



Teshubá y vergüenza

והרי נחמתי ובושתי במעשיי

Para Maimónides es necesario ser específico cuando uno verbaliza sus transgresiones y errores en el *viduy* o *confession*. Y además, necesitamos expresar (y / o despertar) dos sentimientos específicos durante esta confesión: el sentimiento de «arrepentimiento» y el sentimiento de «vergüenza». El *viduy* no es una confesión verbal mecánica y fría, no son meras palabras. Esta confesión debe ir acompañada de sinceros sentimientos de remordimiento.

Pero, ¿por qué debemos sentirnos avergonzados?

Los rabinos consideran que la «vergüenza» es uno de los tres elementos que caracterizan la personalidad y el carácter de un individuo judío. Explicaron que un judío transmite a sus descendientes tres cualidades. 1. Un judío es innatamente tímido y se avergüenza fácilmente (*bayshanim*). 2. Los judíos también somos innatamente generosos y altruistas (*gomle hesed*) y 3. Somos por naturaleza compasivos (*rachmanim*). Los rabinos del Talmud estaban tan seguros de estos «rasgos de carácter genético» que afirmaron que si un judío no tiene una de estas tres características «sus antepasados no estuvieron presentes en el Monte Sinaí» (un eufemismo para decir que tal individuo podría no ser étnicamente judío).

Además de considerar la «vergüenza» como una condición innata del carácter judío, en flagrante oposición a la idea de que la «*jutzpah*» es un atributo judío,

nuestro Jajamim indicaron que la «vergüenza» es un paso necesario para nuestra Teshubá o arrepentimiento.

Maimónides escribe que cuando un individuo comete un pecado contra Dios, debe confesar y decir en voz baja «... *me avergüenzo de mis acciones equivocadas*». El sentimiento de vergüenza es un paso crítico en el proceso de la sincera Teshuba. ¿Por qué? Porque a diferencia de los sentimientos de «culpa» o “remordimiento” que son íntimos y privados, sentimos «vergüenza» cuando sabemos que nuestros malos actos son conocidos por los demás. Por lo tanto, sentir «vergüenza» al recitar el *viduy* significa que realmente sentimos la Presencia de Dios en ese mismo momento. HaShem es invisible, y es extremadamente difícil darse cuenta de Su presencia constante. Por lo tanto, no nos sentimos fácilmente avergonzados cuando hacemos algo mal en privado, porque no estamos frente a otras personas. Ahora bien, sentirnos avergonzados de nuestros pecados cuando estamos solos ante Dios, significa que hemos alcanzado un nivel muy alto de Emuna (fe). Significa que tenemos claridad con respecto a Su existencia. Y que Su presencia es tan real para nosotros como la presencia física de otros individuos.

Esta idea, sentir la Presencia de Dios al mismo nivel que sentimos la presencia de otras personas, fue expresada por Ribbí Yojanán ben Zakai. Cuando sus alumnos vinieron a visitarlo en su lecho de muerte, los bendijo diciéndoles: יהי רצון שתהא עליכם מורא שמים כמורא בשר ודם, “Les deseo que teman y respeten a Dios como temen y respetan a los hombres». “Maestro” preguntaron sus alumnos «¿Y es eso suficiente?” . Entonces Ribbí Yojanán les explicó que sentir la Presencia de Dios con la misma claridad que sentimos la presencia de otras personas, demuestra un nivel muy alto de fe.

Cuanto mayor sea nuestra conciencia de la Presencia de Dios, mayor será el sentimiento de vergüenza que sentiremos cuando nos arrepentimos y articulamos nuestros pecados. Y viceversa.