

¿Cómo lidiar con los esqueletos de tu armario?

Autor:: Chaim Oliver
febrero 6, 2022



El Tikkun HaKlali nos fue dado por el Rebe Najman para que no tengamos que sufrir cuando nuestras vidas – simbólicamente nuestra luna, nuestro Maljut, están pasando por un período oscuro.

Esperamos que este artículo te ayude a aprender más sobre los significados más profundos de los Diez Salmos del Tikkun HaKlali y a decir las palabras con más kavaná (intención).

* * *

El Tikkun HaKlali nos fue dado por el Rebe Najman para que no tengamos que sufrir cuando nuestras vidas – simbólicamente nuestra luna, nuestro Maljut, están pasando por un período oscuro.

¿Quién no ha hecho cosas que preferiría no haber hecho? Todos hemos hecho algo que nos atormenta la conciencia. Arrepentimientos. Palabras y cosas hirientes que le hicimos a nuestra familia, a nuestros amigos y a Dios. Nadie es perfecto, y tampoco se espera que lo seamos. Todos sentimos esas indiscreciones “en nuestros huesos”. Los esqueletos de nuestro armario.

En este artículo, exploraremos los significados más profundos de la palabra אנוכי, “huesos” que en hebreo también significa “yo mismo”.

El Rebe Najman enseña que para alcanzar el nivel en el que uno sabe que todo es para bien, uno necesita confesar sus faltas frente a un Tzadik porque desde allí, sus pecados son quitados de sus huesos. (Likutey Moharan 1, 4:5)



En lo que refiere al tema de la confesión, las enseñanzas de Breslov revelan el camino a seguir: hablar de lo que te molesta profundamente con alguien en quien puedas confiar. Lo ideal sería una persona santa, un tzadik, un maestro, un padre, tu pareja o un amigo cercano. En estos momentos, elige a estas personas con cuidado por su verdadera sabiduría y discreción. La plegaria es también un lugar para esta autoexpresión. Utilizando las palabras de los rezos establecidos, el Shemoná Esré y el Viduy. La hitbodedut y el Tikún HaKlali son también oportunidades excelentes.

Se nos enseña que los Salmos deben ser leídos y meditados (Midrash Shojer Tov 1:8). Con ese consejo, aprendamos el significado más profundo de algunas palabras y versos del Tikkun HaKlali de Rebenu. En concreto, el Salmo 32:3, donde se menciona la palabra “huesos”.

El Salmo 32, que es el segundo salmo de Tikún HaKlali, se refiere a la esperanza del perdón para todos los que lo buscan. El Rey David utiliza sus experiencias personales como

modelo para inspirarnos, emocional e intelectualmente, a asumir la difícil tarea de la confesión y el arrepentimiento ante Hashem. En este artículo, exploraremos el tercer verso de este salmo, centrándonos en la palabra “huesos”.

□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□

Verso 32:3

Cuando mantuve silencio, mis huesos se desvanecían por mi gemido angustioso todo el día.

Rashi trae la voz del rey David a nuestro verso: Cuando me quedé callado de confesar mis pecados ante ti, mis huesos se pudrieron por la gran cantidad de gemidos y la preocupación que tuve todo el día, debido a que me preocupaba el castigo.

El Rey David pasó por todo esto para enseñarnos cómo navegar más allá de ellos, siguiendo el camino hacia el *yishuv ha-daat*-una mente serena y tranquila (Likutey Moharan ll #10).

Mientras reza, la persona tiene que sentir las palabras de del rezo en todos sus huesos, como en “Todos mis huesos proclaman” (ibíd. 35:10). Así, el agua fresca (es decir, el conocimiento abundante de Dios) que revive el alma, revive los huesos, como

en “y la médula de sus huesos se humedeció” (Job 21:24)
(Likutey Moharan 1, 67.9).

Rebe Najman enseñó: Para que la persona sienta “paz en sus huesos” -paz interior- debe poseer el temor del Cielo. Esto lleva a la perfección tanto del cuerpo como del alma (Likutey Moharan 1, 14:8-9)