

Por Eliezer Chama



Asesor de parejas y familia

“LEVATER”

UN MEDICAMENTO PELIGROSAMENTE ADICTIVO

Levater: verbo en hebreo que se traduce como “ceder, dejar pasar, etc.”. Este concepto se ubica entre las principales causas de relaciones íntimas frustradas o indeseables.

Para analizar la actitud de “levater” es importante recordar que, hasta hace poco tiempo, el sacrificio era sinónimo de mérito. La persona buscaba el sacrificio como medio para lograr ser modelo de admiración. Esta idea de valorar el drama y el sacrificio se plasmaba hasta en la música.

Solo pensemos, por dar un ejemplo, en las expresiones de exaltación y dolor que expresa la ópera. Tengamos presente que hemos sido educados por una generación que acarrea esta pauta del sacrificio como un hecho heroico, algo que para ellos era una necesidad real, un costo

que se debía pagar para que no lo sufra la generación siguiente. Pero, al haber sido educados de esa forma, muy pocos pudieron desprenderse del mandato.

CUESTIONANDO EL SACRIFICIO COMO ÚNICO MÉRITO

Hubo grandes eruditos que fueron destacados por su sacrificio y predisposición; aunque profundizando, encontramos estudiosos que dicen que eso era solo un nivel inicial y encontramos otros ejemplos que, si bien cuando era necesario iban dispuestos al sacrificio y el dolor, comprendieron también que la virtud no sólo se componía de estos

rasgos; sino que se dejaban guiar por la *Hashgajá Pratit* (Providencia Divina) hacia otros aspectos como el placer y la alegría.

Hay momentos en que el sacrificio es realmente necesario y en esos casos debe dársele valor; pero de ahí a concebirlo como el único mérito para que una persona se sienta realizada, ya es una concepción totalmente limitada y absurda.

Así y todo, para muchas personas, la realización personal pasa por el sacrificio, la abnegación y el desgaste que produce la entrega total frente a las variadas y numerosas exigencias de la vida. Con esto obtienen



"Los gestos de amor son válidos cuando realmente nacen del amor; pero si nacen de la resignación es algo terrible".

algo así como el "Diploma del Sacrificado". Esta imagen se fue transmitiendo, como modelo, de generación en generación a tal punto que, como planteamos arriba, nos influye hasta el día de hoy.

Piensa en lo bien que te sientes cuando hablas con alguien y logras transmitirle que tu padecimiento es mil veces peor que el suyo. Comienza aquí una especie de competencia: a medida que transcurre la conversación, cada uno quiere demostrar que su sacrificio fue el mayor. La idea del sacrificio como mérito echó raíces y, de alguna forma, fue entrando en nuestras vidas. La persona más sacrificada, más sufrida o más destruida es la más valorada. Como que se merece un monumento.

Por eso, cuando arriba Pesaj, puedes llegar a pensar: "hoy es mi día, es el día en que voy a sentirme súper realizada porque no voy a tener tiempo ni de respirar en el *Seder*, ni siquiera de sonreír a los invitados que vendrán", "voy a ser la envidia de los demás anfitriones, no me debería ni maquillar para que se noten bien mis ojeras".

LEVATER SI, LEVATER NO

Cuando uno es parte de una relación, se trate de un vínculo formal o una relación de amistad, frecuentemente aplica este principio ya que una porción de cualquier unión entre personas se basa en ceder y acompañarse mutuamente. El principio de *levater* se basa en ceder, en dar la prioridad al otro, pero sin que eso genere una deuda.

No significa dar algo que mañana pueda usar para reclamar o para medir el intercambio entre lo que di y lo que me dieron. La palabra ce-

der está mal interpretada. Frente a un problema de pareja, la gente seguramente te aconsejará: "tienes que ceder, déjala pasar porque cuando cedés eres el mejor Eshet Jail o el marido ideal".

En mis consultas, trato de que les quede esto grabado: si te lo tienen que decir, insistir y/o suplicar es porque no te nace a ti y de esta manera lo harías por resignación. Los gestos de amor son válidos cuando realmente nacen del amor; pero si nacen de la resignación es algo terrible. Yo hasta diría que eso ni siquiera es amor. Por eso es esencial saber di-



"La vida pasa por vivirla de una forma espléndida, con energía, con fuerza. Y cuando se presenta un problema, ¡hay que resolverlo!"

ferenciar cuándo realmente cedemos y cuándo nos estamos resignando, porque cuando nos resignamos le estamos generando a la otra persona una deuda con intereses. Imagina el día que hagan las cuentas...

¡JAS VESHALOM! SOSTENER UN ENOJO NUNCA SUMA A LA RELACIÓN

La vida no pasa por ceder, por sacrificarse. La vida pasa por vivirla de

una forma espléndida, con energía, con fuerza. Y cuando se presenta un problema, ¡hay que resolverlo! Resolver un problema es sentarse cómodamente a hablarlo. Es buscar juntos la manera de sentirnos bien de a dos. Es probable que, en los momentos más difíciles, de más dolor, algunas personas te aconsejen "cerrá la boca, cedé, rezá, hacé un pedido a *Hashem* con tu corazón y vas a ser recompensada/o".

Claro que es bueno contenerse para no responder impulsivamente, contenerse para luego hablarlo con tranquilidad; pero no por solo callar. Cerrar el tema y no poder plantearlo puede tener lugar en otras creencias paganas, pero eso no es *Torá*.

El *Rambam* (*Halajot Deot*, Cap VI, Ley N° 6) dice: "Cuando un hombre peca contra otro, [el damnificado] no debe callar ni permanecer en silencio, como está escrito: Y *Abshalón* no habló a *Amnón* de mal a bien (ni un sí ni un no, no habló nada) porque *Abshalón* odiaba a *Amnón*" (*Shemuel* 2:13-22); sino que es un precepto sobre él comunicarle al transgresor y decirle: "Por qué me hiciste esto y aquello y por qué pecaste contra mí de tal o cual manera", como está dicho: "... le reprocharás a tu prójimo...".

Debes reaccionar no sólo cuando ves a otra persona transgredir con respecto a *Hashem* o un tercero porque sí, sino, también si te hace daño a ti. Si te hace mal tienes que tomar acción y hablar con esa persona. Es necesario hablar del tema, es una *Mitzvá* de la *Torá* que nos atañe a todos. Si cuando alguien te provoca angustia o dolor piensas que lo mejor es callar, debes eva-

luar si realmente no guardas rencor y enojo alguno, caso contrario estás siguiendo un camino que no es de la *Torá*. No responder impulsivamente implica una gran virtud; pero no hablarlo le genera al otro una gran deuda con respecto a ti. El problema se hará visible cuando llegue el día en que quieras reclamarle todo. No te podrá pagar porque no le quedará saldo. Ninguno de nosotros tiene tanto saldo como para pagar meses, años o toda una vida de silencio, de "sacrificio" acumulado. Por lo tanto, cuando cedemos, es esencial saber distinguir por qué lo hacemos.

Ceder es muy meritorio cuando honra su real significado: dar por amor. Pero cuando se cede con agenda, cuando se

llevan cuentas... eso no es ceder.

No actuar impulsivamente y contenerse en el momento más difícil es admirable. Sentir "esto no lo puedo permitir" y esperar para plantearlo en otro momento, con más calma, está muy bien; pero en algún punto hay que hablarlo. Permitirse no expresarlo durante mucho tiempo no solo le genera una deuda al otro, sino que lo va alejando a uno mismo. Y se piensa que estamos haciendo *Shalom Bait* cuando en realidad, lo que estamos haciendo, es alejar a la otra persona.

ENTONCES ¿POR QUÉ TANTA INSISTENCIA CON LEVATER?

Es cierto que el *levater* pasó a ser algo así como un analgésico, un calmante que te permite continuar (y conste que esto vale tanto para mujeres como para hombres). El concepto de *levater* es válido cuando es real, cuando es auténtico, cuando uno siente que lo mueve el verdadero

amor. Por ejemplo: no tienes ganas de salir un día de lluvia o de extremo calor a hacer compras; pero "haces el sacrificio" y sales de todas maneras, aunque sea incómodo. ¿Por qué? Porque lo haces con y por amor.

Cuando una dificultad se resuelve cediendo, con buena predisposición, es una cosa; pero es muy distinto cuando se resuelve utilizando el "*levater*" y pienso que estoy sacrificándome simplemente por mandato, frustrándome, luego pensando "la vida me castiga", "no se valora el fruto de mi entrega", "voy por la vida sin recibir gratificación alguna".



"¡Merecemos sanar nuestros vínculos en cualquier momento de nuestra vida, no importa cuánto tiempo llevemos juntos!"

Todos los aspectos de la vida deben manejarse con cierta responsabilidad y un orden preestablecido. De la misma manera y con la misma seriedad debe encararse la vida personal y los vínculos interpersonales. Como es natural, cada etapa llega acompañada de sus propios desafíos. Las cosas no se viven de la misma manera a los 20 que a los 40, 60 u 80 años. No obstante, ciertas condiciones se dan a lo largo de toda la existencia. Cuan-

to más tiempo dejemos pasar, más nos costará hablar de ciertas cosas.

La necesidad de sentirnos bien con nosotros mismos para poder estar bien con el otro es una condición que se mantiene toda la vida. Como muestra de ello algunas personas logran resolver sus problemas de *Shalom Bait* recién una vez que su cónyuge ha fallecido. Cansadas de sostener un enojo eterno, un día deciden vivir de otra manera, prestas a re-dimensionar, re-calcular, re-formular y re-significar todo lo que sea necesario para que finalmente sean ambos quienes descansen en paz.

No es fácil ni durante la vida ni después de ella, porque lo que hay que sanar es el vínculo. Merecemos sanar nuestros vínculos en cualquier momento de nuestra vida, no importa cuánto tiempo llevemos juntos, porque sabemos que solo si estamos bien, vamos a poder estar bien con los demás. Después, uno ve si el problema es realmente con el otro o con uno mismo; pero insisto, para esto no hay edad.

Cada uno, desde su lugar, debe hacer su trabajo para que la persona que tiene al lado vea esa actitud y no quiera perderlo, no quiera quedarse afuera. Pero si cuando te dice algo que no te gusta, eso te derrumba y te vienes abajo, de alguna forma el problema real pasa a un segundo plano y te quedas ahí, estancado. Cuando tú estás bien, emocionalmente fuerte y luchas por tu bienestar, estás ayudando al otro a ponerse en ese clima y sintonizar esa frecuencia.

Extraído del Libro "Divina Pareja" ©. Con agradecimiento al Rab Daniel Oppenheimer por sus apreciaciones a esta obra.