

# Kabalá Breslov 12ª parte – Tzimtzum o Constricción 5

Autor:: Chaim Kramer  
diciembre 1, 2020



**Hay demasiado sufrimiento, demasiadas enfermedades, pobreza, y crimen en el camino...**

Para poder comprender de qué modo el proceso de separación encaja con la idea de tzimtzum, veamos la descripción que hace la Biblia de la Creación (Isaías 48:13): “Incluso Mi mano [izquierda] *AF IADÍ* ha establecido la tierra, y Mi diestra ha medido los Cielos”. Dios formó el Cielo y la Tierra con Sus “dos manos”.

Imagínate que estás tratando de construir algo con tus dos manos. Si ambas estuvieran atadas, ¿acaso podrías construir algo? Obviamente que no. Por eso, cuando Dios comenzó a crear el mundo, si bien en Su caso todo (potencia y acto) está

unido, Él separó la potencia del acto a fin de dar inicio al proceso creativo. Esta es la alusión a la “mano derecha” o “diestra” de Dios y Su “mano izquierda”. Se refiere a marcar una separación y/o una abertura entre la derecha y la izquierda, entre la potencia y el acto.



El Rebe Najman añade que lo que hizo Dios está aludido al comienzo del versículo. El término hebreo “af” también se traduce como “enojo”, y representa la constricción. Las constricciones, el enojo y las frustraciones que experimentamos, son lo que nos da la energía para avanzar rumbo a nuestros objetivos y aprender a separar entre la potencia y el acto.

*Imagínate que estás tratando de construir algo con tus dos manos. Si ambas estuvieran atadas, ¿acaso podrías construir algo? Obviamente que no.*

Todos podemos imaginar un mundo idílico, aunque nunca nos dé la impresión de estar acercándonos a él. Hay demasiado sufrimiento, demasiadas enfermedades, pobreza, y crimen en el camino de hasta los planes más utópicos. Debemos hacer el esfuerzo de diferenciar entre lo que realmente queremos y lo

que sinceramente podemos obtener.

Esta separación fácilmente puede llevarnos a la frustración o la ira, por no poder alcanzar nuestros objetivos, pero eso sería contraproducente. La constrictión –el tzimtzum– nos provee un filtro para ayudar a aclarar el pensamiento y enfrentar la realidad tal cual es: “¿Qué es lo que realmente puedo lograr?”.

El tzimtzum sirve para sacarnos de nuestro mundo de ensueño y despertarnos a la vida real. Nos pone sobre aviso de la tarea que tenemos que llevar a cabo, haciendo que tomemos conciencia de lo que tenemos a nuestra disposición y de todo lo que podemos lograr cuando nos ponemos manos a la obra!