

Un invito alla lettura  
in anteprima di

*Yehuda Berg*

**IL POTERE  
DELLA KABBALAH**

Traduzione di  
Ma Anand Tea Pecunia e Daria Restani

The logo for TEA features the word "TEA" in a bold, serif font. The letter "T" is stylized with a circular emblem containing a floral or geometric pattern. The letter "A" is also stylized with a similar circular emblem. The "E" is a simple serif letter.

TEA – Tascabili degli Editori Associati S.p.A., Milano  
www.tealibri.it

Copyright © 2004 Kabbalah Centre International,  
New York, Los Angeles  
© 2005 TEA S.p.A., Milano

Titolo originale  
*The Power of Kabbalah*

Prima edizione TEA Pratica maggio 2005

Finito di stampare nel mese di maggio 2005  
per conto della TEA S.p.A.  
dalla S.A.T.E. s.r.l. di Zingonia (Bergamo)  
Printed in Italy

# **IL POTERE DELLA KABBALAH**

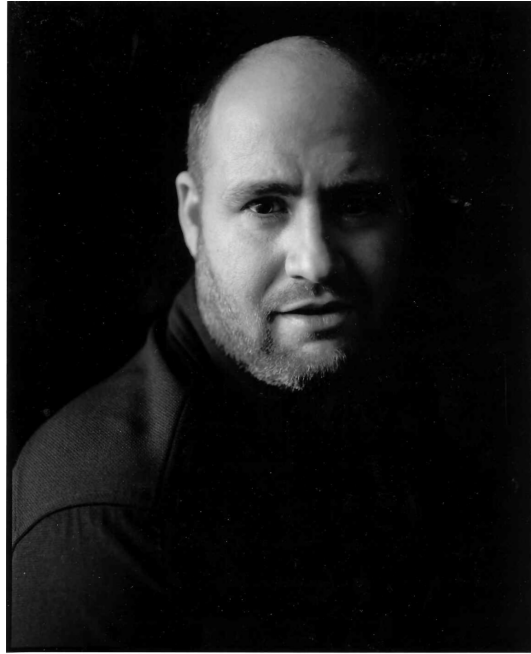
**È la forma di saggezza più antica  
e più misteriosa del mondo.**

**Ha influenzato filosofi, scienziati e grandi individui  
spirituali di ogni tempo:  
Mosè, Platone, Gesù, Shakespeare, Newton...**

**È in grado di svelare i segreti dell'universo,  
dare una risposta a ogni domanda,  
risolvere ogni dilemma.**

**Parla di potere, il potere della mente,  
il potere dell'anima  
e il potere delle forze spirituali nascoste  
che permeano la nostra intera esistenza.**

Con questo libro Yehuda Berg, tra le massime autorità sull'argomento, rivela e spiega in modo semplice e chiaro il complesso delle dottrine esoteriche e mistiche della Kabbalah, quella saggezza tenuta segreta per gran parte della storia dell'umanità, e oggi la prima e più alta fonte d'ispirazione nell'ambito della ricerca spirituale e dell'autoaiuto.

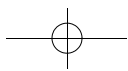
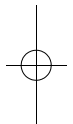
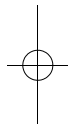
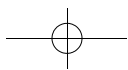


**Yehuda Berg**, nato e cresciuto in Israele, ha studiato a New York prima di essere ordinato rabbino dalla Yeshiva Knesset Israel di Gerusalemme. Riconosciuto internazionalmente come un'autorità sulla Torah, il Talmud e la Kabbalah, insegna presso i Kabbalah Centre di tutto il mondo. Ha svolto un ruolo fondamentale nella divulgazione di questo sapere, ritenuto fino a oggi di difficile comprensione e riservato a pochissimi. Tra le centinaia di migliaia di suoi studenti si trovano anche molte celebrità, tra cui Madonna, Demi Moore e Elizabeth Taylor.

I siti Internet del Kabbalah Centre sono i seguenti: [www.72.com](http://www.72.com); [www.kabbalah.com](http://www.kabbalah.com).

# INTRODUZIONE

black pellicola (6,1)



## Una sorgente di saggezza

Immaginate che esista una misteriosa saggezza in grado di svelare e unificare ogni legge fisica e spirituale dell'esistenza...

Immaginate che da tale saggezza abbiano tratto la loro vera origine tutti gli insegnamenti spirituali, le religioni arcaiche, Gesù, Maometto, Mosè, Adamo ed Eva e la stessa Creazione del mondo....

Immaginate che le sue rivelazioni abbiano avuto una profonda influenza sui maggiori pensatori della storia, incluse le grandi anime appena citate...

Immaginate che, in un tempo molto lontano, una ristretta cerchia di eminenti saggi sia riuscita a comprenderla e a tramandarla attraverso testi che furono tenuti nascosti per duemila anni...

Infine immaginate che questa misteriosa saggezza possa svelare tutti i segreti dell'universo, dare risposta a ogni domanda, risolvere ogni vostro dilemma...

Tale saggezza esiste davvero, nonostante sia stata tenuta segreta per gran parte della storia dell'umanità.

Essa prende il nome di Kabbalah, e i visionari che ebbero il

coraggio di contemplare e interpretare i suoi misteri furono chiamati cabalisti.

Il più importante testo della Kabbalah è lo *Zohar* (« [Il libro dello] Splendore ») i cui insegnamenti mistici hanno trovato eco nelle menti più brillanti dell'intera storia dell'uomo – in campo spirituale, filosofico, religioso e scientifico. Una cosa che la maggior parte dell'umanità ignora.

## Il Segreto rivelato

Il processo che ha portato questa saggezza nelle mani di persone come voi cominciò circa duemila anni fa, grazie ai libri dello *Zohar*, l'autorevole corpus di conoscenza sulla Kabbalah, e al loro autore, un gigante tra i cabalisti, il Rabbino Simeon ben Yochai. Nel corso dei secoli che seguirono, moltissimi coraggiosi cabalisti furono oggetto di disprezzo da parte dell'establishment religioso a causa dei loro sforzi per rendere lo *Zohar* accessibile a persone di ogni ceto. Molto sangue andò versato, molte persone furono torturate e molte esistenze vennero brutalmente troncate.

Paradossalmente, dopo la loro morte, quegli stessi cabalisti che tanto erano stati disprezzati furono all'improvviso tenuti nella massima considerazione da coloro che li avevano osteggiati. Per oltre venti secoli lo schema fu questo.

Se oggi avete la possibilità di leggere questo libro di atavica saggezza è soprattutto grazie a tre uomini. Sono loro i veri cabalisti della nostra era:

il Rabbino Ashlag,

il Rabbino Brandwein,

il Rabbino Berg.

Sono orgoglioso di poter dichiarare che il Rabbino Berg è mio padre, mio insegnante, mio mentore, e mio amico. Il

Rabbino Brandwein fu insegnante di mio padre, mentre il Rabbino Ashlag fu l'adorato insegnante del Rabbino Brandwein.

Ciò che veramente contraddistingue questi tre uomini è la loro straordinaria capacità di rendere accessibili anche ai profani gli insegnamenti esoterici e complessi. Nel corso della storia scienziati, filosofi e medici ricorsero segretamente alla Kabbalah per attingerne idee e nozioni che avrebbero contribuito alla formazione delle maggiori dottrine filosofiche e scientifiche. Gli eruditi la studiarono a fini intellettuali e accademici. Ma mentre qualcuno potrebbe essere un brillante esperto di musica classica, solo un Mozart può comporre un capolavoro sinfonico.

Il Rabbino Berg, il Rabbino Brandwein e il Rabbino Ashlag sono i tre « virtuosi » della Kabbalah, i veri custodi di questa saggezza. Il loro lignaggio risale al tempo di Abramo, nel solco di una veneranda tradizione che ha preservato tale saggezza nella sua forma originale, pura.

Il loro scopo non era un premio Nobel, il plauso accademico, un'infinita dissertazione filosofica; il loro scopo era solo quello di portare felicità, pace e appagamento a tutta l'umanità.

*Esiste qualcosa di più importante?*

## **Per favore, fate attenzione**

Resta in realtà un solo avvertimento, un severo divieto riguardo alla saggezza e alle lezioni della Kabbalah. Tale avvertimento risale al secondo secolo, ed è il primo dei 12 Principi Spirituali che verranno presentati in questo libro:

### **Non credete a nulla di ciò che leggete!**

Si è detto che la Kabbalah può affrontare tutte le domande che l'uomo si pone da sempre, tra cui:

- Esiste un Dio?
- Perché la vita è così piena di caos e dolore?
- Perché noi stessi esistiamo?
- Come posso raggiungere nella mia esistenza un appagamento ininterrotto?

Alcune persone affermano che la Kabbalah non è solo la luce in fondo al tunnel, ma la Luce che brucia ed elimina il tunnel stesso, spalancando dimensioni totalmente nuove di significato e consapevolezza.

La Kabbalah può dirci molte cose: come e quando ha avuto origine il mondo; perché continuiamo a ricadere sempre nelle stesse cattive abitudini; perché continuiamo a evitare

quelle attività che sappiamo essere buone e positive per la nostra vita; perché esiste il caos; come dare senso e forza spirituale a ogni nostro momento di veglia.

Sono affermazioni solenni... ma non credeteci. Non credete a una sola parola. Neppure per un secondo. La sola idea di credere implica un residuo di dubbio, mentre il *conoscere* non lascia traccia di scetticismo. Significa certezza. Convinzione assoluta. Nelle viscere. Nel cuore. Nell'anima.

Dunque, per favore, mettete alla prova ogni lezione di questo libro. Applicate questi principi alla vostra esistenza. Vivete queste lezioni e osservate se la vostra vita migliora. Respiratele e poi guardate se « l'aria » si fa più pulita.

Sono stati necessari molti sacrifici e molta sofferenza perché un libro come questo potesse oggi giungere a voi e al resto dell'umanità. Perciò è importante che tutti noi facciamo tesoro del principio cabalistico che afferma: « Nessuna coercizione nella spiritualità ».

In altre parole, l'intento di questo libro non è quello di fare prediche, ma di insegnare con umiltà! Per tale ragione non accettate le sue lezioni supinamente. Devono esserci risultati tangibili nella vostra esperienza diretta. Quando ciò accadrà, sentirete nel corpo e nell'anima la verità della Kabbalah e arriverete a *conoscere* dentro al vostro cuore la saggezza dei saggi.

## Il linguaggio della semplicità

*Il potere della Kabbalah* è un libro allegro e al tempo stesso profondamente serio. Se leggerete i capitoli che seguono con questo spirito, li troverete non solo illuminanti ma anche divertenti. La saggezza non deve per forza essere complicata, noiosa e pesante. Mio padre, in effetti, fin da quando ero molto piccolo, mi diede un insegnamento importante: quando ci sforziamo di comprendere i misteri del nostro universo e le verità assolute della nostra esistenza, come possiamo capire se una cosa è realmente vera? La nostra cartina di tornasole è la semplicità. La verità risulta sempre comprensibile a tutti, anche ai bambini, e non soltanto a un'élite di intellettuali. Se un'idea – o un concetto – è complessa o contorta, è probabile che non sia la verità.

Un vero cabalista è colui che riesce a rendere accessibile ciò che è complicato. Ecco quale fu il genio del maestro di mio padre, e del maestro del suo maestro. Dunque, non lasciatevi ingannare dalla semplicità e dall'apparente leggerezza di questo libro.

Dopo tutto nella Kabbalah la saggezza viene chiamata *Luce!*

## Malintesi in merito alla Kabbalah

*Coloro che danzavano erano considerati folli  
da quelli che non riuscivano a sentire la musica.*

ANGELA MONET

Nei tempi antichi la parola *Kabbalah* faceva una terribile paura alla maggior parte dei capi religiosi. Poiché era avvolta nel mistero e viaggiava con secoli di anticipo nelle sue speculazioni, la Kabbalah fu oggetto di false dicerie e sospetti: immaginatevi di cercare di spiegare il concetto di un telefono o di Internet a persone del XV o del XVI secolo. Vi etichetterebbero come mistici, e la Kabbalah venne chiamata misticismo proprio per quella ragione. Ma ciò che un tempo era considerato misticismo ora viene chiamato scienza; per dirla con le parole dello scrittore Arthur C. Clarke: « Qualunque tecnologia sufficientemente avanzata non è distinguibile dalla magia ».

La Kabbalah era e continua a essere la vera tecnologia della vita. È la scienza dell'anima e la fisica (e la metafisica) dell'appagamento. E, dal momento che si trattava di una filosofia innovativa che fece la sua comparsa con un anticipo di secoli rispetto al suo tempo, fu sommersa da una marea di idee sbagliate, tra cui quella che la Kabbalah potesse fare impazzire le persone.

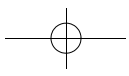
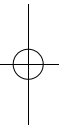
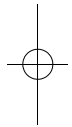
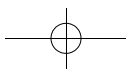
Proprio così! Tanto tempo fa si riteneva che lo studio della Kabbalah potesse condurre alla pazzia, ed ecco che cosa risponde questo libro...

## Abbandoniamoci alla pazzia!

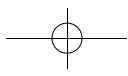
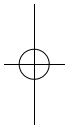
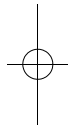
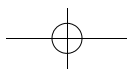
Se la nostra società pensa che siano segno di sanità mentale: infarti, attacchi di panico, buco nell'ozono, omicidio, genocidio, suicidio, disastri aerei, crollo delle Borse, scontri etnici, sparatorie nei licei, lotte religiose, recessione, depressione, psicoterapie, servizi sociali, guerra chimica, claustrofobia, xenofobia, disoccupazione, corsa agli armamenti, persecuzioni, esecuzioni, corruzione politica, licenziamenti di massa, pasticche, steroidi, malattia, solitudine, terremoti, inquinamento, infermità, tossicodipendenza, e morte... be', allora sì, la Kabbalah può farvi uscire di senno!

Allora, siete disposti a diventare un po' pazzi?

Fantastico!



PARTE PRIMA  
**CHI SIAMO?**



## L'essenza dell'umanità

Chi siamo? Di che cosa siamo costituiti essenzialmente? Di che materia siamo fatti, qual è la nostra essenza, il nostro vero nocciolo? Qual è il nostro elemento costitutivo essenziale? Avete mai provato a riflettere su questa domanda? La Kabbalah usa un'unica parola per definirci:

**DESIDERIO!**

## Desiderio in movimento

Quando la Kabbalah usa la parola *desiderio*, non lo fa in senso metaforico. Il desiderio rappresenta realmente la nostra qualità intrinseca. La materia di cui siamo fatti. Ciò che ci fa funzionare. Siamo tutti desideri ambulanti che cercano costantemente di soddisfare le proprie esigenze. Il cuore batte, il sangue scorre, il corpo si muove soltanto perché c'è un desiderio che chiede di essere appagato. Il Rabbino Ashlag, un cabalista, una volta scrisse che se non fosse per un desiderio interiore, gli esseri umani non muoverebbero neppure un dito.

## Desiderio e diversità

In verità, sono i desideri individuali a conferirci le nostre rispettive identità.

Alcune persone desiderano l'appagamento sessuale. Altre quello intellettuale. Alcuni cercano l'appagamento religioso. Altri aspirano a quello materiale. Alcuni di noi desiderano la fama. Altri l'illuminazione. Alcuni hanno sete di viaggi e avventure. Altri di solitudine. C'è chi cerca di saziare la sua fame di vita attraverso i beni materiali e il denaro. E c'è chi, per placare la sua sete di gloria, rincorre gli allori accademici.

Secondo la Kabbalah il desiderio umano opera su tre livelli:

### **PRIMO LIVELLO**

Questi desideri affondano le loro radici nella concupiscenza animale. I bisogni, le esigenze e i comportamenti appresi di un individuo esistono solo per appagare quelle urgenze primarie. Le persone che si trovano al Primo Livello si servono del pensiero razionale, come fa ogni essere umano, ma allo scopo di assecondare il loro desiderio animale. « Uno schiavo non si eleva mai al di sopra del suo padrone », dichiara il cabalista Rabbino Ashlag.

## **SECONDO LIVELLO**

Questi desideri cercano di soddisfare esigenze che non appartengono al regno animale, come l'onore, il potere, il prestigio, il controllo sugli altri. I bisogni e, di conseguenza, i pensieri, le scelte, le decisioni e le azioni di queste persone sono volte esclusivamente a soddisfare al massimo grado questi desideri.

## **TERZO LIVELLO**

Infine esistono dei desideri volti essenzialmente alla sfera razionale. Mirano alla massima gratificazione di un desiderio di natura intellettuale. Ciò include il desiderio di saggezza, sapienza e la ricerca di risposte.

« Questi tre tipi di desiderio », afferma il Rabbino Ashlag, « si ritrovano in ciascun rappresentante della razza umana; tuttavia in ciascun individuo si mescolano in proporzioni diverse, e ciò spiega le differenze che esistono tra un essere umano e un altro. »

## Un Vaso

Nel linguaggio della Kabbalah si parla del desiderio come di un *Vaso*. Un Vaso è come una coppa vuota che necessita di essere riempita, ma a differenza di una coppa vuota nel mondo fisico, il Vaso dei nostri desideri non ha alcun fondamento materiale. Per esempio, vi ricordate di quella volta in cui vi siete abbuffati di una succulenta grigliata di carne fino al punto che vi sembrava di scoppiare? Non ne avreste potuto mangiare neanche un boccone in più. Ma poi è arrivato al vostro tavolo il carrello dei dolci e avete sgranato gli occhi di fronte a una parata di irresistibili dessert. Anche se avevate la pancia piena, il vostro nuovo desiderio di qualcosa di dolce riuscì a fare un po' di spazio e dopo un minuto vi eravate già tuffati su una fetta di Sacher. Anche se alla fine ci può essere un limite al nostro appetito, non esistono limiti al nostro desiderio.

Non esiste una sola attività a questo mondo che non abbia origine da una qualche esigenza interiore, grande o piccola che sia, che pretende di essere appagata. È come se la nostra volontà non avesse alcun controllo al riguardo. Viviamo con il pilota automatico inserito, mossi dal costante bisogno di appagare tutti i desideri che abbiamo nel cuore e nell'anima.

## L'oggetto del desiderio

Allora, che cos'è che i nostri cuori desiderano davvero? Si può dire che l'obiettivo primario del nostro desiderare è un'ininterrotta felicità, anche se la *felicità* potrebbe avere significati differenti per persone diverse.

Di fatto aspirare a una costante felicità è il vero legame che accomuna ogni essere umano. Non c'è bisogno di convincere un criminale, un avvocato, un muratore, un alto dirigente, una persona malvagia, una persona buona, un magnate o un povero a desiderare la felicità. Rappresenta la nostra vera essenza, anche se può significare cose diverse per ciascuno di noi.

Uno scienziato potrebbe desiderare la verità e la comprensione delle leggi che regolano il nostro mondo fisico, oppure potrebbe aspirare a vincere il premio Nobel e a lasciare un segno imperituro nella Storia dell'umanità. Un politico forse cerca di fare il bene della sua comunità, della sua città o del suo Paese... o magari, invece, gli interessa solo ottenere privilegi personali, potere e prestigio. Un bambino di solito desidera giocare e stare bene. Un comico probabilmente desidera fare ridere ed essere amato e accettato. Un alto dirigente per lo più mira alle gratificazioni economiche e al potere. Un operaio forse desidera una vacanza, cibo in tavola e tranquillità. Uno studioso aspira al sapere e al plauso da parte dei suoi colleghi.

In verità, tutti gli oggetti del nostro desiderio non sono che forme diverse di appagamento. Sono proprio questi vari « contenitori » a metterci in moto e a dare forma alla nostra vita.

La Kabbalah riassume ognuna di queste differenti forme di appagamento in una sola parola...

**LUCE!**

## Il potere della Luce

Il termine *Luce* è soltanto una parola in codice, una metafora usata dagli antichi cabalisti per convogliare il vasto spettro di appagamenti cui gli esseri umani aspirano.

Avete mai osservato un raggio di sole dopo la pioggia in un giorno d'estate? Quando colpisce una gocciolina d'acqua la luce si scompone nei sette colori dell'arcobaleno. Come questo singolo raggio di sole racchiude tutti i colori dello spettro, così la parola Luce rimanda a tutti i « colori » della gioia che le persone vanno cercando.

Tuttavia, esiste una differenza fondamentale tra la metafora della luce solare e la Luce di cui parla la Kabbalah. La luce bianca che ci arriva dal sole è costituita soltanto dai sette colori dello spettro. La Luce cui si riferisce la Kabbalah, invece, racchiude una gamma infinita di « colori ».

In altre parole, in essa si può ritrovare ogni forma di appagamento possibile e immaginabile cui un'anima possa aspirare, comprese le gioie del sesso e l'estasi del cioccolato, il potere della guarigione, della prosperità e la benedizione di una relazione piena d'amore e di passione.

La Luce include anche quella forza che chiamiamo intuito. La magia che porta nella nostra vita le persone e le occasioni giuste. La forza che rende efficiente il nostro sistema im-

munitario. Quello spirito che abbiamo dentro e che risveglia in noi la speranza. Il carburante che ci spinge ad andare avanti. La costante felicità e l'entusiasmo dell'essere vivi.

## La Luce resta accesa

Ma la Luce non è intesa solamente come felicità e gioia. In termini cabalistici, essa rimanda a una felicità senza fine, a una gioia costante. È la differenza che esiste tra piacere e appagamento. In realtà non aspiriamo a un fugace momento di piacevolezza. I nostri desideri più profondi non sono limitati a quindici minuti di fama, o al fuggevole entusiasmo che proviamo dopo avere concluso un buon affare. Né a un effimero « sballo » dato da una droga o al momentaneo sollievo indotto da un antidolorifico. Noi non vogliamo che i nostri simili ci apprezzino solo per un breve periodo. Non desideriamo mantenerci in salute solo per metà della nostra esistenza. Non desideriamo avere un'appagante vita sessuale con il nostro compagno solamente per i primi due mesi della nostra relazione: noi vogliamo che i nostri desideri siano costantemente soddisfatti. Questo appagamento costante è definito Luce.

## La radice della nostra infelicità

Alla base della nostra infelicità e della nostra ansia sta il fatto che i nostri desideri non sono sempre permeati di Luce. Se per cinque anni in un'area della nostra vita perdura la gioia significa che nel « serbatoio » c'era Luce soltanto per durare quel determinato lasso di tempo. Esaurire la Luce – o meglio, disconnettersi da essa – è ciò che ci rende infelici. Più Luce abbiamo nella nostra vita, più a lungo i nostri desideri restano appagati e più felici siamo.

Abbiamo anche una tremenda paura che la nostra felicità sia destinata a finire. Quando ci sentiamo in un raro stato di benessere e serenità, abbiamo la brutta tendenza a pensare che sia troppo bello per essere vero. Ci preoccupiamo del domani. E nello stesso istante in cui questi dubbi si insinuano, non appena cominciamo ad angustiarsi chiedendoci quanto durerà, esauriamo la Luce. Perdiamo la connessione. Dunque la Luce viene definita anche come il conforto, la sicurezza, la tranquillità mentale di sapere che la felicità ci sarà anche domani. Quando siamo connessi con la Luce, non esistono la paura, l'ansia, o l'insicurezza riguardo al futuro.

## Il desiderio più grande

Alla luce (il gioco di parole è voluto!) di quanto abbiamo appena detto, i cabalisti affermano che il desiderio più grande di ogni essere umano è quello della Luce. Inoltre ci spiegano che tale Luce è ovunque. È la sostanza più diffusa nell'universo. Riempie il cosmo e permea la nostra realtà. È infinita. Sconfinata. E sempre pronta a fare più di quanto possiamo immaginare. Ciò c'induce a porci una domanda inevitabile:

Se il desiderio è la nostra essenza,  
e l'universo è inondato di Luce,  
che cosa si frappone tra noi e una felicità senza fine?

**RISPOSTA: UN VELO.**

## I due lati del velo: l'1 per cento e il 99 per cento

Secondo la Kabbalah esiste un velo che divide la nostra realtà in due regni: quello dell'1 per cento e quello del 99 per cento. Il primo regno comprende il nostro mondo fisico, ma esso rappresenta una piccolissima parte dell'intera Creazione. È soltanto ciò che possiamo percepire con i nostri cinque sensi: ciò che possiamo annusare, assaporare, toccare, vedere e sentire. E non è che un minuscolo frammento di quello che davvero si può trovare « là fuori ».

Dall'altro lato del velo c'è il regno del 99 per cento, che comprende la vasta maggioranza della realtà.

Nel regno dell'1 per cento la vita ha la fastidiosa abitudine di prenderci in contropiede. Soffriamo della cosiddetta « Sindrome dell'Improvvisamente ».

Improvvisamente ha avuto un infarto!  
 Senza alcun preavviso l'ha lasciata.  
 Ci ritroviamo improvvisamente senza soldi.  
 Improvvisamente l'affare è andato a monte.  
 Ha cambiato improvvisamente idea.  
 Improvvisamente i medici le hanno scoperto un nodulo.  
 La vita improvvisamente mi sembra così vuota.

Ma è proprio vero che le cose accadono « improvvisamente »? Secondo la Kabbalah no. Assolutamente no. All'origi-

ne di ogni evento « improvviso » c'è sempre una causa nascosta, qualcosa che ci è sfuggito.

Vi è mai capitato di svegliarvi una bella mattina e di accorgervi che in giardino è improvvisamente spuntata una maestosa quercia? Ovviamente no. Nel passato, da qualche parte, deve essere stato piantato un seme. Secondo la Kabbalah quando salta fuori un problema grave che interrompe bruscamente il flusso di felicità che appagava un vostro particolare desiderio, non si tratta di un evento casuale, caotico. Esiste una causa più profonda. Nel passato, da qualche parte, deve essere stato piantato un seme. L'errore più grave che commettiamo è quello di credere che esistano errori, o circostanze accidentali. Non esistono errori. Non esistono coincidenze. Né incidenti né catastrofi improvvise. Tutto ciò che accade ha sempre una ragione.