

La comida del alma

Autor:: breslov.org
enero 2, 2022



“El tzadik come para satisfacer su alma” (Mishlei 13:25)

“Si una persona ve que su comida no tiene sabor, es porque está desconectado de Dios” (Sefer Hamidot)

El sentido y el comportamiento asociados al mes de Shevat son el gusto y la comida. Hay una conexión obvia entre el mazal o signo astrológico del mes y el comer, porque el *dli* - literalmente, el “balde de agua”- es un recipiente cuya naturaleza esencial es su capacidad de recibir. Como ya hemos visto, su expresión espiritual se ve mejor cuando una persona se convierte en un recipiente para recibir y luego compartir las aguas de la Torá. Pero hay otras maneras de que el *dli*

reciba, que también nos permiten acceder a la Divinidad.

“El tzadik come para satisfacer su alma” – come para llevar alegría y conexión a su alma, no a su cuerpo

Hemos aprendido que la letra hebrea asociada al mes es el tzadik, que representa, entre otras cosas, al propio tzadik, es decir, a la persona justa ideal que ha realizado plenamente su potencial espiritual. Una de las características del tzadik es su capacidad para santificar la experiencia material y utilizarla como medio para acercarse a Dios.



Una de las áreas más básicas en las que el tzadik logra esto es en el ámbito de la alimentación. La experiencia de comer puede materializarnos (literalmente, añadiendo a nuestra sustancia física, y espiritualmente, atándonos más estrechamente a nuestra búsqueda de placer físico); o puede espiritualizarnos, llenándonos de gratitud a Dios, de conciencia de nuestra dependencia de nuestro Creador, y del profundo deleite que proviene de ver cómo la bondad de Dios se expresa a través de la abundancia material.

“El tzadik come para satisfacer su alma” – come para llevar alegría y conexión a su alma, no a su cuerpo. Y, tal como aclara Rebe Najman, comer espiritualmente no significa que no saboreemos nuestra comida; todo lo contrario: la saborearemos más, ya que está iluminada por la luz de la conexión con Dios.