

Autor:: Chaya Rivka Zwolinski
julio 4, 2021



Querido Breslovero,

He pasado por mucho dolor en los últimos dos años. Me he visto obligado a lidiar con una situación familiar muy difícil y además estoy casi en bancarrota y vivo con una enfermedad crónica que empeora con todo el estrés.

Le pedí consejo espiritual a alguien y me dijo que todo este sufrimiento era una expiación por mis pecados.

Le pedí consejo espiritual a otra persona y me dijo que agradeciera a Hashem por todas las cosas buenas que tengo en la vida. Me dijo que lo hiciera durante la sesión de hitbodedut al menos una hora al día. Pero yo no logré hacerlo más de unos cuantos minutos, porque me parecía totalmente falso, como si Le estuviera mintiendo a Hashem.

Otra persona me dijo que, si Le daba las gracias a Hashem por mis problemas, estos desaparecerían, porque ya no los necesitaría.

Siento que la gente que me da consejos no entiende por lo que estoy pasando.

H.M.

Le pedí consejo espiritual a otra persona y me dijo que agradeciera a Hashem por todas las cosas buenas que tengo en la vida. Me dijo que lo hiciera durante la sesión de hitbodedut al menos una hora al día. Pero yo no logré hacerlo más de unos cuantos minutos, porque me parecía totalmente falso, como si Le estuviera mintiendo a Hashem.

Querido H.M,

La variedad de las enseñanzas del Rebe Najman es enorme. A veces las enseñanzas son más relevantes; otras, menos. Eso dependerá de quién eres tú como persona.

No todos los consejos del Rebe Najman pueden ser asimilados por todos en todo momento. A veces, el consejo o la opinión que es correcta para una persona, puede no serlo para otra. Y a veces, cuando estamos sufriendo, lo que necesitamos es simplemente un abrazo cariñoso y alguien que nos escuche.

El Rebe nos dice que nuestra comprensión y conocimiento cambia a lo largo de nuestra vida. Él explica que cuando nos acercamos a Hashem y volvemos a Él, lo hacemos a nuestro nivel actual de comprensión. Cuando ese nivel de entendimiento cambia, es posible que tengamos que repetir parte de esta teshuvá porque ahora tenemos mayor claridad y perspicacia y la teshuvá que hicimos antes necesita ser refinada*.

Dicho esto, a veces tenemos que ser humildes y aceptar el consejo que nos dan, aunque nos duela un poco.

¿Cómo sabes si el consejo que recibes es adecuado para ti, en este momento, con lo que estás pasando?

Es difícil establecer una regla general al respecto, pero me permito sugerirte, si sientes que el consejo que estás escuchando es demasiado doloroso o difícil de aplicar, aburrido o inútil, que des un paso atrás.



Es cierto que es un ideal en el judaísmo darle las gracias a

Hashem por todo lo que nos ocurre en la vida. Esto significa dar gracias a Hashem por las cosas incluso si no entendemos por qué suceden, e incluso si no son lo que deseamos que fueran. Podemos consolidar nuestra fe y aprender a confiar en que Hashem sólo hace el bien para nosotros, aunque esto nos resulte difícil. En este momento, eso tal vez te parezca una meta futura, algo para lo que hay que trabajar, y está bien que así sea.

Hashem te conoce y sabe lo que realmente tienes dentro del corazón. Él sólo quiere que hagas lo que eres capaz de hacer; sólo quiere que des un pequeño paso. Ese paso bien puede ser hacer una sesión de hitbodedut.

Excepto que esta vez, la hitbodedut puede ser sin ideas preconcebidas de cuál es la manera correcta de hablar con Hashem, o sea, libre de "fórmulas". Este no es mi consejo, ieste es en realidad el consejo del Rebe Najman!

El Rebe Najman nos dice que debemos hablar con Hashem como si Él fuera nuestro maestro y nuestro mejor amigo. Claro, hay fórmulas más "avanzadas" de cómo hablar con Hashem. Pero en su esencia, la hitbodedut trata realmente de tu relación con Hashem.

Lo que sugiero es que simplemente Le digas a Hashem cómo te sientes. Todo. El dolor, la tristeza e incluso la ira. Las cosas reales. Sácalo todo afuera. Dile cómo te sientes en tu relación con Él en este momento.

Cuando hayas alcanzado el punto en el que sientas que te abres, que hablas desde un lugar de verdad, tal vez más de lo que has hablado antes, lo sabrás. Lo sentirás. Y este es el punto del que surgirá tu salvación.

Cuando hayas superado parte del dolor, si no sientes automáticamente gratitud, puedes pedirle a Hashem que te ayude a sentir esa gratitud. Pídele que te ayude a abrir el corazón para que puedas aprender a ver lo bueno. Pídele que te ayude a confiar en que hay un significado oculto detrás de lo que estás pasando. Incluso puedes pedirle a Hashem que te revele el significado de una manera que seas capaz de entender.

Esto puede o no ocurrir la primera vez que empieces a hablar con Hashem. Es posible que tengas que empezar pidiéndole a Hashem que te ayude a hablar con Él. Tal vez sólo unos minutos. Pero si hablas con Hashem desde el lugar en el que te encuentras, desde un lugar de autenticidad, finalmente lo lograrás. El único objetivo es desarrollar tu relación con Hashem y ponerte en contacto con tu verdadero yo, con tu punto bueno.

Sí, algunas personas responden muy bien a la estrategia de “fingir hasta lograrlo” para llegar a un espacio de ecuanimidad y gratitud, pero en mi experiencia, no todos son capaces de hacerlo al principio. Y eso está bien.

No importa lo que decidas hacer, empieza desde un lugar de verdad. No te castigues y, lo que es más importante, no te rindas: no te des por vencido.

Que Hashem te bendiga con la salvación en el mérito del Rebe Najman ben Faige, quien nos enseñó la hitbodedut.