

Cuando no puedas hablar, suspira

Autor:: breslov.org
noviembre 23, 2019



El suspiro tiene un enorme poder, porque es una expresión de anhelo básico de reunirnos con nuestra fuente

A veces, la vida está tan llena de ruido, de distracción y de confusión que no tenemos fuerza para hablar con el Creador. Es verdad: el Rebe Najman siempre dice que conversar con el Creador de manera personal es nuestra arma secreta, pero cuando el silencio de esos momentos es demasiado contrastante y nos cuesta hablar, ¿qué hacemos?

Existe un arma extra secreta.

El Rebe Najman nos enseña lo siguiente en la octava lección del Likutey Moharán:

El krekhtz en realidad “quiebra” el poder del cuerpo y lo refrena, dejando que el corazón anhele más al Creador

“Ve qué preciado es el suspiro (el “*krekhtz*”) de la persona judía. Nos da integridad [allí donde hay] carencia. Pues por medio del aliento, que es el espíritu de vida, se creó el mundo”.

Este consejo tan poderoso nos da la clave para conectarnos cuando ni siquiera tenemos fuerza para hablar. Al igual que el nigún (melodía), que posee un tremendo poder espiritual, el *krekhtz* del judío derriba la barrera que se ha formado entre el judío y el Creador.



Este suspiro, este sonido vocalizado, que en idish se denomina “*krekhtz*”, tiene un enorme poder, porque es una expresión de anhelo básico de reunirnos con nuestra fuente, que sentimos que nos está faltando.

El Rabino Levi Itzjak Bender enseña que el *krekhtz* en realidad

“quiebra” el poder del cuerpo y lo refrena, dejando que el corazón anhele más al Creador. Nuestro anhelo de volver a unirnos con nuestro verdadero yo, esa necesidad básica de ser más conscientes de nuestra raíz suprema, puede hacerse realidad cuando suspiramos por la carencia que sentimos que tenemos al no vivir una vida con conciencia Divina.

Todos tenemos estos momentos en los que nos alejamos del camino. El *krekhtz* es el primer momento de nuestro retorno.

Basado en Likutey Moharán 25; Diburey Emuná (Palabras de Fe), 6.