

EL RETORNO

17/21 – ט"ו

הַבְּחִינִים הַגְּדוֹלִים
בְּחִינַת הַמְּשֻׁבָּעִים

¡ÁNIMO!



*Compilación
inspirada por las
obras de
RABÍ NA'HMAN
DE BRESLEV*

17/21 – כס"ד

¡ÁNIMO!

Esta compilación inspirada por
las obras de

RABÍ NA'HMAN DE BRESLEV

y de su Discípulo Rabí NATAN

Reconforta y da ánimo a todas las almas cansadas, débiles y extraviadas haciéndoles saber que cualquiera que sea el sitio en el que se encuentren pueden volver a su Creador y que la desesperación no existe.

Por
Itshak Besançon

Traducido por
Déborah Almosnino

Ediciones MENORAH

EL RETORNO

Un poco también es bueno

¡Mucho, es aún mejor! (Kojbé Or 153)

Tan simples como puedan parecer estas palabras de Rabí Na'hman, caben todo el secreto de su éxito; raros son aquéllos que llegan al éxito total porque, a pesar de la aparente simplicidad de este principio, su aplicación exige una cualidad importante: la confianza. Habría que limitarse a creer en él y a aplicarlo a la letra. Pero toda la sutileza se halla en la transición entre las dos frases de esta copla. Dicho de otra forma, ¿cuándo hay que contentarse con poco (a falta de mejor) y cuando conviene mostrarse más exigente? Aquél que consiga llegar a este conocimiento relizaría el ideal judío de la Armonía. Una Armonía dinámica y no estática que simboliza la Estrella de David, como vamos a demostrarle.

La parte superior de la Estrella representa el Cielo, la inferior evoca la Tierra. El ángulo inferior del triángulo 'tierra' es un punto de partida. Empezamos desde el cero: no poseo nada, la vida es un regalo y no me se debe nada. Me pongo seguidamente a observar y me percato de todos los beneficios que me rodean: los considero como verdaderas ganancias (nada se me debe). Por poco que posea, ya es una fuente de alegría, un beneficio inesperado. Entonces, las líneas se ensanchan, lo que forma el primer triángulo.

Si me limitase a este proceso, alcanzaría cierto bienestar pero una armonía estática, paralizada. Es lo que se suele llamar el optimismo beato, la autosatisfacción. Para librarse de ello, y, mejor aún llegar a evolucionar, será necesario, llegado a este punto, volver a la base: la punta del triángulo inferior se convierte ahora en la base del triángulo superior. Constatando todas las ganancias y beneficios de los que me felicitaba, voy a analizarlos: ¿de donde provienen? ¿De mis méritos? ¡ Seguro que no ! Toda la fortuna del mundo no vale un solo látido del corazón, no hay 'mérito' que pueda prevalecer sobre el

regalo inapreciable que es la vida. Esta constatación nos lleva a la humildad y al mismo tiempo a ser exigentes con si mismos. Es el temor del Cielo quien elvará nuestro corazón hacia el Origen de todas las cosas, mas allá del punto superior del triángulo ' Cielo'.

Acabamos de examinar dos procesos opuestos y complementarios, esto toma en consideración e ilustra las palabras de Rabenu: '¡UN POCO ES TAMBIEN ALGO!' optimismo, triángulo inferior, punto de partida. '¡MUCHO ES AUN MEJOR!', rigor, triángulo superior, éxito. El ejemplo que dabamos debe extenderse a todas las actividades de la vida: las del espíritu así como las del cuerpo. Así, si nos encontramos desprovistos de recursos materiales o de valores espirituales, lejos de renunciar al progreso, habrá que 'ensanchar' partiendo del punto cero, de la nulidad total. Nos daremos pronto cuenta de que, para una persona desprovista, poseemos más de lo que pensábamos. Y llegados a esta satisfacción, habiendo conseguido consolarnos, nos pondremos a trabajar con ánimo, repitiéndonos que si *algo* es bueno, *más* es mejor. La práctica constante y casi automática de estos dos itinerarios conducirá a la Armonía perfecta que simboliza la unión de los dos triángulos.

Terminaremos este estudio con un ejemplo concreto. Numerosos son los *Baalé Teshubá*, que, después de cierto tiempo de progreso sienten la necesidad de purificarse, de reparar sus faltas pasadas. La idea que prevalece entonces generalmente es el ayuno. El valor psicosomático de esta práctica es bien evidente, son inculso más convincentes las demostraciones esotéricas que nos proporciona la *Kabalá* sobre el inaudito poder del *Taanit* (ayuno).

Y sin embargo, ¿qual auténtico Maestro no desaconsejó formalente a los arrepentidos contemporáneos de ayunar? Todos son unánimes en proscribir el ascetismo, no por denigrante, sino por constatación de nuestra incapacidad de aplicarlo. ¿Guarde el Shabat cn alegría, vigile su alimentación, ore con fervor, estudie sin cesar la Torá! ¿Esto le parece poco, en comparación con el peso de

sus faltas? Pero, si Vd. quisiera 'empujar' demasiado, no resistiría y perdería este 'algo'. Entonces, recuerde que algo, ¡es también bueno! (Vd reconoce el 'triángulo inferior'). Si Vd. acepta este modesto comienzo, y persiste sinceramente en este camino, no tardará en descubrir en los Libros Sagrados prácticas de reparación a su alcance, que le permitirán acceder al 'mucho' sin romper su equilibrio. ¡A Vd. le toca buscar! Entonces llegará Vd. a la Armonía y la Estrella de David brillará en su vida.

*

'Yo soy para mi Bien Amado'. (Cant. de los Cant.2:16), impulso del alma hacia su Creador.

'Y mi Bien Amado es para mí (ibid.),

respuesta del Creador a este impulso.

Estas son en realidad las dos fases del encuentro, lo que nos enseña que el Retorno a Dios comprende dos caminos, dos métodos, ya que la *Teshubá*, como toda experiencia, se compone de 'altos' y de 'bajos'. Habrá pues una manera particular de vivir los buenos períodos de pruebas, los 'bajos'. Será el conocimiento de estos caminos, y su judicioso empleo lo que permitirá el éxito de nuestra *Teshubá*.

Cuando sintamos nuestra alma elevarse: *Yo soy para mi Bien Amado*, convendrá huir de la suficiencia que este estado procura. Al contrario, acentuemos las exigencias con nosotros mismos, ya que el escollo que acecha los períodos 'altos' es de satisfacerse con los primeros resultados. Gracias a un autoexamen permanente, a una continua aplicación del versículo: *'Soy para mi Bien Amado'* podremos evitar este obstáculo. Este proceso permitirá además prepara provisiones de fuerza y de valor que se revelarán muy útiles a la vuelta inevitable de los períodos 'bajos'.

Los inviernos siguen a los veranos, las noches suceden a los días, caídas y depresiones cubren el Camino del Retorno. Más adelante explicaremos su sentido preciso, su razón de ser, su 'por qué'. Veamos ahora 'cómo' abordar estos momentos de dificultad, estas inevitables pruebas. Se trata simplemente de grabar en su corazón las palabras del versículo: *'Mi Bien Amado es para mí'*: Sea cual fuera mi caída, Dios está conmigo. Sabiendo esto y recordándolo en el momento oportuno, evitaré el escollo del desánimo. Este sentimiento de abandono que nos incita a dejarlo todo a causa de un fracaso no tiene ninguna razón de ser, puesto que Dios se encuentra cerca de nosotros, incluso en el seno del fracaso. Si nos convencemos de esta verdad, lograremos por lo menos cumplir lo que nos es posible, nos reforzaremos lo mejor que podamos repitiéndonos: 'Aguanta, Dios está contigo, ¡no abandones!' Y de esta forma pasaremos victoriosamente la tempestad.

*

¿Qué significa caer de nuevo? Es perder el gusto y el entusiasmo que sentíamos; es, de repente, no percibir la luz que nos guía. No es un mal en sí mismo, pero puede conducirnos a malas consecuencias. ¿Cuándo esa caída, puede conducir al mal? ¿Cuando no la comprendemos!... Si, al contrario, es admitida como una necesidad, como una fase indispensable del progreso, como un bien, entonces, aunque momentáneamente frene nuestro desarrollo, no ocasiona ninguna desviación.

Había un pobre que se ganaba la vida buscando arcilla que vendía.

Una vez, cavando descubrió en el sitio en que había hundido el pico, una piedra preciosa de valor inestimable. Ignorando el valor del brillante, se dirigió a un joyero para que lo estimara.

' ¡No hay nadie en este país que le puede pagar el precio de esta piedra!' exclamó el artesano. ¡Tendría Vd que ir a Londres, la ciudad real !...

Siendo tan pobre, no tenía con que pagarse el viaje. Vendió todo lo que tenía, mendigó de puerta en puerta, hasta reunir lo suficiente para llegar hasta la orilla del mar. Quiso embarcar, pero ya no le quedaba bastante para pagar el billete.

Se dirigió entonces al capitán y le mostró la piedra preciosa. Este le invitó en seguida a subir a bordo: '¡Eres un hombre muy prudente!' le dijo el capitán, colmándole de honores.

Un camarote de primera clase le fue ofrecido, con todo el confort digno de un millonario.

El citado camarote tenía una ventanilla que daba al mar. Nuestro hombre se pasaba el tiempo deleitándose, gozando de su diamante. Particularmente durante las comidas. ¡La alegría del corazón, favorece la digestión!

Durante una de estas comidas, puso el diamante delante de él, sobre la mesa y se quedó dormido.

Mientras, tanto el marinero que limpiaba los camarotes entró y cogió el mantel para tirar las migas, no se dio cuenta del diamante y ¡lo sacudió por la ventanilla!...

Cuando al despertarse se dio cuenta de lo que había pasado, se apenó tanto, que por poco perdía la razón.

¿Qué hacer? El capitán era un pirata que sin duda le mataría por el importe de su billete...

Decidió pues mostrarse contento, como si ignorase lo que había ocurrido.

El capitán tenía la costumbre de pasar diariamente unas horas charlando con él. Como de costumbre, aquel día también se presentó. Nuestro hombre imitó tan bien el aire alegre, que el capitán no notó ninguna diferencia.

'Sé bien que eres un hombre recto y sensato, le dijo el capitán, tengo la intención de comprar gran cantidad de trigo y venderlo otra vez en Londres, y obtendré un gran beneficio, pero temo que se me acuse de haber robado las reservas reales. Hagamos pues la compra con tu apellido. Te pagaré bien por este servicio.' El hombre aceptó y el trato quedó hecho.

A su llegada a Londres, el capitán murió súbitamente; nuestro hombre heredó todo su capital. ¡Y había mucho más que el doble del valor del diamante!...

Rabí Na'hman concluye así este cuento:

'El diamante no le pertenecía. La prueba es que lo perdió. El trigo le pertenecía. La prueba es que se quedó con él. Y lo que le permitió alcanzar su meta, fue el hecho que se mantuvo firme.

*

Lo esencial de la prueba que debe sufrir todo *Baal Teshubá* para cruzar la barrera que le separa del recinto de la Torá, consiste en examinar su verdadera adhesión: *¿cómo puede mantenerse, darse valor en los momentos difíciles?*

Pues es en esos momentos que todo se decide. Son los más decisivos, porque son los únicos que prueban nuestra adhesión. Y conducen al verdadero éxito. ¿Hemos perdido el gusto por nuestra obra, el gusto de luchar? Cuando hay que actuar de veras, luchar, aún sin entusiasmo, continuar, aún sin placer, eliminemos la nostalgia estéril. Los más hermosos momentos, son, en realidad, los que vivimos ahora, los momentos de la prueba en que todo va a decidirse según nuestro valor y que nos conducirán al regreso a la Luz de antaño.

He aquí lo que nos enseña el Baal Shem Tob:

Al principio, cuando Dios quiere ayudar a una persona a salir de su trampa, se concede a este hombre una Luz Divina. Su conciencia se encuentra de pronto

elevada. Percibe las cosas según otro punto de vista. Lo que le intimidaba, ya no le asusta. Ayudado por esta nueva percepción de la vida, proyecta grandes cosas tales como separarse de sus costumbres - incluso de su entorno. Sin esta ayuda del Cielo, jamás tuviera la audacia de dar este paso. Y puesto que está propulsado por una fuerza exterior, su único mérito es el aceptar esta ayuda.

Históricamente, este fenómeno se produce a la salida de Egipto. Nuestros antepasados no hubieran podido nunca separarse del estado de esclavos por sus propios medios, su propia reflexión. Tuvieron no obstante el mérito de escuchar la voz de Moisés y fueron en consecuencia 'iluminados' por un poderoso aliento de libertad que les permitió '*atreverse*' a salir. Era la primera noche de *Pesa'h*.

Primera noche de *Pesa'h*, primera etapa de la *Teshubá*, el caminar ha comenzado, pero queda el avanzar. Y allí nos acecha el error: creerse que esta luz ya es nuestra, que no nos dejará jamás, en una palabra: que nuestra *Teshubá* es ya un hecho terminado. Con esto tenemos el riesgo de sufrir graves decepciones, porque no comprendemos ya lo que nos pasa cuando la noche no vuelve otra vez.

Ya que para permitirnos ahora probar si nuestra adhesión es sincera, la Providencia nos va a quitar la Luz. Nuevamente las malas ideas nos invaden, los hábitos del pasado que creíamos detrás de nosotros reaparecen con fuerza...

Estamos ahora en la segunda fase de la '*Teshubá*' la que llamaremos el '*Omer*'. Después de haber probado la alegría de ser libres necesitamos ahora contar los días. Las siete semanas del Omer corresponden en realidad a las siete capacidades del carácter que habrá que examinar, refinar y elaborar una tras otra para reconquistar la Luz. Si llegamos al final de esta cuenta, alcanzaremos la quincuagésima puerta o *Shabuot*: la Revelación... Pero entretanto, tenemos aquí de nuevo presas de nuestros instintos y casi

comparables a los esclavos que éramos no hace mucho. Hay, no obstante, una diferencia importante entre nuestro estado actual y los años de servitud: AHORA, SABEMOS. Hemos probado las alegrías espirituales que procura la pureza. Se nos ha hecho sentir a lo que se puede llegar por el esfuerzo. Hemos perdido las delicias de este gusto pero queda una señal, un recuerdo, una pequeña luz que no se apagará jamás. Al resplandor de esta pequeña luz, volveremos a tomar el problema desde su base.

El Talmud, Rambam, así como todos nuestros Maestros, están de acuerdo en enseñarnos que hay *Teshubá* completa sólo cuando el antiguo pecador vuelve a encontrarse exactamente en la misma situación y no repite su falta. He aquí lo que sobre ello dice el *Likuté Moharan (II,49)*.

'Sabe que la *Teshubá* perfecta se realizará cuando vuelva el hombre a los mismos lugares y situaciones que conoció antes de la *Teshubá*. Cada uno según su experiencia, su caso preciso y los errores que ha podido cometer en el pasado. Hoy, vuelve a estos mismos lugares y se encuentra en la misma situación que antes. PERO RESISTE. Se domina para no volver a hacer el mal. Y si resiste, entonces se puede decir que ha hecho *Teshubá*'.

Si nos preguntásemos; '¿Cómo puedo volver a encontrar la misma prueba, ya que he abandonado el contexto de mis errores?', la explicación del Baal Shem Tob responde a esta pregunta. Me han quitado la 'Luz' ;me encuentro nuevamente en el mismo estado de espíritu que otras veces! Lo que no dejará de producir situaciones análogas. Y eso será mi prueba.

¡Cómo resulta todo claro ahora! las recaídas que tanta gente considera como catástrofes son, en realidad, grandes beneficios. Pero siempre a condición de comprenderlas y resistir llegado el momento. Aquél que lo consiga, habrá hecho una verdadera *Teshubá Hamishkal*, aquélla que, según el Talmud transforma todas nuestras faltas en méritos (*Yomá 86b*). Si hubieramos

atravesado crisis, jamás hubiésemos llegado, sin encontrar el valor para resistir en épocas de crisis, habríamos perdido la oportunidad de repararlo todo.

¡Hermanos y Hermanas que os identificáis con estas líneas! Vosotros que encontráis en estas palabras un eco, un reflejo de vuestros sentimientos más profundos o de vuestra experiencia, habéis llegado pues al umbral de la tercera etapa, al pie del Monte Sinai, donde si esperais, la Torá os será revelada. Cohortes de fantasmas e ideas negras os asaltan, ¡daos cuenta entonces cuán bella es vuestra misión! Ustedes piensan que todo está perdido, que se les ha rechazado, pero recuerden que estás sombrías horas que atraviesen, ¡son las que revelarán vuestra verdadera grandeza! Todo lo que les recuerda lo anterior, no son más que mentiras, ilusiones y malos cálculos: ¿Tienen algo mejor que ofrecerles que lo que les propone la Santa Torá? Entonces, rechazad estas ideas despiadadamente, no les hagáis caso, rehusadle el diálogo. ¿Vuestro pasado, vuestras responsabilidades, vuestro nivel real? ¡No, son problemas que podréis resolver en seguida y con la ayuda de la reflexión! Cerradles la puerta y alegraos de haber llegado a esta etapa: de haber salido de Egipto y contar el Omer. Y si vuestro estado actual os incomoda, aplicad la fórmula, llena de buen sentido, que han enseñado nuestros Sabios: *¡Si el mal olor es muy fuerte, derrama aún más perfume!*

Sim'ha, Torá, Tefilá, Tsedaká

son perfumes deliciosos de los que nuestra alma se alimenta y se refuerza.

Estos consejos se aplican a todos, cualquiera que sea su nivel, es el camino por el cual todos los Tsadikim han pasado antes de alcanzar el grado de liberación total en el que el mal les ha abandonado. Escuchemos su mensaje, sigámoslos. Han atravesado todas las etapas que hemos descrito.

Cuando la Guemará nos afirma: *'El lugar del Baal Teshubá sobrepasa el de los Tsadikim (Berajot 34b)*, se refiere a este itinerario. Cuando el Zohar (I,39a), nos revela que el Quinto Palacio Celestial está reservado a los

arrepentidos, es que la tarea se reconoce por su verdadero valor pero también que son necesarias fuerzas e ideas para llevarla a cabo.

Las fuerzas, usted las encontrará en sí mismo ya que Vd. las posee como nos lo indica la *Kabalá*: 'La más pequeña alma judía tiene el poder de resistir a todas las tentaciones del mundo'. En cuanto a las ideas que le permitirán descubrir sus fuerzas ocultas, esas ideas, las encontrará Vd. a medida que las vaya necesitando, en nuestros textos Sagrados y sobre todo entre los que les aplican: los Tsadikim. Les repetirán bajo todas las formas existentes: ¡NO ABANDONE! Si Vd, confía en ellos, ganará.

Shana Tova U-métuki!



***Dear friends, help us to diffuse the Rebbe's Teachings
Please, Send your TSEDAKA to the Diffusion's Paypal
Account: Shabat.Breslev@gmail.com***

Or deposit it on its Israel Postal Account: 89-2255-7

Tizku leMivot ... beSimcha