Quiebra tu ira

Autor:: Chaya Rivka Zwolinski
agosto 15, 2021

En Likutey Moharan, Lección 18, Rebe Najman nos dice que debemos tratar de reemplazar la ira con rajmanut, con compasión. Dice que debemos aprovechar nuestro poder personal de compasión para anular nuestras respuestas a veces innatas y crueles ante ciertas situaciones.

A veces nos enfadamos y es evidente. Queremos gritar o chillar y hacer comentarios mordaces a alguien. Ese enfado es algo problemático. El deseo de devolver el golpe o de herir a alguien, incluso el mero hecho de sentirlo, es actuar sin compasión.

Más difícil aún es el hecho de que la ira puede adoptar muchas

formas. Puede adoptar la forma de miedo; puede adoptar la forma de celos o una mezcla de ambas.

Debemos aprovechar nuestro poder personal de compasión para anular nuestras respuestas a veces innatas y crueles ante ciertas situaciones.

Pensamos: “Oye, esa persona tiene algo y yo no lo tengo. ¿Por qué él sí y yo no? Ese tipo de pensamiento es también una forma de ira.

Hay muchos tipos de ira, y si hablamos con Hashem y Le pedimos que nos ayude a aprovechar el poder de nuestra propia compasión y misericordia personales, podemos acabar con nuestra ira. Cuando lo hacemos, merecemos la compasión de Hashem y la misericordia de Hashem en nuestras propias vidas.

Los duros juicios contra nosotros pueden diluirse y suavizarse e incluso anularse cuando rompemos nuestra propia crueldad y ampliamos nuestra capacidad de demostrar compasión.

Que tengas un día en el que sólo experimentes la compasión revelada de Hashem.