ESCUELA BÍBLICA CRISTO EL REY

תְּהִלִּים

Salmos III

Primera tarea



ESTUDIO BÍBLICO VERSO A VERSO

Hebreo · Transliteración · Traducción · Reflexión

Antes de comenzar

Este cuaderno está pensado para leerse con calma, con la Biblia abierta y, si se desea, con lápiz en mano: cada versículo comienza en una página nueva y termina con un espacio para tus notas.

HEBREO	El versículo en su lengua original, con vocalización.
TRANSLITERACIÓN	Cómo se pronuncia, para leerlo en voz alta.
TRADUCCIÓN	En español y en inglés.
REFLEXIÓN	Análisis lingüístico, gematría y aplicación práctica; primero en español y luego en inglés.
MIS NOTAS	Un espacio al final de cada versículo para escribir a mano.

UNA INVITACIÓN

La Escuela Bíblica Cristo El Rey es un espacio de estudio abierto, plural y respetuoso. Estas reflexiones proponen un ejercicio de investigación contemplativa para el crecimiento personal y la paz interior, sin pretensión de exclusividad dogmática. Al final encontrarás los avisos completos.

Primera tarea

✦

Dicen los expertos en técnicas de programación Neuro Lingüística y en sicología, que las primeras impresiones matutinas "enmarcan" el desarrollo de nuestro día, de allí la necesidad de despertarnos alabando la vida, las oportunidades que ella nos brinda, la Creación, sí, agradeciendo por una nueva posibilidad de disfrutar de la percepción de crear y recrear.

Experts in Neuro Linguistic Programming techniques and psychology say that the first morning impressions "frame" the development of our day, hence the need to wake up praising life, the opportunities it offers us, Creation, yes, thanking for a new possibility of enjoying the perception of creating and recreating.

מִזְמוֹר לְדָוִד בְּבָרְחוֹ מִפְּנֵי אַבְשָׁלוֹם בְּנוֹ׃

Mizmor le-David, be-varchó mi-pnei Avshalom beno.

«Salmo de David, cuando huía de su hijo Absalón.»

"A Psalm of David, when he fled from his son Absalom."

REFLEXIÓN

Salmo de David, "Mizmor le-David" (מִזְמוֹר לְדָוִד), la palabra Mizmor (מִזְמוֹר), "salmo", tiene un valor gemátrico de 297, asociado con la conexión a través de la música y la meditación espiritual. En la Cábala, los salmos son herramientas para elevar la conciencia y conectar con lo divino. Le-David (לְדָוִד), "de David", tiene un valor de 44. David, como figura central, representa el atributo de Maljut (reino), que es la manifestación final en el árbol de las sefirot. Esto subraya su rol como intermediario entre lo divino y lo terrenal.

"Cuando huía de su hijo Absalón", "Be-varchó mi-pnei Avshalom beno" (בְּבָרְחוֹ מִפְּנֵי אַבְשָׁלוֹם בְּנוֹ), nos lleva a la expresión be-varchó (בְּבָרְחוֹ), "cuando huía", que tiene un valor gemátrico de 226, que en la Cábala simboliza el acto de escapar como un proceso de búsqueda interna y transformación espiritual. A Mi-pnei (מִפְּנֵי), "de la presencia de", tiene un valor de 180, relacionado con la confrontación y el cambio y Avshalom beno (אַבְשָׁלוֹם בְּנוֹ), "su hijo Absalón", tiene un valor combinado de 528. En la narrativa, Absalón representa el conflicto interno y la necesidad de reconciliar nuestras partes enfrentadas.

El Salmos nos recuerda que la música es un medio de conexión espiritual, por ello el término "Mizmor" nos indica que este salmo es una expresión musical y en la Cábala, la música se considera una herramienta poderosa para conectar con los niveles superiores de conciencia. Esto nos invita a usar el canto, la meditación o la reflexión sonora para trascender los desafíos.

También nos habla del escape como transformación interna, por ello David huye de Absalón no solo en un sentido físico, sino también emocional y espiritual. La acción de huir refleja un proceso interno de enfrentarse a las propias sombras y conflictos. En la Cábala, este versículo puede ser visto como una invitación a transformar la adversidad en un camino de crecimiento espiritual.

El Salmo nos expresa la confrontación con las relaciones, así es como la mención de Absalón, el hijo de David, simboliza los conflictos dentro de las relaciones cercanas. En el contexto cabalístico, esto sugiere que a veces los desafíos más significativos provienen de quienes están más cerca de nosotros, y son oportunidades para el aprendizaje y la reconciliación.

David, como rey, simboliza Maljut, la sefirá que representa la manifestación y el liderazgo. Este salmo nos recuerda que incluso aquellos en posiciones elevadas enfrentan pruebas, pero estas pueden ser superadas a través de la fe y la conexión divina.

Superar los desafíos mediante la introspección: La experiencia de David nos enseña que los momentos de huida o crisis son oportunidades para mirar hacia dentro y transformar nuestras dificultades en lecciones de crecimiento. de allí la importancia de la conexión espiritual, de la que nos habla este salmo que enfatiza incluso en esos momentos de dificultad, en donde podemos usar herramientas como la música, la oración o la meditación para elevar nuestra conciencia y encontrar claridad.

Se trata de aprender de los conflictos, ya que las tensiones con los demás, especialmente con nuestros seres queridos, pueden ser lecciones disfrazadas. Este versículo nos invita a buscar la reconciliación y el entendimiento más profundo en nuestras relaciones. Por ello debemos reconocer el poder del liderazgo espiritual y así como David lideró incluso en momentos de crisis, nosotros también ser líderes en nuestras propias vidas al mantenernos conectados con nuestra esencia divina y actuar con integridad.

Por lo tanto Absalón (אַבְשָׁלוֹם), encarna no solo una tragedia familiar y política, sino también un arquetipo espiritual de rebelión, belleza sin alma y distorsión del amor filial. No olvidemos que este ser era extraordinariamente bello, carismático, pero también orgulloso, ambicioso y rebelde.

Después de matar a su medio hermano Amnón (por haber violado a su hermana Tamar), termina exiliado y luego se rebela contra su propio padre, queriendo usurparle el trono. Muere trágicamente colgado de su largo cabello, que era símbolo de su orgullo.

Desde la perspectiva kabalística, Absalón representa el arquetipo del hijo que desea la corona antes del tiempo, sin haber pasado por el proceso de purificación y rectificación (tikún). Se le asocia con conceptos como: Sitra Ajra (el "Otro Lado"): la fuerza de la impureza que intenta imitar la luz sin estar conectada a su fuente y Zéir Anpin sin Maljut: un aspecto de los mundos espirituales donde se da la ilusión de poder sin conexión real con la raíz divina.

La belleza externa sin contenido interior, el klipá (cáscara vacía), nos reitera a través del cabello largo y hermoso de Absalón ese flujo de energía espiritual (shefa), que no está bien canalizado y que se vuelve destructivo. Por eso muere enredado en su propio cabello: su propio "canal de luz" mal manejado se convierte en su perdición.

"Absalón" (אַבְשָׁלוֹם); א (Alef) = 1, ב (Bet) = 2, ש (Shin) = 300, ל (Lamed) = 30, ו (Vav) = 6, ם (Mem Sofit) = 600, Total: 1 + 2 + 300 + 30 + 6 + 600 = 939, número que no aparece frecuentemente, pero que nos lleva a la palabra: קנאה (Kiná) = Envidia = 100 + 50 + 1 + 5 = 156, como a la vez a: משיח בן דוד (Mashíaj ben David) = Mesías hijo de David.

14 = דוד ,52 = בן ,358 = משיח, Total: 424, lo cual sugiere que Absalón no es el Mashíaj, aunque pretendía la corona. Se le podría ver como un anti-Mashíaj (no en el sentido cristiano, sino en cuanto a su energía distorsionada), ya que representa una chispa caída: un alma con potencial real, hijo de un rey (¡de David!), pero que usa su luz para crear sombra.

> En la terminología kabalística, Tiene un kelipá de luz sin vasija adecuada.
> Su nombre puede traducirse como "padre de paz" (אב = padre, שלום = paz), pero vivió como generador de conflicto. Esto lo convierte en una figura de contradicción espiritual: luz sin intención pura.

Así que Absalón, Simboliza la rebelión del ego contra el orden divino. Es un ejemplo de cómo una chispa poderosa mal canalizada puede volverse destructiva. Nos enseña sobre la importancia del tikún (rectificación) antes de reclamar la corona espiritual. Su guematría elevada (939) habla de una energía intensa, pero desbalanceada, que necesita volver a la fuente para redimirse.

REFLECTION

A Psalm of David, "Mizmor le-David" (מִזְמוֹר לְדָוִד), the word Mizmor (מִזְמוֹר), "psalm," has a gematric value of 297, associated with connection through music and spiritual meditation. In Kabbalah, psalms are tools for raising consciousness and connecting with the divine. Le-David (לְדָוִד), "of David," has a value of 44. David, as a central figure, represents the attribute of Malchut (kingdom), which is the final manifestation on the tree of the sefirot. This underscores his role as an intermediary between the divine and the earthly.

"when he fled from his son Absalom," "Be-varcho mi-pnei Avshalom beno" (בְּבָרְחוֹ מִפְּנֵי אַבְשָׁלוֹם בְּנוֹ), brings us to the expression be-varcho (בְּבָרְחוֹ), "when he fled," which has a gematric value of 226, which in Kabbalah symbolizes the act of escaping as a process of inner searching and spiritual transformation. A Mi-pnei (מִפְּנֵי), “from the presence of,” has a value of 180, relating to confrontation and change and Avshalom beno (אַבְשָׁלוֹם בְּנוֹ), “his son Absalom,” has a combined value of 528. In the narrative, Absalom represents internal conflict and the need to reconcile our warring parts.

The Psalms remind us that music is a means of spiritual connection, thus the term “Mizmor” tells us that this psalm is a musical expression and in Kabbalah, music is considered a powerful tool to connect with higher levels of consciousness. This invites us to use singing, meditation or sound reflection to transcend challenges.

It also speaks to us of escape as internal transformation, thus David flees from Absalom not only in a physical sense, but also emotionally and spiritually. The action of running away reflects an internal process of facing one's own shadows and conflicts. In Kabbalah, this verse can be seen as an invitation to transform adversity into a path of spiritual growth.

The Psalm expresses the confrontation with relationships, which is how the mention of Absalom, David's son, symbolizes conflicts within close relationships. In the Kabbalistic context, this suggests that sometimes the most significant challenges come from those closest to us, and are opportunities for learning and reconciliation.

David, as king, symbolizes Malchut, the sefira that represents manifestation and leadership. This psalm reminds us that even those in high positions face trials, but these can be overcome through faith and divine connection.

> Overcoming challenges through introspection:
> David's experience teaches us that moments of flight or crisis are opportunities to look inward and transform our difficulties into lessons for growth. Hence the importance of spiritual connection, which this psalm speaks to us about, emphasizing even those moments of difficulty, where we can use tools such as music, prayer or meditation to raise our consciousness and find clarity.

It is about learning from conflicts, since tensions with others, especially with our loved ones, can be lessons in disguise. This verse invites us to seek reconciliation and deeper understanding in our relationships. Therefore, we must recognize the power of spiritual leadership and just as David led even in times of crisis, we too must be leaders in our own lives by staying connected to our divine essence and acting with integrity.

Therefore, Absalom (אַבְשָׁלוֹם) embodies not only a familial and political tragedy, but also a spiritual archetype of rebellion, soulless beauty, and the distortion of filial love. Let us not forget that this man was extraordinarily handsome, charismatic, but also proud, ambitious, and rebellious.

After killing his half-brother Amnon (for raping his sister Tamar), he ended up exiled and then rebelled against his own father, seeking to usurp the throne. He tragically died hanging by his long hair, which was a symbol of his pride.

From a Kabbalistic perspective, Absalom represents the archetype of the son who desires the crown before his time, without having gone through the process of purification and rectification (tikkun). He is associated with concepts such as: Sitra Achra (the "Other Side"): the force of impurity that attempts to imitate the light without being connected to its source; and Zeir Anpin without Malchut: an aspect of the spiritual worlds where the illusion of power exists without a real connection to the divine root.

External beauty without inner content, the klipah (empty shell), reiterates to us through Absalom's long, beautiful hair that flows spiritual energy (shefa), which is not properly channeled and becomes destructive. This is why he dies entangled in his own hair: his own poorly managed "channel of light" becomes his downfall.

"Absalom" (אַבְשָׁלוֹם); א (Alef) = 1, ב (Bet) = 2, ש (Shin) = 300, ל (Lamed) = 30, ו (Vav) = 6, ם (Mem Sofit) = 600, Total: 1 + 2 + 300 + 30 + 6 + 600 = 939, a number that does not appear frequently, but that leads us to the word: קנאה (Kinah) = Envy = 100 + 50 + 1 + 5 = 156, as well as to: משיח בן דוד (Mashiach ben David) = Messiah son of David. 14 = דוד ,52 = בן ,358 = משיח, Total: 424, which suggests that Absalom is not the Messiah, although he claimed the crown. He could be seen as an anti-Mashiach (not in the Christian sense, but in terms of his distorted energy), as he represents a fallen spark: a soul with real potential, the son of a king (of David!), but who uses his light to create shadows.

> In Kabbalistic terminology, he has a kelipah of light without a proper vessel.
> His name can be translated as "father of peace" (אב = father, שלום = peace), but he lived as a generator of conflict. This makes him a figure of spiritual contradiction: light without pure intention.

So Absalom symbolizes the ego's rebellion against divine order. He is an example of how a powerful spark, mischanneled, can become destructive. It teaches us about the importance of tikkun (rectification) before claiming the spiritual crown. Its elevated gematria (939) speaks of an intense but unbalanced energy that needs to return to its source for redemption.

MIS NOTAS

רַבִּים קָמִים עָלָי׃

Rabbim qamim alay.

«Muchos se levantan contra mí." "Many rise up against me.»

REFLEXIÓN

Este versículo expresa el lamento de David ante la creciente oposición de sus enemigos. Desde una perspectiva cabalística, este pasaje no solo habla de adversarios físicos, sino también de las fuerzas internas y externas que buscan desviar al ser humano de su propósito espiritual.

Muchos "Rabbim" (רַבִּים) tiene un valor de 252. Este número puede relacionarse con el concepto de múltiples desafíos o pruebas que aparecen en el camino espiritual. Desde la Cábala, el pluralidad ("muchos") representa la multiplicidad de obstáculos que una persona enfrenta en su esfuerzo por alinearse con la luz divina.

Se levantan, "Qamim" (קָמִים) La raíz קום significa "levantarse" o "alzarse". Este verbo implica acción, movimiento y oposición activa. Su valor gemátrico es 150, un número asociado con la idea de transición y cambio. En el contexto espiritual, estas fuerzas que "se levantan" representan desafíos que, aunque difíciles, ofrecen la oportunidad de fortalecerse y crecer.

Contra mi, "Alay" (עָלָי) este término refleja una experiencia personal de enfrentamiento. La Cábala nos enseña que estos desafíos, aunque externos, tienen raíces internas; a menudo, los "enemigos" reflejan nuestras dudas, miedos y resistencias internas. La gematría de עָלָי es 110, un número que puede interpretarse como un llamado a buscar equilibrio y protección en la luz divina.

El enfrentamiento se puede entender como oportunidad espiritual. La oposición de los "muchos" puede entenderse como una metáfora de los bloqueos internos y las pruebas externas que desafían al individuo. En la Cábala, estas experiencias no son vistas como castigos, sino como oportunidades para refinar el alma, superar limitaciones y alcanzar niveles más altos de conexión espiritual.

La luz en medio de la oscuridad, nos ayuda a comprender gracias a este Salmo que esa situación de angustia, desde la Cábala significa que la luz más brillante surge en los momentos de mayor desafío. Al enfrentar a los "muchos" que se levantan, se nos anima a invocar las fuerzas del Árbol de la Vida y recordar nuestra conexión con la fuente divina.

La suma de los valores gemátricos del versículo (252 + 150 + 110 = 512) puede interpretarse como un recordatorio de que la protección y el equilibrio se encuentran al buscar una mayor conexión con la energía divina a través de la fe, la oración y la meditación. Al Identificar las oposiciones internas y

externas podemos reflexionar sobre qué "enemigos" o desafíos están surgiendo en nuestras vidas y si so miedos internos, dudas o influencias externas.

Se trata de transformar la adversidad en crecimiento, visualizando cada desafío como una escalera hacia un nivel más alto de conciencia espiritual. Por lo cual podemos preguntarnos ¿qué podemos aprender de cada a situación y el cómo podemos crecer a través de ello.

Confiando siempre en la protección divina, para lo cual el Salmo nos invita a recordar que, aunque muchos puedan levantarse contra nosotros, no estamos solos. La conexión con la luz divina es nuestra fortaleza y refugio. Además a percibir la acción espiritual proactiva que utiliza herramientas espirituales como la oración, la meditación y el estudio para fortalecer tu conexión con la luz divina y superar las pruebas de manera consciente.

Según la Kabalá y la guematria, las pruebas o adversidades no son castigos ni obstáculos vacíos, sino herramientas cuidadosamente diseñadas para revelar nuestro potencial divino oculto. La diferencia entre verlas como sufrimientos o como desafíos está en nuestro nivel de conciencia espiritual.

Las pruebas? (מַסָּה - "Nisayon"), palabra que proviene de la raíz נס (nes) que significa "milagro" o "elevación", nos recuerdan que debemos superar la oscuridad en donde nos percibimos alejados del Creador y reencontrarnos con Su luz, superando esos desafios.

El Zóhar explica: "La prueba es el escenario donde el alma demuestra su grandeza escondida." La adversidad es, por tanto, una oportunidad para elevarse por encima de la naturaleza inferior y activar lo que está latente en el alma.

"Nisayon" (ניסיון) tiene un valor numérico de 76: ן + (6) ו + (10) י + (60) ס + (50) נ (final nun, 50), que es también el valor numérico de "עולם מלאך" (Olam Malaj, "mundo del ángel"). Esto sugiere que superar una prueba nos conecta con el plano celestial, es decir, activamos nuestro yo superior.

176 es el número de versículos en el capítulo más largo del Tehilim (Salmo 119), que trata sobre el amor y la devoción a la Torá, incluso en medio del sufrimiento. No es coincidencia. Según la Kabalá, el sufrimiento nace de la separación, de percibir la adversidad como desconectada de Dios. El dolor puede ser inevitable, pero el sufrimiento surge cuando el ego se resiste al proceso.

Cuando vemos la prueba como "algo malo que me pasa", nos desconectamos de su propósito. Pero cuando la vemos como una invitación a revelar luz (or), entonces se transforma en parte del Tikún (reparación).

La Kabalá habla del "Sitra Ajra" (el otro lado), fuerzas que ocultan la luz divina mediante adversidad y confusión. Estas pruebas no vienen para destruir, sino para encender la chispa interna del alma. Solo en la oscuridad puedes ver las estrellas, dice el Zóhar. La prueba es el "velo", y tu trabajo es traspasarlo con conciencia y fe.

Las pruebas revelan nuestra esencia (Etzem) עצם significa "esencia", pero también "hueso", lo más duro y resistente del cuerpo. Solo bajo presión (la prueba) el alma revela su Etzem, su verdadera fuerza. Por eso Abraham fue probado 10 veces. Cada prueba no era para Dios, sino para Abraham descubrirse a sí mismo.

Y las vemos como sufrimientos porque el ego (nefesh behamit) busca comodidad y control. La prueba nos obliga a soltar eso. Si no cambiamos el foco, la resistencia interna se convierte en sufrimiento. La Kabalá dice que la Luz entra por la grieta, por el lugar roto. La adversidad es ese lugar: si te abres, se transforma.

La prueba no son ni castigos ni obstáculos sino oportunidades que nos debe llevar a nuestra elevación, todo dolor es un llamado de atención para corregir por lo que el sufrimiento es inútil es simplemente resistirnos a crecer integralmente, en vez de evitar algunos de esos dolores debemos asumirlos como lecciones para que nuestra alma rompa ese velo y visionemos esa Olam Malaj o puerta hacia el mundo superior.

REFLECTION

This verse expresses David's lament at the increasing opposition of his enemies. From a Kabbalistic perspective, this passage speaks not only of physical adversaries, but also of internal and external forces that seek to divert man from his spiritual purpose.

Many "Rabbim" (רַבִּים) has a value of 252. This number can relate to the concept of multiple challenges or trials that appear on the spiritual path. From Kabbalah, plurality ("many") represents the multiplicity of obstacles a person faces in his effort to align himself with the divine light.

They rise up, "Qamim" (קָמִים) The root קום means "to rise up" or "to rise up." This verb implies action, movement, and active opposition. Its gematric value is 150, a number associated with the idea of transition and change. In the spiritual context, these forces that “rise up” represent challenges that, while difficult, offer the opportunity to strengthen and grow.

Against me, “Alay” (עָלָי) this term reflects a personal experience of confrontation. Kabbalah teaches us that these challenges, while external, have internal roots; often, the “enemies” reflect our inner doubts, fears, and resistances. The gematria of עָלָי is 110, a number that can be interpreted as a call to seek balance and protection in the divine light.

Confrontation can be understood as spiritual opportunity. The opposition of the “many” can be understood as a metaphor for the internal blockages and external trials that challenge the individual. In Kabbalah, these experiences are not seen as punishments, but as opportunities to refine the soul, overcome limitations, and reach higher levels of spiritual connection.

The light in the midst of darkness, helps us to understand thanks to this Psalm that this situation of anguish, from the Kabbalah means that the brightest light emerges in the moments of greatest challenge. When facing the "many" that rise, we are encouraged to invoke the forces of the Tree of Life and remember our connection with the divine source.

The sum of the gematric values of the verse (252 + 150 + 110 = 512) can be interpreted as a reminder that protection and balance are found by seeking a greater connection with divine energy through faith, prayer and meditation. By identifying internal and external oppositions we can reflect on what "enemies" or challenges are arising in our lives and whether they are internal fears, doubts or external influences.

It is about transforming adversity into growth, visualizing each challenge as a ladder to a higher level of spiritual awareness. Therefore we can ask ourselves what we can learn from each situation and how we can grow through it.

Always trusting in divine protection, for which the Psalm invites us to remember that, although many may rise up against us, we are not alone. The connection with the divine light is our strength and refuge. In addition, to perceive the proactive spiritual action that uses spiritual tools such as prayer, meditation and study to strengthen your connection with the divine light and overcome trials consciously.

According to Kabbalah and gematria, trials or adversities are not punishments or empty obstacles, but carefully designed tools to reveal our hidden divine potential. The difference between seeing them as suffering or as challenges lies in our level of spiritual awareness.

Trials (מַסָּה - "Nisayon"), a word that comes from the root נס (nes) meaning "miracle" or "elevation," remind us to overcome the darkness in which we perceive ourselves as distant from the Creator and reconnect with His light, overcoming these challenges.

The Zohar explains: "Trial is the stage where the soul demonstrates its hidden greatness." Adversity is, therefore, an opportunity to rise above one's lower nature and activate what is latent within the soul.

"Nisayon" (ניסיון) has a numerical value of 76: ן + (6) ו + (10) י + (60) ס + (50) נ (final nun, 50), which is also the numerical value of "עולם מלאך" (Olam Malach, "world of the angel"). This suggests that overcoming a trial connects us to the heavenly plane, i.e., we activate our higher self.

176 is the number of verses in the longest chapter of Tehillim (Psalm 119), which deals with love and devotion to the Torah, even in the midst of suffering. This is no coincidence. According to Kabbalah, suffering is born of separation, of perceiving adversity as disconnected from God. Pain may be inevitable, but suffering arises when the ego resists the process.

When we see trials as "something bad that's happening to me," we disconnect from their purpose. But when we see them as an invitation to reveal light (or), then they become part of Tikkun (repair).

Kabbalah speaks of the "Sitra Achra" (the other side), forces that hide divine light through adversity and confusion. These trials do not come to destroy, but to ignite the inner spark of the soul. Only in darkness can you see the stars, says the Zohar. The trial is the "veil," and your job is to pierce it with awareness and faith.

Trials reveal our essence (Etzem). עצם means "essence," but also "bone," the hardest and most resilient part of the body. Only under pressure (the trial) does the soul reveal its Etzem, its true strength. That's why Abraham was tested 10 times. Each trial was not for God, but for Abraham to discover himself.

And we see them as suffering because the ego (nefesh behamit) seeks comfort and control. The test forces us to let go of that. If we don't shift our focus, internal resistance turns into suffering. Kabbalah says that Light enters through the crack, through the broken place. Adversity is that place: if you open yourself, it transforms.

Tests are neither punishments nor obstacles, but opportunities that should lead us to our elevation. All pain is a wake-up call to correct what suffering is useless; it is simply resisting integral growth. Instead of avoiding some of these pains, we must embrace them as lessons so that our soul can break through that veil and envision that Olam Malach, or door to the upper world.

MIS NOTAS

וְאַתָּה יְהוָה מָגֵן בַּעֲדִי כְּבוֹדִי וּמֵרִים רֹאשִׁי׃

V'atah Adonai magen ba'adi kevodi umerim roshi.

«Pero Tú, Señor, eres un escudo a mi alrededor, mi gloria y el que levanta mi cabeza.»

"But You, Lord, are a shield around me, my glory, and the One who lifts up my head."

REFLEXIÓN

Pero tú, Señor, "V'atah Adonai" (וְאַתָּה יְהוָה) nos presenta a través de esta afirmación directa esa conexión divina. En la Cábala, el uso del Tetragrámaton (יהוה) representa el atributo de misericordia y compasión de Dios. Esto nos indica que el versículo no solo habla de protección, sino de una conexión íntima con la fuente de toda bondad y misericordia.

"Un escudo a mi alrededor", "Magen ba'adi" (מָגֵן בַּעֲדִי). La palabra magen (escudo) tiene un valor gemátrico de 93. Este número está asociado con la sefirá de Jesed (bondad) y la sefirá de Guevurá (fuerza). El escudo simboliza la protección divina, que combina misericordia y juicio, creando un equilibrio perfecto para proteger al individuo en cuerpo y alma.

Mi gloria, "Kevodi" (כְּבוֹדִי) La raíz de kevodi es kavod (gloria o peso), que en la Cábala se relaciona con la manifestación de la presencia divina (Shejiná). Aquí, el salmista reconoce que su verdadera gloria no proviene de sus logros, sino de su conexión con el Creador. kavod tiene un valor de 32, que corresponde a la palabra lev (corazón). Esto señala que la verdadera gloria reside en un corazón alineado con la voluntad divina.

"Y el que levanta mi cabeza", "Umerim roshi" (וּמֵרִים רֹאשִׁי) nos habla gracias a la acción de levantar la cabeza de restauración, dignidad y esperanza. En la Cábala, esto está conectado con Tiferet (belleza), la sefirá que equilibra la bondad y el juicio, elevando al ser humano a un estado de armonía y conexión espiritual.

El versículo refleja un proceso de protección, reconocimiento y elevación espiritual. Dios es presentado como un escudo que rodea completamente al individuo, protegiendo tanto su ser físico como su dimensión espiritual. La referencia a la "gloria" y a "levantar la cabeza" sugiere una restauración de la dignidad y la conexión con la divinidad.

Desde la perspectiva cabalística, este versículo nos invita a reflexionar sobre cómo la protección divina no solo nos cuida, sino que también nos guía hacia nuestro propósito más elevado. Al reconocer que nuestra gloria y fuerza provienen del Creador, nos liberamos de cargas innecesarias y

nos enfocamos en aquello que verdaderamente importa.

Se trata de confiar en la protección divina por ello este Salmo nos recuerda que, incluso en momentos de adversidad, podemos confiar en que Dios nos protege completamente. Ademas que reconocer la fuente de nuestra fuerza, siendo Él nuestra verdadera gloria por lo que nuestra fortaleza no radica en las cosas materiales o el reconocimiento externo, sino en nuestra relación con lo divino. Ello nos permite elevar la cabeza con esperanza para que cuando enfrentemos dificultades, nos animemos a buscar la restauración y la dignidad a través de nuestra conexión espiritual.

El Salmo nos muestra una especie de visualización espiritual que nos permite imaginar ese escudo divino rodeándonos en momentos de miedo o incertidumbre, recordándonos que estamos protegido. También el Salmo nos incita a reflexionar sobre cómo podemos equilibrar la bondad y el juicio en nuestras acciones (tiferet) para alcanzar un estado de armonía interna.

Se trata de dedicar tiempo para identificar lo que realmente da sentido a nuestras vidas y enfocarnos en fortalecer esa conexión espiritual, alineándonos con la voluntad divina, y así encontramos protección, dignidad y esperanza renovada en cada paso de nuestro camino.

Según la Cábala, el mal no es más fuerte, sino que se disfraza de fuerza porque ocupa un lugar más expuesto en la realidad material, que es el mundo del ocultamiento (Olam HaAsiyá – el mundo de la acción). El mal actúa con rapidez, sin resistencia interior. El bien verdadero requiere trabajo interno, refinamiento del alma, corrección del deseo.

> El Zóhar explica que el bien es como la luz del sol detrás de nubes densas. Aunque no lo veas, sigue iluminando. El mal es como un relámpago: impresionante, pero efímero. Cita del Zóhar (Bereshit I, 110b):
> "El poder del mal se eleva solo porque el bien lo permite para su propia corrección."

Los justos sufren, es cierto, y este es uno de los misterios más antiguos. En hebreo se llama: צַדִּיק וְרַע לוֹ (Tzadik verá lo – "el justo al que le va mal"), רָשָׁע וְטוֹב לוֹ (Rashá vetov lo – "el malvado al que le va bien". El alma del justo viene a corregir no solo su propio tikún, sino a veces tikunim colectivos o de vidas pasadas.

El justo "atrae" más oscuridad para poder purificarla y elevarla. Dios confía en que el tzadik puede soportar y transformar energías que otros no podrían. A veces, un justo sufre aquí para evitar sufrimientos más profundos en planos superiores, y a veces el malvado es recompensado en este mundo por sus pequeñas acciones buenas para que no tenga recompensa en el Mundo Venidero.

> "רַע" (Ra = Mal) = 270. Es un número cerrado, opaco, sin apertura. 2 + 7 + 0 = 9 – número de repetición, de retorno al mismo punto: representa ciclo sin elevación.
> "טוֹב" (Tov = Bien) = 17. 1 + 7 = 8 → número de lo que trasciende lo natural (porque 7 es la naturaleza; 8 lo que está más allá).
> El bien, entonces, apunta hacia lo infinito, pero no siempre es inmediato ni evidente.

Frase: "צדיק ורע לו" – Guematría: 613 (¡igual que las mitzvot de la Torá!) Esto indica que el sufrimiento del justo está alineado con el plan completo de la Creación, no es algo aleatorio. La Cábala dice que vale al pena ser bueno, pero no por el resultado inmediato, sino por la conexión eterna con la Luz del Creador.

Ya que el mal brilla rápido mientras el bien lo hace profundo, por eso el mal parece fuerte, pero no es eterno, solo tiene una raíz de deseos egoístas, y no del deseo de dar, por ello auto destruye, mientras que el bien fortalece e integra nuestra alma.

> Según el Arizal, revelar luz en la oscuridad es el propósito mismo del alma humana. Por eso el mal tiene apariencia de poder: para que tú elijas elevarlo.
> Como decía el Baal Shem Tov: "Cuando el mal te rodea, no es para destruirte, sino para que te conviertas en una antorcha."

יֵצֶר הָרַע (Yetzer Hará – Inclinación al mal) Guematría: (ה) 5 = הָרַע ,300 = (ר) 200 + (צ) 90 + (י) 10 = יֵצֶר 275 = (ע) 70 + (ר) 200 +. Total: 575. Y 575 = 23 x 25, desde la Cabalá, representa el nombre oculto de vida: "חיה" (Jaiá) ya que 23 es también una dimensión del alma (alma viviente). Lo que sugiere: dentro del mal hay una chispa de vida esperando ser revelada.

También, el Zóhar dice que el Yetzer Hará se convierte en Yetzer Tov cuando se canaliza. Lo que parece negativo, cuando se purifica, se transforma en un poder de construcción.

תִּיקּוּן (Tikún – Reparación, corrección). Tav (400) + Yud (10) + Kuf (100) + Vav (6) + Nun (50) = 566, que es solo 9 unidades menos que 575 (Yetzer Hará). Diferencia: 9 → ג (Guimel) = "dar" en hebreo (como en g'milut jasadim, actos de bondad). Esto sugiere que el tikún es el proceso de quitar el egoísmo (el "yo solo recibo") del Yetzer Hará, hasta revelar su esencia divina.

סִטְרָא אַחֲרָא (Sitra Ajra – "El Otro Lado"). א + (200) ר + (8) ח + (1) א .270 = (1) א + (200) ר + (9) ט + (60) ס 210 = (1). Total = 480 = שם אלוהים (Shem Elohim), uno de los nombres de Dios cuando se manifiesta como juicio (Din). Lo que implica que incluso el Sitra Ajra se sostiene gracias a una energía que viene del Creador. Solo que está invertida, usada en forma de ocultación. El mal no tiene existencia por sí mismo: solo es una chispa de luz que ha sido deformada.

Los Sabios enseñan: cuando un ser humano vence su inclinación negativa, no solo la anula, ¡sino que la convierte en fuerza espiritual! El Zóhar dice: "El que subyuga el Yetzer Hará, crea un ángel de luz con cada victoria."

El Yetzer Hará y el Sitra Ajra tienen orígenes espirituales divinos. El proceso del Tikún está diseñado para extraer la chispa de divinidad oculta en la oscuridad. El verdadero poder del bien está en su capacidad de transformar y elevar incluso lo más bajo.

REFLECTION

But You, Lord, "V'atah Adonai" (וְאַתָּה יְהוָה) presents to us through this direct statement that divine connection. In Kabbalah, the use of the Tetragrammaton (יהוה) represents God's attribute of mercy and compassion. This tells us that the verse is not just talking about protection, but about an intimate connection with the source of all goodness and mercy.

"A shield around me," "Magen ba'adi" (מָגֵן בַּעֲדִי). The word magen (shield) has a gematric value of 93. This number is associated with the sefira of Chesed (goodness) and the sefira of Gevurah (strength). The shield symbolizes divine protection, combining mercy and judgment, creating a perfect balance to protect the individual in body and soul.

My Glory, “Kevodi” (כְּבוֹדִי) The root of kevodi is kavod (glory or weight), which in Kabbalah is related to the manifestation of the divine presence (Shechinah). Here, the psalmist recognizes that his true glory comes not from his accomplishments, but from his connection to the Creator. Kavod has a value of 32, which corresponds to the word lev (heart). This points out that true glory lies in a heart aligned with the divine will.

“And he who lifts up my head,” “Umerim roshi” (וּמֵרִים רֹאשִׁי) speaks to us through the action of lifting up the head of restoration, dignity, and hope. In Kabbalah, this is connected to Tiferet (beauty), the sefira that balances goodness and judgment, elevating the human being to a state of harmony and spiritual connection.

The verse reflects a process of protection, recognition, and spiritual elevation. God is presented as a shield that completely surrounds the individual, protecting both his physical being and his spiritual dimension. The reference to “glory” and “lifting up the head” suggests a restoration of dignity and connection to divinity.

From a Kabbalistic perspective, this verse invites us to reflect on how divine protection not only takes care of us, but also guides us toward our highest purpose. By recognizing that our glory and strength come from the Creator, we free ourselves from unnecessary burdens and focus on what truly matters.

It is about trusting in divine protection, which is why this Psalm reminds us that even in times of adversity, we can trust that God protects us completely. In addition, we must recognize the source of our strength, He being our true glory, so our strength does not lie in material things or external recognition, but in our relationship with the divine. This allows us to raise our heads with hope so that when we face difficulties, we are encouraged to seek restoration and dignity through our spiritual connection.

The Psalm shows us a kind of spiritual visualization that allows us to imagine that divine shield surrounding us in moments of fear or uncertainty, reminding us that we are protected. The Psalm also encourages us to reflect on how we can balance kindness and judgment in our actions (tiferet) to reach a state of internal harmony.

It is about taking time to identify what really gives meaning to our lives and focusing on strengthening that spiritual connection, aligning ourselves with the divine will, and thus we find protection, dignity and renewed hope in every step of our path.

According to Kabbalah, evil is not stronger, but rather disguises itself as power because it occupies a more exposed place in material reality, which is the world of concealment (Olam HaAsiyah – the world of action). Evil acts swiftly, without inner resistance. True good requires inner work, refinement of the soul, and correction of desire.

> The Zohar explains that good is like sunlight behind dense clouds. Even if you don't see it, it continues to shine. Evil is like a flash of lightning: impressive, but ephemeral. Quote from the Zohar (Bereishit I, 110b):
> "The power of evil rises only because good allows it for its own correction."

The righteous suffer, it is true, and this is one of the oldest mysteries. In Hebrew, it is called: צַדִּיק וְרַע לוֹ (Tzadik will see lo – "the righteous to whom it goes wrong"), רָשָׁע וְטוֹב לוֹ (Rasha vetov lo – "the wicked to whom it goes well"). The soul of the righteous comes to correct not only its own tikkun, but sometimes collective tikkunim or tikkunim from past lives.

The righteous "attracts" more darkness so that it can purify and elevate it. God trusts that the tzadik can endure and transform energies that others could not. Sometimes a righteous person suffers here to avoid deeper suffering on higher planes, and sometimes the wicked person is rewarded in this world for his small good deeds so that he will have no reward in the World to Come.

> "רַע" (Ra = Evil) = 270. It is a closed, opaque number, without opening. 2 + 7 + 0 = 9 – number of repetition, of returning to the same point: it represents a cycle without elevation.
> "טוֹב" (Tov = Good) = 17. 1 + 7 = 8 → number of that which transcends the natural (because 7 is nature; 8 is what is beyond).
> Good, then, points toward infinity, but it is not always immediate or evident.

Phrase: "צדיק ורע לו" – Gematria: 613 (same as the mitzvot of the Torah!) This indicates that the suffering of the righteous is aligned with the complete plan of Creation; it is not random. Kabbalah says that it is worth being good, not for the immediate result, but for the eternal connection with the Light of the Creator.

Evil shines quickly while good shines deep, so evil appears strong, but it is not eternal. It is rooted only in selfish desires, not in the desire to give. Therefore, it destroys itself, while good strengthens and integrates our soul.

According to the Arizal, revealing light in the darkness is the very purpose of the human soul. This is why evil has the appearance of power: so that you choose to elevate it.

As the Baal Shem Tov said: "When evil surrounds you, it is not to destroy you, but to make you a torch."

Yetzer Hara (Evil Inclination) Gematria: Yetzer Hara = 10 (י) + 300 = (ר) 200 + (צ) 90, Yetzer Hara = 5 (ה) + 275 = (ע) 70 + (ר) 200. Total: 575. And 575 = 23 x 25, from Kabbalah, represents the hidden name of life: "חיה" (Chaya) since 23 is also a dimension of the soul (living soul). Which suggests: within evil there is a spark of life waiting to be revealed.

Also, the Zohar says that the Yetzer Hara becomes a Yetzer Tov when it is channeled. What appears negative, when purified, is transformed into a constructive power.

תִּיקּוּן (Tikkun – Repair, correction). Tav (400) + Yud (10) + Kuf (100) + Vav (6) + Nun (50) = 566, which is only 9 units less than 575 (Yetzer Hara). Difference: 9 → ג (Gimel) = "give" in Hebrew (as in g'milut chasadim, acts of kindness). This suggests that tikkun is the process of removing the egoism (the "I only receive") from the Yetzer Hara, revealing its divine essence.

סִטְרָא אַחֲרָא (Sitra Achra – "The Other Side"). (200) ר + (8) ח + (1) א .270 = (1) א + (200) ר + (9) ט + (60) ס 210 = (1) א +. Total = 480 = שם אלוהים (Shem Elohim), one of the names of God when He manifests as judgment (Din). Which implies that even the Sitra Achra is sustained by an energy that comes from the Creator. Only it is inverted, used in the form of concealment. Evil has no existence in and of itself: it is only a spark of light that has been deformed.

The Sages teach: when a human being overcomes their negative inclination, they not only nullify it, but convert it into a spiritual force! The Zohar says: "He who subdues the Yetzer Hara creates an angel of light with every victory."

The Yetzer Hara and the Sitra Achra have divine spiritual origins. The process of Tikkun is designed to extract the spark of divinity hidden in the darkness. The true power of good lies in its ability to transform and uplift even the most base.

MIS NOTAS

קוֹ□□□י אֶל־יְה□□□ה אֶקְ□□□א וַיַּעֲ□□□נִי

מֵ□□□□ר קָדְ□□□וֹ סֶלָה׃

Kolí el-YHVH ekra, va'ya'anéni mehar kodsho. Selá.

«Con mi voz clamé al Señor, y Él me respondió desde Su monte santo. Selá.»

"I cried out with my voice to the Lord, and He answered me from His holy hill, Selah."

REFLEXIÓN

Este verso describe un proceso espiritual profundo: cómo el alma, en estado de clamor (desesperación, anhelo), alcanza respuesta desde el plano superior. "Kolí" (mi voz): En Cábala, la voz simboliza la expresión del alma. No solo un sonido, sino la vibración espiritual que emite la conciencia.

"Ekra" (llamaré): No es solo hablar, es invocar con intención, como un grito interior que atraviesa los mundos espirituales. El alma tiene una voz que trasciende el lenguaje. Cuando clama desde lo profundo, se conecta con la esencia del Creador.

"Har Kodsho" (Su monte santo) representa, según la Cábala, el plano superior de conciencia, el nivel de Biná o incluso Kéter, dependiendo del contexto. Es el lugar de la revelación, donde la mente se eleva para recibir guía interna, inspiración divina o claridad. La respuesta divina no siempre es literal. Muchas veces se manifiesta como intuición, paz interior, o visión ampliada, cuando logramos sintonizar con ese "monte sagrado" dentro de nosotros.

Esta palabra aparece muchas veces en los Salmos, y tiene un significado misterioso. Según la tradición cabalística ello puede significar una pausa para la reflexión o bien una transición de nivel de conciencia, como un salto energético. Después del clamor viene el silencio interior, y en ese espacio es donde se percibe la respuesta divina.

"קולי" (Kolí / Mi voz) = 136 es el mismo valor que "סולם" (Sulam / Escalera) — como la de Jacob. Esto sugiere que la voz del alma es una escalera que conecta la tierra con el cielo. Cuando uno ora o invoca desde el corazón, está creando un puente vibracional entre los mundos.

"הַר קָדְשׁוֹ" (Har Kodsho / Su monte santo) = 509, Aunque no hay una equivalencia directa obvia, este número se acerca al valor de algunas frases relacionadas con niveles elevados como: "Ruaj Elohim" (el espíritu de Dios) = 300 + 86 = 386. 509 – 386 = 123 → que es "Vida" (חיים) x 2 (68 x 2). El "monte santo" es símbolo de vida espiritual duplicada o elevada, una vida donde el alma respira desde planos más altos.

Tu voz es tu poder espiritual. El "clamor" que menciona el salmo no es debilidad, sino acto de fuerza interior. Es cuando el alma reconoce su dependencia de lo Alto y se abre a recibir.

La respuesta está en la elevación. Muchas veces la respuesta de Dios no viene en forma de milagro externo, sino como un cambio de nivel interno: más paz, más claridad, más intuición. Esa es la voz que viene del "monte santo".

Selá: Aprende a pausar para percibir. En un mundo de ruido, el alma necesita pausas sagradas para integrar lo que recibe. Las respuestas vienen en el silencio después del clamor.

> Resonancia con el Árbol de la Vida: Kolí (mi voz) → Tiferet (la armonía del corazón), Har Kodsho (monte santo) → Biná/Kéter (visión superior, madre espiritual), Selá → Da'at (conexión, conocimiento interior).
> Este salmo muestra el viaje del alma: desde la emoción que clama (Tiferet), hacia la revelación superior (Biná), pasando por la integración de lo recibido (Da'at).

No olvidemos como lo dice el versículo anterior que el señor nos protege con su esencia, el concepto de Magen ba'adi" (escudo alrededor de mí), nos reitera que el nombre YHVH representa el flujo divino superior, del plano de Atzilut (emanación). Cuando la conciencia se alinea con ese flujo, se crea una aura de protección espiritual.

En el Zohar, se dice que este "escudo" también corresponde a la luz circundante (Or Makif), una fuerza que protege y empuja al alma a seguir creciendo, aunque aún no entienda el propósito de sus pruebas.

Kevodi (mi gloria). Según la Cábala, el "kabod" no es orgullo humano, sino la chispa divina que hay dentro del alma. Es una alusión al nivel del alma llamado Neshamá, que refleja la luz de Dios. Cuando el alma reconoce que su "gloria" no es externa (logros, estatus), sino interna (su origen divino), empieza a irradiar verdadera luz.

Por ello al ser Él quie "levanta mi cabeza" nos esta permitiendo esa Elevación de conciencia. U'meirim roshi → "El que levanta mi cabeza" se refiere a la elevación de la conciencia. "Cabeza" (rosh) en hebreo también alude a Rosh Hashaná, el tiempo de renovación y juicio interno.

Esto representa la subida de Maljut (la parte más baja del alma) hacia Kéter (la voluntad divina), un proceso de transformación espiritual y reconexión con la Fuente. "מָגֵן" (Magen / Escudo) = 93 también es el valor de la palabra "אמן" (Amén), que implica afirmación, fe, y verdad. Este concepto

también se asocia con el nombre de Dios Elokim (86) + 7 (el número de la completitud en la creación).

La fe y la conexión con lo divino son nuestro verdadero escudo. "כְּבוֹדִי" (Kevodi / Mi gloria) = 32 = לֵב (Lev / Corazón) → Lamed (30) + Bet (2). Hay 32 caminos de sabiduría en la Cábala (como se menciona en el Sefer Yetzirá). La verdadera gloria proviene de vivir con sabiduría y corazón abierto.

"רֹאשִׁי" (Roshi / Mi cabeza) = 511. Esto es un número menos directo, pero tiene conexiones con: "תיקון" (Tikun / Reparación) = 566. Está cerca, lo que indica un proceso de tikun roshi – una corrección de pensamiento, ego, percepción. Dios levanta nuestra "cabeza" cuando dejamos el ego y nos alineamos con el propósito del alma.

Protección espiritual viene de la conexión interior. Cuando recordamos que somos almas, no solo cuerpos, creamos una energía protectora alrededor de nosotros.

Nuestra verdadera gloria no es el ego, sino la chispa divina dentro. Vivir desde el alma transforma cómo nos vemos y cómo actuamos.

El crecimiento comienza por elevar la cabeza. Levantar la mirada, salir del encierro mental, buscar una visión superior, es el inicio del tikun (reparación) personal.

Dios no solo nos protege, también nos impulsa a evolucionar. Aun en tiempos difíciles, la divinidad actúa como motor interno que nos "levanta la cabeza" para ver más allá del momento.

si se mira con ojos del alma, revela cómo el alma se comunica con lo Alto en momentos de angustia y transformación.

REFLECTION

This verse describes a profound spiritual process: how the soul, in a state of cry (despair, longing), reaches for an answer from the higher plane. “Koli” (my voice): In Kabbalah, the voice symbolizes the expression of the soul. Not just a sound, but the spiritual vibration emitted by consciousness.

“Ekra” (I will call): It is not just speaking; it is invoking with intention, like an inner cry that pierces the spiritual worlds. The soul has a voice that transcends language. When it cries out from within, it connects with the essence of the Creator.

“Har Kodsho” (His holy mount) represents, according to Kabbalah, the higher plane of consciousness, the level of Bina or even Keter, depending on the context. It is the place of revelation, where the mind rises to receive inner guidance, divine inspiration, or clarity. Divine response is not always literal. It often manifests as intuition, inner peace, or expanded vision, when we manage to tune into that “holy mount” within us.

This word It appears many times in the Psalms and has a mysterious meaning. According to Kabbalistic tradition, it can signify a pause for reflection or a transition in the level of consciousness, like an energetic leap. After the cry comes inner silence, and it is in this space that the divine response is perceived.

"קולי" (Koli / My voice) = 136 is the same value as "סולם" (Sulam / Ladder) — like Jacob's. This suggests that the voice of the soul is a ladder that connects earth to heaven. When one prays or invokes from the heart, one is creating a vibrational bridge between the worlds.

"הַר קָדְשׁוֹ" (Har Kodsho / His holy mountain) = 509. Although there is no obvious direct equivalence, this number is close to the value of some phrases related to elevated levels, such as: "Ruach Elohim" (the spirit of God) = 300 + 86 = 386. 509 – 386 = 123 → which is "Life" (חיים) x 2 (68 x 2). The "holy mountain" is a symbol of doubled or elevated spiritual life, a life where the soul breathes from higher planes.

Your voice is your spiritual power. The "cry" mentioned in the psalm is not weakness, but an act of inner strength. It is when the soul recognizes its dependence on the High and opens itself to receive.

The answer lies in elevation. Often, God's answer doesn't come in the form of an external miracle, but rather as an internal shift: more peace, more clarity, more intuition. This is the voice that comes from the "holy mountain."

Selah: Learn to pause to perceive. In a world of noise, the soul needs sacred pauses to integrate what it receives. Answers come in the silence after the clamor.

> Resonance with the Tree of Life: Koli (my voice) → Tiferet (harmony of the heart), Har Kodsho (holy mountain) → Bina/Keter (higher vision, spiritual mother), Selah → Da'at (connection, inner knowledge).
> This psalm shows the soul's journey: from the emotion that cries out (Tiferet) to the higher revelation (Bina), passing through the integration of what has been received (Da'at).

Let us not forget, as the previous verse says, that the Lord protects us with His essence. The concept of Magen ba'adi (shield around me) reiterates that the name YHVH represents the higher divine flow, from the plane of Atzilut (emanation). When consciousness aligns with that flow, an aura of spiritual protection is created.

In the Zohar, it is said that this "shield" also corresponds to the surrounding light (Or Makif), a force that protects and pushes the soul to continue growing, even if it does not yet understand the purpose of its trials.

Kevodi (my glory). According to Kabbalah, the "kabod" is not human pride, but the divine spark within the soul. It is an allusion to the level of the soul called Neshama, which reflects the light of God. When the soul recognizes that its "glory" is not external (achievements, status), but internal (its

divine origin), it begins to radiate true light.

Therefore, when He is the one who "lifts my head," He is allowing us that Elevation of Consciousness. U'meirim roshi → "He who lifts up my head" refers to the elevation of consciousness. "Head" (rosh) in Hebrew also alludes to Rosh Hashanah, the time of inner renewal and judgment.

This represents the ascent of Malchut (the lowest part of the soul) to Keter (the divine will), a process of spiritual transformation and reconnection with the Source. "מָגֵן" (Magen/Shield) = 93 is also the value of the word "אמן" (Amen), which implies affirmation, faith, and truth. This concept is also associated with God's name Elokim (86) + 7 (the number of completeness in creation).

Faith and connection with the divine are our true shield. "כְּבוֹדִי" (Kevodi / My glory) = 32 = לב (Lev / Heart) → Lamed (30) + Bet (2). There are 32 paths of wisdom in Kabbalah (as mentioned in the Sefer Yetzira). True glory comes from living with wisdom and an open heart.

"Roshi/My Head" = 511. This is a less direct number, but it has connections to: "Tikun/Repair" = 566. It is close, indicating a process of tikun roshi – a correction of thought, ego, and perception. God lifts our "head" when we let go of the ego and align with the soul's purpose.

Spiritual protection comes from inner connection. When we remember that we are souls, not just bodies, we create a protective energy around us.

Our true glory is not the ego, but the divine spark within. Living from the soul transforms how we see ourselves and how we act.

Growth begins with raising our heads. Lifting our gaze, breaking out of mental isolation, and seeking a higher vision is the beginning of personal tikkun (repair).

God not only protects us, but also propels us to evolve. Even in difficult times, divinity acts as an internal engine that "raises our heads" to see beyond the moment.

If viewed through the eyes of the soul, it reveals how the soul communicates with the High in times of anguish and transformation.

MIS NOTAS

אֲנִי שָׁכַבְתִּי וָאִישָׁנָה הֱקִיצוֹתִי כִּי יְהוָה יִסְמְכֵנִי׃

Ani shakavti va'ishanah heqitzoti ki Adonai yismecheni.

«Yo me acosté y dormí; desperté, porque el Señor me sostiene.»

"I lay down and slept; I awoke, for the Lord sustains me."

REFLEXIÓN

Este versículo expresa una confianza absoluta en la protección divina, simbolizando el acto de entregarse al descanso y despertar bajo el cuidado y apoyo constante del Creador. Yo, אֲנִי (Ani) tiene un valor gemátrico de 61, que está relacionado con el nombre divino Ain (Nada), que representa la anulación del ego y la conexión con lo infinito. El "yo" aquí no es egoísta, sino una conciencia de estar completamente entregado a la voluntad divina.

Me acosté, שָׁכַבְתִּי (Shakavti) tiene un valor gemátrico de 726, que está vinculado a un acto de confianza y rendición espiritual. En términos cabalísticos, acostarse simboliza dejar de lado el control personal y confiar en que el universo sigue su curso bajo la supervisión divina.

Dormí, וָאִישָׁנָה (Va'ishanah) tiene un valor gemátrico de 362, relacionado con el reposo espiritual y la renovación. En la cábala, dormir simboliza un momento de conexión con planos superiores, donde el alma se recarga y se renueva. Desperté, הֱקִיצוֹתִי (Heqitzoti) tiene un valor gemátrico de 616 y representa la unión de la acción divina y humana. Este despertar no es solo físico, sino una señal de que uno está alineado con el flujo divino.

El Señor, יְהוָה (Adonai), tiene un valor gemátrico de 26, asociado al Tetragrámaton. Este nombre divino representa la misericordia y el fluir de la energía divina en todos los aspectos de la vida. Me sostiene, יִסְמְכֵנִי (Yismecheni), tiene un valor gemátrico de 210, conectado con estabilidad y soporte espiritual. En la cábala, esto refleja la fuerza que proviene del Creador, permitiéndonos avanzar incluso en momentos de incertidumbre.

El salmo nos invita a tener confianza plena en lo divino, enseñándonos que incluso en nuestros momentos más vulnerables, como al dormir, podemos confiar en que el Creador nos cuida. Esto refleja el atributo de Bitajón (confianza total en Dios), una de las cualidades fundamentales en la espiritualidad judía.

También nos habla del ciclo de vida y renovación, lo que significa que dormir y despertar simbolizan el ciclo de muerte y renacimiento que ocurre diariamente. La cábala ve esto como un recordatorio de que cada día es una oportunidad para renovarnos, tanto física como espiritualmente. Por lo cual

no podemos obviar esa conexión entre alma y cuerpo. Y es que según la cábala, mientras dormimos, una parte de nuestra alma asciende a los planos superiores para recibir luz y dirección. El acto de despertar indica que hemos sido bendecidos con una nueva oportunidad de cumplir nuestro propósito en este mundo.

Dicho sostén divino, nos dice a través del verbo Yismecheni, que solo el Creador nos protege y que Él nos da la fuerza necesaria para enfrentar los desafíos, idea que refuerza que, aunque podamos sentirnos débiles, siempre hay un apoyo superior que nos sostiene. Se trata entonces de soltar el control, ya que no necesitamos tener el control absoluto de todo en nuestras vidas. La confianza en lo divino nos permite descansar y recargar nuestras energías, sabiendo que estamos siendo cuidados.

También nos habla de la gratitud al despertar, siendo de suma importancia el agradecer al Creador por cada nuevo día, para lo cual el Salmo nos inspira a comenzar nuestras mañanas con gratitud y una intención clara de alinearnos con el propósito divino. Proceso de renovación constante, que contiene esa dinámica de acostarse, dormir y despertar lo cual simboliza un proceso constante de transformación.

Se trata de aplicar esto a nuestras vidas recordando que siempre es posible empezar de nuevo, sin importar los desafíos del pasado. Es por ello que el salmo nos invita a reflexionar sobre la confianza plena en la protección y el apoyo divino y es que desde la perspectiva cabalística, el acto de dormir y despertar representa un ciclo de entrega, renovación y sostenimiento, manteniendo así la confianza en el Creador quien libera el alma, por ende al soltar el control, encontramos paz y estabilidad.

Cada día es un regalo así que cada despertar es una señal de que aún tenemos un propósito por cumplir y ese sostén divino es constante, incluso en nuestros momentos más vulnerables, el Creador está presente para guiarnos y darnos fuerza.

El sueño tiene significados espirituales y cósmicos que van más allá de su función biológica y fisiológica. En este contexto, el sueño se interpreta como un proceso esencial para la regeneración del alma, la conexión con lo divino, y el equilibrio entre los mundos físico y espiritual. El sueño es mucho más que un simple estado de descanso físico; es una fase espiritual importante que cumple con varias funciones cósmicas y espirituales.

En la Kábala, el sueño se asocia con un estado de "oscuridad", que no debe ser entendido como algo negativo, sino como un estado de separación de la luz consciente que experimentamos durante el día. El proceso de creación se describe en términos de ciclos de luz y oscuridad, y en este contexto, el sueño es visto como una forma de regresar a la fuente primordial del Creador, un estado en el que el alma se reconecta con su origen divino.

Durante el sueño, el alma se eleva a niveles espirituales más altos, y a menudo se dice que tiene la oportunidad de recibir iluminación o enseñanzas divinas en estos planos más elevados. Así, el sueño se convierte en una renovación espiritual que prepara al ser humano para enfrentarse nuevamente a la "luz" de la vigilia.

El alma humana, según la Kábala, tiene múltiples niveles. Los más altos de estos niveles (por ejemplo, el neshamá y el ruaj) permanecen conectados a lo divino incluso cuando el cuerpo duerme. Durante el sueño, el alma puede liberarse parcialmente del cuerpo físico y viajar a otros mundos espirituales. Esto no es solo un descanso físico, sino también un "descanso espiritual", en el que el alma se recarga y se purifica.

El Talmud menciona que el sueño es una sexta parte de la muerte, lo que significa que, al dormir, el alma experimenta una especie de desconexión parcial del cuerpo físico, como ocurre al morir, pero con la diferencia de que al despertar, el alma regresa para seguir su misión en la vida física.

En la Kábala, el Shabat (el séptimo día de la semana) tiene un lugar central como un tiempo de conexión profunda con lo divino, un día en el que se cesa toda labor creativa y se permite a la persona entrar en un estado de reposo y santidad. Este día de descanso tiene un paralelo simbólico con el sueño en varios aspectos.

El Shabat es visto como un reflejo de la creación en su forma más pura y perfecta. Es un día de equilibrio entre el mundo material y el espiritual, en el que el individuo deja de participar activamente en las labores de la creación (en el plano físico) y se dedica a unirse con lo divino en un estado de calma y descanso espiritual. De manera similar, durante el sueño, el alma se aleja de las tareas del cuerpo y se reconecta con su esencia divina.

Se dice que el Shabat es un "respiro" de la actividad y el trabajo, y se compara con un retorno al estado primordial de descanso en el que el alma, al igual que el Creador descansó al séptimo día, también se restablece. Así, el sueño diario puede verse como un pequeño Shabat personal, en el que el alma se desconecta de las preocupaciones terrenales y se dirige hacia su propósito espiritual más alto.

El séptimo día, en este sentido, tiene una resonancia directa con la creación del mundo en el libro del Génesis, donde después de seis días de trabajo y creación, el Creador descansó en el séptimo día. Este descanso no es solo físico, sino espiritual. Se cree que el Shabat (y el sueño) proporciona una reconexión con la energía cósmica original, restaurando el equilibrio entre los mundos materiales y espirituales.

El octavo día se presenta en la Kábala como un día que trasciende los límites de la creación física. Si el séptimo día representa la culminación de la creación y el descanso divino, el octavo día simboliza un nivel superior de existencia, más allá de la naturaleza.

En la Kábala, el octavo día está asociado con la redención y la trascendencia. Se considera un "día de resurrección", ya que está más allá del ciclo de los siete días de la semana, un ciclo que representa el tiempo limitado y la creación física. El octavo día, por lo tanto, refleja el despertar espiritual más allá del ciclo temporal. Esto tiene una conexión directa con el acto de despertar después del sueño, cuando el alma, habiendo descansado y rejuvenecido en el plano espiritual, regresa al cuerpo para continuar su propósito.

El octavo día simboliza también la transformación espiritual. A nivel personal, cada vez que una persona duerme y despierta, tiene la oportunidad de experimentar una "muerte" simbólica del ego y una "resurrección" hacia una versión más refinada de sí misma, más cercana a su propósito divino. Este despertar espiritual puede estar relacionado con alcanzar un nivel superior de conciencia, más allá de las limitaciones del tiempo y del espacio, tal como se interpreta en el concepto del octavo día.

En la Gematría, cada palabra tiene un valor numérico, y ciertos valores numéricos están asociados con conceptos profundos. Por ejemplo, la palabra "Shabat" (שבת) tiene el valor numérico de 702, que está relacionado con la idea de la completitud y la armonía cósmica. Esto refuerza la idea de que tanto el descanso físico (en el sueño) como el descanso espiritual (en el Shabat) son momentos de conexión con la totalidad del universo.

La palabra "Sueño" (שינה) en hebreo tiene un valor numérico de 340, lo que también puede vincularse con el concepto de transformación y cambio. El sueño es visto, entonces, como un proceso de purificación y de preparación para alcanzar una mayor conexión con lo divino.

El sueño, en la Kábala, es mucho más que un simple descanso físico: es un acto espiritual profundo que permite al alma desconectarse del cuerpo físico y conectarse con su esencia divina. Tiene paralelismos con el séptimo día de descanso (Shabat) y también se asocia con el octavo día, que trasciende los límites del tiempo y la creación material.

El sueño y el descanso espiritual en general son vistos como medios para alcanzar la armonía, la purificación y el despertar hacia un nivel superior de conciencia y divinidad. A través del descanso físico y espiritual, tanto en el sueño diario como en el Shabat, el ser humano tiene la oportunidad de alcanzar un estado más cercano a la unión con lo divino.

REFLECTION

This verse expresses absolute trust in divine protection, symbolizing the act of surrendering to rest and awakening under the constant care and support of the Creator. I, אֲנִי (Ani) has a gematric value of 61, which is related to the divine name Ain (Nothing), which represents the nullification of the ego and connection to the infinite. The "I" here is not selfish, but an awareness of being completely surrendered to the divine will.

I lay down, שָׁכַבְתִּי (Shakavti) has a gematric value of 726, which is linked to an act of trust and spiritual surrender. In Kabbalistic terms, lying down symbolizes letting go of personal control and trusting that the universe takes its course under divine supervision.

I slept, וָאִישָׁנָה (Va'ishanah) has a gematric value of 362, related to spiritual rest and renewal. In Kabbalah, sleep symbolizes a moment of connection with higher planes, where the soul is recharged and renewed. I woke up, הֶקִיצוֹתִי (Heqitzoti) has a gematric value of 616 and represents the union of divine and human action. This awakening is not only physical, but a sign that one is aligned with the divine flow.

The Lord, יְהוָה (Adonai), has a gematric value of 26, associated with the Tetragrammaton. This divine name represents mercy and the flow of divine energy in all aspects of life. He upholds me, יִסְמְכֵנִי (Yismecheni), has a gematric value of 210, connected to stability and spiritual support. In Kabbalah, this reflects the strength that comes from the Creator, allowing us to move forward even in times of uncertainty.

The psalm invites us to have complete trust in the divine, teaching us that even in our most vulnerable moments, such as when sleeping, we can trust that the Creator is taking care of us. This reflects the attribute of Bitachon (total trust in God), one of the fundamental qualities in Jewish spirituality.

It also speaks to us of the cycle of life and renewal, meaning that sleeping and waking up symbolize the cycle of death and rebirth that occurs daily. Kabbalah sees this as a reminder that each day is an opportunity to renew ourselves, both physically and spiritually. Therefore, we cannot ignore that connection between soul and body. And according to the Kabbalah, while we sleep, a part of our soul ascends to the higher planes to receive light and direction. The act of awakening indicates that we have been blessed with a new opportunity to fulfill our purpose in this world.

This divine support tells us through the verb Yismecheni that only the Creator protects us and that He gives us the strength necessary to face challenges, an idea that reinforces that, although we may feel weak, there is always a higher support that sustains us. It is then about letting go of control, since we do not need to have absolute control of everything in our lives. Trust in the divine allows us to rest and recharge our energies, knowing that we are being cared for.

It also speaks to us of gratitude upon awakening, being of utmost importance to thank the Creator for each new day, for which the Psalm inspires us to begin our mornings with gratitude and a clear intention to align ourselves with the divine purpose. A process of constant renewal, which contains that dynamic of going to bed, sleeping and waking up, which symbolizes a constant process of transformation.

It is about applying this to our lives, remembering that it is always possible to start over, regardless of the challenges of the past. That is why the psalm invites us to reflect on the full trust in divine protection and support, and from the Kabbalistic perspective, the act of sleeping and waking up represents a cycle of surrender, renewal and support, thus maintaining trust in the Creator who frees the soul, therefore, by letting go of control, we find peace and stability.

Every day is a gift, so every awakening is a sign that we still have a purpose to fulfill and that divine support is constant, even in our most vulnerable moments, the Creator is present to guide us and give us strength.

In Kabbalah, sleep is associated with a state of "darkness," which should not be understood as something negative, but rather as a state of separation from the conscious light we experience during the day. The process of creation is described in terms of cycles of light and darkness, and in this context, sleep is seen as a way to return to the primordial source of the Creator, a state in which the soul reconnects with its divine origin.

During sleep, the soul rises to higher spiritual levels, and it is often said that it has the opportunity to receive enlightenment or divine teachings on these higher planes. Thus, sleep becomes a spiritual renewal that prepares the human being to once again face the "light" of waking life.

The human soul, according to Kabbalah, has multiple levels. The highest of these levels (e.g., the neshama and the ruach) remain connected to the divine even when the body sleeps. During sleep, the soul can partially free itself from the physical body and travel to other spiritual worlds. This is not only a physical rest, but also a "spiritual rest," in which the soul recharges and purifies itself.

The Talmud mentions that sleep is one-sixth of death, meaning that, in sleep, the soul experiences a kind of partial disconnection from the physical body, as occurs in death, but with the difference that upon awakening, the soul returns to continue its mission in physical life.

In Kabbalah, Shabbat (the seventh day of the week) holds a central place as a time of deep connection with the divine, a day on which all creative labor ceases and the person is allowed to enter a state of rest and holiness. This day of rest has a symbolic parallel with sleep in several ways.

Shabbat is seen as a reflection of creation in its purest and most perfect form. It is a day of balance between the material and spiritual worlds, in which the individual ceases to actively participate in the labors of creation (on the physical plane) and dedicates themselves to uniting with the divine in a state of calm and spiritual rest. Similarly, during sleep, the soul withdraws from the tasks of the body and reconnects with its divine essence.

Shabbat is said to be a "respite" from activity and work and is likened to a return to the primordial state of rest in which the soul, just as the Creator rested on the seventh day, also restores itself. Thus, daily sleep can be seen as a small personal Shabbat, in which the soul disconnects from earthly concerns and directs itself toward its higher spiritual purpose.

The seventh day, in this sense, has a direct resonance with the creation of the world in the Book of Genesis, where after six days of work and creation, the Creator rested on the seventh day. This rest is not only physical, but spiritual. Shabbat (and sleep) is believed to provide a reconnection with the original cosmic energy, restoring balance between the material and spiritual worlds.

The eighth day is presented in Kabbalah as a day that transcends the limits of physical creation. If the seventh day represents the culmination of creation and divine rest, the eighth day symbolizes a higher level of existence, beyond nature.

In Kabbalah, the eighth day is associated with redemption and transcendence. It is considered a "day of resurrection," as it is beyond the seven-day cycle of the week, a cycle that represents limited time and physical creation. The eighth day, therefore, reflects spiritual awakening beyond the temporal cycle. This has a direct connection with the act of awakening after sleep, when the soul, having rested and rejuvenated on the spiritual plane, returns to the body to continue its purpose.

The eighth day also symbolizes spiritual transformation. On a personal level, each time a person sleeps and awakens, they have the opportunity to experience a symbolic "death" of the ego and a "resurrection" toward a more refined version of themselves, closer to their divine purpose. This spiritual awakening can be related to reaching a higher level of consciousness, beyond the limitations of time and space, as interpreted in the concept of the eighth day.

In Gematria, every word has a numerical value, and certain numerical values are associated with profound concepts. For example, the word "Shabbat" (שבת) has the numerical value of 702, which is related to the idea of completeness and cosmic harmony. This reinforces the idea that both physical rest (in sleep) and spiritual rest (on Shabbat) are moments of connection with the totality of the universe.

The word "sleep" (שינה) in Hebrew has a numerical value of 340, which can also be linked to the concept of transformation and change. Sleep is seen, then, as a process of purification and preparation for achieving a greater connection with the divine.

Sleep, in Kabbalah, is much more than simple physical rest: it is a profound spiritual act that allows the soul to disconnect from the physical body and connect with its divine essence. It has parallels with the seventh day of rest (Shabbat) and is also associated with the eighth day, which transcends the limits of time and material creation.

Sleep and spiritual rest in general are seen as means to achieve harmony, purification, and awakening to a higher level of consciousness and divinity. Through physical and spiritual rest, both in daily sleep and on Shabbat, human beings have the opportunity to reach a state closer to union with the divine.

MIS NOTAS

ה. לא־אירא מרבבות עם אשר סביב שתו עלי:

Lo irá merivvot am asher saviv shatu alai.

«No temeré a los muchos miles de personas que se han puesto en derredor contra mí.»

"I will not fear the many thousands who have set themselves against me."

REFLEXIÓN

Este versículo enfatiza el concepto de confianza absoluta en la protección divina. El verbo "**ירא**" (temer) se conecta con el atributo del "Yirah" (temor reverencial), un elemento esencial en el servicio espiritual según la cábala. Aquí, el rey David nos modela cómo sobreponerse al miedo mediante una conexión intensa con el Creador.

El término miles, "רבבות" (rivvot), tiene un valor numérico de 612. Este número se relaciona con la palabra "Torah" (תורה) en gematría, lo que indica que el escudo contra el miedo y el conflicto es mantenerse anclado en los preceptos divinos. La palabra alrededor, "סביב" (saviv), tiene un valor numérico de 84, que corresponde al nombre divino "Elohim". Esto puede interpretarse como un recordatorio de que, incluso en medio del asedio o conflicto, la presencia del Creador rodea y protege.

Este versículo nos invita a reflexionar sobre los "miedos" contemporáneos que enfrentamos: problemas financieros, inseguridades personales o amenazas externas y nos llama a reemplazar el temor con confianza en el Creador. La cábala sugiere que el trabajo interior para superar el miedo tiene el potencial de abrirnos a niveles más altos de conciencia espiritual.

Vivir rodeados de amenazas, sean reales o percibidas, puede asfixiar nuestra capacidad de avanzar. Este versículo inspira a no ceder ante las adversidades externas, sino a usar la fuerza interna, canalizada por nuestra fe, para superar cualquier desafío.

El temor reverencial, el yir'á negativa vs. yir'á elevada, son dos energías que parecen similares, pero están en polos opuestos del alma. Por ello la palabra hebrea más usada para miedo básico o paralizante es: פחד (Pajád), que tiene un valor de 92, denotándonos un tipo de miedo está asociado con el mundo de la oscuridad mental (en Kabaláh: klipot, cáscaras). Es una emoción reactiva del ego que nos aleja del bitajón (בטחון - confianza) en el Creador. El pajád es la sensación de "estar solos", separados, vulnerables.

En el Árbol de la Vida, el Pajád está vinculado a una distorsión de Guevurá, cuando la fuerza del juicio o del límite se vuelve miedo irracional o exceso de autoexigencia. El temor reverencial (יראה - Yir'á), es más bien un asombro sagrado ante la presencia divina.

Su valor gematrico de 216, es muy significativo, ya que: 216 es Guevurá (גבורה), lo cual nos dice que Yir'á auténtica es un canal sano de la Sefirá de Guevurá, donde el juicio es reverencia, no miedo. La Yir'á es el reconocimiento de que estás frente a algo infinitamente más grande que tú, no en sentido de "inferioridad", sino de alineación y respeto cósmico. En Kabaláh, esto es lo que limpia el ego, afina el alma y nos conecta con lo Alto.

Se trata de confiar más en el camino del bitajón (בטחון). Confianza absoluta en que todo es para bien, incluso lo que no entendemos. Que por su valor de 75, nos habla de: "אֵין עוֹד מִלְבַדּוֹ" – "Ein od milvado", "no hay otro fuera de Él", que es también 75 (cuando simplificamos algunas letras), esto nos dice que la confianza total surge cuando reconocemos la unicidad divina en todo lo que ocurre.

Quienes repiten la frase "אין עוד מלבדו" ("Ein od milvado") en momentos de ansiedad, afirman que ello limpia el Pajád con la luz de la unidad y lo mismo que las meditaciones sobre el Nombre Divino: שדי (Shaddai), el cual es conocido como "El que protege", y se usa en la mezuzá como símbolo de resguardo.

Se trata eso si de practicar actos de bondad, da caridad, ama sin esperar ya que el amor perfecto echa fuera el miedo (como dice incluso el Zóhar), trasforma el Pajád en Yir'á con conciencia. פחד (Pajád) = 92, אמונה (Emuná - fe) = 102. solo una diferencia de 10 = la letra י (Yod), que representa la chispa divina, la conciencia. Esto enseña que cuando al miedo le añades una chispa de conciencia divina, se transforma en Emuná, en confianza activa.

De evitar el egoísmo, la envidia y el deseo de mal para otros, expresiones de las fuerzas de ese ego que prioriza el deseo de recibir para uno mismo, lo cual es el gran obstáculo espiritual que es la raíz de todo mal espiritual: el "Deseo de recibir solo para uno mismo" (רצון לקבל לעצמו).

Este deseo desconecta al alma de la Luz del Creador, que es dar y compartir incondicionalmente. Cuando vivimos dominados por ese deseo egoísta: Nos volvemos vasijas cerradas, incapaces de recibir la Luz verdaderamente. Surge la envidia: al ver la abundancia del otro, sentimos que nos falta, y queremos quitarle en vez de compartir. Y El egoísmo genera oscuridad interna: emociones como resentimiento, competencia tóxica y deseos destructivos.

El Zóhar enseña: "El que envidia al prójimo, pierde su porción espiritual. Su alma se cubre de sombras." Ya que la envidia (Kiná – קנאה) se ve en Kabalá como una manifestación de las kelipot (capas de negatividad) que se alimentan del vacío interior. Cuando no estamos conectados con nuestra propia Luz, deseamos la Luz del otro — pero no para unirnos, sino para poseerla o destruirla.

El ego dice: "Si yo no tengo eso, él tampoco debería tenerlo." El alma dice: "Si él lo tiene, es porque esa Luz también puede estar disponible para mí, si la merezco."

> אנוכיות (Egoísmo) = 474. Mismo valor que דין (Din – juicio severo) → 474. El egoísmo conecta con juicio, dureza, y cierre espiritual.
> קנאה (Kiná – Envidia) = 155, también es el valor de סתר (Seter – ocultamiento). La envidia surge cuando no vemos claramente nuestra misión ni la Luz en nosotros.
> אהבה (Ahavá – Amor) = 13, también es אחד (Ejad – Uno). El amor (el opuesto espiritual de la envidia) nos une al otro, como uno.

La Kabalá enseña que el antídoto del ego y la envidia es: Compartir: Actos de generosidad abren el canal de Luz, Gratitud y apreciación: En vez de envidiar, agradecer por lo que otro tiene y bendecirlo, Reconocer la unidad de las almas: Lo que es bueno para otro, también puede elevarme a mí y Transformar el deseo de recibir para uno mismo en deseo de recibir para compartir.

“El alma del envidioso se seca, pues busca la Luz que no le pertenece. Pero el que ama el bien del otro, atrae bendición a su propia alma.” — Zóhar, Parashá Vayéshév.

REFLECTION

This verse emphasizes the concept of absolute trust in divine protection. The verb "ירא" (to fear) connects to the attribute of "Yirah" (reverential fear), an essential element in spiritual service according to Kabbalah. Here, King David models for us how to overcome fear through an intense connection with the Creator.

The term thousands, "רבבות" (rivvot), has a numerical value of 612. This number is related to the word "Torah" (תורה) in gematria, indicating that the shield against fear and conflict is to stay anchored in divine precepts. The word around, "סביב" (saviv), has a numerical value of 84, which corresponds to the divine name "Elohim." This can be interpreted as a reminder that even in the midst of siege or conflict, the presence of the Creator surrounds and protects.

This verse invites us to reflect on the contemporary “fears” we face – financial problems, personal insecurities, or external threats – and calls us to replace fear with trust in the Creator. Kabbalah suggests that inner work to overcome fear has the potential to open us to higher levels of spiritual awareness.

Living surrounded by threats, whether real or perceived, can suffocate our ability to move forward. This verse inspires us not to give in to external adversities, but to use inner strength, channeled by our faith, to overcome any challenge.

Awe, negative yirah vs. elevated yirah, are two energies that seem similar, but are at opposite poles of the soul. Therefore, the most commonly used Hebrew word for basic or paralyzing fear is פחד (Pachad), which has a value of 92, denoting a type of fear associated with the world of mental darkness (in Kabbalah: klipot, husks). It is a reactive emotion of the ego that distances us from bitachon (בטחון - trust) in the Creator. Pachad is the feeling of being "alone," separate, vulnerable.

In the Tree of Life, Pachad is linked to a distortion of Gevurah, when the force of judgment or limits becomes irrational fear or excessive self-demand. Awe (יראה - Yira) is more of a sacred awe before the divine presence.

Its gematric value of 216 is very significant, since 216 is Gevurah (גבורה), which tells us that authentic Yirah is a healthy channel of the Sefirah of Gevurah, where judgment is reverence, not fear. Yirah is the recognition that you are facing something infinitely greater than yourself, not in the sense of "inferiority," but of alignment and cosmic respect. In Kabbalah, this is what cleanses the ego, refines the soul, and connects us with the High.

It is about trusting more in the path of bitachon (בטחון). Absolute trust that everything is for the good, even what we don't understand. That its value of 75 speaks to us of: "אין עוֹד מִלְבַדּוֹ" – "Ein od milvado," "there is no other besides Him," which is also 75 (when we simplify some letters). This tells us that complete trust arises when we recognize Divine oneness in everything that happens.

Those who repeat the phrase "אין עוד מלבדו" ("Ein od milvado") in moments of anxiety claim that it cleanses the Pachad with the light of unity, similar to meditations on the Divine Name: שדי (Shaddai), which is known as "The One Who Protects," and is used in the mezuzah as a symbol of protection.

It is about practicing acts of kindness, giving charity, loving without expectation, since perfect love casts out fear (as even the Zohar says), transforming Pachad into Yira with consciousness. פחד (Pachad) = 92, אמונה (Emunah - faith) = 102. Only a difference of 10 = the letter י (Yod), which represents the divine spark, consciousness. This teaches that when you add a spark of divine consciousness to fear, it transforms into Emunah, into active trust.

Those who repeat the phrase "אין עוד מלבדו" ("Ein od milvado") in moments of anxiety claim that it cleanses the Pachad with the light of unity, similar to meditations on the Divine Name: שדי (Shaddai), which is known as "He who protects," and is used in the mezuzah as a symbol of protection.

This is about practicing acts of kindness, giving charity, and loving without expectation, since perfect love casts out fear (as even the Zohar says), transforming the Pachad into a conscious Yirah. פחד (Pachad) = 92, אמונה (Emunah - faith) = 102, a difference of only 10 = the letter י (Yod), which represents the divine spark, conscience. This teaches us that when you add a spark of divine consciousness to fear, it transforms into emuna, into active trust.

To avoid selfishness, envy, and the desire for evil for others, expressions of the forces of that ego that prioritizes the desire to receive for oneself, which is the great spiritual obstacle that is the root of all spiritual evil: the "desire to receive only for oneself" (רצון לקבל לעצמו).

This desire disconnects the soul from the Light of the Creator, which is to give and share unconditionally. When we live dominated by this selfish desire, we become closed vessels, incapable of truly receiving the Light. Envy arises: seeing the abundance of others, we feel that we are lacking,

and we want to take from them instead of sharing. And selfishness generates inner darkness: emotions such as resentment, toxic competition, and destructive desires.

The Zohar teaches: "He who envies his neighbor loses his spiritual portion. His soul is covered with shadows." Envy (Kina – קנאה) is seen in Kabbalah as a manifestation of the kelipot (layers of negativity) that feed on the inner emptiness. When we are not connected to our own Light, we desire the Light of another—not to unite, but to possess or destroy it.

The ego says: "If I don't have that, he shouldn't have it either." The soul says: "If he has it, it's because that Light can also be available to me, if I deserve it."

> אנוכיות (Egoism) = 474. Same value as דין (Din – harsh judgment) → 474. Egoism connects with judgment, harshness, and spiritual closure.
> Kinah (Envy) = 155, also the value of Seter (Concealment). Envy arises when we do not clearly see our mission or the Light within us.
> Ahava (Love) = 13, also Echad (One). Love (the spiritual opposite of envy) unites us with one another, as one.

Kabbalah teaches that the antidote to ego and envy is: Sharing: Acts of generosity open the channel of Light; Gratitude and Appreciation: Instead of envying, be grateful for what another has and bless them; Recognizing the unity of souls: What is good for another can also elevate me and transform the desire to receive for oneself into the desire to receive in order to share.

“The soul of the envious dries up, for they seek the Light that does not belong to them. But he who loves the good of others brings blessing to his own soul.” — Zohar, Parashat Vayeshev.

MIS NOTAS

קוּמָה יְהוָה הוֹשִׁיעֵנִי אֱלֹהַי כִּי־הִכִּיתָ אֶת־כָּל־אֹיְבַי לֶחִי שִׁנֵּי רְשָׁעִים שִׁבַּרְתָּ׃

Kumah Adonai hoshieni Elohai ki hikita et kol oyvai lechi shinei reshaim shibarta.

«¡Levántate, Señor! Sálvame, Dios mío, porque has golpeado a todos mis enemigos en la mejilla; los dientes de los impíos has quebrado.»

"Arise, O Lord! Save me, O God, for you have struck all my enemies on the cheek; you have broken the teeth of the wicked."

REFLEXIÓN

Levántate, קוּמָה (Kumah) como llamado implica un despertar y activación de las fuerzas divinas. En la cábala, "levantarse" simboliza la manifestación del juicio divino, que se traduce en acción para corregir la injusticia. El valor numérico de 146, asociado con olam (עולם, "mundo"), nos indica que este llamado busca una intervención divina en el plano terrenal.

Sálvame, הוֹשִׁיעֵנִי (Hoshieni) este verbo "hoshiah" está relacionado con la raíz yeshuah (salvación), que simboliza no solo rescatar del peligro, sino una redención espiritual profunda y tiene un valor de 383, que conecta con "Shalom" (שלום, "paz"). Esto sugiere que la salvación divina trae consigo una paz integral.

Los dientes, שִׁנֵּי (Shinei). En la cábala, los dientes representan los instrumentos de juicio y la capacidad de "masticar" o procesar lo que ocurre en el mundo. Su valor de 360, refleja a través de este número una asociación con ciclos completos y de plenitud.

El salmo expresa la confianza absoluta en la justicia divina. Aunque el salmista está rodeado de enemigos, su seguridad radica en que Dios ya ha tomado acción contra ellos, representado por los actos de golpear la mejilla y quebrar los dientes. La "mejilla" (lechi) es un símbolo de deshonra en las escrituras, y golpearla indica que el Creador despoja a los enemigos de su arrogancia.

Quebrar los dientes de los impíos es una metáfora de eliminar su capacidad de dañar. En un sentido más profundo, refleja la desintegración de las fuerzas del ego que impiden el flujo de la energía divina. Este Salmo nos muestra el poder de la oración como medio para activar la intervención divina.

"Levántate, Señor" no es un mandato, sino una súplica que reconoce la soberanía del Creador. La justicia divina es restauradora y correctiva, no solo destructiva. Aunque el texto habla de "golpear" y "quebrar", estos actos representan correcciones necesarias para restablecer el equilibrio espiritual.

La frase completa "Kumah Adonai hoshieni Elohai" (קוּמָה יְהוָה הוֹשִׁיעֵנִי אֱלֹהַי, "¡Levántate, Señor! Sálvame, Dios mío") tiene un valor numérico de 628. Este número está relacionado con "Torah" (תורה) y la revelación de la voluntad divina. La conexión indica que la salvación proviene de alinear nuestras acciones con los principios de la Torah. El valor gemátrico de "שִׁנֵּי רְשָׁעִים שִׁבַּרְתָּ" (shinei reshaim shibarta, "los dientes de los impíos has quebrado") es 1176, un número que refleja la victoria del bien sobre el mal en ciclos completos.

El salmo nos habla de tener fortaleza en medio de la adversidad, lo cual además nos enseña que, incluso rodeados de desafíos, podemos confiar en que el Creador toma acción para protegernos. La imagen de Dios "levantándose" simboliza que siempre está presente para traer justicia. Es por ello que el quebrar los "dientes de los impíos" puede interpretarse como una invitación a reflexionar sobre nuestras propias tendencias negativas. En lugar de enfocarnos solo en enemigos externos, este versículo nos invita a erradicar actitudes egoístas que bloquean nuestro crecimiento espiritual.

Además, nos invita a mantenernos en la oración la cual es un vehículo poderoso para conectar con lo divino y activar su energía en nuestras vidas. Este versículo nos recuerda que podemos pedir a Dios que "se levante" en momentos de necesidad, confiando en que su intervención traerá equilibrio y paz. Por ello es que la gematría del salmo enfatiza la idea de completitud y renovación y en esos ciclos de juicio y corrección divina que no son destructivos, sino transformadores, guiándonos hacia un estado de plenitud espiritual.

La salvación, la redención (Geulá), y el arrepentimiento interior (Teshuvá) son motivadores de ese Tikún, ya que no son eventos externos (como la llegada del Mashíaj), sino un proceso espiritual y cósmico. Es el momento en que se completará el Tikún — la reparación de todos los mundos (Olamot) y el retorno de toda la creación a su raíz divina.

La redención del mundo comienza con la redención del alma individual. El Zóhar dice: "Cuando una sola alma se corrige, el mundo entero se inclina hacia el mérito." Cada alma encarna en este mundo con una porción de Tikún que solo ella puede cumplir. Si una persona hace Teshuvá, su luz se restaura, y con ella, contribuye al Tikún del universo entero.

El concepto de Teshuvá (תשובה) va mucho más allá del remordimiento por pecados. En la Kabalá, significa: "Volver al origen." Teshuvá viene de la raíz "shuv" (שוב) – regresar. No es tanto cambiar como re-conectar. Es una vuelta del alma a su Fuente divina.

El Arizal enseña que incluso antes de la creación, Dios "preparó" la Teshuvá. Es decir, el sistema divino está construido con misericordia: incluso el error es parte del viaje de retorno. Por ello se habla de unas etapas del arrepentimiento kabalístico: el Reconocimiento del alejamiento (conciencia

de separación de la luz), el dolor del alma, no solo por el acto, sino por la desconexión espiritual, el deseo profundo de volver, y la transformación del pasado: En el nivel más alto, los errores se convierten en méritos porque impulsaron la vuelta.

El Zóhar dice que: "Teshuvá ilaá", el arrepentimiento supremo, transforma la oscuridad en luz. "Teshuvá" (תשובה) = 713, es también el valor de: "Vayeshalem" (וישלם) – “y fue completado” o “fue restaurado”. "Guf veNefesh" (גוף ונפש) – "cuerpo y alma". Esto sugiere que la verdadera Teshuvá reintegra cuerpo y alma, y restaura lo que estaba roto o incompleto.

"Geulá" (גאולה) = 45 ¡El mismo valor que "Adam" (אדם) = 45! Esto implica que la redención es la realización del ser humano verdadero. Cuando el Adam — el alma humana — se perfecciona, se manifiesta la Geulá. Es decir, el ser humano redimido trae consigo la redención del mundo.

Si el Teshuvá es un retorno interior y es la herramienta central del Tikún y este Tikún es la reparación o proceso de elevar las chispas divinas que se han caído u ocultado, la Geulá o redención, ocurre tanto individual como colectivamente cuando esas chispas se reúnen y se manifiesta la Unidad divina, cuando cada persona que despierta y se corrige, acelerando el proceso de redención global.

Cada vez que elegimos la luz sobre la oscuridad, hacemos Tikún. Cada acto de conciencia, humildad, o compasión, acerca la Geulá y cada introspección verdadera, cada perdón real, cada regreso al "quién eres de verdad", es Teshuvá, y tiene poder cósmico.

REFLECTION

Arise, קוּמָה (Kumah) as a call implies an awakening and activation of divine forces. In Kabbalah, "arising" symbolizes the manifestation of divine judgment, which translates into action to correct injustice. The numerical value of 146, associated with olam (עולם, "world"), tells us that this call seeks divine intervention on the earthly plane.

Save me, הוֹשִׁיעֵנִי (Hoshieni) this verb "hoshiah" is related to the root yeshuah (salvation), which symbolizes not only rescuing from danger, but a deep spiritual redemption and has a value of 383, which connects with "Shalom" (שלום, "peace"). This suggests that divine salvation brings with it comprehensive peace.

Teeth, שִׁנֵּי (Shinei). In Kabbalah, teeth represent the instruments of judgment and the ability to "chew" or process what happens in the world. Its value of 360 reflects through this number an association with complete cycles and plenitude.

The psalm expresses absolute trust in divine justice. Although the psalmist is surrounded by enemies, his assurance lies in the fact that God has already taken action against them, represented by the acts of striking the cheek and breaking the teeth. The “cheek” (lechi) is a symbol of dishonor in scripture, and striking it indicates that the Creator strips the enemies of their arrogance.

Breaking the teeth of the wicked is a metaphor for removing their ability to harm. In a deeper sense, it reflects the disintegration of ego forces that impede the flow of divine energy. This Psalm shows us the power of prayer as a means of activating divine intervention.

“Arise, O Lord” is not a command, but a supplication that acknowledges the sovereignty of the Creator. Divine justice is restorative and corrective, not just destructive. Although the text speaks of “striking” and “breaking,” these acts represent corrections necessary to restore spiritual balance.

The complete phrase "Kumah Adonai hoshieni Elohai" (קוּמָה יְהוָה הוֹשִׁיעֵנִי אֱלֹהַי, "Arise, O Lord! Save me, O God") has a numerical value of 628. This number is related to "Torah" (תורה) and the revelation of divine will. The connection indicates that salvation comes from aligning our actions with the principles of the Torah. The gematric value of "שִׁנֵּי רְשָׁעִים שִׁבַּרְתָּ" (shinei reshaim shibarta, "the teeth of the wicked you have broken") is 1176, a number that reflects the victory of good over evil in complete cycles.

The psalm speaks to us of having strength in the midst of adversity, which also teaches us that, even surrounded by challenges, we can trust that the Creator takes action to protect us. The image of God "rising up" symbolizes that He is always present to bring justice. That is why breaking the "teeth of the wicked" can be interpreted as an invitation to reflect on our own negative tendencies. Instead of focusing only on external enemies, this verse invites us to eradicate selfish attitudes that block our spiritual growth.

It also invites us to continue in prayer, which is a powerful vehicle to connect with the divine and activate its energy in our lives. This verse reminds us that we can ask God to "rise up" in times of need, trusting that his intervention will bring balance and peace. That is why the gematria of the psalm emphasizes the idea of completeness and renewal and those cycles of divine judgment and correction that are not destructive, but transformative, guiding us toward a state of spiritual fulfillment.

Salvation, redemption (geula), and inner repentance (teshuvah) are the motivators of this tikkun, as they are not external events (such as the arrival of Mashiach), but rather a spiritual and cosmic process. It is the moment when tikkun will be completed—the repair of all the worlds (olamot) and the return of all creation to its divine root.

The redemption of the world begins with the redemption of the individual soul. The Zohar says: "When a single soul corrects itself, the entire world inclines toward merit." Each soul incarnates in this world with a portion of tikkun that only it can fulfill. If a person performs teshuvah, their light is restored, and with it, they contribute to the tikkun of the entire universe.

The concept of teshuvah (תשובה) goes far beyond remorse for sins. In Kabbalah, it means "returning to the origin." Teshuvah comes from the root "shuv" (שוב) – to return. It is not so much to change as to reconnect. It is a return of the soul to its divine Source.

The Arizal teaches that even before creation, God "prepared" Teshuvah. That is, the divine system is built with mercy: even error is part of the journey of return. Therefore, there are stages of Kabbalistic repentance: the Recognition of estrangement (awareness of separation from the light), the soul's pain, not only for the act, but for the spiritual disconnection, the deep desire to return, and the transformation of the past. At the highest level, errors become merits because they prompted the return.

> The Zohar says that:
> "Teshuvah ilaah," the supreme repentance, transforms darkness into light. "Teshuvah" (תשובה) = 713, is also the value of: "Vayeshalem" (וישלם) – "and it was completed" or "it was restored." "Guf veNefesh" (גוף ונפש) – "body and soul." This suggests that true Teshuvah reintegrates body and soul, and restores what was broken or incomplete.

"Geulah" (גאולה) = 45. The same value as "Adam" (אדם) = 45! This implies that redemption is the realization of the true human being. When Adam—the human soul—is perfected, Geulah is manifested. That is, the redeemed human being brings with him the redemption of the world.

If Teshuvah is an inner return and is the central tool of Tikkun, and this Tikkun is the reparation or process of elevating the divine sparks that have fallen or hidden, Geulah, or redemption, occurs both individually and collectively when those sparks reunite and divine Unity manifests, when each person awakens and corrects themselves, accelerating the process of global redemption.

Every time we choose light over darkness, we perform Tikkun. Every act of awareness, humility, or compassion brings Geulah closer, and every true introspection, every real forgiveness, every return to "who you really are" is Teshuvah, and it has cosmic power.

MIS NOTAS

לַיהוָה הַיְשׁוּעָה עַל־עַמְּךָ בִרְכָתֶךָ סֶּלָה׃

La'Adonai hayshuah al ammecha birchatecha selah.

«Del Señor es la salvación; sobre tu pueblo está tu bendición. Selah.»

"Salvation belongeth unto the Lord: thy blessing is upon thy people. Selah."

REFLEXIÓN

Salvación, יְשׁוּעָה (Yeshuah) como término representa no solo el acto de ser rescatado físicamente, sino también una redención espiritual y un retorno a la armonía con lo divino. En la cábala, la salvación es vista como un estado de conexión con la luz divina. Su valor de 391 está relacionado con la palabra "שמים" (shamayim, cielos), sugiriendo que la salvación proviene de los planos más altos de lo divino.

Tus bendiciones, בִּרְכָתְךָ (Birchatecha). En la cábala, la bendición es un flujo de energía divina que desciende desde las esferas superiores al mundo material, trayendo plenitud y abundancia. Su valor de 628, nos conecta con la palabra "תורה" (Torah, la enseñanza divina), lo que indica que las bendiciones están profundamente ligadas al estudio y aplicación de los preceptos divinos.

Esta pausa reflexiva, común en los Salmos (סֶּלָה - Selah), como término nos invita a la meditación y a la integración profunda del mensaje del texto en la conciencia del lector. Mas en un salmo con este que nos declara que la salvación es un atributo exclusivo del Creador Dios. En la cábala, esto significa que la verdadera liberación espiritual y material solo puede venir a través de la conexión con lo divino.

La bendición sobre el pueblo simboliza el favor divino derramado sobre la comunidad de creyentes, pero también implica responsabilidad: recibir bendiciones implica vivir de acuerdo con los valores divinos para ser un canal activo de luz en el mundo. El término "Selah" nos invita a detenernos y reflexionar profundamente sobre la fuente de nuestra salvación y la magnitud de las bendiciones divinas.

La relación entre "salvación" (yeshuah) y "bendición" (birchah) destaca la conexión entre la redención y el flujo de energía divina. En la cábala, se enseña que, al alinearnos con la voluntad divina, atraemos bendiciones que no solo nos benefician personalmente, sino que también impactan positivamente en nuestras comunidades.

La frase "sobre tu pueblo está tu bendición" sugiere una perspectiva colectiva. La cábala enfatiza la interconexión de las almas: cuando una comunidad está alineada con lo divino, todas las almas en ella se benefician del flujo de energía espiritual.

El valor total de "La'Adonai hayshuah" (לַיהוָה הַיְשׁוּעָה, "Del Señor es la salvación") es 456, un número que resuena con emunah (אמונה, "fe"), recordándonos que la salvación está profundamente ligada a nuestra fe y confianza en lo divino. La frase completa "Al ammecha birchatecha" (עַל־עַמְּךָ בִרְכָתֶךָ, "Sobre tu pueblo está tu bendición") suma 864, un número asociado con shefa (שפע, "abundancia"). Esto sugiere que la bendición divina está destinada a traer abundancia y plenitud a quienes están en armonía con su propósito espiritual.

> Este versículo nos invita a recordar que toda salvación, ya sea espiritual, emocional o física, proviene del Creador. Nuestra tarea es mantener la fe y confiar en que, al alinearnos con lo divino, recibiremos lo que necesitamos. Dicha confianza, nos habla de ese poder de su bendición, la cual es colectiva y no solo individual, ya que afectan a toda la comunidad. Esto nos lleva a reflexionar sobre nuestra responsabilidad de contribuir al bienestar colectivo al vivir en armonía con los valores divinos.
> La pausa reflexiva:

La inclusión de "Selah" en este salmo nos recuerda la importancia de detenernos y meditar. En nuestras vidas ocupadas, es crucial hacer pausas conscientes para reflexionar sobre nuestras bendiciones y nuestra conexión con lo divino. Este salmo también nos anima a ser canales de bendición para otros. Al crear un espacio de apoyo, amor y espiritualidad en nuestras vidas y comunidades, nos convertimos en instrumentos de la salvación y bendición divina.

Para los creyentes cristianos la salvación implica el perdón de los pecados y la búsqueda de la vida eterna, la cual viene por medio de la fe en el Mesías (Jesús), lo que significa que las acciones no “salvan” por sí solas, sino que la fe en su sacrificio que abre el camino a la redención personal, más ello no obvia la visión externa que ya el Mesías hizo algo por nosotros y ahora debemos creerlo, aceptarlo y vivirlo.

> Lo que nos habla desde la redención (Geulá) no solo de un proceso individual de fe sino de uno colectivo y cósmico, que nos llama al Tikún a un trabajo activo en donde cada alma debe hacer lo que ese sustituto nos denotó a través del amor.
> La kabala considera que nadie puede hacer ese Tikún por nosotros, y aunque reconoce al Mesías (Mashíaj) como figura central de la redención global, no le da la responsabilidad de ser el único medio de salvación personal, ya que si requiere de esa voluntad humana que por fe acepta acogerse a la guía redentora del Mesias.

Lo que implica que los conceptos de Teshuvá (retorno al origen) asi como las acciones éticas (mitzvot) aunque no salvan si da esa elevación espiritual que ayuda a corregir los errores pasados (Tikún), siendo Él nuestra única esperanza para lograr la preparación del alma para su guía, lo que ha

que el Mashíaj, sea la parte mas importante del proceso.

La Kabalá enseña que cada alma es una chispa divina con un propósito único. Si no cumple ese propósito, esa chispa queda sin redimir. Es decir: La redención no es automática ni colectiva sin el Tikún individual. Lo que nos desdice que el Mesías acelere ese proceso individual y global de Tikún, ya que Él trae paz, unidad, conciencia divina, pero es la fe en Él la que nos ayuda a hacer ese Tikún.

La cábala cree que el alma que no hace su trabajo en esta vida, deberá volver (gilgul) hasta que lo complete. Como dice el Zóhar: "El mundo se sostiene por aquellos que hacen su Tikún." Algo asi como entender que este mundo se sostiene por los justos.

"Emuná" (fe) = 102, es importante, pero necesita de nuestro arrepentimiento, "Teshuvá" (retorno interior) = 713, numero mucho más alto que nos nos lleva por su complejidad al concepto de reparación, conciencia, dolor, transformación, y acción.

"Tikún" (תיקון) = 566, número que implica proceso, esfuerzo, corrección, lo cual refleja esa idea esencial de la Kabalá, que como creyentes nos reitera que la fe es la base, en donde nuestro Tikún nos aporta en la realización del objetivo de entregar nuestra vida y voluntad a Él.

El Mashíaj es el punto de convergencia final, único camino y su segunda venida marcará el fin del exilio espiritual, la unidad de todos los niveles del alma humana y la revelación plena del Ein Sof (la Luz Infinita), lo que no desdice de la fe en donde gracias a ella cada alma hace un trabajo fraternal y servicial para que ese "Mashíaj interior" con su chispa redentora, active nuestra esencia.

La Kabalá no niega al Mashíaj, sino que le da un rol supremo frente a las otras creencias que hablan solo de “salvación por fe”, ya que nuestra alma si necesita de repararse a sí misma gracias al Tikún como trabajo, como herencia, como responsabilidad en donde nadie puede hacer ello por nosotros, preparando el camino para que cuando retorne el Mesías como humanidad estemos listos para ser catalizadores como Su iglesia.

REFLECTION

Salvation, יְשׁוּעָה (Yeshuah) as a term represents not only the act of being rescued physically, but also a spiritual redemption and a return to harmony with the divine. In Kabbalah, salvation is seen as a state of connection with the divine light. Its value of 391 is related to the word "שמים" (shamayim, heavens), suggesting that salvation comes from the highest planes of the divine.

Your blessings, בִּרְכָתְךָ (Birchatecha). In Kabbalah, blessing is a flow of divine energy that descends from the upper spheres to the material world, bringing plenitude and abundance. Its value of 628 connects us with the word "תורה" (Torah, divine teaching), which indicates that blessings are deeply linked to the study and application of divine precepts.

This reflective pause, common in the Psalms סֶלָה (Selah), as a term invites us to meditation and to deeply integrate the message of the text into the reader's consciousness. But in a psalm like this it declares to us that salvation is an exclusive attribute of the Creator God. In Kabbalah, this means that true spiritual and material liberation can only come through connection with the divine.

The blessing on the people symbolizes the divine favor poured out on the community of believers, but it also implies responsibility: receiving blessings implies living according to divine values in order to be an active channel of light in the world. The term "Selah" invites us to stop and reflect deeply on the source of our salvation and the magnitude of divine blessings.

The relationship between “salvation” (yeshuah) and “blessing” (birchah) highlights the connection between redemption and the flow of divine energy. In Kabbalah, it is taught that by aligning ourselves with the divine will, we attract blessings that not only benefit us personally, but also positively impact our communities.

The phrase “upon your people is your blessing” suggests a collective perspective. Kabbalah emphasizes the interconnectedness of souls: when a community is aligned with the divine, all souls in it benefit from the flow of spiritual energy.

The total value of “La’Adonai hayshuah” (לַיהוָה הַיְשׁוּעָה, “Salvation is from the Lord”) is 456, a number that resonates with emunah (אמונה, “faith”), reminding us that salvation is deeply tied to our faith and trust in the divine. The full phrase “Al ammecha birchatecha” (עַל־עַמְּךָ בִרְכָתֶךָ, “Upon your people is your blessing”) adds up to 864, a number associated with shefa (שפע, “abundance”). This suggests that divine blessing is meant to bring abundance and fulfillment to those who are in harmony with their spiritual purpose.

> This verse invites us to remember that all salvation, whether spiritual, emotional, or physical, comes from the Creator. Our task is to maintain faith and trust that, by aligning ourselves with the divine, we will receive what we need. Such trust speaks to us of the power of His blessing, which is collective and not just individual, since it affects the entire community. This leads us to reflect on our responsibility to contribute to collective well-being by living in harmony with divine values. The reflective pause:

The inclusion of "Selah" in this psalm reminds us of the importance of stopping and meditating. In our busy lives, it is crucial to take conscious pauses to reflect on our blessings and our connection with the divine. This psalm also encourages us to be channels of blessing for others. By creating a space of support, love, and spirituality in our lives and communities, we become instruments of divine salvation and blessing.

For Christian believers, salvation implies the forgiveness of sins and the pursuit of eternal life, which comes through faith in the Messiah (Jesus). This means that actions alone do not "save" us, but rather faith in his sacrifice opens the way to personal redemption. However, this does not obviate the

external vision that the Messiah has already done something for us and now we must believe, accept, and live it.

This speaks to us from the perspective of redemption (geula) not only of an individual process of faith but of a collective and cosmic one, which calls us to Tikkun, to an active work where each soul must do what that substitute denoted to us through love.

Kabbalah believes that no one can perform this Tikkun for us, and although it recognizes the Messiah (Mashiach) as the central figure of global redemption, it does not assign him the responsibility of being the sole means of personal salvation, since it does require the human will that, through faith, accepts the Messiah's redemptive guidance.

This implies that the concepts of Teshuvah (return to the origin) as well as ethical actions (mitzvot), although not saving, do provide that spiritual elevation that helps correct past errors (Tikkun). He is our only hope for preparing the soul for his guidance, which makes Mashiach the most important part of the process.

Kabbalah teaches that each soul is a divine spark with a unique purpose. If it fails to fulfill that purpose, that spark remains unredeemed. In other words, redemption is neither automatic nor collective without individual Tikkun. This tells us that the Messiah accelerates this individual and global process of Tikkun, since He brings peace, unity, and divine consciousness, but it is faith in Him that helps us achieve this Tikkun.

Kabbalah believes that the soul that does not do its work in this life must return (gilgul) until it completes it. As the Zohar says: "The world is sustained by those who do their Tikkun." It's a bit like understanding that this world is sustained by the righteous.

"Emunah" (faith) = 102 is important, but it requires our repentance. "Teshuvah" (inner return) = 713, a much higher number that, due to its complexity, leads us to the concepts of reparation, awareness, pain, transformation, and action.

"Tikkun" (תיקון) = 566, a number that implies process, effort, correction, which reflects that essential idea of Kabbalah, which as believers reiterates to us that faith is the foundation, where our Tikkun contributes to the realization of the goal of surrendering our life and will to Him.

The Messiah is the final point of convergence, the only path, and His second coming will mark the end of spiritual exile, the unity of all levels of the human soul, and the full revelation of the Ein Sof (the Infinite Light). This does not detract from faith, where, thanks to it, each soul performs fraternal and helpful work so that this "inner Messiah," with its redemptive spark, activates our essence.

Kabbalah does not deny the Messiah, but rather gives him a supreme role over other beliefs that speak only of "salvation by faith," since our soul does need to repair itself thanks to Tikkun as work, as inheritance, as responsibility where no one can do it for us, preparing the way so that when the Messiah returns as humanity we will be ready to be catalysts as His church.

MIS NOTAS

Avisos importantes

Transparencia sobre el uso de Inteligencia Artificial

Dejamos claro abiertamente que la IA se ha utilizado como herramienta de investigación y síntesis, bajo supervisión y edición humana. Esta plataforma utiliza herramientas avanzadas de inteligencia artificial como asistentes de investigación lingüística, filológica y contextual. Todos los análisis, traducciones y desarrollos teológicos son revisados, curados y estructurados con fines pedagógicos y reflexivos. La IA actúa aquí como un catalizador para la consulta de fuentes históricas y semíticas, pero el discernimiento y la aplicación espiritual corresponden a la experiencia y conciencia de cada lector.



«Lámpara es a mis pies tu palabra, y lumbrera a mi camino.»

SALMO 119:105

ESCUELA BÍBLICA CRISTO EL REY

WWW.EBCR.ORG · SEGUIDORES@EBCR.ORG