



Kabaláh el arte de la Presencia



**TRABAJO
ESPIRITUAL DE
CADA MES, SEGÚN
LA KABALÁH**

**MES DE ELUL
VIRGO**

Portal Hinéni





GRUPO EMET

Grupo de estudios kabalísticos

KABALÁH el arte de la Presencia

קבלה
אמת



Portal Hinéni

¿QUIÉNES SOMOS?



IONE SZALAY
*Fundador de la escuela
internacional de Kabaláh*
PORTAL HINÉNI
(Fallecido el 4 de Julio de 2014)



María Carmen-Rajel Blasco
Grupo Emet – Barcelona
Directora de Portal Hinéni - España
maricarmen-rajel@grupoemet.es

<http://www.grupoemet.es>

ROSH JODESH

La luna, en el calendario judío, es la que indica los meses. “*Jodesh*”, que viene de la raíz hebrea “*Jadash*”, significa nuevo, cambio, diferente. *Rosh Jodesh* significa “Cabeza de mes”.



Rosh Jodesh

יהוה

Huhivayj

Activar la protección pronunciando estas 2 frases con la permutación correcta del tetragrama correspondiente al mes

(Código de 42 letras)

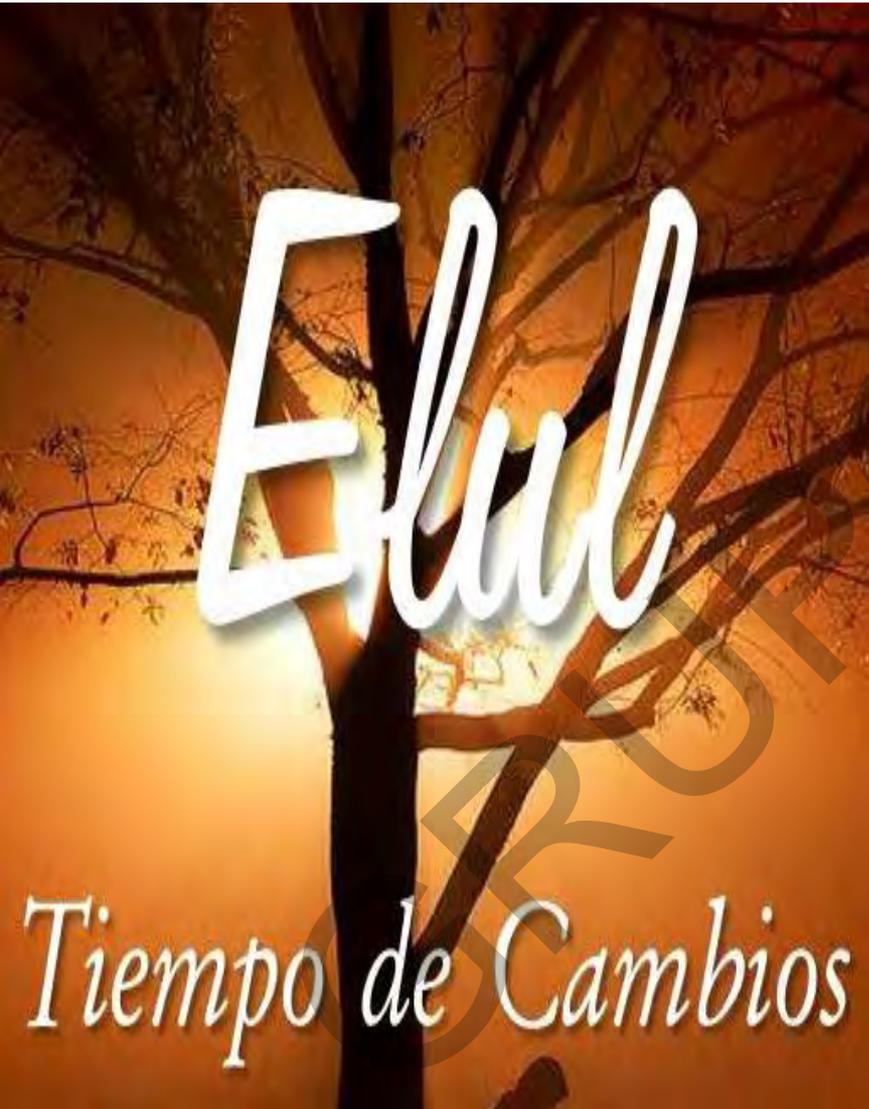
יה יהוה צבאות אלהי ישראל אלהים חיים ומלך עולם אל שדי

Ya YHVH Tsevaot Elohei Israel Elohim jayim umelej ulam
El Shaday.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם עושה מעשה בראשית

Baruj ata YHVH Elohenu melej haolam ose maase bereshit.

TIEMPO DE CAMBIOS



Los pensamientos y acciones que tenemos hoy son las semillas que se convierten en los retos o bendiciones de nuestro futuro. En el mes de Elul-Virgo, tenemos la oportunidad de regresar al momento que plantamos esas semillas, cambiar la conciencia y tener un porvenir más positivo. El calendario Kabalista está basado en los ciclos de la luna, y cada mes nos afecta de manera distinta. La conexión de la Luna Nueva nos ofrece conciencia y meditaciones especiales para ayudarnos a usar la energía del mes para alcanzar una mayor felicidad y satisfacción.

• ELUL - VIRGO

El mes de *Elul* es el sexto mes del calendario judío. Empieza 24 de Agosto al atardecer.

Elul sigue a los meses *Tamuz* y *Av*, los meses donde tuvieron lugar los dos grandes pecados de Israel, el del becerro de oro y el de los espías.

También *Elul* es el último mes del calendario hebreo, contando desde *Tishrei*.



● RECUENTO

El Año Nuevo se está acercando rápidamente (29 de Elul), y este es el momento para hacer un recuento de nuestras acciones del año pasado y reparar nuestras sendas.

Aunque el objetivo es arrepentirse, debemos ser capaces de identificar dónde nos equivocamos.



• ELUL - אלול

Es llamado "el mes del arrepentimiento", "el mes de la misericordia" y "el mes del perdón".

Este mes precede a *Rosh Hashaná*, el día del juicio universal. Siempre ha sido una época de balance espiritual, durante la cual pasamos revista, hacemos un inventario de nuestra situación espiritual y moral, tratando de prepararnos lo mejor posible para semejante momento.

La energía del mes de *Elul* nos invita al cambio interior que se debe manifestar en nuestra vida cotidiana.



ELUL - RECTIFICAR

***Elul* también significa “rectificación, reparar algo”. Es el mes anterior a las Grandes Festividades de *Tishrei*, y está dedicado a reparar nuestros senderos. A algunas personas les gusta reparar cosas que no funcionan, otras piensan que comprar cosas nuevas es mejor.**

אֵלּוּל

● ELUL - EXPLORAR

El nombre *Elul* proviene de la raíz aramea “*veelilu*” que significa “para explorar”, tal como en el hebreo “*veyaturu*”, utilizado en (*Bamidbar/Números 13:1*): “Que ellos exploren la tierra”.

En este mes estamos llamados a explorar en forma exhaustiva el curso de nuestras vidas, para determinar cuáles son los aspectos que requieren mejora y rectificación.

אֵלּוּל

● BUSCAR, RECONOCER

La palabra *Elul* significa, en idioma arameo "buscar": "*Reconocerán la tierra de Canaán*" (números 13:2), cuya traducción al arameo es "*Lealelún*".

Y ésta es la tarea de todo el que quiere corregir sus acciones y trabajar sobre su persona: primero debe buscar y reconocer sus faltas y sus carencias, para después intentar corregirlas.



REGRESANDO A CASA



La energía de *Elul* nos ayuda y prepara para regresar a Casa. En este mes descubrimos nuevamente a Dios después de un período muy largo de haberlo abandonado o por lo menos, de haberlo ignorado.

En el mes de *Av*, que precede a *Elul*, nuestra relación con Dios se ha deteriorado, debido a la idolatría y a la destrucción del templo.

Llegó el momento de retomar la energía de regreso a la conexión con Dios.

ARREPENTIMIENTO

Este mes es conocido como el del “arrepentimiento”. En el próximo mes de *Tishrei* (el signo de Virgo), seremos juzgados. Por lo tanto, debemos primero purificarnos.

Podemos ser apáticos durante el mes de *Elul*, el motivo es que sabemos que no somos perfectos.

Todos sabemos que nos acercamos al día de juicio con una carreta llena de acciones negativas.

¿Por qué pensamos que podremos entrar por las Puertas de la Misericordia?



● CORTAR



Para el arrepentimiento y en el trabajo espiritual, debe existir un orden. Primero cortar, como en la circuncisión, *“y circuncidarás el prepucio de vuestros corazones”*, extirpar el mal revelado en la psiquis.

• AYUDA ESPECIAL

Pero después, hay que seguir desarraigando, y llegar al “mal oculto”, en el inconsciente de la psiquis, como la membrana delgada que se retira en el *Brit Miláh*, la circuncisión, y para esto hace falta una ayuda especial de lo Alto.



• ENERGÍA DE ELUL

“Y circuncidó יהוה tu Dios, tu corazón y el corazón de tu descendencia”

ומל יהוה אלהיך את לבב ואת לבב זרעך

Dentro de esta frase vemos que las iniciales de tres palabras seguidas contenidas en ella forman la palabra *Elul*-אלול.



• UNIÓN

En este trabajo de rectificación adquirimos la Toráh y también ella nos adquiere a nosotros, como el casamiento del novio y la novia, tal es la alusión principal del mes de *Elul*:



אני לדודי ודודי לי

“Aní ledodí vedodí lí”

“Yo soy para mi amado y
mi amado es para mí”.

● RETORNO

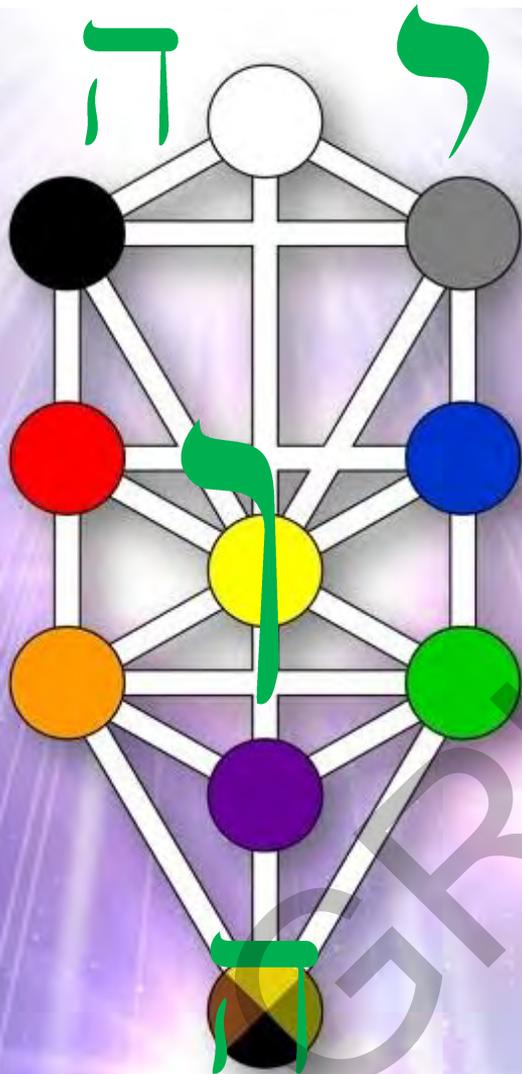
“Yo soy para mi amado y mi amado es para mí”.

En otras palabras, es una oportunidad de enlazarnos con el sistema de nuevo, por eso es el mes de la Teshuváh, que quiere “Tashuv He”, lo que puede ser traducido por retorno de la Hé-ה.

2:16



RE-UNIR



Sabemos que el nombre de HaShem revelado más elevado es יהוה, y también que este nombre revela no a una persona, sino a un sistema conformado por 4 mundos o dimensiones. Por tanto, esto implica que la última Hé-ה de יהוה, que corresponde a Máljut se encuentra en estado de caída, separada, durante este mes tenemos la oportunidad de re-unirla con los Mundos Superiores, es volver a la primera Hé-ה que se encuentra en Bináh, unir ambas.

● BENEVOLENCIA

El día 1 del mes de *Elul* (25 de agosto 2025), comienza a proyectarse sobre el mundo un período de mucha benevolencia por parte de *HaShem*.

Este lapso propicio se prolonga hasta después de la culminación del “Día del Perdón” *Yom Kipur*, que se celebra el día 10 de *Tishrei*, que es el mes siguiente a *Elul* (10 de Octubre).



● 40 DÍAS

Teniendo en cuenta que el mes de *Elul* tiene 30 días, entendemos que, desde el 1 de *Elul* hasta el 10 de *Tishrei* hay 40 días.

Resulta que los días de mucha benevolencia, por parte de Dios, son 40.

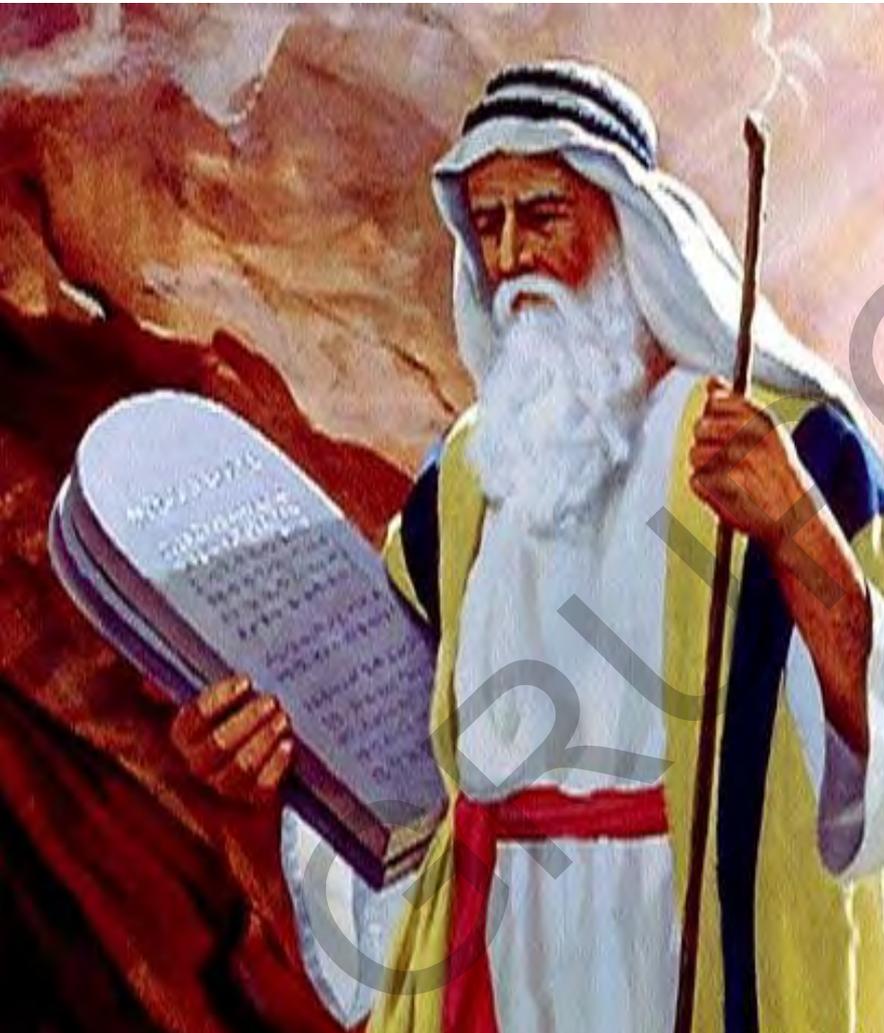


MOTIVO

El motivo de la buena voluntad de Dios en estos 40 días, se debe a que el 1 de *Elul*, *Moshéh* subió al monte *Sinaí* para recibir las segundas Tablas de la Ley. Las primeras tablas, *Moshéh* las rompió cuando descendió del monte y vio que los hijos de *Israel* habían construido un becerro de oro para rendirle culto.



• CONSAGRADOS



La segunda vez, al igual que la primera, *Moshéh* permaneció en las alturas celestiales (*Sinaí*) 40 días. El día 40, cuando *Moshéh* descendió con las segundas Tablas de la Ley, era 10 de *Tishrei*. En esta fecha culminó la expiación por el pecado cometido con el becerro de oro. Desde entonces, estos días fueron consagrados como de mucha benevolencia por parte de Dios.

• SEGUNDAS TABLAS

Las primeras tablas, entregadas en *Siván*, fueron quebradas (a causa del pecado); las segundas, dadas a *Moshéh* en *Elul* (el mes del arrepentimiento) están enteras.

El arrepentimiento es identificado en Kabaláh con la “madre”, en general, y con la matriarca *Rebeca* en particular.

El principio femenino, o Madre, corresponde a la *Sefirá* de *Bináh*, cuya guematría es 67, la misma de la palabra *Elul*.



EMPEZAR DE NUEVO

***Elul* nos ofrece la oportunidad de prepararnos para *Rosh Hashaná* o año nuevo, y el Día del Perdón. Si utilizamos la energía de este mes correctamente, nos preparará para empezar de nuevo.**

Históricamente la recepción de las segundas Tablas, marcan la posibilidad de un nuevo comienzo, de crear una realidad completamente renovada, ya que Dios había decretado el exterminio y destrucción del pueblo de *Israel*, debido a su caída por la adoración al becerro de oro. Dios en su infinita misericordia, escucha a *Moshéh* y perdona, ofreciendo una nueva oportunidad.

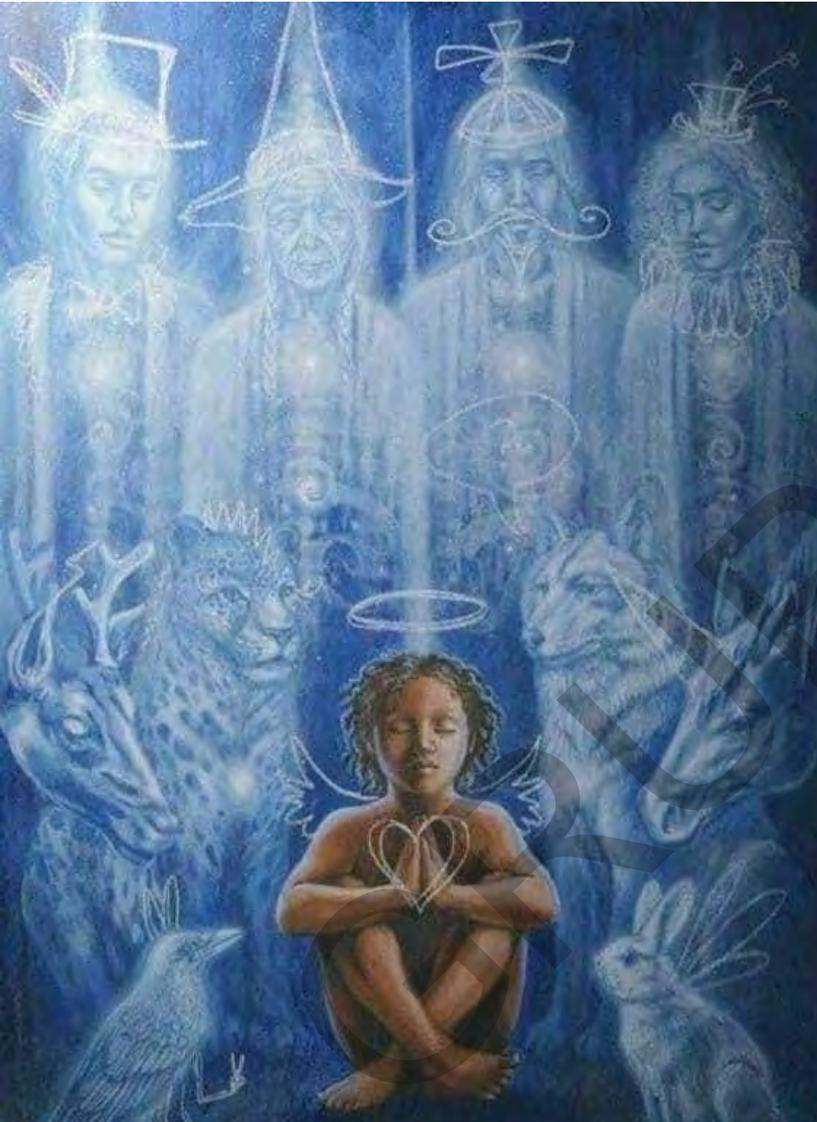


40 DÍAS ANTES DE YOM KIPUR

Además de la energía propia del Rosh Jodesh, el día 1 de Elul (que en 2025 comienza el 24 de agosto al anochecer), es una de las oportunidades más importantes del año para cambiar nuestro futuro, ya que tiene lugar exactamente 40 días antes de Yom Kipur. Los kabalistas develaron hace siglos lo que debemos hacer esa noche antes de dormirnos para lograr esa transformación.



● PEDIR A NUESTRA ALMA



Lo que queramos se debe pedir a nuestra alma, y hay que hacerlo en el momento justo en que pasamos de la vigilia al sueño (el domingo 24 de agosto al irte a dormir, aunque sean más de las 12).

Aprovechando que el alma sale de nuestro cuerpo y se dirige a los mundos superiores, le solicitamos que de allí nos traiga lo que necesitamos para nuestro crecimiento espiritual, ya sea encontrar una solución a algo que nos afecta, recibir ideas para hacer cambios en nuestras vidas, etc.

● 40 DÍAS

Nuestra alma viaja a un lugar donde todo existe y es posible, por lo tanto, no hay que pedir cosas pequeñas, limitadas o egoístas (generalmente uno pide poco si sólo está pensando en satisfacción para sí mismo y no en dar a muchos).

La manifestación de los pedidos realizados de esta manera tiene un proceso metafísico de 40 días, por lo que como ya dijimos, coincidirá y será potenciado por la energía disponible en Yom Kipur.



• NO ESTAR PENDIENTES



Después de hacer el pedido hay que olvidarse y no estar pendientes del mismo, de cómo va a llegar ni de la cantidad de días que faltan.

El sistema tiene su manera perfecta de traernos todo lo que necesitamos para evolucionar.

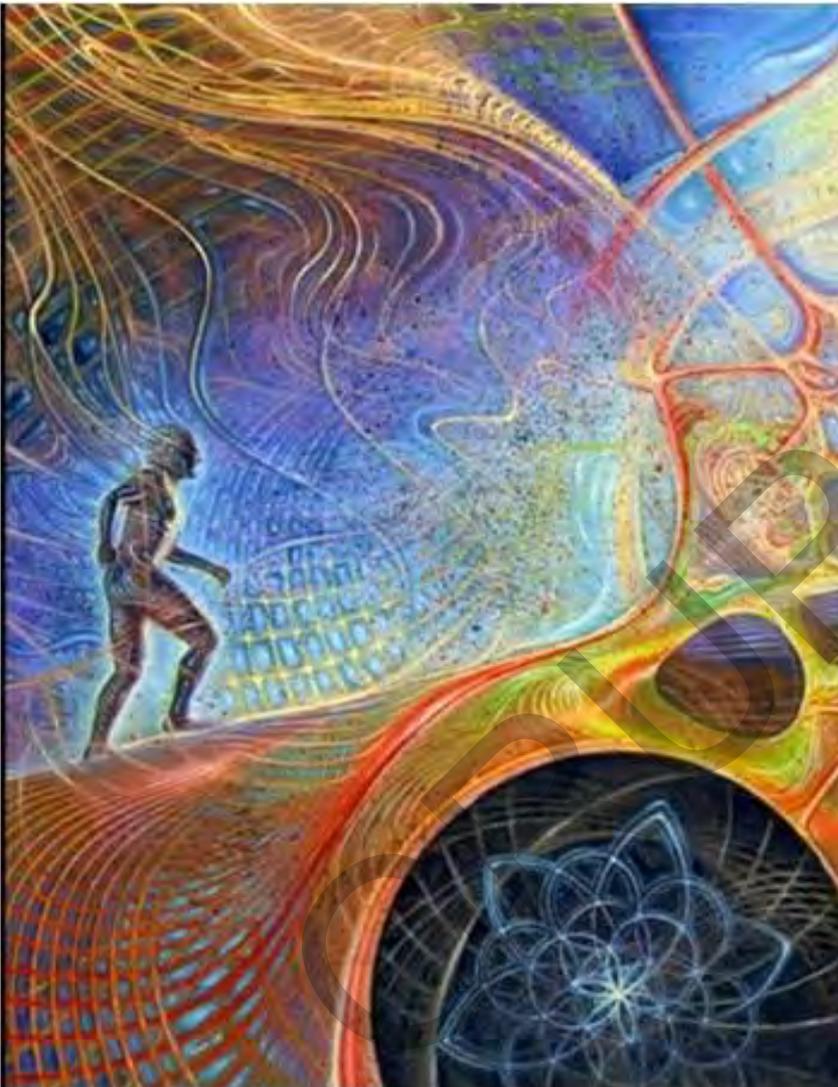
● ZOHAR

El Zóhar explica que cuanto más prepares tu alma durante el mes que antecede a Rosh Hashaná (23 de septiembre 2025, al anochecer), mayores serán las bendiciones en el año entrante. La Kabbalah enseña que la vasija que una persona posee para recibir energía el próximo año está basada en su conciencia a lo largo del último mes del año que concluye.

Al dedicar tiempo en el mes de Elul a prestar atención a los detalles, entrar en contacto con nuestra naturaleza divina y observar el efecto que nuestra conducta tiene en los demás, podemos garantizar que nuestro nuevo año esté lleno de la energía y las situaciones adecuadas.



● 40 DÍAS DE INTROSPECCIÓN



Se trata de un periodo de introspección y Teshuváh-Arrepentimiento, pero más exactamente significa “Retorno” ¿Retorno a dónde? Retorno a nuestra esencia espiritual, a la raíz de nuestra Neshamáh. Es un tiempo propicio para profundizar en nosotros mismos y hacer los cambios pertinentes en nuestras vidas para realinearnos con nuestra naturaleza espiritual.

Todo este trabajo que propongo, está basado en estudios del kabalista Eduardo Madirolas y otros maestros.

• 40 DÍAS



En el contexto bíblico este periodo se corresponde con los 40 días que Moisés permaneció en el Sinaí (por tercera vez) haciendo teshuváh por el pueblo de Israel después del episodio del becerro de oro. Ascendió el primer día de Elul y una vez alcanzada la reconciliación con lo Divino, descendió el 10 de Tishrei, día de Yom Kipur llevando las segundas Tablas de la Ley, símbolo de reconexión. Cuarenta días es un periodo de renovación, de nuevo comienzo, en el que podemos concebir y dar a luz a una versión más completa y auténtica de nosotros mismos, integrando todos los aspectos de nuestra naturaleza.

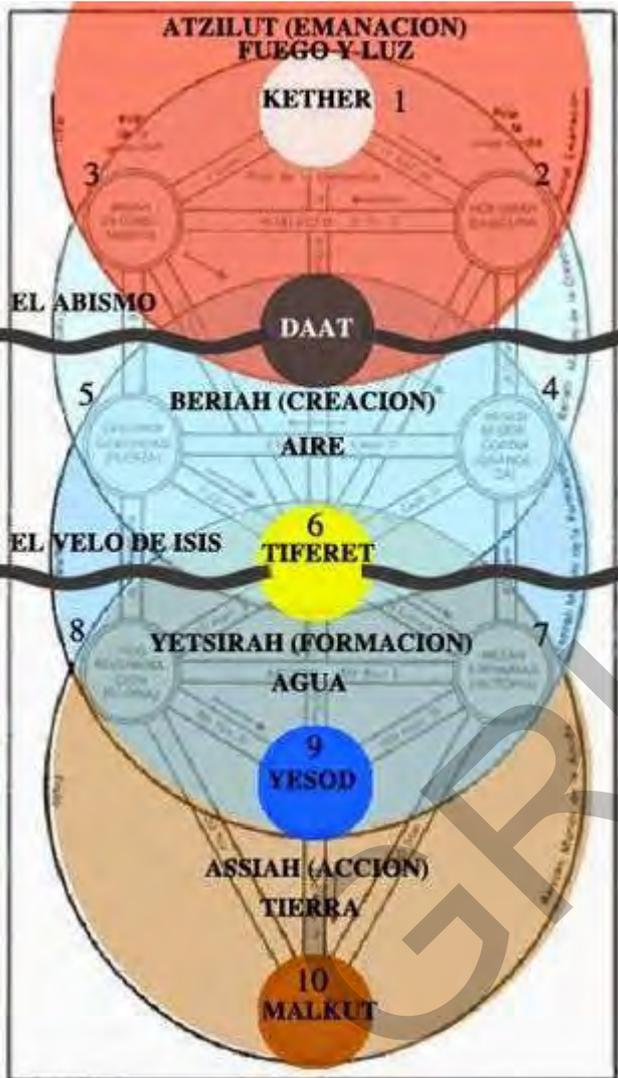
● CUATRO MUNDOS

Hay un **Árbol de la Vida** en cada mundo, 40 Sefirot en total. Durante estos 40 días se nos propone un trabajo de ascenso por los 40 Sefirot del **Árbol de la Vida**, una sefiráh por día.

Para cada día se proponen una serie de trabajos de diversa índole y a varios niveles, que ha sido desarrollado como un programa de desarrollo espiritual y personal.



ASIÁH: LOS PRIMEROS 10 DÍAS



Mundo de la Acción, fabricación de las cosas materiales.

Estos 10 días están enfocados en la materia, en el cuerpo, en los actos.

Es la Tierra, mi barro, mi vehículo.

Deben ser dirigidos al tiempo lineal, de calendario, de reloj, a ser puntual, al elemento tierra.

● DÍA 1: MÁLJUT DE ASIÁH

Solemos ser nuestros peores enemigos y nuestros críticos más despiadados.

La duda y el odio hacia uno mismo puede ser uno de los mayores obstáculos en la vida.

Atrévete a cambiar. Hoy ve solamente lo bueno que hay en ti. Cuando te concentras en lo que está bien, observarás cómo es mucho más fácil amarte a ti mismo.

Recuerda solo lo bueno.

**Rectificación de cualidades negativas:
inercia, codicia, deseo de bienes.**

**Cualidades positivas a desarrollar:
desprendimiento, templanza, progreso.**



• DÍA 2: YESOD DE ASIÁH



Hoy elije a una persona que quieras mucho, puede ser un amigo, tu esposo/a, y busca una manera de hacer algo especial para ella, algo que le haga saber cuánto la quieres.

Cuando compartes la Luz con otra persona, aumentas la Luz en el mundo.

Rectifica tus cualidades negativas: Envidia, pereza, dependencia.

Desarrolla tus cualidades positivas: Control de los instintos, diligencia, constancia, control sobre los juicios..., constancia

Recupera la visión de tus deseos. Toma acción para resolver un trámite. Embellece tus relaciones...

Hoy tararea una melodía inventada. Baila “zumba”, haz ejercicio de caderas.

● DÍA 3: HOD DE ASIÁH

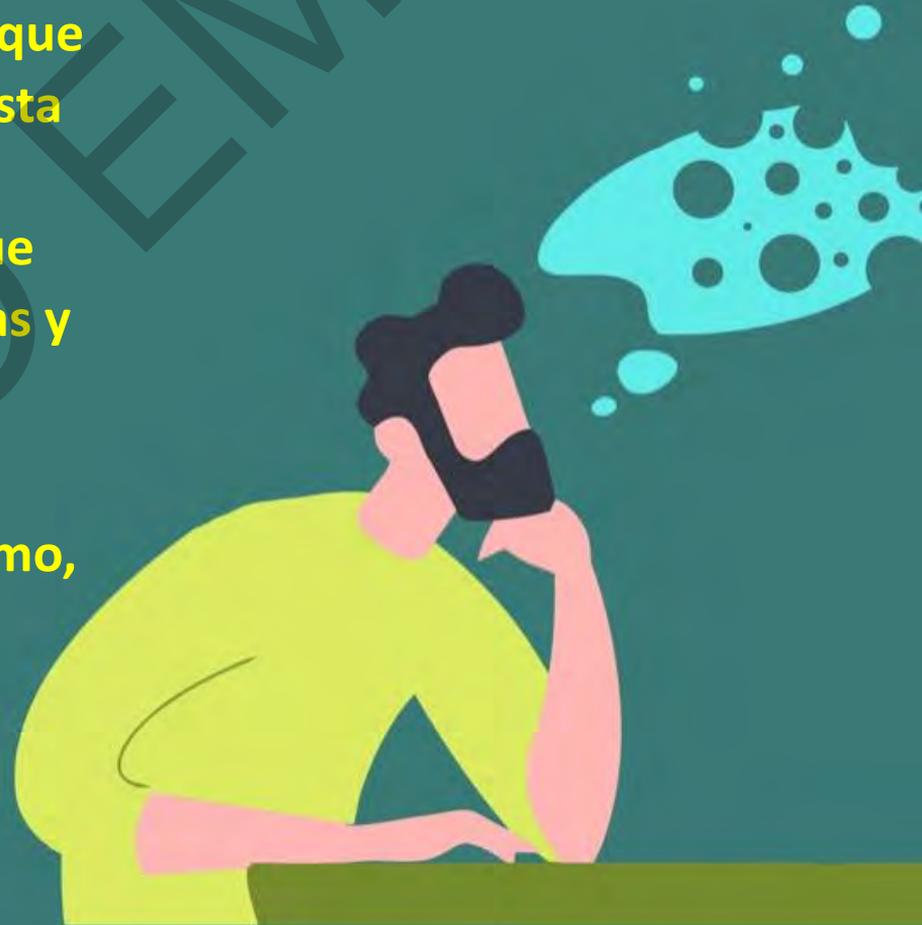
¿Qué deseas manifestar este año? Concéntrate en una cosa e imagina que ya es tuyo. ¿Cómo se siente? Recuerda esta sensación agradable a lo largo del día.

La Confianza en HaShem y la energía que emitas al hacer esto atraerá a las personas y situaciones adecuadas a tu vida.

Rectificación de cualidades negativas: mentira, habla negativa, duda, escepticismo, robo.

Cualidades positivas a desarrollar: honestidad, veracidad Pensar bien. Comunicación.

Recapitula sobre tu infancia.



● DÍA 4: NÉTZAJ DE ASIÁH



Llama a un buen amigo y pregúntale qué cree que deberías mejorar. Sin importar cuán difícil de escuchar sea su respuesta, agrádecele su sinceridad. Ahora considera los pasos que puedes dar hacia la mejora personal.

Rectificación de cualidades negativas: lujuria, egoísmo, ausencia de emociones.

Cualidades positivas a desarrollar:

Empatía, sensibilidad De la lucha a la inspiración.

Descubrir el poder de las emociones y aprender a transformar las negativas

Préstale a alguien si te pide, el esfuerzo se convierte en servicio. Escribe una carta para alguien a quien hace mucho no ves o no le hablas. Invita a alguien a tomar un café y sólo escucha.

● DÍA 5: TIFERET DE ASIÁH

Cada obstáculo que tienes con otra persona es un obstáculo entre la Luz y tú. Con toda la diplomacia posible, aborda a algunas de estas personas y hazles saber que si las has lastimado u ofendido, lo lamentas sinceramente. Entiende por qué se sienten heridos y acepta que les has causado ese dolor, sin poner excusas.

Ya sea que ellos acepten tus disculpas o no, tu humildad revela Luz para ambos.

Rectificación de cualidades negativas: orgullo, falta de autoestima, huida de uno mismo.

Cualidades positivas a desarrollar: Apertura al otro, humildad, compasión.

Eliminar las dudas, la insatisfacción, el miedo. Escribe las cosas que de corazón has querido hacer y hasta hoy no has hecho. Intenta una.



• DÍA 6: GUÉVURAH DE ASIÁH



Cada obstáculo que tienes con otra persona es un obstáculo entre la Luz y tú. Con toda la diplomacia posible, aborda a algunas de estas personas y hazles saber que si las has lastimado u ofendido, lo lamentas sinceramente. Entiende por qué se sienten heridos y acepta que les has causado ese dolor, sin poner excusas. Ya sea que ellos acepten tus disculpas o no, tu humildad revela Luz para ambos. Observa una mejora en alguien cercano y cuéntale que has notado el cambio. Es muy importante observar sin juicio, con inteligencia y amor.

Rectificación de cualidades negativas: odio, crueldad, ira, venganza. Fin de los juicios. Empujar los límites de una creencia. No caer en la trampa de las comparaciones.

Cualidades positivas a desarrollar:

autocontrol, dominio de emociones negativas.

El punto de partida del cambio verdadero:

la responsabilidad. Pide perdón a alguien a quien ofendiste o hiciste algún daño. Confronta a alguien que te hizo daño y perdona... deja ir.

Corta algún lazo que no te aporta nada.

● DÍA 7: JÉSED DE ASIÁH

La gratitud y el aprecio son algunos ANTÍDOTOS poderosos para la depresión, la desdicha y la insatisfacción. Cuando estás ocupado mirando lo bueno, especialmente lo bueno que los demás han hecho por ti, tu atención se aparta de tus carencias. ¿Cuáles son algunas de las cosas por las que te sientes agradecido en tu vida?

En la vida debemos cruzar un por puente muy angosto. Lo más importante es no tener miedo.
(Likutey Moharán II, 48).

Rectificación de cualidades negativas: glotonería, hipocresía, despotismo, fanatismo.

Cualidades positivas a desarrollar: generosidad, tzedakáh, obediencia. Bondad. Capacidad de dar.
Crea tu propio rezo. Al despertar da gracias por un día más de vida, hazlo valer. Prende una vela y agradece tu estado de salud.



● DÍA 8: BINÁH DE ASIÁH



Nuestros Sabios nos dicen: "Un momento de "retorno" y buenas acciones en este mundo, valen más que toda la vida en el mundo venidero" (Pirkei Avot 4:17).

Nuestra conciencia y comportamiento crean nuestras experiencias de vida. Durante día de hoy siembra semillas positivas y demuestra bondad gratuita con la mayor cantidad de personas posibles.

Rectificación de cualidades negativas: tristeza, depresión, inmovilismo.

Cualidades positivas a desarrollar: seguridad en el objetivo espiritual y en la realización del Tikún.

Abrirse a una nueva conciencia.

Cuando te duches hazlo por todos los que no tienen agua caliente o aseo.

Inhala profundo y aguanta la respiración, piensa en una palabra te hará entender algo.

• DÍA 9: JOJMÁH DE ASIÁH

Sal de tu comodidad al ser enormemente paciente y amoroso con cada persona que te encuentres el día de hoy. ¡Qué buena y agradable es la paciencia! Esta es una buena cualidad que toda persona necesita, el grande según su grandeza y el pequeño de acuerdo a su pequeñez.

Rectificación de cualidades negativas: futilidad, falta de sentido o propósito, el cambio por el cambio.

Cualidades positivas a desarrollar: Confianza.

Ten confianza en ti mismo, tú eres lo único con lo que cuentas para tu evolución. Estar conscientes que siempre vivimos en Su Presencia Aceptación. Las cosas son como son, después cada uno interpreta según su percepción, siempre parcial y subjetiva.

Lee un libro que te exija reflexión. Riega tus plantas y habla con ellas. Haz tu quehacer y antes de retirarte, contempla que todo está bien.

Que mi **paciencia** sea
siempre mayor que mis
ganas de mandar a todos
a volar!



● DÍA 10: KÉTER DE ASIÁH



Busca en tu interior y observa si puedes recordar algunos eventos emocionalmente cargados en tu pasado que temas afrontar. Esas películas viejas tienden a repetirse hasta que son resueltas. Rectificación de cualidades negativas: el vacío estéril, la desconexión con la Luz; el idealismo utópico escapista.

Cualidades positivas a desarrollar: Apertura a lo espiritual... Consagra tu vida a Dios.

Jugar tu mejor papel. Ejerce la mejor versión de ti mismo. Vivir en Armonía. Transformar la vida cotidiana en una realidad alegre.

Tu nuevo proyecto para los siguientes 10 días.

Contempla el atardecer y escribe tus 10 agradecimientos más importantes.

Antes de dormir haz un recuento de cómo estuvo el día y sonríe ¡Amén!

• YETZIRÁH 10 DÍA SIGUIENTES...

Estos 10 días abordarán la psique, el intelecto, las emociones, las relaciones, la mente dual, la sexualidad, la imaginación, y con ella la posibilidad de ensoñar mundos que podamos habitar, tan increíbles como tu corazón y tu mente te lo permitan; aprendamos a regalarnos a nosotros mismos una buena vida, es decisión de cada uno, podemos elegir.



● DÍA 11: MÁLJUT DE YETZIRÁH

**Hoy no respondas a ninguna crítica,
y mantente alejado de las disputas;
simplemente toma nota de los
comentarios, sin importar lo que la gente
te diga.**

**Cualidades positivas a desarrollar:
Discriminación, sensibilidad espiritual,
trabajo espiritual. Templanza. Progreso.
Prepara tu alimento favorito de cuando
eras pequeño y saboréalo.**

**Experiencia espiritual:
Visión y conversación con el Santo Ángel
Guardián**



● DÍA 12: YESOD DE YETZIRÁH

Practica la escucha activa. Resístete a interrumpir con tu opinión. Mantén contacto visual y escucha genuinamente.

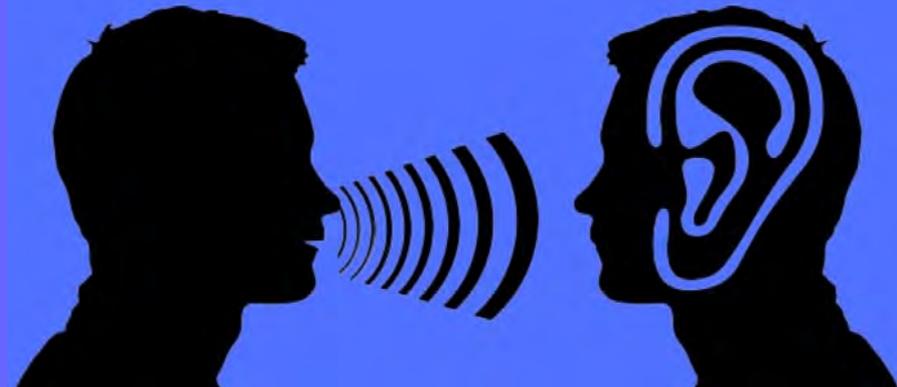
Cualidades positivas a desarrollar: independencia, creatividad, sociabilidad.

Suspensión del juicio. Control de los instintos. Ensueño creativo que descansa en la imaginación. Revisar el espejo de la mente. Desprendimiento.

A lo largo de nuestra vida debemos practicar el desapego ya que es la práctica del bien morir.

Escríbele una carta a tu primer amor. Visualizando a esta persona, medita en las palabras “gracias”, “lo siento”, te quiero.

Experiencia espiritual:
Visión de la maquinaria del Universo.



● DÍA 13: HOD DE YETZIRÁH



**Cualidades positivas a desarrollar:
Veracidad, aprendizaje, buen humor.
Comunicación y control.**

**Leer las historias de José, Aarón y
Moisés. Vida ritual.**

**Es necesaria la conciencia de ritualizar
nuestros actos, es un tema de
presencia y de darle un sentido
profundo al acto.**

**Recapitular la adolescencia. Escucha las
canciones de tu adolescencia.**

● DÍA 14: NÉTZAJ DE YETZIRÁH

Cualidades positivas a desarrollar: Positividad, compartir, responsabilidad. Sensibilidad.

Receptividad, voluntad, entrega, sometimientos a los dictados del Espíritu y al propio destino, impecabilidad en la acción.

Hoy Aprende las siete letras dobles del Alfabeto Hebreo: Bet, Guimel, Dalet, Kaf, Pé, Resh, Tav.

Trabajar las emociones, sentimientos, fuerzas instintivas.

Tocar la escala musical varias veces en cualquier instrumento. Iluminar usando los siete colores del arco iris. Haz un dibujo de ti mismo de cuando eras pequeño.



● DÍA 15: TIFERET DE YETZIRÁH



La sensibilidad es el lema de hoy: observa atentamente a la gente que te rodea, trata de ver más allá de la superficie. Pregúntate: “¿Qué están sintiendo? ¿Cómo puedo ayudar?”.

Cualidades positivas a desarrollar: Integridad (Temimut), corazón roto.

Ir trabajando el Cuerpo de Luz. Negación del ego. Tomar una decisión que tengo pendiente. Tener el valor para tomar decisiones difíciles y aceptar lo que venga. Encuentro un equilibrio armonioso dentro de mí y con los demás.

● DÍA 16: GUÉVURAH DE YETZIRÁH

A veces, algunos de los incidentes negativos de nuestro pasado en realidad fueron bendiciones ocultas porque nos impulsaron hacia cambios que no habríamos realizado sin el dolor de dichos incidentes. Hoy medita en limpiar el pasado; procura recordar un incidente específico que resultó ser una bendición.

Cualidades positivas a desarrollar: Disciplina, coraje, control de la voluntad de recibir, lealtad hacia el trabajo espiritual. Dominio de las emociones negativas. Disciplina.

Suelta una máscara con la que te estás presentando al mundo y que te limita.

Ejemplos: siempre feliz, siempre enfadado, no siento nada, etc.



• DÍA 17: JÉSED DE YETZIRÁH



Haz una acción generosa sin hacer notar que tú eres el único responsable.

Cualidades positivas a desarrollar: Amor, entusiasmo, voluntad de dar, oración. Ejercer la generosidad, le das forma y la practicas en cualquier ámbito.

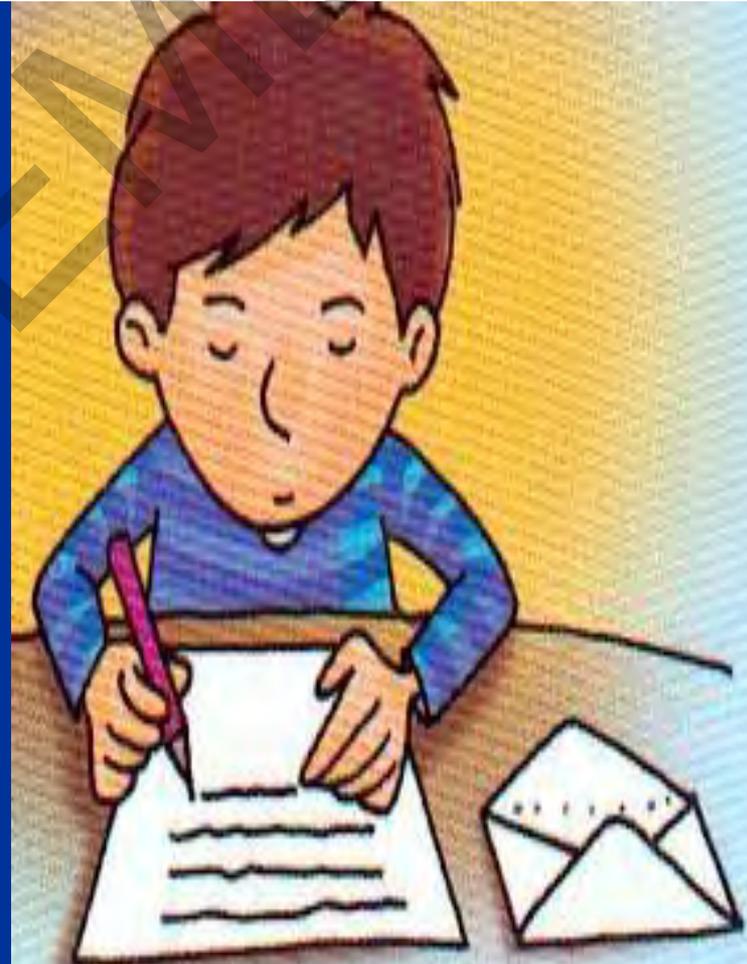
Encuentra un momento de tu vida en el que hayas necesitado ser tratado con generosidad. Viaja en el tiempo y dale a ese “tú yo del pasado” lo que en ese momento necesitaba en realidad.

● DÍA 18: BINÁH DE YETZIRÁH

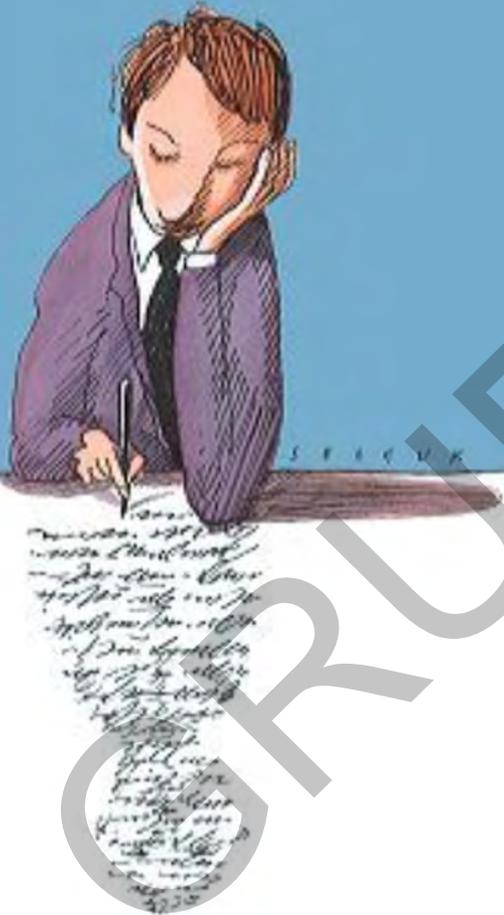
Los Sabios de la kabbalah enfatizan la importancia de nunca olvidar una buena acción que alguien haya hecho por ti. Recuerda a alguien que te haya ayudado enormemente pero con quien ya no estés en contacto. Busca una manera de hacer algo agradable por esa persona. De no ser posible, envíale pensamientos amorosos.

Cualidades positivas a desarrollar:
Teshuvá-Arrepentimiento. Aceptación.

Escribe una carta a tu madre lo más honesta que puedas y después en Presencia de Dios quémala.



• DÍA 19: JOJMÁH DE YETZIRÁH



Cualidades positivas a desarrollar: Buscar cumplir con la Voluntad de Dios, búsqueda con la afinidad con el Creador.

Estudia algo nuevo. Medita.

Escribe una carta a tu padre lo más honesta que puedas, y en Presencia Dios quémala.

● DÍA 20: KÉTER DE YETZIRÁH

Los Sabios de la Kabaláh enseñan que cuando no aprovechamos la oportunidad de decir algo positivo o realizar alguna acción positiva, puede tener el mismo impacto que hablar o actuar de forma negativa. En el día de hoy, busca las oportunidades que en otro momento habrías ignorado para tener un impacto positivo, ¡y aprovecha la oportunidad para revelar esa Luz!

Cualidades positivas a desarrollar: Kedusháh-Consagración. Regalarte muchos instantes perfectos. Beber sorbos de eternidad. Meditar en el Salmo 23.



• BRIÁH LOS 10 TERCEROS DÍAS...



**10 días
dedicados al
trabajo del
Alma.**

• DÍA 21: MÁLJUT DE BRIÁH

¿Te amas? No temas apreciar tu ser y aquello que te hace único. Si la Luz te creó e infundió toda esta energía en ti, debes ser algo especial.

Cualidades positivas a desarrollar: Tehoráh-Pureza.

Sensibilidad espiritual.

Discriminación. Trabajar contra la avaricia.

Dibuja la(s) casa(s) en la(s) que creciste de los 0 a los 7 años de edad.

Arcángel Sandalfón



• DÍA 22: YESOD DE BIRÁH

Lo que no dejas ir, **LO CARGAS**
Lo que cargas, **TE PESA**
Y lo que te pesa, **TE HUNDE**



Practica
el arte de:

SOLTAR

PERDONAR

Y **DEJAR IR**

@TodoIMAGENES

Elige a una persona que te haya lastimado en tu pasado y pregúntate si tu corazón tiene la capacidad para perdonarla. Sabemos que es difícil soltar algunas memorias dolorosas, pero solo te lastimas a ti mismo cuando guardas algún rencor.

Cualidades positivas a desarrollar:
Kedusháh-Santidad. Independencia.
Creatividad. Sociabilidad.

Trabajar contra la pereza –o la ociosidad- con una atención diligente, es decir ocuparse de las cosas que es lo contrario del abandono y la pereza.

Arcángel Gabriel

• DÍA 23: HOD DE BRIÁH

Concéntrate en un área de tu vida en la que no estés actuando bien y toma la decisión ahora que vas a cambiarlo.

Cualidades positivas a desarrollar: Estudio, pensamiento positivo. Aprendizaje. Buen humor. No participar en medias verdades, rumores o chismes.

Virtud: Honestidad, veracidad en el pensamiento, la palabra y las relaciones.

Leer las historias de Jacob, Isaac, Abraham.

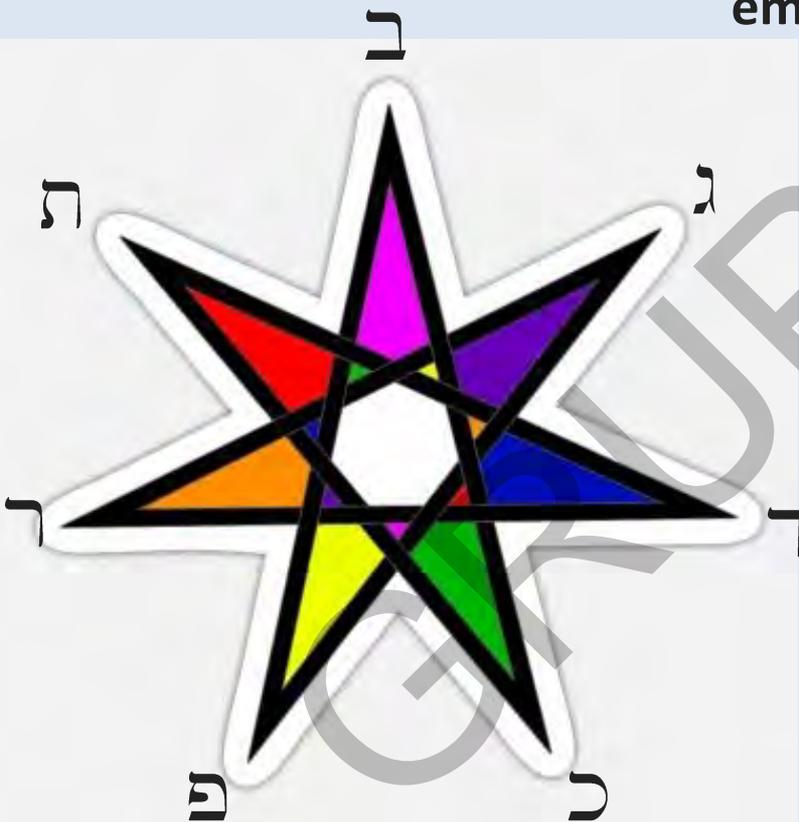
Escribe las programaciones autolimitantes activas en tu vida en este momento. En Presencia de Dios quema ese papel pidiéndole ayuda para

Arcángel Rafael



• DÍA 24: NÉTZAJ DE BRIÁH

Medita bien en estas palabras: La plenitud que buscas es una realidad que está ocurriendo en este instante. La verdad es que donde te encuentras ahora es exactamente donde debes estar. No postergues las cosas. Decide qué quieres y emprende acciones.



**Cualidades positivas a desarrollar:
Shimjáh-Alegría. Victoria sobre emociones
negativas. Positividad. Responsabilidad.
Ausencia de egoísmo.**

**Meditar en una estrella de 7 puntas;
en cada punta una letra Doble.**

Arcángel Aniel

• DÍA 25: TIFERET DE BRIÁH

Como ser humano que eres, a veces te enfadas con tus amigos y familiares.

Desafortunadamente, la rabia y el resentimiento conduce a la ruptura de relaciones. Solo mirando atrás, lamentamos haber permitido que peleas tontas nos separen. Elige al menos a una persona en tu vida de quien te hayas distanciado. Recuerda qué amas de esa persona y contáctala. La vida es demasiado corta como para permitir que discusiones mezquinas te alejen de las personas que más te importan.

Cualidades positivas a desarrollar: Mesirut-Devoción y abnegación. Integridad-Temimut. Corazón roto. Trabajar contra el orgullo. El peor orgullo es el orgullo espiritual.

Reconocer mis equivocaciones, mis propios errores. “No matarás”...

Estar siempre del lado de la vida.

Arcángel Mikael



• DÍA 26: GUÉVURAH DE BRIÁH

Cualidades positivas a desarrollar: Temor al mal. Hishtavut-Prudencia, Paciencia. Control de la voluntad de recibir. Trabajar contra el odio y la ira, contra la crueldad. Mucho cuidado con el abuso de poder. Trabajar contra la gula y la glotonería; contra el despotismo y la tiranía; contra la hipocresía; contra la intolerancia y el fanatismo. Hoy haz una lista de todo lo que aun deseas y quieres obtener y ser, y luego trata de descubrir cuál es la energía espiritual que en realidad quieres recibir a través de satisfacer esos deseos. Es decir, si quieres ese gran trabajo, descubre si lo que buscas es reconocimiento, o poder, seguridad económica o lo que sea. Si buscas tu alma gemela descubre si lo que buscas es contención, amor, seguridad, o lo que sea. Escríbelo y luego táchalo y replázalo por “Luz del Creador”.

**Cuando puedas sentir que lo que realmente buscas es Luz y que solo eso puede satisfacerte, empezaras a hacer lo que tengas que hacer para conectar con la Luz y aquellas cosas que buscas aparecerán por sí solas
Identifica un rol en tu vida que sabes que es tiempo de soltarlo. (Por ejemplo: “el fuerte”, “la víctima”, “el confundido”, etc.).**

Arcángel Kamael

● DÍA 27: JÉSED DE BRIÁH



Hoy analiza tu relación con las personas que elegiste para tu vida, recuerda cómo llegaron a tu vida y que tipo de belleza viste en ellos. Analiza si tu medida de dar y recibir respecto a ellos es equilibrada, haz las correcciones necesarias y empieza a buscar ver la Luz en ellos. Si estas en busca de una pareja pide ver con los ojos del alma más allá de la Belleza física, sin olvidar que esa forma de ver solo se consigue con el equilibrio interno y no con nuevas graduaciones de lentes. Busca ser llamado una **“Persona Transparente”**

Cualidades positivas a desarrollar: Amor de Dios. Amor, entusiasmo, voluntad de dar. Llama por teléfono o visita a alguien que necesite compañía y escúchalo.

Arcángel Tzadkiel

• DÍA 28: BINÁH DE BRIÁH



Hoy analiza en qué áreas de tu vida tienes influencia sobre otros y como la utilizas. ¿Piensas en el deseo y beneficio del otro? Busca una manera de persistir en tu trabajo como líder que muestre belleza, transparencia y amor y no tendrás que mandar más, simplemente te seguirán. Si lees esto es porque eres del tipo de persona que fue puesta en este mundo para guiar y ayudar a crearlo y corregirlo.

PERSEVERA cuando parezca que todo es cuesta arriba, recuerda que solo se trata de tener el entrenamiento correcto.

Cualidades positivas a desarrollar: Emuná-Fe. Meditación-Hitbodedut. Teshuváh-Arrepentimiento y retorno. Trabajar contra la avaricia. Entendimiento del propósito espiritual.

Escribe un poema a la Shejináh.

Arcángel Tzafkiel

• DÍA 29: JOJMÁH DE BRIÁH

A veces nos aferramos a nuestras opiniones aunque sepamos que están equivocadas. Hoy practica liberarte de tu testarudez y la necesidad de tener la razón. Aunque sepas que tienes razón, pasa la página.

Cualidades positivas a desarrollar:
Anonadamiento-Yirat Hashem, Temor de Dios, Hitbonenut-Contemplación.

El temor de Dios es el principio de la Sabiduría.

Arcángel Raziel



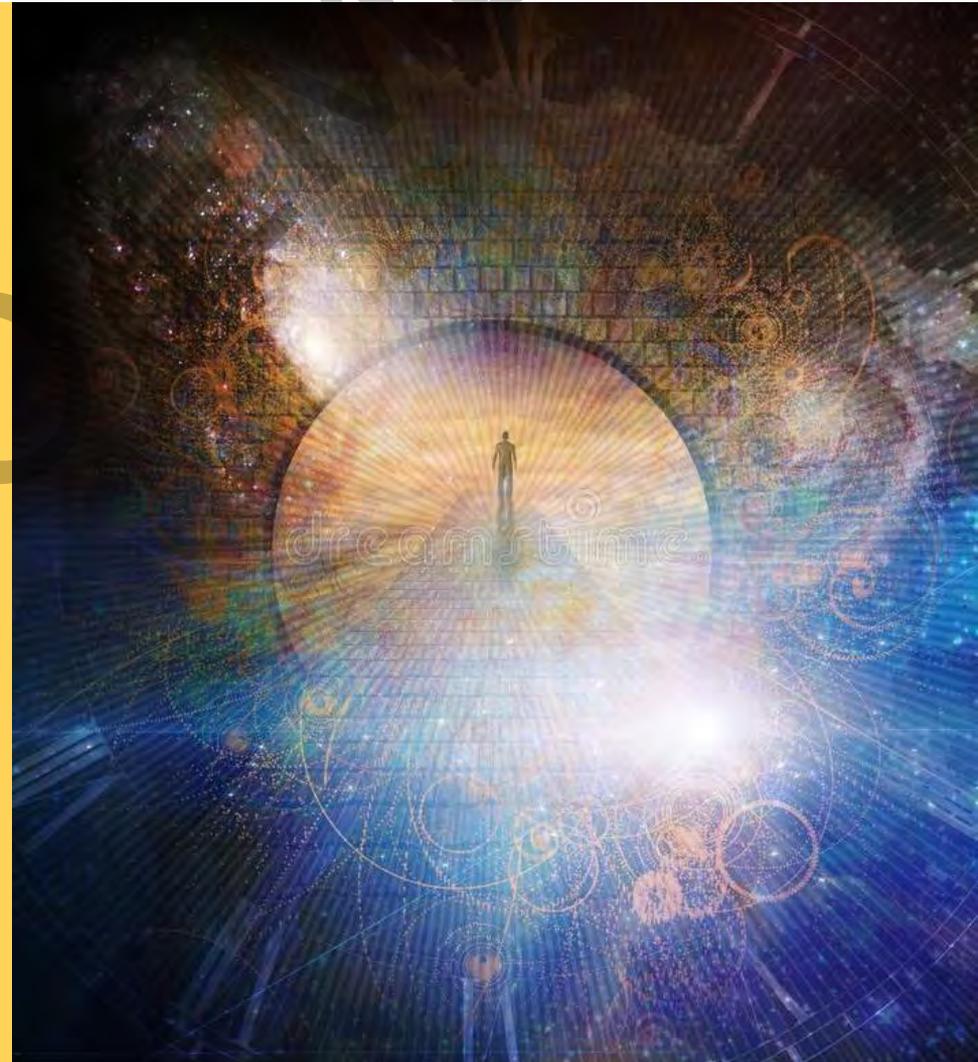
● DÍA 30: KÉTER DE BRIÁH



Todos sentimos el deseo de ofrecer ocasionalmente nuestro consejo cuando no lo han pedido. Hoy presta atención a tu adicción a dar consejos. Practica escuchar más y ofrecer menos tu opinión. Cualidades positivas a desarrollar Devekut-Unión. Kedusháh-Santidad. La ilusión de Kéter es la ilusión de “haber llegado”.
Arcángel Metatrón

● ATZILUT, LOS ÚLTIMOS 10 DÍAS

Los últimos diez días corresponden al mundo de Atzilut. Presente en este instante, respira profundo consciente de tu cuerpo, tu corazón y tu mente, en Su Divina Presencia. Acabas de beber un sorbo de eternidad, puedes beber muchos sorbos de eternidad, si quieres.



• DÍA 31: MÁLJUT DE ATZILUT



**Cualidades divinas para
conectar e imitar:
El Alma de la Creación,
Respirar Luz.**

**Visualiza cómo tu cuerpo es
tu casa y esa Luz que respiras
la va llenando.**

• DÍA 32: YESOD DE ATZILUT

**Cualidades divinas para conectar e imitar:
El Fecundo Fundamento Divino.**

**Kedusháh-Santidad. Ayuno. Beber sólo líquidos.
Baño de purificación.**



• DÍA 33: HOD DE ATZILUT

**Cualidades divinas para conectar e imitar:
El Esplendor de la Verdad.**

**Estudio. Pensamiento positivo. Prepararse para la vejez.
Todos los días, antes de dormir, recapitula el día.**



● DÍA 34: NÉTZAJ DE ATZILUT

**Cualidades divinas para conectar e imitar:
La Victoria de la Luz. Alegría y Plenitud.**

Victoria sobre emociones negativas. Todo lo que necesito para alcanzar mis metas es ser fiel a mis propios valores. Cuantas más cosas tiran de mí, más estoy decidido a tener éxito. Estoy decidido a ser el tipo de persona a la que nada distrae una vez que he tomado una decisión.

Recapitula cómo te has sentido desde el día uno al día de hoy.



• DÍA 35: TIFERET DE ATZILUT



Cualidades divinas para conectar e imitar: El Ser de los Seres, Devoción y abnegación. Enciende una vela y contéplala mientras escuchas el latido de tu corazón. Encuentros que me iluminan el día...

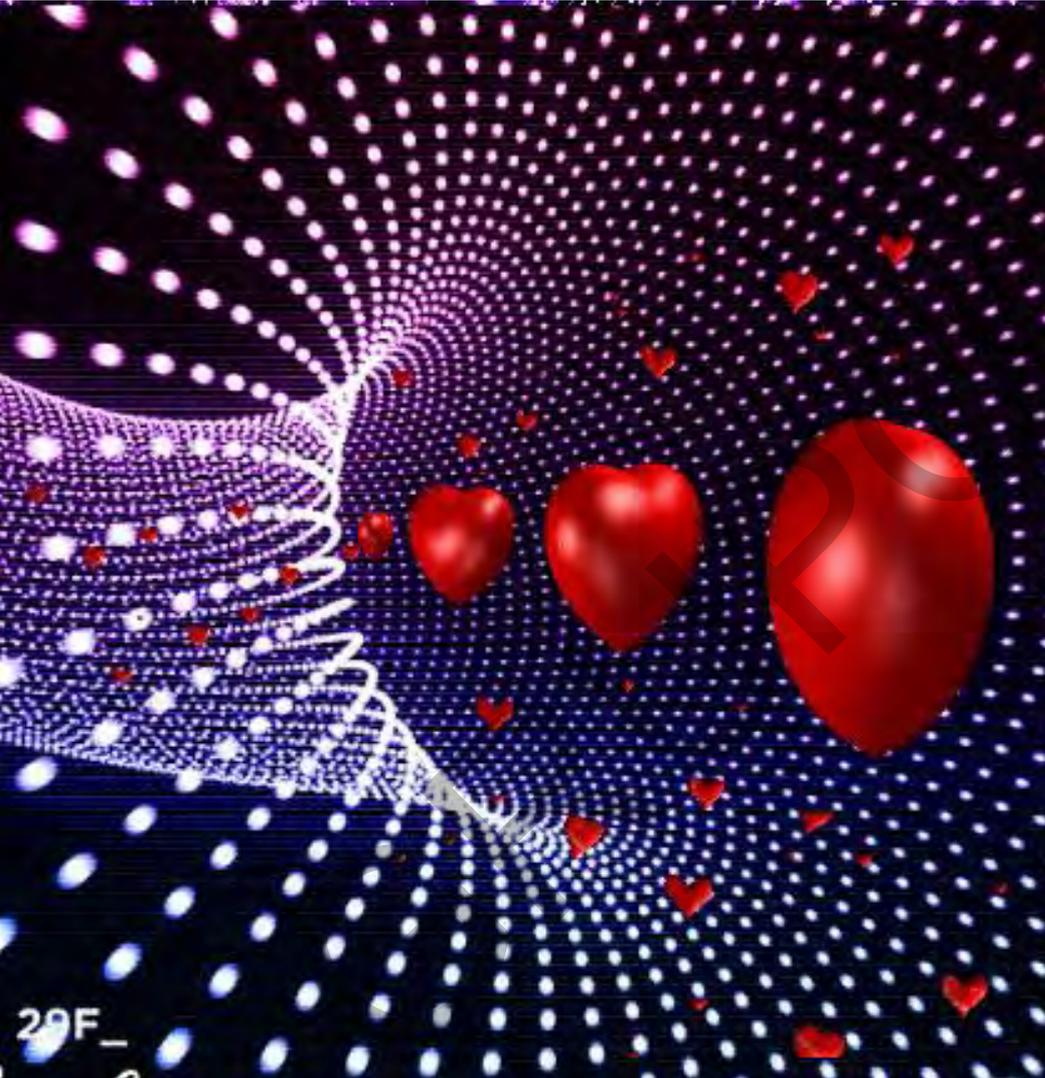
• DÍA 36: GUÉVURAH DE ATZILUT

**Cualidades divinas para conectar e imitar: Poder Absoluto.
Temor al mal. Hishtavut-Estoicismo.
Estudiar los Salmos.**

**Visualización: Viaja en el tiempo a un momento de tu infancia en el que
hayas sido avergonzado. Ayúdale a ese “ti mismo del pasado, a validar sus
emociones mientras observa la neurosis de quien te está avergonzando.
Bendícelo.**



● DÍA 37: JÉSED DE ATZILUT



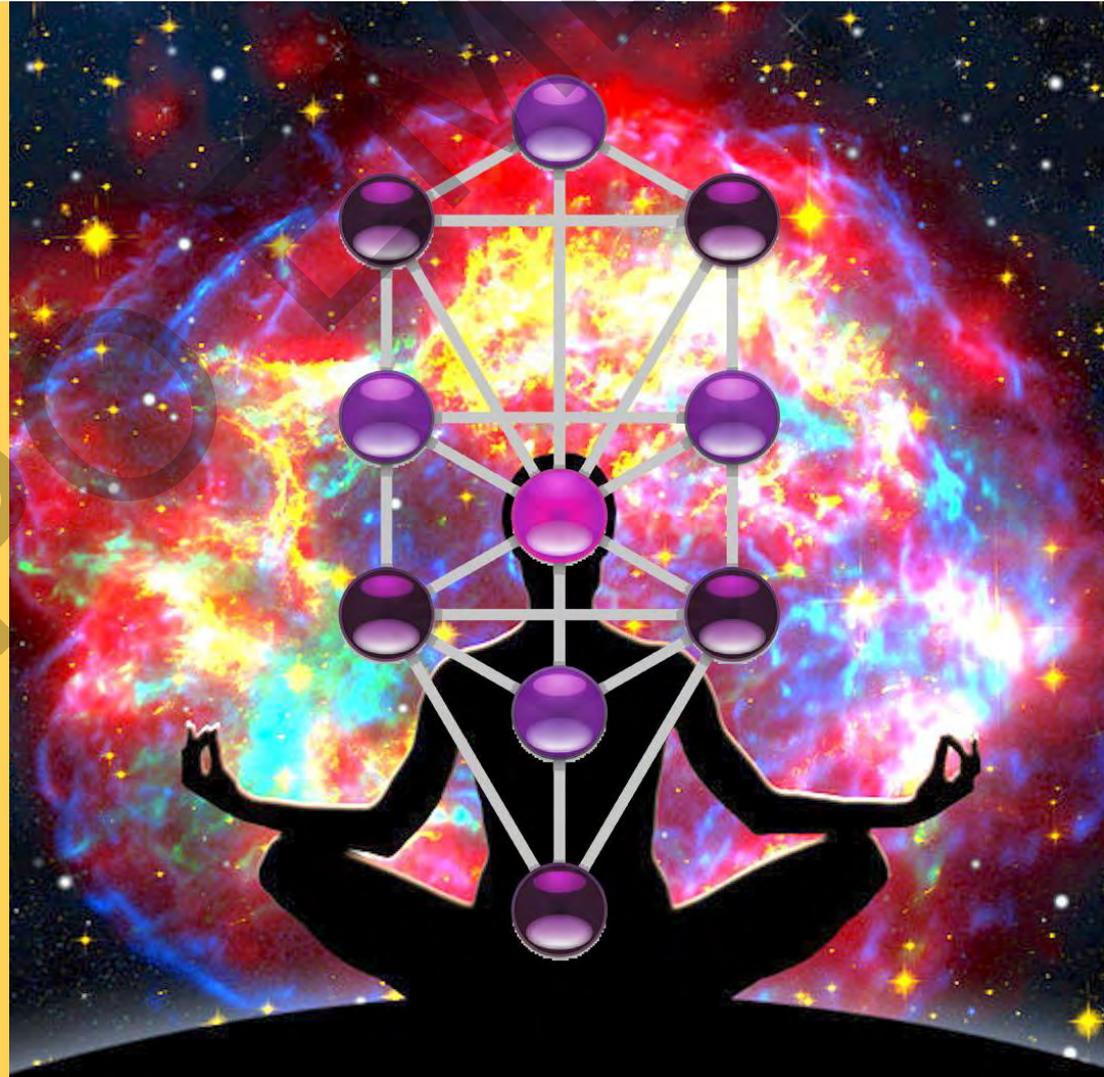
Cualidades divinas para conectar e imitar: Amor Omniabarcante que abraza todo Amor a Dios.

La Sabiduría encarnada. El Yo superior que se proyecta en el seno de la manifestación. El Yo Soy en nosotros nos dice cuál es nuestra misión, el significado de nuestra vida; cuál es el propósito divino en nosotros. El vínculo entre nuestro ser finito y nuestro ser infinito.

La Chispa de Luz, la Jaiáh-Vida. Experiencia espiritual: Visión de la guía. Revelación. Contemplación del Yo Divino. Manifestación de la voluntad espiritual.

• DÍA 38: BINÁH DE ATZILUT

**Cualidades divinas
para conectar e
imitar: La Madre de
la Creación
Emunáh-Fe. Abrirse
a la expansión.
Hitbodedut-
Meditación.**



• DÍA 39: JOJMÁH DE ATZILUT



**Cualidades divinas
para conectar e imitar:
Conciencia/energía del
Padre.**

**Anonadamiento-Yirat
Hashem, Temor de
Dios. Hitbonenut-
Contemplación. Vivir
el día en Su Presencia.**

● DÍA 40: KÉTER DE ATZILUT

**Cualidades divinas para
conectar e imitar:**

**Corona Infinita, Kéter, Ein Sof,
Devekút-Unión con Dios).**

Samadhi.

Escoger, elegir la Alegría.

**Conciencia pura – sin vida,
sin alma.**



BETULÁH – בתולה -VIRGO



Betuláh simboliza la novia amada de Dios, *Israel* (el iniciado).
Es la novia del Cantar de los Cantares, quien dice a su novio "Yo soy para mi amado y mi amado es para mí".
La palabra *Betulá* aparece por primera y única vez en la Toráh, para describir y alabar a la matriarca *Rebeca*, antes de su casamiento con *Isaac*.

• TIERRA PROMETIDA

Betuláh simboliza también la "tierra virgen", la tierra Prometida destinada a casarse con el pueblo de *Israel*, como declara el profeta: *"como un joven desposa a una virgen, así tus hijos te desposaran [la tierra de Israel]"* (Isaías 62:5).

Aquí vemos que los hijos desposan a la "madre tierra" que permanece "tierra virgen".

La tierra representa la rectificación de la acción, el sentido del mes de *Elul*.



AUTOENGAÑO

¿Qué podemos hacer acerca del autoengaño?

Podemos ignorar nuestras propias mentiras o ver lo que hay realmente, y actuar con cautela.

Los kabalistas enseñan que siempre es posible "revertir" nuestras acciones negativas, con la condición de que estemos dispuestos a aceptar la responsabilidad, sentir el dolor que hemos causado y nos comprometamos a transformar la energía negativa que hemos generado. ¡Así se abrirán las puertas de la Misericordia!



• CARACTERÍSTICAS

Virgo es el único signo representado por una mujer, es un signo caracterizado por su precisión, su convencionalidad, su actitud reservada, son intuitivos.

Los Virgo suelen ser observadores, pacientes y les gusta aprender de cualquier situación.

Pueden parecer a veces fríos, de hecho, les cuesta hacer grandes amigos.



• ENERGÍA DEL MES DE ELUL

Energía de regreso a la fuente y del renacimiento. La energía de este mes nos impulsa a llevar a cabo un proceso de regresar a los puntos de desconexión durante este año que pasó, para poder "limpiar la casa" y prepararnos para una nueva infusión de vida en *Rosh Hashaná*.



ELUL Y LA ACCIÓN

El *Sefer Yetziráh* asocia este mes con la “Acción”. Podemos entender que se trata de la preparación a lo que vendrá en el mes siguiente, que es el Año Nuevo y el Día del Perdón.

Explican los Sabios que, puesto que el hombre fue creado a “imagen y semejanza” de Dios, éste fue creado a su vez con el poder de “crear”; a esto se refiere la acción en este mes, al poder esencial del hombre que le distingue, eleva y corona por encima de todas las demás criaturas.



DESCONECTARNOS

La energía de este mes nos permite “desconectarnos” del pasado y quitarnos culpabilidad, nos hace capaces de decir:
“Es cierto, no me gusta lo que fui en el pasado, y no estoy condenado a seguir siendo lo que fui. ¡Puedo nacer de nuevo!”





● SALMO 27

*El Eterno es mi
Luz y mi salvación
¿a quién he de
temer? El Eterno
es la fortaleza de
mi vida ¿de quién
me he de
espantar?...*

A partir del primer día de *Elul*, los Sabios recomiendan pronunciar diariamente el Salmo 27. En momentos de preparación para el Año Nuevo y el Día del Perdón, debemos recurrir con todas nuestras fuerzas a la ayuda de nuestro Creador.

Este Salmo nos proporciona las energías para empezar de nuevo, la energía necesaria para un nuevo comienzo, y potencia el poder de la acción.



SALMO 27

“Por David. El Eterno es mi luz y mi salvación - ¿a quién he de temer? El Eterno es la fortaleza de mi vida - ¿de quién me he de espantar? Cuando se acercaron a mí malhechores para devorar mi carne, mis opresores y mis enemigos, ellos tropezaron y cayeron. Aunque un ejército me asediare, no temería mi corazón; aunque se desatare guerra contra mí, en esto confío. Una cosa he pedido a El Eterno, esto procuro, que yo pueda morar en la Casa de El Eterno todos los días de mi vida. Para contemplar la magnificencia de El Eterno, y para visitar Su Santuario. Pues Él me ocultará en Su Tabernáculo en un día de adversidad; me esconderá en lo recóndito de Su pabellón; Él me elevará por sobre una roca. Y entonces mi cabeza se alzará por sobre mis enemigos en derredor, y ofrendaré en Su Tabernáculo de júbilo; cantaré y entonaré a El Eterno. El Eterno, oye mi voz cuando clamo; apiádate de mí y respóndeme. Por Ti dice mi corazón: "Buscad mi rostro"; Tu rostro, El Eterno, procuro. No ocultes Tu rostro de mí; no apartes a Tu servidor airadamente; Tú has sido mi ayuda; no me abandones ni me deseches, Di-s de mi salvación. Aunque mi padre y mi madre me han abandonado, El Eterno me ha recogido. El Eterno, enséñame Tu camino y condúceme por la senda de la rectitud a causa de mis enemigos. No me entregues a la voluntad de mis opresores, porque se han levantado contra mí falsos testigos y ellos hablan mal. (Me habrían aplastado) si yo no hubiera creído que vería la bondad de El Eterno en la tierra de los vivientes. Confía en El Eterno, sé fuerte y envalentona tu corazón, y confía en El Eterno”.

SHOFAR



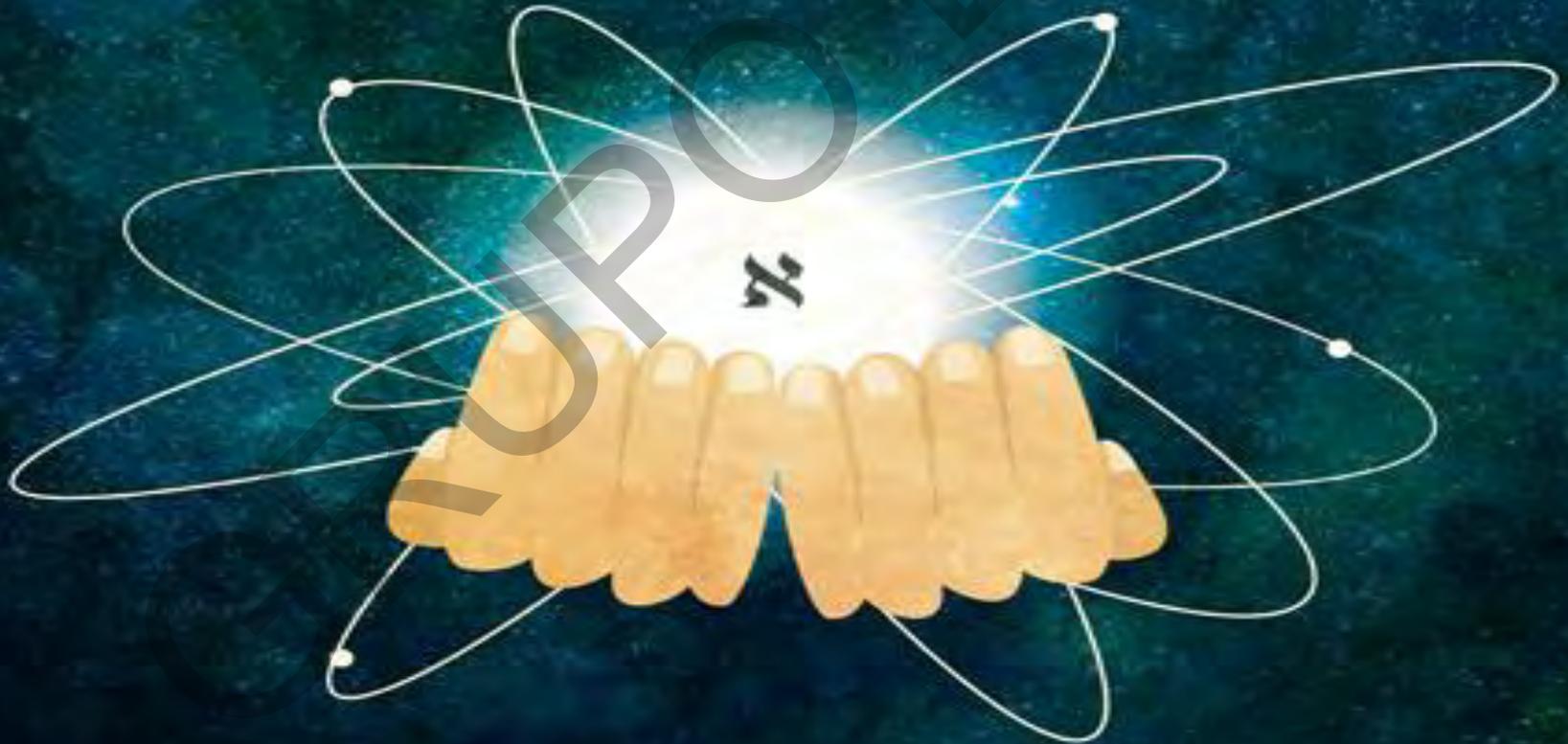
En el mes de *Elul* escuchamos el sonido del *Shofar*, para despertar nuestra *teshuváh* y la misericordia de *HaShem*.

En este mes se recomienda escuchar su sonido cada mañana, excepto el *Shábat*.

Preparémonos para un año 5786 bueno y dulce.

PREPARACIÓN PARA ROSH HASHANÁH

Es el mes más propicio para usar esta tecnología que nos prepara para el Rosh HaShaná. Esta preparación consta de cuatro fases, que llevándolas a cabo, nos preparará para el día más importante del año, Rósh HaShaná.



• CÓMO HACERLO



Al final de tu día, tómate un momento, haz un recuento, y escribe todas las acciones negativas, reactivas y egoístas del día. Ve una por una, hora por hora, y trata de escribir tantos detalles como puedas.

PASO 1

Retrocede el tiempo al momento en que te comportaste reactivamente. Percibe el sentimiento, y ponte por completo en ese escenario... ¡Ahora!

Busca y observa cada área del ego... juicio, control, rabia, enfado, odio, orgullo, pereza, y luego déjalos pasar.

Medita con el Nombre 1 del Shem Hameforash: Vav He Vav de los 72 Nombres para ayudarte a viajar en el tiempo.

והו

Viajar en el tiempo.

• NOMBRE 1 - VEHU



Este Nombre tiene la virtud de borrar nuestro pasado. Borrón y cuenta nueva a la pizarra de nuestra vida, todo lo de vidas anteriores es borrado, meditando con este Nombre todo se borra.

● PASO 2

Siente el dolor que has causado a tu propia alma, como a los demás, también el dolor que hayas podido causar a la conciencia colectiva, y al mundo entero, a través de tus acciones. Siente el dolor realmente. Una manera es imaginar las consecuencias de tus acciones. Esto te ayudará a desarrollar tanto un temor saludable, como un dolor por lo que has hecho.



● PASO 3



Visualiza la misma escena, pero esta vez realiza las acciones como si fueras completamente proactivo. Imagina cómo estaría tu conciencia, cómo serían tus palabras, cómo te sentirías al tener iniciativa, restringir, compartir y practicar una conducta proactiva.

● RECAPTURANDO LA CHISPA

Medita con el nombre número 2 de los 72 Nombres, Yod Lamed Yod-Recapturando las chispas, para elevar las chispas de Luz, y conectarte con la Fuente de Vida Una. Al hacerlo, cambias y rectificas radicalmente tus acciones negativas pasadas, siempre y cuando hayas hecho cada paso honestamente.



• REDENCIÓN

Acelera el proceso de redención y ayuda a eliminar turbulencias psicológicas.

Protección contra la muerte. Resuelve problemas psíquicos. Acerca la redención.



● RECONECTA



Sobre todo, nos ayuda a superar los estados de tristeza y melancolía, y nos recarga cuando estamos bajos de energía.

Nos reconecta con la Fuente de Luz.

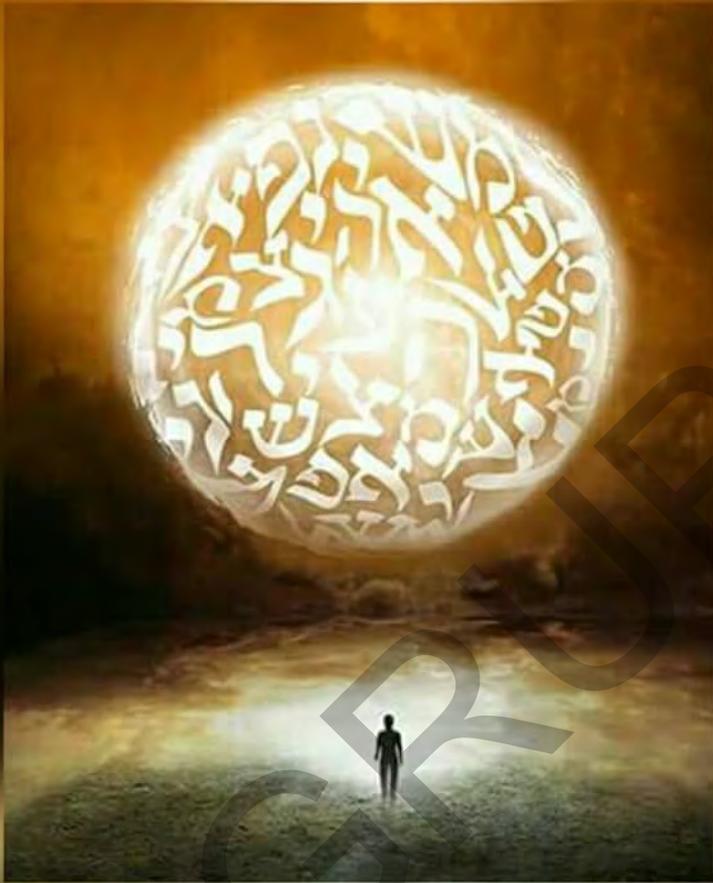
• ARMONÍA

Favorece la relación con el otro y es un factor de armonía. Por eso, preserva de las agresiones y de los tropiezos creando un campo de paz y equilibrio alrededor.

Meditando con este nombre y con la ayuda del Salmo 22:20, permite evitar los conflictos y los enfrentamientos.



● PASO 4



**El paso final garantiza que hayas cambiado “tu película”.
Debes hacer una promesa firme de que nunca volverás a llevar a cabo esa acción.
Como una precaución para que esto no sea sólo una “promesa religiosa” que probablemente no cumpliremos... trata de imaginar lo que el siguiente par de días de tu vida, o incluso el siguiente par de años de tu vida, sería con este cambio recién descubierto. Eso es todo. Utiliza estos pasos para cada aspecto negativo que vayas descubriendo en ti, si es que quieres obtener un máximo de resultados en Rósh HaShaná.**

• LUZ EN LAS TINIEBLAS

No debemos esperar a *Rosh Hashaná* para poner luz en las tinieblas.

Mediante el sonido del *Shofar*, podemos limpiar el día de hoy y todos los días, con amor y deseo de compartir con todo el mundo en nuestra vida.



COMBINACIÓN DEL MES

Meditar en la combinación nos da la habilidad de liberarnos de lo que fuimos una vez y convertirnos en lo que estamos destinados a ser.



← dirección de escaneo

TETRAGRAMA Y LETRAS DE ELUL



• LETRAS DEL MES: YOD Y RESH

Virgo ♍ י' ר

Cada mes es representado por un signo del zodiaco y un planeta, ambos creados por una letra hebrea.

El *Séfer Yetziráh* (El Libro de la Formación) escrito por *Abraham*, el Patriarca, hace 3800 años, dice que las letras hebreas son el ADN del universo. Son la representación física de las fuerzas de energía que crearon todo, desde los planetas hasta las galaxias.



• YOD-יָ y RESH-רַ LA LETRA DEL MES

El Libro de la Formación dice que la letra *Yod-יָ* creó a Virgo y la letra *Resh-רַ* creó a Mercurio, que es el regente de este signo.

Juntas, ofrecen la combinación energética que controla el mes de *Elul* (Virgo).



● AYUDAN



Resh y Yod, junto con otras letras hebreas, se combinaron para formar el ADN que creó a Mercurio y a Virgo respectivamente.

Meditar sobre estas dos letras ayuda a conseguir el control necesario para lograr viajar en el tiempo o regresar al futuro, nuestra única esperanza de salvación y de tener un mejor año nuevo.

YOD - LA LETRA DEL MES



Primera letra del Nombre Sagrado יְהוָה, asociada a Su Misericordia.

La *yod* de *Elul* es, en particular, la mano izquierda, el controlador del sentido del mes, el sentido de acción y rectificación.

Este es el punto final de la Creación que alcanza su propósito final “...y Dios finalizó en el séptimo día...”.

● RESH-300-LETRA DOBLE-CABEZA- ראש



Significa *Cabeza, Principio*

Según el *Séfer Yetziráh*, esta letra creó a Mercurio, regente de Virgo.

Su significado es “Cabeza”; en la misma forma de la letra podemos ver el perfil de la cabeza con la parte curva de la parte posterior del cráneo.

Rosh-ראש, indica tanto “cabeza” como “un principio rector”, de guía, de dirección, de liderazgo, de comienzo, funciones todas ellas de la cabeza.

● MERCURIO



Mercurio, en hebreo, es *Kojav*-כוכב.

Las dos primeras letras *Caf-Vav* כו $6+20=26$, el mismo valor de יהוה, y *Caf-Bet* כב $2+20=22$, las 22 letras del alfabeto hebreo, lo cual indica que Mercurio es un planeta de comunicación.

• TETRAGRAMA DEL MES

El Tetragramatón pertenece al mundo metafísico, donde la realidad no está atada a las limitaciones físicas. Cada letra, en este nombre de Dios, hace referencia a una dimensión distinta. Meditar sobre las combinaciones nos da la habilidad para liberarnos de aquello que alguna vez fuimos, y convertirnos en quien estamos destinados a ser.

La combinación del mes de *Elul*:

ה ה ד ר

• TETRAGRAMA DEL MES

Meditar en la combinación nos da la habilidad de liberarnos de lo que fuimos una vez y convertirnos en lo que estamos destinados a ser.



← dirección de escaneo

• SENTIDO: ACCIÓN

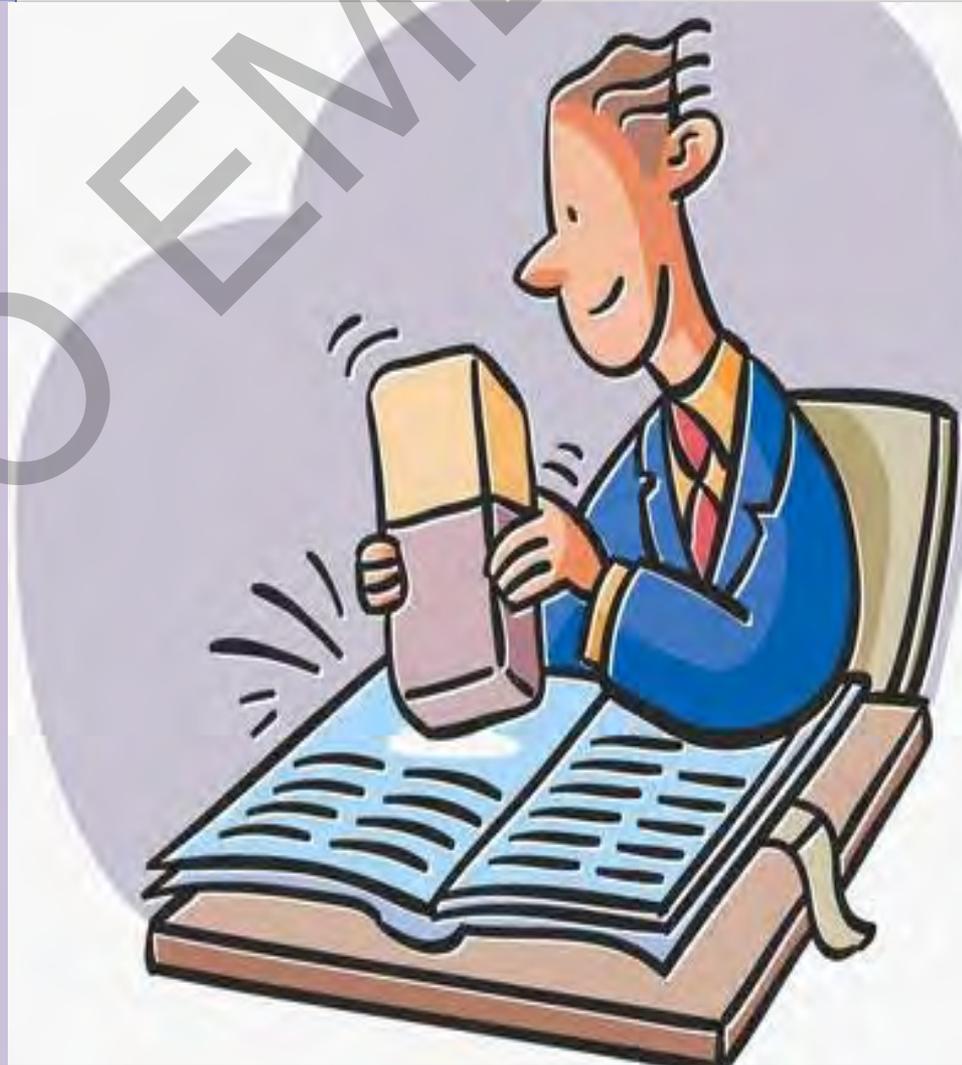
El *Sefer Yetziráh* asocia como sentido la “acción” al mes de *Elul*.

Es "conocimiento" interior, por el cual uno es capaz de rectificar siempre cualquier imperfección o estado de rotura del alma, por medio de actos devotos de bondad.

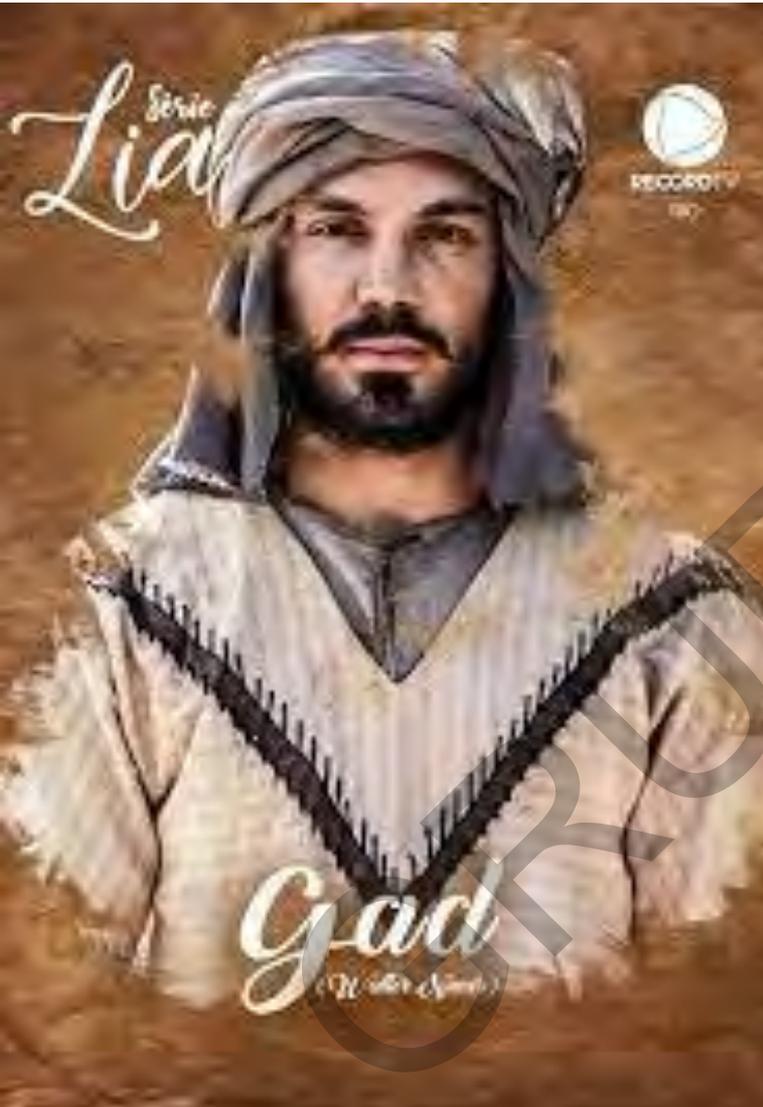


• RECTIFICACIÓN

Este es el sentido necesario para el servicio espiritual de *Elul*, el servicio de *arrepentimiento y rectificación verdadera* hacia Dios. El sentido de acción es aquel que nos lleva a no desesperar nunca. Este es el "punto", la *Yod* de *Elul*, del servicio Divino, sin el cual uno nunca puede empezar una acción o terminarla.



• TRIBU: GAD



Gad comparte su raíz gramatical con “campamentos”, como en el versículo en que nuestro patriarca Yaakov bendice a su hijo Gad: “Gad organizará campamentos [del ejército], y volverá con todos sus campamentos”.

(Bereshit/Génesis 49:19).

El talento especial de Gad es organizar una “compañía”.

BUENA FORTUNA

Gad se puede interpretar también como “buena fortuna”. Es la verdadera “buena fortuna” de Israel (el caminante espiritual) de ser amado de Dios, y esto se revela por medio de nuestras buenas acciones, especialmente aquellas que intentan rectificar nuestras imperfecciones y embellecernos.

La “buena fortuna” de Gad se relaciona en Kabaláh con ‘Los 13 Principios de Misericordia’ que son revelados en este mes, para despertar el alma desde su raíz (su “buena fortuna”) para que retorne a Di-s.



• TRABAJO ESPIRITUAL DE ELUL

Dedicar tiempo a la introspección, la energía de este mes favorece este trabajo espiritual.

Crear una realidad diferente, este mes favorece la decisión de empezar de nuevo, liberarnos del pasado y de examinar a fondo nuestra vida.



• PEDIR

Pedir e insistir sin descanso cuando sentimos que todos los caminos se cierran, pedir por aquello que es esencial en nuestro corazón.

El Ramjal nos enseñó que el único modo de que algo nos pertenezca es pidiéndolo a los cielos, expresando nuestro deseo y solicitándolo con insistencia.



¿QUÉ QUIERO LOGRAR EN ESTA VIDA?



Durante *Elul*, uno entiende que el primer paso hacia la rectificación de nuestro ser interior y la realidad exterior, es la introspección fervorosa en busca de las verdaderas motivaciones que hay detrás de nuestros esfuerzos en la vida.

¿Qué quiero, real y verdaderamente, lograr en la vida y por qué?

Una niña lloraba porque a su muñeca se le había roto un brazo. Su madre estaba muy ocupada en sus tareas domésticas y no podía ayudarla, así que le dijo: ve a rezarle a Dios y pídele que la arregle.

Al poco, la madre se sorprendió porque la niña estaba jugando alegremente. Le preguntó: ¿Dios arregló el brazo de tu muñeca?

La niña respondió: Le pedí que se lo arreglara, pero Él me dijo, No.





ORACIÓN PARA EL MES DE ELÚL

Di-s amado, enséñame a comenzar de nuevo, a renovarme a mí mismo junto con toda la Creación, al igual que Tú renuevas el mundo entero cada día. Enséñame a liberarme de las cadenas de mis hábitos, de las limitaciones, de mis inseguridades, de los grilletes de mis temores injustificados. Enséñame Di-s amado a comenzar de nuevo, a romper los esquemas del pasado, a dejar de decirme a mí mismo:

Que no puedo - Cuando puedo

Que no soy - Cuando soy

Que estoy atado - Cuando soy eminentemente libre.

Que la dulzura del Eterno esté sobre nosotros. Que Él establezca la obra de nuestras manos; que afirme la obra de nuestras manos.

Que la Teshuvá que voy a realizar a partir de este instante, sea agradable a Tus ojos, oh HaShém mi Di-s y Señor.

Mes: Elul אלול

Permutación
del Tetragrama: יהוהוי Huhivayi



(Código de 42 letras)

Pronunciar 2 frases en Rosh Jodesh:

יהוהוי צבאות אלהי ישראל אלהים חיים ומלך עולם אל שדי

Ya Huhivayi Tsevaot Elohei Israel Elohim jayim umelej ulam
El Shaday.

ברוך אתה יהוהוי אלהינו מלך העולם עושה מעשה בראשית

Baruj ata Huhivayi Elohenu melej haolam ose maase bereshit.

Elul
אלול

Permutación
del Tetragrama:

יהוה

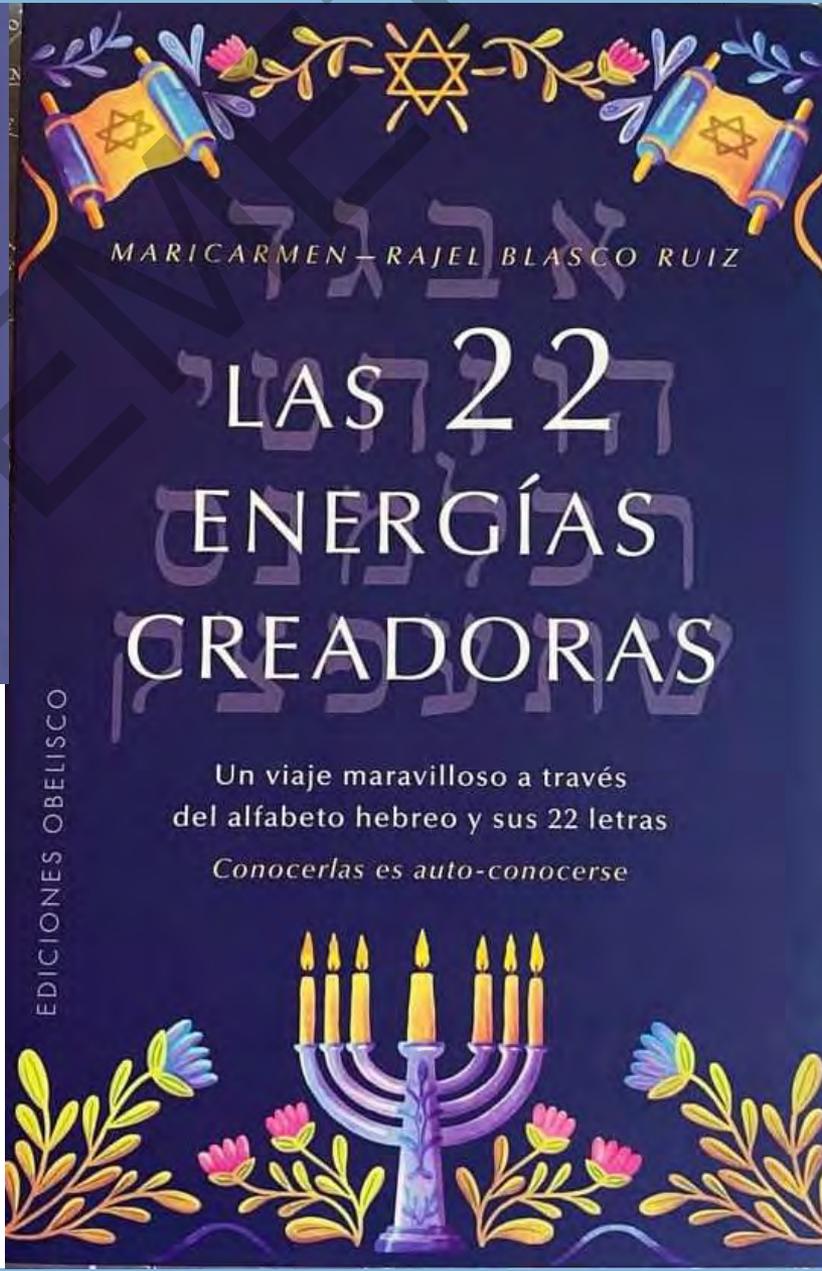
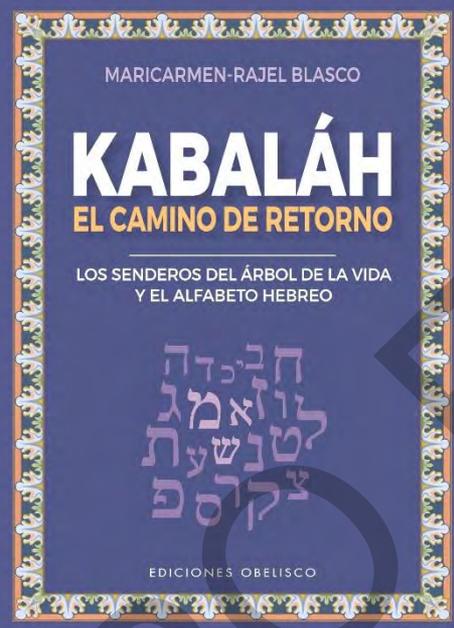


LOS 72 NOMBRES
SAGRADOS DE DIOS
SHEM HAMEFORASH



EDICIONES OBELISCO

Maricarmen-Rajel Blasco • Sandra Casanellas • Marita Martínez



Gracias 😊

MariCarmen-Rajel Blasco
Instructora de Kabaláh

maricarmenrajel32@gmail.com

Tel: 609694197

[**www.grupoemet.es**](http://www.grupoemet.es)

Grupo Emet-Barcelona
Portal Hinéni