

## BEHAR

### ACERCA DE LA HISTORIA DE BEHAR

*Behar* significa "en la montaña". En este capítulo, "en la montaña" se refiere al Monte Sinaí, que en realidad es una de las montañas más pequeñas del mundo. Los sabios enseñan que debido a que el Monte Sinaí es tan pequeño, espiritualmente representa una falta de ego. Cuando se les preguntó a todas las montañas por qué debían ser escogidas para la inmensa revelación de Luz que tuvo lugar en la entrega de los Diez Enunciados, todas éstas dieron grandes razones por las cuales debían ser escogidas. El Monte Sinaí, al no tener ego, estaba dispuesto a ser escogido pero no se sentía merecedor de ese honor; por lo tanto, se le otorgó la enorme dádiva de ser el lugar de la Revelación. Cuando nos conectamos con este capítulo en particular, tenemos una oportunidad de hacer una conexión con la energía del Monte Sinaí mediante la renuncia a nuestro ego.

### COMENTARIO DE MICHAEL BERG SOBRE BEHAR

En el Midrash dice que cada día el Creador revela un nuevo camino, nuevos entendimientos y nuevos senderos. Esto significa que el Creador renueva la creación cada día; el marco espiritual, los caminos espirituales, la sabiduría espiritual y los entendimientos espirituales que existen el día de hoy son completamente nuevos. Estos no existían ayer. Por lo tanto, si estamos haciendo trabajo espiritual el día de hoy en los senderos de ayer, de la semana pasada o del mes pasado, no estamos conectados, porque los caminos de hoy son diferentes.

Entonces, la pregunta que surge es: ¿Cómo nos conectamos con esos caminos? ¿Cómo conectamos con el Creador en una forma que sea nueva? Los kabbalistas nos enseñan que cada momento es diferente. Por ende, una oración o una conexión nunca son iguales, porque todo el marco espiritual está cambiando constantemente. Dice en el Midrash que el Creador revela nuevas enseñanzas cada día, ya que el marco es nuevo el día de hoy, y es muy importante entender eso como un concepto: mi trabajo de hoy necesita estar conectado de algún modo con lo que el Creador creó completamente nuevo el día de hoy. Si no tenemos esa conciencia, entonces estamos haciendo el trabajo de ayer, del mes pasado, del año pasado o hasta de hace cinco años. Si no nos estamos conectando con el Creador el día de hoy, es como si estuviéramos intentando usar un mapa antiguo de hace cientos de años para llegar a algún lugar en la actualidad.

Así que, cada día, el Creador crea un mapa nuevo. ¿Cómo obtenemos este mapa nuevo y llegamos a nuestro destino del día de hoy? Al tener esta conciencia de querer

encontrar el nuevo camino del día de hoy. Entonces, el Creador nos mostrará el nuevo camino. Realmente necesitamos tener esta claridad de que hoy el Creador creó nuevos caminos de conexión. Podemos usar algunas de las herramientas que siempre están a nuestra disposición, así como podemos utilizar nuestro automóvil con un mapa nuevo o un mapa viejo. La herramienta es, por ejemplo, el vehículo; pero no es el camino. No es el mapa. El mapa es algo nuevo. Por lo tanto, lo primero que hay que entender es que el mapa es nuevo, los caminos son nuevos, y al saber que el día de hoy el Creador creó nuevos caminos, queremos encontrarlos y asegurarnos de que nuestro trabajo transcurra de acuerdo con ese mapa nuevo.

Cada aspecto de nuestra vida es parte de ese nuevo camino, y es así como debemos verlo. Por ello, si algo negativo nos sucede, la razón es porque necesitamos ese acontecimiento único para poder crear y prepararnos para recibir la Luz específica que está disponible para nosotros el día de hoy y en ese momento. Así que la próxima vez que suceda algo negativo, podemos recordar que se debe a que el Creador sabe que para que nuestra alma encuentre ese nuevo sendero que está disponible el día de hoy, necesitamos pasar por ese desvío o proceso.



### CONCIENCIA PARA LA PRÓXIMA SEMANA

Los kabbalistas enseñan que la energía de la siguiente porción de Bejukotái tiene el poder de disminuir la negatividad en el universo, si persistentemente actuamos en contra de nuestro Deseo de Recibir para Sí Mismo. Cuanto más difícil sea, más Luz revelamos. Cuando hacemos la máxima cantidad de trabajo espiritual, la Luz del Creador se asegura de que nuestras influencias positivas llenen todo el mundo. Realiza acciones dadoras esta semana y, cuando lo hagas, entrega todo de ti.

## EL ENCENDIDO DE VELAS

Encendemos las velas a una hora específica y con intenciones puras a fin de establecer una conexión con la energía disponible. Así como encendemos el interruptor de luz al entrar a una habitación oscura, el simple acto de encender las velas inicia un flujo de energía.

## LA CONEXIÓN DE LA NOCHE (KABBALAT SHABAT)

Los viernes en la noche, cantamos canciones, recitamos oraciones kabbalísticas y consumimos pan y vino que han sido bendecidos. Estos actos invitan la energía de Shabat a nuestra vida y mejoran nuestra conexión con Luz.

## LA CENA DE SHABAT

La primera de tres comidas; bendecimos el vino y el pan antes de disfrutar de nuestra cena de Shabat. Estas bendiciones kabbalísticas nos ayudan a conectar con nuestro deseo interior de compartir.

## BIRCAT HAMAZÓN (ORACIONES DESPUÉS DE COMER)

Después de comer, realizamos la oración Bircat Hamazón. Recitamos esta oración para mostrar nuestra apreciación por la comida y por nuestra conexión con la Luz.

## LA CONEXIÓN DE LA MAÑANA (SHAJARIT)

La mañana del sábado, nos reunimos para recitar oraciones y meditar en nuestra relación con la Luz. La energía que se despierta por la Conexión de la Mañana activa la fuerza espiritual de misericordia, lo que nos ayuda a alejar el caos y el juicio de nuestra vida.

## CHARLA DE CONCIENCIA

En la charla de conciencia, aprendemos acerca de la porción de la semana que leeremos durante la lectura de la Torá. Esta charla nos ayuda a entender verdaderamente las enseñanzas en la Torá y explica en detalle los principios kabbalísticos detrás de las historias.

## LECTURA DE LA TORÁ

La Torá se lee en voz alta, en hebreo, por un maestro del Centro de Kabbalah. Las historias de la Torá en realidad son códigos que, cuando se decodifican, transmiten energía y repelen la negatividad de la semana que está por comenzar.

## LA CONEXIÓN DE LA TARDE

En la Conexión de la Tarde, recitamos oraciones para fortalecer nuestra conexión luego de la lectura de la Torá.

## EL ALMUERZO DE SHABAT

Durante el almuerzo de Shabat, cantamos una serie de canciones en arameo y en hebreo, muchas de las cuales fueron escritas por los más grandes kabbalistas de la historia. Ellas nos ayudan a manifestar el aspecto del Deseo de Compartir de la Conexión de la Mañana.

## LA TERCERA COMIDA

La tercera comida es el punto más elevado de Shabat, conocida por sus asombrosas propiedades de sanación. Esto incluye una bendición para el lavado de manos, una conexión con el pan, y oraciones y meditaciones especiales para crear un cambio positivo dentro de nosotros y en toda la humanidad.

## LA CONEXIÓN DE LA NOCHE

La Conexión de la Noche consiste de oraciones y canciones kabbalísticas únicas. Recitarlas concluye el Shabat y nos ayuda a determinar nuestra energía para la semana entrante.

## LA HAVDALÁ

Havdalá se refiere a la declaración verbal que se hace al final de Shabat y que se recita una vez que el sol se pone el sábado por la noche. Recitamos la Havdalá para demostrar nuestra apreciación por la Luz y para pedir sustento espiritual para la semana que comienza.