

CONVENIO Y CONVERSACIÓN

ENCONTRANDO IDEAS DE CAMBIO DE VIDA EN EL JUDAÍSMO,
EN LA PARASHÁ, CON EL RABINO JONATHAN SACKS

www.rabbisacks.org

@rabbisacks



Convenio y Conversación es amablemente apoyado por la Fundación Maurice Wohl en memoria de Maurice y Vivienne Wohl ל"ט

Traductor: Carlos Betesh
Editor: Ben-Tzion Spitz

El enojo: sus usos y abusos

Ki Tisá 5778

Al comparar dos de los más famosos eventos de la Torá, nos encontramos con lo que parecería ser una flagrante contradicción. En la parashá de esta semana, en la montaña, Dios le ordenó a Moshé bajar adonde estaba el pueblo. Han hecho el becerro de oro. Moshé desciende guardando en sus manos el objeto más sagrado de todos los tiempos, las tablas de la Ley grabadas por Dios mismo. Al llegar al pie de la montaña, ve al pueblo danzando alrededor del becerro. Enojado, tira al suelo las tablas de la Ley, que se rompen en pedazos (Ex. 32: 19). Fue una demostración pública de ira. Pero Moshé no fue criticado por este acto, realizado enteramente por su propia voluntad. (1) Resh Lakish, al comentar el pasaje en que Dios le ordena a Moshé hacer un nuevo juego de tablas para reemplazar a las que “tú has roto” (Ex. 34: 1) dice que Dios estuvo, de hecho, dando su aprobación al acto de Moshé. (2)

Los sabios fueron aún más allá. Concluyeron que la frase de la Torá que establece que “En Israel no ha nacido ningún otro profeta como Moshé, que conoció al Señor cara a cara...ni ha existido mano más poderosa, maravillas asombrosas como las que desplegó Moshé ante todo Israel.” (Deut. 34: 10-12). Con respecto a la “mano poderosa” se refiere, dicen, a la rotura de las tablas. (3) En otras palabras queda representado como uno de los grandes actos de coraje y liderazgo.

Muchos años más tarde Moshé debió enfrentar una nueva crisis. El pueblo había arribado a Kadesh. No tenían agua. Ellos se quejaron. Una vez más Moshé manifestó su enojo. Dios le dijo que hable a la roca, él la golpeó dos veces y el agua brotó. Esta vez, sin embargo, en vez de elogiarlo por lo que hizo, Dios le dijo “Porque no has confiado en Mí para santificarme frente a los israelitas, no llevarás a esta asamblea a la tierra que Yo les he dado” (Num. 20: 12).

Las dificultades de este pasaje son bien conocidas. Cuál fue el pecado de Moshé? No resulta desproporcionado el castigo? Mi interés en este caso es la comparación entre los dos eventos. En ambos casos, el pueblo estaba por

descontrolarse. En ambos casos, Moshé tuvo un gesto de enojo. Por qué en un caso fue elogiado y en el otro condenado? Por qué la demostración de enojo fue apropiada una vez y no la otra? El enojo de un líder está siempre mal o a veces es necesario?

La respuesta fue dada por Maimónides en su código legal, Mishné Torá. En sus Leyes de Carácter, nos dice que en términos generales debe seguirse un camino medio en la vida emocional. Pero hay dos sentimientos en los cuales Maimónides afirma que no debe ser así, sino que debemos luchar para eliminarlos enteramente de nuestra vida emocional: el orgullo y la ira. Sobre esta última dice:

El enojo es un cargo sumamente malo, y uno debe distanciarse de él yendo hacia el otro extremo. Debe entrenarse para evitar el enojo, aun ante un motivo cuya respuesta más apropiada fuera la ira. Los sabios de la antigüedad decían: “el que sucumbe a la ira es como si practicara la idolatría.” Y también “El que se deja llevar por la ira, si es sabio, su sabiduría lo abandonará, y si es profeta, perderá su profecía.” Y además, “La vida de un ser irascible no es vida.” O sea que nos han enseñado a mantenernos apartados de la ira, y a entrenarnos para mantener la calma aun frente a una provocación. Esa es la forma correcta. (4)

Sin embargo agrega una importante aclaración:

Si uno quiere impartir reverencia a sus hijos y a su familia, o en público si es el director de una comunidad, y desea mostrar enojo para inducirlos a retornar por la buena senda, debe aparentar enojo como enseñanza, pero manteniendo internamente la calma. Como si estuviera enojado, pero no estándolo en absoluto.(5)

Según Maimónides, la emoción que genera la ira es siempre la respuesta equivocada. Puede que sea inevitable sentirla, pero debemos tener presente que mientras dura, estamos dominados por una emoción incontrolable. Es por eso que la ira es tan peligrosa. Es, utilizando la terminología de Daniel Kahneman, aplicar el pensamiento rápido cuando debiéramos pensar despacio.

Entonces, qué debemos hacer? Maimónides, acá y en otros textos, adopta una posición que ha sido fuertemente reivindicada por el descubrimiento de los especialistas en neurociencias sobre la plasticidad del cerebro. El entrenamiento intensivo durante un período prolongado nos rediseña el circuito neural. Podemos desarrollar nuevas pautas de respuesta, inicialmente mediante autocontrol intenso, y eventualmente mediante el hábito. Eso es especialmente difícil de hacer en el caso del enojo, y es el motivo por el cual es necesario trabajar tan intensamente para erradicarlo de nuestro repertorio emocional.

Maimónides dice, sin embargo, que hay una diferencia fundamental entre *sentir* el enojo y *demostrarlo*. A veces es necesario que un padre o madre, un maestro o líder, *simulen* el enojo - mostrarlo pero sin sentirlo. Es un golpe de efecto.

Cuando una persona con autoridad manifiesta enojo, el individuo o el grupo al que va dirigido está en peligro, y lo sabe. Es casi como aplicar un shock eléctrico, y muchas veces sirve para poner a la persona o al grupo en orden. Pero es una estrategia de alto riesgo. Trae el peligro de que también puede producir una respuesta equivalente, empeorando la situación en lugar de mejorarla. (6) Es un arma para usar raras veces, pero en ocasiones es la única posible.

La pregunta clave ahora es: es este el momento para manifestar enojo o no? Eso requiere un criterio cuidadoso. Cuando hay gente bailando alrededor de un ídolo, la ira es la respuesta justa. Pero cuando no hay agua y el pueblo protesta porque tiene sed, es equivocada. (7) Su necesidad es real, aunque no la haya expresado de la mejor manera.

Entonces, resumiendo: no debemos sentir enojo nunca. Pero en algunas ocasiones debemos manifestarlo. Y esto lo digo por una experiencia propia que me cambió la vida.

En una época fumaba en pipa. Estaba mal, y yo lo sabía. Hay una mitzvá que obliga a cuidar la propia salud y fumar produce daño de múltiples maneras. Pero la adicción existe, y puede ser muy difícil de curar aun sabiendo perfectamente cuánto se daña uno mismo y a los demás. Durante años intenté dejar de fumar, sin éxito. Entonces una persona a quien yo respetaba mucho se enojó conmigo. Fue un enojo desapasionado, pero yo lo sentí como una bofetada en la cara.

Me curó. El impacto fue tan grande que dejé de fumar para siempre. La experiencia de sentir el enojo de otro en carne propia me cambió la vida. E incluso puede que me haya salvado.

Este fue un descubrimiento difícil. Cuando uno ejerce el liderazgo, no es infrecuente recibir el enojo de otros. Uno aprende a vivir con él y no permitir que lo deprima ni que lo desvíe de su rumbo. Pero no es lo mismo cuando una persona que me quiere me manifiesta su enojo, no porque esté en desacuerdo con algún tema sino simplemente porque ve que me estoy haciendo daño. Es algo que puede cambiar tu vida como pocas cosas lo pueden hacer.

La distinción que hace Maimónides ahora se torna más visible. El enojo terapéutico, si es que se puede llamar así, está ejecutado no emocionalmente sino mediante un criterio cuidadoso y un juicio deliberado de qué es lo que la circunstancia del momento requiere. El ejecutor que lo transmite no siente enojo sino que sólo lo demuestra. Y eso es lo que hace que sea más impactante.

Hay familias y culturas en las que el enojo se utiliza con demasiada frecuencia. Esto es abusivo y dañino. El enojo es malo para la persona que lo siente y frecuentemente para el que lo recibe. Pero a veces hay situaciones que lo requieren, como el caso de frenar un comportamiento que puede causar daño, y no hacerlo puede significar una forma de complicidad. Amigos y familiares, con la intención de ser bondadosos y tolerantes, pueden hacer que la persona sea adicta a malos hábitos, a costa de su felicidad y la de los demás.

Con respecto a Moshé, Maimónides nos enseña que debemos tratar de vencer nuestros sentimientos de ira. Pero cuando vemos que una persona o un grupo actúa

mal, quizás debamos mostrar enojo aun sin sentirlo. A veces las personas necesitan ese shock para ayudar a cambiar sus vidas.

A handwritten signature in black ink that reads "Jonathan Sacks". The signature is written in a cursive, flowing style.

1. Shabat 87a.
2. Shabat ibid.
3. Yerushalmi Ta'anit 4:5.
4. HilkJot Deot, 2: 3.
5. Ibid.
6. Un ejemplo de esto se ve en Mishné Torá Hiljot Mamrim 6: 9.
7. Ver Rambam, Shemoné Perakim ch. 4.



Para obtener más material del Rabino Sacks, o para unirse a su lista de correo, por favor visite www.rabbisacks.org

La oficina del Rabino Sacks, PO Box 72007, London, NW6 6RW
+44 (0)20 7286 6391 • info@rabbisacks.org • www.rabbisacks.org

© Rabbi Sacks • Todos los derechos reservados
La oficina del Rabino Sacks es apoyado por The Covenant & Conversation Trust