



Miljenko Brkić  
Praksa Kabale:  
put uma, srca  
i čina



Miljenko Brkić

PRAKSA  
KABALE -  
PUT UMA,  
SRCA I  
ČINA

2020. godine

Svi korisnici digitalnih knjiga by Impero present, dužni su poštivati ugovor o korištenju digitalnih knjiga koji se nalazi u prilogu knjige:

Više podataka o našim drugim izdanjima moći ćete saznati ukoliko posjetite našu web stranicu, koja se nalazi na slijedećoj adresi:

<http://www.digitalne-knjige.com>

Miljenko Brkić  
PRAKSA  
KABALE -  
PUT UMA,  
SRCA  
I ČINA

© Copyright Miljenko Brkić. Sva prava pridržana.  
Ni jedan dio ove knjige ne smije se reproducirati u bilo kom obliku  
ili na bilo koji način uklopiti u drugi rad, prenijeti u bilo koju formu:  
bez pismenog odobrenja autora, uvažavajući sva autorska prava.

*Praksa Kabale (kabala ijunit) podrazumijeva to da se teorijsko učenje Kabale - teozofijska Kabala, interiorizira (pounutrašnji), i time zaživi u sljedbeniku Kabale, tada on više nije tek proučavatelj Kabale, nego je onaj koji slijedi Kabalu i živi po njoj.*

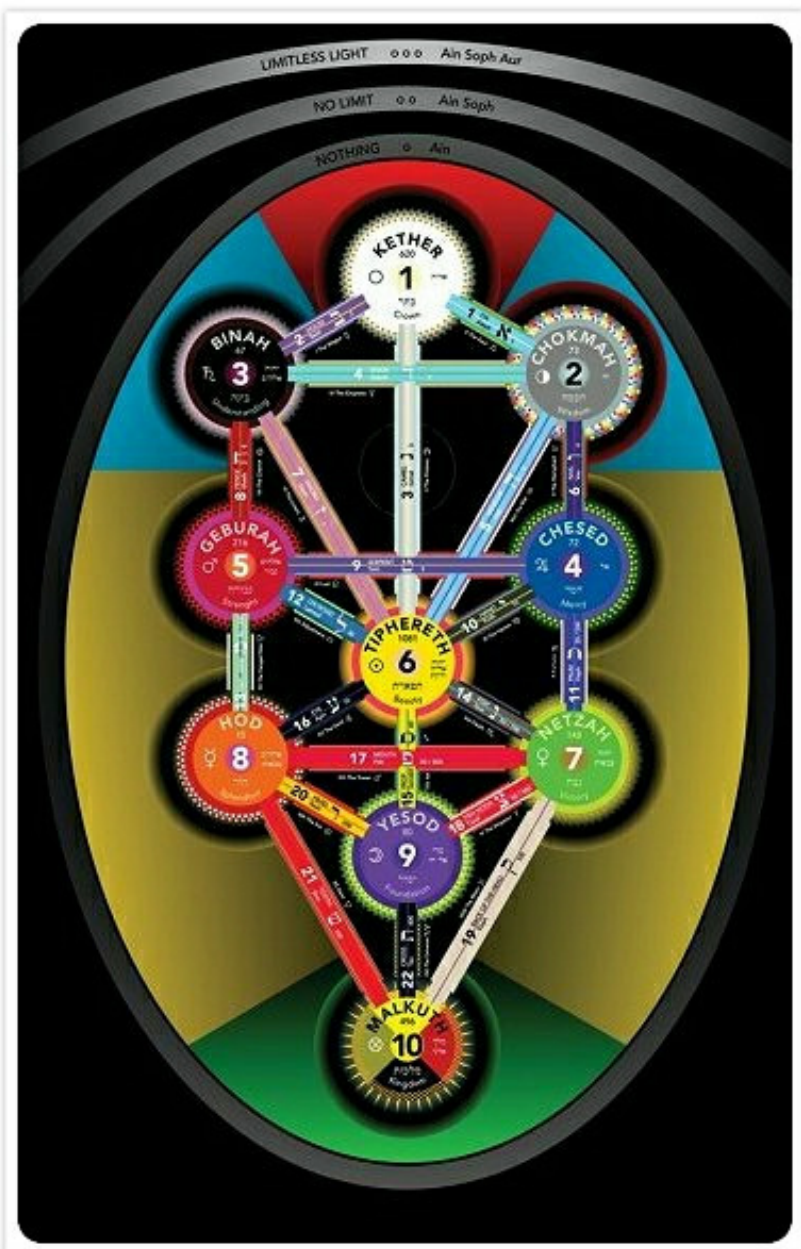
*Miljenko Brkić*

Pripremila : Jadranka Varga  
Uredio i obradio: Nenad Grbac

## **Sadržaj:**

<b>1. PREDGOVOR</b>	07
<b>2. UVODNO O KABALI</b>	10
Što je Kabala	10
Teorija emanacije	10
En Sof i svjetovi	11
Tri vida Kabale	14
<b>3. TEMELJNI POSTUPCI U KABALI</b>	15
<b>4. PUT UMA</b>	18
4.1 Čitanje i proučavanje Biblije kroz PaRDeS	21
4.2 Kabala meditacija kao kontemplacija Božjih atributa	24
4.2.1 Što znači meditirati u Kabali?	24
4.2.2 Hitbonenut kao tehnika	26
4.2.3 Izvedba kroz meditaciju	31
4.2.4 Meditacija na sliku	34
4.2.5 Meditacija na pokret	35
4.2.6 Meditacija na zvuk	36
4.2.7 Mistički put u meditaciju	37
<b>5. PUT SRCA</b>	41
5.1 Molitva (t'fila)	41
5.1.1 Kao razgovor s Bogom	41
5.1.2 Molitva i osveščivanje sefirota	45
5.1.3 Zazivanje Božjih imena	48
5.1.4 Uzdizanje u više svjetove (olamot) praksom Kabale	50
5.2 D'vekut - Priljublivanje Bogu	52
5.3 Jihudim - objedinjavanje Božjih atributa	52

6. PUT ČINA: Uzdizanje kroz sefirote	54
6.1 Svjesno odnošenje spram tijela	55
6.1.1 Kabala praksa erotike ili: praksom jehudim kultivirani život	56
6.2 Svjesno disanje	60
6.3 Nadvladavanje zlih poriva (lehaknia jecer hara)	60
6.4 Vršenje zapovjedi (micvot)	63
6.5 Djelovanje u vrlini (lehagiv musari)	64
<b>7. LITERATURA</b>	<b>66</b>
Iz biografije pisca:	70





## PREDGOVOR

Svakom je čovjeku stalo do zbiljskog događanja, jer je čovjek živo, zbiljsko biće koje se ne da reducirati na virtualni prikaz samog sebe. Čime god da se bavio čovjek je uvijek u svezi s vanjskom zbiljom te o njoj razmišlja i u njoj djeluje i stvara. Podsjetimo na Aristotelovo određenje čovjeka kao bića teorije (čisto mišljenje), prakse (djelovanje među ljudima) i pojezisa (proizvodnje). Ovo načelno *trostruko* odnošenje spram zbilje očituje se u *višestrukim* konkretnim očitovanjima.

Kada kažemo da čovjek *misli* to znači da se bavi filozofijom, znanošću, razmišlja o aktualnim događajima u svijetu, i sl. Kada kažemo da čovjek *djeluje* mislimo pritom na njegove mnogostruke odnose s ljudima u društvu. Kada kažemo da čovjek *proizvodi* mislimo pritom da čovjek proizvodi kako materijalne *stvari* tako i umjetnička djela, također odgoj predstavlja jedno proizvođenje *čovjeka*.

U filozofiji čovjek pokušava odgonetnuti narav stvari tako što ih određuje u njihovoj *biti*, podređuje pod *pojmove* i dalje u sustav pojmova. Koliko god filozofija otkriva svijet toliko ga i prikriva; njen je nedostatak u tome što u odnošenju spram zbilje, nju *prevodi* i *reducira*, na pojmovni sustav u kojemu se sama zbilja tek odslikava u svojim bitnim određenjima, te se predstavlja kao pojam<sup>1</sup> i sustav pojmova.

Jedan od oblika proizvodnje je stvaranje govorom, tzv. *pojetički* govor. Primjer toga je književnost, poezija i mitologija. Mitologija se sastoji u pričama (gr *mythos*: pripovijest) u kojima se nekim zbiljskim procesima (događajima, pojavama) pridaju

---

<sup>1</sup> Podsjetimo da je pojam misao o bitnim odlikama predmeta.

svojstva *osobe*, na pr. ljubav koja je neko emocionalno stanje u čovjeku ili između dviju osoba, postaje personificirana, kao da je ona *netko*, na pr. Afrodita (u grčkoj mitologiji) ili Amor (u rimskoj). Time mitologija ljudima *približava* složene procese svijeta, ali ima i jedan temeljni nedostatak, što samoj zbilji dodaje svojstva, određenja koja ona uistinu ne posjeduje: ljubav *nije* netko, neka osoba; rat *nije* netko (na pr.. Ares u grčkoj mitologiji); mudrost *nije* neka osoba (na pr. boginja Atena).

Razmotrimo to na primjeru duhovnih bića, *arhanđela* u Kabali. U emaniranju Božjeg atributa mudrosti postoji jedna faza, na razini svijeta *Beria*, gdje se Božji atribut očituje u svom vidu *snage*, kao mudrost u svojoj *dinamici*. Ako se to *mitologizira* tada to stanje postaje nekim duhovnim bićem, u ovom slučaju arhanđel Raziel, dakle *netko* – osoba s imenom Raziel. Svatko smije vjerovati u postojanje arhanđela Raziela, ali Kabala nije religija, njoj ne pripada vjerski pristup, nego *istraživački*: ne postoji jedno *sakrosanktno*<sup>2</sup> učenje u vidu obvezujuće dogme, nego se učenje Kabale konstituira u slijedu stalno novih doprinosa smionih istraživača, ali u naslijeđenom (tradiranom<sup>3</sup>) okviru Kabale.

Jedino mistika ostavlja bića (stvari, procese, događaje) u njihovoj zbiljnosti i ne pretvara ih u sustav pojmova – u *filozofiji*, niti u osobe – u *mitologiji*. Ona zahtjeva jedan drugačiji pristup: da se zbilji pristupi u njenoj neposrednoj danosti, takvoj kakva ona uistinu jest, te da čovjek/mistik ne stoji odijeljeno naspram nje, nego da se na neki način *poistovjeti* s njom – da postane jedno s njom u stanju *unio mystica* (mističko sjedinjenje). Kako to sprovesti u djelo, ozbiljiti?

---

<sup>2</sup> Svojstvo onoga što je sakrosanktno; nepovredivost, svetost, neoskrvnjivost

<sup>3</sup> Otuda Kabali ime: ono što se *primilo*, znanje koje se *naslijedilo*

Kada je riječ o tradiciji židovske duhovnosti – *mističkog* židovstva, tada tome služe postupci *Kabala prakse* koje ćemo izložiti u tekstu koji slijedi. Prije svega treba praviti razliku između izraza *praksa* Kabale i izraza *primjena* Kabale. Praksa Kabale sastavni je dio teorijske i kontemplativne kabale (*Kabala ijunit*), a primjena Kabale označuje se hebrejski kao *kabala ma'asit* što bi u prijevodu glasilo: činidbena Kabala, takva kojom se nešto čini u svijetu, izazivaju nekakvi vidljivi (poželjni) učinci.

Praksa Kabale (*kabala ijunit*) podrazumijeva to da se teorijsko učenje Kabale – teozofijska Kabala, interiorizira (pounutrašnji), i time zaživi u sljedbeniku Kabale, tada on više nije tek *proučavatelj* Kabale, nego je onaj koji slijedi Kabalu i *živi* po njoj. Praksa Kabale, svaki njen postupak je u funkciji razine svijeta (*olamot*) na kojoj se prakticira. Nabrojimo razine svjetova, tek kao podsjetnik:

Blizina Bogu čini svijet zvan *Acilut*;

Bog iz sebe izvodi snagu stvaranja– to čini svijet *Beria*;

Bog iz sebe izvodi sve likove stvorenja– to čini svijet *Jecira*;

Bog tako stvara konkretna individualna bića i izvodi ih u ovaj svijet – to čini svijet *Asija*.

Budući da razinama svjetova odgovaraju razine duše (*nešamot*), a duša je subjekt neke izvedene prakse, to je onda praksa Kabale u funkciji razine duše. Nabrojimo razine duša, tek kao podsjetnik:  
*Haja* u svijetu *Acilut*; *Nešama* u svijetu *Beria*; *Ruah* u svijetu *Jecira*;  
*Nefeš* u svijetu *Asija*

## UVODNO O KABALI

### Što je Kabala

Put Kabale sastoji se u traženju smisla neke pojave, ali da se pritom *ne zastane* na razini pojave, nego da se tražitelj uzdigne iznad pojave te da na višim razinama postojanja (u Kabali se govori o četiri svijeta) pronađe bit pojave, kako je ona proizvedena od Boga, te da se ta ista bit razumije kao ono do čega nam je u pojavi *najviše stalo*. Postupak, ili metoda, Kabale nije pak stvar slučajnog nadahnuća jedne individue, nego je rezultat dugog razvoja u radu mnogih tražitelja koji su svoja razmišljanja predavali svojim sljedbenicima; otuda i ime Kabala: predaja i *primanje* te predaje, od hebrejske riječi *kibel* = primati<sup>[1]</sup>.

### Teorija emanacije

**Emanacija** (lat. *emanare* = istjecati), u filozofiji označuje proistjecanje nečeg nižeg iz nečeg višeg. Riječ „emanacija“ je bitna za razumijevanje Kabale; ona označuje to da postoji jedan dinamički kontinuum od onog Najvišeg – **En Sof**, do onog najprizemnijeg – to su sva bića u vidljivom svijetu, na pr. ljudsko tijelo. Stvari nisu strogo odvojene, nego se nalaze u dinamičkom tijeku od transcendencije do imanencije. *En Sof* (ono beskrajno, bezgranično) nije tek praznina, nego je naprotiv, punina Božjih atributa. Tih atributa Bog ima bezbroj – kako to misli Spinoza u djelu *Etika*<sup>4</sup>, ali se u Kabali govori samo o *deset* sefirota i oni su krajnje značajni kako za Božje

---

<sup>4</sup> Spinoza, *Etika* I. Dio, Definicije: „Pod Bogom razumijem biće apsolutno beskrajno, tj. supstanciju koja se sastoji iz beskrajno mnogo atributa, od kojih svaki izražava vječnu i beskrajnu bitnost.“

stvaranje tako i za kabalističku sliku svijeta. U Bibliji, 1. Ljetopisa 29,11 govori se o temeljnim Božjim atributima:

„Tvoji su, o Gospode, veličanstvenost – sefira *Gedula* ( ili *Hesed*), i moć – sefira *Gevura*, i ljepota – sefira *Tiferet*, i pobjeda – sefira *Necah*, i slava (sjaj) – sefira *Hod*; jer tvoje je sve što je na nebu i na zemlji; tvoje je kraljevstvo – sefira *Malkut*, o Gospode, i ti si uzvišen nad svime kao poglavar svega (*Ikol Iroš*).“ (Prijevod prema [www.machon-mamre](http://www.machon-mamre))

Kada Bog iz sebe otpusti, *emanira*, spomenute atribute tada nastaju sefiroti (*sefira*, u jednini). Sefiroti su, dakle, Božji atributi emanirani iz Boga; nakon toga oni postaju samostalni entiteti koji se, u svojoj višeslojnosti, očituju kroz četiri razine postojanja, ili: četiri svijeta. Ujedno su ta četiri svijeta zbiljski postojeća po sloju sefirota koji se u njima očituju. Upravo će tako pojmljena emanacija od Najvišeg do vidljivih bića (uključujući čovjeka) omogućiti čovjeku put povratka k izvoru – Bogu; taj put će ići od uzdizanja tijela i njegove fiziologije, preko duševnih snaga, iskustva duha, preko molitve i predanosti Bogu (kroz proučavanje Tore i vršenje zapovjedi) do mističkog sjedinjenja sa Stvoriteljem neba i zemlje.

### ***En Sof* i svjetovi**

Sveukupno postojanje (E) je bezgranična snaga i beskrajni um koji se u Kabali naziva ***En Sof*** (*en*= bez; *sof*=kraj) koji iz sebe samog izvodi svu snagu i sve likove potrebne za stvaranje svih konkretnih bića. Kada se to beskrajno *En Sof* razumije kao osoba (neki *Tko*) i kada mu se pridaju antropomorfne odlike (govor, volja, strasti, ...) tada nastaje u ljudskom predočavanju ono što se zove Bog. Iz *En Sofa* nastaju **svjetovi** (hebr: *olamot*) i to redom:

**ACILUT** - svijet emanacije: na ovoj razini svjetlo *En Sof* zrači i još uvijek je u jedinstvu sa svojim izvorom.

**BERIA** - svijet kreacije: na ovoj razini prvi pojam stvaranja *ex nihilo* ali bez ikakvog oblika. Ovdje su prisutni i najviše rangirani anđeli (arhandđeli).

**JECIRA** - svijet oblikovanja: na toj razini stvorena bića poprimaju oblik.

**ASIJA** - svijet akcije: na ovoj razini stvaranje je dovršeno, međutim još uvijek je na duhovnoj razini. Na kasnijem stupnju javlja se i "fizički Asija" koji podrazumijeva naš fizički svijet sa svim svojim stvorenjima.

Emanaciju četiri svijeta može se prikazati i odnosom između *postojanja* nečega (hebr: *ješ*) i *nepostojanja* ičega (hebr: *ajin*), prikazano tablicom:

Svjeto vi (olam ot)	Ništa (ajin) Nešto (ješ)	tvar i oblik
En Sof		
Acilut	Ajin: ništa	Još ne stvorena bića, tek izgovorena od Boga;
Beria	ješ mi ajin: nešto iz ničega	primordijalna tvar pripadna Beria (neoblikovana supstancija)...

Jecira	ješ mi ješ: nešto iz nečeg a	...biva oblikovana rodni likovima Jecira.
Asija	dovršenost	rodni oblik kojim je oblikovana tvar u Jecira, biva upoedinjena specifičnim dimenzijama i ograničenjima svijeta Asija.

Primjenom gornjih spoznaja može se prikazati **Božje stvaranje čovjeka** slijedećim tabličnim prikazom:

Čovjek	Olamot	Bog stvori, oblikova, napravi	tekst u knjizi Postanak
Adam Kadmon (AK)	ACILUT (blizina Bogu)	AK je slika Boga, po kojoj čovjek stoji u blizini (b'calmenu) Boga, sefirotska struktura koja izražava Božje atribute: Mudrost, Razboritost, Ljubav, Strogi sud, Milosrđe, Slavu, Pobjedu, Biti-izvor-svemu, Kraljevanje.	Post 1,26
Duhovn	BERIA	Po gornjem rasporedu	Post 1,27

i čovjek	(stvaranje)	sefirota („na svoju sliku“) Bog stvori (bara) čovjeka	
Duševni čovjek	JECIRA (oblikovanje)	Bog oblikuje (vajjicer) „zemaljski prah“ (ha'adama: glina) prema svojoj slici	Post 2,7
Tjelesni čovjek	ASIJA (činjenje)	Napravljen je čovjek koji treba nastaviti djelo Božje. Time je ostvarena nakana Božja da napravi čovjeka: “Učinimo (na'ase) čovjeka na našu sliku;“	Post 1,26 a

### Tri vida Kabale

Kabala se može razmatrati pod tri vida:

**1. Teorijska ili teozofijska** koja proučava put Božjeg stvaranja – od Stvoritelja do stvorenih bića;

**2. Meditacijska ili kontemplativna** (*Kabala ijunit*) koja poučava put *uzdizanja* k Bogu – od konačnih bića k Stvoritelju; ona podrazumijeva praksu meditacije i svih postupaka koji čovjeka uzdižu u više svjetove (*Jecira, Beria, Acilut*).

**3. Činidbena/magijska** (*Kabala ma'asit*): pokazuje put djelovanja u zajedništvu s Bogom – od Stvoritelja do svijeta činjenja. Napominjemo na jedno mjesto u Bibliji (*Post 2,3*)u kojemu se čovjek poziva da nastavi djelo Božjeg stvaranja:



U izvorniku čitamo: *Vajvarek Elohim et-jom hašvii, vajkadeš oto ki bo šavat mikol-melakto ašer-bara Elohim la'asot.*

Doslovni prijevod: I blagoslovi Elohim sedmi dan i posveti ga jer u taj dan počinu od svega djela svoga koje Elohim stvori da se čini.

Očito je da prevođenje tog teksta ovisi o tome kako shvaćamo Božje stvaranje: Je li Bog stvorio sve jednom zauvijek, konačno dovršio svoje stvaranje te u sedmi dan počinuo, ili je stvaranje neka vrst emanacije Božjih atributa pa je kao takvo podložno daljnjem dovršavanju kroz ljudsko činjenje – a upravo na tu drugu opciju upućuje infinitiv *la'asot* (za činiti) u funkciji namjerne rečenice: *da se dalje čini.*

## TEMELJNI POSTUPCI U KABALI

Razlikovat ćemo deset temeljnih postupaka u praksi Kabale, a to su:

1. Svjesno odnošenje spram tijela
2. Svjesno disanje
3. Prevlad nad zlim porivima (*jecer hara*)
4. Djelovanje u vrlini (*lehagiv musari*)
5. Čitanje i proučavanje Biblije u duhu PaRDeS
6. Molitva (*t'fila*) upućena Bogu u duhu *kavvana*<sup>5</sup>
7. Kontemplacija (*hitbonenut*) Božjih atributa
8. Obdržavanje Božjih zapovjedi (*micvot*).
9. Prianjanje Bogu (*d'vekut*)

---

<sup>5</sup> Hebr: כּוּנְיָנוּ

## 10. *Jihudim* - objedinjavanje Božjih imena

Detaljni opis svakog postupka dan je u onom poglavlju kojemu taj postupak pripada

kako bi se čitatelju, i potencijalnom sljedbeniku Kabale olakšalo razumijevanje i življenje po njima.

Svrha praksa Kabale je u tome da teorijsko učenje Kabale *zaživi* u sljedbeniku, da postane sastavnim dijelom njegova života. Tada on više nije samo *proučavatelj*, nego onaj koji živi u skladu s učenjem Kabale.

Postupci Kabale nisu strogo utvrđene *tehnike*, nego predstavljaju način življenja u svim područjima života, na svim razinama duše i tijela. Svaki od postupaka u praksi Kabale određen je razinom svijeta (*olamot*) na kojoj se prakticira i u funkciji je tog svijeta.

U knjizi se obrađuju deset temeljnih postupaka.

### **Za put uma:**

1. Čitanje i proučavanje Biblije kroz PaRDeS;

Tumačenje Biblije u okviru PaRDeS

Jezik Kabale

2. Kabala meditacija (*hitbonenut*) kao

kontemplacija Božjih atributa

Što znači meditirati u Kabali?

Hitbonenut kao tehnika

Zvuk + pokret + oblik

Izvedba kroz meditaciju

Meditacija na sliku (kao mentalno ispisivanje Božjeg  
Imena)

Meditacija na unutarnji pokret

Meditacija na zvuk ( Božji govor u bićima)

### **Za put srca:**

3. Molitva (*t'fila*)

Kao razgovor s Bogom

Zamolba, u duhu kavvana, upućena Bogu

Molitva za tijelo

Zazivanje Božjih Imena

4. Prianjanje uz Boga (*d'vekut*)

5. *Jihudim* – objedinjavanje Božjih atributa

### **Za put činjenja:**

6. Svjesno odnošenje spram tijela

7. Svjesno disanje

8. Nadvladavanje zlih poriva (*lehaknia jecer hara*)

9. Djelovanje u vrlini (*lehagiv musari*)

10. Vršenje zapovjedi (*micvot*)

## 1. PUT UMA

1. Prvi put uma je put mudrosti i uvida – **sefira Hokma**. Na tom putu život se odvija u ozračju vrline nesebičnosti (*bitul*)

2. Drugi put uma je put razuma i analize – **sefira Bina**. Na tom putu život se odvija u ozračju radovanja (*simha*): „Stalno se radujte!“<sup>6</sup>

**Postupci** koji se primjenjuju na putu uma su:

1. Čitanje i proučavanje Biblije;
2. Kabala meditacija (*hitbonenut*)

### 1.1 Čitanje i proučavanje Biblije kroz PaRDeS

Čitanje i proučavanje Biblije jedna je od temeljnih praksi Kabale. Naime, u tekstu Biblije nailazimo na govor o Božjim atributima, možda ne uvijek izrijeком (eksplicitno), ali svakako onda kada tražimo smisao teksta, kroz model PaRDeS, na najvišoj razini smisla *Sod*. Iz **צוּרָה** židovske duhovne tradicije nije ništa neobično reći da je čitava *Tora* naprosto – izgovorena od Boga. Ako se želimo Bogu obraćati u molitvi, ako želimo kontemplirati Njegove atribute, ako želimo vršiti Njegove zapovjedi (*micvot*), onda moramo poznavati prirodu njegovih atributa, onih koje on sam očituje kroz Bibliju. Nije suvišno uvijek iznova upućivati na ono mjesto u Bibliji gdje su izrijeком nabrojani Božji atributi, a to je **1. Ljet 29,11**:

---

<sup>6</sup> *Filipljanima* 4:4: „Radujte se uvijek u Gospodinu! Da ponovim: radujte se!“

U izvorniku tekst glasi:

leha hašem hagedulla v'hagevura v'hatif'eret  
v'hanecah v'hahod,  
ki-kol bašamayim uva'arec; leha hašem  
hamamlaha,  
vehammitnase lekol leroš.

U slobodnom prijevodu:

„Tvoji su, o Gospode, veličanstvenost i moć i ljepota i  
pobjeda i slava jer tvoje je sve što je na nebu i na zemlji;  
tvoje je kraljevstvo, o Gospode, i ti si uzvišen nad svime kao  
poglavar svega.“

U tekstu su navedeni **Božji atributi**: veličanstvenost, moć, ljepota, pobjeda, slava, kraljevstvo, *uzvišenost*; *ti isti atributi emaniraju iz Boga kao sefiroti: Gedula (ili Hesed), Gevura, Tiferet, Necah, Hod, Malkut, Keter*. Novost u interpretaciji koju donosi Kabala je ta da Božje attribute smatra emaniranima sve do razine ovog pojavnog svijeta: svi Božji atributi se pojavljuju na način konkretnih bića, prema tome Božja veličanstvenost ili ljubav nije nešto što ostaje u transcendenciji kod Boga, nego se očituje kroz četiri razine svijeta kao:

Izgovorena veličanstvenost ili ljubav u svijetu *Acilut*;  
Kretanje snage veličanstvenosti ili ljubavi u svijetu *Beria*;  
Čisti lik veličanstvenosti ili ljubavi u svijetu *Jecira*;  
Konkretno biće veličanstvenosti ili ljubavi u svijetu *Asija*.

Iz tako shvaćene emanacije Božjih atributa, kao sefirota kroz četiri svijeta, proizlazi mogućnost:

*Slušanja* Božjeg govora u molitvi;  
*Suhoda* s kretanjem Božje snage u meditaciji (*hitbonenut*) i reakcije vrlinom;

*Kontempliranja* čistih likova i emocionalnog suživljavanja s njima; *Djelovanja* ili činjenja u svijetu konkretnih bića.

Zbog toga se pristup Biblijskom tekstu ne svodi na puko čitanje nego je jedno **sabiranje** vlastitog bića na najdublji smisao teksta i djelovanje u skladu s razumljenim smislom što podrazumijeva:

1. *Slušanje* onog što Bog govori;
2. Moralni odgovor na način suhoda svih svojih *snaga* u skladu s polučnim smislom teksta;
3. Prihvatanje Božje riječi u *ljubavi* – svim srcem svojim;
4. Konkretno *činjenje* u fizičkom svijetu.

Praksa čitanja Božje riječi zahtjeva jedno poistovjećivanje s Božjim govorom, što se zbiva tako da snagosno zastanemo pri smislu Božjeg govora, da svaku riječ Božju kontempliramo kao očitovani atribut Božji, i tako pronađemo sebe u prostoru Božjeg govora. To nas dovodi do toga da zastanemo u strahopoštovanju pred Bogom (*jirat Jahve*). Uzmimo kao primjer *Psalam* 107, redak 25, gdje čitamo:

*„On reče i olujni se vjetar uzvitla  
što u visinu diže valove mora.“*

Naglasit ćemo bitne momente, prvi moment: **Reče Bog**, i drugi: **i uzvitlaju se valovi mora**.

U *Božjem* govoru već su uzvitlani valovi; valovi su u *govoru*. U valovima mora prisutan je Božji *govor*; govor je u *valovima*.

Kada Bog misli valove (Ps 107,25) tada su valovi u njegovim mislima, ili, njegova misao valova ima narav samih valova (ona je „valovita“). Stvarni valovi u *Asija* svijetu su manifestacija izgovorenih valova: On reče i valovi se uzdignu. Valovi mora već su otprije u

Božjem umu jer, kako bi inače mogli biti pro-izvedeni njegovim govorom?

Zar to ne upućuje na pomisao da je ovaj svijet (*olam ha ze*) rezultat Božje imaginacije, da je očitovanje onoga što Bog govori (misli, iz-govori) pa tako i bude?

I, što je svijet *udaljeniji* od Boga time je on udaljeniji od onoga što je Bog mislio u sebi kad je stvarao svijet; ovaj svijet (*olam ha ze, Asija*) je na neki način zatamnjeni odraz izvorne namjere Božjeg stvaranja.

### **Tumačenje Biblije u okviru PaRDeS**

Prisjetimo se da je PaRDeS *akronim*<sup>7</sup> (ime sastavljeno od početnih slova više riječi) od:

1. **Pešat** – *doslovno* tumačenje teksta, smisao teksta je u onom što u njemu piše;
2. **Remez** – *alegorijsko* značenje;
3. **Deraš** – *moralno* ili *homiletičko* značenje;
4. **Sod** – *mističko* značenje kojim se bavi Kabala.

Svaka od razina tumačenja u PaRDeS odgovara jednoj od duša. Tako će *doslovno* tumačenje teksta najviše odgovarati *Nefeš* duši koja će se zadovoljiti doslovnim razumijevanjem teksta, budući je njezino boravište *Asija* svijet. Alegorijsko značenje odgovarat će *Ruah* duši koja boravi u *Jecira* svijetu; moralni (homiletički) smisao odgovarat će najviše *Nešama* duši, a oko iznalaženja mističkog (*Sod*) smisla trudit će se *Haja* duša. U tabelarnom prikazu:

Razina svijeta	Razina duše	Razina tumačenja u	Primjer iz Psalma 107, stih 25
----------------	-------------	--------------------	--------------------------------

---

<sup>7</sup> Najčešće, da bi se istakla početna slova riječi od kojih je akronim sastavljen, nailazimo na pisanje: **PaRDeS**

		PaRDeS	
Asija	Nefeš	Pešat – doslovno	Smisao je upravo to što piše, naime da je Bog nešto zapovjedio i da se to dogodilo: „Jer on zapovjedi, i uzvitla olujni vjetar“
Jecira	Ruah	Remez – alegorijsko	Stvoriti sliku Božjeg govora kao mora uzvitlanog valovima. U onom „valovi se uzdignu“ Božji govor postaje očitovan kao uzdignuti valovi. U valovima mora prisutan je Božji govor, u njima je očitovan na način morskih valova. Stoga kad gleda uzvitlane morske valove čovjeku se očituje Božji govor. Božji govor je u valovima: o-valov-ljeni govor.
Beria	Nešama	Deraš – moralno, homiletičko	Poistovjetiti se s Božjim govorom znači snagosno zastati pri smislu Božjeg govora, pojedinu riječ Božju kontemplirati kao esencijal – očitovani atribut Božji, i tako pronaći sebe u prostoru Božjeg govora pa zastati u strahopoštovanju pred Bogom (jirat Jahve).
Acilut	Haja	Sod – mističko	Najviša tajna: u Božjem govoru već su uzvitlani valovi. Valovi su u govoru. U valovima mora prisutan je Božji govor. Govor je u valovima.



## Jezik Kabale

Zbog njenog kompleksnog i suptilnog sadržaja jezik Kabale nije ni izbliza istovjetan govoru *svakodnevice* ovog svijeta (*Asija*). Potrebno je, na protiv, iz samog iskustva Kabale, iz iskustva koje pružaju svjetovi od *Jecira* do *Acilut*, kreirati novi jezik koji bi bio primjeren izraz tog iskustva. Na primjer, riječ „istina“ u svakodnevnom govoru izriče podudarnost misli i stvari; s druge strane, u jeziku Kabale „istina (*emet*)“ izriče duhovno iskustvo sefira *Jesod*, naime to kako se *Jesod* očituje u duhu<sup>8</sup>, čemu u Kabala psihologiji odgovara duša *Nešama*. Izraz „sebe-ozbiljenje“ izriče u Kabali očitovanje sefira *Jesod* u duši *Ruah*, njezinu funkciju u vanjskom svijetu; kratko rečeno „sebe-ozbiljenje“ je projekcija sefira *Jesod* u duši (*Ruah*). Izraz „reproduktivni organi“ označuje posebne organe tijela koji služe, između ostalog, reprodukciji života; u Kabali taj izraz će označavati projekciju sefira *Jesod* na organsko tijelo, na razini anatomije. Uzmimo još jedan primjer „nesebičnost (*bitul*)“: znamo što ta riječ označuje u svakodnevnom govoru, no u Kabali ona će označavati iskustvo sefire *Hokma*, u duši *Nešama*. Riječ „uvid“ označavat će očitovanje sefira *Hokma* u duši *Ruah*, njezinu funkciju u vanjskom svijetu, očitovanje u smislu *cjelovitog* razumijevanja neke tematike.

Budući da je temeljno djelo čitave Kabale knjiga *Zohar* postavlja se pitanje kakav je jezik *Zohara*?

---

<sup>8</sup> Dobro je poznata trodioba čovjeka na duh, dušu, tijelo; u židovskoj psihologiji, pojednostavljeno govoreći, duhu odgovara duša *Nešama*, emocionalnoj duši odgovara duša *Ruah*, animalnoj duši odgovara duša *Nefeš*. Riječ za tijelo je *guf*.

## 1.2 Kabala meditacija kao kontemplacija Božjih atributa

### 1.2.1 Što znači meditirati u Kabali?

Meditacija u Kabali nije nekakav *mehanički* postupak: ne postoji neka formula, mehanički algoritam po kojem bi se odvijao proces meditacije, kao što je to slučaj s transcendentalnom meditacijom. No, Kabala inače nije u znaku *mehaničkih*, rutinskih postupaka. Što je to onda meditacija u Kabali?

Najčešće se, u Kabala govoru, rabi hebrejska riječ *hitbonenut* koja označuje *kontemplaciju*, duboko razmatranje nečeg pripadnog Boga; kontemplacija nas dalje vodi u jedno posvećeno gledanje, gotovo *zurenje* u Boga – *histaklut*, a to dalje vodi u jedno prijanjanje, priljubljanje uz Boga – *d'vekut*. Nadalje, rabi se i riječ "*hitbodedut*" koja označuje doživljaj Boga u samotnoj izoliranosti od svijeta.

Sama riječ „meditacija“ označuje mnogo toga, na pr.: *filozofijska* meditacija, meditacija nad *smislom* života, meditacija o nekom *lijepom* predmetu, i sl. No, možda bi za Kabala meditaciju bolje pristajala riječ „kontemplacija“ ukoliko se pod tim razumije duhovno, unutarnje *razmatranje* ili još bolje *gledanje*, *intuiranje*. Što bi pak bio predmet kontemplacije u Kabali?

Očito će on biti određen konceptualnim okvirom samog učenja Kabale, a on je bitno određen pojmom *sefirota* – putova emanacije Božjih atributa. Na primjer sefira *Hokma* znači put emanacije Božjeg atributa mudrosti. Sad, što bi značilo kontemplirati mudrost kao Božji *atribut*?

Potrebno je krenuti od nečeg tu prisutnog, na razini ovog vidljivog fizičkog svijeta (*Asija*). Ono što je lako dohvatljivo, ukoliko su nam poznati temelji učenja Kabale, to je naziv, *ime* sefirota, uzmimo za primjer sefira *Hokma*. Dakle, najprije usmjerimo svu pažnju na odabranu sefira. Potom pustimo da nam misli kruže oko

pojma mudrosti: *što* je to mudrost, *tko* su mudri ljudi, što znači biti mudar i ponašati se mudro, i sl. Na kraju usmjerimo svu pažnju (ili *snagu* svijesti) na sam smisao sefira *Hokma*, a to je najviši smisao mudrosti – mudrost u Boga. Dakle, meditirati nad sefira *Hokma* znači usmjeriti pažnju na put sefira počam od same riječi „*Hokma*“ do najvišeg smisla koji sadrži ta sefira, a to je Božja mudrost. Meditacija u Kabali, bolje rečeno kontemplacija, bila bi *intuiranje smisla* sadržanog u svakoj pojedinoj sefira.

Što podrazumijevamo pod riječju „smisao“?

Smisao je ono što nas se životno *tiče*, što nam je životno *relevantno*, ono što nas ispunjava i čini sretnim, ozbiljenim: na primjer, kada se prisjetimo rodnog sela pa nam se kao u nekom bljesku pojavi slika sela, ali takva da nas čini *ispunjenim*, kao da smo pronašli nešto što smo dugo tražili i pritom osjećali u sebi prazninu. Pronalaženjem *smisla*, kao u nekom mentalnom bljesku – *intuiciji*, mi popunjavamo tu prazninu. Taj postupak pronalaženja smisla u Kabali je kontemplacija koju možemo definirati kao *intuiranje smisla*. To *intuiranje smisla* pretpostavlja *uzdizanje* kroz pojedinu sefira dok se ne dosegne smisao Božjeg atributa koji odgovara dotičnoj sefira. Na primjer za sefira *Jesod* to znači uzdizati se kroz: osvješćivanje tijela, disanja, preko težnje za sebe-ozbiljivanjem, preko njegovanja vrline istinoljubivosti, do kako reče Platon: „gledanja najboljim dijelom *duše* onog najvišeg u *bitku*“<sup>9</sup> – Boga kao izvora i temelja svakog života. U Kabali to znači gledanje dušom *Haja* (i *Jehida*) ono što je najviše u svijetu, a to su Božji atributi očitovani kroz sefirote.

---

<sup>9</sup> uzdizanje u duši onog najboljeg/ do gledanja/*theoria*/ onog najboljeg u bivstvima (*Politea* 532 c 5)"

### 1.2.2 *Hitbonenut* kao tehnika

Na početku poglavlja naglasimo da kontemplacija u Kabali nije *mehanički* postupak, tj. takav u kojem se čovjek drži *pasivno*, te bez aktivnog učešća slijedi striktno propisanu proceduru. Zato, ukoliko ipak govorimo o *tehnic* kontemplacije imamo u vidu *razrađeni* postupak, ali ne takav u kojemu je sve unaprijed pripremljeno; na protiv, praktikant treba sam *aktivno* slijediti predloženi postupak, morat će misliti dok ga izvodi, a ne tek slijepo ga slijediti.

Pod tehnikom kontemplacije (hebr. *hitbonenut*) razumijemo detaljno *razrađeni* postupak temeljem kojeg je moguće izvesti kontemplaciju. Za kontemplaciju, kao i za ostale duhovne tehnike, potrebno je imati startnu točku – *oslonac* od kojeg kontemplacija može započeti. To može biti *naziv* sefirota, na pr.. riječ „*Hesed*“ za Božji atribut ljubavi (ili: milosrdne ljubavi). Dalje, treba odrediti smjer kojim će se kontemplacija odvijati; za kontemplaciju Božjih atributa to mogu biti *vrline* ljudskog duha koje je inače potrebno živjeti da bismo se mogli uspinjati Bogu, na pr. za sefira *Hesed* to je ljubav (*ahava*). Potrebno je imati cilj kojem težimo – to je sam Božji atribut, ono mjesto na kojem će duša odustati od bavljenja sobom te će se potpuno prepustiti smislu Božjeg atributa, u slučaju sefira *Hesed* to je smisao Božje ljubavi.

Prikažimo to shematski, u tablici:

1. Start	naziv sefirota	„ <i>Hesed</i> “
2. Smjer i proces	pripadna vrлина	ljubav u čovjeka ( <i>ahava</i> )
3. Cilj	Božji atribut	<i>Božja</i> ljubav

Možda bi druga faza kontemplacije mogla izgledati ovako:

Ono što u prostoru svijeta (objektivitetu) korespondira vrlinama duha to su *arhanđeli* koji predstavljaju mitološki prikaz jednog stanja/faze emanacije Božjih atributa u svijetu *Beria*, na pr. arhanđel Raziel za fazu emanacije Božje mudrosti – Božja mudrost pod vidom snage. Možda upravo na to treba usmjeriti pažnju, ali ne u smislu filozofijske refleksije (razmišljanja) niti mitološke predodžbe, nego u smislu mističke prakse koja se sastoji u tome da čovjek svojom dušom (*Nešama*) uđe u to stanje Božjeg atributa (Mudrost u svijetu *Beria*), pa se dalje, u trećoj fazi kontemplacije, poistovjeti sa smislom Božjeg atributa. Sada bi shema izgledala ovako:

1. Start	Jecira: naziv sefirota	„Hokma“ – kao slika
2. Smjer i proces	Beria: mističko ulaženje u stanje/fazu Božjeg atributa pod vidom snage	ona stvarnost što ju mitološki predstavlja arhanđel Raziel – kao pokret snage
3. Cilj	Acilut: potpuno stapanje i poistovjećenje s naravi i smislom Božjeg atributa	Božja mudrost – Božji zvuk za emanaciju mudrosti

U slučaju sefira *Hesed*, druga faza hitbonenut sad više neće biti vrlina *ahava* (ljubav), nego arhanđel Cadkiel, ali ne kao neko mitološko biće – *osoba*, nego kao ona stvarnost koju ime arhanđela označuje; na tu će se stvarnost usmjeriti mistik, na način mističke prakse. No, možda će se upravo vrlinom ljubavi (*ahava*) *praktički*, na način djelovanja u svijetu, mistik odnositi spram te realnosti označene riječju Cadkiel. Ali, također i *kontemplativno*, usmjeriti svijest i zadržati je na stvarnosti označenoj imenom Cadkiel.

Ako je *cilj* kontemplativne prakse postizanje ekstaze u Božjem prostoru tako da kontemplacija završi, nađe svoje ispunjenje u poistovjećenju s naravi i smislom Božjeg atributa, tada treba, u drugoj fazi kontemplacije, kontemplirati onu stvarnost što ju mitološki označuje ime arhanđela. Ako je pak *cilj* poboljšanje ljudskog društva, tada u drugoj fazi kontemplacije treba kontemplirati vrlinu, na pr.. ljubav( *ahava*) što, dalje, u trećoj fazi kontemplacije, vodi u doživljaj (intuiranje) smisla Božje atributa.

1. Start	2. Proces	3. Cilj
naziv sefirota	stvarnost označena imenom arhanđela =>	ekstaza
	vrlina duha =>	poboljšanje ljudskog društva

Dva su moguća puta kontemplacije (*hitbonenut*):

1. Usmjeravanje na vrlinu više je stvar *etičke prakse* – djelovanje u vrlini (*lehagiv musari*), pa bi proces kontemplacije (*hitbonenut*) izgledao ovako:

- a)** proces fokusiranja svijesti na određeni predmet – na naziv neke *sefira*, na pr.. *Hokma (mudrost)*;
- b)** meditacija, *kontinuirani tok svijesti nad vrlinom* koja pripada toj sefira, u našem primjeru na nesebičnost (*bitul*), ne-egocentričnost kao pretpostavku mudrosti;
- c)** poistovjećivanje: kad se svijest potpuno sabere na najviši *smisao* vrline, a to je bit *Božjeg atributa*, Mudrosti; svijest postane ispražnjena od sebi inherentnih sadržaja pa se *suobliči* naravi samog *Božjeg atributa*.

U obliku kratkog naputka za praksu:

- a) *pomisliti ime* neke *sefira*, na pr. „*Hokma*“;
- b) *kontemplirati* odgovarajuću *vrlinu*, pripadnu toj *sefira*, u ovom slučaju: *nesebičnost (bitul)*;
- c) *poistovjetiti se* s dotičnim *Božjim atributom* – u ovom slučaju: *Božja mudrost*.

2. **Usmjeravanje na fazu emaniranja** Božjeg atributa bolje predstavlja *kontemplativnu praksu*, pa bi *sama* kontemplacija, u svojoj drugoj fazi, išla preko kontempliranja stanja/faze Božjeg atributa pod vidom njegove snage, onakvog kakav je on na razini svijeta *Beria*.

U obliku kratkog naputka za praksu:

1. pomisliti *ime* neke *sefira*, na pr. „*Hokma*“
2. kontemplirati *fazu emaniranja* Božjeg atributa u svijetu *Beria*
3. potpuno se stopiti i poistovjetiti s naravi i *smislom* Božjeg atributa

Bog je *govor* u stvarima, jer njegovim govorom sve je *stvoreno*. Očitovani govor Božji su *stvari*, takve kakve su u *Asija* svijetu. Ali, kakav je taj govor na razini *Acilut* svijeta prije nego postane očitovan kao konkretne stvari?

U *mantra-yogi* taj „komprimirani govor“ kao neka jedno- ili višesložna riječ zove se *mantra* – nije isto što i ime dotičnog božanstva; na pr. ime božanstva govora (X) nije jednako mantri (Y)

koja ga predstavlja. Mantra boginje prosperiteta (X) nije isto što i ime same boginje.

U Kabali ne postoje božanstva nego samo jedan Bog sa svojim atributima koji se očituju kao *sefiroti*. Na primjer, Božja mudrost očituje se kao sefira *Hokma*, a u svojoj konačnoj očitovanosti u svijetu *Asija* ona je neko mudro *djelo*, neki mudri *čovjek* (Solomon). Ali, što je to Božja mudrost kao *izgovorena* mudrost u svijetu *Acilut*, dakle, što je zvučni ekvivalent (sukus, esencija) onog istog što će se na kraju emanacije očitovati kao neko mudro djelo ili neki mudri čovjek?

Tih zvučnih ekvivalenata trebalo bi biti deset koliko ima i sefirota. Što bi, na primjer za mudrost, trebao biti zvučni ekvivalent – ona Božja riječ (ili slog) koji bi predstavljao sukus ili esenciju one stvari koja će se na kraju emanacije (proistjecanja iz božjeg atributa) pokazati kao neko mudro djelo ili neki mudri čovjek?

	B. Atributi	Acilut	Beria	Jecira	Asija
BOG	Mudrost	Zvuk mudrosti	Pokret snage mudrosti	Obličje mudrosti	Pojedinačno mudro djelo
	Milosrđe	Zvuk milosrđa	Snaga milosrđa	Obličje milosrđa	Neki čin milosrđa
	Pravednost	Zvuk pravednosti	Snaga pravednosti	Obličje pravednosti	Neka pravedna odluka

Iz samog srca/središta Božjeg atributa rađa se zvuk koji čini esenciju tog atributa – to je ona riječ koju Bog *izgovori* pa *nastane* dotična stvar; Bog očitito ne govori kao čovjek, nego je njegova izgovorena riječ krajnje otajstveni zvuk koji zadobiva snagu (iz Boga)



te se uobličuje (likovima Božjeg uma) pa postane realizirana bit, tj. neko konkretno biće u svijetu *Asija*.

### 1.2.3 Izvedba kroz meditaciju

Što je to i kakav je *zvuk* mudrosti?

Kako „zvuči“ mudro djelo, zapravo koji je to *zvuk (kol)* koji se rađa iz atributa Božje mudrosti, a koji na kraju emaniranja završava mudrim djelom (ili mudrim riječima)?

U *kreaciji*: Božja *mudrost (Hokma)* => *zvuk* => mudro djelo; ili: Božje *milosrđe (Hesed)* => *zvuk* => djelo ljubavi; ili: Bog kao *temelj (Jesod)* => *zvuk* => rađanje života;

U *meditaciji*:

- a) kao *mudro djelovanje* => *uvid* => *bitul* => Božja mudrost; ili: *milosrdno djelo* => *davanje* => *ahava* => Božje milosrđe; ili: *čin rađanja* => *sebe-ozbiljivanje* => *emet* => Bog kao izvor života
- b) kao *ekstatička meditacija*:
  1. *Pročitati* neku mudru izreku iz Biblije;
  2. *Zadobiti uvid u smisao* te izreke;
  3. *Zaustaviti* (snagosno) *osjećaj* koji se javi pri uvidu;
  4. Taj *osjećaj* pretvoriti (transformirati) u odgovarajući *zvučni korelat* kao neki tajnoviti *zvuk (kol sodi)* – *kol d'mama daka* (u 1. Kralj 29,11).

Primjeri za ekstatičku meditaciju:

Primjer nekog *milosrdnog čina* => *Uvid u smisao* takvog čina => *Zaustaviti osjećaj* koji se javi pri uvidu u smisao => *Artikulirati* taj doživljaj smisla kao neki *tajanstveni zvuk (kol sodi)*.

Primjer nekog *čina utemeljivanja ili rađanja* => *Uvid u smisao* tog čina => *Zaustaviti* (snagosno) *osjećaj* koji se javi pri zadobivanju

smisla => Artikulirati taj doživljaj smisla kao neki tajanstveni zvuk (*kol sodi*).

Opća shema/algorithm:

Primjer: pojedinačno biće/pojava	Smisao = oblik stvari	Osjećaj = unutarnji pokret	unutarnji zvuk = govor stvari
--	--------------------------	-------------------------------	----------------------------------

U pojavama s kojima se često susrećemo nastojmo, na meditativni način, uočiti i istaknuti tri momenta, zapravo faze u usponu k višim svjetovima:

1. Oblik stvari/pojave, njen vanjski izgled – očitovana bit;
2. Pokret snage što ga pojava izaziva u čovjeku, u nekom dijelu tijela ili u fiziološkom sustavu;
3. Zvučni ekvivalent – ton/zvuk ili govor što ga pojava izaziva u promatraču.

Postoje dobre/pozitivne i loše/negativne pojave. Prateći loše pojave u duhu gornjeg algoritma: oblik => pokret => zvuk, možemo *nadvladati* negativni utjecaj loših pojava. Ako pak pratimo dobre pojave čija je narav nešto mudro, umno, milosrdno, pravedno i lijepo, tada možemo oformiti *simbole* (slika-pokret-zvuk) kojima možemo evocirati *uzlazak putovima sefirota* Hokma, Bina, Hesed, Gevura i Tiferet. Dakle, pratiti *negativne* pojave da bismo ih nadvladali, a *pozitivne* da bismo u sebi kultivirali uzlazak kroz sefirote do Božjih atributa.

Do sada smo ustanovili slijedeće Kabala prakse:

Na razini	Naziv prakse	Postupak prakse
-----------	--------------	-----------------

Duša Nefeš	Tijelo	asane	S kavvana אֲנִי הָיָה נִשְׁמָתִי na odgovarajuće sefirote
	Disanje	pranayama	S kavvana na Božja imena
Duša Ruah	Lehaknia et jecer hara		kavvana na sliku/izgled pojave
Duša Nešama	Lehagiv musari		kavvana na unutarnji pokret
Duša Haja	tefilla		kavvana na unutarnji zvuk: čuti Božji govor i govoriti Bogu

Postupak kontemplacije na višim razinama svjetova sabire u sebi odgovarajuću razinu Kabala *prakse*; i obrnuto, sve razine prakse podrazumijevaju *kontemplaciju* (s kavvana אֲנִי הָיָה נִשְׁמָתִי) predmeta pripadnih svakoj razini prakse. Tako, na primjer, *lehaknia et jecer hara* kao neki emocionalni odnos spram pojave, podrazumijeva *kontemplaciju* slike dotične pojave, a *kontemplacija* slike neke pojave pretpostavlja *emocionalni odnos* spram te pojave. *Lehagiv musari* kao etički odnos spram pojave pretpostavlja *kontemplaciju* unutarnjeg pokreta snage što ga dotična pojava izaziva, a kontemplacija unutarnjeg pokreta snage pretpostavlja etički odnos spram dotične pojave.

*T'fila* kao neki sveti odnos<sup>10</sup> s Bogom pretpostavlja *kontemplaciju* unutarnjeg zvuka u duši *Haja*, a kontemplacija unutarnjeg zvuka pretpostavlja *sveti odnos* spram Boga – slušanje, u duhu *kavvana*, onog tihog glasa koji govori u tišini (*kol d'mama daka*<sup>11</sup>).

---

<sup>10</sup> jahas kəduša אֲנִי הָיָה נִשְׁמָתִי

<sup>11</sup> 1.Kralj 29,11

#### 1.2.4 Meditacija na sliku

Meditacija na sliku može se razumjeti kao mentalno ispisivanje Božjeg Imena u smislu stvaranja mentalne *slike*?

Može li se za mentalno ispisivanje Božjeg Imena upotrijebiti tehnika *Reiki* -a?

Rekli smo da *lehaknia et jecer hara* kao neki emocionalni odnos spram pojave, podrazumijeva *kontemplaciju* slike dotične pojave; je li u pitanju samo *kontemplacija* ili i mentalni postupak unutarnjeg ispisivanja imena (kao što se to radi u postupku *Reiki*)?

Kreativna imaginacija na razini svijeta *Jecira*, u duši *Ruah*. Može se koristiti u:

- a) svladavanju *jecer hara* – pritom koristiti *Hameforaš*;
- b) u sebe-iscjeljivanju – pritom se koriste *specifična* Božja imena koja odgovaraju fiziološkim sustavima u tijelu.

*Reiki*, u japanskom jeziku znači Božja snaga koju kabalist, kroz polaganje dlanova, prenosi na primatelja. Naglasak je na **Božjoj** snazi, snazi koja je u Boga (ne: *obogotvorenoj* snazi!); davatelj je pritom tek prohodan *kanal* za prolaz Božje snage. Međutim, taj kanal mora biti *otvoren* i, postavlja se pitanje – kako?

Je li za to dovoljna samo davateljeva *vjera* da će Bog slati svoju snagu kroz njega, je li dovoljno moliti – ali na pravoj razini duše – Boga da provede svoju snagu i spusti ju na primatelja?

Može li se koristiti *tehnika Reiki*, ali sa svim idejnim pretpostavkama Kabale?

To bi značilo:

- a) Molitveni stav davatelja: iskrena želja da se Božja snaga usmjeri na primatelja;
- b) Upotreba simbola, ali ne više onih iz *Reiki*, nego ime *Hameforaš* za *opći* pristup;

- c) Upotreba *specifičnih* Božjih imena ako se želi „djelovati“ na specifične fiziološke sustave

### 1.2.5 Meditacija na pokret

Meditacija na pokret može se razumjeti kao meditacija na unutarnji pokret

Što je unutarnji *pokret*?

Tri su faze u odvijanju pojave: slika (predodžba namjere), pokret, zvuk i, njima odgovaraju tri razine Kabale prakse. Rekli smo da *lehagiv musari* kao etički odnos spram pojave pretpostavlja *kontemplaciju* unutarnjeg pokreta snage što ga dotična pojava izaziva; možda bi bolje bilo reći da je bit druge faze u snagosnom suhodu duše *Nešama* s kretanjem snage u samoj pojavi. U čemu se sastoji rečeni snagosni *suhod*?

U *Qigongu* taj se suhod sastoji u tome da se kretanje snage zvane Qi suobličiti nekoj mentalnoj slici, na primjer u vježbi zvanoj „Hod pet životinja“ treba živo predočiti kretanje neke životinje, na pr. tigra, i onda toj predodžbi suobličiti kretanje snage Qi unutar vlastitog tijela.

Shematski:

Namjera srca – pokret tijela vođen slikom/predodžbom – kretanje Qi kroz disanje
--

Na koji način bi to kretanje snage trebalo prakticirati u Kabali?  
Je li zamislivo tako nešto kao Kabala Qigong?

Zašto ne – *tehnika* Qigonga u *duhu* Kabale!

Sadržaj u Kabali nije kretanje životinja, nego su to vrline duše<sup>12</sup> *Nešama*, tj. oni umni obrasci ponašanja što ih smišlja duša *Nešama* kao reakciju na doživljeno kretanje snage u događajima vanjskog svijeta – kretanje snage doživljava se u tijelu kao neki unutarnji pokret. Naravno da će se vrline ozbiljivati kao reakcija u zbiljskim situacijama života, ali zašto sljedbenik Kabale (mekubal) ne bi sebe kroz vježbu pripremao za zbiljsku primjenu vrline?

Pokažimo na primjeru jedne vrline kako će se odvijati meditacija na pokret:

- a) Pomislimo ime vrline, na pr. *bitul* (ne-egocentričnost);
- b) Stvorimo u sebi snažnu sliku nekog ne-egocentričnog čina;
- c) Izazvati u sebi (u tijelu unutarnjeg pokreta!) takvo kretanje snage koje bi odgovaralo vršenju nekog ne-egocentričnog čina.

### **1.2.6 Meditacija na zvuk**

Rekli smo da *T'fila* kao neki sveti odnos s Bogom pretpostavlja *kontemplaciju* unutarnjeg zvuka u duši *Haja*. Ponavljanje mantrе, u hinduizmu, je zapravo *zazivanje nekog božanstva*, ali kroz neki *komprimirani zvuk* (mantru) koji u sebi sažimlje bitne kvalitete tog božanstva. Učenje hinduističkih mudraca nas opominje da sam *zvuk* kojim se obraćamo nekom božanstvu mora u sebi sadržavati

---

<sup>12</sup> Podsjetimo se na tih deset vrlina: *emuna, bitul, simha, ahava, jira, rahamim, bitahon, temimut, emet i šiflut*.

inherentne kvalitete tog istog *božanstva* – da ono bude prisutno u tom *zvuku*. Ali što je u Kabali zvučni ekvivalent (komprimirani zvuk) nekog *Božjeg atributa* što će se na kraju emanacije očitovati kao neko mudro djelo ili neki mudri čovjek? Može li se taj zvučni ekvivalent shvatiti kao *mantra*?

### 1.2.7 Mistički put u meditaciju

Pri gledanju neke konkretne pojave ili bića kabalist doživljava (intuira, 'vidi') duboki smisao što ga je sam Bog otjelovio, instancirao u toj pojavi, prikazano shematski:

POJAVA => SMISAO U BOGA

Različiti putovi spoznaje ovisit će, bit će u funkciji odnosa tih dviju komponenti, na primjeru za ljudskog tijela: pri gledanju desne ruke kabalist će 'vidjeti' Božje milosrđe (*Hesed*).

PUT	Značajke puta
Pragmatički	Gledati samo pojave i koja je korist od njih, kako ih se može upotrijebiti
Znanstveni	Promatranjem mnogih pojava doći do generalizacije, onog što im je zajedničko, pa to formulirati kao zakonitost u njima.
Religiozni	Slaviti Boga u pojavama, pa čak i iskriviti njihovu istinu ako to služi slavljenju Boga
Umjetnički	Ono Božje prikazati kao lijepu pojavu u slici, kipu, melodiji, priči
Filozofijski	Uzdici se od pojava do pojmova koji ih što vjernije reprezentiraju
Mistički	Kroz pojavu vidjeti ono Božje, ali ne bježeći od pojave, ne iskrivljujući ju i ne zanemarujući ju, nego u nju samu smjestiti ono Božje, pa pojavu transformirati prema

	<p>smislu što ga je Bog stavio u nju kada ju je izgovorio, dao joj svoju snagu, oblikovao ju i učinio ju (Iza, 43:7). Mistik u pojavi vidi ono Božje, a ono Božje vidi kao tu pojavu. Smisao mistike je u onom „vidi“, a smisao tom viđenju daje mistik svojim gledanjem ('viđenjem')</p>
--	---

### **Primjer za meditaciju:**

Gledati desnu ruku na svom tijelu,

Gledati kroz nju i ugledati (u duhu *vidjeti*),

Čuti u sebi: „Aha, to je konkretna pojava Božjeg milosrđa!“

Kroz svoju ruku ili u njoj *vidjeti* Božje milosrđe.

Kroz more vidjeti ono što je more u Božjem stvaranju.

U vjetrovima čuti Božje glasnike (Ps 104,4: *ose malahv ruhot*)

U svjetlosti oko sebe *vidjeti* Božji *plašt*, a nebo kao njegov *šator* (Ps 104,2: *ote-or kasalma, šamajim kajria*)

### **Tijelo kao motiv kabala meditacije:**

U desnoj ruci na tijelu *vidjeti* Božje milosrđe (Hesed);

U lijevoj ruci na tijelu *vidjeti* Božju strogost (Gevura);

U grudnom košu *vidjeti* Božji sklad;

U desnoj nozi *vidjeti* Božju pobjedonosnost;

U lijevoj nozi *vidjeti* Božju slavu;

### **Razlika između meditacije i teurgije**

*Meditacija* se sastoji u tome da u nekoj pojavi ili biću kabalist vidi (*lir'ot*) Božji *smisao* (Božju *volju* da stvori to-i-to biće), na primjer da u nekom dijelu ljudskog tijela vidi odgovarajući Božji atribut:

U desnoj nozi vidjeti Božju pobjedonosnost (*Necah*).



*Teurgija* se sastoji u tome da se na, magijski način, dozove (ili prizove: *l'vakeš*), učini da se spusti viđeni smisao (Božja nakana) u kontempliranu *pojavu/biće*.

ONO BOŽJE => POJAVA:

Božju pobjedonosnost dozvati u moju desnu nogu.

### **Što je to volja?**

Filozofijski razmotreno volja je raspoloživost životne snage da bude artikulirana na određeni način. Volja, po Kantu, može biti određena:

- a) Nagonima, strastima i slično, pa je tada *neslobodna*;
- b) Umom (njem: die Vernunft) pa je tada *slobodna volja*.

Volja u Boga je sveukupnost njegove snage (*koah*) koju on svojim umom modulira i time stvara svijet. No, otkuda *poriv* u Bogu da stvara svijet? Što je to što *pokreće* Boga da modulira svoju snagu za stvaranje?

To pitanje nema odgovora; Božja volja je upravo taj *poriv* (ili motiv) u njemu da vlastitu snagu modulira svojim umom i tako započne stvaranje. *Otkuda* taj poriv, i zašto Bog hoće stvoriti svijet i čovjeka?

Evidentan je proces stvaranja: emanacija njegovih atributa, a na početku tog stvaranja je Bog sa *svojom* voljom, a na kraju tog procesa je čovjek sa *svojom* voljom (slobodnom i neslobodnom). Bog *hoće* da samom sebi bude očitovan kroz bića svijeta, a naročito u čovjeku, ali *zašto* to On hoće to čovjeku ostaje nespoznato.

Bog i čovjek su u dinamičkoj interakciji:

1. Bog sebe sebi čini *očitovanim* u čovjeku;
2. Čovjek sebe, svoju najvišu potenciju *ozbiljuje* uzdizanjem k Bogu.

Teurgija, ona prava a ne loša magija, se sastoji u tom zajedničkom djelovanju (*ergein*) Boga (*theos*) i čovjeka. Čovjek može zazivati Boga, na primjer u molitvi pod uvjetom da se uzdiže k Bogu – psihološki to znači uzdizati se u dušu *Haja* na razini svijeta *Acilut*. Čovjek ne može nagovoriti Boga niti mu može zapovijedati. Čovjek može biti jedan od su-činitelja u spomenutom procesu moduliranja Božje sveukupne snage, ali samo ako uđe u prostor Božje volje a to može tako da se *podčini* Božjoj volji – tek tada je čovjek suigrač (ili suradnik) u Božjem stvaranju. Stoga, čovjek mora živjeti kao pravi vjernik u molitvi (*t'fila*) i obdržavanju *micvot* – u slušanju Boga i služenju Bogu.

U kabali Bog nije bezlično nešto, nego se pojavljuje u obličjima (*parcufim*, od hebr *parcuf* = lice) koja predstavljaju različite konstelacije (udruživanja) sefirota (to se dogodilo nakon razbijanja posuda 'ševirat hakelem').

1. Sefira *Keter* uobličuje se u *parcuf Atik jomin* („Od pradavnih dana“) ili *Arik Anpin* („Dugo lice“).
2. Sefira *Hokma* uobličuje se u *parcuf Abba* („Otac“), a sefira *Bina* u *parcuf Imma* („Majka“).
3. Sedam sefirota od *Hesed* do *Jesod* uobličuju se u *parcuf Ze'ir Anpin* („Kratko lice“ ili „Sin“).
4. Sefira *Malkut* uobličuje se u *parcuf Nukva* („Kći“).

Svi *parcufimi* su obličja Boga (Bog kao neko lice) koja se pojavljuju u različitim svjetovima (*olamot*):

*Arik Anpin* u svijetu *Acilut*; *Abba* i *Imma* u svijetu *Beria*; *Ze'ir Anpin* u svijetu *Jecira*; *Nukva* („Kći“) u svijetu *Asija* – otuda joj i drugi naziv: *Šehina* koji znači prisustvo Boga u ovom svijetu.

## 2. PUT SRCA

1. Prvi put srca je put ljubavi (*ahava*) i davanja – **sefira Hesed** i to je život u ozračju ljubavi (*ahava*)
2. Drugi put srca je put straha Božjega (*jirat JHWH*), uskraćivanja i kontrole – **sefira Gevura**.
3. Treći put srca je put usklađivanja ljubavi i strogosti – **sefira Tiferet** i to je život u ozračju vrline milosrđa (*rahamim*).

**Postupci** koji se primjenjuju na putu srca su:

1. Molitva (*t'fila*)
2. Priljubljanje Bogu (*d'vekut*)
3. Ujedinjenje s Bogom (*jihudim*)

### 2.1 Molitva (*t'fila*)

Molitva se može prakticirati u suptilnom tijelu unutarnjeg govora; to je ono tijelo koje je izgovoreno od Boga i koje čini *potenciju* da se čuje govor Božji. U duši *Haja* se događa to da ona *zbiljski* razgovara s Bogom u molitvi. Duša *Haja* čuje i čini *čujnim* glasove Božjeg govora u tijelu govora.

#### 2.1.1 Kao razgovor s Bogom

Paradigmatična praksa zbiljske vjere je molitva. Praksa zbiljske vjere se zbiva u otvorenosti dinamičnom zbivanju najviše Snage, koja je neki *Tko* - Bog, i u suhodu s tom Snagom. Molitva se sastoji u obraćanju u vjeri toj najvišoj Snazi, u razgovoru s njom kao živim subjektom (*Tko*-biti) - osobom (u eminentnom smislu). Ako je vjera (*emuna*) jedno prepuštanje i otvorenost događanju najviše Snage - moment pasivnog

prihvatanja i pomirenosti s onim što Snaga hoće, s njezinom voljom (*racon*), onda se molitva sastoji u nekom ulaženju u prostor Snage, jednom tihom približavanju, primicanju Snazi s namjerom da joj se nešto *predloži*; molitva je jedno smjerno podastiranje zahtjeva, molbe, sugestije vlastite volje u smislu "Bože, ja bih htio to-i-to, ali samo ako je to u skladu s Tvojom voljom".

Ako je vjera prihvaćanje *nagovora* najviše Snage (Boga), onda se molitva sastoji u poniznom, u strahopoštovanju, predlaganju *dogovora* s najvišom Snagom: "Bože, molim te učini to-i-to, ali neka bude Tvoja volja". Molitva je zapravo prešutan *dogovor* s Bogom da *mi* učinimo onaj dio posla što ga Bog očekuje od nas (Post 2,7), a da *On* učini ono što je njegov dio posla u smislu one narodne izreke: "pomozi si i Bog će ti pomoći". Ako je Bog *govor* (Logos), onda je upravo sam govor onaj medij u kojem se s Bogom susrećemo kroz:

- a) njegov *nagovor*
- b) naš *odgovor* Bogu
- c) *razgovor* s Bogom

*Molitva* kao razgovor s Bogom, može se, kao i svaki govor, odvijati na više razina duše. Smisao molitve kao razgovora razmotrit ćemo u okviru PaRDeS, naime čovjek može moliti na razini:

- Nefeš* duše i tome će odgovarati *Pešat* razina smisla;
- Ruah* duše i tome će odgovarati *Remez* razina smisla;
- Nešama* duše i tome će odgovarati *Deraš* razina smisla;
- Haja* duše i tome će odgovarati *sod* razina smisla.

Neki kabalisti smještaju različite vrste *molitve* na različite razine *svijeta*, a time i *duše*, tako da:

u svijet *Asija* smještaju molitvu: *birhot hašarah*  
(jutarnji blagoslovi)

u svijet *Jecira* smještaju molitvu: *Psalme*

u svijet *Beria* smještaju molitvu: *Šema Jisrael*

u svijet *Acilut* smještaju molitvu: *Amida (šmone esre)*.

Ali, svaku od tih molitvi možemo *moliti* na sve četiri razine kao što biblijski tekst možemo *tumačiti* (davati mu smisao) na sve četiri razine u okviru *PaRDeS*. Dajemo tabelarni prikaz:

Razina PaRDeS	Razina duše	Način molitve
Pešat	Nefeš	Molimo tako da naprosto izgovaramo molitvu kao što inače govorimo u svakodnevnom životu, razgovaramo s prijateljima, i sl.
Remez	Ruah	Predajemo se emocionalnom ugođaju što ga u nama izaziva sadržaj molitve kojeg oblikujemo u neku alegoriju; drugim riječima tekst prevodimo u alegoriju (niz metafora).
Deraš <sup>13</sup>	Nešama	dok molimo mislimo na moralni vid naših djela, stoga molimo s namjerom dobrog djelovanja i izbjegavanja loših djela <sup>14</sup>
Sod	Haja	na kraju dopustimo da najdublji smisao

---

<sup>13</sup> U *Jewish-English Lexicon*: riječ „drash“ se definira kao: n. sermon, interpretation of text v. give a sermon, discuss an interpretation of the text

<sup>14</sup> U rimokatoličkoj crkvi poznato kao pokajnički čin (molitva na početku mise)

	sadržaja molitve sjaji u svijesti ispražnjenoj od svake sebičnosti (ego centriranosti) – to se u yogi naziva arha matra nirbhasam. Taj najdublji i najtajnovitiji smisao sastoji se u upućenosti molitve Božjim atributima kako se oni očituju kroz sefirote. Stoga je Kabala molitva upućena Bogu putem njegovih emanacija – sefirota.
--	---

U Kabali je sadržaj molitve određen smislom svake pojedine sefira. U molitvi čovjek se obraća Bogu koji je:

Sefiroti	Božji atribut
Keter	Tebi, koji si uzvišen nad svime, upravljam ovu molitvu (t'fila)
Hokma	Tebi je najviša i beskrajna mudrost
Bina	Tvoj je um bezgraničan i sveznajući
Hesed	Tvoja je ljubav vječna i bezuvjetna
Gevura	Tvoja je pravda moćna i dohvaća svakog čovjeka
Tiferet	Ti si najviša ljepota i savršeni sklad
Necah	Tvoja je pobjeda, jer Ti na kraju pobjeđuješ i uklanjaš svako zlo
Hod	Tvoja slava prožima sav svemir
Jesod	U Tebi je izvor sveg života i Ti si temelj svemu živome

Malkut	Ti si svemu kralj, sve što postoji Tvoje je kraljevstvo.
--------	--

### 2.1.2 Molitva i osvještavanje sefirota

Na koji se način, putem molitve, *osvještaju* sefiroti u tijelu?

Objasnit ćemo to rukovodeći se načelom da od Boga izgovorena stvar ima za učinak ostvareni govor. Za biblijsku potkrjepu uzet ćemo Psalam 139:

<sup>13</sup> „Jer ti si moje stvorio bubrege, satkao me u krilu majčinu.

<sup>14</sup> Hvala ti što sam stvoren tako čudesno, što su djela tvoja predivna.

Dušu moju do dna si poznavao,

<sup>15</sup> kosti moje ne bjehu ti sakrite dok nastajah u tajnosti, otkan u dubini zemlje.

<sup>16</sup> Oči tvoje već tada gledahu djela moja, sve već bješe zapisano u knjizi tvojoj:

dani su mi određeni dok još ne bješe ni jednoga.“

Psalam 139,13-16

U molitvi se obraćamo Bogu da osnaži, pročisti, učini prohodnim put<sup>15</sup> od svoje stvaralačke riječi, one koja u sebi sadrži sav umni ustroj koji je u temelju svakog organa. Na primjer, *fizički* organ jetra krajnja je faza na putu od umnog ustroja jetre u svijetu *Acilut* do fizičke manifestacije u svijetu *Asija*. Kada je riječ o nekom fiziološkom sustavu u tijelu, na pr. koštanom sustavu onda je sam koštani sustav konačno očitovanje Božjeg milosrđa (*Hesed*).

Kad kažemo „Bog reče“ onda to ne označuje doslovno govorenje ustima – onako kako čovjek govori – nego onaj

---

<sup>15</sup> To je put od *Acilut* svijeta preko *Beria*, *Jecira* do *Asija* svijeta.

stvaralački čin Božjeg uma, čija riječ u sebi sadrži sav organizacijski kod/ustroj onog što će se na fizičkoj razini (u svijetu *Asija*) pojaviti kao fizički organ. Tom Božjem kodu znanost se tek *približava* svojim istraživanjima u anatomiji i fiziologiji nekog organa.

Najfinija, najdublja razina ljudskih organa razvidna je u duhu, u riječi Božjoj po čijoj stalnoj, neprekinutoj prisutnosti u svakom trenutku „sada“ svaki živi organ opstoji i nastavlja zdravo živjeti. Isti sveti izričaj (*Neka bude nebeski svod!*) koji je stvorio nebo i zemlju, prebiva zauvijek u jednom već stvorenom nebu (i zemlji). Svemir nastavlja svoje postojanje jer je Božji izričaj neprestano obnavljan u svakom trenutku „sada“.

Stoga je *molitva* najviša razina djelovanja, djelotvornog učinkovitog zauzimanja za zdravlje naših organa i čitavog tijela – molitva upućena Bogu za zdravlje tijela. Treba pritom imati na umu da je molitva djelotvorna ako se čini sa zbiljskom namjerom što znači ulaganjem *snage* čitavog našeg bića u *riječi* molitve.

Riječju Božjom sve je stvoreno (Psalam 33,6), nebo i zemlja i sva živa bića na njoj, tako i čovjek kao u tijelu živuća duša (Post 2,7: *Nefeš Haja*). Svaki organ i svaki dio mojeg tijela jest upravo ono što je Bog izrekao da bude i po toj istoj riječi se i održava zdravim. Zbog toga se molitva upućuje Bogu da tom istom riječju kojom je stvorio moje tijelo, osnaži organe mojeg tijela i cijelo tijelo. Meditacijom na sefirote osnažujemo temeljne sustave tijela i to:

**Tablica br. 18**

meditacijom na sefira	... iscjeljujemo odgovarajući sustav (po Y. Ginsburgh) <sup>16</sup>
-----------------------	--

---

<sup>16</sup> Rabbi Yitzchak Ginsburgh (2004), *Body, Mind, and Soul: Kabbalah on Human Physiology and Disease, and Healing*. Jerusalem, New York: Gal Einai.



Keter	dišni sustav
Da'at	živčani sustav
Hokma	koštanu srž
Bina	krv
Hesed	koštani sustav (skelet)
Gevura	kardiovaskularni sustav
Tiferet	mišićni sustav
Necah	endokrini
Hod	obrambeni (imunološki)
Jesod	reproduktivni
Malkut	probavni

U molitvi se ne zahtjeva stručno, medicinsko znanje u pogledu onog za što se molimo, nego tek usmjerenost na Boga, dakle, pravi *smjer* molitve. Molitva nije neka tehnika koja pretpostavlja poznavanje svih detalja; to znanje može samo ojačati vjeru u djelotvornost i smislenost molitve. Molitva nije neko ljudsko umijeće koje bi činilo čuda; ona je tek obraćanje Bogu da On učini to što ga molimo, jer *On* je ta djelotvorna snaga koja je stvorila „moje srce i moje bubrege“ (Ps 139). Bog je *najdjelotvornija* snaga u mojem tijelu. Molitva je vjernikovo pozivanje na tu istu riječ kojom je sve stvoreno, pa i svi organi mojeg tijela. Takva molitva (*t'fila*) podrazumijeva:

1. da se *čuje* Božji govor i nagovor;
2. da se *zaziva* Božje ime;
3. da se Bogu upućuje *zamolba* u duhu *kavvana*;
4. vjernikovu potpunu *predanost* Bogu kroz *d'vekut*.

### **2.1.3 Zazivanje Božjih imena**

U *fizičkim pojavama* (ili bićima) očituje se njihov najdublji i najuzvišeniji smisao – jer on dolazi od Boga i u njemu se nalazi<sup>17</sup>. Stoga, promatrajući pojave trebamo se uzdizati do njihovog smisla a taj je prisutan u Bogu. Ali, taj isti smisao se očituje i ozbiljuje kroz konkretnu fizičku pojavu ovog svijeta *Asija*, stoga su same pojave nezaobilazne, neophodne za ulaženje u smisao samih pojava. Što činiti kada su nam same pojave nedostupne, kada smo zakinuti u iskustvu njih samih?

U slučaju da su nam same pojave nedostupne ili nepristupačne – a kroz njih Bog očituje njihov smisao kojim On te iste pojave čini „božanstvenima“, dakle duboko smislenima, tada se kabalisti (*mekubal*) obraća Bogu u molitvi (*t'fila*) zazivajući Boga pod njegovim odgovarajućim imenima da:

- a) Kabalistu obdari uvidom u tajnu pojave;
- b) Da mu očituje svoje atribute u pojavama;
- c) Da iscijeli neko područje tijela tako da ga osnaži ili da pojača nazočnost odgovarajućeg atributa u tom dijelu tijela.

### **2.1.3.1 To je to!**

ONO (*ayn*) je to (ovo tu: *yeš*), ali kako, na koji način, ovo *tu* prepoznati kao transcendentno ONO i kako se *uzdići* do njega? (Jakovljeve ljestve<sup>18</sup>: *Post* 28,10-22)

---

<sup>17</sup> **Smisao** pojave možemo odrediti kao *misao* (namisao, namjera) koju Bog ima prilikom *stvaranja* pojava.

<sup>18</sup> *Jakovljeve san u Betelu*

Jer, ako se ovo tu ne prepozna u svom aspektu Onog kao neko upriličenje, instancijacija Onog, onda će se „to“ rasplinuti i srozati do nepostojanja, u smislu:

- a) reducirati se na puku skrivenu *svrhovitost* svemoćne Prirode kao što je, na pr. seksualna želja u službi prokreacije;
- b) doći će do mentalne fiksacije na ovo tu, a to će dovesti do postvarenja, idolatrije, neurotične opsesije, i sl.
- c) doći će do nestajanja u pukom prividu, kad nam se čini da je ovo tu nekako nezbiljsko, bojimo se da će nestati, da je nešto *iza* njega ono čemu bi trebalo težiti; u „Propovjedniku“ taj doživljaj nezbiljnosti bića u svijetu označen je izrazom „ispraznost“ (*hevel*).

### **To je to!**

Prvo *to* koje pripada *Asija* svijetu je *ovo*: *this*; *olam ha ze*; drugo *to* koje pripada višim svjetovima (*Jecira*, *Beria*, *Acilut*) je *ONO*. Kad kažemo „to (*ha ze*)“ onda pokazujemo neko realno, stvarno biće u ovom svijetu *Asija*, na pr. nekog pojedinačnog čovjeka. Kad kažemo *ONO* onda mislimo ono nešto uzvišenije, bolje i ljepše kao da sačinjava bit konkretnog bića te ukazuje na njegov viši smisao, onaj koji kognitivno nadilazi ovo tu biće, pa vidimo sâmu ljepotu i suštinu života koja je ovdje i sada, u pojedinačnom biću, na djelu (zbiljski, djelatno, njem: *wirklich*).

I, to je put Kabale: živjeti u svijetu *Asija* i stalno transcendirati pojedinačnosti tog svijeta. Ne živjeti po onoj talijanskoj uzrečici: *lassia la donna e studia matematica!*, nego slobodno gledati i uživati u onom višem smislu kojeg ugledamo na pojavi fizičkog bića.

Od zahvata konačnosti i gubljenja u bićima ovog svijeta (*Asija*) izbavljamo se tako da se uzdižemo u:

U svijetu *Jecira*: gledanje lijepih formi u filmu i slikarstvu;



kao neku otjelovljenu bit (*esencija*)<sup>19</sup> te da uzimanjem takve materijalizirane biti postignemo zadovoljenje svog vitalnog poriva za hranom. Pitanje je koliko su svi teurgijski pokušaji u tom smislu uopće *djelotvorni*.

Stoga razmotrimo *drugačiji* pristup rješavanju problema u slučajevima uskraćenosti u zadovoljenju naših vitalnih poriva. Put od Božjeg stvaranja hrane do čovjekova uživanja hrane mogao bi se artikulirati ovako:

- a) Bog stvara hranu za jelo: *Acilut* (bit hrane) => *Beria* (snagosni vid hrane)=> *Jecira* (forma i struktura hrane)=> *Asija* (konkretna fizička hrana).
- b) Molitva upućena Bogu da nas opskrbi konkretnom fizičkom hranom u ovom (*Asija*) svijetu.
- c) *Uzdignuće* jednog kabaliste (*mekubal*) do one razine svijeta na kojoj hrana postoji kao *esencija* hrane, a to je svijet *Acilut* u kojem je od Boga *izgovorena bit hrane*; i kao snaga u hrani a to je svijet *Beria*. To je uzdizanje do *snagosne* komponente (MS) hrane i do *logosne* komponente (ML) hrane, a ne magija da bi se na čudotvoran način dosegla ovosvjetska fizička hrana!

Kako se dočepati, prisvojiti za sebe,<sup>20</sup> a ne samo vidjeti, ono što je snagosna komponenta u hrani? Kako sebi prisvojiti ono što je logosna komponenta (smisao) u hrani?

---

<sup>19</sup> To bi bila neka vrst *teurgije*!

<sup>20</sup> **prisvojiti**: appropriate (lirkoš; lijahed)

## 2.2 *D'vekut* - Priljubljanje Bogu

**D'vekut** je potpuna *predanost* Bogu i prijanjanje uz njega. To je jedno priljubljanje uz Boga, sjedinjavanje s Njim u ljubavi, u prostoru *Or En Sof*. Imenica *d'vekut* dolazi od glagola *davak*: prionuti, prilijepiti se. D'vekut možemo prevesti kao prijanjanje Bogu, *priljubljanje* Bogu; dolazi od korijena riječi *devek* koja doslovno znači *ljepilo*. Nerijetko se opisuje kao duboko meditativno stanje koje se postiže za vrijeme molitve, proučavanja Tore, ili za vrijeme izvršavanja 613 zapovijedi (*micvot*) te predstavlja duboko ukorijenjenu praksu u židovskom vjerskom životu, naročito u hasidizmu (pokret nastao u drugoj polovici 18. Stoljeća, utemeljitelj je Bal Šem Tov).

*D'vekut* se spominje u Bibliji u smislu čvrstog držanja uz Boga, na primjer, *Pnz 4,4*: „A svi vi koji se *čvrsto držite* Gospodina, Boga svoga, živi ste i danas.“ (V'atem, *hadvekim*, ba JHWH elohekem – hajjim kulhem hajjom).

## 2.3 *Jihudim* – objedinjavanje Božjih atributa

***Jihudim*** (ujedinjavanje, hebr:) je praksa duše *Jehida*, a sastoji se u objedinjavanju Božjih imena u ono bezgranično (*En Sof*) koje je najdublji temelj i izvor sveg postojanja. U Kabali pod izrazom *jihudim* mislimo na:

1. **Sjedinjenje** sefirota *Tiferet* (kao predstavnika parcufa<sup>21</sup> *Ze'ir Anpin*) i *Malkut* (istovjetna parcuflu *Nukva*). Na razini fizičkog tijela *Tiferetu* odgovara položaj u grudnom košu (ili dijafragmi), a *Malkutu* odgovara položaj u ustima kao organu govora (komunikacije). *Malkut* je sefira kojom emanira Božji atribut kraljevanja što podrazumijeva komunikaciju, dakle govor.

2. **Sjedinjenje**, doslovno *erotsko*, muškog vida Boga (parcuf: *Ze'ir Anpin*) i ženskog vida (parcuf: *Nukva*). Naravno da je to sjedinjenje neka vrst replike erotskog sjedinjavanja muškarca i žene ili, možda obrnuto: ljudsko sjedinjavanje je blijeda *replika* Božjeg sjedinjavanja. Interesantno je spomenuti da se činom erotskog sjedinjavanja muškarca i žene može *teurgijski* djelovati, po Kabali, na sjedinjavanje u okrilju Boga muškog i ženskog vida – upravo na to se misli kada se govori o *erotici Kabale*. *Jihudim* (יהודים) je na neki način *yoga* u Kabali, objedinjavanje sefirota na svim razinama.

---

<sup>21</sup> Riječ *parcuf* označuje lice, personu, pa slijedom toga označuje Boga kao neko lice i osobu.

### 3. PUT ČINA: Uzdizanje kroz sefirote

1. Prvi put Kabala prakse u svijetu je put pobjedonosnog hodanja u Bogu – **sefira Necah**

Hokma => Hesed => Necah: od mudrog *uvida* preko *ljubavi* spram Boga i čovjeka do *prevladavanja prepreka* u svijetu u punom povjerenju (*bitahon*) da na kraju svih borbi ipak pobjeđuje *Bog!*

To je put aktivnog djelovanja u svijetu, put angažiranosti svojim djelima, na primjer put političara.

2. Drugi put Kabala prakse u svijetu je je Boga-slaveći hod u Bogu – **sefira Hod**

Bina => Gevura => Hod: od povjerenja u ljudski *razum* i njegovo vječno analiziranje svega i svačega preko *strogosti* kontrole i uskraćivanja, čovjek kabalist (*mekubal*) uspinje se do slavodobitnog hoda u iskrenom (*temimut*) slavljenju Boga i uzdizanju u prostor njegove slave (*hod*) i njegove uzvišene volje (*Racon*).

To je put religioznog življenja u svijetu, put vjernika koji živi u iskrenom slavljenju Boga (u molitvi) i u ustrajnoj zahvalnosti Bogu za njegovu pomoć.

3. Treći vid Kabala prakse u svijetu Život-održavajući hod u Bogu – **sefira Jesod**

Životno sebe-ozbiljivanje u istini (*emet*)

4. Četvrti vid Kabala prakse u svijetu je put življenja u Božjem kraljevstvu – **sefira Malkut**

Život u poniznosti (*šiflut*) i podčinjavanje svoje volje uzvišenoj Božjoj volji

**Postupci** koji se primjenjuju na putu činjenja su:

1. Svjesno odnošenje spram tijela
2. Svjesno disanje



3. Nadvladavanje zlih poriva
4. Obdržavanje zapovijedi (*micvot*)
5. Djelovanje u vrlini (*lehagiv musari*)

### 3.1 Svjesno odnošenje spram tijela

Tijelo je prostor djelovanja Božje volje. U njemu čovjek živi umom, srcem i činjenjem. No, u svom djelovanju u svijetu (*Asija*) čovjek čini pogreške koje se sastoje u tome da u njegovom činjenju nisu skladno zastupljeni um, srce i životni porivi; gledano iz očišta anatomije tijela: nisu ravnomjerno i u pravoj težini zastupljeni glava, grudi, trbuh:

Glava i osjetilni organi: veliki mozak kao sjedište mišljenja;

Grudi i ruke: sjedište emocija;

Trbuh i noge: sjedište vitalnih poriva za hranom, razmnožavanjem i iznad svega za životom kao takvim<sup>22</sup>.

Da bi svoje djelovanje doveo u sklad i korisnu ravnotežu za življenje u svijetu, kabalist može raspodjeljivati snagu svojeg tijela tako da je premjesti iz glave u *grudi* – onda kada treba djelovati u ljubavi i milosrđu; iz trbuha u *glavu* – onda kada treba kontrolirati svoje neumjerene porive i nepotrebnu uzbuđenost; iz glave u *trbuh* – onda kada treba energično djelovati u svijetu i svoje misli provesti u djelo.

Jako je važno *svjesno držanje tijela* u ispravnom, optimalnom položaju. To se postiže tako da budemo svjesni držanja našeg tijela kroz trajnu samokontrolu položaja tijela. Navedimo neke elemente kao što su:

---

<sup>22</sup> Tog poriva – *abhiniveša* (vezanost za život), ne može se osloboditi niti yogi (YS I.)

- a. stabilno stajanje na nogama – da endokrini i imunološki sustav budu povezani sa zemljom;
- b. da donji abdomen bude izvor generiranja životne snage;
- c. da grudi budu prostor dobrote i života u skladu sa svijetom;
- d. da ruke budu produženi organ naše ljubavi (desna ruka) i pravednosti (lijeva ruka);
- e. da glava (mozak) bude prostor stvaranja mudrosti i znanja.

Možemo pritom koristiti neke *yoga* tehnike, kao na pr. ***yoga-asane***, ali samo kao tehnike koje će biti u znaku Kabala sadržaja. Navodim kratku uputu na primjeru jedne asane:

Postavimo se u neku asanu, na pr.. Kobru (*Bhuđangasana*), ostanemo u njoj 10-15 sekundi i normalno (nenaporno) dišemo. Kad nam je postalo ugodno u asani tada počinjemo misliti odgovarajuću sefira – onu koja pripada dijelu tijela koje je najviše aktivirano dotičnom asanom. U slučaju Kobre to su *Hesed* i *Gevura* (ruke) i *Jesod* (donji dio kralježnice).

### **3.1.1 Kabala praksa erotike ili: praksom jehudim kultivirani život**

#### **Eros u Boga**

Najviši užitak (ta'anug) je u transcendiranju i sebe-transcendiranju u blaženu, slatku i smirenu Jednost svega ono bezgranično: *En Sof*). U svojoj vjeri (*emuna*) vjernik svoju fragmentarnost čini cjelovitom, pa time i iscjeljuje u blaženoj jednoti Boga i predaje *svoju* volju nadmoćnoj *Božjoj* volji (*racon*). Eto, to je onaj tajnoviti *smisao* što ga kabalist doživljuje

kada gleda sliku nečeg ovosvjetskog erotičnog (erotike u *Asija* svijetu); to je onaj duboki smisao koji se krije u svakom konkretnom erotičnom doživljaju.

Navedeni *ta'anug* (blaženstvo), *emuna* (vjera) i *racon* (volja) odlike su pripadne najvišoj sefira Keter koji je kruna nad svime, Bog u svojoj uzvišenosti <sup>23</sup>(1. Ljet 29,11).

Sefiroti *Necah*, *Hod*, *Jesod* i *Malkut* jesu sefiroti činjenja (akcije), ali tome prethode atributi istih sefirota u višim svjetovima, na primjer za sefira *Necah*: Božji atribut pobjedonosnosti – u svijetu *Acilut*, vrlina *bitahon* – u svijetu *Beria*, svladavanje prepreka – u svijetu *Jecira*.

Možda put uzdizanja od erotike u svijetu *Asija* do erotike u *En Sof*, traži ne samo sublimaciju nego i prenamjenu energije od centra u *zdelici* (put reprodukcije) preko centra u *grudima* (put srca) do centra u *glavi* (put uma).

### **Erotski život kabaliste**

Erotski život u Kabali upućuje čovjeka na najviši smisao erotike a to je ona kakva je u Boga<sup>24</sup>. Riječ „erotika“ upućuje na Kabala praksu *jihudim* što znači postupak objedinjavanja nasuprotnih vidova Božjih atributa kroz sve razine svjetova i duša. Na najvišoj razini riječ je o sjedinjavanju Boga kao *stvoritelja* – muško načelo, i njegove *Šeřina* (שְׁרִינָה) koja je zapravo Božja prisutnost u ovom svijetu *Asija*.

Po riječima G. Langer „sveukupna Božja služba usmjerena je u Kabali na 'sjedinenje' (*jihud*) 'Svetoga' s njegovom 'slavom'.

---

<sup>23</sup> V'hamitnase l'kol l'roš

<sup>24</sup> Upućujemo na knjigu Georg Langer, *Die Erotik der Kabala*.

Sjedinjenje muškarca i žene u svijetu *Asija* utječe na sjedinjavanje muškog i ženskog vida *Boga*<sup>1</sup>, a erotsko sjedinjenje u *Boga* utječe na sjedinjenje muškarca i žene. Ako sjedinjenje u *Bogu* ima nekakav utjecaj na sjedinjenje muškarca i žene u *Asija* svijetu, onda u svom ljubavnom sjedinjenju muškarac i žena imaju viziju onog sjedinjenja koje je prisutno u *Bogu*. Budući da se erotski život može razumjeti kao da se proteže od svijeta *Asija* – ljubavni život muškarca i žene, do Adam Kadmona – „ljubavno“ sjedinjenje muškog i ženskog vida AK, to se može govoriti o erotizmu u sva četiri svijeta (*arba olamot*): *Asija*, *Jecira*, *Beria*, *Acilut*. Erotika ima svoj likovni vid – u svijetu *Jecira*; svoj energijski (snagosni) vid – u svijetu *Beria*; svoj logosni (govorni i zvukovni) vid – u svijetu *Acilut*.

O erotici iz očišta **slike** govori se onda kada se ono erotičko (????????) promatra kao *slika* u tijelu unutarnje slike; tada je erotski doživljaj tek slika, koja je *nužna* sastavnica erotskog doživljaja, ali ne i jedina.

O erotici iz očišta **pokreta** govori se onda kada se ono erotičko osjeća u sebi kao *pokret* u tijelu unutarnjeg pokreta.

O erotici iz očišta **govora** govori se onda kada se ono erotičko čuje kao unutarnji govor u tijelu unutarnjeg govora.

Kakva je erotika Kabale i u čemu se sastoji spomenuto ljubavno sjedinjenje muškog i ženskog vida *Boga*?

Očito je riječ o metafori ili prijenosu smisla: onaj tajnoviti *smisao* ljubavnog sjedinjenja muškarca i žene *prenosi se* na bit sjedinjenja u Božjem svijetu koje, očito nije poput ljudskog u smislu: tjelesnog zagrljaja, vođenja ljubavi, tjelesnog užitka koji kulminira u

orgastičkom sjedinjenju. Što je na djelu pri sjedinjavanju muškog i ženskog vida Boga može se razmotriti na razini Adam Kadmon; riječ je o konfiguraciji deset *sefirota*, pa će stoga biti na djelu sjedinjenje sefirota, zapravo *parcufima*, s muškim predznakom i *parcufima* sa ženskim predznakom:

*Muški* su zapravo *parcufim*: *Abba* („Otac“), *Zeir Anpin* („Malo lice; Sin“); *ženski parcufim* su: *Imma* („Majka“), *Nukva* („Kći“). Erotika na razini Boga sastoji se u ljubavnom sjedinjenju *parcufa Abba* i *Imma*, *Zeir Anpin* (predstavljen sefirom *Tiferet*) i *Nukva* (sefira *Malkut*).

Dokle god traje jedinstvo, koje se rado predstavlja kao *erotsko* sjedinjenje, naročito u knjizi *Zohar*, dotle u svijetu vladaju mir i blagostanje. Kada dođe do „razvoda“ (hebr: *g'rušim* ג'רש"ם) između njih dvoje, govori se da je *Šešina* u *izgnanstvu* (*galut*: גלות), tada u svijetu zavlada svako zlo, nemir i bijeda. Zato kabalisti, naročito unutar hasidizma, prije svakog čina naglašavaju s punom pomnošću (*kavana*) da to čine radi “sjedinjenja Svetoga, neka bude blagoslovljen, i njegove *Šešina*.” To sjedinjenje se rado predočuje *erotskim* predodžbama, budući da se *erotska* žudnja shvaća kao najsnažniji *simbol* jedinstva i težnje za cjelinom. I zaista, *erotska* žudnja u ljubavi je ona *snaga* koja dijelove živoga i živa bića, drži zajedno u skladnoj cjelini. Ljubav Božja se može shvatiti kao ona ljubav koja drži čvrsto povezane Božje attribute u skladnoj cjelini zvanj Adam Kadmon, metaforički nazvanj „Stablo života“ (*ec hajim*). Tom istom ljubavlju održava se i cjelovitost ljudskog tijela. I u tome leži moguća korespondencija između ljudskog tijela i tijela AK, pa onda i mogućnost *iscjeljivanja* ljudskog tijela kroz imaginativno spajanje s onim dijelovima tijela AK koji *korespondiraju* dijelovima

ljudskog tijela koje treba *iscijeliti* (nanovo uspostaviti cijelima, tj. zdravima).

### 3.2 Svjesno disanje

Drugi temeljni postupak je *svjesno disanje*; možemo to shvatiti kao da Bog diše u nama; pri tom trebamo prihvatiti da kroz emanaciju sefirota Bog stvara fiziološke sustave u našem tijelu:

Svojim *udahom* On svoju snagu povlači natrag do svojih atributa;

Svojim *izdahom* On šalje svoju snagu kroz sefirote do fizioloških sustava.

Pritom možemo koristiti yoga tehniku *pranayama* kao tehniku koja će biti izvođena u znaku Kabala sadržaja. Navodim općenitu uputu; za praktično izvođenje potreban je stvarni susret učitelja i praktikanta:

Pri *udahu* ponavljamo ime dotične sefira, na pr.. „*Necah*“ i prepuštamo prirodnom procesu asociiranja da izazove pomisao na odgovarajući Božji *atribut* (u navedenom primjeru: pobjedu) i na odgovarajuće Božje *ime*.

Prilikom izdaha zamišljamo kako snaga Božjeg svjetla silazi u odgovarajući fiziološki sustav (ili tkivo). Potpuno smo zaokupljeni uvjerenjem da je Božja snaga zbilja otišla u dotični fiziološki sustav.

### 3.3 Nadvladavanje zlih poriva (*lehaknia jecer hara*)

Koliko štete može čovjeku u životu nanijeti slijedeće zlih poriva spoznali su i Kabalisti. Oni su, čak što više, razradili praksu nadvladavanja zlih poriva. Ova se praksa smješta u svijet *Jecira*, a to je svijet čistih likova što ih gleda duša *Ruah*. Duša *Ruah* reagira emocionalno na viđene likove – oni se njoj sviđaju ili su joj odbojni, i takva reakcija duše *Ruah* je jako važna, jer služi kao pokretač daljnjeg čovjekovog djelovanja, naime:

- ako se duši *Ruah* sviđaju likovi koje gleda, tada oni postaju čovjeku (kao cjelovitom biću) privlačni, tj. *privlačit* će ga na određene radnje iako se one *ne bi smjele* vršiti.
- ako se duši *Ruah* ne sviđaju likovi koje gleda tada oni postaju odbojni čovjeku kao cjelovitom biću, *odbijaju* ga od vršenja određenih radnji iako se one *moraju* vršiti.

Dakle, sviđanje ili nesviđanje može dospjeti u sukob s moralnim vidom neke radnje. Na pr. čovjeku se sviđa izgled tuđeg automobila, on je njemu emocionalno privlačan, ali to nije opravdani razlog da on sebi, protuzakonito *prisvoji* taj auto. Ili, drugi primjer, mladom čovjeku može biti privlačan lik neke djevojke, ali on mora u sebi zatomiti taj osjećaj sviđanja, jer je ta djevojka, recimo, zaručena za njegovog prijatelja, ili sl. Takav poriv na djelovanje koje može uroditi zlim posljedicama, ima u židovskoj etičkoj tradiciji svoje ime, a to je: *jecer hara*<sup>25</sup>, u prijevodu zao poriv.

Zbog toga je potrebno, da bi se izbjeglo zlo, odustati od djelovanja vođenog zlim nagonom (*jecer hara*); štoviše, potrebno je stalno podčinjavati zle porive u sebi, nadvladavati ih.. U praksi yoge govori se o *pratyahari* koja označuje izvlačenje psihičke energije iz domene (objekta) osjetila. Po analogiji, u Kabali *pratyahara* će označavati izvlačenje psihičke energije iz domene *zlih* poriva (*jecer hara*) te njeno preusmjeravanje u domenu *dobrih* poriva (*jecer hatov*). Takvu ćemo praksu nazvati: *lehaknia jecer hara*. To treba primijeniti na sve sefirote i njima odgovarajuće duševne usmjerenosti. Dajemo tabelarni pregled u kojem je vidljivo na koji način treba odvući pažnju od *jecer hara* i usmjeriti ju na *jecer hatov*:

---

<sup>25</sup> hebr. *ra*: zao; hebr. *tov*: dobar

Sefira	od Jecer hara	do Jecer hatov
Keter	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od tupe pospane i otupjele svijesti,	do prave transcendirajuće svijesti
Hokma	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od vrijednosno dezorijentiranog pogleda na stvarnost,	do pravog cjelovitog (holističkog) uvida
Bina	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od potpune raštrkanosti mišljenja, njegove izgubljenosti u detaljima,	do korisnog analitičkog pristupa
Hesed	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od rasipnog davanja,	do razumnog davanja u ljubavi
Gevura	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od škrtosti i prevelike strogosti,	do stava pravednosti
Tiferet	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od popuštanja i davanja prednosti jednom od sefirota: Hesed ili Gevura,	do uravnoteženog pristupa obima
Necah	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od tvrdoglavog nastojanja „glavom kroz zid“,	do hrabrog svladavanja prepreka.
Hod	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od prebrzog sustajanja,	do ozbiljne ustrajnosti
Jesod	odvući pažnju od negativnog vida	do istinskog sebe-



	duševne moći – u ovom slučaju od hedonističke samoživosti,	ozbiljenja
Malkut	odvući pažnju od negativnog vida duševne moći – u ovom slučaju od tupe bezobzirne nametljivosti,	do smjernog ponašanja i pozitivnog utjecaja na bližnje

### 3.4 Vršenje zapovjedi (*micvot*)

Božje zapovjedi, *micvot*, smještaju se na razinu *Asija* svijeta, jer se sastoje u nekom činjenju (hebr. *la'asot*: činiti) ili ne-činjenju. Međutim i same *micvot* možemo razmatrati na višim razinama – višim svjetovima (*olamot*) i višim razinama razumijevanja – *PaRDeS*. To je osobito prihvatljivo kad je riječ o tzv.. „Deset Zapovjedi“ za koje je bolji prijevod „Deset besjeda“<sup>26</sup>; uzmimo tzv.. prvu zapovijed, koja uopće *nije* zapovijed:

1, „Onda Bog izgovori ove riječi:

2 Ja sam Jahve, Bog tvoj, koji sam te izveo iz zemlje egipatske, iz kuće ropstva. Nemoj imati drugih bogova osim mene.“

Izgleda kao da nam sam tekst Biblije proturječi, jer piše „Nemoj imati...“, dakle *zapovijed*; međutim sam tekst u *izvorniku* nije u imperativu, nego u *futuru*, dan kao Božje jamstvo čovjeku, dakle: „Ti nećeš imati drugih bogova osim mene.“

Ako bi se tekst *micvot* razmatrao na svim višim razinama, onda bi on gubio svoju doslovnu namjenu da bude zapovijed činjenja (ili zabrana neželjenog činjenja); on bi sve više zadobivao dimenziju *viših* stupnjeva kabalističke prakse uzdizanja k Bogu, pa

---

<sup>26</sup> U Bibliji izvorno: *eser devarim*, što doslovno prevedeno znači: deset riječi, besjeda. Andre Chouraqui u knjizi „Deset zapovjedi danas“ daje podnaslov *Deset besjeda za pomirenje čovjeka s ljudskošću*.

izgleda kao da bi mogao i *zamijeniti* ih, nastupiti kao molitva, čitanje Tore, predanost Bogu. Zato predlažem da razmotrimo mjesto svakog člana prakse u sva četiri svijeta:

Svaku od zapovjedi možemo *vršiti* na sve četiri razine kao što biblijski tekst možemo *tumačiti* (davati mu smisao) na sve četiri razine u okviru *PaRDeS*. Dajemo tabelarni prikaz:

Na razini svijeta *Asija*: mehaničko izvršavanje zapovjedi, zato što se to mora činiti

Na razini svijeta *Jecira*: uživljanje u sadržaj micvot, *emocionalno* pristajanje uz nju, ali često praćeno čuvstvenim, afektivnim kolebanjem: sad mi se da, sad mi se ne da to činiti.

Na razini svijeta *Beria*: razmišljanje o micvot, traženje *racionalnih* razloga za i protiv; uvažavanje civilizacijskog napretka, znanstvenih stavova, i sl., sve vezano uz intelekt

Na razini svijeta *Acilut*: kao rezultat uzdizanja duše do najvišeg smisla nastaje *osnaženi* smisao, koji određuje akciju u *Asija* svijetu, i tada je to prava akcija, *zbijsko* (na najvišoj razini) vršenje micvot.

### **3.5 Djelovanje u vrlini (*lehagiv musari*)**

Ova se praksa smješta u svijet stvaranja – *Beria*, a to je svijet događanja Božje snage.

U svijetu postoji kretanje snage koja u krajnjoj instanci dolazi od Boga, pa možemo govoriti o dinamici *Božje* snage. Ta dinamika može često biti turbulentna, i snažno pobuditi energijski ustroj čovjeka koji je, to dobro znamo, snagosno biće. Duša *Nešama* koja korespondira svijetu *Beria* – u kojemu se zbiva kretanje (Božje) snage, osjeća djelovanje snage na čovjekovo tijelo, jer je ona sama jedna od sastavnica jedinstvenog sklopa duše i tijela. No, duša *Nešama* je po svom bitnom određenju umna, *misleća* duša (u Aristotela: *dianoetike psyhe*); u čemu se sastoji umnost duše

*Nešama* ako ne u tome da umno reagira na događaje u svijetu; takve umne, umom osmišljene reakcije na kretanje snage u svijetu ja zovem vrlinama, zapravo u tome vidim pravi *smisao* vrline. Koje su to vrline?

Prema učenju kabaliste Yitzchak Ginsburgha za svaku sefira postoji određeni atribut duha – što ja zovem vrlinama:

Sefira	Božji atribut	atribut duha, odnosno: vrlina
Keter	Božja uzvišenost	emuna: vjera ta'anug: blaženstvo racon: volja
Hokma	Božja mudrost	bitul: samozatajnost
Bina	Božji um	simha: radovati se stalno
Hesed	Božja ljubav	ahava: ljubav
Gevura	Božja pravednost	jira: strahopoštovanje pred Bogom
Tiferet	Božja ljepota	rahamim: milosrdnost
Necah	Božja pobjeda	bitahon: povjerenje (u Boga)
Hod	Božja slava	temimut: iskrenost
Jesod	Božji temelj	emet: istinoljubivost
Malkut	Božje kraljevstvo	šiflut: poniznost

Ukoliko smo prethodno primijenili praksu *lehaknia jecer hara* (nadvladavanje zlog poriva), tada smo učinili prvi korak u smjeru dobrog djelovanja (djelovanja k dobru) – suočili smo se s *vizualnim* vidom događaja/pojava koji nas je mogao odvesti u lošem smjeru, u smjeru zla. U praksi *lehagiv musari* suočujemo se sa *snagosnim* (energijskim) vidom događaja, koje duša *Nešama* nadvladava tako što traži umni odgovor na vanjske događaje, kratko rečeno: reagira vrlinom.

#### 4. LITERATURA

1. Amerl, Rudolf (1997), *Hebrejsko-hrvatski rječnik*. Zagreb: Kršćanska sadašnjost.
2. Bettini, Dolores (2004), *Kabala – Stvaranje svijeta*. Zagreb: CID-NOVA.
3. Bischoff, Erich (2014), *Die Kabala*. Köln: Verlag: Anaconda.
4. *Der Sohar – Das heilige Buch der Kabala* (aus dem hebraischem übertragen und herausgegeben von Ernst Müller. Diederichs gelbe Reihe.
5. Domaš, Jasminka (2003), *Židovska meditacija*. Zagreb: MISL
6. Domaš, Jasminka (2006), *Kabalističke poruke*. Zagreb: MISL
7. Domaš, Jasminka (2015), *Dan po dan- židovska duhovnost*. Zagreb: Litteris.
8. Drob, L. Sanford (2000), *Kabalah Metaphors: Jewish mystical themes in ancient and modern thought*. Jason Aronson
9. Drob, L. Sanford (2000), *Symbols of the Kabalah: philosophical and psychological perspectives*. Jason Aronson.
10. Elior, Rachel (1993), *The Paradoxical Ascent to God: The Kabalistic Theosophy of Habad Hasidism*. SUNY Press.
11. Elior, Rachel (2007), *Jewish Mysticism: The Infinite Expression of Freedom*. Littman.
12. Goetschel, Roland (2010), *Kabala*. Zagreb: Jesenski i Turk.
13. Green, Arthur (2004), *A Guide to the Zohar*. Stanford University Press.
14. Grözinger, Erich (2014), *Kafka und die Kabala*. Frankfurt: Campus Verlag.

15. Kaplan, Aryeh (1982), *Meditation and Kabbalah*. Boston: Weiser Books.
16. Kaplan, Aryeh (1997), *Sefer Yetzirah: The Book of Creation*. Boston: Weiser Books.
17. Kaplan, Aryeh (2009), *Židovska meditacija: Priručnik*. Prevela Dolores Bettini. Zagreb: Židovska zajednica Bet Israel.
18. Langer, Georg (1989), *Die Erotik der Kabbala*. Munchen: Diederichs.
19. Leet, Leonora (1999), *Renewing the Covenant: A Kabbalistic Guide to Jewish Spirituality*. Inner Traditions.
20. Leet, Leonora (1999), *The Secret Doctrine of the Kabbalah: recovering the key to Hebraic sacred science*. Inner Traditions.
21. Leet, Leonora (2003), *The Kabbalah of the Soul: The Transformative Psychology and Practices of Jewish Mysticism*. Inner Traditions.
22. Leet, Leonora (2004), *The Universal Kabbalah: Deciphering the Cosmic Code in the Sacred Geometry of the Sabbath Star Diagram*. Inner Traditions.
23. Maier, Johann (2004), *Die Kabbalah: Einführung – Klassische Texte – Erläuterung*. München: Beck Verlag
24. Matt, Daniel C. (2006), *Suština kabale*. Zagreb: VBZ
25. Parfitt, Will (2001), *The Complete Guide to Kabbalah: How to apply the Ancient Mysteries of the Kabbalah to Your Everyday Life*. Rider.
26. Patterson, David (2005), *Hebrew Language and Jewish Thought*. London: Routledge.
27. Schochet I. Jacob (1988), *Mystical Concepts in Chassidism*. New York: Kehot Publication Society.

28. Schochet I. Jacob (1995), *The Mystical Tradition*. New York: Kehot Publication Society.
29. Schochet I. Jacob, Schochet I. Jacob (1995), „*Deep Calling Unto Deep*“. New York: Kehot Publication Society.
30. Scholem, Gerschom (1995), *Major Trends in Jewish Mysticism*. New York: Schocken Books.
31. Scholem, Gerschom (1996), *Über einige Grundbegriffe des Judentums*. Suhrkamp
32. Scholem, Gerschom (2013), *Zur Kabala und ihrer Symbolik*. Suhrkamp.
33. *The Zohar*, Translation and Commentary by Daniel C. Matt. Pritzker Edition. Stanford University Press.
34. Tzadok Ariel (1996-2004), *The Fundamentals of Kosher Kabbalah: A Guide to Kabbalistic Concepts And Terminology*. [www.KosherTora.com](http://www.KosherTora.com)
35. *Zohar – The Book of Splendor* (1977), Edited by Gerschom Scholem. New York: Schocken Books.

### **Preporučene knjige na web stranicama:**

1. Na stranici [www.inner.org](http://www.inner.org) mogu se čitati i skidati izvrsni tekstovi od rabi  
**Yitzchak Ginsburgh**; preporučujemo barem neke od njih:
  - *Body, Mind and Soul: Kabbalah on Human Physiology, Disease and Healing*.
  - *The Basics of Kabbalah*
  - *The Hebrew Letters: The Mystical Significance of Hebrew Letters*.
2. Na stranici [www.chabad.org](http://www.chabad.org) mogu se naći dobri, stupnjevani po težini, uvodi u hasidizam i Kabalu

3. Dobri članci u akademskom stilu (ozbiljni i informativni),  
nalaze se na ovoj  
stranici: [www.newKabah.com](http://www.newKabah.com)

Iz biografije pisca:

## Miljenko Brkić



Rođen 22. Travnja 1946. u Zadru. Diplomirao filozofiju i francuski jezik u Zagrebu.

Doktorirao filozofiju na temu „Filozofija i paideia u Hegelovu djelu“. Radio kao profesor na katedri za filozofiju odgoja na Učiteljskom fakultetu u Zagrebu. Objavljivao znanstvene i stručne članke; objavio knjigu „Filozofija koja odgaja“ (2006).

Živi u Karlovcu i intenzivno se bavi Kabalom (objavljuje članke o Kabali u Wikipediji, video priloge na Youtube-u i na web stranici [www.academia.edu](http://www.academia.edu)).

**Kontakt:** [miljenb@gmail.com](mailto:miljenb@gmail.com)





## **Prilog – Ugovor o korištenju digitalnih knjiga**

*Digitalne knjige by Impero present dopušteno je koristiti samo za osobne potrebe korisnika, čime želimo izbjeći bilo kakvu mogućnost zloupotrebe autorskih prava autora knjige. Korisnici ih mogu slobodno pregledavati, kopirati, umnožavati te pokazivati i slati prijateljima ili svim onim za koje misle da bi ih takvo što moglo zanimati, no svaka druga vrsta distribucije digitalnih knjiga ostaje isključivo i nepovredivo pravo stranice [www.digitalne-knjige.com](http://www.digitalne-knjige.com).*

*Nenad Grbac iz Zagreba, kao nakladnik, s jedne strane (u daljnjem tekstu: nakladnik) i posjetitelj stranice [www.digitalne-knjige.com](http://www.digitalne-knjige.com) kao korisnik usluge (u daljnjem tekstu: korisnik) zaključuju klikom na link *Prihvaćam ugovor o korištenju knjige prije njezina preuzimanja(download)*, sljedeći:*

### **UGOVOR O KORIŠTENJU DIGITALNIH KNJIGA by IMPERO present**

#### **čl. 1.**

*Ugovorne strane su suglasne da se digitalnim knjigama nakladnika korisnik može koristiti samo za osobne potrebe, pri tome ničim ne ugrožavajući autorska prava nakladnika i pisaca koji su nakladniku dali suglasnost da objavi njihovo djelo.*

#### **čl. 2.**

*U skladu s prethodnim člankom, korisnik knjigu može pregledavati, kopirati, umnožavati i slati svima onima za koje smatra da bi ih knjiga mogla zanimati, a nije mu dopušteno mijenjati sadržaj knjiga, dopunjavati ga, kao ni bilo kakva izmjena u izvornome kodu knjiga (bilo u binarnom ili izvršnom obliku).*

čl. 3.

*Ugovorne strane su suglasne da je svaka druga vrsta distribucije digitalnih knjiga nakladnika zabranjena odnosno isključivo i nepovredivo pravo nakladnika.*

čl. 4.

*Slijedom prethodnog članka zabranjena je bez znanja i suglasnosti nakladnika i pisaca bilo kakva komercijalna ili reklamna upotreba digitalnih knjiga, njihovo korištenje u državnim i privatnim ustanovama (fakultetima, školama, knjižnicama, knjižarama i slično).*

čl. 5.

*Temeljem članka 3. ovoga ugovora zabranjena je i distribucija digitalnih knjiga nakladnika putem elektroničkih medija i Interneta.*

čl. 6.

*Ovaj ugovor zaključuje se na neodređeno vrijeme, a sve sporove proizašle iz njega ugovorne strane će nastojati riješiti sporazumno, dok se u suprotnome ugovara stvarno nadležan sud u Zagrebu.*

Miljenko Brkić

# PRAKSA KABALE – PUT UMA, SRCA I ČINA

*Vlastita naklada*

*Nenad Grbac*

*Srednjaci 22, Zagreb*

*Mob: **095/853-03-40***

*E-mail: [digitalne.knjige@gmail.com](mailto:digitalne.knjige@gmail.com)*

**Urednik:**

*Nenad Grbac*

**Brkić, Miljenko**

**PRAKSA KABALE – PUT  
UMA, SRCA I ČINA**

[www.digitalne-knjige.com](http://www.digitalne-knjige.com)

**ISBN 978-953-354-265-2**



