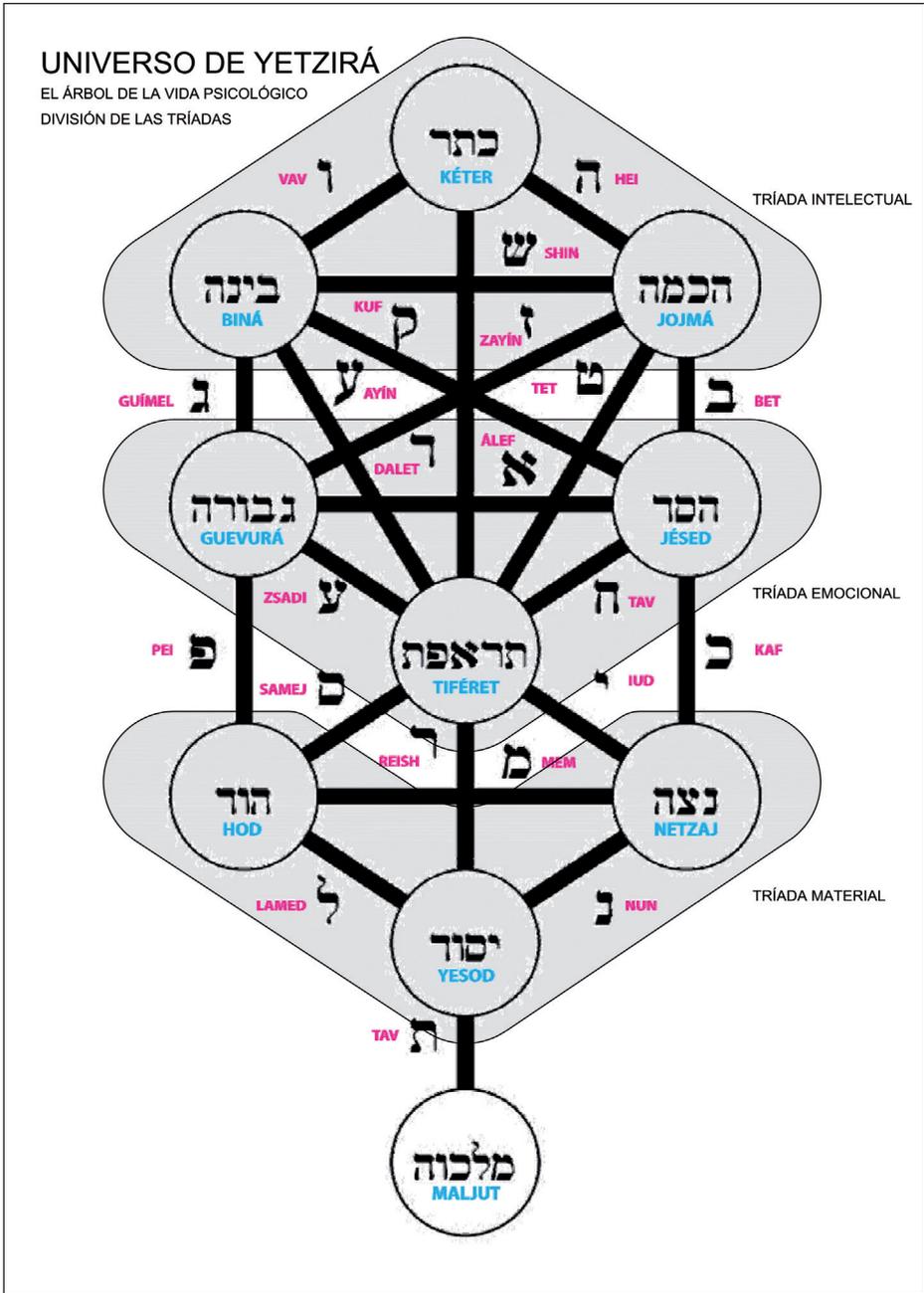
---

43 El Adam Kadmon es el hombre primordial y significa el plan general de toda la creación, y su información es eterna porque se encuentra emanada fuera del orden del espacio y del tiempo.

44 *Maase Bereshit: el Misterio de la Creación*, tesis doctoral defendida en octubre de 2012 en la Universitat Rovira i Virgili de Tarragona. Tutor de tesis: Dr. Joan Prat i Caros, publicada en forma de libro en Buenos Aires, 2013.

45 “De hecho, cuando dos realidades se distinguen entre sí, lo que realmente sucede es que las diez Sefirot que las componen se diferencian. El Gaón de Vilna escribe en su obra sobre el Sifra Detzniuta: Las diez resplandecen en todos los seres creados pues cada uno posee una fuerza que actúa de acuerdo a su nivel de creación, y por eso las diez Sefirot de uno no son similares a las del otro”. “En otros términos, la existencia y supervivencia de cada creación proviene del poder del Infinito-Ein Sof-que actúa en ella. Cada unidad de esta fuerza actuante se compone de diez Sefirot, ni más ni menos. Lo que ocurre es que la criatura de menor nivel tiene menor capacidad de recepción, y en esto reside la diferencia entre los seres creados” “Ya que toda sefirá está compuesta por diez Sefirot, es como si tuviésemos diversas versiones, cada una de ellas de menor magnitud e importancia que la versión que la originó, siguiendo el principio del desarrollo gradual. Recordemos que cada fuerza actuante es, de hecho, una unidad compuesta por las diez Sefirot. Con esto se explica el tema de los infinitos niveles de la fuerza actuante, los cuales se adaptan a cada realidad de acuerdo a su nivel” (Rabí Iejiel Bar Lev: *El canto del alma* [Barcelona: Obelisco], 2003, pp. 116-117).

CUADRO 6



## 1.11. El Tetragrama como símbolo de la concatenación de los universos

*La meta no es ponerse ante ninguna forma finita  
aunque sea del máximo orden.*

**Abraham Abulafia**

Como la manifestación general de la realidad cosmológica se fundamenta en el sagrado nombre divino (el Tetragrama) Iod Hei Vav Hei, entonces, cada una de las dimensiones representa un grado o un nivel distinto de la misma manifestación sustancial, simplemente lo que cambia es el nivel en el que se encuentra dicha manifestación. En sustancia cada dimensión es igual que la otra, simplemente las diferencias dimensionales pueden ser visualizadas de acuerdo a la magnitud (o límites) que tiene dicha dimensión. Por supuesto, Keter, siendo la dimensión más alta desde nuestra finitud es la que posee la máxima magnitud, y Maljut, la última dimensión, la magnitud menor, pero siempre debemos tener presente que todas las dimensiones poseen la misma sustancia. Este es un punto clave porque si creemos erróneamente que las dimensiones tienen distintas sustancias podemos idolatrar una dimensión en particular y por lo tanto, percibirla más importante que las demás. Las dimensiones del árbol de la vida, tanto las más altas como las bajas son igual de importantes para comprender la realidad general y la realidad de la estructuración del Yo en particular. Reitero que si cometemos el error de subordinar una dimensión a otra por el grado de importancia no comprendemos que la sustancia divina de todas ellas es la misma. Nosotros captamos las dimensiones como diez dentro del mundo de la fragmentación, pero estas diez si las percibimos dentro del mundo de la unidad constituyen una sola energía raigal.

Entonces, el Árbol de la Vida original es el que corresponde al orden cosmogónico y es donde podemos situar los cinco universos (Adam Kadmon/Keter cosmogónico, Atzilut/Joimá cosmogónica, Briá/Biná cosmogónica, Yetzirá/las seis dimensiones inferiores cosmogónicas menos la dimensión de la Maljut y finalmente el universo más denso de la materia Asiá/Maljut cosmogónica). El mundo superior se encuentra en los primeros tres universos, en la Briá (Creación) donde nace el espacio y el tiempo, en el de Atzilut (Emanación) donde nacen las Sefirot como las raíces arquetipales y energéticas de toda la realidad diferenciada y el Adam Kadmon (El hombre primordial) que representa el punto central que apareció dentro del Ein Sof donde se encuentra toda la información eterna. El mundo inferior se sitúa en los dos universos inferiores de Yetzirá (Formación) y el universo de Asiá (Acción). Nuestro árbol de la Vida psicológico se encuentra dentro del Universo de la Formación o Yetzirá, por lo cual, cuando hacemos referencia a nuestra Biná psicológica siempre nos encontramos dentro del universo de Yetzirá y por lo tanto, dentro del mundo inferior cosmogónico. Una de las diferencias fundamentales es que nosotros al existir dentro del mundo inferior, nos es más difícil comprender el mundo superior dado que allí las energías tienen un nivel de energía tan elevado que nuestra mente no logra registrar estas magnitudes.

Debemos acostumbrar a nuestra “psique” a operar cada vez más alto en la comprensión de los grados energéticos más elevados, estas estrategias conforman dentro de la cábala los sistemas de unificación constantes. Al reducir toda la realidad a las diez grandes dimensiones básicas que operan dentro

de todo el universo manifestado, los grandes místicos del judaísmo han comprendido la realidad en una forma más amplia y por lo tanto, al integrar dicha realidad cosmogónica dentro de la psique, hizo que inevitablemente nuestra psique se pueda adaptar a una realidad de orden superior. Cuando la psique alcanza a comprender la realidad de orden superior en cierto sentido se encuentra dentro dicho nivel en términos de abstracción. Al alcanzar la mente niveles más elevados de comprensión fuera de su propias proyecciones interiores se ajusta dentro de la realidad existencial de modo que alcanza una comprensión de sí misma completamente diferente si realiza un reduccionismo a la estructura propia de la psique.

La relación 1/10 es la que marca la representación inicial con la cual trabaja la cábala para comprender cómo funcionan los dos mundos. La letra que representa al 1 es la Alef y al 10 es la Iod.

La letra Iod representa la parte superior de la letra Alef, como letra (la Iod) constituye una sola unidad y representa una sola energía unificada. Por ese motivo podemos decir que en el nivel del Adam Kadmon (del plan general de la creación) todo era una unidad de luz fundida (el Or Ein Sof). Nosotros, cuyas estructuras espirituales (las almas) nacemos dentro del universo de Briá, no podemos captar la realidad en su unidad y por ese motivo nosotros captamos la energía de la Iod en forma múltiple, y por esta razón visualizamos las diez Sefirot (dimensiones). Es más, Abraham Abulafia dice que existe lo que se conoce como el misterio del número 111, porque nosotros en el Keter Cosmogónico del Adam Kadmon operamos con el 1 de la Alef, en la Jojmá cosmogónica de la Iod operamos con el 10 (Atzilut) y en la Biná cosmogónica con la Kuf donde operamos con el 100 (Briá). Nosotros, que somos fragmentos del Ein Sof (y como almas, Neshamot) operamos visualizando la realidad en el orden fragmentario del 100, lo cual obedece a que no sólo ya visualizamos las Sefirot sino las sub-Sefirot, es decir las 10 subdimensiones que se encuentran dentro de cada una de las 10 Sefirot. El Misterio del 111 de Abraham Abulafia hace referencia a la capacidad de la mente de unificar desde 100 a 10 y desde 10 al 1, siendo que el 1 se mantiene en todos los niveles a pesar de la fragmentación. Imaginemos que si ya comprendemos la realidad fragmentada a partir del nacimiento de nuestra alma en el nivel de 100, lo que sucede dentro del Universo de Yetzirá donde operamos por debajo del nivel de fragmentación 100, algunos autores dicen que ya operamos sobre el nivel de fragmentación 1000. Cada nivel de fragmentación provoca mayor confusión con el fin de lograr las unificaciones necesarias que nos permitan elevarnos hacia el mundo superior.

Entonces podemos decir que la letra Iod es al mismo tiempo, una y diez (porque en realidad todo es 1 y algo más), es una como luz unificada dentro del nivel proveniente desde el Or Ein Sof, y es diez desde nuestra percepción inferior. Pero pese a nuestra percepción inferior (la Iod es diez) somos conscientes que la Iod es una sola letra que en términos superiores (del universo de Atzilut) es una luz unificada. Porque sabemos que los colores pueden ser diferenciados desde el universo de Briá, pero que dentro del universo de Atzilut no existen los colores porque todos se unifican dentro de una luz unificada. Esta luz unificada no posee tiempo ni espacio, y reduce toda la realidad dentro de sí misma. Por ese motivo Atzilut no posee tiempo ni espacio, porque los niveles son tan altos que tiempo y espacio desaparecen al operar en magnitudes tan elevadas.

Por ese motivo, cuando el Tetragrama como modelo de manifestación de toda la realidad cosmogónica ya opera en un nivel más bajo de la realidad se manifiesta en diferentes magnitudes.

Primera manifestación del Adam Kadmon (plan general de la manifestación). La primera manifestación interior dentro del Ein Sof es el punto, este punto representa el propio plan general del Adam Kadmon todavía no desplegado y que corresponde a la sefirá de la Keter cosmológica.

La segunda manifestación interior dentro del Ein Sof es la extensión del punto original, donde el 1 pasa a ser 10, y las 10 dimensiones de la letra Iod se encuentran completamente unidas dentro de una unidad, a esto lo denominamos como el universo de Atzilut (La emanación). Allí no existe el tiempo ni el espacio y corresponde a la sefirá de la Jojmá cosmológica.

La tercera manifestación ya se encuentra dentro del vacío, es decir, la Iod interior del Ein Sof ahora se va a desplegar dentro del mundo del vacío y entonces las diez Sefirot se van a duplicar dentro del

mundo de la dualidad, en un primer nivel la primer Hei quedará como el futuro y se formará el tiempo, y en otro segundo nivel, la segunda Hei establecerá el punto material del espacio. Así cuando se produce la tercera manifestación del universo de Briá (la Creación), correspondiente a la sefirá de la Biná cosmológica, este tercer universo se expande seis veces (los seis días de la creación) provocando la aparición de la cuarta manifestación universal (o como se denomina en el misticismo judío el Universo de Yetzirá-la Formación), y finalmente la última manifestación de la segunda Hei o quinta manifestación universal, denominada como el Universo de Asiá (la acción), correspondiente a la Maljut cosmológica.

Así tenemos la extensión cosmológica del Tetragrama que corresponde a la expansión de los universos desde las primeras dos manifestaciones dentro del mismo Ein Sof, y las tres grandes manifestaciones dentro del vacío. Los cinco universos que tienen dentro de sí mismo la luz del infinito (Or Ein Sof).

Ahora bien, manifestados todos los grandes universos generales, nos encontramos ya en el segundo nivel de manifestación, ahora el árbol de la vida se encuentra operativo dentro de todo el sistema de manifestaciones del universo de la fragmentación. Ahora cada dimensión (Sefirá) posee una resonancia energética diferente una de otra y entonces el Tetragrama (que representa el despliegue de toda la información existente dentro de la manifestación) va a operar en una forma diferente. Dice el sabio cabalista Iejiel Bar Lev en una de sus obras<sup>46</sup>:

Cada sefirá posee también numerosos nombres y apelativos los cuales se dividen en dos: Toda sefirá corresponde a una variante del nombre de las cuatro letras pero con diferente puntuación. Por ejemplo, la sefirá de Keter, es Iud, Hei, Vav, Hei, mas con la puntuación denominada kamatz, Jojmá con la puntuación denominada pataj; Biná con trire; Jesed con segol, Guevurá con shva; Tiferet con jolam; Netzaj con jirik; Hod con shuruk; Yesod con kubutz, y Maljut sin puntuación. La puntuación recalca una característica especial del nombre de las cuatro letras, y por eso, la falta de puntuación en Maljut se debe a que ésta no posee nada por sí misma. En el libro de rezos basado en la sabiduría de la Cábala encontramos una puntuación diferente cada vez que aparece el nombre de las cuatro letras en las distintas bendiciones. Por ejemplo, en la bendición “Tu otorgas conocimiento al hombre”, el nombre de las cuatro letras está puntuado con pataj, ya que estamos apuntando a la Luz infinita que se revela en la sefirá de Jojmá. En la bendición “Quien bendice los años”, el nombre está puntuado con jirik, porque apelamos al Creador, al Ein Sof revelado en la sefirá de Netzaj.

Debemos realizar aquí una importante aclaración conceptual antes de continuar avanzando en el análisis del árbol de la vida. Tenemos hasta ahora el despliegue de los diferentes universos que representan a cada una de las letras del Tetragrama. ¿Entonces qué simboliza el Tetragrama? Es la manifestación del Ein Sof. El Ein Sof no manifestado no puede ser simbolizado ni conceptualizado de ningún modo. Deberíamos decir de manera más precisa que el Tetragrama representa la simbolización de la divinidad dentro de la manifestación. En parte, dentro de la manifestación y en parte en su interioridad. Si estudiamos la letra Iod del Tetragrama nos damos cuenta que simboliza al conjunto de los dos universos no manifestados dentro del vacío, sino manifestados en la interioridad del propio Ein Sof. Así que si realizamos un análisis minucioso del Tetragrama encontramos que la primera letra del mismo (la Iod) representa el conjunto de los dos universos manifestados dentro del mismo Ein Sof (cuando aún no se encontraba creado el vacío donde se manifestará la existencia).

Recordemos que los dos primeros universos eternos dentro de la Eternidad del Ein Sof son el mismo plan general o Adam Kadmon y el universo de Atzilut (la Emanación). Queda como problema conceptual resolver el asunto de cómo se produjo la existencia de una luz unificada del Ein Sof que se pudiera captar dentro del mismo Ein Sof, porque esto representaría una dualidad imposible para la esencia del Ein Sof. Entonces debemos llegar a la conclusión de que todo el Ein Sof es Or Ein Sof y

46 Rabi Iejiel Bar Lev: *El canto del alma* [Barcelona: Obelisco], 2003, p. 122.

no pueden existir diferencias entre ambos. Solamente que nosotros no podemos percibir todo el Ein Sof, y lo que denominamos como “Or Ein Sof”, son los diversos grados de restricción de la esencia. Entonces para nuestra mente finita se conceptualiza como una dualidad. En realidad, si el Or Ein Sof es todo el Ein Sof en sí mismo, lo que nosotros llamamos Or Ein Sof es lo que podemos percibir en la manifestación pero hay un nivel de Or al infinito que no podemos percibir justamente por ser infinito. Ahora bien, regresando al tema central de esta explicación, si la primera manifestación del Tetragrama determinó la estructura general de todo lo que se ha manifestado y manifestará en el futuro, ahora en un segundo nivel el árbol de la vida en funcionamiento opera con la misma sustancia divina (que se encuentra simbolizada por el Tetragrama), por ese motivo podemos decir, que dentro del plan general del Ein Sof (Adam Kadmon) el Keter representa un punto del Tetragrama, pero dentro del funcionamiento operativo ahora el Keter funciona como el Tetragrama vocalizado con la Kamatz, si dentro del plan general del Ein Sof la Jojmá representa a la Iod del Tetragrama (Universo de Atzilut), ahora la Jojmá en su funcionamiento se encuentra simbolizada por el Tetragrama vocalizado con la letra pataj, si dentro del plan general del Ein Sof, la Biná representa la primera letra Hei del Tetragrama (Universo de Briá) ahora en su funcionamiento la Biná se encuentra representada por el Tetragrama con la vocalización de trire. Por otra parte si dentro del plan general de la manifestación divina las seis Sefirot inferiores se encuentran representadas por la letra Vav del Tetragrama (Universo de Yetzirá)<sup>47</sup>, ahora cada una tendrá una vocalización diferente, y finalmente, si la última letra Hei del Tetragrama representa la dimensión de la Maljut cosmológica (Universo de Asiá), en realidad tendrá un Tetragrama sin vocales en su funcionamiento. Como se puede percibir, cuando aplicamos las diferentes vocalizaciones del Tetragrama a cada dimensión ya nos encontramos realizando una descripción de la magnitud de energía que opera dentro del funcionamiento de dicha dimensión, pero no hacemos referencia a la dimensión cuando apareció por primera vez dentro del despliegue general del plan general divino.

---

47 En realidad el universo de Yetzirá (la formación) en general se encuentra representado por la sefirá de Tiferet que es el centro de nuestro Yo dentro del mundo inferior de la fragmentación. Así muchas veces cuando en la cábala hacemos referencia a la Tiferet, no lo hacemos en forma exclusiva a dicha dimensión sino a las seis dimensiones inferiores del árbol de la vida (menos la de Maljut que es la séptima).

## 1.12. Las Sefirot psicológicas dentro del Universo de Yetzirá

*La razón principal por las que se crearon las Sefirot fue para proporcionar una escalera para ascender a los más altos niveles espirituales.*

**Moisés Cordovero**

Vamos a exponer las diez Sefirot tal como funcionan dentro del Universo de Yetzirá (es decir, en su percepción psicológica y no en su percepción cosmogónica). Recordemos que las Sefirot actúan cosmogómicamente en los Universos de Atzilut/Emanación (donde nacen) y en el de Briá/Creación (donde aparecen dentro del orden espacio/temporal). En el universo de Yetzirá/Formación (es donde las dimensiones actúan dentro de nuestra estructura humana).

Las Sefirot en su funcionamiento “psicológico” son:

### 1. Keter (la Corona)

Es la dimensión más alta, y la más compleja para ser explicada conceptualmente. Keter significa la “Corona”, ¿Quién tiene la Corona? Solamente Dios es el poseedor de la “Corona”. Entonces, ¿El hombre tiene acceso a este nivel divino? La respuesta resulta paradójica, ya que simultáneamente es, un sí y un no. ¿Cómo es posible no acceder y acceder al mismo tiempo? Keter representa la extracción de todas mis potencialidades ocultas, y el interrogante que nos hacemos es: ¿No tengo siempre mayores potencialidades ocultas que no he aún extraído desde mi interioridad? Siendo Keter el arquetipo indefinible, donde todos los arquetipos no funcionan porque allí se encuentra la máxima aspiración ideal de mi Yo. En Keter se encuentra la “Verdad”, ¿Y quién puede conocer la Verdad? ¿Quién puede conocer la Torá en términos absolutos? Si todos nos encontramos en “Daat” (El conocimiento), Keter es el conocimiento unificado de toda mi realidad psíquica en su conjunto. En Keter me he vaciado de mi subjetividad para acceder a los universos superiores de Briá y de Atzilut, porque no puedo conocer nada si yo soy algo, entonces debo auto-comprenderme como parte de la “Gran Nada” (Ein Sof) del Infinito para así destruir mi subjetividad en los niveles superiores y entonces sí acceder a Keter, porque a Keter no puedo acceder sintiéndome un sujeto (Tiferet). Si deseo acceder al deseo infinito entonces debo renunciar a mi auto-restricción constante (que puede llevar a la auto-culpabilidad) derivada de mi finitud. Debo aceptar mi “finitud” y aceptar que a través de mi “finitud” solamente puedo acceder al Daat (Conocimiento), pero para acceder a Keter exclusivamente lo tengo que hacer aniquilando mi finitud en términos mentales, y entonces al ser parte del Ein Sof entonces puedo conectar mi vacío interior con el vacío interior cosmogónico del Ein Sof. Mi centro del Yo se encuentra en el Universo de Yetzirá, pero ahora voy a dar un salto cualitativo entre mi Yo como centro y mi Yo como “nada”. A pesar de que no podré renunciar físicamente al mundo inferior (universos de Yetzirá y Asiá), si puedo comprender un grado superior a mi propia subjetividad. No estamos haciendo referencia a un pensamiento lateral desde otro ángulo espacio/temporal, sino desde la “Eternidad” donde no existe ya ningún condicionamiento subjetivo a la liberación de mis energías.

La pregunta en Keter es ¿Quién realmente ha llegado? Nadie ha llegado a ningún lugar porque en realidad no existe “el lugar”. Y cuando uno asume que camina sin llegar y que trabaja no por los resultados sino por el placer del esfuerzo para aumentar los niveles de conciencia, porque avanzamos sobre el Ein Sof para simplemente captar en mayor medida la Luz divina y así extraemos todas las potencialidades subjetivas de nuestra interioridad con el objetivo de ampliar un Kli (recipiente). Sabemos que nadie ha llegado a ninguna parte porque se llega al No-Lugar. El disfrute constante de mi voluntad al absorber los niveles superiores de la Luz del Ein Sof puede verse afectado cuando los límites de mi propia subjetividad operan y me distorsionan automáticamente la realidad cósmica tal cual es.

En mi Keter psíquico es cuando me encuentro simultáneamente en el Daat cosmogónico que percibe algo del Keter cosmogónico del Adam Kadmon. Encerrados en los niveles más bajos de los universos inferiores podemos percibir los niveles de la Eternidad. Mi limitación como fragmento del Ein Sof no me lleva a la frustración, y tampoco a la aceptación simple de la realidad, sino por el contrario, mi limitación me lleva a comprender que en los niveles más altos de mi conciencia puedo acceder a una comprensión “Eterna” de la realidad, porque mientras me mantenga percibiendo el orden espacio/temporal siempre estaré en posición inmanente, en cambio, cuando percibo la realidad desde la “Eternidad” entonces es cuando percibo la trascendencia. Keter no significa simplemente que he vencido psicológicamente a la muerte física, sino que en realidad no existe muerte física porque todo es energía. Y que si la conciencia general más allá de mi subjetividad continúa existiendo, entonces la misma “conciencia es trascendencia”. Solamente la existencia material (física) es inmanente, en cambio, las energías reales que operan en los universos superiores y que se encuentran ocultas detrás de los universos inferiores son todas “trascendentes”, porque son conscientes de su estado de “Eternidad”. No hemos llegado a Keter, porque la sensación de haber llegado es propia de la conciencia finita, en cambio el Infinito nunca llega a ninguna parte porque allí no existe ni el espacio ni el tiempo. Porque el Yo no tiene que ir hacia ninguna parte para ser Yo, el Yo es Yo en cada sitio que el Yo ocupa, porque si el Yo se subordina al lugar que ocupa, deja de ser un sujeto para convertirse en un objeto determinado siempre por su situación espacio/temporal. El Yo debe pasar de su conciencia histórica a una conciencia atemporal de eternidad.

Si te preguntas, ¿Has llegado a Keter? Y respondes que no has llegado, entonces misteriosamente se produce la última paradoja existencial, y entonces has llegado. Pero si respondes que has llegado, en realidad paradójicamente no has llegado a ningún lado. Por lo tanto, si crees haber llegado en el orden espacio/temporal no has llegado en el orden de la trascendencia y se sientes que nunca llegarás al Ein Sof, entonces misteriosamente te encuentras en Keter, porque la sensación de “nunca-llegar” te extrae de tu interioridad todas las potencialidades.

En Keter no hay avance ni hay retroceso, todo es avance, pero un avance hacia el Ein Sof, un avance que nunca termina, porque el sentido de la existencia del ser humano se encuentra en llevar el Daat (Conocimiento) a su máximo nivel (a Keter), por ese motivo, algunos cabalistas denominan a Daat como el Keter caído. Si has llegado a la sensación de ser feliz a pesar de no llegar nunca, entonces te encuentras en Keter, pero si has llegado a la sensación de ser infeliz por no llegar nunca es que opera tu mente en el orden espacio/temporal y no en el orden de la eternidad.

Toda la infelicidad se deriva de los aspectos finitos de la conciencia que se desarrollan dentro del orden espacio/temporal, en cambio, la felicidad real se deriva del aspecto infinito del ascenso constante de la conciencia<sup>48</sup>. Aunque algunos puedan pensar que la intensidad existencial es equivalente

---

48 En mi obra anterior *Sod 22: el Secreto* [Buenos Aires], 2011, p. 247, sobre esta dimensión explico lo siguiente: “La virtud en el nivel de Keter es el reconocimiento de que nos encontramos viviendo un proceso continuo para avanzar hacia la energía infinita, para avanzar en el camino de conocer las partes no manifestadas de Keter. Somos limitados estructuralmente y lo debemos reconocer en Keter, pero a pesar de ello, tenemos la fuerza de nuestra voluntad que se desarrolla con el objetivo de intentar descubrir toda la información posible. Nos encontramos dentro de un proceso de crecimiento al infinito y, aunque sabemos que no llegaremos nunca al control de la verdad divina absoluta, alcanzaremos el sentido de nuestra propia vida”.

a la escasez de tiempo material en esta realidad, el misticismo judío entiende que el sentido de la existencia es intrínseco a la misma existencia y no tiene relación directa con la limitación espacio/temporal.

En definitiva, en un orden hipotético de eternidad física, el ser humano podrá encontrar un sentido esencial independiente de los niveles de escasez temporal. En la “eternidad material” de la existencia el sentido de la vida se independizará de la escasez.

## 2. Jojmá (la Sabiduría)

La sabiduría es el nivel de conciencia más alto que podemos alcanzar, dado que ya hemos visto nuestra imposibilidad de llegar a Keter. Sin embargo, podemos decir que es posible acceder a la Jojmá y superarla. Hay un antiguo refrán de los grandes cabalistas que dice que quien llega a una dimensión llega a todas. Esto encierra un gran asunto. No se accede a la Jojmá como una escalera desde las más bajas dimensiones, sino que se puede acceder en forma directa. Por ejemplo, existen (y han existido personas sabias a lo largo de la historia) que no han pasado por la Biná (El Entendimiento). Vamos a intentar explicar la naturaleza de la sabiduría, la sabiduría puede captar el conocimiento sin pasar por la conceptualización rígida de nuestras estructuras mentales. En la Jojmá psicológica existe todo el campo de las simbolizaciones, es un área metafísica pero que contacta con las estructuras simbólicas generales. Algunos cabalistas lo asocian con el inconsciente colectivo junguiano, aunque entiendo que la Jojmá psicológica es un campo más extenso que dicho concepto. Dentro de la tradición judía aunque existe la palabra “Sabio” (Jajam) se utilizan dos palabras “Talmid jajam” (Aprendiz de Sabio). El verdadero sabio en el misticismo judío es quien nunca se considera a sí mismo como sabio. Si la Sabiduría absoluta se encuentra en el Ein Sof, ¿Cómo un ser humano limitado puede pretender ser “Sabio”? La categoría del “Sabio” puede constituir un tipo de idolatría encubierta. Nadie es “Sabio”, porque dentro de la finitud todos somos aprendices de Sabio. (Ni al Ein Sof lo podemos denominar como “Sabio” porque en realidad lo limitamos conceptualmente) ¿Quién alcanza la Sabiduría? Jojmá, para algunos cabalistas designa el “Koaj Ma” (la fuerza de la pregunta). Es aprendiz de Sabio el que constantemente se interroga. Quien se interroga sobre su condición subjetiva no puede ser cerrado, no puede ser dogmático, justamente el Aprendiz de Sabio jamás puede ser dogmático. El dogmático no puede ingresar en la Jojmá, simplemente porque no ha resuelto el aspecto negativo de la Biná (Klipá de la Biná). El dogmático ha construido una zona de seguridad idolátrica. En cambio, el aprendiz de Sabio ha renunciado a toda soberbia subjetiva y a toda subjetividad para admitir sus propios límites. (¿Cómo es posible que un pequeño fragmento del Ein Sof pueda ser soberbio?, probablemente como compensación a su desesperación finita estructural derivada de su no-aceptación de tal estado).

La Jojmá es la dimensión donde “unificamos” constantemente la realidad y nuestra conciencia. En la “Sabiduría” podemos percibir las dos caras y las millones de caras de toda la realidad. Todo el trabajo existencial es destruir las contradicciones, pero no destruirlas a partir del enfrentamiento, sino a partir de la fusión esencial. En “Jojmá” el mal ha sido derrotado en la percepción porque sabemos que el “Bien y el mal” como decían los antiguos mekubalim tienen un origen común. Si todo el “Mal” que recibimos lo podemos transformar en Bien y si podemos captar el Mal oculto detrás de todo Bien entonces hemos ingresado en la Jojmá. No existe ni Bien ni Mal, sino una raíz común. “El Mal es el bien situado en forma incorrecta” decía Yosef de Gikatilla (alumno de Abraham Abulafia).

El arquetipo que se corresponde a la Jojmá es el del Padre (Adam). El Padre que tiene la energía de fecundar, pero que si no encuentra el sitio adecuado (la Madre-Biná) entonces puede perder energías que no se materializan. El problema del aprendiz de Sabio en Jojmá es que puede perder la organización conceptual y llegar así a la locura sino es consciente de su ser finito y debe siempre regresar a su finitud estructural. Quien no se auto-limita en la expansión de la Sabiduría se puede autodestruir. La autodestrucción en la Jojmá se puede producir (como los dos hijos de Aarón) por la excesiva luz

divina. ¿Es necesario captar toda la Luz divina? Es un residuo de orgullo imaginar que podemos captar más energía de la que estamos capacitados. ¿Por qué motivo el aprendiz de Sabio se puede volver “Loco”? Porque el “Loco” pretende captar la realidad superior anticipadamente sin entrenamiento. Por lo tanto, el aprendiz de Sabio conoce sus límites y a partir de este conocimiento de su finitud trabaja para seguir adelante. El aprendiz de Sabio (El Talmid jajam) conoce la naturaleza de la luz divina y así como es posible ser destruido por la “Oscuridad” así también la luz infinita puede destruirnos. Ahora bien, no es responsabilidad de la Luz infinita nuestra destrucción, sino la incapacidad de reconocer nuestros propios límites.

Cuando el “aprendiz de Sabio” reconoce sus limitaciones automáticamente está reconociendo el carácter absoluto del Ein Sof, o dicho en términos inversos, cuando reconocemos la supremacía del Ein Sof entonces se adquiere la categoría de aprendiz de Sabio, y nuevamente se produce la paradoja de esta dimensión, cuando un aprendiz de Sabio se cree Sabio no es ni aprendiz de Sabio, y cuando un aprendiz de Sabio no se cree ni aprendiz de Sabio entonces logra llegar a la Sabiduría. Por lo que, cada vez, que un sujeto cree que llegó a experimentar dicha dimensión, entonces no experimentó nada. Por ese motivo, el verdadero aprendiz de Sabio trabaja más para ocultar que para revelar. Ya que cada vez que revela entonces avanza hacia una luz de la que debe ser consciente de poder soportar. Y es justamente por el nivel de lo que oculta por lo que se le revela.

Quiera Dios que todos los que avanzan en el conocimiento no se pierdan en el camino hacia el Ein Sof. Para no perdernos en el camino del Padre (Jojmá) debemos siempre llamar a la Madre (Biná).

### 3. La Biná (el Entendimiento)

Decimos que la Biná es la madre de las formas. El “Útero” simboliza la primera forma de contención de la energía que va a trascender en otros seres humanos. Pero el “Útero es la Tumba”, ya que todo lo que nace con formas va modificando sus formas dentro de la realidad de la existencia. Se dice dentro del misticismo judío que la “forma es la fuerza organizada”. Es decir, que la forma establece los límites de las energías que provienen de la Jojmá. La Biná (como la Madre arquetípica) organiza conceptualmente toda la realidad. Es allí donde se dan las formas que contienen la información. La Biná crea “sistemas cerrados” de pensamiento, para poder captar algo de la realidad compleja. La complejidad de la realidad se encuentra en la Jojmá, donde se establece una relación directa con la realidad, pero la “Mente” (a través de la Biná) es la conciencia mediadora entre mi Yo y la existencia. La Biná es la dimensión que escinde la realidad, es la que establece las diferencias, y dentro de sus formas, absolutiza los límites. Es la primera dimensión de los límites mentales que organizan toda la realidad. Entonces grandes fragmentos de la realidad se pueden incorporar a la mente humana a través de las formas, pero en lo oculto (en la Jojmá) sabemos que todas las formas están intrínsecamente enlazadas, y que este entrelazamiento carece de toda forma (en la Jojmá). Sin embargo, cada palabra, cada objeto, cada sujeto, es percibido bajo la idea del límite. Cada fragmento de la realidad se encuentra definido a partir de sus propios límites. El límite entonces crea una nueva paradoja, comprendemos la realidad a partir de las formas que esencialmente poseen límites, pero terminamos de no comprender la realidad en su conjunto porque seccionamos la realidad a partir de dichos límites. Los límites pues, me aseguran la existencia de las “formas”, pero las “formas” pueden crear una realidad espacio/temporal imaginaria, cuando nos encerramos dentro de sus fronteras. Como dice Wilber “cada frontera es una línea de batalla”. Los límites de las formas nos otorgan seguridad conceptual (y podríamos decir, que los límites de los símbolos nos otorgan también la misma seguridad). Lo que buscamos en el arquetipo de la Madre (la Biná) es la seguridad, intentamos todas las explicaciones posibles que nos otorgan seguridad. Es por esa razón, que las formas con sus limitaciones son tan importantes para desarrollar nuestra capacidad cognitiva. Sin embargo, a medida que vamos construyendo más formas y por ende, mas límites

construimos zonas de seguridad que se pueden transformar en dogmas sin lograr la percepción de la interconexión que nos otorga la Sabiduría. Mientras que la Sabiduría (Jojmá) nos libera de las limitaciones de las formas, el Entendimiento (Biná) nos introduce en el mundo de las formas para poder captar la realidad desde nuestra finitud. Siendo además nosotros mismos (sujetos) una forma objetiva dentro de esta realidad material. Las formas son realidades en la dimensión de la Biná, pero no existen en la dimensión de la Jojmá. Por ese motivo, la Biná siendo la Madre de todas las formas, es el origen de las siete dimensiones inferiores (y las 49 puertas de la Biná). Biná (como dice el sabio cabalista Eduardo Madirolas) “es el aspecto receptivo y femenino del intelecto divino”. Aunque podemos agregar que toda dimensión tiene un aspecto femenino porque Jojmá siendo masculina con relación a la Biná, es femenina respecto a Keter y Keter es femenina respecto al Ein Sof o en el caso del Keter psicológico con relación a los universos superiores. De todos modos, estamos completamente de acuerdo con Madirolas (2005) que Biná es la primera fuerza de contracción básica de la realidad, y que puede ser considerada la dimensión donde operan las energías de la limitación femenina. El psicólogo trabaja profundamente la Biná porque debe conceptualizar en forma constante, pero cuidado si se dogmatiza dentro de un sistema conceptual de “verdades supuestamente absolutas” (dogmatismo) porque de ese modo estaría operando dentro de la Biná en su aspecto negativo.

Entonces comenzamos a idolatrar las zonas de seguridad conceptuales que hemos creado a partir de la rigidez de las formas. El “Útero” contiene pero a su vez debe ser flexible. La energía expansiva de la Jojmá debe flexibilizar las formas de la Biná, para que la Biná (Entendimiento) pueda captar niveles más elevados de comprensión. Los límites no deben construirse entonces para cerrarnos de la realidad general, sino deben crear espacios de control que nos permitan, llegado el momento, destruir dichos límites como obsoletos para alcanzar mayores grados de conciencia. Las “formas” deben poseer una energía interna de mantenimiento de dichas formas, sin embargo, si las energías de sostén de la forma se van modificando, también cambian las formas. Todas las formas dependen absolutamente de los límites, y los límites dependen de nuestras percepciones internas de seguridad.

No son entonces los límites conceptuales objetivos sino que son el resultado de nuestras percepciones de seguridad materna las que operan en este arquetipo. La Biná separa y diferencia con el fin de organizar la realidad a nivel mental, este es el objetivo de esta dimensión. Aquí podemos trabajar en el mundo de la letra hebrea Bet (la dualidad, el dos), y es aquí donde existe la Luz y la Oscuridad. En Jojmá conocemos el origen común, y es en la Biná donde la paradoja y las contradicciones aparecen como irresolubles. En Biná existen las aporías mientras que en la Jojmá se trabaja sobre la constante unificación intrínseca de la realidad. En Biná todo se divide, todo se clasifica, en Biná existen las culturas, los pueblos, los objetos diferentes, los colores diferentes, los sujetos diferentes, las religiones, etc. Todo lo diferente es producto de las formas.

Las formas nos hacen pensar conceptualmente, detienen el flujo de energía de la Jojmá y lo canalizan. Como dice Madirolas (2005): “Pues así como no existe forma sin fuerza, ésta, sin la forma, es invisible, incognoscible e inútil, una nada vacía y estéril”. Todas las formas son reales en la dimensión de la Biná, y todas son energías sin formas en la dimensión de la Jojmá. Todas las fragmentaciones se pueden percibir dentro del mundo de las formas (Biná). Todas las clasificaciones existen dentro de este mundo de la diferenciación. La propia existencia subjetiva al distanciarse de la existencia general genera una escisión básica en la percepción de la realidad. Solamente puedo acceder de la Biná a la Jojmá cuando mi Yo se desintegra dentro de las energías generales, y más allá de las formas conceptuales. En Biná, toda la realidad la comprendemos dentro del orden espacio/temporal, en cambio, para trabajar dentro de nuestra Jojmá debemos percibir el orden de la Eternidad. La Biná psicológica se encuentra en una posición de reflejo de la Biná cosmogónica (el Universo de Briá) y en cambio, la Jojmá psicológica se encuentra en una posición de reflejo de la Jojmá cosmogónica (el Universo de Atzilut).

#### 4. Daat (el Conocimiento)

En realidad, no debemos situar esta energía aquí porque el Daat (El Conocimiento) se encuentra detrás de todas las dimensiones. Todas las dimensiones se conocen a través de la elevación de nuestro Conocimiento.

Debemos decir que Daat se puede definir de varios modos. El primer modo, es la unión de la Jojmá y la Biná. Cuando la energía sin formas se une a las formas entonces aparece el Conocimiento. Por ese motivo, el texto bíblico dirá que Adán conoció a Java (Eva), porque la energía conoció la forma y entonces se pudo revelar dentro del orden de la manifestación. Otro modo para definir el Daat, es comprender que el Conocimiento no es teórico, sino la unión entre Biná (la Madre arquetípica) y Maljut (la Hija arquetípica). Esta segunda unión es clave, porque Maljut que representa la materialidad más densa se debe unir con el Entendimiento mental. Maljut en este caso representa la experiencia de lo material y el “Conocimiento derivado de la experiencia práctica”. Por lo tanto, no existe dentro del misticismo judío un conocimiento teórico en contradicción al conocimiento práctico. Todo el Conocimiento (Daat) es teórico-práctico, porque la teoría y la práctica son dos elementos aparentemente contradictorios desde la percepción de la Biná, pero desde la percepción de unificación de la Jojmá son elementos esencialmente unidos. Por ese motivo, llamamos Daat superior a la unión de la Jojmá y la Biná, y Daat inferior a la conexión de las dos dimensiones superiores con la materialidad de Maljut.

El “Daat” (Conocimiento) representa un problema filosófico profundo en el texto de la Torá, porque en realidad la transgresión mítica original se produjo a partir de comer del Árbol del Conocimiento del bien y del Mal. Sin embargo, cuando hacemos referencia al Etz Ha Daat (Árbol del Conocimiento) nos situamos en el Daat cosmogónico del Árbol de la Vida general, y no del Árbol de la Vida psicológico del universo de Yetzirá. Nuestra psique se desarrolla dentro del universo de Yetzirá, y por ese motivo, nuestro Daat a pesar de que se llegue a elevar al Keter psicológico no nos libera de las ataduras del universo de Yetzirá. Es el Daat cosmogónico (más allá del universo de Yetzirá) quien nos eleva desde nuestro Keter psicológico al campo cosmogónico donde nuestra psique deja de ser el centro de observación de la realidad. Todo el Universo de Yetzirá se encuentra bajo el dominio del Árbol del conocimiento del Bien y del Mal, debido a que nos encontramos debajo del universo de Briá que es el creador del Tiempo y del Espacio. La conciencia del Tiempo y del Espacio, nos lleva a la conciencia de finitud (muerte física).

Las energías operativas dentro de la Jojmá psicológica son intuitivas y las energías operativas dentro de la Biná psicológica son racionales, de modo que en Daat hacen confluencia ambas. Daat es considerado como el Keter psicológico que ha caído a un nivel inferior. Daat une por debajo lo que Keter une por arriba. El equilibrio entre las energías masculinas y las energías femeninas es la clave de la existencia del Daat. Si creemos que las energías del “Dar” son superiores entonces no comprendemos que se “Da cuando alguien recibe”, y que todo “Dar” (de la Jojmá) se revela cuando algo recibe (en la Biná). Daat es entonces el equilibrio y unión de lo masculino y lo femenino, entre la unificación y la diferenciación, entre la Alef y la Bet, es el núcleo de comprensión no solamente de la paradoja dentro de la Jojmá, sino también de el sostén y oscilación (que estudiaremos más adelante) entre la unidad absoluta del sistema (Jojmá) y de las formas existentes como percibimos la realidad (Biná). Daat (el conocimiento) conoce en todas las dimensiones. Daat es la energía de interconexión de todas las realidades dimensionales. El símbolo es la sangre que fluye por todo el cuerpo. Daat se asocia a Dam (sangre en hebreo). Si no fluye la sangre no llega la información necesaria a los diferentes miembros. Daat se relaciona también con la letra Dalet (cuarta letra del alfabeto hebreo) que proviene del término Delet (puerta). El Conocimiento es la puerta de acceso a Keter. Es por ese motivo, que decimos que la “redención” proviene del conocimiento (no por la fe asociada a la ignorancia). Cuando “conozco” ejerzo el Daat y abro así las puertas a mis dimensiones superiores.

## 5. Jesed (la Misericordia)

“El mundo está construido con Jesed” así comienza el Salmo 89:3. El nivel emocional comienza con esta dimensión. Tenemos tanto para “Dar” que puede sobrepasar nuestra estructura. Por lo tanto, debemos saber en primer lugar que existe el Jesed en el lado de la abundancia de la luz divina que se restringe. La misericordia está conectada con la sabiduría. Es más, podríamos decir que la “misericordia” es la sabiduría dentro del ámbito emocional. Se debe aplicar la misericordia tanto a los demás como a uno mismo. Esta es la energía básica de la misericordia. Uno está diseñado para hacer el “Bien”, porque el máximo bien que tiene es su propia existencia física, la posibilidad de materializar las energías ocultas. La existencia material es la oportunidad de revelar las energías más altas del Ein Sof dentro de los niveles de densidad más bajos de la materialidad. La primera “Misericordia” que hemos recibido es la “Gracia de la existencia”. Hemos sido llamados a esta existencia por la misericordia del Ein Sof, y este nivel de misericordia no puede ser imitado de ningún modo en el campo de la finitud siendo una misericordia de grado superior. En esta dimensión existe el “Perdón”, no puedo vivir con la carga de la culpabilidad de la conciencia. La “Conciencia” también debe ser liberada de sus propias auto-exigencias. Si me culpo de todo entonces se produce una caída brutal de mi autoestima, pero si me absuelvo de todo, no soy responsable de nada de lo que hago. La verdadera misericordia me perdona pero no anula mi responsabilidad. Tengo miles de oportunidades, aunque miles de oportunidades de mi existencia las haya perdido, siempre existe la posibilidad de recuperarlas, esta dimensión es la energía de la Teshuvá, del retorno a la esencia bondadosa. El “Arrepentimiento” es una gracia divina que todos llevamos dentro. La culpa no debe existir como carga sino como elemento de responsabilidad (ya veremos la dimensión de Guevurá, que restringe la misericordia). La Misericordia siempre nos otorga una nueva oportunidad de comenzar, y este retorno siempre nos lleva a auto-reforzar la autoestima. Si debemos imitar los atributos divinos, decimos que así como Dios es misericordioso, así debemos serlo nosotros. Por supuesto, que existe mi autocrítica y mi enjuiciamiento de conciencia, pero esto no me debe llevar a una culpa infinita que me haga insoportable mi existencia. La “Misericordia” no borra la transgresión pero la repara porque siendo el ser humano finito no puede cargar con la idea absoluta de una perfección imposible. Lo finito y fragmentario siendo incompleto transgrede por su naturaleza estructural (sin intencionalidad), y el misericordioso se absuelve después de reflexionar sobre su existencia. Obtiene responsabilidad para lograr su transformación pero no para cargar con una culpa indefinida que jamás lo repara. Si no existe la “Misericordia” todos como entes finitos seríamos constantemente culpables de algo debido a nuestra imperfección básica. La Misericordia me libera de mi sufrimiento interior, y libera a los demás de su sufrimiento. Comprender mi finitud fragmentaria es el elemento clave para comprender el objetivo central de la Misericordia. Me otorgaron el máximo Jesed posible y es darme la vida, pero a partir de allí ¿Cómo devolver a los otros el nivel de misericordia que nos han otorgado? El “Dar” sin una retribución es la marca de la Misericordia, pero Dar jamás olvidándose de uno mismo. Si uno “Da” más allá de sus posibilidades la mística judía advierte que podemos transgredir.

## 6. Guevurá (la Fortaleza)

No hubiera existido nada en la creación sin límites. El propio Ein Sof (Infinito) crea los primeros límites del vacío, y es entonces, que al crear dichos límites crea algo fuera de sí mismo (y dentro de sí mismo).

Por lo tanto, para otorgar Jesed tuvo que crear los límites estructurales de la Guevurá. El Ein Sof tuvo que auto-restringirse. Sólo lo infinito pudo contener infinitamente su energía y volverla finita. Pero cuando se auto-restringió creó los límites. Los límites son las bases fundamentales de toda la creación. No existe nada dentro de la manifestación dentro del vacío que no tenga límites. Es por ese

motivo, que nosotros nos hemos desarrollado dentro de esta existencia dentro de un sinfín de límites. Los límites de mi materialidad (mi cuerpo), los límites sociales (en mi relación con el entorno), los límites del lenguaje (y la posibilidad que siempre se escape el sentido último), los límites para ascender hacia el Ein Sof (para no destruirnos). Todo opera sobre la base de los límites de la estructura, y nosotros como estructura subjetiva debemos aprender dentro de nuestra existencia como funcionan estos límites, porque si logramos aprender cómo operan estas limitaciones entonces sabremos las formas de las transgresiones que son producto de una negativa relación con los elementos que limitan nuestra existencia.

En Guevurá adquiero la conciencia de los límites. Ni puedo dar en exceso, ni puedo recibir en exceso, ni puedo no dar por defecto ni puedo no recibir. Aquí aprendo los mecanismos de ajuste y corrección (Madirolas, 2005). Las fuerzas que operan en Guevurá son muchas veces destructivas porque imponen un mal para restablecer el equilibrio que se ha perdido. Quien no logra equilibrarse a sí mismo, entonces el mal aparece para reequilibrarnos. Si todas las formas tienen límites (y nuestra subjetividad es una forma mental) debemos reconocer cuales son y donde se encuentran. Esta dimensión se la denomina como “Din” (El juicio). El límite se impone aunque uno no quiera. El deseo debe ser canalizado a través del sistema predeterminado por los límites. La Guevurá (Fortaleza) aparece cuando operamos las energías que establecen los límites al Dar misericordioso, porque las energías dadoras del Jesed deben ser siempre canalizadas por las limitaciones. Ser conscientes de los límites no debe hacernos creer que no existe nada más allá de ellos. Sin embargo, la conciencia de los límites no es lineal, en el misticismo judío sabemos que cada dimensión posee sus propios límites de energía. Cada dimensión tiene su propia magnitud energética. Entonces no podemos operar con los mismos límites en todas las energías, y la sabiduría oculta se encuentra detrás de la energía de quien es verdaderamente “fuerte”, porque debemos situar los límites de acuerdo en relación al tipo de energía con la que estamos operando. Guevurá representa la manifestación de la Torá exterior, que divide lo puro y lo impuro, mientras en Jesed todo el Dar es puro porque existen límites más extensos.

En la “Fortaleza” también encontramos el “Poder”. Si no tuviéramos un cierto poder no podríamos marcar las fronteras. Si Biná representa los límites de las formas mentales, Guevurá representa los límites emocionales. Conozco como ponerles límites a los demás y como auto-limitarme. Si puedo limitar a los demás siempre lo tengo que hacer con misericordia. La Fortaleza y la Misericordia no son excluyentes, sino complementarias. Justamente cuando soy extremadamente misericordioso sin límites entonces me auto-destruyo. La Fortaleza del “Rigor” que me otorga la Guevurá es la que hace que pueda canalizar adecuadamente la Misericordia, no existe un equilibrio real de la misericordia sin los límites. Si soy más misericordioso con los demás que conmigo entonces no le he puesto límites a los demás, y si soy más misericordioso conmigo que con los demás no he me auto-impuesto límites a mi subjetividad. Así que la verdadera fortaleza paradójicamente aumenta la misericordia y la falsa regulación desequilibrada de no saber poner los límites termina por afectar los equilibrios necesarios del Jesed.

La buena exteriorización del Jesed proviene del nivel de límites que puedo lograr en Guevurá. Porque el verdadero “Poder” no es el ejercicio autoritario de la energía de Guevurá sino la posibilidad de limitar hasta el propio poder personal para canalizarlo de la forma más adecuada. Porque hasta los límites se deben limitar, ya que podemos idolatrar a los mismos límites transformando la canalización de la energía misericordiosa en una represión de la misericordia y una idolatría de la fuerza de imposición de los límites. Aceptar mi finitud estructural es aceptar los límites de mi propia subjetividad. Uno puede llegar (con su esfuerzo personal) hasta donde los límites le advierten de no transgredir. Limitar una energía específica en una dimensión determinada no implica que la energía excesiva no sea utilizada sino que puede ser utilizada en las dimensiones que requieren de mayor nivel energético. ¿Por qué motivo vamos a utilizar las energías mayores para las dimensiones inferiores? Las energías de mayor magnitud deben ser utilizadas en las dimensiones superiores, e ir analizando cada energía que vamos a utilizar de acuerdo a cada magnitud dimensional.

Cada vez que uno estudia las limitaciones estructurales puede intentar comprender en los niveles dimensionales superiores nuevas formas más expansivas, y al comprender estas formas más amplias entonces podemos operar sobre otro tipo de limitaciones. Muchas veces las limitaciones que percibimos no tienen relación con las formas limitadas existentes en la realidad objetiva, sino con las limitaciones subjetivas de nuestra percepción subjetiva. Debemos liberarnos de las limitaciones subjetivas para comprender las limitaciones objetivas. Por lo tanto, el sujeto de acuerdo a sus limitaciones (su ignorancia, falta de Daat) puede percibir límites que no son objetivos sino producto de su propia percepción. En definitiva, cada vez que ascendemos hacia Keter, debemos saber que aunque existen límites objetivos (porque nos encontramos dentro del vacío limitado), muchas veces no avanzamos dentro del Daat (Conocimiento) por nuestras limitaciones subjetivas anticipadas. Por lo tanto, no es lo mismo, operar sobre los límites dimensionales objetivos que auto-imponerse limitaciones subjetivas anticipadas que reprimen a las energías expansivas que son las que nos deben llevar a los límites objetivos naturales de una dimensión determinada.

## 7. Tiferet (la Belleza)

Esta es la dimensión de la interioridad. Nosotros la denominamos como “el Yo interior”, frente a la dimensión de Yesod, a la que denominamos como el “Yo exterior”. Por ese motivo, la “Tiferet” representa la energía de la interiorización o de la introspección personal. Najmán de Bratzlav dice que la “verdad de uno muere con uno”. Este espacio privado es el ser interior incomunicable. Otras definiciones posibles sobre la Tiferet, es cuando decimos que logramos equilibrio en la coordinación de Jesed con Guevurá y es entonces cuando logramos alcanzar la “Tiferet”. ¿Qué es la belleza interior? ¿Eres bello en tu interioridad? ¿Realmente alcanzas a disfrutar de ti mismo? Si respondes afirmativamente que disfrutas con tu interioridad entonces decimos en el misticismo judío que has alcanzado la máxima virtud de la Tiferet, la paz interior. La palabra hebrea que define esta dimensión es “Shalom” (paz) palabra relacionada con “Shalem” (quien que se encuentra completo). Aquel que se encuentra completo tiene paz interior. Si no hay paz interior entonces no existe completitud. Por supuesto no debemos confundir la insatisfacción constante para elevarnos hacia el Ein Sof con el sentimiento de paz interior, porque uno vive insatisfecho para ascender mientras disfruta en forma simultánea de quién es.

El núcleo de la felicidad “trascendente” de la interioridad se encuentra dentro de esta dimensión. Es el “ser feliz en su interior” y la relación de no-dependencia de la felicidad de los acontecimientos exteriores. La no-dependencia de los acontecimientos exteriores de ningún modo produce una “apatía” con relación a la exterioridad del Yo, sino que se logra controlar que el Yo no caiga en la idolatría de la exterioridad. Por supuesto no podemos caer en la idolatría del propio Yo (la jactancia como transgresión de la Tiferet), porque sabemos que unas de las peores idolatrías es la auto-idolatría. Esta sería la desviación del Yo. La felicidad del Yo interior con sí mismo no implica el narcisismo del Yo. La interiorización del Yo produce la aceptación de las zonas oscuras que se deben corregir en forma permanente, pero esas zonas oscuras aceptadas dejan de ser oscuras, y entonces se logra el comienzo de la capacidad de corrección personal. El Yo en la Tiferet no es el Yo perfecto, porque el Yo perfecto no existe, es un Yo en movimiento constante hacia el Ein Sof. Cada movimiento del Yo hacia el Ein Sof produce indudablemente dificultades en el proceso de construcción del Yo, siendo el Keter psicológico el Yo ideal o la proyección de todas las energías potenciales del Yo hacia el Ein Sof.

Me gustaría explicar los arquetipos con los que el misticismo judío trabaja las tres dimensiones de la tríada emocional. En Jesed, el arquetipo es Abraham, porque se dice que el primer patriarca hebreo era un hombre muy misericordioso, y el arquetipo de Guevurá es Isaac, este segundo patriarca hebreo asumió con dignidad la posibilidad de ser sacrificado, y sabemos que no existía misericordia ninguna en este pedido divino, hasta que finalmente llegó la misericordia que detuvo dicho sacrificio. En Tife-

ret el arquetipo es el tercer patriarca Jacob. Ahora bien, Jacob heredaba la misericordia de su abuelo Abraham y el rigor de su padre Isaac. ¿Acaso el abuelo no debe ser misericordioso con el nieto y el Padre no debe ser riguroso? Cada uno de los arquetipos (Abraham e Isaac) cumple una función específica que tiene una influencia determinada sobre el arquetipo de la Tiferet (Jacob). Jacob en cuanto su rol de nieto debe ser misericordioso como su abuelo Abraham y en cuando a su rol de hijo debe aprender a ser riguroso como su padre Isaac. Sin embargo ¿Quién es realmente Jacob? Es simplemente un producto de la educación de sus padres y sus abuelos. Jacob desea saber quién es Jacob. Quizás en la primera etapa de la existencia Jacob asume la tradición, pero cuando Jacob se transforma porque conoce a Dios cara a cara, entonces ya no hereda la tradición de la creencia en Dios, sino que ahora lo conoce en forma directa. Cuando se cree que la existencia es lo que hemos heredado uno es Jacob, sin embargo, cuando uno experimenta por sí mismo la existencia, entonces Jacob se transforma en Israel.

La dimensión de la Tiferet es la única que posee dos arquetipos, el de Jacob y el de Israel, y ambos arquetipos sobre la misma personalidad física. Mi Tiferet es hija de Jesed y de Guevurá o mi Tiferet puede ser construida a partir de mi mirada hacia Keter. Jacob debe conquistar su propia Guevurá y su propio Jesed, entonces ya la herencia no le funciona, ahora funciona su propia experiencia personal, y es entonces cuando Jacob desde su interioridad se pregunta ¿Quién soy? Entonces realmente se transforma en Israel. Israel representa el arquetipo de la Tiferet cuando extrae sus potencialidades interiores para ascender hacia Keter. Cuando mi Tiferet recibe y acepta la herencia entonces no experimenta la existencia por sí misma, sino tal como los otros me han explicado que funciona, pero cuando es mi experiencia personal en Tiferet la que se eleva hacia Keter, entonces alcanzo realmente mi verdadero Daat (mi auto-conocimiento), y así elevo la Tiferet a la posición en que se encuentra Daat y si Daat (ya sabemos) es el Keter caído, entonces alcanzo a través de mi auto-conocimiento mi Keter subjetivo (Daat).

Al aceptar quien soy, comienza el inicio de mi liberación interior, porque ya no cargo con las culpas de mi finitud sino con la responsabilidad de mi propia autoconstrucción. ¿Cómo se responde entonces la pregunta sobre quién soy? En primer lugar, no existe situación estática en el orden espacio/temporal, ya que todo es dinámico, soy el que estoy siendo. Entonces, ¿Quién estoy siendo dentro del proceso de construcción permanente? Si Tiferet mira hacia Keter (en forma ascendente) entonces la pregunta es ¿Quién quiero ser? Pero si la Tiferet mira hacia Maljut/Yesod (en forma descendente) entonces la pregunta cambia y se formula como ¿Qué ven los demás que soy? Y uno puede percibir que mi Yo en cada nivel es completamente diferente, porque mi Yo percibido en la materialidad del exterior no coincide con mi autopercepción personal dentro la Tiferet. ¿Cuánto de mi Yo interior se puede manifestar en la exterioridad social?

Dentro del misticismo judío decimos que cada nivel tiene algún reflejo de la luz del nivel superior, así que indudablemente algo de lo que soy en el nivel de la Tiferet se terminará de reflejar en las dimensiones inferiores, pero jamás en la totalidad de mi Yo interior.

Cuando me siento completo (Shalem) con mi Yo, entonces es cuando no percibo las insatisfacciones como obstáculos sino como potencialidades. Porque si las insatisfacciones se convierten en elementos negativos es que tengo una baja autoestima en mi Tiferet, porque cargo con la culpabilidad al Yo de sus imperfecciones estructurales. Debo aceptar las imperfecciones humanas como constantes desafíos a un progreso permanente de mi nivel de consciencia. La imperfección derivada de mi finitud no puedo cargarla como “culpa”, sino la debo percibir como una oportunidad de crecimiento mesiánico constante hacia los niveles más elevados.

El perfeccionista se carga de una culpa permanente y esto nos conduce inevitablemente a un gran problema del Yo, el creerse dicho Yo un Ein Sof en sí mismo. El perfeccionista siempre carga con una baja autoestima, al pretender ser el Ein Sof absoluto, y al no poseer la conciencia de su finitud entonces siempre se percibe en un grado mayor de inferioridad del que realmente se encuentra. Cuando un sujeto logra la paz interior es que tiene su autoestima en equilibrio. Una autoestima en equilibrio es fundamental para concentrar luego todas las energías psíquicas en elevarme en los niveles de cons-

ciencia, en cambio, una autoestima baja o demasiado alta nos extraen energías importantes que se desgastan en la entropía del Yo.

Si la autoestima es muy elevada podemos caer en la jactancia y si la autoestima es muy baja podemos siempre percibirnos en la descalificación constante de nuestro Yo.

En la psicología del misticismo judío decimos que el Yo interior debe ser estimulado por la educación exterior para subir a Keter, y al mismo tiempo para reconocer los errores de la imperfección estructural de nuestra finitud para que el Yo en Tiferet comprenda que jamás va a llegar a Keter, pero que siempre tiene las posibilidades de auto-superación constante que nos impulsa a continuar el ascenso espiritual.

Cuando el sujeto acepta su imperfección y dentro de los límites de su imperfección acepta simultáneamente las potencialidades ocultas que existen (a pesar de su imperfección) entonces alcanza la paz interior de la Tiferet. Para aceptar su estado de imperfección necesita del Jesed (misericordia) y para ascender de su Tiferet imperfecto y limitado hacia el Keter debe organizarse con cierta disciplina desde Guevurá (La Fortaleza). Tiferet representa la energía del ascenso a Keter a pesar de nuestras imperfecciones producto de nuestra propia estructura predeterminada.

## 8. Netzaj (la Victoria)

Esta es la dimensión de la exteriorización de las emociones. Lo que comúnmente denominamos como “lenguaje emocional”, el arte, la música, la danza, etc. Netzaj es la dimensión de la “Victoria”, ¿la victoria sobre qué? La única victoria que tenemos es la victoria sobre la mediocridad. Uno debe ser uno mismo, y en Netzaj existe el campo de la creatividad. El Yo interior de la “Tiferet” desea exteriorizarse y entonces se exterioriza o se manifiesta en el lenguaje emocional (donde se encuentra el abrazo, un beso, la caricia, la mirada, etc.) ¿Cómo describir conceptualmente el sentimiento? Imposible, sin embargo, los símbolos son expresables en Netzaj. La victoria de que nuestro Yo interior se exteriorice con todo lo que tiene a su alcance. Dice el gran cabalista Ione Szalay (1966-2014) (Z”L):

Netzaj está asociada, en el plano del alma, con el poder de vencer aquellos obstáculos que se encuentran en el camino de la realización de las propias aspiraciones, de Jesed.<sup>49</sup>

Para que las emociones no se desborden debo tener un cierto tipo de lenguaje emocional específico que me permita canalizarlas. Es por esa razón, que el arte aspira a comunicar lo que conceptualmente no se puede comunicar. Las sensaciones interiores del artista que se encuentra en su soledad dentro de la Tiferet tienden a manifestarse de algún modo y es allí donde se logra la victoria sobre las limitaciones estructurales de nuestro Yo. A pesar de los límites de nuestro Yo interior para salir al exterior, tenemos muchas opciones en Netzaj de manifestarnos exteriormente. Si todo me lo guardo para mí mismo dentro de la Tiferet entonces mi interiorización en vez de producir mi auto-conocimiento, genera mi implosión. Puedo explotar por dentro si no tengo unas vías de exteriorización de mis emociones interiores.

El introvertido puede tener un problema en Netzaj, porque a pesar de que trabaja su introspección, esta se puede volver paradójicamente un desequilibrio sino logra algún tipo de exteriorización<sup>50</sup>.

---

<sup>49</sup> Ione Szalay: *Kabalah y Árbol de la Vida: el mapa de la liberación* [Buenos Aires: Kier], 2005, p. 140. Tuve el privilegio de conocer a Ione Szalay en su visita a Barcelona del año 2013. En agosto de 2014 visite su tumba en la ciudad de Buenos Aires.

<sup>50</sup> Quiero dejar constancia de la diferencia conceptual entre la introversión y la introspección. La introversión puede ser un resultado de la percepción del sujeto de una amenaza exterior al Yo, en cambio, el proceso de introspección se produce cuando utilizamos la introversión y la extroversión en una forma de constante oscilación. Si la “introversión” es una consecuencia de la amenaza exterior, entonces decimos que la introversión prueba un desequilibrio en el sujeto, sin

Netzaj representa la exteriorización del lenguaje emocional. En realidad, las cuatro dimensiones inferiores a Tiferet son las energías de manifestación. Netzaj manifiesta el Yo interior por el lenguaje emocional, Hod manifiesta el Yo interior por el lenguaje estructurado, Yesod manifiesta el Yo interior por el lenguaje sexual, y finalmente Maljut manifiesta el Yo por todas las acciones materiales de mi realidad corporal. Siendo Netzaj la primera forma de manifestación, es energéticamente la más potente de las cuatro anteriormente citadas. En esta dimensión podemos percibir dos etapas, el reconocimiento de nuestros sentimientos y su necesidad de exteriorizarlos. En Tiferet logramos el reconocimiento de nuestros sentimientos, pero si no empleamos Netzaj, el solo reconocimiento no implica necesariamente su exteriorización. Pero el reconocimiento del sentimiento es una forma de exteriorización para mí mismo, sin embargo, debo proyectar mis sentimientos como “creaciones” hacia el exterior de mi subjetividad. Toda creación refleja en cierto modo al creador de dicha creación. Y aunque los sentimientos internos del creador (Tiferet) nunca podrán ser absolutamente expresados exteriormente, es necesario descargar hacia el exterior las proyecciones emocionales interiores. Netzaj representa un tipo de descarga de las energías que se acumulan en mi interioridad. Es la primera forma de exteriorización que tenemos cuando nacemos al campo físico.

## 9. Hod (la Gloria)

Hod representa el lenguaje estructurado. Es la dimensión de la conceptualización en acción. Decimos “conceptualización en acción” para diferenciarla de la Biná que es la conceptualización mental. En Hod buscamos “la verdad” dentro del discurso racional, cuando en realidad nos debemos preguntar ¿Qué verdad? ¿Hay verdad en las palabras limitadas dentro de la finitud humana? Sabemos que la única verdad real y eterna se encuentra en el Ein Sof, entonces nos preguntamos ¿Qué verdad se puede percibir dentro del mundo de la fragmentación? El concepto puro que va descendiendo desde la Biná cada vez posee menos luz, las miles de interpretaciones subjetivas de cada Tiferet borran la pureza esencial del mensaje que lleva la palabra. Y entonces el concepto que venía para ayudarnos a comprender la realidad, justamente nos distancia de la realidad. Y entonces entre nosotros y la realidad se interpone el mundo conceptual, que siendo un intermediario minimiza la luz. Como dice Madirolas (2005) “La ilusión de Hod es elevar este orden lógico a la categoría de absoluto, es decir, la ilusión de que todo sigue un orden que puede ser explicado. La luz de la razón proyecta la ilusión de la razón”. Hod es el mundo de seguridad que cree en los conceptos en su calidad de formas axiomáticas. La única posibilidad real que tenemos en Hod es la honestidad, aunque no pueda acceder a lo esencial del concepto, si puedo coordinar sobre un mismo eje, el pensamiento (Biná), el sentimiento interior (Tiferet) y la acción material (Maljut). La confianza en la palabra dada es la clave ética de Hod, por más, que sabemos que existen miles de interpretaciones subjetivas de los conceptos, lo que sí sabemos es si un concepto refleja del modo más cercano posible la realidad. Porque un grave problema de Hod es la intencionalidad de la mentira. Este es el mayor desequilibrio de esta dimensión. Por supuesto sabemos que toda esta realidad inferior condicionada por el Tiempo y el espacio es una mentira absoluta frente al Ein Sof, pero dentro del sistema del vacío esta realidad es verdadera. Por lo tanto, aunque el concepto pueda ser millones de veces interpretado a la luz de nuestra subjetividad, lo “honesto” es situar el concepto en el mismo eje que la realidad material. Es verdad, que nuestra ignorancia (como en la totalidad de las dimensiones) puede ser un obstáculo fundamental a la hora de comprender el concepto que estamos utilizando. Pero también sabemos, si la intencionalidad interior

---

embargo, si la introversión es producto de una oscilación constante con la extroversión, entonces sostiene un equilibrio importante dentro del proceso general de introspección. Por esa razón, la introspección aprende también de los diferentes grados de extroversión (Yesod) y de los diferentes grados de introversión (Tiferet). La introspección es el proceso de autoconocimiento interior donde necesitamos tanto de nuestros fenómenos interiores como de los fenómenos exteriores.

que tenemos al utilizar el concepto se encuentra en una posición coherente en relación con la realidad material. Si la intención es destruir al “Otro” entonces se pueden utilizar negativamente las energías de Hod. Por ejemplo, la difamación, el rumor, incluso si se propaga una información verdadera cuyo objetivo es destruir al “otro” entonces estamos utilizando en forma inadecuada este tipo de energía. Ahora bien, si logramos la “honestidad” de Hod, obtenemos una clave importante para nuestro auto-conocimiento en la Tiferet. ¿Cómo puede el Yo interior de la Tiferet trabajar su interiorización si no es honesto? No se puede ser deshonesto con los demás y honesto con uno. La honestidad es integral a la estructura subjetiva. Si logramos la honestidad conceptual de Hod (lo más cercano a la verdad subjetiva que tenemos) entonces el trabajo de auto-conocimiento personal se puede llevar hasta las máximas consecuencias, que es perder el miedo de reconocer el lado oscuro (en hebreo Yetzer Ha Ra, la tendencia al mal). Así lo explica el sabio cabalista Eduardo Madirolas (2005):

La honestidad es, por último, una virtud imprescindible para tener acceso al propio Tiferet. No hay verdadera introspección sin honestidad con uno mismo y esto es algo que hay que aprender: a analizarnos con verdad, a no mentirnos ni auto engañarnos sobre nuestras verdaderas motivaciones y sentimientos, a reconocer nuestra verdadera forma de ser, con virtudes y defectos, desmontando los mecanismos de defensa que hemos construido para evadirnos del dolor de ver claramente cómo somos y cómo hemos actuado en el pasado. El Ego siempre está buscando excusas y echar la culpa a otros o las circunstancias de lo que no le gusta de sí mismo. O bien busca apoyarse en teorías y razones que justifiquen ante sí y ante los demás su conducta. Esto no es compatible con Tiferet, que empieza por aceptar sin lamentaciones ni victimismo la verdad sobre el propio ser.<sup>51</sup>

## 10. Yesod (el Fundamento)

Antes de llegar a la dimensión de la materia (Maljut) tenemos que pasar por Yesod. Porque no llegamos a la materialidad si no unimos en primer lugar las energías de receptor (femeninas) y del dador (masculinas). Y esta unión se produce en la Yesod.

Yesod representa la energía sexual, y toda la sexualidad no es solitaria ya que desea al “Otro” para manifestar la unidad. El misticismo judío ha trabajado en forma muy intensa las simbologías de la copulación permanente entre lo masculino y lo femenino.

El receptor desea del Dador y viceversa. En Yesod se produce la unificación total de todas las energías que se van a materializar en el plano de la Maljut (Reino).

En el Árbol de la Vida de la tradición judía (a diferencia del utilizado por el espiritismo inglés y otros grupos ajenos a la tradición de la cábala) el último sendero finaliza entre las dimensiones de Yesod y Maljut. Es decir, si se encuentran símbolos del Árbol de la Vida donde los últimos tres senderos finalizan en Maljut, entonces este símbolo aunque se denomine con el mismo nombre de Árbol de la vida no pertenece a la tradición mística del judaísmo, y por lo tanto, estamos operando erróneamente la simbología.

Yesod representa la unión sexual, la energía unificada de los polos femenino y masculino de toda la realidad. El equilibrio entre el Dar y el Recibir que termina en el verbo “Compartir”, y cuando comparto creo otro ser humano. En Yesod encuentro lo que se denomina el Yo exterior (o el Ego en otras terminologías). El Yo exterior (lo que percibe la sociedad y lo que yo muestro a mi entorno) es diferente del Yo interior de la Tiferet. Los extrovertidos tienen su eje de identidad en la Yesod, pero cuidado que la utilización extrema de la Yesod nos puede conducir a una fuga de la interioridad del Yo a una exterioridad sin sentido. Entonces puedo utilizar la Yesod no para relacionarme con el entorno, sino para utilizar el entorno social como fuga de mi interioridad. Como no quiero auto conocerme y me evado de mí mismo entonces utilizo las relaciones sociales como sistemas de fuga del Yo interior.

51 Eduardo Madirolas: *El camino del Árbol de la Vida* [Madrid: Equipo Difusor del Libro], 2005, vol. II, p. 116.

El arquetipo de la psicología del misticismo judío que se utiliza es el de Yosef (José). Yosef durante gran parte de su vida tuvo que ocultar su condición de “semita” ante los ojos de la sociedad egipcia. En cierto modo, podríamos considerar a Yosef el primer criptojudío de la historia del pueblo de Israel. Su verdadera identidad interior (Tiferet) es que era israelita, sin embargo, gran parte de su existencia actuó como egipcio. Sostener la identidad de “egipcio” en Yosef era mantener una máscara social. El “Ego” de Yosef fue creciendo hasta que llegó a ser el segundo del Faraón. Yesod simboliza la energía del “Ego”. Una energía muy importante, porque el “Ego” al desear para sí mismo hace que trabaje para mi reconocimiento personal, y esta es una energía válida en el nivel de la Yesod. Sin embargo, si siempre vivo en el nivel egoico entonces no opero en todos los niveles dimensionales creando desequilibrios muy profundos en mi Yo y en mi entorno. El Yo exterior desea mostrarle algo a la sociedad que muchas veces no tiene relación con el Yo interior. Es más, lamentablemente el “Ego” se apodera de tal modo del sujeto que reduce las aspiraciones de ascenso espiritual. El “Yo interior” debe luchar contra el “Ego” y la herramienta del auto-conocimiento es fundamental. No debemos destruir el “Ego” que tiene su función en el nivel yesódico en el que se desarrolla sino canalizar su fuerza. El “Ego” me permite tener la suficiente autoconfianza personal para ascender, sin embargo, si el “Ego” me otorga un nivel excesivo de autoconfianza puede provocar que el “Ego” reduzca al Yo interior, y que mi existencia se fundamente sobre lo que dicen y piensan los demás de mí. Cuando la interiorización de la crítica social es superior a mi autoconocimiento interior me encuentro con un problema serio, ya que ya no vivo para mi ascenso de conciencia sino para desgastar mis energías en toda la exterioridad. Si Yesod mira hacia arriba (hacia la Tiferet) entonces mi Yo exterior (El Ego) se pone al servicio de mi Yo interior, en cambio si la Yesod mira hacia abajo (hacia Maljut) entonces mi Yo exterior opera mostrando en forma permanente algo a los demás que en realidad no soy. En Yesod, mi Yo exterior (El Ego) puede engañar de tal modo al entorno que termina finalmente engañándonos a nosotros mismos. Cuando la Yesod mira a Tiferet decimos que el arquetipo de Yosef busca su identidad real (la israelita), pero si Yesod mira a Maljut, entonces Yesod busca el cargo real en la corte del faraón, no busca su identidad real, sino busca el reconocimiento material del exterior social. Es interesante que la pareja de Yosef fuera una egipcia, una hija del sacerdote pagano de On, es decir, la exterioridad total, en cambio, cuando educó a sus hijos (Efraím y Manases) lo hizo como israelitas. A su descendencia le entregó su verdadera identidad, a pesar del condicionamiento de todos los contactos sociales exteriores donde tenía que obligadamente mostrar una imagen distorsionada de su Yo interior.

## 11. Maljut (el Reino)

Maljut representa la más pura materialidad, la densidad de toda la energía. Este es un elemento clave de toda la tradición judía. La acción práctica en la materialidad. La importancia de los hechos. No solamente pensar, no solamente sentir, sino lograr la materialización del Reino de los Cielos aquí en la Tierra. El misticismo judío no es pura metafísica, sino que en Maljut demuestra lo “conductual”. La realidad material representa el desafío de la práctica. Debo llevar las teorías y los pensamientos (de la Biná), la sabiduría (de la Jojmá), todas las emociones de la tríada intermedia (Jesed, Guevurá y Tiferet), a través de las dimensiones inferiores hasta la acción transformadora de la materia. La “acción material” es fundamental. No hay Keter (no hay Corona) si no hay Maljut (si no hay Reino).

Tengo que aceptar el grado de divinidad que existe dentro de la materia (Shejiná). No puedo considerar a la materia como mala por sí misma, ya que ninguna energía dimensional es mala en sí, sino que cada energía es lo que es, lo que la transforma en negativa es el uso que realizamos de ella. Las transgresiones en la materia, son el materialismo y el espiritualismo (que no significa espiritualidad). El materialismo es creer que la materia es la única realidad existente, como si las energías ocultas que operan detrás de la realidad material no existieran. ¿Cómo se puede pesar y valorar materialmente la amistad? Imposible. El materialismo al reducirnos a la materia nos distorsiona la percepción de toda

la realidad. Aceptamos la materia como una realidad objetiva, pero debemos sospechar de llevar al exceso el grado de su utilidad, no sea cosa que idolatremos la materia como un Dios en sí mismo.

Maljut representa la dimensión de las necesidades corporales (materiales), el comer, el beber, etc. Pero no debemos confundir las necesidades materiales de Maljut con los deseos materiales más allá de dichas necesidades. Lamentablemente nuestra sociedad actual ha realizado una mezcla entre las necesidades biológicas y los deseos materiales que no son estrictamente necesidades, y nos ha creado la ilusión de transformar muchos deseos materiales como verdaderas necesidades. Al crear esta confusión, muchos sujetos con la justificación real del sostén económico (satisfacción de las necesidades materiales) llevan sus deseos materialistas al extremo. Pero si la transgresión del materialismo es un problema real del ejercicio subjetivo de la percepción de la materialidad, el polo opuesto, es el espiritualismo radical donde al renunciar a la materia, lo que hacemos es negar las reales necesidades materiales de la existencia física, lo cual provoca una patología espiritual a la que podemos denominar como espiritualismo. El espiritualismo se fuga de la realidad material, considerándola como intrínsecamente negativa. Es decir, el espiritualista representa la contracara y la misma cara que el materialista.

El espiritualista niega Maljut por Keter, y entonces no comprende cómo funciona Keter en la materialidad, y el materialista niega Keter por Maljut y entonces no comprende cómo funciona Maljut. Si Maljut representa el realismo filosófico y Keter el idealismo más elevado (mesianismo), si Maljut es la pura inmanencia y Keter la pura trascendencia, la psicología del misticismo judío trabaja la compatibilidad y coordinación de la inmanencia y la trascendencia como dos caras de la misma realidad estructural. Una inmanencia materialista imposibilita la explicación de la realidad, y una trascendencia idealista desligada de la materia tampoco explica la realidad. ¿Cuál es el error de ambas tendencias? Absolutizar esta realidad fragmentaria del mundo inferior, cuando la única posibilidad de absolutización se encuentra fuera del vacío, en el Ein Sof. La absolutización (dogmatización) de una dimensión situándola en forma preeminente frente a las demás causa inexorablemente una distorsión total de la realidad.

La aceptación de la materialidad, la aceptación de la biología, (de la animalidad) es comprender como las energías más altas se pudieron comprimir en las formas más densas para traer luz. La materia puede causar por sus niveles de contracción muchos tipos de oscuridad, pero en la interioridad esencial de la materia (dentro de Maljut) existe la luz divina del nivel más alto del Or Ein Sof (la luz del Infinito).

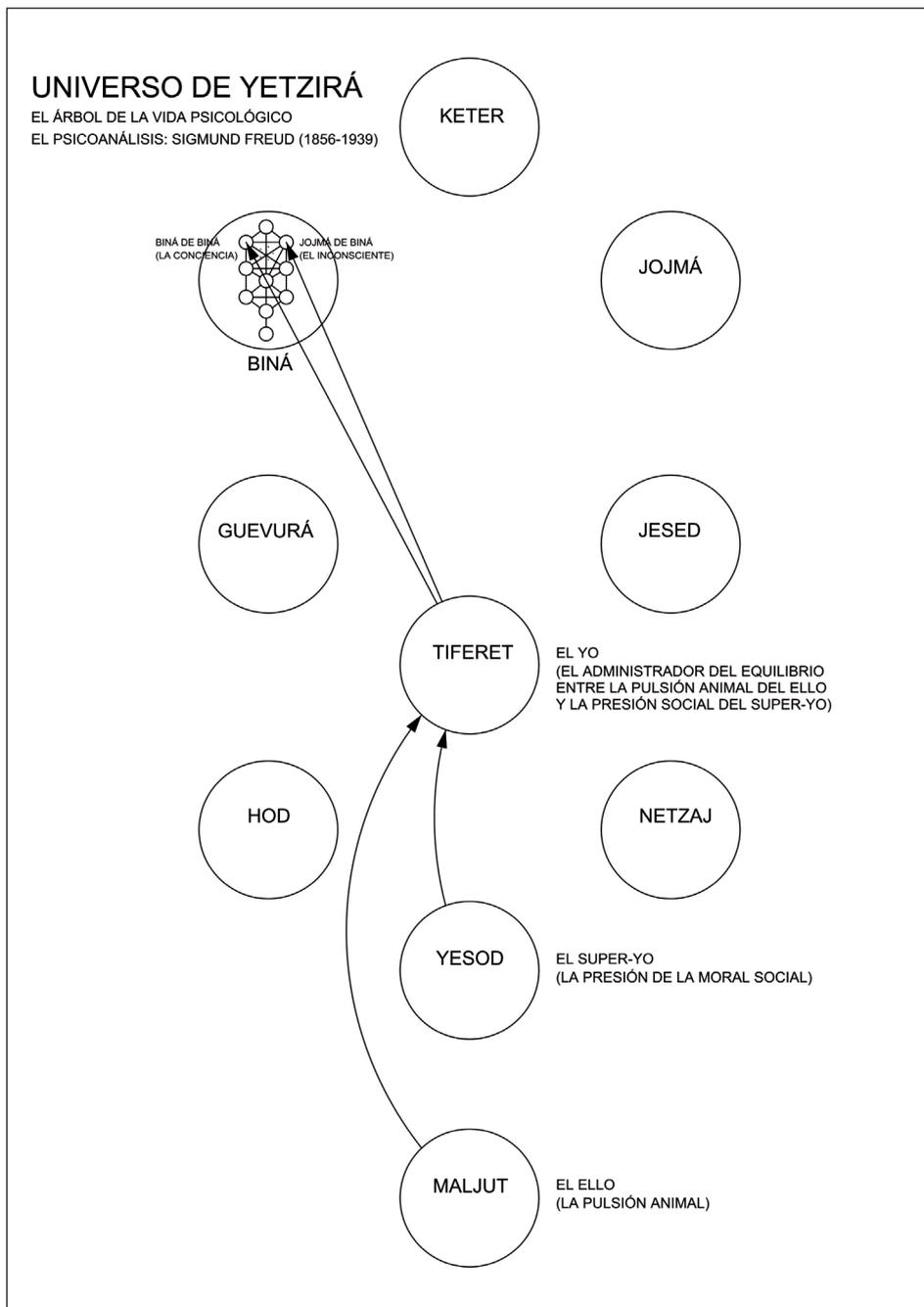
Por lo tanto, debemos satisfacer las necesidades biológicas (aceptación de la materia) y no huir de nuestras obligaciones en el campo material, y al mismo tiempo no obsesionarnos con la materia como si fuera la única realidad existente porque estaríamos negando la idolatría con el pensamiento, y entonces nos transformaríamos en idólatras por la actuación material. El materialista pues se transformaría en un falso monoteísta porque endiosaría los fragmentos del mundo material. Ni negación de la materia (por fuga) ni obsesión por la materia (por deseos descontrolados).

Porque tanto la pobreza material representa un problema en esta dimensión porque no se pueden satisfacer las necesidades materiales, así como la riqueza porque no se sabe cuál es el sentido de la materia. Y así dice el texto bíblico (Proverbios 30:7-9):

Sólo dos cosas te he pedido, oh Dios;  
 concédemelas antes de que muera:<sup>8</sup>  
 aleja de mí la falsedad y la mentira,  
 y no me hagas ni rico ni pobre;  
 dame sólo el pan necesario,<sup>9</sup>  
 porque si me sobra, podría renegar de ti  
 y decir que no te conozco;  
 y si me falta, podría robar  
 y ofender así tu divino nombre.

Ni la materia en exceso, ni la insatisfacción de las necesidades materiales básicas. Con la primera puedo cometer la idolatría de las formas materiales, con la segunda puedo violar todos los mandamientos con tal de sostener a mi familia. Porque si me sobra y si me falta puedo perder el equilibrio. Por ese motivo a quien le sobra debe pensar en quien le falta para que ninguno de los dos materialice una transgresión. Porque si me falta todo o lo pierdo todo maldeciré y me rebelaré como lo hizo Job y porque si me sobra todo o lo tengo todo, no comprenderé el sentido de la existencia como lo hizo el autor del Eclesiastés.

CUADRO 7



## ANEXO

# Informes de los alumnos

### 1. Alumno A.M.

Este es mi tercer curso de Kabala (K). Durante el primero, en el invierno de 2012, la K me ayudó a descubrir una realidad más profunda, una forma de ver y entender el mundo. Hay partes que reconocía, ya que las raíces cristianas son las mismas, pero la K va mucho más allá, y aprendí a ver el universo de otra forma, con el árbol de la vida.

El estudio de las Sefirot me fascinó, y me dio mucha luz para entenderme a mí misma y entender a los demás. Entendí mejor el concepto de equilibrio, y que se puede transgredir por defecto y por exceso.

Me gustó el concepto de incluir la materia en la visión del mundo, no negarla. En el cristianismo a veces parece que lo material, el cuerpo, sea un enemigo y no sea bueno. Aun sabiendo que esto no es así, estudiando el árbol de la vida entendí mejor que la materia es parte integral del universo y de la vida.

Lo mismo con la pulsión sexual, que se acepta y se integra en el árbol, y se respeta. Me gustó el concepto de elevación, de entender que nuestra vida consiste en intentar llegar hasta Keter, y eso es un camino de subida y bajada, de oscilación continua. Entendí mejor la inteligencia y sus peligros.

Me fascinó conocer un poco más la sabiduría, aunque me vi muy lejos de llegar a ella, intuí cuál era el camino: elevarse, no dejarse atrapar por las discusiones de la inteligencia, obtener mayor perspectiva.

Uno de los aspectos que más me han ayudado es todo el tema de Tiferet, el amor por sí mismo, el conocerse mejor, la introspección. Quizá porque ya estaba en este camino, los conceptos de la K me han ayudado enormemente. Me gustó saber que el Yo/Ego tiene una serie de capas que hay que ir quitando.

Concepto de dar sentido a tu vida, al movimiento inútil, energía gastada, etc. El concepto de lo femenino y lo masculino, de dar y recibir.

La importancia de la percepción, de los que creemos que vemos, que sabemos. La consciencia, el camino para elevarse. La honestidad radical con uno mismo. En resumen: me ha ayudado a conocerme a mí misma, a quererme más, a analizar mis desequilibrios y entender de dónde vienen.

Me ha ayudado a meditar para vivir de forma más consciente. Me ha hecho ver la infinitud de la sabiduría, y cuanto tengo por aprender. Me ha ayudado a entender el valor de lo material, de lo sexual, pero a la vez he aprendido a no depender de nada material.

Lo cierto es que al ser la K tan fuertemente intelectual, a veces es difícil entender cómo llevar ciertas cosas a la práctica. En mi caso, dado que todo lo intelectual me atrae, la K me ha ayudado mucho en ese plano, pero seguramente tendría que haber una forma de aplicarlo más en el día a día.

Hay cosas que sí que veo que hago: discuto menos, pues me doy cuenta de que cada uno tiene su punto de vista. Entiendo mejor a las personas, y cuáles son sus carencias, ya que veo las mías propias mejor.

### 2. Alumno L.P.

Siempre me han interesado los temas relacionados con la filosofía, la mística, la religión, por eso me acerqué a la cábala cuando se presentó la oportunidad. He descubierto que la cábala te enseña a buscar en tu esencia, y para eso, por un lado:

Te da herramientas como el Árbol de la Vida con sus dimensiones, su orden y su estructura que te facilita el conocimiento personal.

Pero por otro lado creo que es imprescindible saber hacer una introspección profunda para conocer y aceptar tus excesos, defectos, carencias y así mejorarlos y cambiarlos, y con ello mejorar la realidad, lo evidente y lo espiritual y sobre todo saber conectarla. A mi lo de la introspección me cuesta mucho y es una asignatura pendiente. En ello estoy. De momento he dado algún paso para mejorar en cuanto a ser más tolerante y a saber distanciarme de conflictos banales en los que antes estaba pendiente.

También creo que cuanto más capacidad crítica tienes, más dudas tienes y más cosas te cuestionas, con lo cual más te aíslas y eso es difícil de compaginar con la realidad del día a día. Como objetivo, lo que me gustaría alcanzar, sería a entender el trasfondo de la existencia, pero eso parece que resulta complicado!

L.P. Diciembre de 2014.

### **3. Alumno L.G.**

La primera frase que escuche en estas clases de Cábala que fue liberadora para mi fue “somos seres desequilibrados”, ya que para mi el tratar de lograr el “equilibrio “ ha sido algo a lo que le he invertido mucha energía en mi vida y paradójicamente esa búsqueda intensa me ha provocado desequilibrios. Ha sido liberador para mi el comprender que uno nunca logra el equilibrio total, buscarlo ya es suficiente.

El estudio de la Cábala me ha ayudado a ser consciente de algunas partes en mi que no veía, así como a cuestionarme quien soy en mi yo interno y que es verdaderamente importante para mi. El proceso de reconocer partes de mi que tenía ocultas, me ha llevado a cuestionarme el porque las desarrollé y la respuesta a esta interrogante me ha llevado a algunos cambios en mi vida como; trabajar menos horas, darle importancia a todo y no a unas cosas más que a otras y cuestionar mis prejuicios, entre otras.

La segunda frase de estas clases que ha tenido un gran impacto en mi es “que la crítica y el elogio no te afecten”. Me doy cuenta de que soy más vulnerable a la crítica de lo que quisiera y reflexionando en ese punto empecé a enfocarme más en mi yo interno (Tiferet ). El proceso para llegar a ese punto fue a través de la yoga. Visualizando el árbol dentro de mi, observe que donde había desarrollado lesiones leves era en el área de los hombros (Guevura y Jesed) y la forma de resolver eso en la yoga, es trabajando con el centro del cuerpo, que en la Cábala correspondería al área de Tiferet. Me di cuenta que en el momento en que conscientemente involucraba mi centro, automáticamente me ayudaba a balancear y relajar los hombros. Asimismo, el estar consciente de todas las partes de mi cuerpo en cada postura y observar como cada parte del cuerpo participa y tiene una función, mi practica de yoga fue cambiando a ser poco a poco más fluida y relajada. Ahora el reto consistía en aplicarlo en mi vida diaria. Para aplicar estos principios, empecé a poner más atención a las Sefirot; Guevura y Jesed, y me di cuenta de que tanto conmigo misma como con los demás, me cuesta trabajo establecer un equilibrio entre la severidad y la benevolencia. Por lo que siguiendo la experiencia en la práctica de yoga, empecé a conectarme más con mi yo interno para tener una guía más honesta conmigo misma de como y hacia donde moverme.

Derivado también de Guevura están los juicios y prejuicios que tengo y que han nublado mi entendimiento para ver ciertas situaciones y personas con más claridad. En este punto, entendí que hay que subir a Bina y Jojma para tratar de entender los pensamientos que están detrás de los prejuicios y abrirme a cambiarlos bajando a Maljut. De esta manera, a través de contactar a las personas o situaciones y entender su perspectiva con una mente más abierta, he podido transformar algunos de los juicios de los que me he percatado.

Para concluir, quiero agradecer el haber podido tener acceso a esta información expuesta de forma tan clara y práctica, que me ha ayudado a reflexionar sobre conceptos cruciales que espero poder seguir entendiendo y aplicando en mi vida, para que me conduzcan a obtener una mayor paz interna.

### **4. Alumno MCH.V.**

Primer registro escrito de mis cambios en la conducta a raíz del estudio y aplicación de la Cábala. Desde

que comencé a interesarme por la Cábala he venido experimentando cambios no sólo a nivel cognitivo e intelectual sino también de cambios de paradigmas.

No ha sido un proceso fácil el de conocerme a mi misma pero si muy deseado, he pasado por momentos de dolor porque abandonar ciertas conductas no me ha sido placentero, pero se que estoy en la senda que más llena mis expectativas en cuanto a tratar de acercarme a Dios a través de mi auto conocimiento, así como también de acercarme a la fuente verdadera de toda espiritualidad y de toda respuesta a las preguntas que yo pueda tener acerca de la creación y el propósito de mi existencia.

Me ha hecho una revolución interna y sé que aún me falta mucho por aprender y cambiar pero me encuentro feliz de estar en este camino de auto conocimiento y crecimiento espiritual y además dichosa de poder quizás servirle de algo a usted con mi testimonio. Le agradezco a Dios por su vida y por sus aportes a este tema.

Todo comenzó cuando de mi interior surgió la duda acerca decómo puedo llevar a cabo el versículo de “ama a tu prójimo como a ti mismo”, si yo realmente no me amaba. Me di cuenta que vivía para complacer y agradar a los demás para conseguir un poco de aprobación y reconocimiento. Eso no me satisfacía, siempre buscaba más. Empecé a pedirle a Dios..... “Enséñame a amarme, no me conozco Dios, no sé que cosas me gustan, no sé quien soy, recuerdo que también le dije: este versículo lo tengo que aplicar al revés, primero me voy a amar yo y luego entenderé como amar a mi prójimo. ¡AYÚDAME por favor” !Buscando y buscando, me encontré con la cábala. Yo vengo de un trasfondo religioso-cristiano y ahora me encuentro, como nos explicó usted, en el camino de la libertad espiritual. Sin cajas y rompiendo el control que ejercen las religiones sobre el pensamiento y la conducta.

Trataré de ser práctica en mi explicación, pero le confieso que aún me cuesta internalizar todos los conceptos de las 10 sefirots y relacionarlas automáticamente con las conductas tan acertadamente como lo hace usted.

A continuación explico mis cambios y espero que puedan fácilmente identificarse a que sefirots se refieren.

Uno de mis mayores problemas era la confusión entre amar y tener misericordia. Yo no tenía límites en dar, yo pensaba que mientras más daba, mejor persona era y mejor emulaba el carácter de un buen cristiano. Ahora entiendo que aun cuando la cualidad de Dios es el otorgamiento, sé que Él lo hace con precisión de acuerdo a la necesidad. Más yo movida por mi egoísmo me estaba consumiendo a mí misma y mi familia junto conmigo. Hasta que entendí la definición que usted nos ha dado en los cursos acerca de dar con límites y hasta donde se pueda. Empecé a decir que NO. A no involucrarme en miles de proyectos en la iglesia para ayudar. Y lo mejor es que la culpabilidad que sentía se ha ido disminuyendo.

Otro cambio ha sido el de romper con el efecto tan dramático que ocasionaba en mi el “que dirán”. Ahora puedo analizarlo. Puedo medir un poco mis respuestas y mis actitudes, obvio que no me he vuelto indiferente ni insensible pero estoy en la búsqueda de ese maravilloso equilibrio que tanto bien hace.

Mi alto nivel de sensibilidad ha mermado gracias a la adquisición del conocimiento de la Cábala y del proceso de descubrir quien soy y como hacer para esconderme y escudarme.

Ha sido una estupenda aventura el auto conocerme, me sigo dando cuenta de otras cualidades que carezco como el rigor y otras que tengo en exceso como el ser permisiva, cosa que ya estoy cambiando.

Algo que he adquirido como una práctica y cambio de paradigma es el reconocer que el mal es realmente un bien escondido, que no lo veo como algo que viene a hacer un daño sino todo lo contrario, viene para hacerme crecer y/o reflexionar. Veo el mal diferente ahora.

Otro cambio de paradigma ha sido el reconocer la materia como un instrumento para alcanzar la elevación de la conciencia y no un fin en si mismo. He aprendido a verla como una ayuda para lograr mi crecimiento, eso me ha restado preocupaciones y me he relajado un poco más, mi enfoque es diferente ahora, antes sabía que era más importante lo espiritual que lo material, pero ahora lo experimento gracias a que he comprendido a través de la cábala que la materia es sólo un medio para elevarnos y crecer y no la meta.

Otros de los cambios importantes es “que estoy consciente de lo que me está pasando”. He adquirido responsabilidad por mis decisiones, por tener conciencia de que formo parte integral de un mundo cosmogónico, ahora me cuido más de mis actitudes y mis pensamientos.

Bueno, sé que este es un camino infinito de cambios y aprendizaje y que seguramente si en algunos meses vuelvo a hacer un análisis de mis cambios, me voy a encontrar con nuevas sorpresas y con una Michelinla diferente que la de hoy. Y esto es lo maravilloso de la Cábala, ¡ que uno nunca termina de aprender, porque siempre hay algo nuevo!

Bueno espero le sea de ayuda mi escrito y aprovecho la oportunidad para reiterarle mi agradecimiento por las clases y por su tiempo.

## 5. Alumno M. LL.

Llevo tres años estudiando Cábala y creo que no hay vidas suficientes para llegar a su pleno conocimiento, si puedo decir que me ha enseñado a sentirme mejor conmigo misma y que es una gran guía de Autococimiento. Me considero una persona inquieta, me gusta aprender, saber y que me enseñen, de todo y de todos puedes sacar algo nuevo o bello. La Cábala me ha hecho reflexionar mucho: si verdaderamente profundizas cada termino, cada definición, cada energía, es inmenso todo el conocimiento que adquieres. Me ha destruido principios: a lo que doy gracias porque es una pena como nos vamos formando con herencias que muchas veces hacen daño y otras, por lealtad, nos hacen sentir culpables si las apartamos.

Me ha transformado: y debo decir, porque así lo siento, me ha dado Libertad. No siento pena por todo lo abandonado sino un respeto inmenso, gracias a Todo y a Todos he podido llegar a lo que se me ofrece ahora: no tener miedo a verte como eres sino respetarte y aprender a quererte, tener plena Conciencia que la única responsable de tu Vida eres Tu misma, pero solo de tu vida nunca de la de los demás, que lo que vive, bueno o malo, es tu misión y lo que te ha tocado vivir para ti Crecimiento, respeto absoluto a tus Padres y Ancestros pues son parte de ti, adorar a tus Hijos porque son verdaderos lecciones de Vida y venerar la palabra Amor porque cada letra que la compone tiene una fuerza infinita para poder vivirmos. Me considero una persona racional, lo mental siempre ha predominado sobre mis emociones, No por ello me siento elevada en el Árbol de la Vida!! me gustaría llegar a poder saber subir como bajar pues creo que hay que aprender a saber donde estas y vivirte en todas las Sefirots pues todas son Sabias. Espero haber podido responder a tu petición pues si de algo me siento orgullosa es de todo lo que he aprendido contigo.

## 6. Alumno CH.A

Shalom Mario. Pidió que explicáramos cómo el estudio de la Cábala estaba afectando a nuestra vida, le envió un escrito que espero resuma, yo me pongo a escribir y no paro.

Hay una cosa que no estoy de acuerdo con usted, dijo que la pirámide de Maslow no era correcta porque había gente que sin tener dinero ni resuelto los niveles inferiores buscaban la espiritualidad. Bien, yo llevo metida en estos mundos espirituales, desde hace al menos 25 años, me he encontrado con personajes de todos los pelajes, le puedo afirmar con rotundidad porque el parámetro se repite inexorablemente que aquellas personas que sin tener resueltas sus necesidades básicas se dedican a la espiritualidad solo buscan un escape, un gesto mágico que les solucione sus problemas sin tener que tomar decisiones. Todos esperan que Dios, el Guru, el mantra, los ángeles, las velas...., les resuelva sus problemas en lugar de enfrentarse a ellos. Es una huida hacia delante, se visten de un misticismo cuando no se entienden con el marido o la mujer, problemas con los hijos, problemas con los trabajos, mienten, procuran sacar todo lo que pueden y cuando no lo consiguen acusan sin fundamento, es algo que veo una y otra vez, hace unos días lo he vuelto a constatar con al menos tres personas cercanas.

Usted hablaba de los pobres de India. Este tema se debatió con mi maestro , se preguntó sobre los Swamis que visten de naranja. Dijo, por regla general todos tienen carreras o una posición alta en la sociedad, son brahmines, es decir, la casta más alta, la que tiene la vida resuelta por herencia o por los propios medios, el siguiente paso en estas personas es dejarlo todo, porque no puedes renunciar a nada si no tienes nada, si no tengo casa, no puedo renunciar a una casa, si no tengo una cuenta en el banco, no puedo renunciar a la cuenta. Esta gente si renuncian a todo lo que tiene como punto final a su entrenamiento espiritual y tienen que confiar en Dios y en los siddhis desarrollados, parecen pobres, pero no lo son, porque han conseguido tal simbiosis con la Naturaleza que los provee de todo lo que necesitan. Mi maestro era profesor de Matemáticas en la Universidad de Delhi, estudió con maestros espirituales en busca de su centro, su maestro le ordenó dejarlo todo y venir a Europa y confiar en Dios, así lo hizo, hay que tener mucho valor y un gran entrenamiento para hacer eso, el cuida a su familia, nos enseña, a la par que crece. Es condición sine qua non tener la base resuelta para alcanzar los mas altos estados, dice, no puedes meditar profundamente si no has pagado el recibo de la luz. A mi me dijo, que siguiera con mi

madre, porque ese era mi entrenamiento, cuando terminara que fuera a verle, puedo asegurar que esto es un gimnasio mental y espiritual a toda costa y me dijo que aprovechara el tiempo y profundizara en mis tradiciones, me sugirió que estudiara la Biblia. Un ejemplo del nivel de este maestro. Estuvo enseñando el Gayatri Mantra, mientras miraba al sol fijamente a las cuatro de la tarde un mes de mayo durante 10 minutos, hay que dominar muy bien el propio cuerpo para no terminar ciego. Al finalizar dijo, todo se resume en conocerte para conocer a Dios, cuando lo encuentras todo es posible, es pura ciencia y nos enseña a como conseguirlo. India me da la intuición, la Cábala la razón. Por cierto me compré los libros de Cousins, ese hombre ha seguido el mismo itinerario que yo, incluso su maestro Muktananda es uno de mis maestros de India, ha hecho una fusión muy interesante con las dos tradiciones, espero que yo también lo consiga.

Sigo pensando que Maslow tiene razón.

Gracias por toda la ayuda que me permite completar mi puzzle.

## 7. Alumno P.S.LL.

Los cambios tras el estudio de la cábala han sido:

Mejor organización del dinero: Calcular los gastos necesarios y no dejarme influir tanto por el consumo, sin ser radical, es decir, dándome caprichos. Ante diversas alternativas de gasto, priorizar las que generan o mantienen puestos de trabajo y a ser posible, que se respeten los derechos de los trabajadores en la producción. Priorizar la compra en tiendas pequeñas donde una persona se gana la vida con su trabajo en lugar de grandes superficies donde predominar el acumular dinero. Repartir el dinero “que me sobra” a través de dar dinero a los pobres o encargar trabajos que sirvan para mi mejora personal o de mis posesiones o las de mis familiares (arreglos en la casa, limpieza, peluquería, etc). Dedicar cada día unos minutos a controlar mis inversiones. Mejor organización de la comida: Pensar en el proceso de elaboración: de donde procede, como se ha cultivado, etc. Intentar no comer más de lo necesario, mejorar el autocontrol. No tirar comida.

Mejor organización del tiempo: Distribuir el tiempo de acuerdo con mi escala de valores, priorizando el estudio sobre el entretenimiento (en este aspecto, el cambio ha sido muy notorio, de modo que casi se podría decir que el estudio es mi mayor entretenimiento).

Relaciones sociales: Valorar las personas en sus particularidades y diferencias aunque estén muy alejados de mis características o ideología (esto no es conseguido por completo). Aunque pueda parecer contradictorio con el punto anterior, me alejo de las personas egoístas. Realizo actividades que me motivan y evito en lo posible las que no me interesan (aunque me llamen rara). Si no se puede, por ejemplo reuniones familiares o cenas laborales, limito el tiempo a unas cuantas al mes y si hay más, me excuso con “mentiras piadosas”. Exijo de los demás mayor respeto. Cuando alguna persona se acerca con gran negatividad hacia mí, hago enormes esfuerzos para que no me contagie su negativismo. (Y particularmente, los pacientes que me ponen alguna reclamación, intento reconvertir la situación para que se sientan muy satisfechos por mi trato o trabajo. He observado que además, esto me entretiene y motiva)

Estado de ánimo: Mayor confianza en mí misma y en el azar o providencia. Mejor tolerancia ante las frustraciones. Disminución de los sentimientos de tristeza.

Espiritualidad: Cada mañana y cada noche me acuerdo de que soy una pequeña parte de un todo y doy gracias por estar viva. De vez en cuando me sorprende con pensamientos de este estilo: Voy a bajar a la otra realidad ahora que llego al trabajo, o que estoy en este sitio, etc. “has de hacerte la normal, como si te interesara” No encuentro unos zapatos que necesito y en lugar de desesperarme pienso: que suerte que pueda andar aunque no encuentre zapatos que me gusten.

Por contra, muchas cosas me parecen poco importantes y no les encuentro sentido: por ejemplo: las pautas que utilizamos para el trabajo psicoterapéutico con los pacientes. Como van a estar bien si no cultivan alguna espiritualidad? (y en mi trabajo esto no lo podemos decir). Este aspecto hace que no me acabe de sentir bien del todo en el trabajo.

En mi caso, los cambios también han sido potenciados por la masonería. Ya sabes el tema de pulir la piedra. No se me ocurre nada más, si me acuerdo de algún otro punto, te lo hago saber.

## 8. Alumno H.R.

Lo que la cábala me ha cambiado: Para empezar he de confesar que no se si es muy presuntuoso de mi parte creer que he llegado a un nivel de cábala suficiente para poder comentar aquí lo que me ha influido....

Lo cierto es que la cábala no me ha cambiado sustancialmente pero si que siento que me ha hecho muy consciente tanto de mis actuaciones como de los que me rodean. Siempre he creido que cada uno hacemos lo mejor que sabemos en cada momento pero la cábala me ha ayudado a ir un poco más allá en el sentido de observar el porqué una persona elige una salida, respuesta o actuación en cada momento. Me ayuda a observar y entender que en el fondo todos seguimos una línea ( en el caso de la cábala una línea en el árbol de la vida).

La cábala te hace analizar cualquier trivialidad del día a día y a mí que una de mis pasiones ha sido siempre la observación nada más me faltaba ésto para darle más vueltas a todo!!!!!!!

La cábala me ha enseñado a aceptar las respuestas de los demás y asimilar que eso es lo que es y que no puedo yo cambiar nada. Las personas no se superan sino quieren (no suben en el árbol de la vida) por más que uno intente hacerles cambiar y que cada uno está donde quiere o donde puede estar en cada momento.

La cábala me da fuerza interior, seguridad. Mi capacidad de análisis es ahora mucho más estructurado. Me siento guiada, siento que mi análisis tiene ahora un porqué. Y sigo teniendo la misma sensación de antes; de que cuando indagas un poco en algún tema que te interesa, te adentras en un universo eterno de preguntas y ves lejano el fin de todas las respuestas. Es fabuloso plantearse tantas cuestiones y ver que no eres la única que le da vueltas a las cosas.

## 9. Alumno J.M.

Sobre los cambios a nivel d conducta y conocimiento observados. Creo que desearas la maxima concrecion.

A todos los niveles hay cambios a veces sutiles. Identificacion de posibles desequilibrios, tengo mas controlado el ego, identifico mejor i controlo parcialmente las multiples cascaras que ocultan mi Yo autentico, evito la soberbia como mal fundamental, me ha sido muy util en mis relaciones personales y de trabajo, el concepto de entrar a las personas por su faceta o dimension mejor, el que todos como creados por el Ein Sof, tenemos , aunque sea en una parte infinitesimal, algo de bueno.

El concepto de lo minimo que conocemos de la realidad, cambiar de panoramica de observacion, cambiar de paradigmas, cuestionarme siempre todo, , no detenerse, el movimiento siempre, todo ello me da la impresion de que aumenta mi nivel de conocimiento, aunque no quiera comparar, por encima de lo que observo en otras personas de mi edad.

Tenia y quizas aun tengo defectos en mi comunicacion por el lenguaje,quizas por un mecanismo de defensa ante una realidad que a veces no gusta, un exceso de sarcasmo, satiras, bromas, dado que mi lenguaje me moldea, evito en parte este exceso y especialmente en las cosas que considero importantes procuro la maxima precision.

Estoy mas receptivo a complementar el conocimiento racional con otros conicimientos, nivel onirico, intuitivo, aunque quizas por la edad no se aprecian con frecuencia. El alejamiento, no deseado, de algunas relaciones, por mis cambios a nivel de conocimiento, tendieron a darse, pero se han contrarrestado en la mayoría con el tiempo al seguir aumentando creo mi conocimiento.

A nivel espiritual, quiero tener confianza y por un gran respeto no puedo ni quiero especular sobre El Ein Sof, simplemente gracias a D6 y las 10 Mitzvot especialmente me permite un trabajo constante. Siento que estando en este lado, existe el otro del que procedo y volvere, noto una satisfaccion interior, apreciando mas lo que en este lado hay en todo, del otro, o sea noto algo ya necesario y que es que formo parte del todo.

He procurado ser concreto y naturalmente hay mas por matizar, pero si creo que existen cambios que no se hubieran dado de la misma manera.

Por todo ello mi profundo agradecimiento

## 10. Alumno L.Q.

Empecé el estudio de la cábala con Mario Sabán en enero de 2010. Mi interés por la cábala residía en una simple intuición respecto a las posibles claves que este estudio me pudiera aportar sobre los significados del relato bíblico, que representaba un verdadero misterio para mí desde la infancia. ¿Qué es lo que realmente nos quiere decir el Génesis? ¿O qué sentido tiene el éxodo de Egipto si no es histórico? Claro está, el estudio de la cábala no es una respuesta formal y concatenada a cuestiones como éstas, pero otorga la posibilidad de utilizar claves como la guematría y el estudio gnóstico (metafilológico) del hebreo como lengua edificada en el signo (en la cual el significante es parte del significado, o dicho de otro modo, el significado viene explicado por la morfología del significante) que, utilizados convenientemente, pueden aportar luz a dichas cuestiones. Lejos de tratarse de una tarea exclusivamente intelectual, el estudio de la cábala establece singulares pero de ningún modo extrañas conexiones y asociaciones de ideas que, inapelablemente, cambian el concepto que de innumerables cuestiones pueda tener el alumno.

La cosmogonía personal, las relaciones humanas, los defectos de personalidad y por supuesto, la visión de uno mismo se ven totalmente trastocadas cuando se estudian como categorías y en un sistema integral como es el Árbol de la Vida. La cosmogonía cabalística, enraizada en el concepto de la Unidad y la Unicidad del Todo, de la Causa Primera como principio necesario, y deconstruída por el imprescindible Tzim-Tzum (que explica la contracción del Infinito y creación del vacío) es una lógica que asombra al alumno hasta convertirse en una mudanza cerebral que imposibilita ver la realidad en su fragmentación y eleva el “Ex nihilo nihil” a certeza única. Los propios defectos, la ofensa y las bajas pasiones son alumbradas de pronto bajo una teoría de equilibrios entre las diferentes potencias que rigen nuestro hálito vital y que conectan nuestras capas de conexión entre cuerpo, alma y espíritu. El mal no es una fuerza sino un desequilibrio entre fuerzas; este axioma penetra el pensamiento del alumno y lo recoloca en un nuevo orden de vivencia. Ánimo, emoción, cuerpo y sentidos se distribuyen entonces con la misma exactitud con la que resolvemos una ecuación matemática. Todas las expresiones y los estados de ánimo que experimentamos en nuestras relaciones sociales tienen su raíz en el espejo, en la visión que tenemos de nosotros mismos.

El estudio del Árbol de la Vida redibuja el mapa de relaciones y establece un espejo doble entre sujetos: ya no se trata de dos personalidades distintas que buscan métodos de conveniencia, sino dos estructuras sefiróticas iguales pero diferentes en su actividad que pueden y deben encontrar las claves de disipación de la ilusión fragmentaria para hallar lo que tienen en común. Cuando alguien estudia, incluso como paciente, una disciplina de autoconocimiento a partir de categorías, los demás se vuelven transparentes; las palabras escogidas para la expresión de una opinión, el tono de la voz, el lenguaje corporal, las críticas, las quejas... todo se vuelve significativo para el que escucha y observa, y conforma un archivo experiencial que utilizará para sí mismo si tiene la humildad necesaria. Así como el conocimiento humano sufrió un giro total en el paso de una cosmogonía cóncava (suelo estático y cielo rodante) a una convexa (planeta orbitante en Espacio semi-estático), el estudio de la cábala aporta una inflexión más en el que el principio de relación micro-macro explica el vínculo entre lo cercano y lo desconocido, lo denso y lo sutil, y destruye de una vez por todas la noción de “alejamiento” del mundo material respecto del Ser.

El Árbol de la Vida puede ser visto también como el diagrama necesario para el entendimiento del símbolo, si no en su magnitud, al menos en ciertos matices de sus límites. De este modo, las áreas de la experiencia humana en su crisol (intelecto, sentimiento y sentidos) requieren de su fusión para la asunción de la realidad, pero solamente tras el análisis de dichas áreas comprendemos la relación que cumplimos con lo real, y dónde se hallan los desequilibrios que no permiten la impregnación de aquello real en lo propio. El poder del intelecto para solucionar desarreglos emocionales (o psicosomáticos) o, del mismo modo, la fuerza de la inflexión emotiva en la toma de conciencia no es una deducción exclusiva de la cábala, pero ésta ofrece un mapa exhaustivo de correlatividades que nos puede ser de gran ayuda para entender el funcionamiento integral del ser humano y, por ende, y aquí radica su singularidad, también del Cosmos en sus diversas capas, llamadas “mundos” (Olam), si bien en ese ámbito nuestra inteligencia se tenga que servir de símbolos, pues nos enfrentamos a diversos niveles de sutilidad.

## 11. Alumno A.B.

El cambio más notable que he advertido en estos primeros meses de estudio de la cábala es que mi campo de acción en materia de autoconocimiento se ha ampliado lo que ha incrementado mi sentido de la responsabilidad.

Para ilustrarlo voy a usar una metáfora que se inspira en unos versos de un poeta: éste se refiere a la existencia individual como si de una gran habitación se tratara y acto seguido añade que la mayoría de las personas aprenden sólo a conocer un rincón de esa habitación, un lugar bajo la ventana, una franja de luz por dónde pasean arriba y abajo.

Pues bien, se podría decir que cuando inicias el estudio de la cábala empiezas a ver la totalidad de esa habitación, un espacio que antes de alguna forma casi rozaba lo carcelario, y no sólo ese sitio si no todo el espacio circundante, la planta, el edificio, la manzana, el barrio, la ciudad donde se encuentra ubicada.

Atónita descubres cuartos que ni siquiera sabías que existían –tampoco te habías tomado la molestia en averiguarlo-, compruebas cómo otros se encuentran en mal estado porque los abandonaste, o bien lucen repletos de cosas inservibles o inauditas, con todo intuyes que seguramente habrá un ventanal con unas mejores vistas que las que tenías... En resumidas cuentas tomas conciencia de que has estado la mayor parte del tiempo habitando en una parte de la casa, en tu zona de confort, bajo esa estrecha franja de luz a la que se refiere el poeta. Entonces de repente te ves invadida por un sentimiento de gran responsabilidad y te dispones a hacer los arreglos necesarios para ocupar plenamente ese espacio que al fin y al cabo te pertenece, porque ese espacio ni más ni menos eres tú. Esta es mi experiencia.

## 12. Alumno M.LL.V.

Influencia de la cábala en la vida personal. Noviembre 2014.

Me está resultando un poco difícil hacer la reflexión sobre qué ha representado la cabalá en mi vida, por el hecho de que tuve mi primer contacto con ella cuando era muy joven, a los 16 o 17 años aproximadamente, y no puedo establecer un claro ‘antes’ y un claro ‘después’.

Hasta los 15 años fui educada en un colegio católico. Este hecho no implica per se que se tenga una gran conciencia religiosa pero a mí, ya de muy jovencita, me empezaron a interesar todo lo que tuviera que ver con la religión en general, lo paranormal, los ovnis, el ocultismo y la magia. Conocía la vida y hechos de Jesús por las clases en el colegio, pero había cosas concretas de su figura, así como en el Antiguo Testamento, que me planteaban unas cuantas preguntas: la repetición del número 40, el 70 veces 7, el que Moisés se quedara satisfecho con la respuesta de “Yo soy el que soy”, los ángeles subiendo y bajando por una escalera en el sueño de Jacob... Tenía un acusado instinto religioso pero con la mera fe no me bastaba, necesitaba saber el qué, el porqué y el cómo, la clave para entender qué quería decir el libro sagrado.

A partir de ahí fui ampliando el campo de mis intereses, y el hecho de que España en ese tiempo se abriera al mundo después de la muerte del dictador facilitó la entrada de abundante literatura sobre todos esos temas que me interesaban y que eran completamente nuevos para mí, y lo aproveché bien. Leí a los autores de la Sociedad Teosófica, la Golden Dawn, las obras de Eliphas Levi, Papus, Antonio Ribera o Juanjo Benítez, entre otros. A los 15 cayó en mis manos “Siddharta”, de Herman Hesse, que recuerdo me impresionó mucho porque lo sentí como algo muy cercano.

A los 16 o 17 años entré ya en contacto con las enseñanzas de esoterismo cristiano que impartía Kabaleb en su sección de la revista Garbo. Me decidí a seguir el curso por correspondencia y al poco me invitó a seguir sus clases en su domicilio particular, en donde nos reuníamos un pequeño grupo cada miércoles. El grupo se convirtió en la escuela y en ella empecé a conocer la astrología, la cabalá, las letras-fuerza hebraicas, los sefirot, los senderos, los cuatro niveles o mundos, los 72 genios, a aplicar la influencia del nombre Yod-He-Vav-He en cualquier situación, el tarot cabalístico, etc. De la mano de Kabaleb conocí la obra de Max Heindel, sobre todo su “Concepto Rosacruz del Cosmos”, que fue el primero que me dió una explicación coherente e inteligible sobre la Creación y el destino de la Humanidad.

En los encuentros de los miércoles se exponían experiencias del día a día o se formulaban preguntas que daba pie a la clase de Kabaleb, el cual nos mostraba cómo aplicar los conocimientos que íbamos adquiriendo a todos los hechos nuestra vida diaria y al funcionamiento de la sociedad. Kabaleb escribió

una obra magistral, “Curso de Interpretación Esotérica de los Evangelios”, que me hizo volver a la figura de Jesús y su obra bajo otra visión bien distinta, esta vez como rabino judío, como gran cabalista y como figura universal, mucho más profunda y totalmente alejada del Jesús cristiano bastante “plano” de las clases de religión.

A mediados de los 80 la vida empezó a tirar de mí. Me ví en la disyuntiva de seguir en la escuela o sumergirme en maljut y acabar la carrera y luchar por un trabajo (el país estaba otra vez en una grave crisis económica). Tenía por entonces veintipocos años. No sé si hice bien apartándome de la cabalá en ese momento, porque al menos hubiera tenido contacto con otras personas con mis mismas inquietudes, pero en ese momento ví necesario concentrar mis fuerzas en ganarme la vida. El hecho es que precisamente en esa etapa personal de lucha por la vida empezó la típica soledad que marca a los estudiantes de cábala, porque yo no acababa de encajar en los ambientes mundanos ni me interesaba por lo mismo que la demás gente. Yo creía que era un problema mío, que era rara; ahora sé que el motivo era otro.

Aparcada pues (parecía) la cabalá, pasados unos cuantos años y encontrándome interiormente bastante perdida, una experiencia que viví relacionada con Kabaleb, me hizo decirme: “mensaje recibido”, así que volví al redil, esta vez sola, sin maestro y a base de leer libros sobre cábala, sobre todo del recién descubierto Shimon Halevi. Empecé a leer sus libros, así como libros de cabalá tradicionales como el Sefer Yetzirá (versión A. Kaplan), el Bahir y el Zohar, y a repasar las lecciones de Kabaleb, aunque no tenía una línea clara a seguir. Lancé al cielo la petición de que me ayudara en ese sentido y me mantuve con mis lecturas a la espera.

Visto ahora, creo que mi “vuelta” a la cabalá se dió de la mano del destino solo cuando empecé a superar unos años de duras pruebas personales. Como comentó Mario en una clase reciente, mi alma tenía una lección que aprender pero yo estaba convencida de que la lección era la contraria y por ello mi vida estaba yendo por el camino erróneo (es curioso que el Dr. Edward Bach, el creador del sistema terapéutico floral, dice exactamente lo mismo en sus obras). Una serie de sueños que empezaron años atrás me dieron aviso, pero yo sólo pude comprender su mensaje después de pasar por una grave enfermedad de la cual, cuando se manifestó, supe que saldría bien gracias al último sueño que había tenido de la serie. Fue tras esa experiencia, que me obligó a hacer un parón en mi vida, iniciar un autoanálisis profundo y tomar la actitud correcta, que las circunstancias y las casualidades volvieron a guiar mis pasos hacia la cabalá -como diciendo: ya has pasado la prueba, puedes continuar-, primero a través del desarrollo de mi faceta de terapeuta, con el Reiki y las Flores de Bach y, posteriormente, a través de las clases de cábala.

Por todo lo explicado aquí se comprenderá que, habiendo empezado tan joven, considere que la cábala ha formado parte intrínseca de mi vida, incluso durante la etapa en que la dejé de lado. Veo ahora que los años de mi juventud sirvieron para que fuera adquiriendo información, de fuera para adentro, para obtener el tipo de respuestas que buscaba a mis preguntas y para colmar mi sed de saber más. La cábala me ha servido para regir mi actitud ante la vida todos estos años, obligándome a seguir unas normas internas; pero es ahora, en mi madurez, que su influencia ha aumentado en amplitud y profundidad: me permite analizar la realidad de dentro hacia afuera y encontrar las dimensiones causales subyacentes con una visión interior más clara. Me ha dado una fuerza -podría decir una fe con conocimiento de causa- que se ha manifestado en los momentos críticos, y me está abriendo la mente a un nivel más profundo de comprensión. Con los años, la cábala se ha convertido en mi mapa en el viaje hacia el autoconocimiento, en la consecución de mi tikún y en mi camino de vuelta al Creador, y está en la base de un modo ético de vida, con el convencimiento de que estamos en esta realidad solo de paso.

Espero que esta reflexión sirva para su fin.

### 13. Alumno D.K.

Me gustaría constatar con este informe lo que ha significado para mi estudiar el Cábala en estos últimos 2 años.

Llego a identificar 3 áreas de cambio: Un nuevo acercamiento a mi cultura por ser judía, una expansión de conciencia y crecimiento al nivel personal y un mayor entendimiento y aceptación de la naturaleza del funcionamiento de la interacción de las relaciones, los eventos y los demás elementos que componen la vida cotidiana.

Empecé mis estudios por curiosidad y me he quedado por fascinación. Estaba ya desde el año 2004

formándome en el Sistema de Diseño Humano. Este Sistema, con orígenes místicos, revela a cada persona su naturaleza, sus potencias y sus tendencias, con el fin de apoyar el auto conocimiento, y para ofrecer una estrategia para hacer decisiones y para vivir con más armonía personal. Se reclama aplicar los principios del Cábala, en conjuntos con otros sistemas de sabiduría antigua, como el I Ching y la Astrología, además de aplicar también conocimientos modernos como la física cuántica y la biogenética. Pero al intentar entender e investigar de qué manera usaba el Cábala, me encontré frustrada por la falta de explicación. Al final decidí acercarme yo misma al tema, y asistí a una clase de Cábala.

Desde septiembre de 2012 he estudiado con 4 maestros diferentes, y a pesar de no llevar un recorrido de estudios organizados, diría que me ha aportado beneficios más allá de lo que hubiera imaginado al principio. Ya estoy, además, satisfecha de poder haber constatado muchas conexiones entre el Cábala y el Sistema de Diseño Humano, así que siento que esta misión se ha cumplido.

A parte de ayudarme de entender mejor cómo funciona el Sistema de Diseño Humano, que siento que ya es mucho, he observado estos otros cambios en mi:

He hecho un acercamiento a mi cultura de origen, y creo que esto ha sido lo más sorprendente de los cambios. Nunca he sido una judía religiosa, y durante toda mi niñez esto era un punto de contención entre mi padre (un cohen y el único superviviente del holocausto de su familia) y yo, la menor de sus 3 hijas. A pesar de celebrar mi Bat Mitzvah a la insistencia de él, he llevado casi siempre una especie de estigma personal sobre ser judía. Este cambio comenzó gradualmente con mis estudios, pues me encontré por la 1ª vez en mi vida pensando que era algo especial tener una conexión con las letras hebreas, y poco a poco me he ido ampliando mis sentimientos hasta que ahora mismo (y casi no me lo puedo creer todavía) siento hasta un extraño orgullo por pertenecer a una tradición tan rica y fascinante. Por la 1ª vez durante mis 22 años en España he comentado en voz alta que soy judía, mientras antes no solamente no admitía que lo era, sino que incluso cuando me han preguntado sobre qué religión pertenecía, he insistido que no era religiosa y que no tenía ninguna religión. Esto me había hecho sentir culpable porque yo sabía que no era la verdad. También he tenido unos sueños muy significativos para mí que tenía que ver con mis padres, o con lo que había estado estudiando del Cábala aquel día, o con la religión, o sobre las letras hebreas, etc. -sobre todo en el último año. Creo que lo más impactante de todo es que he sentido que mi padre aprobaba de mí de una manera que nunca sentía mientras estaba vivo (falleció en el 2007 a los 87 años). Sé que me ha querido siempre pero pocas veces en mi vida he sentido esta aprobación de su parte, y esto me ha hecho 'recontemplar' toda la herencia de esta familia suya que nunca he conocido, todo lo que él habrá pasado en la guerra, qué era ser judía, etc. Ha sido un cambio muy marcado para mí, especialmente porque no lo anticipaba.

Luego, siento que he crecido y madurado como persona. Podría citar muchos ejemplos, pero en general lo resumo diciendo que ahora estoy más consciente de algunos hábitos que tengo, por no llamarlos defectos de carácter, que estorban llevar bien mis relaciones con los demás. Ahora estoy trabajando para cambiarlos. Me ha hecho darme cuenta de que estaba arrastrando desde hace muchos años unas actitudes que incluso tenían hasta matices autodestructivos, o por lo menos no beneficiosos. Estoy muy agradecida a esta nueva visión que tengo del nivel de importancia que debo y quiero poner sobre unos valores, como por ejemplo, el respeto para todos, el no-juzgar, la paciencia, y la humildad. No digo que he llegado ni que llegaré (¿a dónde?) pero por lo menos noto que tengo esta nueva visión, y puedo comprobar unos cambios en mi comportamiento, y en mis relaciones con la gente, motivados por ella.

Y por terminar, comento que estudiar el gran y complejo conjunto de información que hay en el Cábala - los 4 mundos, los 3 niveles del alma, el árbol de la vida, las emanaciones que son los 10 sephirot, los 22 senderos, y los demás conceptos - me ha llevado a un mayor entendimiento sobre la conexión que existe entre todo; las cosas, los seres, y la vida entera. Últimamente estoy más interesada en entender el tarot del Cábala, la guemetría de las palabras, el lenguaje hebreo y el significado de sus letras... casi todo lo que está relacionado con el Cábala me está interesando. Vivo las sincronías de un modo distinto, estoy más consciente de que todo lo que pasa es perfecto y divino - aunque no siempre a mi gusto, claro! Hasta que siento más presión de usar bien mi tiempo a la vez que siento menos estrés para 'cumplir y hacer' en el día a día, por darle un contexto. Estoy muy agradecida! Seguiré, por el momento. Y dejaré que el destino me guíe...

## 14. Alumno C.S. R.

En respuesta a la petición del Dr. Mario Sabán de solicitar a sus alumnos de cabalá, en vista a su próxima tesis doctoral, una opinión personal sobre la influencia en cómo han afectado las enseñanzas de esta disciplina en los cambios comportamentales y actitudinales ante la vida; me dispongo a escribir, con mucho agrado, estas líneas.

Con mucho agrado digo porque todo lo que implique reflexionar sinceramente sobre el sentido de la vida del ser humano; ya sea entre simples abuelillos de la residencia geriátrica, entre niños de la escuela, o entre amas de casa, o entre pastores de ganado, o entre renombrados profesores universitarios de tarima elevada; me llena de alegría y satisfacción personal porque todo ello es un paso más para que el hombre comprenda el sentido de su existencia y pueda convertirse en la criatura más digna de la creación.

Con mucho agrado también, porque es la respuesta de la amistad, de un amigo que solicita un favor y que mejor ayuda para él y para mí que el trato que acerca un poco más los corazones y la mente, del mismo modo que el ser humano hace para aproximarse un poco más en la comprensión de sí mismo.

El profesor me pidió que me centrara exclusivamente en cómo me habían afectado los conocimientos aprendidos en sus clases. Intentaré ceñirme a lo que él pide, pero no puedo por menos mencionar que sus clases de cábala son una gotita más en medio de otro montón de conocimientos previos provenientes de otras tradiciones: yoga, gnosis, budismo... Digo esto, porque puede haber muchos que llegan a la cábala por primera vez, sin haberse cuestionado antes de forma seria los temas trascendentales y psicológicos que en ella se tratan. Es obvio que para estas personas, las clases de cábala del Dr. Sabán son un despertar mucho más fuerte que para los que llevamos mucho tiempo investigando sobre estos temas. Además, son muchos los conocimientos de la cábala que también son tratados en esas otras tendencias que he estudiado con anterioridad.

Tal vez, y con esta trayectoria previa, no hubiese tenido necesidad de buscar algo más, pero realmente, siempre se pueden aprender cosas nuevas y es muy enriquecedor escuchar la experiencia de otros que han transitado caminos diferentes a los tuyos. Por esa motivación, y por el interés de profundizar culturalmente hablando en la tradición esotérica proveniente del judaísmo, decidí ampliar mis conocimientos con las clases del profesor Sabán.

Pero tengo que decir, que a nivel de cambio conductual, los conocimientos que hasta ahora llevo aprendidos con el profesor Sabán, no han producido cambios demasiado relevantes. Los métodos de cambio psicológico más potentes que he conocido hasta ahora los aprendí, como ya he dicho en esas tradiciones anteriores que he citado.

Sin embargo, la cábala del profesor Sabán me aporta una buena herramienta de análisis, y sobre todo, un excelente recurso lingüístico para hacerme expresar y entender mejor cuando quiero transmitir a otros mis experiencias en el campo de la espiritualidad. La herramienta simbólica del Árbol de la Vida, con todas sus interrelaciones internas, y en sus distintos niveles y grados de manifestación, me permite explicar, desde la cosa más mundana y simple, como la vida de un mosquito, hasta los misterios divinos más abstractos. Aun a sabiendas de que este lenguaje místico y simbólico, como todo lenguaje, siempre tiene sus limitaciones.

Pero según mi experiencia, y aunque analizar, reflexionar y comprender en el plano de la intelectualidad siempre son pasos previos para un cambio interno; el verdadero motor del cambio, el verdadero poder de transformación interno, radica en otra fuerza de naturaleza muy distinta a la intelectualidad y que se me hace harto difícil de explicar en un contexto universitario, donde se intenta atar todo según las medidas del intelecto más frío y calculador. El intelecto tiene sus límites y más si hablamos de una elevación intelectual.

Muchos son los que analizan su vida para reflexionar sobre sus conductas. Esto está bien, es un paso adelante. Esa reflexión es el darse cuenta previo a todo cambio interno. No estoy en contra de ello, pero sí me parece pobre, desde el punto de vista espiritual quedarse sólo ahí. Muchos que se analizan a sí mismos con gran profundidad luego se sorprenden porque a la hora de la verdad siguen siendo incapaces de cambiar, incapaces de vencer la entropía del hábito adquirido...

Considero que se necesita un tipo de fuerza, superior a la mente, que va más allá de la mente, una fuerza divina interior muy grande y que hay que vivirla para sentirla y que te faculte para realmente revolucionarte internamente y cambiar en un sentido radical. Los antiguos gnósticos cristianos la llamaban Thelema, (voluntad). Para mí, en el lenguaje de la cábala sería "ratzon", canalizada a través del arcángel "Ratziel" que está asociado con la séfira Jojmáh. Esta es una séfira que cuestiona la mente y que nos sitúa

más allá de ella. Esta séfira a mi entender, supedita la mente de bináh ante la no-mente superior del Ain Sof y hace de intermediaria entre bináh y Kether. Lamentablemente los distinguidos profesores universitarios se enredan en bináh una y otra vez, como si esta fuera un laberinto en el que recorren todos sus caminos pero nunca sin encontrar el centro de salida del mismo.

Esta fuerza mística de la Voluntad Superior, se puede llegar a sentir muy intensamente. Pero es necesario tomar algunos métodos para potenciarla, pues no es algo que aparezca de un día para otro. Se va fortaleciendo con una práctica adecuada que está fundamentada, no sólo en el análisis intelectual de la bináh, sino en otro tipo de procedimientos; que lamentablemente no he aprendido en las clases del profesor Sabán, pero sí en otras corrientes.

Por tanto, y ya resumiendo; supedito y pongo al servicio todas las enseñanzas del profesor Sabán a otros métodos, altamente relacionados con las enseñanzas cabalísticas, y que considero más potentes para cambiar. Seguiré aprendiendo del profesor, mientras la vida y las circunstancias me lo permitan, riqueza de imágenes intelectuales, lenguaje cabalístico, citas de sabios hebreos y recursos para el análisis intelectual aplicado al trabajo interior... pero siempre como herramientas supeditadas a los métodos que considero más potentes y clarificadores y siempre también, con el fin de hacerme más explícita y clarificadora, más sintética y global por otro... Y si aprendiera de él algún método superior de transformación interior, una vez aplicado a mi experiencia, no dudaría en sustituirlo por los que ahora tengo.

Me despido con una alegría y agradecimientos muy sinceros, tan sinceros como las palabras que he intentado plasmar en este escrito. Alegría y agradecimiento por tener un amigo con anhelos espirituales y por la oportunidad que Dios y la vida me han dado de conocerlo.

## 15. Alumno MG.M.

Mi experiencia con las clases de Cábala del Dr. Sabán.

Retrocedo a 2010 y observo cómo me sentía; mis hijos ya están estudiando en Barcelona y simultáneamente la crisis nos está azotando a nivel colectivo, hay malestar en el ambiente y yo siento que mi interior no está bien me encuentro muy sola mi forma de pensar no encaja muy bien en el entorno a pesar de que no es esta una situación nueva hace ya años que no me llenan las cosas que en general son habituales y socialmente deseables pero en esta época es más acusado por lo antedicho en mi interior hay mucho vacío que no llenan las relaciones ni el trabajo, ni las lecturas, hobbies... y siento que tiene que haber un medio alguna forma de que mi interior se sienta completo, leo y practico las enseñanzas de los sabios orientales en la búsqueda del equilibrio y así de forma tranquila lo más sosegada espero encontrar alguna forma de luz que me ayude, mirando atrás compruebo que los cambios, son mucho más evidentes ahora que en otras épocas siento como operan ahora en mi interior, son más conscientes me siento activa en favorecerlos, en otras épocas habían sido los eventos que me obligaban al cambio; es más estimulante detectar las incomodidades y trabajarlas frente a buscar actividades que me evadan de los sentimientos incómodos.

En 2012 el primer rayo de luz, el SOD 22, pero no es hasta 2014 que iniciamos las clases y a pesar de que no siempre es fácil comprender toda la esencia de lo que el Dr. Sabán expresa, la profundidad de sus cuestiones, todo esto tiene un poder una fuerza que me despierta a un nuevo mundo que siento y deseo conocer. Comprender la esencia humana y saber que queda mucho por descubrir, ir descubriendo mi propio sistema cognitivo y la perspectiva del crecimiento infinito me otorga una fuerza moral que jamás había experimentado. Al ser una persona poco motivada por los logros materiales, una vez conseguido el medio para nuestro sustento y los estudios de los hijos, sin menospreciar la búsqueda del perfeccionamiento laboral (va unido al empleo, es la dignidad de estar efectuando un intercambio correcto) lo más excelente que se pueda pero esto tampoco está llenando el vacío existencial. La búsqueda de la espiritualidad también es selectiva y complicada no sirve cualquier cosa y ni cualquier maestro el maestro espiritual debe emanar autenticidad y ser amplio lo más cercano lo más cercano al todo, hay pocos como dice el Dr. Sabán, "lo importante es el mensaje no el mensajero" pero el mensajero sin embargo bajo mi punto de vista es muy importante porque de alguna forma es quien puede ayudarme y facilitarme la correcta búsqueda de mi autoconocimiento para así poder encontrar mi propio camino; si bien siempre me han atraído las lecturas sobre temas espirituales, metafísicos, místicos, gnósticos, psicológicos y de autoayuda hasta ahora con las clases de cábala con el Dr. Sabán no había encontrado nada tan efectivo, es verdaderamente un

sistema completo de autoayuda y de autoconocimiento.

Desde que recuerdo siempre he necesitado saber por qué debía hacer las cosas aunque también he hecho lo correcto para no crear controversias y enfrentamientos que duelen tanto que mejor no me enfrento y acepto, elegir la rebeldía sólo si tengo la seguridad o fuerte intuición que también es válido. ¿Será la Cábala el agujero de gusano?

Comienzo a percibir estos diferentes territorios en mi interior, entender cuando un intercambio en Yesod puede estar alterando mi estabilidad en la Tiferet o removiendo una Kelipot en Guevurá o evidenciando que no estoy utilizando correctamente mi Biná porque le estoy entregando este poder al entorno y por ende me siento desfallecer de pena en mi Tiferet y en mi Yesod debo retirarme por falta de fuerza moral.

Actualmente siento la esfera de Tiferet y Yesod más fuertes, porque he puesto consciencia en Guevurá he empezado a trabajar seriamente los límites de mi entrega; ahora, antes de aceptar cualquier cosa que se organice o se me exija me antepongo y me considero y si ello va a retrasarme en mi camino ya puedo decir que no, (también puedo elegir que sí pero sé porqué acepto no es el “tengo que” sino que es el “lo haré por” es como si estuviera superando miedos me atrevo a utilizar mi propia Biná! de momento mi camino es trabajar el decidir, agarrar esta fuerza moral que estoy adquiriendo y ponerla a trabajar en mi crecimiento entre otras cosas es lo que estoy adquiriendo con las clases. La ayuda recibida es muy grande. (Es un símil cuántico del agujero de gusano, el gusano percibe porque de pronto le han salido unas antenitas y puede percibir un canal que le llevará al centro, siendo que por medios habituales no puede hacerlo pero por circunstancias entra en este campo donde puede percibir un camino oculto que le transporta de inmediato a un punto que antes hubiera tardado mucho tiempo en recorrer.)

También debo reconocer que alguna clase me ha puesto contra las cuerdas al hacerme consciente de lo poco que sé de mi misma y de la ignorancia que quiero superar.

¿Cómo me veo dentro de tres años?

Estudiando por supuesto y de cada vez mejor y con más capacidad, a pesar de que la visualización no es mi fuerte más bien no lo es en absoluto (esto también quiero trabajarlo) voy a hacer un esfuerzo por explicar lo que podríamos llamar expectativas personales del estudio que pueden resumirse en crecer al máximo posible, trabajando todo el equilibrio de mi estructura, mi pureza interior y también me gustaría llegar a la certeza Absoluta sin mácula de duda de la existencia del Alma trascendente y con propósito.

Quiero ser feliz, serena, consciente (quiero ser cada día más consciente de todo de lo que se ve y de lo que no se ve) e implicada en cualquier evento o demanda de contenido evolutivo que la vida me plantee; como mi vida interior está creciendo me veo superando las pruebas que se vayan presentando con mayor consciencia y enfoque.

¿Temas en los que me gustaría profundizar?

- Senderos y letras

Aunque quiero profundizar en todos los temas creo que el de los senderos y las letras es fundamental para ampliar la comprensión de los mecanismos a activar; (con las letras me ocurre algo muy especial las siento muy familiares, de hecho antes de empezar estas clases de cábala me llamaron la atención y curiosidad un poquito parecía como si pudieran hablarme creo que esto fue a finales de 2012 aproximadamente, asistí a algunas clases virtuales de Albert Gozlan y tuve un sueño del que sólo recuerdo despertarme con una voz muy profunda y la imagen de las letras MEN NUN KUF, de esta última no logré acordarme bien porque el sonido de la voz era KUF pero la forma no sé muy bien si era una CAF, pero no lo sé, quizás algún otro sueño me lo revele. ¿Haz y Escucha? ¿Persevera en la Meditación? ¿Oportunidad de transformación?

- La concatenación y el crecimiento del Alma y la información entre mundos etc...

Pero todo a su tiempo y en la forma que el Dr. Sabán considere adecuada para potenciar nuestro crecimiento.

- Agujeros de gusano, cuerdas..., comprender y encontrar a través de lo más íntimo que pueda conocer. ¿Cómo viajo? ...

En resumen creo que lo que más he adquirido es fuerza moral, equilibrio, un poco más de consciencia, más amplitud de miras, más comprensión del entorno lo que me lleva a un mayor equilibrio, la vida ya no está vacía, me siento renacer y tengo todavía muchas preguntas para mí.

¡Poder comprender nuestra naturaleza es apasionante!

## 16. Alumno E.L.

Gracias a la Cabala he podido darme cuenta que todo sin excepción puede ser una aventura. hacer un viaje, cultivar una amistad, es una aventura. Pero es que también dar un paseo puede ser una aventura al igual que preparar la cena, etc. En realidad cualquier día de trabajo aún el más gris, es si se sabe vivir una aventura inconmensurable. Hacer la cama, lavar los platos, ir a la compra, todo esto son aventuras cotidianas, pero no por ello menos excitantes.

Me he dado cuenta a través de la Cabala que lo que nos mata es la rutina y lo que nos salva es la creatividad, o lo que es lo mismo la capacidad para vislumbrar y rescatar lo novedoso.

Si miramos bien, si oímos bien, si olemos bien si gustamos bien y si tactamos bien todo es siempre nuevo y diferente. "Nada es ahora como hace un instante".

Poder participar de ese cambio continuo que llamamos vida y poder ser uno con él .¡Ojala!

Gracias a la Cabala pude darme cuenta de que tengo que aprehender a no querer ir a ningún lugar distinto a aquel en el que estoy; querer estar en el que se está, pero plenamente. Para verlo; recorriendo todos los velos que cubren LA REALIDAD, LA VERDAD.

## 17. Alumno J.L.A.

Informe acerca de los cambios producidos al estudiar cábala.

Bueno, no es fácil hablar de ello, al menos para mí, que no tengo facilidad de expresión. Sin embargo, es cierto que si te acercas a la cábala de forma sincera se producen cambios. Desde mi punto de vista, es semejante al crecimiento de una planta. Son cambios lentos, sutiles, pero irreversibles. Tomas una cierta distancia frente a los acontecimientos de la vida ordinaria, sean estos positivos ó negativos, porque sientes que todo es relativo y que existen innumerables percepciones de la realidad. Esto te lleva a pensar que cualquier situación y toda persona te están enseñando algo, y que, quizás todo ocurre por algo. En este punto, las preguntas sobre la predeterminación, el Guilgul, y el Mal, son inevitables, y a veces hasta pueden ser obsesivas. La percepción del tiempo cambia. Intentas afirmar la dimensión del presente, aunque a veces me de la sensación de un leve y fugaz presente-futuro. Tal vez, una de las partes más espinosas es la relación con determinadas personas. Yo no suelo decir que estudio cabala, cuando estoy con según que tipo de personas. La reacción de estas no deja de sorprenderme, casi siempre desagradablemente. Hay un cierto aumento de sincronicidades y "coincidencias". En fin, como te digo, son sensaciones, no certezas.

## 18. Alumno L.C.A.

Con gusto me enfrento a una página en blanco para escribir en ella mi percepción de cómo tres años de cabalá con Mario Sabán me han influido. Agradezco esta oportunidad porque me permite realizar un ejercicio de introspección que, de otro modo, tal vez no habría verbalizado, aunque sí lo he vivido de forma consciente y lo he pensado. Pero es sabido que hay cosas que no se ordenan, entienden y aprenden, hasta que no somos capaces de ponerlas por escrito.

Empecé a estudiar cabalá hace cuatro años, simplemente por curiosidad intelectual y porque conocí a Mario Sabán. Antes, no había tenido contacto, ni especial interés, por implicarme de manera formal y decidida por ninguna corriente espiritual. A diferencia de muchos de mis compañeros, no tuve contactos con otras formas de espiritualidad o de mística, más allá de mi admiración por la poesía mística cristiana (que hoy sé que es, en realidad, mística conversa). Sí me consideraba una persona espiritual, y sí me faltaba, hoy lo sé, desarrollar esa dimensión de mi alma pero, como queda dicho, no lo había hecho nunca vía estudio. Ésta era, pues, una pura intuición.

En esos momentos me encontraba en una fase interesante de mi maduración personal. Me consideraba agnóstica, desapegada de la tradición católica donde crecí y descubriendo un amor al judaísmo y a su cultura que me fascinaba y me aportaba luz a una vida que, sin ese descubrimiento, estaba embebida en el trabajo casi obsesivo y las cosas mundanas. Por mi formación académica había estudiado algo de filosofía occidental, y mucho de historia, y estaba empeñada en desarrollar un proyecto profesional sobre la judería

de mi pueblo. Empeñada o tal vez obsesionada, por qué no decirlo: no sabía muy bien por qué, qué era lo que me impulsaba a hacerlo, simplemente sabía que debía hacerlo y que cada vez que avanzaba un pequeño paso en ese camino, algo me ocurría que era mágico, especial. Pero las continuas piedras en el camino me paralizaban, la frustración o el miedo siempre me habían provocado parálisis en la acción.

Me fui acercando progresivamente a la cultura judía en lo que creía un proceso puramente académico e intelectual, y así, cuando apareció en mi vida la posibilidad de iniciarme en la cábala, lo hice también con esa intención: la obsesión por aprender algo que sonaba tremendamente interesante y que me conectaba con la tradición del pueblo hebreo que estaba empezando a enamorarme y que estaba trayendo a mi vida gente maravillosa.

Recuerdo que los inicios fueron un descubrimiento del mundo. La explicación cabalística de la creación, del origen de la vida, de los mundos y de la unicidad de la energía creadora, así como el hecho de que su esencia sea la misma que la de la materia me fascinaron. Pero no tanto, pienso, por la teoría en sí, como por ver que lo que hoy refrendan la astrofísica y otras ciencias ya estaba intuido, esbozado, en los escritos de los cabalistas de siglos atrás. Ahora que escribo esto pienso que tal vez me parecía fascinante porque esa interpretación daba sentido a muchas cosas aprendidas de mi tradición y del texto bíblico que le daban un nuevo significado a ese texto. Capté un sentido nuevo para "Adonai Ejad". Empecé a ver la Biblia, y en particular la Torah, como un código a interpretar en el que parecía que se explicaba todo pero que a la vez se mantenía oculto para quien no supiera o no pudiera verlo. El siguiente paso fue, por supuesto, empezar a leer sobre la Torah, sobre los códigos ocultos de la Biblia, sobre el texto sagrado como un compendio de 304805 letras donde todo está contenido, desde el origen del mundo a lo que ha de venir. ¿Cómo no iba a tirar de ese hilo una mente tan "abstracta" como yo creía que era la mía? También me creía muy emocional, así que me emocioné por saber más e incluso empecé a estudiar hebreo, fascinada como estaba por el sentido de las letras hebreas, y sus trazos, en la creación y explicación de los mundos. Saber que, además, tienen un poder de cambiar la realidad, o nuestra percepción de ella, ¿no es razón suficiente para querer aprender más? No puedo ser tan distinta de los que me han precedido en esta fascinación.

El cambio en mí, sin embargo, aún había de llegar. Y llegó cuando empecé a ver el árbol de la vida como un mapa para entender al ser humano desde el punto de vista psicológico, pero también social. Resultaba apasionante descubrir que, de pronto, había muchas más dimensiones en mí y en los otros. Siempre había sido, creo, muy dicotómica en mi forma de analizar a los demás y a mí misma. Como dicen los anglosajones, me doy cuenta que tendía al "label approach". Yo misma me había etiquetado como una persona con una mayor virtud y un mayor defecto, que tal vez cambiaban a lo largo del tiempo, pero siempre era algo blanco y algo negro. Y ese blanco y negro determinaba todas las esferas de mi vida, mis decisiones y lo que es más importante para mí, mi relación con los demás. Y de pronto vi que no todo era blanco o negro y que yo tenía transgresiones, y también virtudes, en todas y cada una de las dimensiones que hasta entonces ni conocía. Y también vi, a su vez, que me había perdido muchas cosas de las personas que encontraba en mi vida por no haber sabido valorarlas y quererlas en toda su completud. Este no fue un proceso inmediato, claro.

Empecé a analizar a los otros. Cada clase era como una revelación sobre algún aspecto de la personalidad de los que me rodeaban. Salía pensando, "ves, esto es lo que le pasa a esta persona" o "esto es lo que me pasa a mí con esta otra". Y me satisfacía pensar que entonces entendía, a las personas que me rodeaban o comprendía mi relación con ellas. Hoy sé que no era casualidad que en el árbol sólo veía a aquellos que me preocupaban en ese momento, ignorando a los demás. Pero aún así, creo que también en esa fase aumenté mi nivel de conciencia respecto a ellos. No es extraño para mí hoy cuando lo pienso, puesto que siempre fui una persona que no sabía estar si no acompañada de los otros, y no sólo para obtener su aceptación, también necesitaba desesperadamente su compañía.

Los resultados que observé en mí fueron casi inmediatos: empecé a hablar a mis padres de otro modo, a comprenderles porque era como si los viera "desde fuera", como si de pronto fueran personas más completas, y yo tuviera la capacidad de entender lo que les pasaba. Intenté ayudar a que lo comprendieran ellos también y no estoy segura si llegué a conseguirlo; pero sí sé que mi relación con ellos no sólo mejoró sino que es totalmente nueva y más plena. Me llena de satisfacción haber dado este paso y saber que no ha sido casual, sino intencionado. Igualmente, quiero más a mis hermanas, y he conseguido superar una relación compleja con una de ellas, anular el dolor que me producía lo que yo creía su traición. Y lo hice no porque haya dejado de pensar que obró mal, sino porque yo necesitaba trabajar en mí la generosidad del perdón. No me avergüenza ya verlo así. Fue satisfactorio para mí, ¿y qué? No pienso ya que eso sea

egoísmo sino amor a uno mismo, y a los otros. Y el resultado es que en mi familia hay más paz, de modo que, ¿qué más da por qué lo hice? En realidad, pienso que lo hice por mí y por todos, pero ya no siento que es poner la otra mejilla (que pese a mi educación católica nunca fue algo que yo pudiera hacer). Creo más en perdonar pero poniendo límites. Desde que lo hago ya no me siento absolutamente perdida en buscar la aceptación del otro: me conozco más y me siento más fuerte para seguir adelante. Me gusto más y me gustan más los demás y sé que a ellos también yo les gusto más.

En esta misma fase, aprendí también a comprender lo que pasaba en mi relación de pareja, que estaba en crisis, a ver a mi pareja con otros ojos, también “desde fuera”. Vi que me había perdido mucho de él durante más de 10 años, que era un ser mucho más maravilloso de lo que yo creía que era y valoré el regalo que fue compartir parte de nuestra vida. Dejé de sentir rabia o frustración por las cosas que no funcionaban cuando entendí que allí había “klipot” de los dos, y no sólo tuyas o mías. Dejé de buscar culpas. Creo que empecé a amar de verdad a esta persona cuando llegué a ver todo lo que es, y cuando vi también mi “lado oculto” en esa relación. Y eso me lo enseñaron las clases y el árbol. Curiosamente, fue entonces cuando tuve fuerzas para interrumpir esa relación que ya no era satisfactoria. Resulta supongo muy paradójico, como todo en cabalá. Pero fue cuando aprendí lo mejor de nuestra relación cuando vi también que en este momento no estaba haciendo bien ni a él, ni a mí. Y pude hacerlo con serenidad. Llevaba años sin saber desapegarme, y cuando aprendí a hacerlo me sentí mayor, pensaba “Lucía hadashah”, que toma una decisión madura porque lo ve, y los demás no lo ven todavía. Que la toma aunque sea difícil y le lleve a su máximo miedo: la soledad. Pienso mucho en eso cuando en clase repetimos el tema de la soledad del cabalista y como uno se va poco a poco viendo en otra onda. A veces creo que en este episodio concreto de mi vida supe ver desde “arriba” y tomar una decisión que nos ha hecho bien a ambos. Al menos de momento. La cabalá me ha enseñado a querer a las personas más, en su completud, y también a aprender a vivir con ellas de forma más sana emocionalmente. Y a no tener miedo a quedarme sola.

Me fascina ver cómo algo que es tan íntimo e intelectual, que te llama a pensar continuamente en ti, mejora tu relación con los otros y te hace quererles más, de un modo más pleno. Y a la vez, te enseña dejar de “ayudar” a personas que en realidad nunca quisieron tu ayuda, o no la merecieron. La cábala cambia tus prioridades y te da un nuevo mapa de tu relación con el mundo y las personas y prefiero verlo así porque siempre tuve tendencia a la soberbia y no quiero que mirar el mundo “desde arriba” me haga caer en ella. De hecho, la cábala me ha enseñado la humildad. Una tremenda humildad que ya no asocio con la humillación. Aunque sé que he de trabajar más en esto. Es apasionante, y soy consciente del peligro que avanzar en esto entraña para el ego. Pero precisamente intentar balancear este autodescubrimiento con mantener el ego a raya es el reto más apasionante que he tenido en mi vida.

El gran paso adelante vino después, cuando empecé a mirarme a mi misma en el árbol, que ha ido unido a no sólo no temer estar sola, sino a desearlo de vez en cuando. A decidir que mi tiempo es para algo más que para compartirlo, también es para mí. Pero no para mí en el sentido de llenarlo de mis cosas, como hace el común de la gente cuando reclama tiempo para sí. Para mí en el sentido de autoconocerme más, y lo estoy intentando aunque me cuesta encontrar ese tiempo en el día a día. La clase semanal me ayuda a dedicar ese tiempo y a seguir reflexionando por la noche y también estoy empezando a dedicar el shabat a la lectura y la reflexión: va muy bien poner ese límite al tiempo para uno mismo

Verme a mi misma en el árbol y aprender sobre el bien y el mal me ha cambiado la vida. Por ejemplo, he descubierto que ya no tengo tanto miedo. “Ve ha ikar, lo lefajed klal” me repito a menudo. La parálisis que me embargaba cuando no sabía qué hacer, cuando tenía miedo de las consecuencias de mis actos, ya no existe. Bien, existe una paralización para reflexionar, para pensar en las consecuencias de algunas de mis acciones. Antes, me quedaba bloqueada en la duda. Ahora analizo las consecuencias que puede tener actuar o no actuar, y tomo decisiones y paso a la acción de forma consciente, aun cuando sé que no siempre son buenas las consecuencias. Hoy me parece absurdo, pero me pasé la vida bloqueando acciones que me hubieran hecho mejorar como persona o mejorar mi situación de cada momento, sólo porque no eran claras o por miedo a las consecuencias. Y disfrazaba esa falta de determinación autoconvenciéndome de que tomar determinados pasos era egoísta o poco generoso y mi educación católica me había enseñado a hacer todo por los demás. Hoy sé que el mandato amar al prójimo como a uno mismo tiene una frase que yo olvidaba en la locución: “como a uno mismo”.

He tenido muchos problemas laborales últimamente, en los que estaba tentada de reproducir mi patrón de no-acción. Pero poco a poco voy consiguiendo actuar, moverme hacia donde quiero ir realmente (eso es lo que entiendo como amarse a uno mismo), y a veces, -sólo a veces- hacerlo sin sentir rabia hacia los

que intentan impedírmelo. Seguramente lo que más ha mejorado mis relaciones sociales en general ha sido aprender a oscilar entre guevurá y jesed.

Pero también me he sentido cautivada por otras dimensiones. Me enamoré de la jojmá (como todos) y empecé a dar espacio en mi vida al análisis de mis sueños, intuiciones, a todas las señales. Yo tenía una máxima: “confía en tu instinto”, y me he movido siempre por ello. Pero, ¡cuánta inseguridad, cuánta angustia puede traer actuar así, cuando a la vez te crees un ser totalmente racional que calcula y analiza todos sus pasos! Cuando tu entorno te hace analizar y racionalizar todos los por qué. La consecuencia era, pues, la rebeldía: “vale, haré lo que hay que hacer pero me sentiré frustrada porque no me dejo llevar por el instinto”. O, en contadas ocasiones: “vale, me dejo llevar por mi instinto pero no sé por qué, y qué vértigo, qué angustia”.

Ahora, sin embargo, intento aprehender las implicaciones de esos movimientos. Sí, sigo confiando en mis sueños y señales, me siguen marcando el camino, pero estoy aprendiendo a analizarlo racionalmente y elegir el modo de acción. Para mí es como dejarse guiar, pero no llevar, y algo que puede sonar tan evidente, yo sólo lo he descubierto a través del análisis del árbol. Intentar equilibrar de vez en cuando mi supuesta obsesión por lo racional e intelectual con un poco de fantasía me da más serenidad.

Otro aspecto que quiero seguir trabajando, porque conecta los inicios de mi andadura en cábala con este proceso de aumentar mis niveles de conciencia es el descubrimiento de la raíz del alma. Hay muchas, muchísimas chispas de luz en mi día a día que me dirigen hacia algún lugar que intuyo. Seguro que cuando aprenda a desterrar esos “miedos” y sepa entrenar mi voluntad para ver el camino de la raíz de mi alma, entenderé lo que es la felicidad, igual que ahora empiezo a entender lo que es el amor. Sé que no es tan obvio y fácil saber cuál es la raíz de tu alma, pero también que ese se me antoja el objetivo más apasionante de una vida. A veces veo a personas que creo que saben cuál es la suya, o que al menos están siguiendo el camino hacia ella y me encanta verles felices. Me siento una privilegiada por poder conocer gente así.

Lo mejor de verse en el árbol es saber que siempre se puede avanzar y que nunca se agotará, pero precisamente por ello apasiona: porque es un camino de continuo crecimiento. Me entusiasma pensar qué descubriré de mí, de los otros y del mundo cuando estudie más a fondo otras dimensiones. No puedo ya imaginar una vida plena sin hacer este estudio y me siento bendecida por poder asistir a estas clases que sin duda son el mejor regalo que he recibido. La cabalá me ha hecho sentir por primera vez libre de verdad. Es una libertad total porque es íntima y real y te dirige, pienso, a lo que de verdad da sentido a la existencia humana. Es un sosiego interior necesario para mí.

Lo que empezó como un ejercicio intelectual se ha convertido en un camino decisivo hacia la libertad. No sé explicarlo mejor, supongo que este concepto debo pasarlo un poco más por la biná para poder expresarlo, pero es así como lo siento. Libertad y plenitud. Me siento más libre porque he aprendido a conocer mis miedos, también el miedo a la muerte, que me ha acompañado desde que nací. Hoy intuyo lo que eso significa, y he empezado a trabajarlo para erradicar el miedo a mi propia muerte. Todavía sigo sin poder ni imaginar la muerte de los que quiero, pero poco a poco. Me siento más libre porque me conozco más.

A medida que avanzas en el árbol el mundo y uno mismo se hace más grande, más interesante, más lleno de sentidos. Y lo mejor de este proceso de aumentar los niveles de consciencia es, si puedo expresarlo así, el ser consciente del proceso. No evolucionas, estás evolucionando. Es un proceso en presente continuo, permanente, que te acompaña y que te regala el poder vivir una vida más plena, porque sabes que estás desvelando cada vez más capas de la propia existencia y eso resulta inagotable y una motivación constante. Todo es más interesante: el mundo, las demás personas, las actividades cotidianas, lo espiritual y uno mismo y espero que, a medida que voy avanzando en la comprensión de todo ello, sepa también aplicar ese avance hacia la mejora. Vivir la vida como una paradoja continua oscilando por el árbol, es vivir la vida más plena, como si hubiera más vida.

## 19. Alumno F.J.C.

Tinc 65 anys i en porto 5 estudiant Càbala; per tant, en 60 anys no vaig ficar-me de ple dins del pensament jueu. Sempre he tingut la sensació de que el fet jueu, no m'era estrany. Seixanta anys he esperat a posar-me en contacte amb un mestre.

Dir-li mestre no fa justícia a la persona a la qual li dec la possibilitat de trobar-me a mi mateix.

Dos conseqüències podem treure del que hem dit: la primera podria ésser una autocrítica... Quina lentitud! He necessitat més de mig segle en apropar-me al sentiment de pertinença que tinc a un poble

determinat, al jueu. Com a descàrrec diré, que he nascut al 1949; un any després del naixement de l'estat d'Israel; doncs a la Barcelona grisa i pobra de la època Israel no existia. Poder si hagués nascut a Mallorca, on hi ha el fet xueta, ho hagués tingut més fàcil.

El mestre Càbala, ha estat: Mario Sabán.

L'Árbre de la Vida: el seu estudi i la seva comprensió. Es aplicable a tot i a tothom. És el coneixement que ens indica, que fent servir el motor difícil de la ètica, podem arribar a ser millors.

Coneixent el camí i usant "el Lliure Albir" en el sentit correcte, el progrés que es s'aconsegueix és bo per l'individu i per a tota la humanitat. En l'ascens de l'Árbre de la Vida desitgem fondre'ns en el lloc on vam sortir. EIN SOF.

L'atzar m'ha portat, crec jo, i m'ha ajudat en el procés dolorós de la relació familiar: la separació de la meua dona. Tots dos hem aconseguit superat el "mal" que ronda en aquestes circumstàncies; tant en l'aspecte de bonança espiritual, com també, de bonança física: els diners.

D'altra banda, aquestes classes, m'han ensenyat a descontaminar-me de les intromissió dels dogmes i els dictat de les altres religions monoteistes.

El meu mestre Mario Sabán, sempre m'ha ensenyat que la Càbala és la llibertat. "La nostra religió és la d'Abraham, Jacob i Josep".

La relació amb Déu, és íntima i personal, no és un codi polític.

## 20. Alumno CH.T.O.

Empecé mis conocimientos de cábala, sin saber exactamente qué es lo que iba a aprender y ahora me siento un tanto inquieta de pensar lo poco que conozco y lo muchísimo que me queda por conocer.

Una cosa tengo clara, y es que algo en mí ha cambiado, lo cual me produce gran satisfacción porque ese cambio ha sido positivo en mi relación con los demás. Tengo al mismo tiempo una lucha conmigo misma, pues veo tan positivo ese cambio que me gustaría que lo pudieran sentir igual las personas más allegadas a mí, especialmente mi marido; y al no ser así, pues las personas no cambiamos fácilmente, me siento más sola por dentro. Tendré que conseguir (con ayuda de la cábala) ser "comprensiva y resignada".

Vivo ilusionada por el hecho de hacerme muchísimas preguntas, que antes no consideraba. Tengo pues un arduo trabajo en conseguir respuestas a estas preguntas. De todos modos, me da más satisfacción hacerme preguntas que encontrar respuestas, pues a mi modo de ver, las respuestas no son tan difíciles de encontrar como lo son las preguntas.

Hasta que empecé a conocer la cábala, sabía que existía el Árbol de la Vida, pero nada más, y su conocimiento, no sólo me ha parecido imprescindible, sino que ha sido la base de que yo haya sufrido un cambio.

Me siento identificada en el lado izquierdo del Árbol; y creo que veo todas las dimensiones situándome yo en Guevurá y en parte en Biná. Creo que he podido mejorar mi persona en las diferentes dimensiones, Netzaj, Yesod. Sin embargo, me veo incapaz por el momento de llegar a Jojmá, pero asumo que tengo unas limitaciones y que no debo aspirar a tanto.

La teoría que estoy aprendiendo me parece muy enriquecedora, pero la tarea más importante es aplicar esa teoría a la práctica y eso no estoy segura de conseguirlo absolutamente y naturalmente. No por eso voy a dejar de intentarlo.

Lo que sí me resulta fácil, es disfrutar más de mí misma. No se si me explico; he aprendido a gozar de mi interioridad, intentando olvidar el ego y acercarme al yo.

## GLOSARIO

- Adam Kadmón.** El Hombre primordial. Es el primer universo que se manifiesta en el interior del Ein Sof, es el primer pago dentro de lo que se conoce como auto-contracción Alef. El Adam Kadmón hace referencia a toda la información que el Ein Sof tiene para ser manifestada dentro del vacío en toda la secuencia del tiempo histórico (pasado, presente y futuro). También se lo llama el Keter cosmogónico.
- Asiá.** Universo de la Acción. Se le denomina también como el Maljut cosmogónico. Aquí se encuentra la materia y los niveles más densos de las energías.
- Atzilut.** Universo de la Emanación. Es el segundo universo manifestado luego del Adam Kadmón. En este universo podemos diferenciar las diez dimensiones (Sefirot) que se encuentran indiferenciadas aún dentro del universo del Adam Kadmón. Este universo se encuentra en el interior del Ein Sof, y pertenece a la auto-contracción Alef. Aquí no existe aún el tiempo ni el espacio porque todavía el Ein Sof no provocó la segunda auto-contracción Bet. También se lo denomina como la Jojmá cosmogónica.
- Atzmut.** La esencia del Ein Sof, todo lo infinito que no puede ser manifestado dentro del vacío por las propias limitaciones del vacío. Es lo que nunca podremos conocer del Ein Sof dado que no existe vehículo limitado de percepción que pueda captarlo.
- Briá.** Universo de la Creación. Después de los dos primeros universos (Adam Kadmón y Atzilut) aparece el tercer universo de Briá. Ahora comienza el segundo proceso de auto-contracción. En Briá aparece el vacío y por lo tanto, el espacio y el tiempo. Al aparecer el espacio y el tiempo, las dimensiones de Atzilut (Emanación) que estaban emanadas ahora se vuelven perceptibles dentro de la finitud. También se la llama la Biná cosmogónica. Es el universo donde nacen las almas, y donde se desarrolla nuestra identidad trans-histórica que rotará a través del tiempo dentro de la materia.
- Daat.** El Conocimiento. Para los cabalistas “El conocimiento constituye en sí mismo la redención”. Los niveles de nuestra conciencia se elevan si tenemos “conocimiento”.
- Daat Elyon.** El Conocimiento superior. Este tipo de conocimiento es el que tenemos cuando a través de nuestra Biná (El Entendimiento) nos unimos a nuestra Jojmá (La Sabiduría) y logramos percibir los universos superiores de Briá y Atzilut.
- Daat Tajtón.** El Conocimiento inferior. Este tipo de conocimiento es el que tenemos cuando aprendemos desde las dimensiones inferiores, es el conocimiento práctico de la vida material. Cuando hacemos referencia a “inferior” esto no implica que tenga una categoría más baja que el superior, solamente hacemos referencia que proviene de las dimensiones más densas de la materialidad, pero se aprende en el mismo nivel que con el conocimiento superior.
- Ein Sof.** Lo que no tiene fin. El término designa el “Infinito”. El Ein Sof lo es todo, sin embargo, a través del proceso de auto-contracción (Tzimtzum) deja un espacio vacío para que se desarrollaran todos los entes finitos.
- Etz Ha Daat.** Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal. Representa la conciencia humana. El ser humano salió de su estado de ignorancia y tomó conciencia de su conciencia. Este árbol es un nivel inferior de desarrollo, porque la conciencia debe ascender al Árbol de la Vida.
- Etz Ha Jaim.** Árbol de las Vidas. También llamado el Árbol de la Vida Eterna. Existen dos tipos de eternidad, el primer tipo es la percepción psicológica de nuestra eternidad dentro de la secuencia

espacio/temporal. En ese sentido los cabalistas trabajan el símbolo del Árbol de la Vida. El segundo sentido, es el literal, para la cábala mas oculta, el hombre terminará siendo eterno (inmortal). Sin embargo, la inmortalidad literal del ser humano ya se encuentra en términos energéticos, en el futuro alcanzaremos la eternidad dentro de la materia. Y siendo materia y energías intercambiables al final de los tiempos se comprenderán las falsedades de las contradicciones del mundo inferior de la fragmentación.

**Iejidá.** El nivel más elevado del alma donde ya no existe el alma en su conformación subjetiva sino unida a la totalidad. En realidad, es cuando podemos llegar a percibirnos como parte de un Todo donde la muerte y la vida de un fragmento no es la muerte ni la vida de nada.

**Ijud.** Trabajo de unificación que debe hacer todo místico del judaísmo. El plural es Ijudim, unificaciones. Se deben unir las aparentes contradicciones de los niveles inferiores en un punto de conciliación superior, dentro de nuestra identidad, unimos en un punto superior nuestras contradicciones interiores.

**Jaiá.** Nivel del alma dentro del universo de Atzilut, en otras tradiciones corresponde al aurea. Es muy difícil percibir este nivel en forma permanente.

**Jalal Panui.** Espacio vacío. Es el espacio que deja la retirada del Ein Sof de sí mismo.

**Kelim.** Vasijas de recepción. Es la situación de recibir (aspecto femenino de la realidad). El singular es Kli. Cada cosa, objeto o sujeto dentro de esta realidad finita, al ser finito, tiene límites en su nivel de recepción. La luz que podamos captar de esta realidad depende del aumento de nuestra vasija de recepción.

**Klipot o Kelipot.** Cascaras de oscuridad que nos impiden ver la realidad y no lograr equilibrarla. El singular es Klipá. También se la denomina como transgresión o desequilibrio. Existen dos tipos de Kelipot, las excesivas (por Dar más) y las defectuosas (por Dar menos). Por lo tanto, sin tener una comprensión de los límites (virtudes) podemos recaer tanto en los excesos de las energías como en las debilidades de las mismas.

**Merkabá.** Literalmente, el Carro o Carruaje divino. Cuando hacemos referencia al Dios de la Merkabá debemos comprenderlo en forma literal, y es el Ser supremo que viaja por los cielos en su Carro de Fuego. Los místicos al no soportar la literalidad del texto lo alegorizaron y desde entonces la Merkabá hace referencia a un aumento del nivel de la conciencia de cada persona.

**Midot.** Las virtudes, los puntos de equilibrio temporal que encontramos cuando trabajamos adecuadamente una dimensión. El singular es Midá, virtud. La Midá se puede comprender a partir de la comprensión de los límites dentro de las diferentes situaciones que experimentamos.

**Nefesh.** Nivel del alma más denso, en otras tradiciones es el cuerpo. En el judaísmo el cuerpo se denomina con el nombre de “alma animal”. El Nefesh trabaja dentro del universo de Asiá (la Acción).

**Neshamá.** Nivel intermedio del alma, lo que se denomina como el alma intelectual y opera dentro del universo de Briá. Es la raíz del alma o la identidad del alma.

**Niglé.** Todo lo que se nos ha revelado.

**Nistar.** Todo lo que se nos oculta. Siempre lo Nistar es superior a lo Niglé.

**Olamot.** Mundos o universos. El singular es Olam, universo. La palabra Elam, ocultamiento proviene de la misma raíz, ya que cada universo oculta otro universo anterior.

**Or.** La luz. La máxima luz que podemos percibir es el Or Ein Sof, sin embargo, cada nivel tiene un tipo de luz propia producto del nivel de contracción de la divinidad en dicho nivel. Cada dimensión es un Kli de recepción de un tipo de luz superior proveniente de una dimensión superior.

**Or Ein Sof.** La luz del infinito que se expande dentro del vacío. Es la manifestación de la divinidad.

**Ruaj.** Literalmente significa “viento”. Es el alma emocional, y se corresponde con el universo de Yetzirá (Formación). El Ruaj se relaciona con el Nefesh en su aspecto inferior y con la Neshamá en su aspecto superior.

**Sefirá.** Es una dimensión. En la cábala existen diez dimensiones (Sefirot, en plural). Existe la semi-dimensión del Daat, que es una energía que las une a todas, es la conciencia de unidad detrás

de todas ellas. Es el conocimiento el que nos lleva a comprender la esencia divina de todas las energías dimensionales. Las Sefirot nacen en el universo de Atzilut donde son emanadas, ingresan en el mundo espacio/temporal dentro del universo de Briá y nosotros las percibimos como parte de nuestra propia estructura psíquica en el universo de Yetzirá. Es por ese motivo, que es muy importante distinguir entre las dimensiones cosmogónicas que se relacionan con los diferentes universos, y las dimensiones psicológicas que son aquellas que operan dentro de nuestra psique en el universo de Yetzirá.

**Shejiná.** Elemento receptivo de la Divinidad en el grado más denso de la materia (universo de Asiá).

**Sod.** El secreto. Se denomina como Secreto todo lo que nuestra vasija de recepción (Kli) no puede percibir por su falta de ampliación. Así que todo secreto tiene como destino la revelación (a excepción de la esencia del Ein Sof).

**Tejom.** El abismo. Como toda la realidad cosmogónica se reproduce dentro de nuestra realidad subjetiva, tenemos dos tipos de “Abismos”, el que existe entre nosotros y los universos superiores físicos, y el Abismo interior. Nuestro “Abismo interior” (el Tejom en el universo de Yetzirá) es el que se produce cuando percibimos el sin-sentido de todo, porque estamos a punto de salir de nuestra subjetividad para comprender en términos transpersonales. El Abismo es un estado temporal de nihilismo, donde el ser humano no encuentra el sentido de su existencia, y si pasa este periodo, entonces lo invade la felicidad más profunda. Es el paso del sinsentido absoluto al sentido absoluto.

**Tzimtzum.** La auto-contracción del Ein Sof. Existen dos procesos de auto-contracción, el “Alef” que se produce en el interior del infinito y es un proceso de diferenciación de información, y el “Bet” que es un proceso de auto-contracción de las energías que dejan lugar a un espacio vacío.

**Yetzirá.** El universo de la Formación. En este universo nos desarrollamos en nuestros niveles de conciencia. Es el universo psíquico, tanto desde el punto de vista intelectual como emocional. Las seis dimensiones inferiores del Árbol de la Vida cosmogónico se encuentran aquí. Es el universo donde se desarrolla nuestra identidad histórica.

## BIBLIOGRAFÍA

- ABULAFIA, Abraham: *Otzar Eden Ganuz* [El Tesoro del Paraíso Secreto], Tel Aviv: 2000 (Col. Azul).  
 – *Jaiei Ha Nefesh* [La vida del alma intelectual], Tel Aviv: 2001 (Col. Azul).  
 – *Or Ha Sejel* [La luz del Intelecto], Tel Aviv: 2001.  
 – *Sitrei Torá* [Los Secretos de la Torá], Tel Aviv: 2001 (Col. Azul).  
 – *Sefer Ha Tzeruf* [El libro de las permutaciones], Tel Aviv: 2003 (Col. Azul).  
 ALMENDRO, Manuel: *Psicología y psicoterapia transpersonal*, 5.ª ed., Barcelona: Kairós, 2008.  
 – *Psicología transpersonal*, Madrid: Ediciones Martínez Roca, 2004.  
 BAR LEV, Iejiel: *El Canto del Alma: introducción a la Cábala*, 2.ª ed., Barcelona: Ediciones Obelisco, 2009.  
 BARYLKO, Jaime: *El arte de vivir*, 2.ª ed., Buenos Aires: Bonum, 1999.  
 BESSERMAN, Perle: *Cábala y misticismo judío*, Barcelona: Oniro, 1998.  
 BLAY, Antonio: *La personalidad creadora: técnicas psicológicas y liberación interior*, 3.ª ed., Barcelona: Índigo, 2010.  
 – *Ser: Curso de psicología de la autorrealización*, Barcelona: Índigo, 2013.  
 BLOOM, Harold, Gershom SCHOLEM, Moshe IDEL y otros: *Cábala y deconstrucción*, Barcelona: Azul, 1999.  
 BOROVICH, Beatriz: *Kabalah: un camino hacia la Luz*, Buenos Aires: Lumen, 2006.  
 BRAITZLAV, Najman de: *Cruzando el puente angosto*, Jerusalem/New York: Breslov Research Institute, 1994.  
 – *Consejo*, Israel: Breslov Research Institute, 2003.  
 BUBER, Martín: *Dos modos de fe*, Madrid: Caparrós Editores, 1996.  
 CAPLAN, Mariana: *A mitad de camino: la falacia de la iluminación prematura*, Barcelona: Kairós, 2004.  
 CALLEJAS, Alicia y Juan LUPIANEZ: *Sinestesia, el color de las palabras, el sabor de la música y el lugar del tiempo*, Madrid: Alianza editorial, 2012.  
 CARRANZA, Martha y Silvia CIARLANTE: *Hacia una psicología espiritual: fundamentos y prácticas de la psicología transpersonal*, Buenos Aires: Ediciones Devas, 2009.  
 CASTANEDO SECADAS, Celedonio: *Grupos de encuentro en Terapia Gestalt*, 2.ª ed., Barcelona: Herder, 1997.  
 CIRLOT, Juan Eduardo: *Diccionario de Símbolos*, 4.ª ed., Barcelona: Editorial Labor, 1981.  
 COHEN, Hermann: *La religión de la razón desde las fuentes del judaísmo*, Barcelona: Anthropos, 2004.  
 DACO, Pierre: (1980) *Introducción al psicoanálisis*, Barcelona: Daimon, 1980.  
 DANIELS, Michael: *Sombra, Yo y Espíritu: ensayos de psicología transpersonal*, Barcelona: Kairós, 2008.  
 DE LEÓN DE GUADALAJARA, Moshe: *El Zohar*, vol. 1 a 19, Barcelona: Obelisco, 2006-2014.  
 DESLER, Eliahu: *En busca de la verdad*. Israel: Mekor Maim Jaim, 2009.  
 DOMÍNGUEZ MORANO, Carlos: *Psicoanálisis y religión: dialogo interminable*, Madrid: Trotta, 2000.  
 ELIOR, Rajel: *Misticismo judío: los múltiples rostros de la libertad*, Buenos Aires: Lilmod, 2008.  
 – *Los orígenes místicos del jasidismo*, Buenos Aires: Lilmod, 2010.  
 FABRY, Josep B.: *La búsqueda del significado*, México: Fondo de Cultura Económica, 1977.  
 FRANKL, Victor: *El hombre en busca de sentido*, Barcelona: Herder, 2004.  
 FREUD, Sigmund: (1988). *El porvenir de una ilusión, El malestar de la cultura y otros ensayos*, Barcelona: Orbis, 1988.  
 – *Psicología de las masas y análisis del Yo, Psicoanálisis y teoría de la libido, Una neurosis demoníaca en el siglo XVII y otros ensayos*, Barcelona: Orbis, 1988.  
 – *El Yo y el Ello, esquema del psicoanálisis*, Barcelona: Orbis, 1988.  
 FUSTER, Joaquín: *Cerebro y libertad*, Barcelona: Ariel, 2014.  
 GIKATILLA, Joseph: *Pórticos de Luz: comentario bíblico cabalístico* (trad. y notas de Francisco López y López). España: Gráficas Ruiz Polo, 2009.  
 GINSBURGH, Yitzhak: *Meditación y Cábala: viviendo en el espacio divino*, Barcelona: Obelisco, 2010.  
 GERONA, Azriel: *Cuatro textos cabalísticos* (intr., trad. y n. por Miriam Einsenfeld), Barcelona: Riopiedras, 1994.

- GRAVES, Robert y Raphael PATAI: *Los mitos hebreos*, Buenos Aires: Alianza, 1994.
- GREENBAUM, Avraham: *Bajo la mesa y cómo subir de allí: senderos de crecimiento espiritual en el judaísmo*, Jerusalén: Azamra Institute, 1993.
- GROF, Stanislav: *Psicología transpersonal: nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia*, 5.ª ed., Barcelona: Kairós, 2006.
- GROF, Stanislav, Ana María SCHLÜTER, Manuel ALMENDRO y otros: *Qué es la curación*, Barcelona: Kairós, 2012.
- GURTWIRTH, Israel: *Cábala y mística judía*, 4.ª ed., Buenos Aires: Acervo Cultural.Halevi, Zev Ben Shimon (1990) La Obra del cabalista. Barcelona. Editorial Ibis.
- HALEVI, Zeev ben Shimon: *El sendero de la Kabbala*, Barcelona: Escuela de Misterios, 2003.
- *Kábala y psicología*, 6.ª ed., Barcelona: Kairós, 2010.
- HELLER, Eva: *Psicología del color: cómo actúan los colores sobre los sentimientos y la razón*, Barcelona: Editorial Gustavo Gili, 2013.
- HILLMAN, James: *Re-imaginar la psicología*, Madrid: Siruela, 1999.
- IBN PAKUDA, Bahya: *Doctrina de los deberes de los corazones* (trad. por León Dujovne), Buenos Aires: Sigal, 1958.
- IDEL, Moshe: *Mesianismo y misticismo*, Barcelona: Riopiedras, 1994.
- *Ben: filiación y misticismo judío*, Buenos Aires: Lilmod, 2008.
- *El Golem: tradiciones mágicas y místicas del judaísmo sobre la creación de un hombre artificial*, Madrid: Siruela, 2008.
- *Cábala y Eros*, Madrid: Siruela, 2009.
- JONAS, Hans: *Pensar sobre Dios y otros ensayos*, Barcelona: Herder, 1998.
- JUNG, Carl Gustav: *Tipos psicológicos*, Barcelona: Edhasa, 2008.
- *Acerca de la psicología de la religión occidental y de la religión oriental*, Madrid: Trotta, 2008.
- *Psicología y simbólica del arquetipo*, Barcelona: Paidós, 2011.
- *Recuerdos, sueños, pensamientos*, 5.ª ed., Barcelona: Seix Barral, 2011.
- KAPLAN, Aryeh: *Sefer Yetzirá: el libro de la Creación, teoría y práctica*, Madrid: Mirach, 1994.
- *Tzitzit: un hilo de luz*, México: Editorial Jerusalén de México, 2001.
- *Meditación y Cábala*, Madrid: Equipo Difusor del Libro, 2002.
- *Meditación y Biblia*, Madrid: Equipo Difusor del Libro, 2004.
- *Tefilin*, México: Editorial Jerusalén de México, 2005.
- *El Bahir: traducción, introducción y comentario de Aryeh Kaplan*, Madrid: Equipo Difusor del Libro, 2005.
- KORMAN, Víctor: *El oficio del analista*, España: Triburgo, 2013.
- LAENEN, J.H.: *La mística judía*, Madrid: Trotta, 2006.
- LAHY, Georges: *La voz del cuerpo*, Barcelona: Escuela de Misterios, 2009.
- *Vie Mystique et Kabbale pratique*, Roquevaire: Éditions Lahy, 2011.
- *Kabbalah extática y Tseruf: técnicas de meditación de los antiguos cabalistas*, Barcelona: Escuela de Misterios, 2011.
- LANCASTER, Brian: *La esencia de la Cábala: la enseñanza interior del judaísmo*, Móstoles: Edaf, 2007.
- LIPOVETSKY, Gilles: *La felicidad paradójica*, 3.ª ed., Barcelona: Anagrama, 2012.
- LUZZATO, Moshe Jaim: *El filósofo y el cabalista*, Mataró: Índigo, 1998.
- *La sabiduría del alma*, Barcelona: Obelisco, 2002.
- *El camino de Dios [Derej Hashem]*, Barcelona: Obelisco, 2007.
- LYUBOMIRSKY, Sonja: *Los mitos de la felicidad*: Barcelona: Uran, 2014.
- MADIROLAS, Eduardo: *El camino del Árbol de la Vida*, 2 vols., Madrid: Equipo Difusor del Libro, 2005.
- MAIER, Johann: *La Cabbala: Introduzione, testi classici, spiegazione*, Bologna: Edizioni Dehoniane, 2008.
- MARQUIER, Annie: *La libertad del ser o el camino hacia la plenitud*, 4.ª ed., Barcelona: Luciérnaga, 2012.
- MASLOW, Abraham: *El hombre autorrealizado: hacia una psicología del ser*, Barcelona: Kairós, 1972.
- *La personalidad creadora*, Barcelona: Kairós, 1990.
- MASTERS, Robert Augustus: *La evasión espiritual*, Málaga: Vesica Piscis, 2011.
- MERLO, Vicente: *La reencarnación: clave para entender el sentido de la vida*, Barcelona: Sirio, 2007.
- MICHAELSON, Jay: *Todo es Dios: la corriente radical del judaísmo no-dual*, Móstoles: Gaia, 2010.
- MUÑIZ-HUBERMAN, Angelina: *Las raíces y las ramas: fuentes y derivaciones de la Cábala hispanohebraica*, México: Fondo Cultura Económica, 2002.
- NEHER, André: *El exilio de la palabra: del silencio bíblico al silencio de Auschwitz*, Barcelona: Riopiedras, 1997.
- ORTEGA, Elisa Martín: *El lugar de la palabra: Ensayo sobre Cábala y poesía contemporánea*, Palencia: Cálamo, 2013.
- OUAKNIN, Marc Alain: *El libro quemado: filosofía del Talmud*, Barcelona: Riopiedras, 1999.

- PAKMAN, Marcelo: *Construcciones de la experiencia humana*, (vol. 1), Barcelona: Gedisa, 2005.
- PAREJA HERRERA, Luis Guillermo: *Victor Frankl, comunicación y resistencia*, Buenos Aires. San Pablo, 2007.
- PLISKIN, Zelig: *Las puertas de la felicidad*, Buenos Aires, Yehudá, 1998.
- RASKIN, Aarón: *La luz de las letras hebreas*, Buenos Aires: Bnei Sholem, 2009.
- RENSOLI LALIGA, Lourdes: *La polémica sobre la Kabbalah y Spinoza*, Granada: Comares, 2011.
- ROBERTSON, Robin: *Introducción la psicología junguiana*, Barcelona: Obelisco, 2002.
- *Arquetipos junguianos*, Barcelona: Obelisco, 2014.
- RODRÍGUEZ ARRIBAS, Josefina: *El cielo de Sefarad: los judíos y los astros (siglos XII y XIV)*, Córdoba: El Almendro, 2011.
- ROGERS, Carl: *Psicoterapia centrada en el cliente*, Barcelona: Paidós, 1986.
- ROOB, Alexander: *Alquimia y mística*. China: Taschen, 2014.
- SABÁN, Mario Javier: *Sod 22: el Secreto*, Buenos Aires: 2011.
- *Maase Bereshit: El Misterio de la Creación*, Buenos Aires: 2013.
- SAFRAN, Alexandre: *La sabiduría de la Cábala*, Barcelona: Riopiedras, 1998.
- SATZ, Mario: *Oraita cuentos jasídicos*, Barcelona: Obelisco, 1990.
- *Senderos en el Jardín del Corazón: poética de la Kábala*, 2.ª ed., Barcelona: Kairós, 1996.
- *La escala celeste*: Barcelona: Escuela de Misterios, 2005.
- *El fruto más esplendido del Árbol de la Cábala*, Madrid: Miraguano, 2005.
- SCHELER, Max: *De lo eterno en el hombre*, Madrid: Encuentro, 2007.
- SCHOLEM, Gershom: *Las grandes tendencias de la mística judía* (trad. por Beatriz Oberländer), 2.ª ed., Madrid: Siruela, 2000.
- *Lenguajes y Cábala*, Madrid: Siruela, 2006.
- *La Cábala y su simbolismo*, 4.ª ed., Madrid: 2009.
- SELIGMAN, Martín: *La vida que florece*, Barcelona: Ediciones B, 2011.
- SÉROUYA, Henri: *La Kabbale*, France: Éditions Grasset, 2004.
- TORRALBA, Francesc: *Inteligencia espiritual*, 4.ª ed., Barcelona: Plataforma, 2011.
- VITAL, Jaim: *Sefer Shaarei Kedushá* [El libro de las puertas de la Santidad], según las enseñanzas del rabí Isaac Luria, Tel Aviv: 2004-2005.
- WEINREB, Friedrich: *Kabbala: el libro de los profetas*, Buenos Aires: Sigal, 1993.
- *Kabbala: el libro de Jonás*. Buenos Aires: Sigal, 1993.
- *El Yo oculto: la problemática del hombre actual a la luz del libro de Esther*, Buenos Aires: Sigal, 1995.
- Wilber, Ken, Bohm, David, y otros (1987) *El Paradigma holográfico: una exploración en las fronteras de la ciencia*. Barcelona. Editorial Kairós.
- WILBER, Ken, D. BOHM, K. PRIBRAM y otros: *El paradigma holográfico: una exploración en las fronteras de la ciencia*, Barcelona: Kairós, 1987.
- WILBER, Ken: *El espectro de la conciencia*, 5.ª ed., Barcelona: Kairós, 2011.
- ZIZEK, Slavoj: *Lacan: los interlocutores mudos*, Madrid: Akal, 2010.
- ZUKERWAR, Haim David: *Cábala: la esencia de la percepción judía de la realidad*, Barcelona: Índigo, 2006.
- *La Esencia, el Infinito y el Alma*, Barcelona: Índigo, 2006.

## ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS	6
INTRODUCCIÓN	9
PARTE 1: LAS SEFIROT DEL ÁRBOL DE LA VIDA: ASPECTOS COSMOGÓNICOS Y PSICOLÓGICOS	18
1.1. ¿Qué son las Sefirot?	20
1.2. Las verdades y su relación en cada dimensión	24
1.3. Lo junguiano y su relación con el misticismo judío	27
1.4. La tendencia al dogmatismo	28
1.5. Las Sefirot cosmogónicas y las Sefirot psicológicas (categorías psicológicas)	31
1.6. El Inconsciente/La Conciencia	34
1.7. El mapa del Árbol de la Vida (Etz Ha Jaim) y los tipos psicológicos	37
1.8. Los Tipos de Daat (Conocimiento)	43
1.9. La relación entre la cosmogonía y la psicología en el judaísmo	44
1.10. El problema de la entropía en el judaísmo	46
1.11. El Tetragrama como símbolo de la concatenación de los universos	49
1.12. Las Sefirot psicológicas dentro del universo de Yetzirá	53
PARTE 2: EL YO	69
2.1. ¿Qué es el Yo?	71
2.2. Clases o niveles del Yo (Bruner, Wundt, Kantor, Watson, Skinner, Castilla del Pinto)	72
2.3. La relación entre la Biná (Freud) y la Jojmá (Jung) en el universo de Yetzirá	86
2.4. Las Sefirot como los diez arquetipos objetivos de toda la realidad	93
2.5. Los Palacios en el Universo de Yetzirá	95
2.6. Las amenazas al Yo interior	97
2.7. El Yo interior	101
2.8. La Biná y la Jojmá en el Universo de Yetzirá	107
2.9. Las posibilidades del Yo interior	111
2.10. El mal dentro de la percepción del Yo	112
2.11. La soledad del Yo y la ilusión de seguridad de la Biná psicológica	114
2.12. La conciencia keterica y los conflictos derivados de la Biná psicológica	116
2.13. Los conflictos potenciales en defensa de la subjetividad estática	118
2.14. La operatividad del Yo en los diferentes niveles dimensionales	124
2.15. La función de la Biná psicológica	126
2.16. El Kli de Keter	129
2.17. El vacío del Ein Sof como Kli fundamental	131
2.18. Las posibilidades infinitas de ampliar el vacío interior	133
2.19. El desgaste de las energías psíquicas en defensa de la identidad inferior del Yo	136
2.20. Las potencialidades ocultas y las potencialidades futuras	138
2.21. Los dos tipos de felicidad	141
2.22. La coordinación entre el mundo superior de Alef y el mundo inferior de Bet	145
2.23. El problema del mal como resultado del Tiempo y del Espacio	154
2.24. El Mesías interior	159
2.25. La inexistencia del Mal en el universo de Atzilut	161

2.26.	La diferencia del Sod real y el Inconsciente	164
2.27.	La Merkabá real y la Merkabá psicológica	166
2.28.	El sistema de oscilación entre la Alef (Jojmá cosmogónica) y la Bet (Biná cosmogónica)	167
2.29.	Los siete sistemas de percepción dentro de la Biná psicológica (los Palacios)	170
2.30.	El funcionamiento del Yo en las dimensiones superiores	172
2.31.	La Devekut ¿unificación o aproximación al Ein Sof?	175
2.32.	El estado de oscilación entre el Yo y el No-Yo y la consciencia Yo/No Yo	177
2.33.	El Alma	181
2.34.	Las protecciones del Yo y la autoconstrucción	184
2.35.	La Consciencia	186
2.36.	La Vanidad	189
2.37.	El sentido de la Existencia	190
2.38.	¿Jojmá o Biná?	192
2.39.	La Teoría del descubrimiento de las resquebrajaduras de la Biná	195
2.40.	Una psicología para la “Eternidad”	198
2.41.	La búsqueda de la personalidad en el Keter psicológico	201
2.42.	Alcanzando el estado de conciencia Alef	203
2.43.	Las ilusiones de seguridad de la Biná psicológica	205
2.44.	La felicidad de los niveles trascendentes	209
2.45.	El Ein Sof ¿una necesidad psicológica o una realidad física?	212
2.46.	La superación de la reafirmación constante de la subjetividad	215
2.47.	Los equilibrios y desequilibrios dimensionales dentro del Yo	217
2.48.	El Universo de Atzilut	220
2.49.	¿Hasta dónde ampliar nuestro Kli?	223
2.50.	Diferencias entre la Verdad y el Conocimiento	225
2.51.	El trabajo posterior a la autonomía del sujeto	227
2.52.	El abandono transitorio de mi centro subjetivo	229
2.53.	Diferencias entre la posición de Spinoza y el misticismo judío	230
2.54.	La expansión de nuestro vacío interior y el peligro de la dogmatización	232
2.55.	¿Qué percibe el Alma?	241
2.56.	El orden subjetivo de exteriorización	243
2.57.	El desarrollo de una klipá como elemento externo de una Midá	246
2.58.	El problema de la conceptualización	247
2.59.	La soledad radical del Yo	249
2.60.	La Conciencia de Eternidad	251
2.61.	¿Libre albedrío o Predestinación?	254
2.62.	El camino de la autorrealización del Yo	257
2.63.	El problema de la Ortodoxización	260
2.64.	La destrucción de todas las seguridades cognitivas	264
2.65.	La búsqueda del perfeccionamiento permanente	270
2.66.	La idea judía de la Devekut	272
2.67.	El problema/virtud de las contradicciones	274
2.68.	Los Niveles del Alma	276
2.69.	Las conceptualizaciones de la Biná y las simbolizaciones de la Jojmá	279
2.70.	¿Cómo ingresar en el Universo de Atzilut?	282
2.71.	El Conocimiento dentro de las diferentes magnitudes dimensionales	291
2.72.	El Concepto de Coherencia	299
2.73.	Los conflictos provocados por la perspectiva de la conciencia Bet	302
2.74.	Las dependencias objetales como causa del mal	306
2.75.	La identidad fragmentaria como vehículo hacia el Ein Sof	309
2.76.	La conducta como reflejo del sistema cognitivo	317
2.77.	Las Kelipot ocultas detrás de algunas interpretaciones	320
2.78.	La función espiritual de Israel	321
2.79.	Expansión y Restricción	324

PARTE 3: EL VACÍO INTERIOR	328
3.1. El Yo y el vacío interior	329
3.2. La liberación de la psique de su percepción entrópica	331
3.3. La trascendencia del Yo	333
3.4. El problema del Ocio y las energías excedentes	335
3.5. El vacío existencial y el sentido existencial	337
3.6. El Ego y el control del Yo	339
3.7. El nihilismo del vacío existencial	342
3.8. El momento de cruzar el Abismo (el Tejom)	344
3.9. El sentido en la interioridad del Yo	346
3.10. Los aumentos constantes de los niveles de Conciencia	347
3.11. La percepción de la Eternidad	349
3.12. El Yo frente al Yo: la disociación	350
3.13. El dogmatismo de las instituciones	352
3.14. La destrucción del último miedo del Yo: la muerte física	355
3.15. La libertad del Yo o la dogmatización	356
3.16. La diferencia entre el vacío existencial y los deseos inferiores insatisfechos	361
3.17. La opción de llenar el vacío interior con los objetos inferiores	363
3.18. El sentido existencial es transpersonal	366
3.19. La soledad radical del Yo y su finitud	368
3.20. El Yo en el camino hacia lo no-conceptualizable	371
3.21. La Trascendencia: Maslow-Frankl	373
3.22. La imposibilidad de explicar la sensación de trascendencia	375
3.23. El vacío existencial	378
3.24. La feliz oportunidad del vacío existencial	380
3.25. El círculo vicioso o el círculo virtuoso	383
3.26. La materia como necesaria del universo de Asiá	386
3.27. La represión de los niveles superiores	390
3.28. La felicidad superior y la felicidad inferior	394
3.29. El sentido de las dimensiones inferiores	397
3.30. El avance del Yo	399
3.31. La anulación de las dualidades	403
3.32. La oscilación entre el espacio/tiempo y la Eternidad	405
3.33. El funcionamiento del vacío existencial/Análisis de Wilber	411
3.34. La Jojmá y el problema de las divisiones científicas modernas	415
3.35. La existencia simultánea de todos los universos	418
3.36. El Imún (El Entrenamiento)	420
3.37. ¿Dónde se encuentra la Merkabá psicológica?	423
3.38. La Conciencia subjetiva (Biná) y las pulsiones biológicas (Maljut)	425
3.39. Freud/Jung/Einstein/Maslow: diferentes percepciones del Árbol de la Vida	427
3.40. El Yo esencial y la Nada	433
3.41. Israel: la superación constante de las limitaciones	436
PARTE 4: LA FELICIDAD TRASCENDENTE	442
4.1. Tiferet frente a Keter: cuando el Yo asciende a su máxima potencialidad.	443
4.2. Los deseos finitos y la felicidad infinita	449
4.3. Las potencialidades del Yo	451
4.4. Las etapas del desarrollo de las potencialidades del Yo	453
4.5. La felicidad trascendente	462
4.6. El problema de una subjetividad inflexible	464
4.7. Las dos vías de la felicidad: trascendencia e inmanencia	466

PARTE 5: CONCLUSIONES	468
5.1. Conclusiones teóricas	496
5.2. Conclusiones prácticas	478
PARTE 6: ANÁLISIS DE LOS INFORMES DE LOS ALUMNOS	486
ANEXO: INFORMES DE LOS ALUMNOS	491
GLOSARIO	509
BIBLIOGRAFÍA	512