

# Pan y Breslov

Autor:: Chaya Rivka Zwolinski  
junio 7, 2020



**Todos sabemos que en Pesaj el pan está prohibido. Pero por qué está permitido comer pan después de Pesaj?**

Cuando llega la festividad de Pesaj, entramos en una locura de “acabar con el jametz”. Se nos enseña que el jametz simboliza el enojo y la soberbia. Como cuando está “hinchado” de sí mismo, de tan “inflado” que tiene el ego. También se nos enseña que el jametz simboliza la tristeza y la depresión. Y considerando que el judío debería ser una persona amable y compasiva, humilde y alegre, ¿cómo es posible que se nos permita comer pan?

El sagrado libro del Zohar nos dice que el motivo por el cual se nos permite comer jametz el resto del año es porque el hecho de comer matzá, o sea, pan ácimo en Pesaj, nos cura. Y después de este período de “curación intensa”, nuevamente

podemos digerir espiritualmente hablando, los cereales leudados.

Durante el proceso de digestión, asimilamos los nutrientes de la comida y los transformamos y estos literalmente se vuelven parte de nosotros, siendo glóbulos, huesos y grasas. Al masticar, tragar, etc, estamos llevando a cabo una especie de alquimia inconsciente.

*el motivo por el cual se nos permite comer jametz el resto del año es porque el hecho de comer matzá, o sea, pan ácimo en Pesaj, nos cura. Y después de este período de “curación intensa”, nuevamente podemos digerir espiritualmente hablando, los cereales leudados.*

Una vez que hemos digerido los alimentos podemos también utilizar la energía (calorías) de la comida. Esta energía la necesitamos para hacer buenas acciones y mitzvot. Al hacer mitzvot con esta energía estamos usando lo material en pos de lo espiritual.

Cuando recitamos una bendición por la comida que estamos por comer logramos elevar la materia física del alimento y rectificarlo a nivel espiritual. Nuestro acto de comer se vuelve un acto sagrado.

Reb Noson, el principal discípulo del Rebe Najman, señala que hay diez mitzvot que observamos al preparar pan, y que se corresponden con las diez clases de canciones que curan el alma contenidas en el Tikún HaKlalí. Estas diez melodías, dice el Reb Noson, constituyen el paradigma de la alegría.



El pan corresponde al número diez. La bendición que recitamos por el pan, HaMotzí, contiene diez palabras (las demás tienen solamente nueve). Tomamos el pan con los diez dedos de las manos al recitar la bendición. Las diez palabras de la bendición del pan corresponden a las diez melodías del Tikún HaKlalí. Y tanto la bendición como las melodías corresponden a la genuina alegría.

Después de la profunda curación que nos brinda Pesaj, una vez más contamos con la fortaleza espiritual necesaria para elevar el acto de comer jametz al nivel de la alegría. Y comemos pan en la gran mayoría de las ocasiones festivas: Shabat, festividades, bodas, etc.

Ahora bien, con respecto a las migas, se nos enseña que no debemos destruir ni echar a perder nada.

Hay gente que incluso juntas las migas y las come.

¿Acaso no es eso un poco exagerado?

Pues bien: en la Torá, el pan tiene especial importancia y debemos tratarlo con gran respeto. No tiramos pan a la basura, a menos que tenga moho, y jamás le arrojamos un sándwich a un

amigo.

¿Sabes por qué?

El sagrado libro del Zohar enseña que cada especie en el reino vegetal tiene su propio ángel de la guarda. Las uvas están bajo la supervisión del ángel de las uvas. Las papas, bajo la supervisión del ángel de las papas, etc. Pero los cereales están bajo la supervisión directa de Hashem. No hay ningún ángel intermediario.

Para hacer pan, hace falta mucho esfuerzo. Al hacer pan, en todas sus etapas, estamos haciéndonos socios de Hashem en la Creación, porque estamos creando nuestro propio sustento material y espiritual.

En cierta forma, somos un poco como el pan.

Y estamos bajo la supervisión directa de Hashem. Cuando hacemos un brit, encendemos las velas de Shabat, hacemos jalá, rezamos, cantamos una melodía de santidad, etc, estamos tomando la materia prima que Hashem creó (nuestro cuerpo y nuestra alma), y la estamos transformando en algo mucho más grande: en una persona de carácter, una persona capaz de vivir con genuina felicidad.