

JAYÉI SARÁ

ACERCA DE LA HISTORIA DE JAYÉI SARÁ

Veamos por qué esta sección se llama "Las vidas de Sará" y por qué solo prestamos nuestra atención a la vida de Sará después de su muerte. Debemos entender que, según la Kabbalah, la vida y la muerte pueden existir en muchos niveles. Una persona que ha abandonado este mundo puede estar muy viva en nuestro corazón y nuestra mente. Cuando recordamos a alguien que ha fallecido, mantenemos viva a esa persona. El significado de la vida y la muerte no debe limitarse a la dimensión física.

COMENTARIO DE MICHAEL BERG SOBRE JAYÉI SARÁ

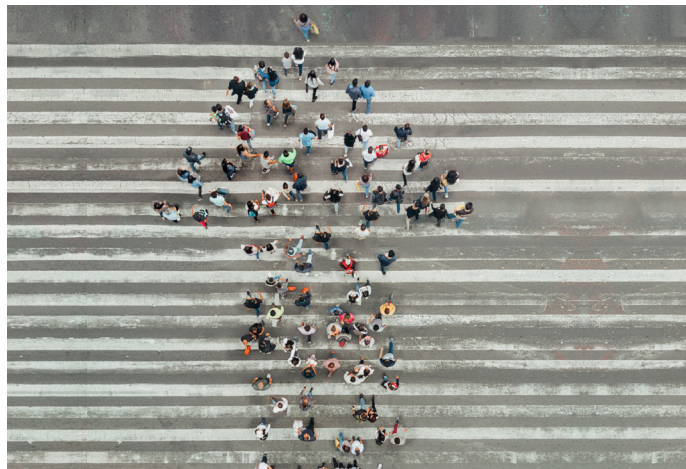
La porción de esta semana se llama Jayéi Sará, la vida de Sará. Al conectarnos con este Shabat, obtenemos la energía para despertar cada día con un tipo de conciencia, una conciencia que pueda elevar a todo el mundo.

Los kabbalistas enseñan que la mayoría de las personas creemos que vivimos nuestra propia vida. No obstante, el verdadero propósito de la vida no es vivir tu propia vida —ni vivir tu propio día, tu propia semana, tu propio mes— sino vivir por el mundo. Así es cómo Sará vivió. La conciencia de Sará al despertar cada mañana era por su conexión y la Luz para elevar a todo el mundo, no solo a sí misma. Ella inyectaba su energía y sabiduría al día para que todos pudieran recibirla. Esto es lo que significa "la vida de Sará". La Torá repite las palabras "shenéi Jayéi Sará" porque, en esos 127 años que Sará estuvo en este mundo, el mundo se alimentó de sus días. Cada individuo, cuando comenzaba su día, lo iniciaba más elevado gracias a ella.

Así es cómo nosotros tenemos que ver nuestros días. Cada uno de nosotros, sin importar dónde nos encontremos en nuestro trabajo espiritual, tiene que

asegurarse de que no vivamos simplemente nuestros días para nosotros mismos. Cada día, al despertar en la mañana, debemos tener la conciencia de desear que nuestro trabajo eleve al mundo, desear invertir nuestro trabajo y nuestra Luz en el día.

La enseñanza importante que queremos obtener esta semana es que tenemos que vivir nuestra vida no solo para nosotros, sino para el mundo. Debemos ser como Sará, facilitar la elevación de todas las personas. Esta debe ser la conciencia de nuestra vida, de todo lo que hacemos. Cada vez que te conectas con el Zóhar, cada vez que realizas una acción dadora, recuerda que no la estás haciendo solo por ti. Estás tomado esa Luz que revelas y la estás inyectando en el día; y con ella, elevas a todo el mundo a un lugar más alto.



CONCIENCIA PARA LA PRÓXIMA SEMANA

La próxima porción de Toldot nos ayuda a ser pacientes mientras esperamos la solución de la Luz a nuestros desafíos. Con certeza en la Luz, atraemos una energía que nos ubica en el mejor escenario posible para superar los obstáculos; incluso si toma un poco más de tiempo. Esta semana, nos esforzamos en aceptar que la Luz obra a nuestro favor y adoptamos la certeza en el panorama completo.

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.