



Corsi on Line di Erba Sacra

CABALA E ALBERO DELLA VITA

L'Albero della Vita, un percorso universale di conoscenza

Docente: Sebastiano Arena

LEZIONE 1

Programma completo

- Lezione 1: Storia e principi della Cabala
- Lezione 2: L'Albero della Vita: le Sephiroth, le Triadi, i Mondi
- Lezione 3: Le Sephiroth: Attribuzioni, virtù e vizi
- Lezione 4: Il simbolismo degli Arcani Maggiori nei Tarocchi Rider Waite
- Lezione 5: L'alfabeto ebraico
- Lezioni 6: I 22 Sentieri (con meditazioni e affermazioni)
- Lezione 7: Le Sephiroth, i Chakra e i Corpi sottili
- Lezione 8: Il Tao, l'I Ching e l'Albero della Vita
- VIDEO 1: Meditazioni sulle lettere dell'Alfabeto Ebraico
- VIDEO 2: Meditazione guidata sull'Albero della Vita



*Questo corso è riconosciuto come credito didattico nella
formazione specialistica di OPERA,
Accademia Italiana di Formazione Olistica
www.accademiaopera.it*

STORIA E PRINCIPI GENERALI



*Il "Principio" si estese e costruì un palazzo per se stesso,
per la gloria e per la lode. Là piantò il seme sacro.....
Appena il seme penetrò, il palazzo risplendette di luce.
Da quella luce scendono come una cascata altre luci, le cui
scintille oltrepassano i cancelli dando vita a ogni cosa.*
(Lo Zohar)

Breve introduzione storica

Il termine ebraico Kabbalah, deriva dalla radice "Kabbal" che ha diversi significati: ricezione, accoglienza, cosa ricevuta. La Kabbalah significa "Tradizione" ed indica un'antichissima dottrina iniziatica, trasmessa dapprima oralmente e poi attraverso i libri e i manoscritti; tra i quali i più importanti sono: il Sefer Yetzirah¹ (Libro della Formazione, o Creazione) e lo Zohar (Libro dello Splendore).

Dal 1200 circa indica anche la "Gnosi Ebraica", vale a dire quel corpo di dottrine mistico-esoteriche rivelate a pochi eletti e tramandate, nei secoli, da alcuni Grandi Iniziati, per poter realizzare la visione di Dio e per comprendere i vari aspetti della Creazione.

Le dottrine hanno come punto di partenza la contemplazione spirituale, l'ispirazione pura o "intuizione intellettuale", e non l'autocritica attività della ragione. Possiamo considerarla come il sottostrato esoterico che permea la cultura ebraica.

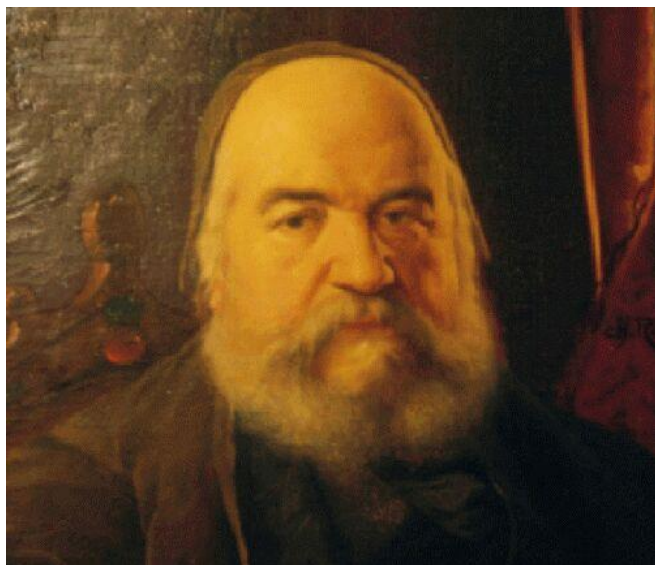
All'inizio la Cabala era un sistema prettamente ebraico. Si sviluppò come spiegazione esoterica, ed occulta, del significato della Torah. La Torah sono i primi cinque libri della Bibbia. Si dice che sia stata scritta da Mosè e consiste dei libri della Genesi, dell'Esodo, dei Numeri, del Levitico e del Deuteronomio.

La Cabala è stata una tradizione segreta, appartenente solamente agli ebrei, per la maggior parte della sua storia. Era una tradizione orale tramandata da maestro a discepolo. In Spagna, nel XII secolo la Cabala emerse dalla segretezza. Fu lì che apparve per la prima volta il diagramma conosciuto come Albero della Vita. Questo diagramma è l'anello mancante tra le due tradizioni della Cabala ebraica e di quella occidentale.

¹ Il più antico testo cabalistico, attribuito ad Abrahamo. Descrive il "linguaggio divino" della Creazione, ovvero le 22 lettere dell'alfabeto ebraico. Questo testo è alla base delle principali tecniche di meditazione cabalistica, e viene inoltre utilizzato per la creazione dei Golem.

Europa dalle Crociate, magia, alchimia, misticismo cristiano, ermetica e, naturalmente Cabala ebraica. Verso la metà del 1800, un altro pezzo di Cabala occidentale apparve dal nulla, erano i Tarocchi. Prima di allora i Tarocchi erano un sistema di predizione. I Tarocchi sono settantotto carte. Cinquantasei di queste carte sono simili ad un moderno mazzo di carte da gioco, con quattro figure per ogni seme invece di tre figure. In aggiunta ci sono ventidue carte raffigurate chiamate gli "arcani maggiori". Per i Cabalisti, il punto di connessione erano le ventidue lettere dell'alfabeto ebraico. L'origine dei ventidue arcani maggiori è sconosciuta. Senza alcun dubbio, per certi periodi di tempo ci furono scuole occulte segrete che insegnavano i legami tra le ventidue carte e le ventidue lettere dell'alfabeto ebraico.

La prima apparizione scritta dei Tarocchi si trova nella famosa opera in due volumi



dell'occultista Eliphas Levi, *Dogma and Theory of High Magic*, composta in Francia verso il 1850. In questo testo i Tarocchi vengono descritti come la base di un sistema trascendentale per l'espansione della coscienza conosciuto come magia e fondato sui principi della Cabala. La Cabala occidentale ha acquisito fama e notorietà nell'Inghilterra del tardo '800 inizi '900, tra gruppi di occultisti come quelli della Golden Dawn. La maggior parte della

Cabala occidentale moderna si basa direttamente sull'opera di questi esploratori inglesi che aggiunsero elementi egizi per perfezionare il sistema.

Aleister Crowley, un diplomatico della Golden Dawn, fu in grado di dimostrare il legame universale della Cabala con tutti gli altri sistemi religiosi e mistici. Nonostante la sua controversa reputazione Crowley ha avuto il grande merito di aver evidenziato l'universalità della Cabala occidentale. Mentre la Cabala ebraica è totalmente inaccessibile, eccetto che per un ristretto gruppo di devoti ebrei e lo Yoga Taoista è pervaso dal simbolismo cinese, la Cabala occidentale è universale nella sua capacità di racchiudere tutti i sistemi.

I principi fondamentali

La Cabala s'incentra sull'idea che la Torah contiene un senso nascosto ed esoterico: l'obiettivo principale dei Cabalisti è quello di scoprirlo attraverso uno studio approfondito della Torah, sotto le varie interpretazioni.

Essa contiene tutta la Tradizione "esoterica ed essoterica"²; ed è fondata sulla teoria, secondo la quale, tutte le lettere ebraiche sono strettamente corrispondenti alle Leggi Divine che hanno partecipato alla Creazione.

Ciascuna lettera rappresenta un essere vivente (Hayoth Hakodesch), un numero, un'idea; combinarle tra loro significa conoscere le Leggi e le essenze della Creazione.

Con lo studio della Cabala, l'uomo può giungere alla conoscenza di tutti i "segreti" che Dio rivelò a Mosè.

La Cabala è caratterizzata da:

- a) dal **punto di vista delle idee, la credenza dell'Ein Sof** (o Ain-Soph), contemporaneamente "Essere e Nulla"³; l'"**Emanatismo**" (che non esclude il creazionismo)⁴; la teoria delle Sephiroth; la nozione della Shekhinah; la concezione del linguaggio come mezzo divino e struttura cosmica;
- b) dal **punto di vista delle pratiche, l'ermeneutica**⁵; la meditazione dei nomi divini; la contemplazione; lo studio della Torah.

² **Essoterismo**: termine derivato dal greco *Εξωτερικός*, esterno, coniato dai discepoli di Pitagora (v.) all'inizio dell'avviamento scientifico, per definire quanto caratterizzante le modalità di esposizione dei concetti e dei principi filosofici al mondo profano, ovvero a quanti non erano iniziati alla comprensione del linguaggio dei discepoli. Rappresentava quindi il contrario di «*esoterismo*», termine indicante genericamente le dottrine di carattere segreto i cui insegnamenti sono riservati agli adepti, ai quali è riservata la possibilità della rivelazione della verità occulta, del significato nascosto

³ **Ein Sof** di fatto è l'energia dell'Universo. Dio è chiamato Ein Sof che in ebraico significa "senza fine", intendendo per questo che Dio trascende i limiti di tempo e di spazio. Ein Sof rappresenta la vera essenza nascosta di Dio, la quale è inconoscibile per gli esseri umani

⁴ **L'Emanatismo** è una dottrina filosofica che asserisce l'origine delle cose e degli esseri da un principio originario da cui tutto si irradia. L'emanatismo ha ricevuto la sua sistemazione nel neoplatonismo, per il quale tutti gli esseri precedono, per emanazione necessaria, dall'Uno.

⁵ **L'ermeneutica** è in filosofia la metodologia dell'interpretazione. Essa nasce in ambito religioso con lo scopo di spiegare la corretta interpretazione dei testi sacri. In seguito il termine assume un respiro più ampio tendente a dare un significato a tutto ciò che è di difficile comprensione. In questo senso può essere vista come la teoria generale delle regole interpretative.

Per i cabalisti l'ermeneutica si configura quindi come lo studio e interpretazione della Torah, la meditazione dei nomi divini, la contemplazione, una lettura-spiegazione dei testi volta ad una comprensione che coinvolge le dimensioni esistenziali dell'interprete, per condurlo ad una comprensione nuova della sua stessa esistenza di fronte al testo, comprensione capace di operare un rinnovamento personale.

Dal XIV secolo la Cabala si divide in due orientamenti:

- a) la Cabala speculativa (meditazione sui Nomi Divini);
- b) la Cabala pratica (utilizzazione magica dei Nomi Divini e degli Angeli, perfino dei Demoni; idea del Golem; alchimia, astrologia, fisiognomica e chiromanzia).

La Cabala è di natura ontologica⁶: Dio, nello Zohar, è indicato come l'Ein Sof: il Misterioso, il Nascosto, l'Inconoscibile.

La Creazione del mondo

Per i Cabalisti "Agli Inizi", prima della Creazione del mondo, o seconda Creazione 3760 a.C., esisteva solo la Luce Infinita (Aur Ein Sof) che riempiva tutto l'Universo. Essa costituisce la prima manifestazione di Dio, l'irradiazione della sua Coscienza perfetta ed infinita. In essa sono contenute tutte le infinite possibilità dell'esistenza, di tutte le creature che verranno e di quelle che non lasceranno mai lo stato della potenzialità. La Luce infinita, pur essendo Divina, non è identificabile con l'Essenza dell'Essere Divino il quale rimane del tutto Inconoscibile, Misterioso e Irrappresentabile.

Questo Universo di Luce Infinita come poteva agire nel mondo della Manifestazione? L'Ein Sof con un atto d'amore e di volontà ha dovuto subire un restringimento, o per dirlo in termini Cabalistici, uno Tzimtzum, grazie al quale è stato creato uno spazio vuoto e oscuro.

Dopo aver creato questo spazio Dio fece scendere in esso una "Linea di Luce" concentrata che rappresenta il prototipo dell'Albero della Vita, con le sue dieci entità "comprese" in una "Linea" sola che entra nel "vuoto". In quella "Linea Luminosa" che entrava nello spazio vuoto, erano concentrati tutti i mondi e tutte le creature.

⁶ **Ontologia**, dal participio presente (ontos) del verbo greco einai ("essere") e logos ("legge"). L'ontologia è la disciplina filosofica che si occupa dello studio dell'essere in quanto essere, ovvero al di là delle sue determinazioni particolari. L'ontologia si occupa quindi di studiare le qualità dell'esistenza delle cose nella loro caratteristica di essere cose che esistono (enti), per questo motivo, ovvero per la particolarità dell'ontologia di fare riferimento al principio primo che caratterizza l'esistere delle cose, l'ontologia viene spesso identificata con la metafisica.

Il Concetto di Dio nella Cabala

La Torah, nel primo versetto del Genesi recita così: "Bereshit Bara Elohim" (In Principio creò Elohim). Per i Cabalisti, Elohim rappresenta la potenza divina in atto, implicita nelle Leggi della Natura, quell'energia cosmica che crea il mondo e quanto esso contiene. Il suo valore numerico è 86, identico a quello della parola "Ha-Teva" che significa "La Natura". Precisiamo che Elohim è il plurale di "El" (o Eloha). Nella Torah, però, è usato in riferimento Dio d'Israele, e quindi al singolare. Lo Zohar sostiene che Elohim sia scaturito dalla promanazione dei raggi luminosi provenienti dalla Luce Suprema dell'Ein Sof e pertanto simboleggi la Luce Inferiore. Poiché non vi è interruzione tra l'Alto e il Basso, e che si tratta della medesima Luce, lo Zohar afferma che Elohim è la Luce Suprema che, differenziandosi, dalla potenza diviene atto.

Trattando di Dio, lo Zohar parla delle Sephiroth e sostiene che sono delle Emanazioni e Irradiazioni della Divinità che la mente umana può comprendere, mentre Dio stesso, cioè l'Ein Sof rimane sempre al di sopra di ogni pensiero umano.

Il Sefer Yetzirah

L'inizio di tutta la Cabala è scaturita dal Sefer Yetzirah. Si tratta della prima opera che affronta i grandi temi della speculazione cabalistica. In essa è trattata, sinteticamente, la teoria dei dieci numeri primordiali (Sephiroth) e delle 22 lettere dell'Alfabeto ebraico che insieme formano le 32 Vie della Sapienza (o 32 Sentieri), le quali rappresentano le energie divine primordiali, nonché gli strumenti della creazione.

Per lo Zohar, le origini di questa breve opera risalgono a 2000 anni prima della Creazione del mondo, in quanto sia le Lettere che i Numeri, esistevano già celati in Dio.

Le 32 Vie della Sapienza sono, pertanto, gli elementi essenziali da cui scaturisce tutta la realtà, sia fisica - relativa al mondo fenomenico - che spirituale.

Il Sefer Yetzirah (o Libro della Formazione) inizia così: "Con 32 Vie di Sapienza" J-H-W-H incise e creò il suo mondo. Quindi, con 32 Vie ha creato il Mondo, con tre forme di espressioni: con il Numero, con la Lettera e con la Parola.

Le 32 Vie della Sapienza sono le 22 Lettere dell'Alfabeto ebraico e le "Dieci Sephiroth", le quali insieme costituiscono l'Albero della Vita (o Albero Sephirothico) che rappresenta la costruzione più importante e conosciuta della Cabala.

L'Albero della Vita

I due concetti principali della cabala sono **Ein Sof** e le **Sephiroth**. Ein Sof di fatto è l'energia dell'Universo. Dio è chiamato Ein Sof, che in ebraico significa "senza fine", intendendo con questo che Dio trascende i limiti di tempo e spazio. Ein Sof rappresenta la vera essenza nascosta di Dio, la quale è inconoscibile per gli esseri umani.

La cabala riconosce la creazione dell'universo da parte di Dio e la interpreta come una contrazione e una espansione dell'energia di Dio, non dissimile dalla teoria del big bang.

La Cabala afferma che Ein Sof contrasse la sua energia divina, creando un vuoto. In questo vuoto Egli creò i mondi in cui noi esistiamo e che conosciamo, rendendoci "visibile" Dio (a livello spirituale). Ein Sof interagisce con il mondo attraverso dieci manifestazioni, o emanazioni, noti come le **Dieci Sephiroth**. Le Sephirot sono i dieci attributi divini di Dio, i quali contribuiscono a creare e a infondere l'Ein Sof. Ein Sof e le Sephirot sono parte le une dell'altro. "Esso è loro e loro sono esso", dicono i cabalisti.

In altre parole, questo mondo e le sue dieci emanazioni, è una dimora della luce infinita di Dio e della Sua essenza assoluta. Ciò che sappiamo di Dio possiamo usarlo per creare il nostro Sé migliore. Come dicono i saggi: "come Dio è misericordioso, così tu devi essere misericordioso". Dio ha attributi che sono manifesti e rivelati nella realtà. Di fatto, i cabalisti credono che Dio abbia creato lo spazio, l'energia e gli uomini all'interno di esso per vedere da sé che "era una buona cosa".

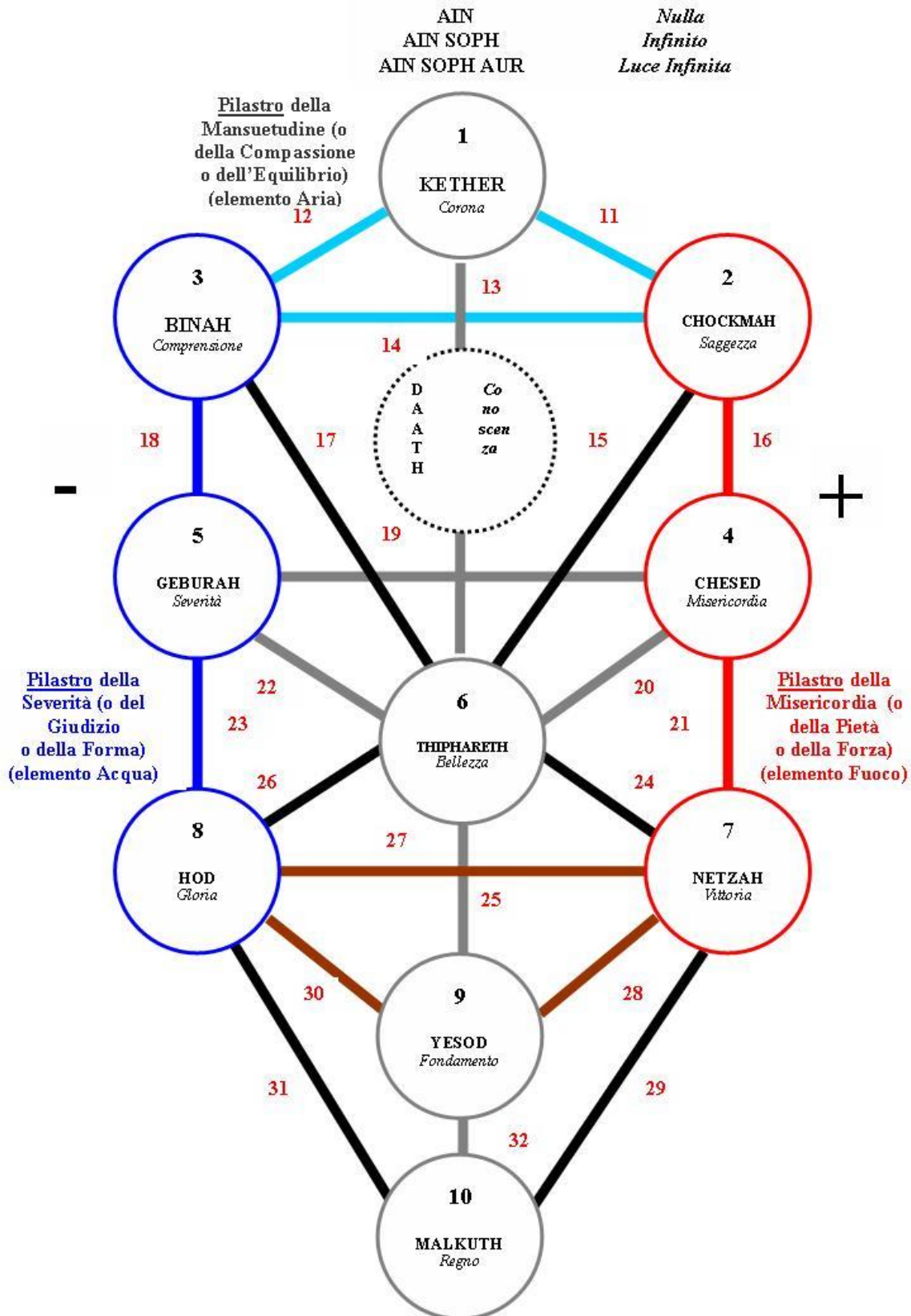
Le dieci Sephiroth sono i dieci attributi archetipici, o caratteristiche di Dio, che gli esseri umani possono conoscere. Di per sé l'Ein Sof è qualcosa che non possiamo capire a causa dei limiti della nostra immaginazione. Quando l'anima diventa una sola cosa con la saggezza e la comprensione, l'intero schema della vita risulta modificato, dalla consapevolezza della mente alle emozioni del cuore, fino al comportamento della persona. Sperimentando questa illuminazione, noi trascendiamo il mondo e iniziamo a conoscere Dio su una dimensione totalmente nuova: **questo è il punto essenziale della Cabala.**

L'Albero della vita è un diagramma, astratto e simbolico, costituito dalle dieci Sephiroth disposte lungo **tre pilastri verticali paralleli** (le tre vie iniziatiche): tre nel pilastro a sinistra (la via "ardua", femminile), tre nel pilastro a destra (la via "agevole", maschile) e quattro nel pilastro centrale (la via "regale" che armonizza e concilia gli opposti).

Le 10 Sephiroth (i **Numeri** da 1 a 10) sono collegate fra di loro da **22 sentieri**, associati alle lettere dell'**alfabeto ebraico**. I 22 sentieri e le dieci Sephiroth insieme formano le 32 vie di cui parla il Sépher Yetziráh e che percorreremo utilizzando anche gli Arcani dei **Tarocchi** che rappresentano in quest'ambito il percorso della nostra anima.

Oltre alle Dieci Sephiroth, l'Albero della Vita è composto di numerose sezioni, avente ciascuna il suo profondo significato.

- **LE TRE TRIADI** (Triangoli Intellettuale, Etico e Metafisico) rappresentano gli "scalini" di **conoscenza di Dio**
- **I QUATTRO MONDI** (Atziluth, Briah, Yetzirah, Assiyah) corrispondono a **livelli della nostra esistenza**, dimensioni e strutture naturali al cui interno la Divinità si è "nascosta" o "velata". I quattro mondi sono livelli di realtà nei quali tale nascondimento si fa via via più forte
- **GLI ELEMENTI DELL'ANIMA E IL CORPO FISICO** (Nefesh, Ruach, Neshamah e Guph) che rappresentano la natura dell'uomo.



Obiettivo di questo corso è introdurre lo studente alla conoscenza della struttura e dei significati dell'Albero della Vita (*Lezione 2*) e soprattutto, mediante riflessioni e meditazioni sulle Sephiroth (*Lezione 3*) e i Sentieri (*Lezioni 4-6*), sostenere un percorso di crescita spirituale.

Illustrerò inoltre il sistema dei Chakra e i corpi energetici dell'uomo (*Lezione 7*) e infine introdurrò I Ching, che può essere considerato il principale sistema numerologico e esoterico della cultura orientale, e la filosofia taoista (*Lezione 8*) e vedremo le interessanti corrispondenze con le Sephiroth e l'Albero della Vita.

Di fondamentale importanza sono soprattutto i riferimenti e le corrispondenze con la Numerologia, l'Astrologia e i Tarocchi: oltre a dimostrare la coerenza e talvolta l'intima correlazione tra i diversi sistemi, consentono allo studente di approfondirne, rielaborarne e metterne a confronto i contenuti.

Per tale ragione il corso è particolarmente consigliato a coloro che hanno già conoscenza di tali discipline, ma può anche essere occasione per avviare un percorso di approfondimento del mondo simbolico ed esoterico che nella Numerologia, i Tarocchi, l'Astrologia, I Ching e l'Albero della Vita ha rilevanti e insostituibili punti di riferimento.

