

Miljenko Brkić

Teosomatska kabala



www.digitalne-knjige.com

Miljenko Brkić

Teosomatska kabala



2021. godine

Izjava o odgovornosti:

Informacije koje ćete čitati u ovoj knjizi služe kao uvod u učenje Kabale. Knjiga ne daje zdravstvene savjete niti služi dijagnozi ili liječenju pojedinačnog zdravstvenog problema. Ona nije zamjena za stručni savjet i usluge koje daje kvalificirani liječnik. To se osobito odnosi na primjenu uputa o radu joga asana, pranajame ili meditacije. Za taj rad potreban je osobni kontakt s kvalificiranim učiteljem joga.

Grafička napomena:

Hebrejsko slovo Het (ח) transliterirali smo kao **H** i **h**; čitaju se kao grleno h, kao u njemačkoj riječi Bach.



*© 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.*

*„Sama naša tjelesnost, ... je u stvari
refleksija najdubljih Božjih tajni.“*

Nathan Wolski

Pripremio : Miljenko Brkić

Uredio i obradio: Nenad Grbac

Sadržaj:

0. PREDGOVOR	07
1. POJAM TEOSOMATSKE KABALE	09
1.1 Uvodno o Kabali	09
1.2 Određenje Boga u Kabali	14
1.2.1 Mysterium fascinans et tremendum	15
1.2.2 Bog je punina (smisla)	17
1.2.3 Bog određen Božjim atributima	18
1.3 Bog i Adam Kadmon	20
1.4 Bog u čovjekovom tijelu	22
1.5 Bog i tijelo u knjizi Sefer Jecira	25
2. RAZINE TIJELA	28
2.1 Otkuda razine tijela	28
2.2 Razine tijela u Božjem stvaranju	33
2.3 Adam Kadmon	38
2.4 Tijelo unutarnjeg govora	40
2.5 Tijelo unutarnjeg pokreta	42
2.6 Tijelo unutarnje slike	43
2.7 Fizičko tijelo	44
2.8 Somatski korelati duše	50
2.9 Bog i čovjekova osobnost?	53
2.9.1 Bog u tijelu svetih ljudi	54
2.9.2 Manifest cjelovitog življenja	55
3. PRAKSA TEOSOMATSKE KABALE	57
3.1 Bog – duša – tijelo	57

3.2 Emanacija Božjih atributa u fiziološke sustave	58
3.3 Teosomatska Kabala na razini tijela	63
3.3.1 Kako zadobiti iskustvo razina tijela	63
3.3.2 Praksa za više razine tijela kroz Kabala vježbe	64
3.3.3 Kabala ples za sefira Jesod	65
3.3.4 Sebeozbiljivanje kao nastavak života u potomstvu	67
4. PRAKSA UZDIZANJA ZA SVE SEFIROTE	71
5. TEOSOMATSKA KABALA U ISCJELJIVANJU	79
5.1 Iscjeljivanje poremećene fiziologije	82
5.1.1 Joga-asane u Kabala praksi	85
5.1.2 Praksa pranayame u iscjeljivanju	86
5.1.3 Pranayama i sefiroti	88
5.1.4 Ispravan odmor i spavanje	88
5.2 Suživot s bližnjima	89
6. TEOSOMATIKA KAO DUHOVNA PRAKSA	90
6.1 T'fila ili kako vjerodostojno moliti	90
6.2 Put sjedinjenja s Bogom - mistika	90
6.2.1 Zašto se odricati svijeta?	92
7. ZAKLJUČAK	93
8. LITERATURA	94
9. LEKSIKON OSNOVNIH POJMOVA	98
10. SAŽETAK/ABSTRACT	110
11. BILJEŠKA O AUTORU	114



0. PREDGOVOR

Teosomatska Kabala je naziv za onu Kabalu koja direktno povezuje, kako u teoriji tako i u praksi, Boga i ljudsko tijelo. U ovoj knjizi razmatrat ćemo, iz očišta Kabale, odnos Boga i tijela, razine tijela, praksu na svim razinama tijela, mogućnosti iscjeljivanja u teosomatskoj Kabali i duhovnu praksu. U svijesti ljudi tijelo i duša ostaju i nadalje odvojeni kao dvije različite stvari i u tome ih podržava naslijeđe europske intelektualne tradicije, ne samo znanstvene nego i duhovne. Po **Descartesu** duh (*res cogitans*) i tijelo (*res extensa*) su dvije odvojene supstancije u kojima se procesi odvijaju paralelno; po **Spinozi** duh (*mens*) i tijelo (*corpus*)¹ su jedna te ista stvar viđena čas pod vidom kogitacije², čas pod vidom ekstenzije; u znanstvenoj psihologiji događaji u tijelu – fiziološki procesi, uzrok su psihičkim stanjima. U kršćanskoj teoriji duh i tijelo su tako razdvojeni da duh mora potisnuti tijelo da bi čovjek postao slobodan³.

U knjizi pokušavamo pokazati da fizičko tijelo nije naprosto najniža razina čovjekova bića, nego da se i ono pojavljuje na sve finijim razinama egzistirajući paralelno s razinama duše. Štoviše, pokazat ćemo da je moguća i praksa na tim finijim razinama tijela. Vjerujemo da ćemo na taj način nadići dihotomiju duše i tijela i time

¹Per corpus intelligomodumqui Dei essentiamquatenusutres extensa consideratur, certo et determinato modo exprimit; vide corollariumpropositionis 25 partis I.

²*Etika* III. dio, propozicija 2, sholium: mens et corpus **unaademqueres** sit quæjam sub cogitationisjam sub extensionisattributoconcipitur

³ „Duh je onaj koji oživljuje, tijelo ne koristi ništa.“ Iv 6,63

sadržajima duše dati snagu zbiljskog postojanja, a tijelu dati sadržaje koji nadilaze puko fiziološko funkcioniranje, tako da ono ne bude tek ono životinjsko u čovjeku.

Osim teorijskih razmatranja knjiga razmatra i mogućnosti primjene u svakodnevnom življenju, u iscjeljivanju i u duhovom životu. Za bilo koju primjenu nekog učenja potrebno je dobro ovladati teorijskim postavkama tog učenja, stoga čitatelju preporučujemo da se najprije upozna s učenjem Kabale i to one koja od čitatelja traži ozbiljnost i trud u čitanju knjiga. Ne postoji kratki, mehanički i lagodan put u Kabalu; ona zahtjeva vjeru u Boga kao najviši um i snagu koja stvara i održava svijet. Zahtjeva aktivno zaživljavanje teorijskih postavki duboko u sebi, na način autentičnog intimnog doživljaja.

1. POJAM TEOSOMATSKE KABALE

1.1 Uvodno o Kabali

Kabala je postala predmetom ozbiljnog akademskog proučavanja još u prvoj polovici prošlog stoljeća. Poznato je ime Gershom Scholema (1897-1982) prvog profesora na katedri za proučavanje židovske mistike na Jeruzalemskom sveučilištu. Njegova knjiga „Kabala i njezin simbolizam“ predstavlja prvi ozbiljni rad u proučavanju Kabale. Nakon duge zatvorenosti unutar rabinskih učilišta postala je, zahvaljujući hasidskom pokretu u XVIII stoljeću, otvorena za širi krug ljudi; zadobila je veliku popularnost, ali istovremeno je postala predmetom površnog bavljenja i komercijalizacije, pogotovo u krajem prošlog stoljeća. Što je to Kabala?

Najprije, što ona *nije*:

Kabala *nije ateistička*⁴, naprotiv ona pretpostavlja vjeru u jednog Boga i veliki dio njenog opusa usmjeren je na tumačenje Biblije (Tora, Pjesma nad pjesmama,...);

Kabala *nije dogmatska*, naprotiv ona je otvorena za daljnje istraživanje pa ostaje živom kroz nove doprinose smjelih istraživača;

Kabala praksa se *ne svodi ni na kakve „tehnike“* koje bi prakticiranje Kabale učinile jednostavnom i ugodnom; naprotiv, Kabala praksa zahtjeva aktivni pristup kroz meditaciju, molitvu, ljubav prema Bogu, i sl.

⁴ Prakticirati Kabalu bez vjere u Boga, kako je on prikazan u židovskoj tradiciji, je nemoguće. Temeljno djelo Kabale – *Sefer HaZohar* („Knjiga sjaja“) sastoji se od tumačenja tekstova Tore.

Naziv „Kabala“ dolazi od korijena קבל (KBL) što znači primiti, u smislu primiti naslijeđeno učenje. Kabala pripada duhovnoj tradiciji judaizma i sastoji se kako u *tumačenju* dubljeg smisla biblijskih tekstova, tako i u *mističkom* pristupu krajnjoj tajni postojanja svijeta i čovjeka. Mistički pristup je takav u kojem se duboko u sebi proživljavaju temeljne postavke nekog učenja. Kabala se ne sastoji u improviziranom pristupu duhovnosti, višim svjetovima i Bogu, nego pretpostavlja zadani pojmovni okvir unutar kojeg se kreće kako teorijsko učenje tako i praksa. Glavni pojmovi u okviru Kabala učenja su:

Sveukupno postojanje je beskrajna snaga i beskonačni um koji se u Kabali naziva **En Sof**⁵ (*en*= bez; *sof*=granica, kraj) – ono Bezgranično koje 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 **Bog** u ljudskoj predodžbi. *En Sof* se često koristi kao sinonim za Boga, ali *En Sof* prethodi bilo kojoj manifestaciji, ili bilo kojem biću u svijetu.

Božji atributi* su svojstva koja se pripisuju Bogu, a u Bibliji ih nalazimo u 1. *Ljetopisa* 29,11: Uzvišenost, Mudrost, Umnost, Milosrdna ljubav, Pravednost, Ljepota i sklad, Pobjedonosnost, Slava, Biti-svemu-temelj (i: Biti izvor života), Kraljevstvo. Stvaranje svijeta se zbiva kroz emanaciju Božjih atributa u prazan prostor što ga Bog stvara procesom zvanim **cimcum**, što označuje povlačenje Boga iz jednog dijela kozmosa da bi potom u taj prazan prostor emanirao svoje atribute. **Emanacija*** označuje proistjecanje Božjih

⁵ Zvezdica (*) uz riječ upućuje na *Leksikon* gdje se daje značenje te riječi.

atributa i njihovo manifestiranje na četiri **razine svjetova** (*arba olamot*):

- **Adam Kadmon** – prva emanacija iz bezgraničnog prostora koji sadrži čiste biti Božjih atributa smještene u čovjekoliku konfiguraciju zvanu „Stablo života“ (*Ec Hajim*);
- **Acilut** – svijet u kojem Bog *izgovara* buduća bića, naime po njegovoj riječi ona bivaju stvorena;
- **Beria** – svijet u kojemu Bog izvodi iz sebe *snagu* stvaranja (tvar i energiju)⁶, onu snagu kojom će bića postati zbiljska;
- **Jecira** – svijet u kojem Bog izvodi iz sebe *likove* budućih bića kojima će oblikovati snagu koju je iz sebe izveo u svijetu *Beria*;
- **Asija** – svijet konkretnih pojedinačnih *stvorenih* bića koja su djelatna i u međusobnoj povezanosti i interakciji.

Tim razinama svjetova odgovaraju i **razine duše**:

- **Jehida** („jedincata“) - najviša razina duše koja odgovara *Adam Kadmonu*, bolje rečeno sadrži ga u sebi; to je duša koja teži sjedinjenju s Bogom kroz priljublivanje (*d'vekut*, doslovno: priljepljivanje) i kroz praksu *jihudim* koja se sastoji u objedinjavanju Božjih atributa.

⁶ Problem *creatio ex nihilo* (stvaranje iz ničega) razrješava se upravo time što Bog izvodi **iz samoga sebe** tvar i energiju (snagu) potrebnu za stvaranje.

- **Haja** – duša na razini svijeta *Acilut* u kojem Bog govori, izgovara buduća stvorenja, govori čovjeku izdajući mu svoje zapovijedi, obraća mu se u vizijama proroka i sl.; sam čovjek, ukoliko se uzdigne do te razine duše, obraća se Bogu u molitvi, razgovarajući s Bogom i slušajući Božji nagovor.
- **Nešama** – misaona duša koja reagira na događaje u tijelu i okolišu i reagira tako što stvara misaone obrasce u funkciji vrednovanja dobra i zla (etičke vrline);
- **Ruah** – duša koja opaža čiste likove (likove kao takve nevezane za materijalna bića) i reagira na njih sviđanjem ili nesviđanjem;
- **Nefeš** – duša koja oživljuje organsko tijelo: upravlja fiziologijom svih vitalnih i osjetilnih organa (oči, uši,..).

Sefiroti* (jednina: sefira⁷) su temeljni pojam Kabale i označuju *kanale, putove* kroz koje, ili u kojima se očituju Božji atributi na putu manifestiranja. Sefiroti se organiziraju u **parcufime** (parcuf = lice), možemo reći „obličja“ Božja koja imaju odlike osobnosti. To su *Abba* („Otac“), *Imma* („Majka“), *Zeir Anpin* („Malo lice“ ili „Sin“), *Nukva* („Kći“ ili *Šehina* – Božje prisustvo na Zemlji). Sefiroti, njih deset, organiziraju se u tzv. „Stablo života“ koje predstavlja čovjekoliki prikaz položaja sefirota i njihova međudjelovanja.

⁷ Riječ „sefira“ (hebr: ספירה) je *ženskog* roda; množina glasi „sefirot“ (hebr: ספירות), ali to nije muški rod iako tako zvuči. Riječ *sefira* nećemo sklanjati, dakle u tekstu će biti ova sefira, od ove sefira, ovoj sefira, ovu sefira, o toj sefira, s tom sefira. Riječ „sefiroti“ koja je već kroatizirana, sklanjati ćemo na način: ovi sefiroti, ovih sefirota, ovim sefirotima, ove sefirote, sa sefirotima.

Bog je naziv za dinamički sklop Božjih atributa u njihovoj bitnoj prirodi (u njihovim čistim bitima). U Kabali praksi treba se uzdizati kroz svjetove (*olamot*):

Jecira – čisti lik atributa;

Beria – snagosni vid atributa;

Acilut – logosni vid atributa;

En Sof – Božji atributi u njihovim bitima kako one proizlaze iz beskrajne potencije Božjeg uma i snage.

Kad kažem „dinamički sklop“ onda to upućuje na živi, *dinamički* odnos među Božjim atributima, a takav odnos je prikazan u Stablu života (*Ec Hajim*). Dakle idemo redom počam od Božje uzvišenosti (*Keter*) koja navodi čovjeka na traženje mudrosti; mudročću (*Hokma*) treba natkriljivati rad intelekta (*Bina*) pomagati mu u održavanju pogleda na cjelinu. Sefira *Bina* vodi do Božje ljubavi i milosrdnosti (*Hesed*) koja ne smije pretjerati, a u tome joj pomaže Božji atribut *Gevura* (stroga pravednost); potreban je sklad jedne i druge sefira što što će biti funkcija sefira *Tiferet* (Božja ljepota). Nakon što je uspostavljen sklad ljubavi i pravednosti čovjek će moći krenuti u djelovanje, najprije u pobjedonosno nadvladavanje prepreka u vrlini *bitahon* (povjerenje u Božju pobjedu) – sefira *Necah*; međutim uspjeh u pobjedonosnom hodu mora biti nadopunjen slavljenjem Boga i njegove beskrajne slave (svjetlosti, metafora koja označuje snagu), a to je uloga sefira *Hod* (slava). Tek u harmoničnom skladu pobjeđivanja i slavljenja Boga čovjek može krenuti u sebe-ozbiljivanje u istini (*emet*), u uživanje života i ostavljanju potomstva što je domena sefira *Jesod*. I onda, na kraju puta pripremljen spoznajom (*Hokma, Bina*), učvršćen u emocionalnom skladu (*Hesed, Gevura, Tiferet*), ojačan i prekaljen u stvarnom djelovanju (*Necah, Hod i Jesod*) čovjek se može nadati ulasku u kraljevstvo Božje, postati sudionikom kraljevstva i smjerno

služiti Kralju svijeta – svemogućem Bogu stvoritelju svega (sefira *Malkut*).

1.2 Određenje Boga u Kabali

Čovjekova potraga za Bogom konstitutivna je za smisao što će ga Bog imati za čovjeka, ne za *postojanje* samog Boga – tvrditi ovo zadnje bilo bi ravno ateizmu! Bog je cilj i predmet našeg traženja, ali i samo traženje je konstitutivni element smisla onog što tražimo – Boga. Ne možemo naći Boga tamo negdje – u visinama – ako se nismo uputili na put, ako nismo na putu *traženja* Boga. Na početku svega ne postoji neki osobni Bog, da bi On bio *osoban* mora biti u odnosu s nekim drugim, da bi taj drugi bio mora ga Bog stvoriti.

U početku, ili prije početka svega, postoji ono **bezgranično**, neiskazivo **En Sof** (אין סוף; *en=bez; sof= granica*). *En Sof* je i **bezlično** (**Loiši** לֹא אֵיִשִׁי) Kad se unutar tog *Bezgraničnog* (Jaspers to naziva „Sveobuhvatno“) javi neko vrtloženje onda to upućuje na postojanje neke **volje**⁸ koja hoće svijet da bi se u njemu ozbiljila, očitovala, sebe-ogledala. Postojanje volje u onom Bezgraničnom upućuje na postojanje nekog *Tko* koje ima volju, koje hoće nešto, koje hoće stvoriti svijet da bi se u njemu očitovao, i, to je ono što zovemo Bog. U području religije, u horizontu religijske predodžbe, izvor sveg postojanja odmah je predočen kao Bog.

⁸ Schopenhauer o volji tvrdi: volja je ono što Kant misli pod **Dingansich** (stvar o sebi): jednostavna esencija koja leži ispod svih stvari i pojava

1.2.1 **Mysterium fascinans et tremendum**

Obično se govori o tome **što** Bog stvori – nebo i zemlju, kopno i more, biljke i životinje, ali se premalo misli o samom *stvaranju*, o onom „stvori“ (u Bibliji: *bara*) – *bara Elohim*.

Bog stvara svojim umom i svojom snagom. Za stvaranje onog što je prethodno *izrekao* (na razini svijeta **Acilut**) Bog iz sebe samog izvodi **snagu** potrebnu za stvaranje – to se zbiva na razini svijeta **Beria** (svijet stvaranja). Nadalje, tako iz sebe izvedenu snagu Bog oblikuje – u skladu s onim što je izrekao – likovima iz svojeg beskrajnog uma, a to se zbiva na razini svijeta **Jecira** (svijet oblikovanja). Na kraju procesa Božjeg stvaranja (to je svijet **Asija**, svijet akcije) nastaje konkretno pojedinačno biće i u svakom od njih i dalje je prisutna i djelatna kako Božja snaga tako i Božji um.

Bog stvori (*bara*) čovjeka na svoju sliku (*b'calmo*); ta slika (*celem*) je prva manifestacija (uobličenje) *En Sofa* u *Adam Kadmon*⁹; Bog stvori čovjeka na sliku i priliku AK, stoga je ljudsko tijelo svojevrсна replika ili kopija AK-a. U knjizi *Postanka* prvi, od Boga stvoreni živi čovjek naziva se *Adam Rišon* (*prvi* čovjek).

U složenom čovjekovu tijelu, nadasve inteligentno strukturiranom, prisutan je Bog kako svojim umom tako i svojom snagom¹⁰:

Bog je **u** čovjeku, ali čovjek *nije* Bog; Čovjek, kao cjelina duše i tijela, slika je Boga jer je pravljen na sliku (*b'calmo*) Božju; Bog *nije* slika čovjeka, nego je čovjek slika Boga.

⁹ U daljnjem tekstu rabiću kraticu **AK**

¹⁰ **Nathan Wolski** to izriče kategorički: „Ourveryphysicality, ..., is actually a reflection of the deepest mysteries of God,...“ (*A Journey into the Zohar*, Suny Press, p 51)

U meni, u mojem tijelu, stalno je djelatna beskrajna Božja snaga, ali raspoređena po mjeri *umnog* ustroja¹¹ ljudskog tijela, jer je u ljudskom tijelu djelatna beskrajna Božji um.

Božja snaga je u temelju sveg stvaranja jer njome bića u Božjem govoru postaju zbiljskima. Božja se snaga utjelovljuje u mnoštvenosti svijeta i u njima je raspršena. Ljudi su vezani za tu raspršenost, a praktikantu Kabale stalo je do toga da se vrati na izvor – u doživljaj same Božje snage kao takve. Je li to uopće moguće za čovjeka? Može li čovjek vidjeti Boga licem u lice – stati pred silnu i beskrajnu snagu – i ostati živ?¹²

Možemo razmišljati o Božjoj snazi kroz modus protežnosti, gibanja, pulsiranja, interaktivnog povezivanja, inertnosti i krutosti, ali ne možemo misliti ono što je u *osnovi* tih modusa: silnu, nezamislivu Snagu Božju – *ona* je ta koja se uprostoruje (proteže), koja se giba i izaziva promjene gibanja, koja se kontraktira i dilatira (pulsira), koja se interaktivno povezuje u svim svojim dijelovima, koja se održava otpornom na promjene i nestajanje. Ono što mi opažamo to je Božja snaga u svojim *modusima*, ali ne opažamo i samu Snagu. Zbog toga stupamo u odnos s njom, zauzimamo stav **strahopoštovanja** pred tako strašnom snagom i **divljenja** nad njenom beskrajnom veličinom – to je smisao sintagme „**mysterium fascinans et tremendum**“. Time dolazimo do izvora vjerskog života: *jirat Jahve* i **pouzdanje** u njegovu milosrdnu ljubav. Tome odgovaraju dvije sefira i njihove projekcije na ljudskom tijelu:

desna ruka – **Hesed** (Božje milosrđe),

¹¹ Ustroja (strukturiranja) po *Božjem* umu!

¹² Knjiga Izlaska 33,20: A ti", doda, "moga lica ne možeš vidjeti, jer ne može čovjek **mene vidjeti** i na životu ostati. (lotukalliroet et panaj ki lojir'aniha'adamvahaj).

lijeva ruka – **Gevura** (strahopoštovanje pred Bogom). Tu prestaje svako znanstvovanje (teologija) čisto umni stav spram Boga (njegove ljubavi i snage); čovjek treba ići dalje u stav predanosti i ljubavi spram Boga, u jedno *vezivanje* za Boga, a to je izvor prave religioznosti¹³. U Kabali je to vezivanje prisutno kao „priljubljanje“ (*d'vekut*).

1.2.2 Bog je punina (smisla)

Iz Božje punine razvija se *svijet*. Sve je u Bogu sadržano: On jest ta u-samoj-sebi-sve-sadržavajuća-punina. Bog je ona volja koja iz te punine *pro-izvodi* sva bića:

a) Svojim *govorom*: iz Punine koja u sebi sadrži sva moguća imena (*Punina-imena*), On doziva u postojanje tako da naredi da nešto bude (*J'hi or vaj'hi or*).

b) Iz Punine sebe kao *snage* (*Punina-snaga*) stavlja u pokret proces stvaranja određenim imenom zazivanog bića.

c) Iz Punine sebe kao mnoštva *likova* (*Punina-likovi*) Bog odabire onaj pojedinačni lik u kojem će se uspješno odvijati razvoj snage u procesu stvaranja bića.

Takva je punina koja stvara; je li Ona neki svjesni *Tko* – Bog? Ili joj to svojstvo subjekta (biti osoba) pridaje čovjek po analogiji svoje osobnosti, svjesnosti, htjenja, emocija. Ili obrnuto, *Bog* je sve to: osoba, volja, govor, snaga, a čovjek je tek blijeda replika tih

¹³ Riječ „religija“ podrijetlo od **re-ligare** = ponovo vezivati /sebe s Bogom. Po Ciceronu religio je **kultumdeorum**, "pravilno izvođenje obreda u čast bogova".

svojstava pa je čovjek osoba, jer postoji Bog koji je Osoba, Bog koji je Volja koja, Bog koji je govor, Bog koji je snaga.

U početku bijaše punina i ta punina ima volju, ona govori, dinamična je, i sebe razvija (odvija) u bezbroj likova. Ta punina je Bog.

Punina sebe razvija kroz svojih **deset atributa**; njihov put ide od onog Bezgraničnog (*En Sof*), preko svijeta *Acilut* – razina Božjeg govora, svijeta *Beria* – razina kretanja Božje snage, svijeta *Jecira* – razina Božjih likova do ovog fizičkog, vidljivog svijeta *Asija*. Tako svako stvorenje možemo smjestiti u matricu koja određuje položaj bića u dimenziji Božjih atributa i dimenziji svjetova (olamot).

1.2.3 Bog određen Božjim atributima

Bog je naziv za **dinamički sklop Božjih atributa u njihovoj bitnoj prirodi**¹⁴ (u njihovim čistim bitima). U Kabali praksi treba se uzdizati kroz svjetove (olamot):

Jecira – čisti lik atributa;

Beria – snagosni vid atributa;

Acilut – logosni vid atributa;

En Sof – Božji atributi u njihovim bitima kako one proizlaze iz beskrajne potencije Božjeg uma i snage.

Kako misliti, intuirati i kontemplirati Božje atribute?

U tome nam pomaže teosomatska Kabala koja pokazuje kako se polazeći od činjenica našeg tijela uzdižemo postupno do Boga: od tijela (*soma*) do Boga(*theos*).

¹⁴ To bi se moglo uzeti kao **definicija** pojma Bog. U engleskom prijevodu: a dynamic set of God's attributes in their essential nature. Hebr: *Ma'arakdinamišelte • unot haEl b' ofijinhamahuti*

Na primjeru sefira **Jesod**: polazeći od erotskih senzacija uzdižemo se do Božjeg atributa Biti-izvor-života (*lihjotmakor hahajim*). Kada slušamo divno pjevanje prožeto notom erotičnosti (primjer: Pierre Attaignant, *Puisquevivre en servitude*) tada ne treba težiti *realizaciji* erotičnog ugođaja u svijetu Asija, nego treba ići putem prema gore: duševni poriv => vrlina **emet** => Božje ime *El Haj Šadaj* => bit Atributa.

Primjer sefira **Hokma**: Polazeći od doživljaja mudrosne kvalitete u nekom događaju (mudro djelo) ili u doživljaju (mudrosni uvid) uzdizati se putem prema gore: duševni poriv => vrlina **bitul** => Božje ime *Jah* => bit Božje mudrosti (o čemu možemo čitati u biblijskoj knjizi „Mudre izreke“).

Primjer sefira **Hesed**: polazeći od doživljaja ljubavi u nečijem činu davanja, opraštanja, trpljenja, uzdizati se putem prema gore: duševni poriv => vrlina **ahava** => Božje ime *El* => bit Božje ljubavi (čitati na pr. u knjizi „Pjesma nad pjesmama“).

Kad kažem „dinamički sklop“ onda to upućuje na živi, **dinamički** odnos među Božjim atributima, a takav odnos je prikazan u Stablu života (*Ec Hajim*). Dakle idemo redom počam od Božje uzvišenosti (**Keter**) koja navodi čovjeka na traženje mudrosti; mudročću (**Hokma**) treba natkriljivati rad intelekta (**Bina**) pomagati mu u održavanju pogleda na cjelinu. Sefira *Bina* vodi do Božje ljubavi i milosrdnosti (**Hesed**) koja ne smije pretjerati, a u tome joj pomaže Božji atribut **Gevura** (stroga pravednost); potreban je sklad jedne i druge sefira što što će biti funkcija sefira **Tiferet** (Božja ljepota). Nakon što je uspostavljen sklad ljubavi i pravednosti čovjek će moći krenuti u djelovanje, najprije u pobjedonosno nadvladavanje prepreka u vrlini *bitahon* (povjerenje u Božju pobjedu) – sefira **Necah**; međutim uspjeh u pobjedonosnom hodu mora biti nadopunjen slavljenjem Boga i njegove beskrajne slave (svjetlosti,

metafora koja označuje snagu), a to je uloga sefira **Hod** (slava). Tek u harmoničnom skladu pobjeđivanja i slavljenja Boga čovjek može krenuti u sebe-ozbiljivanje u istini (*emet*), u uživanje života i ostavljanju potomstva što je domena sefira **Jesod**. I onda, na kraju puta pripremljen spoznajom (*Hokma, Bina*), učvršćen u emocionalnom skladu (*Hesed, Gevura, Tiferet*), ojačan i prekaljen u stvarnom djelovanju (*Necah, Hod i Jesod*) čovjek se može nadati ulasku u kraljevstvo Božje, postati sudionikom kraljevstva i smjerno služiti Kralju svijeta – svemogućem Bogu stvoritelju svega (sefira **Malkut**).

1.3 Bog i Adam Kadmon

U učenju Kabale Adam Kadmon je predodžba Boga kao dinamičkog sklopa deset Božjih atributa u njihovoj bitnoj naravi koji se prikazuje kao *Stablo života (Ec Hajim)*. Ec Hajim je prikaz Adam Kadmona, a ovaj je predodžba Boga i to *čovjekova predodžba* što znači od čovjeka stvorena *predodžba* Boga, a ne predočavanje Boga u liku čovjeka na što često navodi previše doslovno slikanje Adam Kadmona kao da se radi o zemaljskom čovjeku.

Tabela 1: Ec Hajim i Adam Kadmon

	ATRIBUTI	EC HAJIM			ADAM KADMON	NE SLIJEDI	NEGO JE TO
BOG	Uzvišenost		Keter		Antropomorfno prikazivanje konstelacije sefirota	Da je AKslika Boga	Čovjekovo prikazivanje Boga
	Mudrost, Intelekt	Bina		Hokma			

Ljubav, Pravednost	Gevura		Hesed
Ljepota		Tiferet	
Pobjeda, Slava	Hod		Ne'cah
Izvor života		Jesod	
Kraljevstvo		Mal'kut	

Ne postoji Bog koji izgleda kao *čovjek*, nego postoji čovjekovo *predočavanje* Boga u liku čovjeka. Očito se pritom radi o dubokoj čovjekovoj potrebi da sebi približi Boga pa ga u svojoj predodžbi čini naličnim sebi, kao u religiji kršćanstva). Kako se inače čovjek može približiti Bogu?

Tako da sebe uzdiže do onog lika koji je *najsličniji* Bogu, a to je lik Adam Kadmona (čovjekoliko predstavljanje konstelacije deset sefirota u *Stablu života*). To znači da krene od svojeg tijela i da ga postupno uzdiže u duhu sve većoj naličnosti Bogu:

Fizičko tijelo => fiziološki sustavi => duševni porivi => vrline duše Nešama => Božja imena pridružena dijelovima tijela (na pr. ime *El* za desnu ruku) => bit Božjih atributa => Ec Hajim u izgledu čovjeka.

Na primjer sefira **Hesed**: Grudni koš => mišićje tijela => usklađivanje => vrlina rahamim => ime Adonai => Bog kao sama ljepota => odgovarajuće mjesto na „tijelu“ Adam Kadmona. **Ako** su „grudi“ Adam Kadmona mjesto prebivanja Božje ljepote, **onda** i čovjekove grudi bivaju uzdignute do svetog mjesta boravka Boga pod vidom ljepote.

Sefira **Jesod**: **Ako** je „zdjelica“ Adam Kadmona mjesto prebivanja Božje **Biti-izvor-života** (*lihjotmakor hahajim*) onda i čovjekova zdjelica (mjesto reproduktivnih organa) biva uzdignuta do svetog mjesta boravka Boga pod vidom **Biti-izvor-života**. Smisao ljepote i uždljivosti lijepog ljudskog tijela je u onoj namisli (namjeri) kojom je Bog stvarao to tijelo. On ga je stvarao tako da u čovjeku izazove upravo ono stanje (udivljenja i žudnje) koje će biti motivom svrsishodnog djelovanja – nagonom za sjedinjenjem dvaju tijela.

1.4 Bog u čovjekovom tijelu

Ljudsko tijelo je prostor u kojem boravi Bog; zahvaljujući djelovanju Božjeg uma ljudsko tijelo postaje organizam opskrbljen inteligentno postavljenim funkcijama (kretanje, hranjenje, razmnožavanje, opažanje). Bog je taj koji opaža kada mi opažamo; koji misli kada mi mislimo, koji nešto hoće kada mi nešto hoćemo.

Ima li Bog uši?

Onaj što zasadi uho da ne čuje?

Koji stvori oko da ne vidi?“ Ps 94,9

Ima li Bog oči?

Bog gleda *ljudskim* okom, Bog nema svojih fizičkih očiju, ali ono što je prava *istina* gledanja okom to nalazimo u Boga.

Koji je smisao iskaza: *Bog pogleda na zemlju?*

Postoje li oči bez Boga?

Bog „ima“ oči u *eminentnom* smislu; to više nisu oči, nego su *paradigma* svakih očiju – ono nešto što omogućuje postojanje bilo kojeg fizičkog oka:

„jer Tvojom svjetlošću mi vidimo svjetlo!“ Ps 36,10

Bog stvara oči: izgovara ih, daje im snagu postojanja, oblikuje ih, načini ih.

Je li Bog govor?

Ako se Bog reducira na govor (logos) onda svijet postaje *logocentričnim*, a je li sve stvoreno svodivo na *logosnost* – umnost i izgovorivost u logosnom govoru?

Dopustimo misao da da se Bog očituje kao govor, kao slika, kao pokret, kao okus (u hrani koju nam daje), kao miris (na pr. opojni miris ljiljana u *Pjesmi*)¹⁵.

1. Bog „gleda“ i Bog se očituje, kroz stvaranje u mediju *vatre*, kao **slika** čovjekovom vidu;

2. Bog „sluša“ i Bog se očituje, kroz stvaranje u mediju *etera*, kao **zvuk** čovjekovom sluhu;

3. Bog „hoda“ i Bog se očituje, kroz stvaranje u mediju *zraka*, kao **pokret** čovjekovom kinestetičkom osjetilu;

4. Bog „kuša“ i Bog se očituje, kroz stvaranje u mediju *vode*, kao **okus** čovjekovom osjetilu okusa;

5. Bog „njuši“ i Bog se očituje, kroz stvaranje u mediju *zemlje*, kao **miris** čovjekovom osjetilu njuha.

Što su spomenuti **elementi**¹⁶: vatra, eter, zrak, voda, zemlja?

1. Vatra je ona tvar, potrebna za Božje stvaranje, koju On izvodi iz vlastite *vatrolike* naravi koja se sastoji u težnji za *pulsiranjem*, tj. širenjem i skupljanjem.

2. Eter je tvar, koju Bog izvodi iz svoje *eteričnolike* naravi koja se sastoji u težnji za *uprstoriti se*.

¹⁵ Vidi poglavlje 4.4 **Bog i elementi**. „Pet sastavnica Božje volje“ u *Uzdizanje kroz govor, pokret, sliku*.

¹⁶ Grčki: *stoiheion*, sanskrt: *mahabhuta*: teđas, akaša, vaju, đala, prthivi

3. Zrak je tvar koju Bog izvodi iz svoje *zrakolike* naravi koja se sastoji u težnji za biti u *pokretu*.

4. Voda je tvar koju Bog izvodi iz svoje *vodolike* naravi koja se sastoji u težnji za htjeti *biti povezan* u svim svojim dijelovima.

5. Zemlja je tvar koju Bog izvodi iz svoje *zemljolike* naravi koja se sastoji u težnji za sebe čvrsto držati, tj. biti *stabilan*.

Što to znači iz svoje vatrolike naravi?

Vatra je tvar – ono čime, snagom čega Bog *tvori* sva ona bića koja će se, u fizičkom svijetu, pojaviti kao *slika* čovjekovom vidu. Fina supstancija *vatre*, ono što tvori vatrolika bića, je ujedno fina supstancija *osjeta*¹⁷vida.

Eter je tvar – ono čime, snagom čega Bog *tvori* sva ona bića koja će se, u fizičkom svijetu, pojaviti kao *zvuk* čovjekovom sluhu. Fina supstancija *etera*, ono što tvori eteričnolika bića, je ujedno fina supstancija *osjeta* sluha.

Zrak je tvar – ono čime, snagom čega Bog *tvori* sva ona bića koja će se, u fizičkom svijetu, pojaviti kao *pokret* čovjekovom osjetilu pokreta. Fina supstancija *zraka*, ono što tvori zrakolika bića, je ujedno fina supstancija *osjeta* pokreta.

Voda je tvar – ono čime, snagom čega Bog *tvori* sva ona bića koja će se, u fizičkom svijetu, pojaviti kao *okus* čovjekovom osjetilu okusa. Fina supstancija *vode*, ono što tvori vodolika bića, je ujedno fina supstancija *osjeta* okusa.

Zemlja je tvar – ono čime, snagom čega Bog *tvori* sva ona bića koja će se, u fizičkom svijetu, pojaviti kao *miris* čovjekovom njuhu. Fina supstancija *zemlje*, ono što tvori zemljolika bića, je ujedno fina supstancija *osjeta* njuha.

¹⁷ U indijskoj filozofiji (*Sankhya*) ta fina supstancija osjeta zove se *tanmatra*.

1.5 Bog i tijelo u knjizi *Sefer Jecira*

Sefer Jecira (Knjiga oblikovanja) istražuje ulogu hebrejskih slova u stvaranju svijeta. Hebrejska slova su, po učenju *Sefer Jecira*, **gradivni elementi**¹⁸ u stvaranju svijeta – nebeskih tijela, godišnjih doba, ljudskog tijela. Pitanje se može postaviti u okviru četiri uzroka (po Aristotelu): jesu li hebrejska slova *materijalni*, *formalni*, *eficijentni* ili *finalni* uzrok? Možda su slova tek poveznica između *tvari*– materijalni uzrok, i *oblika*– formalni uzrok? Kakva je narav hebrejskih slova s obzirom na njihov nastanak i kakva je veza tih slova sa cjelinom svijeta (*ba'olam*), protoka vremena (*b'shana*) i ljudske naravi (*b'nefeš*)?

Knjiga počinje izrekom koja naglašava ulogu Boga u stvaranju svjetova:

SJ I,1: S pomoću 32 tajnovita puta mudrosti *Jah*, Gospodin vojski, živi Bog, kralj svjetova, Svemogući, milosrdan i ljubazan, svevišnji i uzvišeni, subliman i najsvetiji (*šokhen ad marom*), čije je ime sveto, **izdjelao**¹⁹ je (***hakak***: slovima upisao) i stvorio (***bara***) svjetove trima knjigama (*bišlošasefarim*²⁰):

sefar (broj),

sippur (kazivanje),

sefer (tekst, ispis slovima);

Drugo poglavlje:

¹⁸ To bi bio bolji prijevod riječi „ot“; uobičajeni prijevod „slovo“ je pogrešan, jer riječ „ot“ znači „znak“ koji ne mora biti slovo!

¹⁹ U engleskom prijevodu, „engraved“ što znači urezao slova u svoju snagu, sebi imanentnu tvar.

²⁰ Množina od *sefer*: knjige

Posvećeno je Božjem stvaranju putem hebrejskog AlefBeta (hebrejski alfabet):

"Dvadeset i dva utemeljujuća slova

On ih je uklesao, urezao, permutirao

izmjerio i razmijenio /svako sa svakim/

i oblikovao je njima sve što je oblikovano i sve što će tek biti oblikovano."

Bog stvara tako da izgovori buduća stvorenja, na primjeru stvaranja svjetla, Bog reče: "Neka bude svjetlost (*j'hi or*) i bi svjetlost (*vaj'hi or*)."

Svjetlost je najprije dana u govoru, što znači u slovima od kojih je govor sastavljen; na neki način slova su ta koja u sebi potencijalno sadrže svjetlost. Sama slova Božjeg govora su *konstitutivna* u ostvarivanju onoga što je tim govorom *iz-govoreno*.

Treće poglavlje:

S pomoću **tri slova-majke** (*šalošimot*: Šin, Alef, Mem) stvorio je glavu – slovom *Šin*, grudi – slovom *Alef*, trbuh – slovom *Mem*.

Četvrto Poglavlje:

S pomoću **sedam dvostrukih slova**²¹ (*otijot kefulot*: Bet, Gimel, Dalet, Kaf, Pe, Reš, Tav)

stvorio je: desno oko, desno uho, desna nosnica, lijevo oko, lijevo uho, lijeva nosnica, usta.

Peto poglavlje:

²¹Zovu se **dvostruka** (hebr: *kefulot*), jer isto slovo imati dva izgovora, na primjer, slovo Bet (ב) može se izgovarati kao "b" (ako u sebi slovo ima točku, *tzvdageš*), i kao "v", ako nema točku u sebi.

S pomoću dvanaest prostih slova (**otijot pešutot**: He, Vav, Zajin, Het, Tet, Jod, Lamed, Nun Samek, Ajin, Cadi, Kof) stvorio je:

desno stopalo (*regel j'min*), desni bubreg (*kulja j'min*), lijevo stopalo (*regel smol*), desna ruka (*jad j'min*), lijevi bubreg (*kulja smol*), lijeva ruka (*jad smol*), žučni mjehur (*mara*), tanko crijevo (*dakin*), želudac (*keva*), jetra (*kaved*)

2. RAZINE TIJELA

2.1 Otkuda razine tijela

Moje tijelo je mjesto u svijetu na kojem ja egzistiram u svijetu – živim u njemu, djelujem na okolinu, stupam u odnose s drugim ljudima, i sl. Jedna razina tog *mjesta-mene-u-svijetu* je ovo *fizičko* tijelo, ali to nije i jedina razina; druga razina je ona na kojoj ja stupam u odnose sa svijetom u pogledu njegove *forme*, čistog oblička i strukture; treća razina je ona na kojoj ja stupam u odnose sa svijetom u pogledu njegovog *kretanja snage*; četvrta razina je ona na kojoj stupam u odnose sa svijetom u pogledu njegove *logosnosti* (logičnosti i izgovorivosti, imenovanja). Sve se to doduše zbiva u istom prostoru, ali bez svjesnog uzdizanja u više razine tijela to se i ne mora zbivati. Na primjeru *molitve*: svi ljudi imaju fizičko tijelo, ali to ne znači da se zbiljski obraćaju Bogu u molitvi i zazivanju njegova imena. Da bi se to dogodilo čovjek se mora *svjesno uzdizati* na tu razinu na kojoj je Bog u nama razgovoriv i izgovoriv! Tu razinu zovem tijelo unutarnjeg govora, iako se ne radi o organskom fizičkom tijelu, ali se ipak zbiva u prostoru koje zauzima naše fizičko tijelo, i nužno u prostoru naše egzistencije.

Da bi se *doživjela* viša razina tijela treba vršiti onu **aktivnost** koja toj razini pripada, inače ne možemo doživjeti tu razinu. Tako za *tijelo unutarnjeg gleda* treba u sebi osvijestiti **porive k dobru i zlu** (*jecer hatov, jecer hara*). Za *tijelo unutarnje sinergije uma i snage* treba osvijestiti pravu **narav vrline**, a to znači umom intervenirati u kretanje snage izazvano dinamikom vanjskih događaja; um će pritom oblikovati snagu u poželjan obrazac koji je u znaku dobra – moralne vrline. Za *tijelo unutarnjeg govora* u punoj svjesnosti (u Kabali *kavana*) govoriti Bogu u **molitvi** i slušati njegov nagovor. Na

toj razini duše (*Haja*) i tijela Bog je *izgovoriv* u posebnom imenu pripadnom svakom posebnom Božjem atributu.

Ja bih htio ne samo *misлити* više razine tijela, nego ih *iskusiti*, ali ne više kao organsko tijelo, no ipak kao doživljivi realitet (ne stvar!). Bilo bi poželjno *izraziti* autentični *doživljaj* viših razina tijela, možda tako da se prevede u adekvatne *riječi*. To bi najbolje učinila prava *poezija* koja riječima **stvara** – odatle joj ime (gr *poiein* = stvarati) – onaj svijet koji je **doživljen** u pjesniku.

1. Ono **porivno** u meni što me nagoni da se usmjerujem na nešto vani, izraziti **jezikom nagona**, ne u riječima, slikama, zvukovima, bojama i sl.

2. Ono **misleće** u meni što oblikuje životnu snagu u njezinom kretanju i usmjerenosti na akciju, izraziti jezikom koji misli **dogaćanje snage**.

3. Ono **govoreće** u meni što kada utihne može čuti Božji govor i stupiti s njim u razgovor kroz molitvu (*t'fila*), izraziti **jezikom vjere**, tj. povezanosti s Bogom.

Teosomatska²² Kabala odgovara na pitanje je li moguća:

1. Kabala u kojoj bi se **Boga živjelo na razini tijela**, i
2. Je li moguće tome pridružiti prikladnu **somatskupraksu**.

Ta bi se praksa sastojala u tome da se pokretima tijela (vanjskim pokretima i unutarnjima u tijelu unutarnjeg pokreta) izrazi doživljaj susreta s Bogom, i da se tom doživljaju pridruži odgovarajući **simbol**. Vjerojatno bi se tim istim somatskim izrazom ili simbolom mogao *evocirati* (nanovo pobuditi) doživljaj susreta s Bogom. Na pr. osjećamo da Bog unosi svoje blaženstvo u naše tijelo;

²² Pridjev *teosomatska* izvodim iz grčke riječi *theos* = Bog, *soma* = tijelo.

možemo li taj osjećaj nekako simbolizirati²³, a potom tim istim simbolom – koji bi se sastojao od nekog tjelesnog pokreta praćen slikom blaženstva – evocirati u sebi stanje blaženstva?

Bog u svojoj punini, svim svojim atributima, emanira kroz *olamot* (svjetove) i smješta se na ljudskom tijelu, njegovoj anatomiji i fiziologiji – to je **teozofijska Kabala**. Praksa teosomatske Kabale (hebr: **Kabala teosomatit**) sastoji se u ustrajnom uzlaženju, u pažljivom slijeđenju počevši od mjesta sefirota na tijelu i njima pripadnim fiziološkim sustavima, preko duševnih poriva u duši *Ruah*, odgovarajućih vrлина duše *Nešama*, Božjih imena u duši *Haja*, do kontemplacije čistih biti Božjih atributa u duši *Jehida*. Uzlazak, podizanje, uzdignuće, uzlet k Bogu na ekstatičan način, čitavim tijelom u znanju (*da'at*) da se k Bogu uzdižem polazeći od onog na meni što predstavlja krajnju točku emanacije Njegovih atributa.

Psihosomatika označuje da se psihička stanja (*psihe*) manifestiraju kao pokreti ili stanja tijela (*soma*). Ako bi psiha bila ispunjena, prožeta sadržajima vjere u Boga (*theos*) onda bi se ti Bogom prožeti sadržaji duše očitovali kao stanja/pokreti tijela (*soma*). Po učenju Kabale Atributi se u ljudskom tijelu manifestiraju kao fiziološki sustavi i njihove funkcije, na pr. Božja uzvišenost se očituje kao dišni sustav i njegova funkcija disanje. Znači, da bi se u dišnom sustavu što jače i što potpunije očitovao Božji atribut uzvišenost, potrebno je uzdizati se do tog Atributa, što duže zadržati pažnju na njemu (u smislu TM-sidhija), kontemplirati ga te u praksi Kabale povezivati s disanjem i raditi na njegovu kultiviranju (u praksi joge to je smisao pranayame). U donjoj tablici pokazano je na koji se način svaki pojedini **Božji atribut** očituje u

²³ Mogu, upravo samim tijelom jer ono samo je slučivanje *Blaženstvanja* (Ili: Boga koji je blaženstvo).

korespondirajućem fiziološkom sustavu i kako se ona očituje u čovjekovu djelovanju.

Tabela 2: Duševni poriv – fiziološki sustav – praksa

Sefira	Duševni poriv	Fiziološki sustav	Funkcije sustava	Praksa kultiviranja
Keter	Transcendiranje	Dišni	disanje	Kultiviranje disanja
Hokma	postizanje uvida	Živčani	opažanje, mišljenje, osjećanje, htjenje	Aktivan duševni život
Bina	analiziranje	Krv	Transport hrane; dovod kisika i odvod CO ₂ .	Intenzivno disanje da se poboljša oksigenizacija krvi
Hesed	davanje	Koštani	Stabilnost tijela	Kretanje i kontrola držanja tijela (asane)
Gevura	uskraćivanje	Srce i krvne žile	Hranjenje i čišćenje tijela	Intenziviranje rada tijela da bi srce intenzivnije radilo
Tiferet	usklađivanje	Mišićni	Kretanje tijela	održavanje muskularne napetosti kroz vježbanje

Necah	Svladavanje prepreka	Endokrini	Održavanje fine veze između tijela i psihe	Održavanje psihičke opuštenosti, čistoće i stabilnosti, na pr. kroz TM
Hod	ustrajavanje	Imunosni	Obrana od bolesti	Održavanje higijene i zdrava prehrana
Jesod	Sebe-ozbiljivanje	reproduktivni	Stvaranje potomstva	Erotska stimulacija; spolni život u braku; erotsko uzbuđenje koje kulminira u orgastičkom doživljaju.
Malkut	komuniciranje	probavni	Razmjena tvari s okolinom kroz prehranu; eliminacija otpada iz tijela;	Zdrava prehrana; jedenje uz svjesno i pojačano žvakanje;

Praksa teosomatske Kabale se može očitovati i kao vrhunski *erotski* čin kojim kabalist **ujedinjuje** (*jihudim*) duhovni **uvid** (*theos* – muški vid Boštva) i odgovarajući **tjelesni pokret** (*soma* – ženski vid) onda će tjelesni pokret koji simbolizira jedinstvo (spajanje muškog i ženskog) imati odlike erotskog doživljaja. U indijskoj *tantri* to

sjedinjenje se sastoji u buđenju Kundalini – energija *Šakti* (ženski vid) koja leži uspavana u dnu kičme (*Muladhara čakra*), budi se i uzdiže se kroz sve čakre da bi se sjedinila sa *Šivom* (muški vid Boštva). I, upravo taj psihofizički događaj je ono što tražimo za tjelesni simbol u theosomatici: kad god osjetimo erotsku pobuđenost u reproduktivnim organima tada trebamo sublimirati to uzbuđenje u snagu koju ćemo podizati od sefira *Jesod* (zdjelica) k *Tiferet* (grudi) do *Keter* (tjeme). Uzdizanje snage sefira *Jesod* i spajanje sa sefira *Keter* prenosi se na ujedinjenje (*jihudim*) **ženskog** vida Boga (*Šehina*) i **muškog** vida (JHVH).

2.2 Razine tijela u Božjem stvaranju

Odgovaraju li razine tijela koje postuliramo kao konstitutivne razine čovjeka, razinama tijela u procesu Božjeg stvaranja kroz svjetove?

U skladu s Božjim stvaranjem ljudskog tijela postoje razine tijela kako ono biva stvarano kroz svjetove²⁴:

1. Od Boga **izgovoreno tijelo**, ono koje postoji u Božjem govoru – tijelo na razini Božjeg govora u svijetu *Acilut*. Je li to isto što i *tijelo unutarnjeg govora*?
2. Od Boga **osnaženo tijelo** sastavljeno od komponenti Božje snage (eter, zrak, vatra, voda, zemlja). Je li to isto što i *tijelo unutarnjeg pokreta* koje čini jednu od razina ljudskog tijela kao takvog?

²⁴ U skladu s riječima *Izaije* 43,7: *Kol hanikrabišmi, velikvodiberativ; jicartiv, afasitiv*; u prijevodu: „sve koje sam zazvao svojim imenom, i stvorio na svoju slavu, oblikovao da, i načinio.“

3. Od Boga **oblikovano tijelo** kao vanjska i unutarnja forma u svijetu *Jecira*. Je li to isto što i *tijelo unutarnjeg gleda* – razina tijela na kojoj čovjek gleda čiste likove?
4. Od Boga učinjeno tijelo kao živo organsko tijelo pojedinačnih živih bića u svijetu *Asija*.
- 5.

Tabela 3: Usporedbe razina tijela u procesu kreacije i ljudskog tijela

Svijet	U procesu kreacije	Kao razine ljudskog tijela
Acilut	Od Boga izgovoreno tijelo	Tijelo unutarnjeg govora; molitveno tijelo
Beria	Od Boga osnaženo tijelo	Tijelo unutarnje sinergije uma i volje; tijelo vrline
Jecira	Od Boga oblikovano tijelo	Tijelo unutarnjeg gleda; tijelo duševnih poriva
Asija	Od Boga učinjeno tijelo	Fizičko, organsko tijelo

Tabela 4: Čovjek u svijetu *Asija* do čovjeka u svim svjetovima

Razine svjetova	Sadržaj svjetova Čovjek u svijetu <i>Asija</i>	Razine tijela Soma-psi	Razine duše Soma-psi
EN SOF	Bezgranično polje Boga	Tijelo je potencija (dynamis)	Duša je ozbiljenje (energeia)
Adam Kadmon	Čiste biti Božjih atributa	Tijelo unutarnjeg svjetla (AK) ili Tijelo čistih biti	Jehida: priljublivanje Bogu (d'vekut) u tijelu svjetla

		Božjih atributa, primjer: atribut Božje pobjede (Necah)	
ACILUT	Božja imena = logosni vid Boga pod vidom posebne aktivnosti	Tijelo unutarnjeg govora ili tijelo u kojemu govori Bog, izgovoriv u svojem imenu, primjer: „Adonai C'vaot“ – Bog pobjede	Haja: molitva (t'fila) – slušanje Boga i govor Bogu u dubini duše
BERIA	Arhanđeli	Tijelo unutarnje sinergije uma i snage ili tijelo vrline, primjer: bitahon – povjerenje u Boga	Nešama: mišljenje u sinergiji s unutarnjim kretanjem snage
JECIRA	Anđeli	Tijelo unutarnjeg gleda ili tijelo jecer hatov/hara, primjer: čin svladavanja prepreka	Ruah: emocije – reakcije na unutarnjegledanje
ASIJA	Čovjek kontemplira Čovjek govori, moli	Fizičko tijelo (guf) – fiziološki sustavi; Anatomija,	Nefeš

Čovjek misli i djeluje u sinergiji uma i snage	primjer: desna noga	
Čovjek gleda, reagira emocionalno		
Čovjek hoda		

Postoji razlika između čovjekova gledanja *fizičkim* očima – percepcija, i gledanja tijelom *unutarnjeg* gledanja – emocionalne reakcije i porivi (jecer hatov/hara).

Postoji razlika između *fizičkog* kretanja – hod, trčanje i sl, i pokreta u tijelu *unutarnjeg* pokreta mišljenje i vrednovanje.

Postoji razlika između govora *fizičkim* organom govora – čujni govor, i govora u tijelu *unutarnjeg* govora – govor i razgovor s Bogom.

Tabela 5: Primjeri prakse za razine tijela

Razine svjetova	Razine tijela Soma-psi	Hesed	Gevura	Tiferet
Adam Kadmon	Tijelo unutarnjeg svjetla (AK) ili Tijelo čistih biti Božjih atributa,	atribut milosrdne ljubavi (Hesed)	Atribut stroge pravednosti	Atribut sklada i ljepote
ACILUT	Tijelo unutarnjeg govora ili tijelo u kojemu govori Bog, izgovoriv u svojem imenu,	„El“ – Bog milosrđa	„Elohim“ – Bog pravednosti	„Adonai“ – Bog ljepote
BERIA	Tijelo unutarnje sinergije uma i	ahava	Jirat Jahve (strah Božji)	Rahamim (milosrđe)

	snage ili tijelo vrline,			
JECIRA	Tijelo unutarnjeg gleda ili tijelo jecer hatov/hara,	čin davanja	Čin uskraćivanja u pravednosti	Čin usklađivanja i ravnoteže
ASIJA	Fizičko tijelo (guf) – fiziološki sustavi Anatomija,	desna ruka	Lijeva ruka	Grudi (srce)

Govor o razinama **tijela** nužno upućuje na više razine **svjetova** (*olamot*). Viši svjetovi u Kabali i nisu baš tako daleko od nas, niti su, kao što ih predstavljamo *visoko* iznad nas. Zar nisu ti svjetovi u nama, pa ih nalazimo onda kad se u sebi usmjerimo na njih kao na dimenzije našeg sveukupnog bića? Realan je ovaj *tu* svijet (*Asija*), ali ako usmjerimo svijest na svijet pod vidom same (čiste) **forme**, onda smo se usmjerili na **svijet** forme, a to je svijet **Jecira** (svijet oblikovanja). Isto tako, ako usmjerimo svijest na ovaj tu svijet pod vidom **kretanja snage**, na njegovu unutarnju dinamiku, tada smo se usmjerili na **svijet** kretanja snage, a to je svijet **Beria**. Ako usmjerimo svijest na svijet pod vidom **logosa** (mišljenja i govora), tada smo se usmjerili na **svijet** logosa, a to je svijet **Acilut**. I, to su četiri svijeta (**arba olamot**).

A što je naše **tijelo** u višim svjetovima?

Realno, stvarno tijelo je ovo *tu* tijelo u svijetu *Asija*. Ako u tijelu usmjerimo svijest na tijelo pod vidom čiste *forme*, onda smo dodirnuli tijelo unutarnje slike; njemu korespondira duša *Ruah* koja gleda čiste likove (ideje) i emocionalno reagira na njih. To tijelo je

prisutno onda kad u sebi gledamo čiste likove, ne fizičkim okom, nego dušom *Ruah*²⁵.

Ako u tijelu usmjerimo svijest na kretanje snage kao nekakav *unutarnji pokret*, onda dodirujemo **tijelo** unutarnjeg pokreta; njemu korespondira duša *Nešama* koja *osjeća* kretanje snage i na nj reagira smišljanjem optimalnih umnih obrazaca ponašanja.

Ako u tijelu usmjerimo svijest na tijelo pod vidom *unutarnjeg govora*²⁶, ili doživljujemo unutarnje zvukove u tijelu, tada dodirujemo **tijelo** unutarnjeg govora kojemu korespondira duša *Haja* koja čuje taj govor.

Ako u ovom *tu, realnom* tijelu usmjerimo svijest na *unutarnje svjetlo* koje prethodi svakom stvaranju i postoji kao beskrajno Božje svjetlo na razini *En Sof*²⁷ (*Or En Sof*), onda imamo **tijelo** unutarnjeg svjetla kojemu korespondira duša *Jehida* koja je **svijest** tog svjetla, a ono je **svjetlo** te iste svijesti. Svijest i svjetlo su na razini *En Sof* istovjetni. Ako je tijelo – tijelo *svijetla*, a duša je *svijest* tog svjetla, onda je duša *svijetlo* tijela svjetla, pa slijedi da su duša i tijelo na toj razini istovjetni. To tijelo ima ime u Kabali, a to je **Adam Kadmon** (*praiskonski* čovjek – ono što je čovjek u svjetlu *En Sofa*, ne treba brkati s *prvim* čovjekom u knjizi Postanka – *Adam Rišon*).

2.3 Adam Kadmon

ADAM KADMON je izvjesna matrica sefirota koja se odslikava na ljudskom tijelu u *Asija* svijetu.

²⁵ Možda to odgovara Aristotelovoj predočivalačkoj duši (*fantastike psyhe*).

²⁶ Božjeg govora koji je konstitutivan u stvaranju tijela.

²⁷ Napomenimo da je *En Sof* kabalistički sinonim za Boga.

I reče Bog: „*Načinimo čovjeka sebi na sliku.*“ Pa izvodi svoje atribute u **sefirote**:

Tabela 6: Božji atributi na tijelu Adam Kadmona

Božji atributi ²⁸	Sefiroti	Mjesto na tijelu
Uzvišenost	Keter	kruna na glavi AK
Mudrost	Hokma	desna polutka mozga na glavi AK
Um	Bina	lijeva polutka mozga na glavi AK
Milosrdnost	Hesed	desna ruka na tijelu AK
Pravednost	Gevura	lijeva ruka na tijelu AK
Ljepota i sklad	Tiferet	srednji dio tijela AK
Pobjedonosnost	Necah	desna noga na tijelu AK
Slava	Hod	lijeva noga na tijelu AK
Utemeljivanje	Jesod	spolni organ na tijelu AK
Kraljevanje	Malkut	usta, ili stopala na tijelu AK

AK ili tijelo svjetla (*luminozno* tijelo – *guf bahir*): tijelo sačinjeno od čistog Božjeg svjetla (*Or En Sof*) – svjetlosno tijelo i, tijelo u kojem je svijest duše *Jehida* svjesna tog najvišeg svjetla (*Or En Sof*). U AK su locirani izvori emanacije sefirota pa je AK zapravo sastavljen kao neka mrežasta struktura tih lokacija-izvora.

Tijelo svjetla čine *dijelovi* tijela AK koji su zapravo *projekcije* Božjih atributa, na primjer desna ruka na tijelu AK je zapravo projekcija (slika) atributa Božje milosrdne ljubavi. Ono što čini svjetlosno tijelo AK su dijelovi tijela kao projekcije korespondirajućih Božjih atributa. Na primjeru organa velikog mozga: ono što čini

²⁸ Izrečeni u 1 Ljet 29,11: Tvoji su, o Bože, veličanstvenost, i pravednost, i ljepota, i pobjeda, i slava, i sve što je na nebu i na zemlji, Tvoje je kraljevstvo, o Bože, i Ti si uzvišen nad svime.“

svjetlosno tijelo mozga to je samo Božje svjetlo mudrosti kao bit (*acmut*) Božje mudrosti (*Hokma*).

Duša Jehida je ona koja *svjestvuje* u tijelu svjetla, neodvojiva je od tog svjetla jer bez njega ne bi bilo svijesti; organ i njegova funkcija su nerazdvojivi jedno od drugoga – tijelo *svijetla*, i duša *Jehida* – svjetlo *tijela*, su u nerazdvojnom mističkom jedinstvu.

U tom svijetu čovjek ja dan tek *in nuce*, kao klica budućeg čovjeka. Jedino izvjesno je mreža sefirota u AK, i to je ono što se prenosi kroz sve svjetove i na kraju, u svijetu *Asija*, projicira na dijelove čovjekova tijela. Ali nije samo ta mreža, struktura sefirota koja čini AK, jer *iz čega* bi inače nastao čitav čovjek, koji ipak nije puka projekcija mreže sefirota u svijetu *Asija*. Ali mi ne možemo znati što je to Adam Kadmon; znamo da smo po njegovoj slici i prilici načinjeni, dakle nešto *tajnovito* iz bića AK je ono što se kroz svjetove postupno očitava da bi na kraju dalo kompletnu sliku čovjeka (od krvi i mesa).

2.4 Tijelo unutarnjeg govora

Logosno tijelo, ili tijelo govora, je ono koje je **izgovoreno** od Boga i u kojem se **čuje** govor Božji, a duša **Haja** razgovara s Bogom.

Prema „Knjizi oblikovanja“ (*Sefer Jecira*) Bog stvara ljudsko tijelo svojim činom govora; on *izgovori* dijelove tijela kao slova hebrejskog alfabeta i time nastanu dijelovi tijela. Dajemo prikaz u tablici:

Tabela 7: Tijelo i hebrejska slova

Acilut: Bog izgovara	Beria: elementi Božje snage	Jecira: alef-bet	Asija
---------------------------------	--	-----------------------------	--------------

U Božjem umu mišljena “glava”	Vatra (eš)	Šin שׁן	Fizička glava (roš)
U Božjem umu mišljene “grudi”	Zrak (Ruah)	Alef א	Fizičke grudi gəvija
U Božjem umu mišljen “trbuh”	Voda (majim)	Mem מ	Fizički trbuh (beten)

Tijelo govora čine slova Božjeg govora (u židovskoj misli taj govor je hebrejski, kao što je u hinduizmu sanskrit); organ veliki mozak, i svi ostali organi, tek su *izgovoreni* u Božjem umu, ne postoje očitovani vani. Obično se dijelovima tijela pripisuju određena slova hebrejskog alefbeta, što je konkretnije izvedeno u knjizi “Sefer Jecira” (*Knjiga oblikovanja*). Tim pridavanjem slova dijelovima tijela konstruira se, u svijesti kabaliste, tijelo u prostoru govora, na pr. tijelo govora čovjekove glave čini slovo šin שׁן, grudiju slovo Alef א, trbuha slovo Mem מ.

Duša kao funkcija dotičnog organa u svijetu *Acilut*, je *Haja* koja čuje i čini *čujnim* slova Božjeg govora mudrosti u tijelu govora.

Acilut je svijet Božjeg govora, naravno i Božjeg *uma* koji tom govoru prethodi. **Čovjek** je, u cjelini svog individualnog bića, izgovoren u Božjem umu/govoru, ali tek izgovoren, dan kao *govor*; u knjizi *Sefer Jecira* to je prikazano kao pridruženost slova alef-beta pojedinim dijelovima čovjekova tijela. Naravno da se ne smije upasti u doslovnost tog sparivanja slova i tijela, nego gledati u dublji

smisao koji leži iza toga – kao što smisao jednog slikarevog platna leži *iza* fizičke površine boja nanesenih na platno.

2.5 Tijelo unutarnjeg pokreta

To tijelo je sačinjeno od sastavnica Božje supstancije/snage, u *teozofiji* nazivaju se elementi (grčki: *stojheion*): eter, zrak, vatra, voda, zemlja. To tijelo osjeća kretanje Božjih elemenata (koji su snaga Božje supstancije iz koje Bog stvara). Duša *Nešama* daje smisleni, umni odgovor u vidu *vrlina*.

U hebrejskom njihovi nazivi bi bili: *avir* za zrak, *majim* za vodu, *eš* za vatru, *avir kadmon* za eter, *adama* za zemlju. U snagosnom tijelu elementi služe kao podloga (*supstancija*) za oblikovanje osjetilnih organa:

Tabela 8: Elementi i osjetilni organi

Čisti lik iz Jecira	Snaga iz Beria		
čisti lik uha	eter	djelovanjem duše Nefeš	živo osjetilo sluha
čisti lik kože	zrak	djelovanjem duše Nefeš	živo osjetilo opipa
čisti lik oka	vatra	djelovanjem duše Nefeš	živo osjetilo vida
čisti lik površine jezika	voda	djelovanjem duše Nefeš	živo osjetilo okusa
čisti lik sluznice nosa	zemlja	djelovanjem duše Nefeš	živo osjetilo njuha

Duša tog tijela snage je *Nešama* koja osjeća kretanje Božje snage te daje funkciju organu, na primjer velikom mozgu: umni obrazac ponašanja – vrlinu nesebičnosti (*bitul*) pripadnu desnoj polutki što korespondira sefira *Hokma*; vrlinu ljubavi prema mišljenju za lijevu polutku što korespondira sefira *Bina*.

Svijet Beria je svijet kretanja Božje snage, Božje “dinamike”. **Čovjek** se tu može razumjeti kao energetski zapis u polju Božje snage, kao neki svežanj međusobno povezanih snaga u strukturi određenoj položajem sefirota i njihovih međusobnih relacija (knjiga *Sefer Jecira* govori o 32 puta mudrosti: 10 sefirota i 22 hebrejska slova koja označuju relacije među njima).

2.6 Tijelo unutarnje slike

To je tijelo zapravo **sam oblik tijela** i, ono u kojem se vide čisti likovi koji nisu vezani uz neku tvar, nego su likovi odvojeni od nje, na primjer čisti lik/izgled nekog organa, čista struktura nekog fiziološkog sustava. Duša **Ruah** je ta koja reagira emocijama na viđenje likova.

Tijelo forme čini čista struktura organa, na primjer velikog mozga, lišena živčane tvari;

Duša tog čistog lika organa je *Ruah* koja opaža igru Božjih likova u svijetu *Jecira* i reagira snagom emocija; ona čuvstvuje u tijelu forme. Na primjeru velikog mozga to je nesebično divljenje Božjoj mudrosti za desnu polutku; radost u mišljenju za lijevu polutku.

Čovjek je ovdje dan kao čisti oblik individualnog tijela, onaj oblik koji će pripasti svakoj pojedinoj individui u svijetu *Asija*. Potrebno je da taj oblik bude individualan, tako kako izgleda konkretni pojedinačni čovjek, jer otkuda bi inače nastao svaki

pojedinačni, taj-i-taj čovjek s vlastitim *osobnim* izgledom, temperamentom i karakterom?

2.7 Fizičko tijelo

To je ono tijelou kojem su komponente Božje supstancije – *elementi* (eter, zrak, vatra, voda, zemlja) *oblikovane* čistim likovima organa i sustava i tako nastaju fizički organi i sustavi koji bivaju zaživljeni djelovanjem duše *Nefeš*.

Tabela 9: Put Božjeg stvaranja ljudskog tijela od svijeta Acilut do Asija²⁹

Acilut: Bog izgovoririječi za dijelove tijela	“grudi” (hebr: gəvija)		“Glava” (hebr: roš)	“Trbuh” (hebr: beten)	
		Desna ruka jednjak	Lijeva ruka	Oko, uho, nosnica, usta	Bubreg, jetra, mjehur, želudac,
Beria: Bog osnaži izgovorene riječi komponentama svoje snage	eter	zrak	vatra	voda	zemlja
Jecira: Bog oblikovau	grudi	א	Glava ב	Trbuh	ג

²⁹ Koristimo se mislima iz „Knjige oblikovanja“ (*Sefer Jecira*)

skladu s njihovim izgovorom	He, Ajin	Vav,	Bet, Kaf, Gimel, Pe, Dalet, Reš, Tav	Tet, Lamed, Samek, Cadi, Zajin	Jud, Nun, Kuf, Het
Asija: Bog načini konkretne, živeorgane	Desna ruka, jednjak	Lijeva ruka,	Desno oko, Lijevo oko, Desno uho, Lijevo uho, Desna nozdrva, Lijeva nozdrva, usta	Desni bubreg, Jetra, žučni mjehur, želudac, Desno stopalo	Lijevi bubreg, Slezena, pupak, Lijevo stopalo

Razmotrimo konkretnija određenja fizičkog tijela u svijetu *Asija*, na primjeru jednog organa, a to je veliki mozak. Čini ga tvarna osnova, organska tvar iz koje su napravljeni razni organi tijela, pa onda i čitavo tijelo. Uzmimo za primjer veliki mozak; na razini fizičkog tijela mozak je nakupina živčane tvari, konkretnije živčanih stanica.

Duša tog *fizičkog* organa je *Nefeš* koja ga oživljava, čineći ga djelatnim za funkciju mišljenja: *holističko* za desnu polutku (pripadno sefira *Hokma*), *analitičko* za lijevu polutku (pripadno sefira *Bina*).

Čovjeka u svijetu *Asija* možemo razmatrati u smislu svijeta individualnih, konkretnih ljudi “od krvi i mesa”, pojedinačnih organskih živih bića koja su djelatna u ovom fizičkom svijetu i stupaju u međusobne složene relacije i time stvaraju svoj društveni svijet koji se razvija u povijesnom vremenu.

Čovjek živi neko vrijeme u ovom svijetu i nakon svoje smrti ne postoji više kao što ovdje postoji, sa svim složenostima organskog tijela. Gledano iz očišta *Biblije*: čovjek ne uskrsava kao ovo fizičko tijelo sa svim njegovim organskim funkcijama, nego uskrsava njegovo *duhovno* tijelo – *soma pneumatikon*:

1. Kor 15,44: “sije se tijelo zemaljsko (*soma psychikon*), uskrsava tijelo duhovno (*soma pneumatikon*).”

Važnost svijeta *Asija*

Važnost svijeta *Asija* i fizičkog tijela (*guf*) je da se u njemu ozbiljuju viši svjetovi, tj. pokazuje se u *Asija* svijetu koliko su ozbiljni i zbiljski stavovi i pogledi iz viših svjetova. Čemu neki uvid (*theoria*) u višem svijetu, napr. u pogledu spolnosti, ako se u *Asija* svijetu ne čini ono što treba korespondirati tom uvidu, nego se čini nešto različito tom uvidu?

Što onda činiti?

Mijenjati svijet *Asija* i stvarati u njemu uvjete za ozbiljivanje uvida i uvjerenja zadobivenih **u** višim svjetovima, ili zadobivenih **o** njima ozbiljnim razmišljanjem u okviru duhovnih tradicija, napr. Kabale, ili dosljedno (konzekventno) provoditi uvide/uvjerenja iz viših svjetova sve do ovog *Asija* svijeta, dakle da neki čin u *Asija* predstavlja ostvarenje inspiracije iz *Acilut* svijeta, dakle da početak djelovanja ne bude iz fizičkog svijeta, nego da se u njemu dogodi (ostvari) ono što je uslijedilo iz viših svjetova. Eklatantan primjer je čovjekov seksualni život, naročito muškarčev koji djeluje potaknut zadanim poticajima (podražajima) iz vanjskog svijeta, jer je primarno

determiniran svojom fiziologijom kojoj vanjske datosti služe kao poticaji.

Algoritam uzlaženja

Rješenje je u tome da se čovjek **uzdigne** u više smislene razine svog psihofizičkog bića te da tamo otkrije svijet kojeg treba živjeti u području spolnosti.

Gledano na uzlaznoj ljestvici to izgleda ovako:

Asija – anatomija i fiziologija spolnosti;

Jecira – duševna moć (mentalni stav) u osnovi fiziologije je **sebe-ozbiljivanje**;

Beria – duhovni stav (vrednota) u osnovi sebe-ozbiljivanja je **emet**: život u istini;

Acilut – Božji atribut koji emanira kao sefira Jesod: Bog kao izvor i temelj svakog života.

Spolnost od fiziologije do kontemplacije

Bi li čovjek trebao živjeti svoju spolnost kako je ona *fiziološki* zadana, ili da ona bude ozbiljenije *Božjeg atributa* utemeljivanja?

Ni jedno ni drugo izdvojeno samo za sebe, nego čovjek treba živjeti svoju fiziološki zadanu spolnost, ali da se ona živi u duhu sebe-ozbiljivanja, života u istini, kontemplaciji sefira *Jesod*. Upravo tome služi praksa Kabale.

Tabela 10: Algoritam kroz svjetove

Olamot	Što treba činiti	Ime prakse
Asija	kultivirati snagu koja je inherentna spolnosti (libido) kroz praksu unutarnjeg pokreta u tijelu i prani	asane pranayama
Jecira	Svoj poriv izvlačiti iz domene jecer hara i usmjeravati ga ka jecer hatov	Pratyahara
Beria	kultivirati snagu koja je inherentna	kontemplacija

	spolnosti (libido) kroz praksu unutarnjeg pokreta u umu	(hitbonenut)
Acilut	obraćati se Bogu kao najvišoj Snazi koja je izvor i temelj svakog života (Ps 36,10), pa je stoga vrhovno načelo spolnosti – rađanje i odgoj djece (Post 1, 27-28) kroz zajednički život muškarca i žene u obitelji	molitva

To znači da sve što je rečeno u svijetu Acilut, Beria, Jecira treba biti konstitutivnim za život spolnosti u svijetu Asija:

spolnost treba živjeti kao odnos muškarca i žene u *obitelji*;

spolnost treba živjeti *kultiviranu* kroz praksu unutarnjeg pokreta (asane, pranayama, kontemplacija – život u duhu vrline *emet*);

spolnost treba živjeti u znaku *jecer hatov*, a u odbacivanju *jecer hara* (nečiste spolnosti).

Čovjek je onaj sveti prostor u kojemu je djelatatan Bog i, što se čovjek više otvara djelovanju Boga u sebi to više ostvaruje svoju ljudsku prirodu³⁰. Neki misle da je Bog kojemu se čovjek otvara zapravo njegovo više ja (sebstvo) – mišljenje velikih psihologa (na pr. C.G. Jung) i modernih duhovnih stremljenja. Ne, to naše više ja je Bog – ono najviše u svemiru i onaj koji je pravi subjekt svih očitovanja, najviši um i sveprisutna snaga.

Esencija ljudskog tijela je locirana, ova-tu-svijest ili korporalizirana, u tijelu uprostorena svijest (*Božja svijest*). Ljudska

³⁰ „Biti čovjek to znači težiti da se postane Bogom; ili, radije, čovjek je u biti želja da se bude Bogom.“ Jean-Paul Sartre (1943), *L'Être et le Néant*. (prijevod M.B.)

svijest je smještena u ovaj-tu-prostor, ona je u-tijelu-svijest i ona je uvijek povezana s tijelom u smislu da ju tijelo vezuje uz zbiljsko biti-u-svijetu, uz zbiljsku *egzistenciju*. Ljudska svijest je svijest *egzistencije* ili ona je egzistencijalna svijest. Svijest je uvijek svijest nečega ili svijest o nečemu. Prvi korak u razvoju ljudske svijesti je da bude svijest o nekoj radnji tijela, na pr. svijest o hodanju je svijest samog hodanja ili „hodajuća“ svijest: tijelo je *potencija* hodanja, svijest (ili duša) je *aktualizacija*.

Čovjek kao organsko biće, fizičko tijelo, odvojen od Boga, ne uspijeva na sretan način rješavati zapetljanu dinamiku svojih tjelesnih prohtjeva. Suočen sa svojim organskim potrebama i u složenim međuljudskim odnosima, čovjek se stalno neuspješno nosi s ekologijom svojega tijela. On ne uspijeva neposredno zadovoljiti svoje tjelesne potrebe i često ih mora odgađati, a one u toj odgodi bivaju preoblikovane pod utjecajem drugih potreba i potreba drugih ljudi, pa se tako promijenjene vraćaju u igru u novom kontekstu. Često puta taj kontekst je zagonetan i tuđ, i u njemu potrebe ne bivaju zadovoljene pa čovjek ne nalazi smirenje, nego naprotiv živi u jednom napetom stanju (tijela i duše) što predstavlja novu odskočnu točku za zadovoljavanje potreba.

Prepoznavanje Božjih iskri (*necucot*)

Kad se s nostalgijom sjetimo nekog **prošlog doživljaja** (osobe ili prirode) tada je bit ugođaja tog prisjećanja (uspomene) u ovome: mi se prisjećamo, ali se zapravo *Bog* prisjeća kroz našu uspomenu, pa mi postanemo svjesni na jedan nama neznani način (podsvjesni?) da je to *Bog* u nama koji opaža nešto što je prošlo (njemu pak ništa nije prošlo!). Svijest o tome da je to *Bog* koji se odnosi na ono od njega u svijetu stvoreno koje on kroz nas opaža – to je ono *fascinantno* u tim prisjećanjima: *Bog* koji se pojavljuje u našim sjećanjima na prošle

događaje. To je isto ono što smo trebali vidjeti da smo gledali Božjim očima, ili da smo u punoj otvorenosti dozvolili Bogu³¹ da On gleda u nama, našim očima. Sviješću koja je u nama, a koja dolazi od Boga – Bog je ta svijest – treba budno svjedočiti svim događajima života. Tijelo i svijest/duša su dva vida prisutnosti u svijetu kojima možemo svjedočiti događajima svijeta i našim djelima.

2.8 Somatski korelati duše

Pod „somatski korelati“ podrazumijevam:

a) Mjesta na fizičkom tijelu;

U *prvom* slučaju to bi mogla biti ova mjesta:

Glava kao korelat logosnoj (govorećoj) duši, u Kabali duša *Haja*;

Boga pod vidom logosa osjećam u tijelu unutarnjeg govora, odnosno, tu razinu tijela na kojoj osjećam (zapravo, *čujem*) Boga pod vidom njegove logosnosti, ja zovem tijelom unutarnjeg govora.

Tabela 11: Bog u tijelu

BOG	Očituje se u tijelu	Razina TIJELA	U kojem je djelatna duša	DUŠA
Čista bit	=>	AK	<=	Jehida
Logosnost	=>	t. unutarnjeg govora	<=	Haja
Snaga	=>	t. unutarnjeg pokreta	<=	Nešama
Oblik	=>	t. unutarnjeg vida	<=	Ruah

³¹ Kad bismo imali više poniznosti (*šiflut*)!

Tijelo unutarnjeg govora je onaj prostor, razina tijela, u kojemu je djelatna (zbijska) duša *Haja*. Duša *Haja* čuje Božji govor. Budući da duša *Haja* boravi u tijelu, slijedi da je dotična razina tijela ona u kojoj duša *Haja* čuje Božji govor, stoga tu razinu tijela i zovem tijelom unutarnjeg govora. Koje i kakvo je to tijelo?

To je ovo tu tijelo (tijelo koje vidim i osjećam) uzeto u svojoj sveukupnosti, kao cjelina, prostor u kojem djeluje Bog, a on to svakako čini na temeljnoj, fiziološkoj razini. To je *organsko* tijelo u kojemu djeluje duša *Nefeš*, a to je duša u kojoj djeluje *Bog*. Hoće li Bog djelovati i na višim razinama duše, slijedom toga i tijela, to ovisi o čovjekovom otvaranju i predanosti Bogu.

Čime ću u tijelu čuti, i na koji način, Božji govor? To su **somatski korelati** duše:

Grudi/srce kao korelat emocionalnoj duši, duša *Ruah*;

Abdomen/Hara kao korelat volitivnoj duši (sinergija uma i volje), u Kabali duša *Nešama*;

Zdjelica kao korelat animalnoj (nagonskoj) duši, u Kabali duša *Nefeš*.

b) Bitne odrednice duše bile bi konstitutivnim čimbenikom različitih razina tijela:

1. Životne funkcije u duši *Nefeš* bile bi konstitutivnim čimbenikom organskog, fizičkog tijela.

Tijelo je prostor djelovanja *duše* (tijelo je *potencija* a duša je *ozbiljenje*). Budući da je duša mjesto djelovanja Božjeg uma i snage, to je onda i samo tijelo prostor *Božjeg* djelovanja. Dakle, fizičko tijelo je prostor u kojemu Bog manifestira život. Fizičko tijelo je poseban prostor Božjeg očitovanja života. O tome kakva je bit Božjeg atributa *Biti-izvor-života* ovisi narav fizičkog (organsko) tijela.

2. Unutarnji vid u duši **Ruah** bio bi konstitutivnim čimbenikom tijela unutarnjeg vida; ali, što bi *činilo* tijelo unutarnjeg vida?

Tijelo je prostor djelovanja *duše* (tijelo je *potencija* a duša je *ozbiljenje*). Budući da je duša mjesto djelovanja Božjeg uma i snage, to je onda i samo tijelo prostor *Božjeg* djelovanja. Dakle, tijelo unutarnjeg gledanja je prostor u kojemu Bog gleda – naravno ne fizičkim očima, jer Bog nema oči! Tijelo unutarnjeg gledanja je poseban prostor Božjeg gledanja. O tome kakva je bit Božjeg gledanja ovisi narav *tijela* unutarnjeg vida. Svaka razina tijela u funkciji je Božje prisutnosti u dotičnom tijelu.

Tabela 12: Razine tijela u funkciji Božjeg djelovanja

Razine duše	Finije razine tijela	TIJELO = prostor Božjeg djelovanja	DUŠA = Božje djelovanje
Nefeš	Fizičko tijelo je	Fizički prostor	Božjeg očitavanja života
Ruah	Tijelo unutarnjeg– čuvstvjuće tijelo	Prostor = f(Božji vid)	Božjeg gledanja
Nešama	Tijelo unutarnjeg pokreta ili sinergije uma i volje – misleće tijelo	Prostor = f(Božji um i snaga)	Sinergije Božjeg uma i snage
Haja	Tijelo unutarnjeg govora – govoreće tijelo	Prostor = f(Božji govor)	Božjeg govora
Jehida	Tijelo priljublivanja Bogu (d'vekut) – s Bogom stapajuće se tijelo	Prostor = f(Božja ljubav)	Božje ljubavi prema čovjeku

3. Sinergija uma i volje u duši *Nešama* bila bi konstitutivnim čimbenikom **tijela unutarnjeg pokreta** ili sinergije uma i volje; ali, što bi činilo tijelo unutarnje sinergije uma i volje?

Dakle, tijelo unutarnje sinergije uma i volje je prostor u kojemu se kreće Božji um i snaga. Tijelo unutarnje je poseban prostor sinergijskog kretanja Božjeg uma i snage.

4. Unutarnji govor u duši *Haja* bio bi konstitutivnim čimbenikom **tijela unutarnjeg govora**; ali, što bi činilo tijelo unutarnjeg govora?

Dakle, tijelo unutarnjeg govora je prostor u kojemu Bog govori – naravno ne fizičkim govornim organom! Tijelo unutarnjeg govora je poseban, individualizirani prostor Božjeg govorenja.

5. Prianjanje za Boga i ljubav Boga prema čovjeku u duši *Jehida* bio bi konstitutivnim čimbenikom tijela Adam Kadmona. Ali, što bi činilo tijelo A.K.?

Dakle, tijelo Adam Kadmona je prostor u kojemu čovjek prijanja uz Boga, a Bog ljubi čovjeka. Tijelo Adam Kadmona je poseban prostor Božje ljubavi prema čovjeku i čovjekova priljublivanja Bogu.

2.9 Bog i čovjekova osobnost?

Što znači biti osoba ili individua?

Svi Božji atributi konvergiraju u prostor jednog organskog tijela i upravo ta slučenost Božjih atributa na jednom mjestu čini nečiju osobnost, zapravo mogućnost za zbiljsku osobnost ukoliko tu mogućnost neki tko (netko) prihvati kao Božji dar, ali i zadaću – odgovorno prihvaćanje. Odakle dolazi navedeni Tko?

On nikako nije učinak djelovanja nižih razina čovjeka (duša *Nefeš* i *Ruah*), nego je učinak odluke umne duše *Nešama* i duše *Haja* koja čuje Božji govor. Ljudska osoba mora imati svoj **uzor**, dakle sliku po kojoj će se ravnati, a to je u Kabali Adam Kadmon. Onaj lik (celem) ka kojemu se čovjek uzdiže svjesnim naporom – idealna osoba (Adam Kadmon) ujedno je onaj koji čovjeka uzdiže do tog idealnog uzora, on je motivacijska snaga uzdizanja. Ideal ka kojemu se uzdižemo ujedno je i snaga koja nas podiže. Ta snaga i lik je emanacija najbliža Bogu, prva emanacija – Adam Kadmon, ali taj *ideal* predstavlja ujedno i *snagu* koja nas vodi tom idealu.

2.9.1 Bog u tijelu svetih ljudi

Možda Isusa iz Nazareta treba razumjeti kao onog koji se potpuno otvorio Bogu i koji je potpuno živio puninu Boga u svom ljudskom tijelu. To je prava istina čovjeka koju svojim življenjem Isus pokazuje ljudima; a svojom smrću ukazuje na bolnu nužnost čovjekove povijesti da radi na poslovima zbrinjavanja fizičkog tijela kao nužne pretpostavke istinskog duhovnog života; fizičko tijelo je ono kojim se i kroz koje se i u kojem se očituje Bog. Jer Bog se ozbiljuje, nalazi svoju svrhu sebe-očitovanjem u najsavršenijem od svih stvorenja, u ljudskom tijelu u svim njegovim vidovima i svim njegovim razinama; i u ljudskoj duši na svim njezinim razinama.

Isus nije novi Bog koji tobože smjenjuje „starog“ Boga; naprotiv Bog boravi u Isusovom tijelu, ali ne da Bog postaje to (Isusovo) tijelo, nego on djeluje u njemu i kroza nj. Jednako je tako Bog djelovao kroz tijela *svih* ljudi samo na različite načine pa to tvori različite sudbine ljudi. Kroz tijelo Sokrata Bog djeluje kao mudrost (*Hokma*), kroz Descartesa kao intelekt (*Bina*), kroz Isusa kao milosrđe i ljubav (*Hesed*), kroz velike umjetnike kao ljepota (*Tiferet*),

kroz pravedne ljude kao pravednost (*Gevura*), kroz Budhu kao uzvišenost (*Keter*), kroz Aleksandra makedonskog kao pobjeda (*Necah*), kroz svete ljude (na pr. Tereza Avilska) kao silna svjetlost (*Hod*), kroz Josipa kao čestitost (*Jesod*), kroz Davida kao kralj (*Malkut*).

2.9.2 Manifest cjelovitog življenja

Čovjekov individualni život izranja iz **dubinskog** izvora života. To dubinsko stanje sadrži sve životne porive *in nuce*. Oni su snažni i *nesvjesni*. Oni se tijekom vremena življenja artikuliraju na individualan način koji ovisi o genetskom nasljeđu, vanjskim okolnostima (fizičkim i socijalnim), svjesnim voljnim upravljanjem i uređivanjem vlastitog života.

Tijekom života ogroman rezervoar nespješnog vida života postaje postupno svjesnim, ali nikada do kraja, štoviše tek se djelomično osvijesti taj silan i duboki izvor života. To čini postupak individuacije. Čovjek postupno nadilazi dominaciju osnovnih nagona (glad, spavanje) i uzdiže se u svijet zrelijih emocija i logičkog mišljenja. On postaje sve svjesnijim što znači osvještava sve veći dio područja nespješnog u sebi; on ga artikulira u društveno prihvatljive obrasce ponašanja. No, ti obrasci nisu uvijek na tragu dobrog življenja pa stoga nastaje *sukob* s temeljnim odrednicama samog nespješnog. Dobro življenje znači ono koje podržava temeljne porive života, a to su:

Održavanje zdravog i cjelovitog tijela;

Uživanje naprosto u događanju života i prihvaćanje ponavljanja „uvijek istog“;

Uživanje u lijepim odnosima s drugim ljudima, nasuprot svađi i razračunavanjima bilo koje vrste;

Uživanje u sve većem osvješćivanju tajni svijeta kroz racionalnu spoznaju i mističke uvide;

Njegovanje ljubavi prema cjelini života i svim bićima bez isključivosti i diskriminacije; doživljaj sebe kao dijela veličanstvene cjeline kakva je svemir;

Poštivanje dara govora i njegovo autentično korištenje nasuprot laganju i brbljanju;

Sve veće osvješćivanje svojeg tijela kroz postupke kultiviranja i postupno izdizanje nad hedonističkom samoživošću; uzdizanje u više razine duše da bi se ostvarilo sebeozbiljenje kao cjelovitog psihofizičkog bića.

Postupno i autentično približavanje sveobuhvatnom izvoru svega što se naziva „Bog“;

Mudro prihvaćanje neminovne smrti fizičkog tijela; razumijevanje života fizičkog tijela kao jedne faze života koja nužno mora završiti i koja vodi u neslućene prostore življenja nakon smrti (fizičkog tijela).

3. PRAKSA TEOSOMATSKE KABALE

3.1 Bog – duša – tijelo

Tijelo je prostor djelovanja **duše** (tijelo je *potencija* a duša je *ozbiljenje*). Budući da je duša mjesto djelovanja Boga, njegovog uma i snage, to je onda i samo tijelo prostor *Božjeg* djelovanja. Dakle, fizičko tijelo je prostor u kojemu Bog manifestira život. Fizičko tijelo je poseban prostor Božjeg očitovanja života. O tome kakva je bit Božjeg atributa *Biti-izvor-života* ovisi narav fizičkog (organskog) tijela. Čovjekovo ponašanje određeno je činjenicama njegova tijela.

Bog je u ljudskom tijelu prisutan na slijedeće načine:

1. Disanje
2. Unutarnji pokret snage: uгода, požuda, napetost, bol,...
3. Predodžba – unutarnja slika vanjskih objekata;
4. Mišljenje – logička artikulacija sveza među jezičnim znakovima, simbolima, i sl.
5. Emocije ili čuvstva – sinkretički doživljaj vanjskih događaja praćen ugodom/neugodom i tenzijom/opuštenošću;
6. Odluke volje koje objedinjuju predodžbu cilja, mišljenje i čuvstva.

I u svim spomenutim područjima potrebna je praksa otvaranja Bogu koja se sastoji u pomnom suhodu s Božjom snagom i njegovom voljom.

Praksa theosomatike ide od čisto **tjelesne** (vježbe, disanje, prehrana, i sl.) preko **društvene** (obitelj, posao, ...) do **duhovne** dimenzije (vjera, duhovnost, ...)

3.2 Emanacija Božjih atributa u fiziološke sustave

Bit Kabale je uzdizanje od aktualnog **događaja**, doživljaja, osjeta u tijelu, duševnog poriva ili uzbuđenja, do onog **Božjeg atributa** koji je uzrok tog događaja ili doživljaja. Božji atributi emaniraju kroz svjetove:

Acilut – gdje bivaju očitovani u svojoj logosnosti;

Beria – gdje bivaju očitovani u svojoj snagosnosti;

Jecira – gdje bivaju očitovani u svojoj oblikovanosti (čistom liku);

Asija – gdje bivaju očitovani u svojoj konkretnosti kao pojedinačna bića:

U prirodi kao fiziologija i anatomija

U društvu kao ljudsko činjenje i organizacija društvenog života u povijesti.

Na koji način Božji atributi emaniraju u fiziološke sustave ljudskog tijela i kako se u njima očituju?

Sefira **Keter**

Božja uzvišenost očitovana u disanju; kultiviranim disanjem možemo se uzdignuti do prostora Božje uzvišenosti

Sefira **Ḥokma**

Božja mudrost emanira u **živčani sustav** i ogleda se u njemu kao savršena mudra međupovezanost svih elemenata živčevlja. U praksi Kabale potrebno je kultivirati živčani sustav i održavati ga u optimalnom stanju kroz nezagađivanje opojnim tvarima, premasnom hranom, alkoholom, iznurivanjem, i sl.

Sefira **Bina**

Božja umnost emanira u fiziologiju krvi i u praksi Kabale potrebno je krv održavati u optimalnom stanju. Ne zagađivati krv šećerom i svime što povećava kiselost krvi.

Sefira **Ḥesed**

Božja (milosrdna) ljubav emanira u **koštani sustav** i u njemu se očituje u pogledu svoje trajnosti i čvrstine. Praksa Kabale za ovu sefira usmjerena je na održavanje ispravnog položaja kostiju kroz upravno (nepogrbnjeno) držanje i ispravnu prehranu.

Sefira **Gevura**

Božja pravednost emanira u **kardiovaskularni sustav** i u njemu se očituje u pogledu pravedne raspodjele krvi, što znači hranjivih tvari i kisika, po tijelu. Praksa Kabale za ovu sefira usmjerena je na održavanje zdravog srčanog ritma i prohodnosti krvnih žila.

Sefira **Tiferet**

Božji atribut ljepota emanira u fiziologiju mišića i u njima se ogleda ljepota; stoga je praksa za ovu sefira kultiviranje ljepote tijela kroz skladan razvoj mišićja.

Sefira **Necaḥ**

Božji atribut Biti-pobjeda ili pobjedonosnost emanira u fiziologiju **endokrinog sustava** što znači sve žlijezde s unutarnjim lučenjem (epifiza, hipofiza, štitna žlijezda, prsna žlijezda, nadbubrežna žlijezda, gušterača, jajnik, testis).

Sefira **Hod**

Božja slava što označuje beskrajnu Božju snagu kroz metaforu svjetlosti (Slava => svjetlost => snagu) emanira u fiziologiju **imunosnog sustava** (timus, koštana srž, slezena, ...) koji brani čitav organizam od napada uzročnika bolesti (bakterija i virusa).

Sefira **Jesod**

Bog kao izvor sve života emanira u čovjekov **reproduktivni sustav**.

Erotsko uzbuđenje koje kulminira u orgastičkom doživljaju

Sefira **Malkut**

Božji atribut kraljevanja emanira u probavni sustav, dakle očituje se u fiziologiji probave i u činu prehrane; kao što je duševni poriv (u svijetu Jecira) je *komuniciranje* tako je i čin prehrane (hranjenju) zapravo jedno komuniciranje, tj., *razmjenjivanje* energije u namirnicama.

Praksa teosomatske Kabale (*Kabala teosomatit*) sastoji se u ustrajnom uzlaženju, u pažljivom slijeđenju počevši od mjesta sefirota na tijelu i njima pripadnim fiziološkim sustavima, preko duševnih poriva, odgovarajućih vrlina duše *Nešama*, Božjih imena (duša *Haja*), do kontemplacije čistih biti Božjih atributa (duša *Jehida*). Uzlazak, podizanje, uzdignuće, uzlet k Bogu na ekstatičan način, čitavim tijelom u znanju (*da'at*) da se k Bogu uzdižem polazeći od onog na meni što predstavlja krajnju točku emanacije njegovih atributa.

U donjoj tablici pokazano je na koji se način svaki pojedini Božji atribut očituje u korespondirajućem fiziološkom sustavu

Tabela 13: Fiziološki sustavi i njihovo kultiviranje

Sefira	Fiziološki sustav	Božji atribut očituje se kao
Keter	Dišni	Božja uzvišenost očitovana u disanju; kultiviranim disanjem možemo se uzdignuti do prostora Božje uzvišenosti
Hokma	Živčani	Božja mudrost emanira u živčani sustav i ogleda se u njemu kao savršena mudra međupovezanost svih elemenata živčevlja. U praksi Kabale potrebno je kultivirati živčani sustav i održavati ga u optimalnom stanju kroz nezagađivanje opojnim tvarima, premasnom

		hranom, alkoholom, iznurivanjem, i sl.
Bina	Krv	Božja umnost emanira u fiziologiju krvi i u praksi Kabale potrebno je krv održavati u optimalnom stanju. Ne zagađivanje šećerom i svime što povećava kiselost krvi.
Hesed	Koštani	Božja (milosrdna) ljubav emanira u koštani sustav i u njemu se očituje u pogledu svoje trajnosti i čvrstine. Praksa Kabale za ovu sefira usmjerena je na održavanje ispravnog položaja kostiju kroz uspravno (nepogrbjeno) držanje i ispravnu prehranu.
Gevura	Srce i krvne žile	Božja pravednost emanira u kardiovaskularni sustav i u njemu se očituje u pogledu pravedne raspodjele krvi, što znači hranjivih tvari i kisika, po tijelu. Praksa Kabale za ovu sefira usmjerena je na održavanje zdravog srčanog ritma i prohodnosti krvnih žila.
Tiferet	Mišićni	Božji atribut ljepota emanira u fiziologiju mišića i u njima se ogleda ljepota; stoga je praksa za ovu sefira kultiviranje ljepote tijela kroz skladan razvoj mišićja.
Necah	Endokrini	Božji atribut Biti-pobjeda ili pobjedonosnost emanira u fiziologiju endokrinog sustava što znači sve žlijezde s unutarnjim lučenjem (epifiza, hipofiza, štitna žlijezda, prsna žlijezda, nadbubrežna žlijezda, gušterača, jajnik, testis).
Hod	Imunosni	Božja slava što označuje beskrajnu Božju snagu kroz metaforu svjetlosti (Slava => svjetlost => snagu) emanira u fiziologiju imunskog sustava (timus, koštana srž, slezena, ...)koji brani čitav organizam od napada uzročnika bolesti

		(bakterija i virusa).
Jesod	Reproduktivni	Bog kao izvor sve života emanira u čovjekov reproduktivni sustav. Erotsko uzbuđenje koje kulminira u orgastičkom doživljaju.
Malkut	Probavni	Užitak u jedenju Božji atribut kraljevanja emanira u probavni sustav, dakle očituje se u fiziologiji probave i u činu prehrane; kao što je duševni poriv (u svijetu Jecira) je komuniciranje tako je i čin prehrane (hranjenju) zapravo jedno komuniciranje, tj., razmjenjivanje energije u namirnicama.

Za praksu treba uvažiti vezu između Božjih atributa i fizioloških sustava u ljudskom tijelu. Ta veza može biti *trostruka*:

1. **Teorijska:** *kontempliramo* svezu između Atributa i fizioloških sustava;
2. **Molitvena:** *Evociramo* Božje ime pripadno pojedinom Atributu (na pr. *Jah*) i povezujemo ga s pripadnim fiziološkim sustavom (živčanim), s molbom Bogu da ga iscijeli i osnaži;
3. **Iscjeliteljska:** Polazimo od stanja fiziološkog sustava, koje može biti *poremećeno* ili *neželjeno*, i uzdižemo se u duhu do same biti Božjeg atributa da bi se on ponovljeno i to *optimalno*, poboljšano i pojačano, očitovao u našem tijelu.

3.3 Teosomatska Kabala na razini tijela

3.3.1 Kako zadobiti iskustvo razina tijela

Čovjek može *iskusiti* svaku od razina tijela tako da izvodi onu *aktivnost* koja je vezana uz dotičnu razinu:

Za tijelo unutarnjeg **vida** prakticirati **kontrolu zlih poriva** (*jecer hara*) i slijediti samo dobre porive (*jecer hatov*);

Za tijelo unutarnjeg **pokreta** prakticirati **vrline** vezane uz odgovarajući Božji atribut;

Za tijelo unutarnjeg **govora** prakticirati **molitvu** kao razgovor s Bogom;

Za tijelo unutarnjeg **svijetla**, Adam Kadmon, prakticirati **d'vekut** (prianjanje uz Boga).

Na primjeru sefira **Jesod**:

Fizičko tijelo: fizički akt sjedinjenja s drugim bićem;

Tijelo unutarnjeg **vida**: spolnost u svojoj vizualnoj dimenziji: kako sve to izgleda predočeno u svijetu fantazije; zlouporabljeno u pornografiji koja izdvaja vizualnu dimenziju i njimese poigrava, izigrava ju izvan okvira dobrih ljudskih odnosa. Čovjek se ne smije dati zavesti svojim očima kada ugleda lijepi zavodljivi lik.

Tijelo unutarnjeg **pokreta**: spolnost kao unutarnji pokret snage normalno kontroliran umom koji traži vrlinu *istine* za ozbiljenje spolnog poriva. *Levitski zakon* daje propise za ispravnu spolnu aktivnost.

Tijelo unutarnjeg **govora**: utišati svakodnevni govor u sebi i čuti što Bog govori o spolnosti. Čujemo da Bog traži reguliranje spolnih odnosa u čistoći i kontrolu pretjeranog, i jalovog, trošenja u

pretjeranom hedonističkom izivljavanju koje ne poštuje ograničenja prirode.

3.3.2 Praksa za više razine tijela kroz Kabala vježbe

Ponavljati u sebi, na nenaporan način, nazive razine tijela i dopustiti slobodnom, opuštenom mišljenju da pruži uvide u svaku razinu tijela. Dakle, ne tek mehanički ponavljati nazive razina tijela!

Za *tijelo unutarnjeg gleda* ponavljati u sebi nazive **duševnih moći** u svijetu *Jecira*: transcendiranje, uvid, analiziranje, davanje, uskraćivanje, usklađivanje, svladavanje prepreka, ustrajno slavljenje Boga, sebe-ozbiljivanje, komunikacija.

Za *tijelo unutarnje sinergije* (uma i snage) ponavljati u sebi ime **vrlina** u svijetu *Beria*: emuna, bitul, simha, ahava, jirat JHVH, rahamim, bitahon, temimut, emet, šiflut.

Za *tijelo unutarnjeg govora* ponavljati u sebi posebna **imena Boga** u svijetu *Acilut*: *Ehjah ašer Ehjah, Jah, Elohim, El, Elohim, Adonai, Adonai C'vaot, Elohim C'vaot, El Haj Šadai, Adonai Ha'arec.*

Tabela 14: Praksa tijekom jednog tjedna

Za fizičko tijelo	Jedan dan u tjednu odustati od uzimanja hrane: prakticirati post
Za tijelo unutarnjeg vida	Jedan dan u tjednu razmisliti kako se boriti protiv zlih poriva.
Za tijelo unutarnjeg pokreta	Jedan dan u tjednu kontemplirati vrline: kako bi trebalo postupiti u kriznim situacijama;
Za tijelo unutarnjeg govora	Jedan dan u tjednu odustati od govora: prakticirati šutnju

3.3.3 Kabala ples za sefira *Jesod*

Bog je u samom sebi sveti drhtaj³²(hebr:*ra'ad kadoš*), erotičnost u najvišem smislu; na to upućuje, u kašmirskom šivaizmu, pojam *spanda*: vibracija, drhtaj, lepršanje, kreativno pulsiranje; prividan pokret u inače nepokretnom bogu *Šivi*³³ koji vodi u rastvaranje, a potom unovo stvaranje i održavanje kozmosa. Budući da je erotsko uzbuđenje, kao jedan slatki drhtaj (ili sveti drhtaj) prisutan na razini svijeta *Beria*, a očituje se u orgastičkim pokretima u svijetu *Asija*, zašto treba čekati posredovanje živim partnerom (ili slikom erotskom bića)?

Sveti Božji drhtaj može postati somatiziran u:

- a) Zdjelicu tijela pa proizvodi *erotsku* žudnju;
- b) Grudni koš pa proizvodi *ljubavnu (agape)* žudnju;
- c) Veliki mozak pa proizvodi *mudrosnu (sofia)* žudnju. U tom

smislu *filozofija* je mudrosna žudnja, tj. sveti Božji tremor somatiziran u centru mišljenja.

Bog svoj sveti drhtaj (*ra'ad kadoš*) emanira kroz svjetove do čovjekova tijela u svijetu *Asija*. Postoji i povratni put: od doživljaja tremora u tijelu uzdizati se do *Božjeg* tremora (the sacred tremor).

³² Peter Wilberg prevodi *spanda* kao „quivering“ koju definira kao „fundamentalna kreativna vibracija (*spanda*) koja je omogućena i zaštićena primordijalnim širenjem (*tan*) i stezanjem primordijalnog polja božje svijesti (divine awareness).“ SPANDA – The Divine Dynamics of Creation. Str 4.

³³ Hinduističko božanstvo, predstavlja vid razaranja (u svrhu novog stvaranja!) u trojstvu Brahma-Višnu-Šiva.

Taj slatki drhtaj po prirodi je usađen u čovjeka kao drhtaj u orgazmu kao sastavnica spolnog čina koji se događa u znaku Božjeg nauma da čovjek ostavi potomstvo i da pritom doživi užitek (što se događa kao orgazam). Međutim orgazam se događa u impulzivnoj strasti i čovjek se pritom gubi u spokojnom nestajanju (kao u ekstazi).

Može li orgazam biti odriješen od vezanosti za spolni čin začinjanja i rađanja?

Ali, kako u sebi proizvesti *orgazam* ako nema vanjske stimulacije ili ako je spolni čin (vođenje ljubavi) onemogućen zbog bilo kojeg razloga. Tada se može pribjeći *sublimaciji* tjelesnog nagona da bi se dospjelo do kontemplacije Božjeg atributa koji je *Biti-izvor-života*: svjesnom namjerom, u tijelu unutarnjeg pokreta, simulirati orgastičke pokrete, ali ne u funkciji ejakulacije i ejakulatornog orgazma. Dakle više nemamo niz:

Vanjski erotički **stimulans** (realni ili virtualni) => erotsko uzbuđenje => erotska žudnja za sjedinjenjem s tijelom drugoga => spolni čin (vođenje ljubavi) =>klimaks užitka u orgazmu => opuštanje i prijelaz u svakodnevni život.

Novi niz kao duhovna praksa izgleda ovako:

Simuliranje, u tijelu unutarnjeg pokreta, orgastičkih pokreta =>osvijestiti duhovni poriv pripadan sefira *Jesod*: **sebe-ozbiljivanje** =>pažnju usmjeriti na pripadnu vrlinu – istinoljubivost (**emet**) =>zazvati pripadno **Božje ime** – *El Haj Šadaj* =>**kontemplirati** čistu bit Božjeg atributa – *Biti-izvor-života*.

Tabela 15: Praksa uzdizanja za sefira *Jesod*

Olamot	Praksa uzdizanja za sefira JESOD
Asija	Svjesno izazivanje orgastičkih pokreta u tijelu (ne postoji vanjski stimulans već samo unutarnji motiv duhovnog uzdizanja do Božjeg svetog tremora)

Jecira	Pažnja na duhovni poriv pripadan sefira Jesod: sebe-ozbiljivanje kao duhovnog bića
Beria	Pažnja na pripadnu vrlinu – istinoljubivost (emet): ja sam svjestan erotske žudnje jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u atributu erotičnosti.
Acilut	U sebi zazvati pripadno Božje ime – El Haj Šadaj; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa a to je Biti-izvor-života koji u Božjoj žudnji praćenoj svetim drhtajem hoće sebe očitovati u mnogolikosti živih bića, koja će se potom umnožavati u orgastičkom drhtaju sličnom onom u Boga kada On žudi sebe-ozbiljenju kroz mnoga živa bića.

3.3.4 Sebeozbiljivanje kao nastavak života u potomstvu

Himna slavljenja Boga

Bože, ti si izvor života, Ti si ga stvorio i omogućio nam da ga ponovno stvaramo kroz sjedinjenje u spolnom činu koji je ispunjen s toliko slasti, e da bismo ga uvijek iznova žudili. Ali dva su puta činjenja kad se nađemo u stanju sladostrasnog uzbuđenja.

Prvi je prirodni put začinjanja novog života kroz spolni čin pa se onda dalje veselimo rođenju novog života i životu s njim. Drugi put je uzdizanje od tog slatkog uzbuđenja k Tebi da bismo dospjeli do biti Tebe kao onog u kojemu je izvor života. Taj put zahtjeva disciplinu i znanje o tome što ćemo susresti na tom putu. Ići ćemo kroz svjetove i uzdizati se najprije kroz duševni poriv sebe-ozbiljenja tj. ozbiljenja nas kao vrste koja se održava kroz stvaranje potomstva. To je duševni poriv u svijetu Jecira.

Nakon toga se uspinjemo u svijet Beria do vrline koja odgovara tvojem atributu Biti-izvor-života, a ta vrline je emet što znači istina ili istinoljubivost. Nakon toga uzdižemo se do Tvojeg govora u svijetu Acilut do Tebe pod vidom logosa i zazivamo Tvoje ime El Haj Šadaj. Uz tvoje ime povezujemo i naš reproduktivni sustav i molimo te da ga iscijeliš i osnažiš, da ga oslobodiš svake bolesti. Nakon toga uzdižemo se u svijet Tvog beskrajnog života, beskrajne snage i mudrosti, i težimo postići ljubavno jedinstvo s Tobom u priljubljanju (d'vekut: priljepljanju) Tebi kao nečem najdražem i najvoljenijem.

Od tog stanja mora se ići ili putem prema *dolje* k začinjanju i rađanju ili prema *gore* k Bogu kojemu se u molitvi predajemo jednako tako sladostrasno kao što se u orgazmu predajemo drugom biću i pritom gubimo i nestajemo u slatkom spokoju.

Što znači gornje uspoređivanje orgazma i molitve, je li moguće i prikladno molitvu uspoređivati s orgastičkim doživljajem?

To znači da uzdizanje k Bogu i doživljaj sjedinjenja s Njim ima sve odlike užitka u ljubavnom zagrljaju; ako toga nema što je onda *unio mystica*, koja je vrijednost sjedinjenja i priljubljanja (*d'vekut*) Bogu. Sjetimo se Berninijeve skulpture „Ekstaza sv. Tereze Avilske“ u crkvi *Santa Maria della Vittoria* u Rimu. Njena ekstaza nije nastala spolnim sjedinjenjem a ima sve odlike pravog orgazma!

Pri *pravoj molitvi* svu onu slast koju bismo izlili tijekom ljubavnog čina u orgazmu, treba usmjeriti prema gore i bez zadržke se otvoriti i predati Stvoritelju života i slasti koju doživljujemo dok život začinjemo.

Bog je erotičnost, a erotičnost je inherentna samoj svijesti, a svijest je prisutnost *Boga* kao svijesti u čovjeku, iz toga proizlazi svijest o erotičnim bićima kad ih gledamo. Zbog toga što je Bog

svijest, slijedi da možemo gledati erotičnost bića koja i nije ništa drugo do očitovanje (pokazivanje) *Boga kao erotičnosti* u ovom fizičkom svijetu *Asija*.

Tabela 16: Od Božjeg atributa do erotskog uzbuđenja

SEFIROTI	Sefira JESOD	
EN SOF TAKVOST	Sveti drhtajje potencijalna dimenzija En Sofa: izvor žudnje za uživanjem života	Božji atribut Biti-izvor-života je potencijalna dimenzija En Sofa
Adam Kadmon		
Acilut	Bog je taj sveti drhtaj: erotsko uzbuđenje u eminentnom smislu ³⁴	Bog/svijest je izvor erotiziranosti koja potiče na rađanje života
Beria	Erotsko uzbuđenje je inherentno samoj svijesti: snaga tijela biva artikulirana slikom erotskog kao erotski doživljaj	životnost/erotiziranost je dimenzija svijesti: snaga duše Nešama biva artikulirana pojavom erotičnog bića.
Jecira	svjesnost erotskog uzbuđenja: slika i emocionalna reakcija	svijest o nekom biću koje potiče erotiziranost: slika i emocionalna reakcija
Asija	Erotsko uzbuđenje: želja za spolnim	Susret s nekim erotičkimbićem: nagon za

³⁴ Riječ *spanda* u kašmirskom šivaizmu prevodi se kao „sveti drhtaj“.

	užitkom očituje se kroz orgastičke pokrete – slatko grčenje i opuštanje – kao Tandava ples bez spolnog čina	reprodukcijom života kroz spolni čin (penetracija i ejakulacija praćena orgazmom).
--	--	---

Biti-izvor-života => **Bog**/svijest je izvor erotiziranosti koja potiče na rađanje života => životnost/**erotiziranost** *svijesti* => svijest o nečem što potiče erotiziranost => neko erotično biće ili nešto erotično.

U **meditaciji** se ide suprotnim smjerom: nešto erotično postoji => svijest o tom erotičnom=> erotiziranost svijesti => *Bog* je eros => Eros dimenzija *En Sofa*.

4. PRAKSA UZDIZANJA ZA SVE SEFIROTE

Kako će taj niz izgledati za sve Božje atribute (kroz sve sefirote)?

Za sefira *Jesod* imali smo niz od Božjeg „svetog drhtaja“ do kretanja u čovjekovom tijelu i povratno, kao Kabala praksa – od uzbuđenja u tijelu do Božjeg svetog tremora koji predstavlja stanje Božjeg atributa Biti-izvor-života. Primijenimoto razmatranje za sve sefirote.

Sefira Keter

Božja **uzvišenost** biva očitovana u **disanju**; kultiviranim disanjem možemo se uzdignuti do prostora Božje uzvišenosti.

Tabela 17: Keter

Olamot	Sefira Keter
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj uzvišenosti. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor iznad glave kao neko trijumfalno stanje Božje uzvišenosti somatizirano u živahne pokrete zamišljenog uzdizanja tijela put neba.
Jecira	Pažnja na duhovni poriv transcendiranja, vrhunski užitak u blaženstvu (ta'anug), podvrgavanje svoje volje (racon) Božjoj volji.
Beria	Pažnja na vrlinu emuna (povjerenje da će Bog zauvijek ostati vjeran); ja sam svjestan Božje uzvišenosti jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u atributu Biti-uzvišen.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Ehje ašer Ehje; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-uzvišenost; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo događaja uzvišenosti u konkretnim individualnim bićima.

Sefira Ḥokma

Božja **mudrost** emanira u **živčani sustav** i ogleda se u njemu kao savršena mudra međupovezanost svih elemenata živčevlja. U praksi Kabale potrebno je kultivirati živčani sustav i održavati ga u optimalnom stanju kroz nezagađivanje opojnim tvarima, premasnom hranom, alkoholom, iznurivanjem, i sl.

Tabela 18: Hokma

Olamot	Sefira Hokma
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj mudrosti. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor desne strane glave kao neko trijumfalno stanje Božje mudrosti somatizirano u živahne pokrete
Jecira	Pažnja na duhovni poriv zadobivanje uvida.
Beria	Pažnja na vrlinu bitul (povjerenje da će Bog.....); ja sam svjestan Božje mudrosti jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u atributu Biti-mudrost.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Jah; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-mudrost; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo događaja mudrosti kod konkretnih individualnih bića.

Sefira Bina

Božji **um** emanira u **fiziologiju krvi** i u praksi Kabale potrebno je krv održavati u optimalnom stanju. Ne zagađivati ju šećerom i svime što povećava kiselost krvi.

Tabela 19: Bina

Olamot	Sefira Bina
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj pobjede razuma. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor lijeve strane glave kao neko trijumfalno stanje Božje somatizirano u živahne pokrete
Jecira	Pažnja na duhovni poriv umnoanaliziranje.

Beria	Pažnja na vrlinu simha.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Elohim; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-umnost; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo racionalnog ponašanja kod konkretnih individualnih bića.

Sefira **Ḥesed**

Božja (milosrdna) **ljubav** emanira u **koštani sustav** i u njemu se očituje u vidu svoje trajnosti i čvrstine. Praksa Kabale za ovu sefira usmjerena je na održavanje ispravnog položaja kostiju kroz uspravno (nepogrblyeno) držanje i ispravnu prehranu.

Tabela 20: Ḥesed

Olamot	Sefira Ḥesed
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj ljubavi. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor desne ruke kao neko trijumfalno stanje Božje somatizirano u živahne pokrete
Jecira	Pažnja na duhovni poriv davanja.
Beria	Pažnja na vrlinu ahava; ja sam svjestan Božje ljubavi jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u atributu Biti-ljubav.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – El; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa milosrdna ljubav; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo događaja ljubavi kod konkretnih individualnih bića.

Sefira Gevura

Božja **pravednost** emanira u **kardiovaskularni** sustav i ogleda se u njemu kao strogo raspoređena raspodjela krvi u tijelu. Potrebno je njegovati vrlinu strahopoštovanja spram Boga (jirat Jahve).

Tabela 21: Gevura

Olamot	Sefira Gevura
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj stroge pravde. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor lijeveruke kao neko trijumfalno stanje Božje somatizirano u živahne pokrete
Jecira	Pažnja na duhovni poriv pravednog uskraćivanja.
Beria	Pažnja na vrlinu jirat JHVH; ja sam svjestan Božje pravde jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u atributu Biti-pravda.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Elohim; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-pravda; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo događaja pravednog ponašanja kod konkretnih individualnih bića.

Sefira Tiferet

Božji atribut **ljepota** emanira u fiziologiju **mišića** i u njima se ogleda ljepota; stoga je praksa za ovu sefira kultiviranje ljepote tijela kroz skladan razvoj mišićja.

Tabela 22: Tiferet

Olamot	Sefira Tiferet
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj ljepote. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor grudnog košakao neko trijumfalno stanje Božje ljepote somatizirano u živahne pokrete grudnog koša.
Jecira	Pažnja na duhovni poriv postizanje sklada.
Beria	Pažnja na vrlinu rahamim; ja sam svjestan Božje ljepote jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u

	atributu Biti-ljepota.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Adonai; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-ljepota; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo lijepih bića i lijepih pojava.

Sefira Necaḥ

Božji atribut **Biti-pobjeda** ili pobjedonosnost emanira u fiziologiju **endokrinog sustava** što znači sve žlijezde s unutarnjim lučenjem (epifiza, hipofiza, štitna žlijezda, prsna žlijezda, nadbubrežna žlijezda, gušterača, jajnik, testisi).

Tabela 23: Necaḥ

Olamot	Sefira Necaḥ
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj pobjede. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor desne noge kao neko trijumfalno stanje Božje pobjede somatizirano u živahne pokrete nožnih mišića
Jecira	Pažnja na duhovni poriv svladavanje prepreka.
Beria	Pažnja na vrlinu bitahon (povjerenje da će Bog iznijeti pobjedu); ja sam svjestan Božje pobjedonosnosti jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u atributu Biti-pobjeda.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Adonai C'vaot; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-pobjeda; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo događaja pobjede kod konkretnih individualnih bića.

Sefira Hod

Božja **slava** što označuje beskrajnu Božju snagu kroz metaforu svjetlosti (Slava => svjetlost => snagu) emanira u fiziologiju **imunskog sustava** (timus, koštana srž, slezena, ...) koji brani čitav organizam od napada uzročnika bolesti (bakterija i virusa).

Tabela 24: Hod

Olamot	Sefira Hod
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj Božje slave. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor lijeve noge kao neko trijumfalno stanje Božje slave somatizirano u živahne pokrete lijeve noge.
Jecira	Pažnja na duhovni poriv ustrajnost.
Beria	Pažnja na vrlinu temimut; ja sam svjestan Božje slave – beskrajnog svjetla kao metafore Božje snage.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Elohim C'vaot; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-svjetlost (najviša snaga); Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo događaja slavljenja Božje snage od strane individualnih bića.

Sefira Jesod

Bog u vidu atributa **Biti-izvor-života** emanira u **reproduktivni sustav** i ogleda se u njemu kao poriv za održanjem života i nastavljanjem života u potomstvu.

Tabela 25: Jesod

Olamot	Praksa uzdizanja za sefiraJesod
Asija	Vanjski stimulans: slika erotičnog bića. U nedostatku njega svjesno dinamizirati prostor zdjelice u vidu orgastičkih pokreta u tijelu (motiv je duhovno uzdizanje do Božjeg svetog tremora)
Jecira	Pažnja na duhovni poriv pripadan sefira Jesod: sebe-ozbiljivanje kao duhovnog bića
Beria	Pažnja na pripadnu vrlinu – istinoljubivost (emet): ja sam svjestan erotske žudnje jer je ona inherentna dimenzija same svijesti – Bog je ta svijest u atributu erotičnosti.
Acilut	U sebi zazvati pripadno Božje ime – El Haj Šadaj; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa a to je Biti-izvor-života

koji u Božjoj žudnji praćenju svetim drhtajem hoće sebe očitovati u mnogolikosti živih bića, koja će se potom umnožavati u orgastičkom drhtaju sličnom onom u Boga kada On žudi sebe-ozbiljenju kroz mnoga živa bića.

Sefira Malkut

Božji atribut **kraljevanja** emanira u **probavni sustav**, dakle očituje se u fiziologiji probave i u činu prehrane; kao što je duševni poriv (u svijetu *Jecira*) je *komuniciranje* tako je i čin prehrane (hranjenju) zapravo jedno komuniciranje s organskim okolišem, tj., *razmjenjivanje* energije kroz konzumiranje namirnica.

Tabela 26: Malkut

Olamot	Sefira Malkut
Asija	Vanjski stimulans: doživljaj kraljevanja. Ako ga nema onda svjesno dinamizirati prostor ustijukao neko trijumfalno stanje Božjeg kraljevanja somatizirano u živahne pokrete ustiju.
Jecira	Pažnja na duhovni poriv komuniciranja s okolinom.
Beria	Pažnja na vrlinu šiflut; ja sam svjestan Božjeg kraljevanja.
Acilut	U sebi zazvati Božje ime – Adonai ha'arec; uputiti molitvu Bogu.
En Sof	Kontemplacija čiste biti Božjeg atributa Biti-kraljevstvo; Bog hoće sebe očitovati kao mnoštvo događaja smjernog ponašanja kod konkretnih individualnih bića.

Za praksu treba uvažiti vezu između Božjih atributa i fizioloških sustava u ljudskom tijelu. Ta veza može biti *trostruka*:

1. **Teorijska:** *kontempliramo* svezu između Atributa i fizioloških sustava;
2. **Molitvena:** *Evociramo* Božje ime pripadno pojedinom Atributu (na pr. *Jah*) i povezujemo ga s pripadnim

fiziološkim sustavom (živčanim), s molbom Bogu da ga iscijeli i osnaži;

3. **Iscjeliteljska**³⁵: Polazimo od stanja fiziološkog sustava, koje može biti *poremećeno* ili *neželjeno*, i uzdižemo se u duhu do same biti Božjeg atributa da bi se on ponovljeno i to *optimalno*, poboljšano i pojačano, očitovao u našem tijelu.

³⁵ Hebr: *marpe* (מרפא)

5. TEOSOMATSKA KABALA U ISCJELJIVANJU

Može li znanje teosomatske Kabale poslužiti u iscjeljivanju, iako ona nije isto što i medicinska *theosomatika*³⁶?

Može i to na tri načina:

1. Život u skladu s Božjim zakonima sigurno vodi zdravlju radi čega Biblija sadrži propise o čuvanju zdravlja sadržane u knjizi *Levitski zakon*. To su Božji propisi koje treba slijediti da bi se očuvalo zdravlje.

2. Kada čovjeka zadesi neka bolest on se mora vratiti na put slijeđenja Božjih propisa te se obratiti Bogu molitvom za otklanjanje zla koje ga je zadesilo.

3. Iscjeljivanje tragova *prošlih* bolesti, pri čemu treba budno svjedočiti³⁷ svim događajima života sviješću koja je u čovjeku, a koja dolazi od Boga – *Bog* je ta svijest.

Tijelo i svijest/duša su dva vida *prisutnosti*³⁸ u svijetu. Prisutan sam znači: svjedočim događajima svijeta i mojim djelima. Prisutan sam **dušom** (sviješću) znači: svjesno ustvrđujem da se zbiva to-i-to i suočujem se s istinom. Prisutan **tijelom** znači: moje tijelo svjedoči istim događajima svojim kretanjem snage – dinamikom pokreta, i *istinu* događaja (to što se zbilja dogodilo neovisno o mojem *wishfull thinking*) *pamti* promjenama na sebi, doslovno: tragovima i ožiljcima na sebi. Slijedom toga možda je moguće iscijeliti ožiljke jednim energetskim hodom unatrag pa rekonstruiramo bivši događaj, ali

³⁶ Vidi Jeff Levin, *God, Faith, and Health: Exploring the Spirituality-Healing Connection*.

³⁷ Hebr: lehaid (לְהַעֲדִיךָ)

³⁸ Hebr: nok · ot (נוֹכַחֹת)

tako da se radnje tijela odvijaju po jednoj *optimalnoj* shemi tj. onako kako mislimo da su se događaji *trebali* odvijati. To vodi u jednu *theosomatiku* na razini dinamike tijela, u pokrete iscjeljivanja tijela temeljene na drugačijem htjenju događaja i njihovom rekonstruiranju takvim pokretima tijela koji ne bi bili doveli do neželjenih tragova (rana ili ožiljaka).

Primjeri iscjeljivanja tijela:

- 1. Iz šake izvući ukočenost tetiva**
- 2. Ne konvertirati nervozu u štipanje, čupanje, češanje i sl.**
- 3. Ispraviti držanje tijela, uspraviti se**
- 4. Ruke iz ramena ispružiti u stranu**
- 5. Stegnuti trbuh i podići energiju do glave**

Pritom treba primjenjivati slijedeće postupke navedene u donjoj tabeli:

Tabela 27: Iscjeljivanje putem Kabala prakse

Svijet	U procesu kreacije	Kao razine ljudskog tijela	Postupci Kabale
Acilut	Od Boga izgovoreno tijelo	Tijelo unutarnjeg govora ili Molitveno tijelo	U duši Haja: molitva
Beria	Od Boga osnaženo tijelo	Tijelo unutarnje sinergije uma i volje ili Tijelo vrline	U duši Nešama: lehagiv musari
Jecira	Od Boga oblikovano tijelo	Tijelo unutarnjeg gleda ili Tijelo poriva	U duši Ruah: kontrola zlih poriva
Asija	Od Boga učinjeno tijelo	Fizičko, organsko tijelo	U duši Nefeš: ispravno djelovanje u stvarnom svijetu

Moguće je postupcima na razini duše djelovati na razine tijela te ih iscjeljivati:

Molitvom u duši Haja: moliti Boga koji je svojim govorom započeo stvaranje tijela – *izgovoreno tijelo*, da nekako popravi **logosni (genetski) kod tijela** da bi ono bilo zdravije i bolje funkcioniralo (to podsjeća na svjesno popravljjanje DNK u pokretu New Age, ali tamo čovjek ne moli Boga nego sebe postavlja na njegovo mjesto!).

Životom u vrlini u duši *Nešama*: živjeti po vrlinama kako su one pridružene sefirotima, i nadati se **energetskom popravljjanju** tijela – od Boga osnaženog tijela. To je također neka vrst molitve, ali ne na razini tijela unutarnjeg govora, nego na razini **tijela sinergije uma i volje**. Sad ne molimo Boga nego živimo po vrlinama koje su

pripadne njegovim atributima (Mudrosti – *bitul*, Ljubavi – *ahava*, Ljepoti – *rahamim*, itd.).

Kontrolom zlih poriva u duši *Ruah*: otklanjati od sebe sve zle porive, ne povoditi se za svojim očima koje nas nagonski usmjeruju prema privlačnim bićima. Živeći tako pomoći ćemo u **ispravljanju** svih **izobličjenja** (deformacija) koje su nastale na tijelu zbog življenja vođenog zlim porivima (n našem životu ili u životu naših predaka).

5.1 Iscjeljivanje poremećene fiziologije

Tabela 28: Duševni porivi *jecer hara* i *jecer hatov*

Božji atribut	Dio tijela i fiziološki sustav	Poremećaj u fiziologiji	Negativan poriv (<i>Jecer hara</i>)	Pozitivan poriv (<i>Jecer hatov</i>)
Keter	Tjeme; Dišni	Teško i plitko disanje	Bijeg u opijanje = lažno transcendiranje: zatupljivanje svijesti	Transcendiranje u vjeri
Hokma	Mozak – desna polutka; živčani	Opća živčana slabost; pospanost; nervoza	Samoživo mudrovanje: vrijednosno dezorijentirani pogled na svijet	Mudro uviđanje
Bina	Mozak – lijeva polutka; krv	Masnoća i šećer u krvi	Gubljenje iz vida cjeline: raštrkanost mišljenja	Racionalna analiza
Hesed	Desna ruka; koštani	Artritis; osteoporoza	Rasipničko davanje	Davanje
Gevura	Lijeva ruka;	Slabo srce:	Škrtost i prevelika	Uskraćivanje

	Kardio- vaskularni	šum, tahikardija; Začepljene arterije, proširene vene	strogost	
Tiferet	Grudni koš; Mišićni	Slabost mišića, brzo umaranje	Popuštanje oprečnim zahtjevima	Stvaranje sklada
Necah	Desna noga; endokrini	Poremećaj u radu žlijezda (spolne, gušterača,...)	„glavom kroz zid“ nepotrebno junačenje; tvrdoglava upornost	Svladavanje prepreka
Hod	Lijeva noga; imunosni	Bolesti kože; limfni sustav; koštana srž	Prebrzo sustajanje	Ustrajnost
Jesod	Spolni organi; reproduktivni	Bolest prostate; rak jajnika; prestanak rada testosterona (M) i estrogen i progesteron (Ž)	Sebična požuda; hedonistička samoživost	Sebe- ozbiljivanje
Malkut	Usta; probavni	Slaba probava; prejaka želučana kiselina; slaba crijevna flora	Brbljanje i proždrljivost; bezobzirna nametljivost	Komunikacija

		(debelo crijevo!)		
--	--	----------------------	--	--

Tabela 29: Od tjelesnih poriva uzdignuti se do ideala AK

Božji atribut	Dio tijela i fiziološki sustav	Jecer hara	Somatizirani jecer hara => psihoneuroza	Uzdignuti se do ideala AK
Keter	Tjeme; Dišni	Bijeg u opijanje = lažno transcendiranje: zatupljivanje svijesti	Manjak poleta; bijeg u alkohol i droge.	Sebe- nadilaženje u pravoj vjeri (emuna)
Hokma	Mozak – desna polutka; živčani	Samoživo mudrovanje: vrijednosno dezorijentirani pogled na svijet	Sklonost podcjenjivanju mudrosti; arogancija	Samozatajnost (bitul) u traženju mudrosti od Boga
Bina	Mozak – lijeva polutka; krv	Gubljenje iz vida cjeline: raštrkanost mišljenja	Manjak u dosljednosti mišljenja (kratki spoj)	Radost (simha) u činu mišljenja
Hesed	Desna ruka; koštani	Rasipničko davanje	Manjak kontrole u radu desne ruke	Davanje u ljubavi (ahava)
Gevura	Lijeva ruka; Kardio- vaskularni	Škrtost i prevelika strogost	Sustegnuto držanje lijeve ruke	Strogost u pravednosti (bin)
Tiferet	Grudni koš; Mišićni	Popuštanje oprečnim zahtjevima	Slabi i loše raspodijeljen tonus mišića => loše držanje tijela	Sklad u ljepoti

Necah	Desna noga; endokrini	„glavom kroz zid“ nepotrebno junačenje; tvrdoglava upornost	Nesigurno hodanje; brzi zamor; neraspoloženje, zlovolja	Hrabro povjerenje u njega (bitahon) u svladavanju prepreka
Hod	Lijeva noga; imunosti	Prebrzo sustajanje; nezahvalnost; neiskrenost	Preveliko bavljenje svojim tijelom: često češanje, cijeđenje bubuljica, i sl.	Iskreno slavljenje njegove snage u poniznosti
Jesod	Spolni organi; reproduktivni	Sebična požuda; hedonistička samoživost	Čisto fizička nadraženost; požuda bez upućenosti na voljenu osobu	Rađanje života u ljubavi
Malkut	Usta; probavni	Brlbljanje i proždrljivost; bezobzirna nametljivost u komunikaciji („ja pa ja“)	Proždrljivost i nekulturno jedenje; stalno grickanje loše hrane; logoreja: stalno govorenje po slučajnim asocijacijama	Ponizna povezanost (šiflut) s okolinom (fizičkom i socijalnom)

5.1.1 Joga-asane u Kabala praksi

Na koji se način putem asana osvješćuju sefiroti u tijelu? Što je to asana u yogi? U *praksi Kabale* asana je pojačanje protoka energije (*prane*) u onom dijelu tijela koji odgovara korespondirajućoj sefira.

Vježba

Zauzmimo neki položaj (*asanu*) i pritom usmjerimo pažnju („mislimo“) na onu *sefira* koja odgovara onom dijelu tijela koji je angažiran dotičnom *asanom*. Npr., kad radimo *Bhuđangasanu* (poza kobre) tada ćemo misliti *sefira Hesed* za desnu ruku i *sefira Gevura* za lijevu ruku. Kad radimo *Paščimotanasanu* (sklopka, štipaljka) tada ćemo misliti *sefira Jesod* (za područje donjeg abdomena) i *Tiferet* (za cijelu kralježnicu).

5.1.2 Praksa pranayame u iscjeljivanju

Na koji se način, putem **pranayame**, osvješčuju sefiroti u tijelu? Što je to pranayama, a posebice pranayama u Kabali?

U Kabali ćemo pod tim nazivom podrazumijevati energijsko *kretanje* prema onom fiziološkom sustavu koji odgovara određenoj *sefira*.

U *praksi* pranayame trebalo bi energiju u pokretu daha (*prana*) usmjeriti u svakoj *sefira* pripadni *fiziološki sustav (ili tkivo)*, npr.. za *Hokma* pranu treba usmjeriti u desnu polutku velikog mozga; za *sefira Hesed* u koštani sustav, za *Gevura* krvožilni sustav, i sl. Niže je tablica u kojoj je vidljivo kamo treba usmjeriti energiju daha (*pranu*) za pojedinu *sefira*:

Vježba: Usmjeravanje prane

Kako usmjeravati pranu?³⁹ Proces disanja sastoji se od udaha i izdaha; pri *udahu*, u ovoj Kabala praksi pranayame, svijest se uzdiže do dotičnog Božjeg atributa. Pri *izdahu*, dah ispunjen snagom Božjom, spušta se do dotičnog fiziološkog sustava koji time biva preplavljen novom, svježom snagom.

Na primjeru sefira **Jesod**:

Udah: pažnja slijedi put do Boga kao na najviši, najdublji *izvor* života;

Izdah: Ispunjen snagom Božjom dah se poput slapa spušta u reproduktivne organe i preplavljuje ih svježom snagom (*pranom*) i tako oživljava (vitalizira) njihovu funkciju.

Praksa disanja vođena slovima Božjeg imena

Postoji još jedna jednostavna vježba pranajame koja je nadahnuta tajnovitom veličinom Božjeg imena koje se u judaizmu zove *Šem Hameforaš* (neizrecivo, posebno Ime). Svojim disanjem čovjek cijelog života potiho ponavlja Božje ime (*Šem Hameforaš*) koje se sastoji od četiri slova: *Jud, He, Vav, He*, dakle slova j, h, v, koja su zapravo poluvokali te mogu samostalno zvučati. Praksa disanja vođena slovima Božjeg imena izgleda ovako⁴⁰:

Pri udahu šapće: Jhhhhh.....

Pri izdahu šapće: Vhhhhh.....⁴¹

Taj način disanja pripadan je samom disanju kao takvom, čin disanja jest sam po sebi kontinuirano *izgovaranje* Božjeg imena jer

³⁹ Ovdje dajem tek *načelnu* uputu za praksu Kabala pranayame; za konkretnu primjenu u vlastitoj praksi *nužna* je osobna uputa učitelja – kao što se to inače naglašava u yoga praksi, pogotovo praksi pranayame.

⁴⁰ Dajem kratki opis izvođenja, ali uz napomenu koju sam dao na početku knjige u *Disclaimeru*.

⁴¹ Glasovi „v“ i „j“ izgovaraju se kao poluvokali.

udahom izgovaramo Jhhhhh, a *izdahom* izgovaramo Vhhhhh, dakle izgovaramo sva četiri slova Božjeg imena (*Tetragramaton*).

5.1.3 Pranayama i sefiroti

Pet dahova snage (ili: unutarnji pokret snage):

- a) **Od *Necah* i *Hod*** uzdizati snagu gore; povući snagu iz Zemlje u ***Jesod***;
- b) **Od *Jesod*** uzdizati snagu u obliku lijevka prema gore;
- c) **Kroz *Hesed* i *Gevura*** energiju *ahava* i *jira* povezati s energijom Beskraja (*En Sof*);
- d) ***Tiferet*** – širiti snagu grudnog koša, poput ogromne kugle, i upijati u sebe energiju Beskraja (*En Sof*).
- e) ***Keter*** – uzdizati snagu u nebeske visine do *En Sof*.

Tehnika:

1. **Izgovoriti** u duhu
2. **Pratiti snagom** u tijelu unutarnjeg pokreta
3. Živo **predočiti** u tijelu unutarnje slike
4. Izvesti u realnosti fizičkim tijelom.

5.1.4 Ispravan odmor i spavanje

To je potpuno prepuštanje Bogu i događanju njegove snage u našem tijelu. Prije spavanja izgovoriti *Hamapil*, a odmah nakon buđenja izreći (ili otpjevati) *Modehani*.

5.2 Suživot s bližnjima

Uključuje naše predodžbe, mišljenja i emocije, stoga u odnosu s ljudima dopustiti da Bog temeljem svoje slike čovjeka (ta On je stvorio čovjeka na svoju sliku)⁴², svojim mislima o životu ljudi u društvu, svojom ljubavlju i milosrđem prema čovjeku, djeluje u nama i kroz nas. Treba se oslanjati na Bogom nadahnute sadržaje i njih somatizirati, tj. ozbiljiti (učiniti realnim) radnjama tijela. Zato nas ljubav prema drugom čovjeku uzdiže do onog stanja duha koje nalazi svoj somatski izraz u ispravnim, dobrim i korisnim radnjama tijela. Jedino ljubav prema Bogu i prema čovjeku može navoditi na dobre i lijepe radnje.

v'ahavta et Adonai elohekav'kollevavkauv'kolnafšekauv'kol meodeha (*Ljubi Boga svoga svim srcem svojim, svom dušom svojom i svim snagama svojim*) Pon z 6,5

v'ahavtal'reahakamoha (*Ljubi bližnjega svoga kao samoga sebe*) Lev 19,18

Posao

U poštovanju propisa zajednice, u skladu s radnim obvezama raditi svoj posao koristeći sav potencijal koji imamo (snagu, stručno znanje, pamet, kreativnost,...) i dopustiti Bogu da i On učini svoj dio nakon što smo mi odradili ono što smo znali i mogli. Ta on je sve stvorio i nadalje stalno stvara, ali je i čovjeka obvezao da nastavi raditi na dovršenju Božjeg djela:

I Bog blagoslovi sedmi dan, i posveti ga; jer on počinu od svih svojih djela **koja stvori Bog da se dalje čine** /ašer bara Elohim la'asot/. (Post 2,3)

⁴² Post 1,26: na'ase adam b'calmenu kidmutenu

6. TEOSOMATIKA KAO DUHOVNA PRAKSA

6.1 *T'fila* ili kako vjerodostojno moliti

Moliti Boga onim najdubljim porivom života u sebi, snagom onog nagona koji rađa novi život, onom snagom u nama koja je isto što i Božja snaga kojom on stvara život. Bog je izvor života i njegov atribut *Biti-izvor-života* emanira kroz svjetove kao sefira *Jesod* sve do ljudskog tijela gdje se očituje u njegovoj fiziologiji – reproduktivni sustav i anatomiji – spolni organi. Bog je u nama prisutan onom snagom koju mi doživljujemo kao spolni poriv, kao erotičnu žudnju za spajanjem i rađanjem novog života. Tom silnom snagom koja tutnji u dubini našeg bića i buja i struji poput snažnog divljeg podzemnog vrela, tom se snagom trebamo moliti Bogu. Molimo Boga u onim najtamnijim, ali i najdivljijim i najsnažnijim dubinama u nama da nas vodi u sveto življenje.

6.2 Put sjedinjenja s Bogom – mistika

Mistika je poseban pristup spoznaji; mistik spoznaje na taj način da se ne odvaja od predmeta spoznaje, nego je u njega uključen; ono što on spoznaje neodvojivo je od njega samog, ili: predmet je u spoznavanju *samo-odnosan* (self-referal) jer je u njega uključen subjekt, što znači *svijest* subjekta spoznaje. U **znanosti** subjekt istraživač nešto čini u jedinstvenom polju dihotomiziranom na subjekt i objekt; subjekt nešto čini izvan sebe – na objektu (istraživanja). U **mistici** mistik sebe ne izdvaja iz cjeline subjekt-objekt, nego ostaje sastavni element istraživanja u toj cjelini. Sam subjekt ujedno je i *objekt* istraživanja; subjekt se smješta u predmet (objekt) svog vlastitog istraživanja.

Događaj sjedinjenja s Bogom – *unio mystica* – je sjedinjenje psiho-fizičke cjeline čovjeka s Bogom, dakle i sjedinjenje *tijela* s Bogom. Što to znači?

Znači li to da tijelo *nestaje* u Bogu, ili da Bog potpuno *ispuni* naše tijelo?

Istražujući samog sebe na svim razinama duše, mistik ujedno istražuje sve razine svjetova i Božjeg stvaranja. Mistik istražuje unutar sebe:

- a) svoj **govor** kako ga čuje tijelo unutarnjeg govora, i dušom *Haja*;
- b) kretanje **snage** u sebi, kako ga osjeća tijelo unutarnjeg pokreta, i dušom *Nešama*;
- c) pojavu čistih **likova** u sebi, kako ih vidi tijelo unutarnje slike, i dušom *Ruah*;
- d) **samog sebe** kao jedno od bića u svijetu, kako ga živi organsko tijelo i duša *Nefeš*.

Bog *stalno* ispunja naše tijelo, ali ta činjenica je zamagljena našim uvjerenjem da smo to mi koji činimo naše tijelo; *unio mystica* pretpostavlja da dopustimo Bogu da *On*, a ne mi, ispunja tijelo. Za to je potrebna vrlina ne-egocentričnosti u Kabali zvana **bitul**, vrlina pridružena sefira *Hokma*. Ako bismo prepustili Bogu da *On* potpuno ispunji naše tijelo, tada bi iz tijela nestale sve bolesti, sva napetost i svi krivo usmjereni porivi (tzv. *jecer hara*). Kako to učiniti da maknemo sebe iz vlastitog tijela?

6.2.1 Zašto se odricati svijeta?

Odricati se svijeta znači ne dati se zaglibiti u svijet. Iako je svijet stvoren od Boga to ipak ne znači da je od Boga sve što susrećemo u svijetu – to tako razumije panteizam (sve je Bog). Sve je stvoreno od Boga, ali ne i svi događaji u svijetu, ne sve radnje čovjekove; čovjek je stvoren od Boga, ali stvoren je da bude *slobodan* i nastavi biti djelatan sa svijetom bića koja je Bog stvorio. Ako se odričemo mnogih čovjeku nepotrebnih stvari i bića što ih je Bog stvorio iz toga ne slijedi da se čovjek odriče od one najviše sreće koju može naći uzdižući se k Bogu i težeći za mističkim jedinstvom s njim. Što je ta sreća sjedinjenja s Bogom?

To je sreća sjedinjenja sa **cjelinom** iz koje sve proistječe. Ta cjelina je Bog u vidovima uzvišenosti, mudrosti, umnosti, milosrdne ljubavi, pravednosti, sklada i ljepote, pobjedonosnosti, najvišeg svjetla (slave), biti-izvorom-života, kraljevanja. Odričući se *svijeta* čovjek teži zadobivanju najviše sreće koja se sastoji u sjedinjenosti sa Cjelinom, dakle s onim iz čega proistječe sve ono što čovjek susreće u svijetu *Asija* kao pojedinačna bića od kojih su mnoga rezultat djelovanja mnogih faktora koji nisu očitovanje Božjih atributa. Na primjer, ako se čovjek u celibatu (*brahmačarya*)⁴³ odriče seksualnog života to nije zbog *samomučenja*, nego da bise čovjek uzdigao do *izvora* onog što čini užitak u spolnom činu, a to je Božji atribut *biti-izvor-života*.

⁴³ Znakovito je da se riječ **brahmačarya** odbija prevesti kao odricanje od spolnosti da se ne bi uznemirili duhovi modernog doba. Sama riječ znači **slijedenje** (*čarya*) **Boga** (*Brahma*), i u tome je stvar: da bi se jogi uzdizao k Bogu on se mora odricati od spolnog čina! Dakle, ne zbog negativnog stava prema spolnom životu, nego zbog vizije veće sreće u životu s Bogom.

7. ZAKLJUČAK

Bolje bi bilo reći „namjesto zaključka“, jer ne mislimo zaključati istraživanje o tajnama ljudskog tijela iz perspektive Kabale. Naprotiv, opet smo na početku beskrajnog putovanja u još nepoznatu zemlju, a to je naše unutarnje biće, i to je jedino pravo putovanje koje je čovječanstvu preostalo.

Ako je naše tijelo projekcija jednog inteligentnog dizajna kojem je autor sam Bog, pitamo se je li taj design postoji samo u Bogu, njegovu umu, ili je on sastavni dio ljudskog bića – njegova najfinija i najviša razina tijela? Moguće su obje opcije; u jednoj je taj design samo u Bogu, izgovoren od njega u svijetu *Acilut*; u svim vidovima svog bića čovjek je prisutan samo u svijetu *Asija*. U drugoj opciji taj design je komponenta našeg psihosomatskog bića, prisutan kao najviša razina tijela u nama. U tom slučaju pretpostavlja se da se čovjek „proteže“ kroz sve svjetove, od ovog fizičkog zvanog *Asija* do onog najbližeg Bogu zvanog *Acilut*. Tu dilemu smo pokušali prikazati tabelom broj 4, na strani 17 (poglavlje 2.2).

Ostaje nam istražiti što je čovjek – stanovnik samo ovog fizičkog svijeta ili stanovnik svih svjetova koji su emanirani od Boga. Za to istraživanje potrebno je uložiti više od objektivnog znanstvenog postupka; potrebno je uključiti sebe i svoje tijelo, da ono postane istraživački laboratorij. I u tome je put mistike, a Kabala je mistički put.

8. LITERATURA

1. **Ariel S. David** (1993), *Die Mystik desJudentums*. Prijevod originala: *The MysticQuest*. München: Diederichs Verlag.
2. **Bettini**, Dolores (2004), *Kabala – Stvaranje svijeta*. Zagreb: CID-NOVA.
3. **Brkić**, Miljenko (2020), *Praksa Kabale – put uma,srca i čina*. www.digitalne-knjige.com
4. **Brkić**, Miljenko (2020), *Adam Kadmon u praksi Kabale*.www.digitalne-knjige.com
5. **Brkić**, Miljenko (2021), *Eros i Kabala*. www.digitalne-knjige.com
6. **Brkić**, Miljenko(2021), *Psihologija Kabale*. Zagreb: IEP.doo
7. **Da-don Kotel**(2004), *Židovstvo - život, teologija i filozofija*. Zagreb: Profil
8. **Der Sohar – Das heiligeBuch der Kabbala** (aus dem hebräischem übertragen und herausgegeben von Ernst Müller). Diederichs gelbeReihe.
9. **Domaš**,Jasminka (2006), *Kabalističke poruke*. Zagreb; MISL.
10. **Domaš**,Jasminka (2003), *Židovska meditacija*. Zagreb: MISL.
11. **Drob**, L. Sanford (2000), *Kabbalah Metaphors: Jewish mystical themes in ancient and modern thought*. Jason Aronson
12. **Drob**, L. Sanford (2000), *Symbols of the Kabbalah: Philosophical and psychological perspectives*. Jason Aronson..
13. **Elior**, Rachel (2007)*Jewish Mysticism: The Infinite Expression*. Littman
14. **Ginsburg** Yitzchak. *The Basics of Kabbalah*
15. **Ginsburg** Yitzchak. *The Hebrew Letters: The Mystical Significance of Hebrew Letters*.

16. **Ginsburgh**, Yitzchak. *Body, Mind and Soul: Kabbalah on Human Physiology, Disease and Healing*. www.inner.org
17. **Gray**, William (1975), *The Ladder of Lights (or Qabalah Renovate)*. A Helios Book.
18. **Haralick**, M. Robert (2005), *The Inner Meaning of the Hebrew Letters*. Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
19. **Idel, Moshe (1988)**, *Kabbalah: New Perspectives* (Yale University Press, New Haven and London,).
20. **Idel, Moshe (1988)**, *Studies in Ecstatic Kabbalah* [Albany, N.Y., State University of New York Press,]
21. **Idel, Moshe (1988)**, *The Mystical Experience in Abraham Abulafia* (tr. from the Hebrew by Jonathan Chipman. Albany, State University of New York Press,).
22. **Idel, Moshe (1989)**, *Language, Torah and Hermeneutics in Abraham Abulafia* (tr. Menahem Kallus. Albany, State University of New York Press,).
23. **Jeruzalemska Biblija** (2004). Zagreb: Kršćanska sadašnjost.
24. **Kalish**, Isidor (1877), *Sepher Yetzirah. A book on creation*. New York: L.H. Franck & Co.
25. **Kaplan**, Aryeh (1997), *Sefer Yetzirah - The Book of Creation*. Boston: Weiser Books.
26. **Leet**, Leonora (1999), *Renewing the Covenant: A Kabbalistic Guide to Jewish Spirituality*. Inner Traditions.
27. **Leet**, Leonora (1999), *The Secret Doctrine of the Kabbalah: recovering the key to Hebrew sacred science*. Inner Traditions.
28. **Leet**, Leonora (2004), *The Universal Kabbalah: Deciphering the Cosmic Code in the Sacred Geometry of the Sabbath Star Diagram*. Inner Traditions.

29. **Levin**, Jeff (1998), *From Psychosomatic to Theosomatic: The Role of Spirit in Next New Paradigm. Subtle Energies and Energy Medicine*, Vol 9, Number 1.
30. **Maier**, Johann (2004), *Die Kabbalah: Einführung – Klassische Texte – Erläuterung*. München: Beck Verlag
31. **Matt**, Daniel C. (2006), *Suština kabale*. Zagreb: VBZ
32. Na stranici www.chabad.org mogu se naći dobri, stupnjevani po težini, uvodi u hasidizam i Kabalu
33. **Patterson**, David (2005), *Hebrew Language and Jewish Thought*. London: Routledge.
34. **Schochetl**. Jacob (1988), *Mystical Concepts in Chassidism*. New York: Kehot Publication Society.
35. **Scholem**, Gershom (1995), *Major Trends in Jewish Mysticism*. New York: Schocken Books.
36. **Scholem**, Gershom (1996), *Über einige Grundbegriffe des Judentums*.
37. **Scholem**, Gershom (1998). *Kabala i njezin simbolizam*. Zagreb: MISL
38. **Scholem**, Gershom (2013), *Zur Kabbala und ihrer Symbolik*. Suhrkamp.
39. **The Interlinear NIV Hebrew-English Old Testament** (1987). Grand Rapids (MI): Zondervan Publishing House.
40. **The Zondervan Corporation** (1985); *The NIV Study Bible*. London: Hodder and Stoughton.
41. **The Zohar**, Translation and Commentary by **Daniel C. Matt**. Pritzker Edition.. Stanford University Press.
42. **Tzadok** Ariel (1996-2004), *The Fundamentals of Kosher Kabbalah. A Guide to Kabbalistic Concepts And Terminology*.

43. **Wolfson** R. Elliot, (2005), *The Body in the Text; A Kabbalistic Theory of Embodiement. In: Jewish Quarterly Review*
44. **Wolski**, Nathan (2010), *A Journey into the Zohar*. Albany: SUNY Press.
45. **Zohar – The Book of Splendor** (1977), Edited by Gershom Scholem. New York: Schocken Books.

9. LEKSIKON OSNOVNIH POJMOVA

Abba (hebr: otac): parcu^f*⁴⁴ koji se odnosi na sefira* *Hokma*.

Acilut: razina svijeta kojemu je svojstvena blizina Bogu; na toj razini Bog svojim govorom doziva buduća stvorenja u postojanje.

Adam Kadmon(iskonski čovjek): antropomorfna konfiguracija deset Božjih atributa na najfinijoj razini emanacije iz *En Sof*. U Kabala praksi Adam Kadmon predstavlja idealni uzor kojem se kabalist želi približiti i primjeriti svojim življenjem.

Ahava: ljubav*, vrlina pripadna sefira *Hokma*.

Ajin: *ništa*, u smislu stanja bitka prije uobličavanja u *nešto(ješ)**.

Anđeli: predstavljaju Boga pod vidom **forme**; Božji atribut kako se pojavljuje u svijetu *Jecira* – oblik pojavljivanja Božjih likova za svaki Božji atribut.

Arhandeli: Predstavljaju Boga pod vidom **snage**; Božji atributi kako se pojavljuju u svijetu *Beria* – način očitovanja **Božje dinamike** specifičan za svaki Božji atribut.

Arik Anpin („dugo lice“): isto što i Atik Jomin), parcu^f koji se odnosi na sefira *Keter*.

Asana: statički položaj tijela u yogi; zauzme se neki položaj i ostane u njemu 10-15 sekundi.

Asija: svijet *činjenja* (za čovjeka); za Boga to je svijet stvorenih bića koja nastaju oblikovanjem (likovi iz svijeta *Jecira*) snage (iz svijeta *Beria*)

Askeza: vježbanje, odricanje od suvišnog udovoljavanja tjelesnim potrebama.

⁴⁴ Asteriks (*): pogledaj označeni izraz u Leksikonu.

Beria: svijet Božjeg *stvaranja*; Bog na toj razini iz samog sebe izvodi onu snagu koja će biti supstancijom budućeg bića, na primjer proizvodi svjetlo kao supstanciju „dvaju svjetlila“ (Sunca i Mjeseca u *Post* 1,14).

Bina: sefira koja odgovara Božjem atributu umnosti.

Bitahon: povjerenje (u Boga), vrlina vezana uz sefira *Necah*.

Bitul: ne-egocentričnost, samozatajnost, vrlina vezana uz sefira *Hokma*.

Bog: Najviši subjekt svega, Bog je uvijek neki *Tko*, prva i najviša osoba; Stvoritelj koji i dalje održava svijet. Bog svake pojedine religije je neka predodžba o onom bezgraničnom koje se u Kabali zove *En Sof*. U židovskoj vjeri postoji samo jedan Bog, njegovo ime je **JHVH** (pišu se samo suglasnici, jer su samoglasnici nepoznati!).

Božja imena: Postoji jedno Božje ime, ime *jednog* Boga i to je *Tetragramaton* (JHVH). To ime se ne izgovara, nego se namjesto njega govori *Adonai* (Gospodine) ili *Hašem* što znači „Ime“. Međutim, u Kabali se uz svaku sefira (Božji atribut) veže jedno ime koje se smije izgovoriti i zazivati. Tih imena ima deset. U Kabali se još često govori o 42 imena, o 72 imena i sl.

Božja slava: silno Božje svjetlo kao alegorija Božje snage; vezuje se uz sefira *Hod*.

Božji atributi: deset atributa pripadnih Bogu: uzvišenost, mudrost, umnost, ljubav, pravednost, ljepota, pobjedonosnost, slava, utemeljivanje, kraljevanje. U *1.Ljet* 29,11 navedena je većina tih atributa.

Božji um: Božji atribut koji emanira kroz četiri razine svijeta kao sefira *Bina*.

Da'at: označuje **znanje** kao sintezu mudrosti i uma; neki ga autori navode kao zasebnu sefira, iako to izvorno nije.

D'vekut: doslovno „priljepljivanje“ označuje tijesno priljubljanje Bogu.

Dharana: u yogi označuje fokusiranost uma na predmet meditacije.

Dhyana: u yogi označuje fokusirani tok svijesti usmjerene na neki predmet.

Duh, unutarnje iskustvo: Yitzchak Ginsburgh tim izrazom označuje stanja duše *Nešama* u svijetu *Beria*.

duševne moći: Yitzchak Ginsburgh tim izrazom označuje stanja duše *Ruah* u svijetu *Jecira*.

Ec hajim: vidi *Stablo života*

emanacija: proistjecanje, proizlaženje; u Kabali označuje očitovanje biti Božjih atributa u prolazu kroz četiri svijeta (arba olamot*).

emet: istina, istinoljubivost, vrlina vezana uz sefira *Jesod*.

emuna: vjera, vrlina vezana uz sefira *Keter*.

En Sof: U Kabali naziv za najvišu zbilju koja je bezgranična, stoji na početku sveg postojanja, neiskaziva je iako u sebi sadrži potencijalno sva moguća svojstva.

Erotika: opći izraz koji pokriva široko područje čovjekovog života povezanog s ljubavi. Može se govoriti o ljubavi prema mudrosti – **filozofija**; o ljubavi prema Bogu – **vjerska ljubav**; o ljubavi prema drugom čovjeku – **roditeljska ljubav**, **prijateljska ljubav**, **erotska ljubav**; o spolnom odnosu na čisto tjelesnoj razini – **spolna ljubav** (u svakodnevnom žargonu govori se o „seksu“).

Esencijal: Esencijal je bit (esencija) združena sa snagom; dakle, ne puka tvorba *mišljenja* u smislu bitnih odlika nekog skupa pojedinačnih bića, nego sama po sebi zbiljski *opstojeća* bit. Na primjer, esencijal dobrote je dobrota ne kao svojstvo nekog čovjeka, nego dobrota koja postoji prije i neovisno o bilo kojem

pojedinačnom čovjeku, a zahvaljujući esencijalu dobrote netko može postati dobar. U tom smislu esencijali odgovaraju naravi *sefirota* u Kabali gdje bi, na primjer, *esencijalu* dobrote odgovarala sefira *Hesed*.

Esencijalno mišljenje: Ono mišljenje koje preuzima poziciju srednjevjekovnog realizma u pogledu egzistencije univerzalija; pitanje koje su filozofi srednjeg vijeka postavili bilo je: Jesu li univerzalije (ono opće) *realne* ili su samo puka *imena* za skup bitnih odlika. Realizam smatra da su univerzalije *realne* (otuda mu i naziv). *Esencijalno* mišljenje smatra da su esencije stvarne, da postoje realno, i zove ih esencijalima.

Gevura: sefira koja odgovara Božjem atributu strogosti u pravednosti.

Haja: razina duše vezana uz svijet *Acilut*; duša koja molitvom stupa u neposredni odnos s Bogom, komunicira s njim u mediju govora.

Hamapil: molitva u židovstvu koja se izgovara pred spavanje.

Hasidizam: pokret unutar židovstva utemeljen od Rabi BaalShem Tov (1698-1760) , naglašava služenje Bogu na mistički način pored legalističkog pristupa. Hasidizam naglašava ulogu ljubavi prema Bogu i svome bližnjemu; zahtjeva emocionalnu uključenost u molitvu (tzv. *kavana*) nasuprot pukom mehaničkom ponavljanju riječi; potiče na otkrivanje Boga u svakom vidu života, posebice u ljudskom tijelu, te potrebu i dužnost rada na poboljšanju vanjskog svijeta (*Tikkun Olam*). Jedan od značajnijih grana pokreta je **Chabad** (čitaj:Ĥabad) čije ime je akronim od triju sefirota: **Ĥokma** (Mudrost), **Bina** (Razum), **Da'at** (Znanje); pokret Chabad naglašava važnost intelektualnog pristupa i dubljeg, kabalističkog razumijevanja tradicionalnih tekstova.

Hesed: sefira koja odgovara Božjem atributu milosrdne ljubavi.

Hevel (הֶבֶל): para, dah; u širem smislu: ispraznost, taština, beskorisnost, iluzornost. U biblijskoj knjizi „Propovjednik“ (u izvorniku: *Kohelet*) označuje ispraznost, taštinu, beskorisnost svih stvari.

Hitbonenut: kontemplacija Božjih atributa u njihovoj biti. U kontemplaciji Adam Kadmona razmatra se na koji su način Božji atributi prisutni u ljudskom tijelu – u pogledu lokacije i odgovarajućih fizioloških sustava; u ljudskom umu u pogledu odgovarajućih vrlina.

Hod: sefira koja odgovara Božjem atributu beskrajne *svjetlosti* kao alegorije beskrajne Božje *snage*.

Hokma: sefira koja odgovara Božjem atributu *mudrosti*.

Imma(„majka“): parcuć koji se odnosi na sefira *Bina*.

Jecer: duševni poriv koji čovjeka određuje na djelovanje usmjereno prema *dobru* (*jecer hatov*) ili prema *zlu* (*jecer hara*).

Jecira: svijet *oblikovanja*; svijet u kojemu Bog iz svog uma izvodi likove budućih bića.

Jehida: najviša razina duše, na razini Adam Kadmona, koja je sjedinjena s Bogom.

Jesod: sefira koja odgovara Božjem atributu utemeljivanja i izvora svakog života.

Ješ: označuje **nešto** (neko što) proizašlo iz bezgraničnog *En Sof*.

JHVH: ime za Boga u židovskoj religiji. Uobičajeno se čita *Jahve*, ali to nije potvrđeno.

Jihudim: objedinjavanje raznih Božjih imena; objedinjavanje raznih oblića ili konfiguracija sefirota (*parcufim*^{*}).

Jira (jirat JHVH): označuje vrlinu *strahopoštovanja* pred Bogom, pripada sefira *Gevura*.

Kabala: Kabala pripada duhovnoj tradiciji judaizma i sastoji se u *mističkom* pristupu krajnjoj tajni postojanja svijeta i čovjeka.

Mistički pristup je takav u kojem se duboko u sebi proživljavaju temeljne postavke nekog učenja.

Kabala ijunit: teorijski (teozofski) i *kontemplativni* vid Kabale.

Kabala ma'asit: činidbena Kabala, ona koja želi unositi promjene u svijet, ali ujedno želi svojim tehnikama izazivati neobične promjene, često na granici magijskog djelovanja.

Kavana (קַוָּנָה): pomnost, engl.: mindfulness, označuje potpunu sabranost uma pri vršenju neke radnje (pogotovo u molitvi).

Keter: sefira koja odgovara Božjem atributu *uzvišenosti*.

Kohelet: hebrejski naziv za knjigu „Propovjednik“ ili „Ecclesiastes“. Riječ „kohelet“ dolazi od (קָהָל) „kahal“ što znači zbor, skup ljudi, pa je kohelet netko tko govori ispred skupa ljudi – **propovjednik**.

Lehagiv musari: djelovanje rukovođeno vrlinama; etički ispravno djelovanje.

Ljubav: složeno čuvstvo (emocija) koje se sastoji u težnji očuvanja cjeline, dobre povezanosti među dijelovima neke cjeline (ljubavne veze, braka, obitelji, veće grupe ljudi, i sl.). Ljubav je *sinkretički* odgovor u situaciji prijepora među ljudima, svađa koje prijete raspadu, rastavljanju cjeline zbog nekih posebničkih ciljeva članova grupe (klase, stranke, naroda, i sl.). Riječ „sinkretički“ označuje „cjeloviti“ odgovor koji iako ne zna za intelektualne razloge održavanja cjeline ipak snažno *osjeća* da je nužno i dobro očuvanje cjeline (obitelji, braka, prijateljstva, i sl.).

Logos, logosnost: filozofski termin koji označuje **umnost** postojanja (u Heraklita *Logos* je najviši um koji upravlja svime) i logosne sveze među bićima. Riječ „logos“ ujedno znači i govor, pa dakle i **izgovorivost** bića – to da ona mogu biti imenovana i da se nalaze u prostoru govora.

Malkut: sefira koja odgovara Božjem atributu kraljevstva.

Mantra: u hinduizmu „misao koja oslobađa“; općenito neka riječ koja predstavlja neko božanstvo ili je njegovo ime; riječ s nabijenim značenjem koja u samoj sebi kao riječ sadrži bitnu narav stvari/bića što ga označuje. *Mantra đapa* je mentalno ponavljanje mantrе koje dovodi do duševne smirenosti i do poniranja u dublje slojeve duše; ukoliko tim poniranjem dovede do jake asocijacije (dodira) s nekim duboko zakopanim stresom onda to dovodi do oslobađanja energije koja je uz stres vezana.

Micvot: Božje zapovijedi, ima ih 613. Neke su *pozitivne*, tj. označuju što treba **činiti**, a neke su *negativne*, tj. označuju što se mora **izbjegavati**.

Mistika: predstavlja poseban pristup spoznaji; mistik spoznaje na taj način da se ne odvaja od predmeta spoznaje, nego je u nj uključен; ono što on spoznaje neodvojivo je od njega samog, ili: predmet je u spoznavanju *samo-odnosan* jer je u nj uključен subjekt, što znači svijest subjekta spoznaje. Sam subjekt ujedno je i *objekt* istraživanja; subjekt se smješta u predmet (objekt) svog vlastitog istraživanja. Mistika je ujedno i jedno angažiranje u akciji:

- a) Mistik najprije stvori jedan **konceptualni okvir**;
- b) Zatim ga **interiorizira** (mentalno pounutrašnji) i time učini intimno relevantnim;
- c) Zatim izvodi **akciju** u skladu s tako oblikovanom sviješću.

Modehani: zahvala Bogu koja se izgovara (ili pjeva) odmah po ustajanju. Ona u prijevodu glasi: „Zahvaljujem ti Bože, vječni kralju života, što si mi vratio moju dušu. Velika je tvoja vjernost.

Mudrost: U grčkoj filozofiji mudrost se sastoji u znanju onog Jednog koje upravlja svime; za Heraklita to jedno je Logos. U židovstvu to jedno je Bog (u Kabali: *En Sof*^{*}) i mudrost se sastoji u stavu strahopoštovanja pred Bogom (*jirat Jahve*). Naime, jedino u tom stavu čovjek pravi otklon od svoje egocentričnosti i postaje

samozatajan (u Kabali to iskazuje vrlina *bitul* koja pripada sefira *Hokma**).

Necah: sefira kroz koju emanira Božji atribut pobjede.

Nefeš: animalna duša koja upravlja (oživljuje) vitalne funkcije organizma; pripada svijetu *Asija*.

Nešama: umna intelektualna duša vezana uz svijet *Beria*.

Nešamot: skupni naziv za sve razine duša: Nefeš, Ruah, Nešama, Haja, Jehida.

Nukva („kí“): parcuť koji se odnosi na sefira *Malkut*. Sinonim za *Šehina**.

Olam (pl.: *olamot*): upućuje na četiri svijeta (*arba olamot*) kao na razine očitovanja Božjih atributa. To su *Acilut, Beria, Jecira, Asija*.

Osoba: Osoba se može razumjeti kao neki supstancijalni entitet *per se*, kao djelatni subjekt. U Kabali se osoba može razumjeti kao ono mjesto u kojemu djeluje Bog, jedinstveno mjesto u kojemu se Božji atributi* stječu na jedinstven način karakterističan za svaku osobu. Što su više i u punijoj mjeri Božji atributi prisutni u čovjeku, to je u njemu djelatnija duša *Jehida* i time je čovjek bliži Bogu – više je nalik Adam Kadmonu*.

Parcuť (pl.: parcuťim): sama riječ znači „lice“; u proširenom smislu u Kabali označuje *obličje* u kojem se Bog pokazuje u jednom ili više svojih atributa. To su Arik Anpin, Abba, Imma, Ze'ir Anpin, Nukva (ili Šehina).

Pardes: akronim zahermeneutiku Kabale koja podrazumijeva četiri razine tumačenja: *Pešat* – doslovni smisao, *Remez* – alegorijski, *Deraš* – homiletički, *Sod* – tajnoviti i najdublji smisao.

Pranayama: kontrola disanja u yogi.

Pratyahara: kontrola osjetila u yogi. Suzdržavanje od vezivanja energije osjetila za vanjske predmete.

Racon: volja, vrlina vezana uz sefira *Keter*.

Rahamim: milosrdnost, vrlina vezana uz sefira *Tiferet*.

Razine govora: u indijskoj filozofiji govora to su: Vaikhari, Madhyama, Pašjanti, Para Vać.

Religija: modus čovjekovog odnošenja spram Apsoluta; u religiji se ono apsolutno predočuje kao neki subjekt – *Bog**, koji je svemoguć, sveznajući i sveprisutan.

Ruah: emotivna duša pripadna svijetu *Jecira*.

Sefer Yetzirah: *Knjiga oblikovanja*, neki autori ju prevode kao *Knjiga stvaranja*. Vidi prijevod Kaplan (1997); Kalish (1877).

Sefira, (pl. Sefiroti): označuje kanal emaniranja*Božjih atributa kroz svjetove počam od potencije atributa u *En Sofu*, preko logosnosti* atributa u svijetu *Acilut*; aspekta stvaralačke snage u svijetu *Beria*; bitnog obličja u svijetu *Jecira*; konkretne, individualne pojave u svijetu *Asija*.

Septagvinta, uobičajeni simbol je (**LXX**): naziv za grčki prijevod Biblije; naziv dolazi od grčke riječi za sedamdeset, jer je upravo 70 prevoditelja radilo na prevođenju.

Simboli sefirota: smisao koji se *čuje* i pokazuje u govoru koji se *osjeća* kao pokret snage koji se *predočuje* i prikazuje potezima u mentalnoj slici. Slika se percipira u pojavi fizičkog bića. Postoje tri komponente simbola:

Zvukovna = govor: Smisao Atributa koji slušanjem Božje riječi sebe artikulira u govor;

Snagosna = unutarnji pokret: Govor Atributa koji življenjem vrline upravlja unutarnjim pokretom;

Vizualna = izgled bića: Unutarnji pokret zaživljen emocijom proizvodi izgled/sliku vrlog bića.

Simha: vrlina ustrajnog radovanja vezana uz sefira *Bina*.

Sitra ahra: „druga strana“ kojoj ne treba pristupati jer predstavlja područje zla.

Smisao: *misao* koja pobuđuje čovjekove *snage*, oblikuje ih i usmjeruje k onom cilju koji je inherentan sadržaju smisla. Smisao ukazuje na vezu čovjeka kao *snagovitog* bića (živog bića) s onim *snagovitim* u biću kojeg se smisao traži, kad sadržaj duše, njena artikulacija nekom misli, postane regulativa ljudskog ponašanja. **Smisao** je *misao* koja postane značajna za ljudsko *življenje*. Na pr. *smisao* onog što je označeno riječju "rodni grad" odnosi se nato kako čovjek *doživljava* grad u kojem je rođen.

Stablo života (*Ec hajim*): čovjekolika konfiguracija deset Božjih atributa. Postoje tri stupa: *desni* koji predstavlja milosrđe (sefiroti *Hokma, Hesed, Necah*), na ljudskom tijelu odgovaraju mu desna polutka mozga, desna ruka, desna noga; *lijevi* predstavlja strogost i pravednost (sefiroti *Bina, Gevura, Hod*), na ljudskom tijelu odgovaraju mu lijeva polutka mozga, lijeva ruka, lijeva noga; *srednji* predstavlja ravnotežu i činega sefiroti *Keter, Tiferet, Jesod, Malkut*, na ljudskom tijelu odgovaraju mu tjeme, grudni koš, spolni organ, usta.

Svrha, krajnja: je onaj krajnji smisao postojanja što ga određuje Bog pri stvaranju svijeta.

Šehina: „ženski“ vid Boga označuje Božje prisustvo na Zemlji; odgovara parcu *Nukva*.

Šema Jisrael: glavna molitva u židovstvu. Njene riječi su: „Čuj Izraele, Bog naš Bog je jedan.“

Šem Hameforaš: isto što i *Tetragramaton*.

Šiflut: vrlina poniznosti vezana uz sefira *Malkut*.

Tanak: akronim koji označuje hebrejski kanon Biblije, a podrazumijeva **Toru** (Petoknjižje), **Neviim** (Proroci) i **Ketuvim** (Spisi) – sadrži: tri *pjesničke* knjige (*Tehilim, Mišle, Ijov*); pet *svitaka* (*Šir haširim, Rut, Eika (Tužaljke), Kohelet, Ester*); *Daniel, Ezra, Divrehajamim*.

ta'anug: zadovoljstvo, užitak i najviši užitak (blaženstvo) koje prati podvrgavanje ljudske volje (*racon*) Božjoj volji.

Temimut: vrlina iskrenosti vezana uz sefira *Hod*.

Tetragramaton: četveroslovno ime za Boga – Jud-He-Vav-He (JHVH).

T'fila (molitva): Paradigmatična praksa zbiljske vjere je molitva koje je bit u otvorenosti Bogu, i u iskrenom sebe-prosuđivanju pred Bogom. Molitva se sastoji u obraćanju u vjeri toj najvišoj Snazi, u razgovoru s njom kao živućim subjektom – osobom. Molitva Adam Kadmonu zahtjeva jednu sebe-prosudbu u pogledu primjerenosti našeg življenja idealu Adam Kadmona.

Tiferet: sefira koja odgovara Božjem atributu sklada i *ljepote*.

Tijelo: u biologiji označuje organizam kojemu je u osnovi organska tvar. Tijelo kao živo pretpostavlja inteligentno strukturiranje tvari što omogućuje vitalne funkcije organizma; naziv za mrtvo tijelo je leš.

Tikkun Olam: popravljavanje svijeta, vid činidbene Kabale (*Kabala ma'asit*). Sastoji se u izvlačenju i spašavanju *iskri* Božjeg svjetla koje su nakon razbijanja posuda ostale zarobljene u fizičkim ljuskama (*klipot*).

Tora: Petoknjižje (Pet knjiga Mojsijevih) podrazumijeva nastanka svijeta – **Postanak** (*B'rešit*), izlazak židovskog naroda iz egipatskog ropstva – **Izlazak** (*Šemot*), ispravno vršenje obreda i pridržavanje zakona – **Levitski zakonik** (*Vajikra*), popisi plemena, obredi i ostalo – **Brojevi** (*Bamidbar*), obnovljeni Mojsijev zakon prilagođen prilikama Jošuinog vremena – **Ponovljeni zakon** (*Devarim*).

Transcendiranje: duševna moć nadilaženja fizičkih pojava, pripada sefira *Keter*.

Unio mystica: mističko sjedinjenje s Bogom, na najvišoj razini duše *Jehida**.

Vrlina: ustaljeni obrazac kojim misaona duša *Nešama* reagira na vanjske pojave; sastoji se u *umnoj*, promišljenoj reakciji na snagosna događanja u svijetu (na njegovu *dinamiku*).

Ze'ir Anpin („Kratko lice“): obličje Božje (*parcuť*) koji obuhvaća sefirote *Hesed, Gevura, Tiferet, Necah. Hod i Jesod*.

Značenje: ukazuje na vezu *riječi* (označitelj) i realnog *bića*, predmeta (označeno). Riječ je znak za ono što mislimo o tom predmetu, za naš pojam ili sliku o njemu. *Značenje* riječi "grudi" je ono na što ukazuje ta riječ; ona je *znak* za jedan dio ljudskog tijela.

10. SAŽETAK/ABSTRACT

U knjizi *Teosomatska Kabala* autor razrađuje vezu između Boga i ljudskog tijela. Pokazuje da je Bog u nama, a to znači u našem tijelu. Bog nije tijelo, ali je djelatan u ljudskom tijelu. U **prvom** poglavlju definira se pojam teosomatske Kabale i određenje Boga u njoj. Božji atributi emaniraju kroz svjetove sve do ljudskog tijela na kojemu se projiciraju kao fiziološki sustavi i anatomska mjesta. U **drugom** poglavlju obrađuju se razine tijela kao korelati razina duše; tijelo je potencija, a duša ozbiljenje te potencije. Razine tijela povezane su s razinama svjetova u Kabali. U **trećem** poglavlju razrađuje se praksa somatske Kabale, s posebnim naglaskom na praksu uzdizanja u području erotskog života za sefira *Jesod*. *Teosomatikase* sastoji u prevođenju smisla Božjih atributa u položaje tijela. **Četvrto** poglavlje prikazuje kako se Božji atributi očituju u fiziološkim sustavima tijela i kako se kultiviranjem tih sustava čovjek uzdiže do prostora samih Božjih atributa. **Peto** poglavlje govori o mogućnostima iscjeljivanja u teosomatskoj Kabali. Govori se o iscjeljivanju poremećene fiziologije i o uporabi nekih tehnika joge u Kabala praksi. **Šesto** poglavlje istražuje teosomatiku kao duhovnu praksu u vidu vjerodostojne molitve i ozbiljnog proučavanja Kabala teorije. Knjiga sadrži i opsežan **leksikon** svih kabalističkih termina upotrijebljenih u tekstu.

In the book **Theosomatic Kabbalah**, the author elaborates the connection between God and the human body. It shows that God is in us, and that means in our body. God is not a body, but is active in the human body. The first chapter defines the concept of theosomatic Kabbalah and the definition of God in it. God's attributes emanate through the worlds all the way to the human body on which they have been projected as physiology and

anatomical sites. The second chapter deals with the levels of the body as correlated with the levels of the soul; the body is the potency, and the soul the realization of that potency. Body levels have been related to the levels of the worlds in Kabbalah. In the third chapter, the practice of somatic Kabbalah has been elaborated, with special emphasis on the practice of ascension through the letters of the Hebrew alphabet; new terms are introduced theogrammatism - the connection of God and letters, and theodynamics that translates the meaning of God's attributes into the internal dynamics of the body. Theosomatics translates the meaning of God's attributes into body positions. The fourth chapter shows how God's attributes are manifested in the physiological systems of the body and how by cultivating these systems man ascends to the space of God's attributes themselves. Chapter five discusses the possibilities of healing in Theosomatic Kabbalah. There is talk of healing disturbed physiology and using some yoga techniques in Kabbalah practice. The sixth chapter explores theosomatics as a spiritual practice in the form of authentic prayer and a serious study of Kabbalah theory. The book also contains an extensive lexicon of all Kabbalistic terms used in the text.

In dem Buch **Theosomatische Kabbala** geht der Autor auf die Verbindung zwischen Gott und dem menschlichen Körper ein. Es zeigt, dass Gott in uns ist, und das heißt in unserem Körper. Gott ist kein Körper, sondern wirkt im menschlichen Körper. Das erste Kapitel definiert das Konzept der theosomatischen Kabbala und die darin enthaltene Definition von Gott. Gottes Attribute durchdringen die Welten bis hin zum menschlichen Körper, auf den sie als Physiologie und anatomische Orte projiziert werden. Das zweite Kapitel befasst sich mit den Ebenen des Körpers, die mit den Ebenen

der Seele korreliert sind; der Körper ist die Kraft und die Seele die Verwirklichung dieser Kraft. Die Körperebenen beziehen sich auf die Ebenen der Welten in der Kabbala. Im dritten Kapitel wird die Praxis der somatischen Kabbala ausgearbeitet, mit besonderer Betonung der Praxis des Aufstiegs durch die Buchstaben des hebräischen Alphabets; neue Begriffe werden eingeführt Theogrammatik – die Verbindung von Gott und Buchstaben, und Theodynamik, die die Bedeutung von Gottes Eigenschaften in die innere Dynamik des Körpers übersetzt. Theosomatik übersetzt die Bedeutung von Gottes Eigenschaften in Körperpositionen. Das vierte Kapitel zeigt, wie sich Gottes Eigenschaften in den physiologischen Systemen des Körpers manifestieren und wie der Mensch durch die Kultivierung dieser Systeme in den Raum der Eigenschaften Gottes selbst aufsteigt. Kapitel fünf diskutiert die Möglichkeiten der Heilung in der theosomatischen Kabbala. Es ist die Rede davon, gestörte Physiologie zu heilen und einige Yoga-Techniken in der Kabbala-Praxis anzuwenden. Das sechste Kapitel untersucht Theosomatik als spirituelle Praxis in Form von authentischem Gebet und einem ernsthaften Studium der Kabbala-Theorie. Das Buch enthält auch ein umfangreiches Lexikon aller im Text verwendeten kabbalistischen Begriffe.

BILJEŠKA O AUTORU

Miljenko Brkić



Rođen 22. travnja 1946. u Zadru. Dio djetinjstva proveo u Gorskom Kotaru (Lokve) a osnovnu školu pohađao na Velom Ižu. Gimnaziju završio u Zadru. U Zagrebu studirao najprije fiziku da bi na drugoj godini studija prešao na studij psihologije, filozofije i francuskog jezika na Filozofskom fakultetu. Magistrirao na temu „Kant i problem znanosti“, a doktorirao o filozofiju na temu „Filozofija i paideia u Hegelovu djelu“. Najprije radio na gimnaziji u Karlovcu gdje je predavao filozofiju, psihologiju i francuski jezik. Osim rada u školi bavi se i jogom tako da je držao tečajeve jogasana za građane Karlovca. Osim toga proučavao i kineski daoizam i vježbe *Qigong*; držao tečajeve *Qigonga* u hotelu na Velom Ižu.

Radio kao profesor na Učiteljskom fakultetu u Zagrebu gdje je predavao *Filozofiju odgoja i etiku*. Držao i izborni kolegij *Uvod u indijsku filozofiju*; osim predavanja održavao i vježbe joga-asana sa studentima. Objavljivao znanstvene i stručne članke; objavio knjigu „Filozofija koja odgaja“ (2006).

Živi u Karlovcu i u Velom lžu. Intenzivno se, već osam godina, bavi Kabalom. Objavio 16 članaka o Kabali u *Wikipediji*, mnoge video priloge na *YouTube*-u (42 priloga) između ostalih o odnosu Kabale i ljudskog tijela; na web stranici www.academia.edu objavio [12 članaka](#). Iz područja Kabale objavio digitalnu knjigu „*Praksa Kabale – put uma, srca i čina*“ ; „*Adam Kadmon u praksi Kabale*“; „*Eros i Kabala*“, sve tri u izdanju www.digitalne-knjige.com

„*Psihologija Kabale*“ objavljena je 2021. u izdanju nakladnika IEP-D2 iz Zagreba.

Postavio web-stranicu o Kabali:<http://free-ka.t-com.hr/Kabbala/>

Kontakt: 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.

Nenad Grbac iz Zagreba, kao nakladnik, s jedne strane (u daljnjem tekstu: nakladnik) i posjetitelj stranice www.digitalne-knjige.com kao korisnik usluge (u daljnjem tekstu: korisnik) zaključuju klikom na link [Prijhvaćam 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

TEOSOMATSKA KABALA

Vlastita naklada

Nenad Grbac

Srednjaci 22, Zagreb

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

E-mail: digitalne.knjige@gmail.com

Urednik:

Nenad Grbac

Brkić, Miljenko

**TEOSOMATSKA
KABALA**

www.digitalne-knjige.com

ISBN 978-953-354-202-1

Teosomatska kabala

Miljenko Brkić



www.digitalne-knjige.com