



El Shabat de Rabi Najman de Breslov



HITBODEDUT

Plegaria meditativa en reclusión



Quien quiera probar el gusto de la luz oculta, o sea los secretos de la torá que serán revelados en el futuro, debe recluírse en soledad con frecuencia en una auto-expresión meditativa entre el y su Creador. Une, debe reflejarse a sí mismo en forma introspectiva, evaluando todas sus acciones y asuntos, preguntándose si son la forma correcta y adecuada de comportarse frente a Di-s, aquel que le brinda su generosidad en cada momento.

De tal modo, cada individuo debe mantener sus propios asuntos bajo evaluación constantemente ante el tribunal de sus asuntos personales y juzgar sus propias acciones y omisiones. Al hacerlo, uno se alivia de todas las ansiedades y se protege de todos los miedos. Es decir que no volverá a sentir temor ni ansiedad ante un oficial de las autoridades, el dueño de la casa, una bestia salvaje, un asaltante o cualquier otra cosas en el mundo. El único miedo se sentirá ante Di-s exclusivamente. Así uno eleva el miedo a su fuente y origen, que es el intelecto, daat, mereciendo el total conocimiento, sabiendo a quién se debe semer, o sea el Santo, Bendito Sea, con Su grandeza.

De esta forma el individuo se hace digno de recibir la torá revelada y llegar a una genuine





humildad. Y por su intermedio, se hace digno de orar con auto-sacrificio, renunciando a todo egoísmo y a la existencia física durante la oración, sin motivos adicionales que redunden en beneficio propio, sin pensar en uno mismo siquiera; tan solo sometiendo la misma esencia de uno y su existencia terrenal como si no existiera en absoluto. en el mundo. Al actuar así, uno se toma digno de acceder a los secretos de la torá, que son la luz oculta que se revelará en el futuro. A todo ello uno se hace merecedor mediante la reclusión, la hitbodedut (LM 15).

Este aislamiento es una auto-expresión que el individuo tiene en diálogo con su Creador, manifestando verbalmente sus sagrados anhelos. y deseos, la forma en que uno ansia ser liberado de sus tendencias negativas y de llegar al verdadero bien, orando y suplicando a Di-s por ello; así es como se trae a las buenas almas de algo potencial a la realidad. Por medio del anhelo, las almas pasan a ser un potencial y la verbalización las concreta y torna en realidad. Así se hace uno digno de que sus pedidos sean respondidos, formando las letras de la torá de un modo positivo, dando vida y alimento a todo, atrayendo el bien y las bendiciones a todos los mundos y despertando a numerosas almas para el arrepentimiento en ese diálogo que el individuo mantiene con su Creador. Esto se debe a que los anhelos y los deseos que se manifiestan verbalmente son preciosos y cada cual debe acostumbrarse a hacerlo durante el día; de esta manera, el mundo entera podría elevarse (LM31).



En cada judío hay un precioso punto que es su fuerte deseo de hacer exclusivamente la voluntad de su Creador. Pero las pasiones rompen los corazones de los humanos y ello aleja los corazones del punto mencionado. Por consiguiente, cada persona debe dialogar con su Creador para que el punto ilumine su corazón y elimina la dureza que lu envuelve bajo un

manto de deseos inadecuados que son una desgracia y terminan destrozando el corazón humano (LM 34).

Cada uno de nosotros debe acostumbrarse a manifestarse ante Di-s con la más profunda sinceridad, al punto de sentirse muy avergonzado ante el Todopoderoso por sus pecados contra el Gran Señor, el Di-s del Universo.