

Lo físico y lo espiritual

Autor:: Yehudis Golshevsky
abril 26, 2021



Rabí Najman de Breslov enseñó...

Conviértete en el tipo de persona que hace de la satisfacción de las necesidades físicas una experiencia espiritual. Algunas personas comen para tener la fuerza de estudiar la Palabra de Dios.

Otros, los más conscientes espiritualmente,

estudian la Palabra de Dios para saber cómo comer..

(La Silla Vacía, p. 24*)

Conviértete en el tipo de persona que hace de la satisfacción de las necesidades físicas una experiencia espiritual

¿Qué significa esto para mí?

Aunque me encanta leer esta enseñanza para recordarme a mí misma cómo enfocar la alimentación (que es, personalmente, una de las áreas de mi vida más difíciles de trabajar), el comienzo me ayuda a tener en cuenta que todo el trabajo físico en el que estoy involucrada es potencialmente espiritual.



Cuando trabajo para ganar el salario, necesito tener en cuenta que el dinero que gano va a ser utilizado para construir mi hogar, alimentar y cuidar a nuestros hijos que estudian Torá, proveer a los invitados que vienen en Shabat... las necesidades son infinitas! Y cuando estoy haciendo los quehaceres domésticos, estoy ayudando a hacer de mi casa un entorno acogedor y alegre para el crecimiento; un lugar en el que nuestros hijos y visitantes se sientan bien cuando están aquí. Y cuando me ocupo de las necesidades físicas de los demás - incluso de las más mundanas- estoy emulando el atributo de bondad de Dios. Como solía decir uno de los grandes maestros espirituales: "Yenem's gashmius is mein rujnius"- "¡Cuidar de las necesidades físicas de los demás son mis necesidades espirituales!".

Una plegaria:

Dios mío,

concédeme la sabiduría

para llevar la armonía

a la alianza

de mi cuerpo y mi alma.

Haz que se eleven juntos

en mi devoción a Ti.

Mi alma percibe Tu luz

deja que mi cuerpo la discierna también.

Mi alma canta Tu alabanza-

Deja que mi cuerpo la cante también.

(El Arma Suave, p. 74)