

## VAYERÁ

### ACERCA DE LA HISTORIA DE VAYERÁ

Esta sección tiene capas muy profundas de significado, y nos ofrece numerosas lecciones y Luz espiritual para nuestra vida. Un simple versículo puede descifrarse y estudiarse durante años, y aun así no habrá entregado todos sus tesoros espirituales. Cuando la Luz del Zóhar se pone en buen uso —como ocurre ahora— incluso los indignos se salvan, pues son purificados por los esfuerzos que hacemos cada día a través del enorme poder de este Libro Sagrado y de las acciones altruistas de Avraham el Patriarca.

### COMENTARIO DE MICHAEL BERG SOBRE VAYERÁ

La porción de Vayerá nos recuerda una de las partes importantes de nuestro trabajo espiritual, que es dejar de lado nuestro deseo cuando se enfrenta al deseo del Creador. Todos tenemos deseos y necesidades que son satisfechos o no. Pero, a fin de que ocurra un verdadero crecimiento espiritual, debe existir tanto un deseo como la eliminación de nuestros deseos ante los deseos del Creador.

A menos que una parte constante de nuestro trabajo espiritual sea encontrar lo que estamos dispuestos a entregar para poder permitir que se revele más Luz del Creador en este mundo, no estamos verdaderamente revelando Luz. Tenemos que hacernos la siguiente pregunta: ¿En qué áreas de mi vida estoy haciendo a un lado mi propio deseo para permitir que la Luz del Creador se revele?

En este Shabat, queremos pedir que recibamos la fortaleza para anular nuestro deseo frente al deseo del Creador. Cuando una persona comienza a vivir de verdad su vida de esta forma, cuando cada día de su vida está anulando este nivel de deseo para permitir que se revele más Luz del Creador, llega un

punto en el que, cuando esa persona tiene un deseo verdadero e importante, el Creador anula cualquier juicio o negatividad que esté delante del individuo. Ese es el regalo y la bendición que podemos recibir al vivir de esta forma. Y ese es el regalo que obtenemos en este Shabat.



### CONCIENCIA PARA LA PRÓXIMA SEMANA

La siguiente porción del Zóhar, Jayéi Sará, nos motiva a vivir por el mundo entero y no solo por nosotros únicamente. La energía de esta semana amplifica nuestra Luz interna para toda la humanidad. Este es un tiempo para ser extremadamente cuidadosos con nuestras palabras y acciones, ya que, si elevamos nuestra conciencia, elevamos la conciencia de todo el mundo.

## 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.