

Kit de reparación de Breslov – Refrescos de Yom Kipur

Autor:: Chaya Rivka Zwolinski
octubre 3, 2022



¿Tienes vida?

Cuando eres un niño, los minutos parecen horas y las horas parecen días.

Luego, creces. Y el tiempo vuela.

A pesar de la fugacidad del tiempo, si eres como la mayoría de la gente, en algún momento de tu vida has “matado el tiempo”. Tal vez incluso hayas matado un día entero. 0 días.

¿Qué es un día muerto? Es un día sin buenas acciones y mitzvot. ¿Y qué es un día vivo, un día rebotante de vitalidad? Es un día repleto de buenas acciones y mitzvot.

¿Tienes bondad?

Las buenas acciones incluyen tanto actos de bondad como actos de deber. Las buenas acciones son impulsadas por el corazón.

Las mitzvot (los preceptos de la Torá) son buenas acciones explícitas, acciones que Dios nos ha encargado para hacer y que nos ayudan a conectarnos con Él. Cuando elegimos hacer mitzvos, reafirmamos nuestra conciencia de Dios. Nos recordamos a nosotros mismos quiénes somos y hacia dónde nos dirigimos.

Las buenas acciones y las mitzvot suelen coincidir. Por ejemplo, visitar a un enfermo es tanto una buena acción como una mitzvá.

Dar un mínimo del diez por ciento de nuestros ingresos a la caridad es una mitzvá y una buena acción. Si lo damos no sólo porque Dios así nos lo ordena, lo cual es muy importante, sino también porque tenemos sentimientos de empatía por el sufrimiento de otro, impulsados por la bondad de nuestro corazón, entonces es aún mejor.

Pedir disculpas a toda persona a la que hayas hecho daño es una buena acción y también una mitzvá importante. De hecho, durante este período de tiempo que precede a Yom Kipur, buscamos a las personas que creemos haber herido y les pedimos perdón. Y también perdonamos a otros que nos hayan hecho daño sin querer, o incluso a propósito. Perdonar a otro es una rectificación personal muy poderosa.

Las mitzvot y las buenas acciones como las anteriores, dan vida.

¿Tienes bloqueos?

Pero un día sin mitzvot o buenas acciones es un día desperdiciado, un día sin fuerza. Es un día que no está fortificado por el flujo de energía positiva y revitalizante que viene de Dios.

Peor aún es el día en el que elegimos activamente huir de las buenas acciones y de las mitzvot, buscando actividades tan vacías que incluso podemos elegir “apagar” las partes más elevadas de nuestra mente y nuestro corazón para dedicarnos a ellas. Entonces, no sólo desperdiciamos el regalo de un día -24 preciosas horas de vida-, sino que creamos bloqueos que impiden que cualquier flujo potencial de energía positiva nos alcance y sostenga.

En una oración especial* que se recita a menudo durante este período de tiempo antes de Yom Kipur, Rabi Noson, el principal discípulo del Rebe Najman de Breslov, lleva este concepto a casa. Él tiene un nombre para los días en los que uno “vive” sin conciencia de Dios en forma de mitzvos y buenas acciones. Los llama “días muertos”. Explica que la persona que participa en actos negativos “roba la vida” de estos días. Y dice así:

Debido a que cometí una multitud de pecados a lo largo de mi vida, los cadáveres de los días muertos yacen esparcidos en mi pasado. (Likutey Tefilot 103)

Sorprendentemente, las oraciones, el llanto y, lo que es más importante, el ayuno que hacemos en Yom Kipur, tienen la capacidad de revivir los días pasados e incluso borrar el potencial desperdiciado.

Yom Kipur tiene el poder de revivir los días muertos.

No sólo se revive el pasado con espíritu y brillo, sino que Rebe Najman de Breslov nos dice que “se forma la alegría”.

Al ayunar y pasar el día en una oración sincera, en la medida de nuestras posibilidades individuales, debilitamos el poder negativo de los días manchados de nuestro pasado. En cambio, tomamos esa energía adversa y la utilizamos para el bien. Al utilizar la energía para las mitzvot de servir a Dios a través del ayuno y la oración en Yom Kipur, literalmente le damos la vuelta al pasado, infundiéndole bondad, devolviéndole la vida.

[Entonces,] se construye la estructura real de la alegría - [que es] la vitalidad y el núcleo de todos las mitzvot. (LM 179:2)

Esto se refleja en las poderosas emociones, incluida la gran alegría que sentimos cuando Yom Kipur se acerca a su fin. No, no es porque en unos minutos podamos saciar nuestra sed y aliviar nuestra hambre. Es porque nuestra teshuvá es completa. Es porque hemos pasado el día derramando nuestros corazones y cantando a Dios, como los ángeles. También hemos pasado el día

subyugando nuestros deseos carnales (de comida, bebida y relajación) a algo más elevado, nuestro deseo de pureza y cercanía a nuestra Fuente.

Hemos vuelto a nuestro verdadero ser y a Dios. Hemos hecho nuestra parte para volver a la vida. Merecemos la alegría.