

Un hogar de paz y felicidad 160

La comida y la palabra

Hay una relación directa entre la palabra y el deseo de comer. Por lo tanto, la rectificación del habla y el comer en forma adecuada, están íntimamente conectados.

Una persona que miente nunca se sentirá saciada. Lo mismo, una mujer nunca puede sentirse satisfecha si no corrigió completamente su forma de hablar y eliminó toda falta de honestidad de su boca. Profundizando, la “falsedad” incluye cualquier forma de expresión inapropiada, no sólo la mentira, cómo calumnias, palabras de ira, desprecio, lisonja, etc. Por lo tanto, la mujer debe trabajar duro para hacer que sus palabras sean limpias y honestas.

“La Tora nos enseña que 'No hay tribulaciones sin transgresiones',

“Debes saber que todo lo que no es verdad, es una mentira. Por ejemplo, el chisme. También palabras de ira son una mentira, pues la Verdad es que todo lo que le pasa al hombre y a la mujer proviene del Creador, así que, si alguien te daña o te ofende, él es sólo la vara del creador, y cada palabra que le dices furioso es una mentira y negación de la Supervisión Divina. Y así también palabras que causan dolor, desprecios, etc. se consideran una mentira.

Además, cualquier palabra dicha fuera del ámbito de la (fe) es mentira. Por consiguiente, incluso si una persona dice “Yo” — “Yo haré tal y tal cosa”, “Yo hice esto y aquello”, o expresiones similares — ¡es mentira! ¿Por qué? Porque la (fe) nos enseña que “No hay nada más que El”, entonces esas palabras provienen del orgullo o de ignorancia espiritual, ya que nadie tiene el poder de hacer algo fuera del creador. Esto es aún más válido si las palabras suponen amenazas como — “¡Yo te demostraré!” o “¡Yo te haré esto!” — ¡el creador dirige el mundo y sólo El decide si algo le ocurrirá a alguien!

Por lo tanto, hay que ser muy cuidadoso al expresarse. No se debería decir “Yo”, sino, “Si el creador lo quiere, haré tal y tal cosa...” o “con la ayuda del creador, podré...” — así hay que expresarse.

Es muy común el caso de padres que amenazan a sus hijos con toda clase de castigos si no cumplen con lo que se les exige, pero nunca los llevan a cabo cuando no obedecen, entonces sus advertencias fueron simplemente una mentira.

Vemos entonces, que según esta regla gran parte de la gente está mintiendo la mayoría de las veces. Esto explica por qué tantas personas nunca se sienten saciadas con su comida y son obesas. la saciedad es el resultado directo de la verdad. A fin de sentir la saciedad, una mujer debe corregir su palabra. Sin un esfuerzo continuo por proteger la propia lengua, la mujer inevitablemente sufrirá de ansiedad obsesiva por la comida, y todos los esfuerzos por perder peso serán

vanos. Mientras no corrija su forma de hablar, luchará con sus problemas de peso toda su vida. Esto puede parecer absurdo o tal vez no lo sea.

¿Qué se puede hacer entonces? El mejor consejo es dedicar (un tiempo para hablar con Dios) diario, pidiendo al creador que nos ayude a cuidar lo que decimos. Quien lo hace, pronto descubrirá el resultado y que su salud mejora. Lo opuesto también es verdad. Hay personas que tomaron medidas extremas para perder peso, como el acortamiento del tracto digestivo y la banda gástrica, pero eventualmente, muchas volvieron a su peso anterior o incluso superior. Sin tratar la raíz del problema —corrigiendo el habla— hasta las medidas más drásticas son provisionales e ineficaces a largo plazo. Puedes pensar que esto es mentira y que no soy realista, tal vez, pero puedes probar a dejar de hablar mal y de contar chismes y luego decides que creer.