

Sara Iosef

EL LADO  
**POSITIVO**

Un camino para liberar tu potencial

# ÍNDICE

Traducción: Jacob Levy Aserraf [jlaespana@gmail.com](mailto:jlaespana@gmail.com)  
Corrección de Estilo: Sara Efrati  
[sefrati718@gmail.com](mailto:sefrati718@gmail.com)

Prefacio .....	19
Capítulo 1· <b>¿Es posible cambiar el destino?</b> .....	23
Capítulo 2· <b>Fe y voluntad</b> .....	33
Capítulo 3· <b>El poder del habla</b> .....	53
Capítulo 4· <b>El poder del pensamiento</b> .....	77
Capítulo 5· <b>El poder de la imaginación</b> .....	93
Capítulo 6· <b>La confianza en D-os y la materialización de las aspiraciones</b> .....	109
Capítulo 7· <b>La salvación llega cuando menos la esperamos</b> .....	131
Capítulo 8· <b>Ábrete a recibir la bendición</b> .....	147
Capítulo 9· <b>La ira y el resentimiento</b> .....	181
Capítulo 10· <b>Miedo y pánico</b> .....	211
Capítulo 11· <b>Autoestima</b> .....	261
Capítulo 12· <b>Dones inmerecidos</b> .....	293
Capítulo 13· <b>La capacidad de elegir</b> .....	303
Epílogo: .....	315

## PREFACIO



**A**l comenzar este libro siento la obligación de hacer al lector partícipe del contexto y de la experiencia que precedieron a esta obra. Durante muchos años impartí clases de Torá a mujeres. De forma natural, cuando terminaba, dichas señoras continuaron manteniendo conmigo una comunicación fluida en busca de consejos, un oído atento y palabras de aliento. Gracias a la iluminación que me prodigó el Creador pude cumplir esta misión con amor y con una paciencia inagotable.

No obstante, más de una vez sentí una profunda frustración por el hecho de que, mientras intentaba ayudar a otras personas, no encontraba cura para mi propia alma. Cuanto más tiempo pasaba sin solucionar este problema, más sentía que iba perdiendo las riendas. Mi preocupación se acrecentó y entonces me llené de fobias, de pensamientos negativos y

entonces ocurrieron situaciones que supusieron una turbación en mi vida, lo cual me sorprendió muchísimo y me dejó perpleja. Los pensamientos negativos se cristalizaron y se sucedieron uno tras otro.

A lo largo de toda aquella etapa, una pregunta me atormentaba el cerebro. Todo el tiempo me preguntaba dónde estaba mi confianza en D-os. La respuesta desgarradora me causó tremendo dolor, me pinchaba como si fueran clavos, porque si bien, por un lado, yo doy clases sobre la confianza en D-os y fe, y enseño otros muchos fundamentos a muchas personas, me di cuenta de que la confianza en D-os era algo muy lejano a mí. En lo más profundo de mi ser no sentía verdaderamente confianza. Las palabras se habían quedado en la teoría.

Esta concientización me dolió terriblemente. No quería admitir que todo era superficial. Por eso, busqué e intenté encontrar una solución para este problema. ¿Cómo transformar una teoría intelectual en un comportamiento práctico?

Gracias a Dios, pude resolver esta duda que tenía. El camino que tomé se centró en la comprensión básica de que la confianza es un sentimiento, y los sentimientos, como norma, hay que ejercitarlos y trabajar sobre ellos, ya que requieren mucha atención. Ese fue el camino que seguí, y el que me llevó a adquirir la confianza que tanto me faltaba.

El estudio mental, por sí solo, no supone una gran ayuda o apoyo, y no nos confiere la capacidad de afrontar los momentos

difíciles. Después de muchos talleres de pensamiento positivo que impartí a grupos de mujeres, descubrí que muchas de ellas volvían para agradecerme por haberles abierto las puertas del éxito. Me contaron que habían logrado materializar sus aspiraciones, que habían conseguido los puestos de trabajo que siempre habían anhelado, y que eran capaces de resolver un sinfín de pequeños inconvenientes en la vida cotidiana.

Esto fue lo que me motivó para sacar a la luz este libro. Quería darle al lector la posibilidad de saber a qué aspirar en la vida, cómo lograrlo y cuáles son nuestros deberes en este mundo. El lector podrá aprender, sacar conclusiones y, a la vez, comprenderá que tenemos la obligación de llevar las enseñanzas a la práctica, porque el estudio, por sí solo, no es capaz de modificar el comportamiento. Sólo el ejercicio constante llevado a cabo a diario puede realmente producir un cambio. La puesta en práctica de las enseñanzas nos infundirá una fortaleza mental y emocional que jamás hubiéramos pensado que poseíamos y que nos permitirá hacer frente a las innumerables pruebas que Hashem nos pone en la vida. Al activar estas capacidades no utilizadas hasta ahora veremos grandes cambios en nuestras vidas. Lo único que necesitamos es fuerza de voluntad y constancia, y con la ayuda de Hashem adquiriremos una genuina confianza, podremos pasar todas las pruebas y nos transformaremos en vasijas capaces de contener toda la bendición que Él ciertamente nos enviará.

Me gustaría dejar en claro que los datos personales de todos los relatos que aparecen en el libro fueron modificados a fin de proteger la privacidad de los protagonistas.

**“Salmo de agradecimiento”– “Agradezcan al Eterno porque Él es bueno; Su bondad es eterna”.** En primer lugar le debo agradecer al Creador del Mundo, Quien me condujo siempre por el camino de la verdad, iluminó mis ojos en los momentos difíciles, me enseñó el sendero por el que debía transitar hasta poder resguardarme bajo Su sombra protectora, y no me abandonó ni un solo instante.

Un agradecimiento especial a mi maestro y rabino, mi suegro el Gran Rabino Ovadia Iosef ZTZ”L, quien me instó a escribir este libro. Que el Todopoderoso le dé muchos años de vida y buena salud. Asimismo, recuerdo a mi suegra, la Rabanit Margalit, de bendita memoria, de la que tuve el honor de aprender la buena virtud de “dar” sin condiciones.

Especiales bendiciones para mis queridos padres, Itzjak y Mazal Najum. Que sean prodigados con una salud incólume, y una larga vida de paz y satisfacciones de parte de todos sus descendientes.

Alabanzas y agradecimientos para mi esposo por su aliento, su guía y su apoyo para que continuara avanzando sin pausa y sin aminorar mi esfuerzo.

Y, obviamente, deseo también agradecer a mi querida familia por la ayuda que me dispensaron para poder sacar a la luz este libro y, en particular, a mi hijo Meir Ziv, quien me ayudó en la revisión y en la edición final. A Tehilá Musti, por su importante ayuda en los primeros pasos de la redacción, y a Orly Azrad, por toda su colaboración y apoyo. Gracias a todos: sin su ayuda este libro nunca habría podido ver la luz.

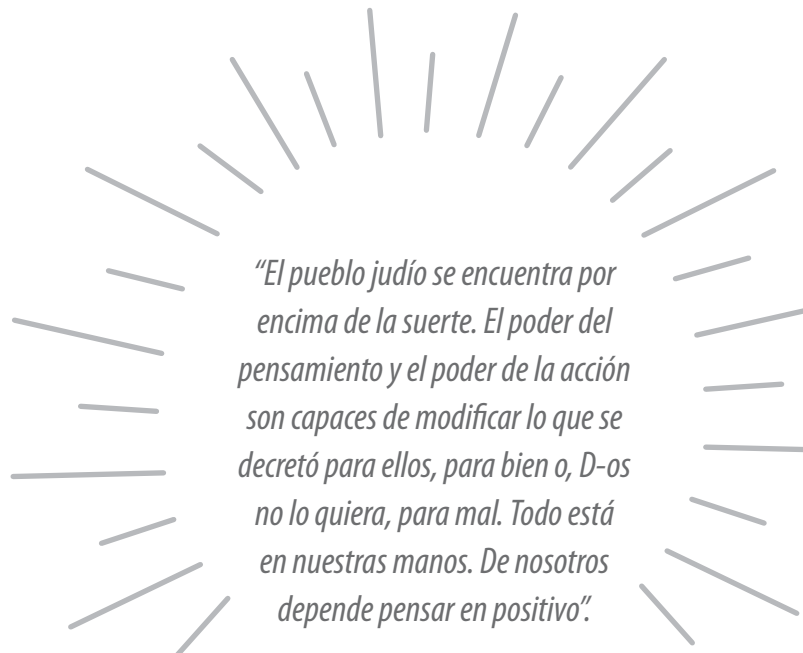
Me gustaría expresar mi más sincero aprecio a los hombres y mujeres que enfrentan toda clase de dificultades en la vida y que compartieron conmigo sus sentimientos y pensamientos en su intento por elevarse por encima de tales dificultades. A todos les doy las gracias por su confianza, por su amor, por su capacidad sin medida, y por su lucha sin fronteras en el camino que conduce a la verdad y a la plenitud. Su voluntad es su virtud. ¡Que sean todos bendecidos!

Por último, gracias a todos los que trabajaron, colaboraron y prestaron su ayuda, pequeña o grande; a los que me aconsejaron, a los que me criticaron, a los que me siguieron y apoyaron a lo largo del camino. Que el Eterno les pague a todos por su esfuerzo y los recompense como se merecen. ¡Amén!

*S. Iosef*

## CAPÍTULO I

# ¿ES POSIBLE CAMBIAR EL DESTINO?



*“El pueblo judío se encuentra por encima de la suerte. El poder del pensamiento y el poder de la acción son capaces de modificar lo que se decretó para ellos, para bien o, D-os no lo quiera, para mal. Todo está en nuestras manos. De nosotros depende pensar en positivo”.*

