

## VAYETSÉ

### ACERCA DE LA HISTORIA DE VAYETSÉ

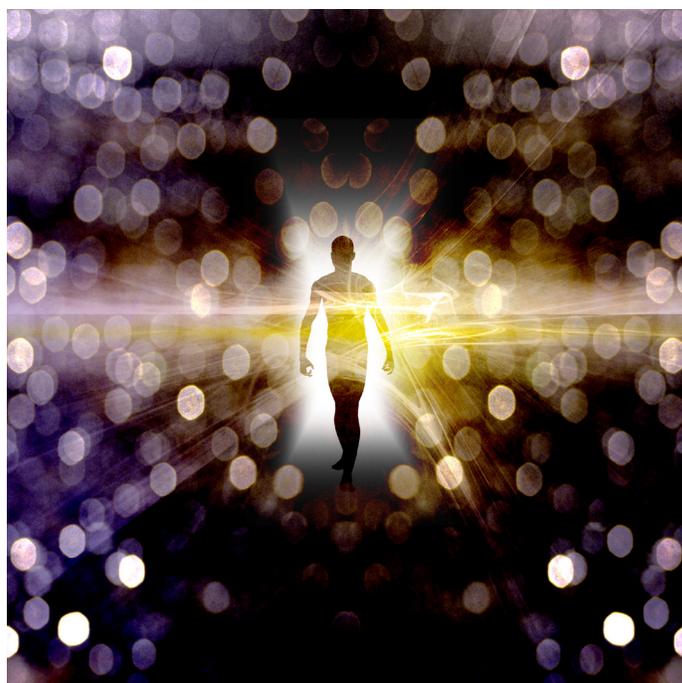
Vayetsé significa "él salió". El mensaje para la humanidad es que solo cuando "salimos" de nosotros mismos, cuando abandonamos nuestra zona de confort y trascendemos nuestra naturaleza y nuestros deseos egoístas, iniciamos nuestro verdadero viaje espiritual. En esta historia, Yaakov tuvo que "salir" para embarcarse en su camino hacia convertirse en "Israel": el conducto de energía para la nación de Israel. Al conectarnos con esta lectura particular, podemos adquirir el poder para dejar atrás nuestra naturaleza imperfecta con el fin de hacer un cambio drástico en nuestra vida y crear un nuevo destino.

### COMENTARIO DE MICHAEL BERG SOBRE VAYETSÉ

La porción de Vayetsé dice que Yaakov tiene un sueño, y luego despierta. En el sueño, él ve una escalera y ángeles que ascienden y descienden por ella. El Zóhar nos dice que este lugar, tanto el espacio físico como el momento, estaba destinado a revelar gran Luz. Tanto la Torá como el Zóhar dicen que Yaakov despierta de su sueño y se recrimina a sí mismo: "¡El Creador está aquí también! ¿Cómo no lo supe? ¿Por qué me permití dormir?".

¿Por qué Yaakov se recrimina el no saber que ese era un lugar y un momento tan poderosos? No sabemos cuándo y dónde Luz poderosa será revelada. El Zóhar explica que hay un secreto en lo que Yaakov se dice a sí mismo. Cuando Yaakov dice "Yo no lo sabía", es como si estuviera preguntando: "¿Cómo puede ser que todo esto me haya sido revelado a mí y yo no me esforcé por conocer más, por perfeccionar mi conexión?".

Lo que Yaakov se dijo a sí mismo es algo que debemos preguntarnos cada día, todo el tiempo. Lo que Yaakov nos entrega en este Shabat, y el secreto de las palabras que está diciendo, nos dice el Zóhar, es una conciencia para esforzarnos de una manera completamente distinta hacia la perfección.



### CONCIENCIA PARA LA PRÓXIMA SEMANA

La porción del Zóhar de la próxima semana, Vayishlaj, contiene la energía de los ángeles (o asistencia espiritual) y protección. Al practicar la restricción del ego, atraemos el sutil apoyo de los ángeles. Esta semana, recuerda combatir tu ego en cada situación y realiza más acciones dadoras.

## 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.