UNA PERSPECTIVA GENERAL SOBRE LA AMIDÁ I

El Establecimiento, la Estructura y el Propósito de la Amidá

La Amidá es una de las plegarias más significativas del judaísmo y el eje de las plegarias diarias. Es una expresión de los principios básicos y fundamentales del judaísmo, acompañando nuestro pedido a D'os por nuestras necesidades más básicas. La palabra "Amidá" significa "de pie", porque ésta es la posición en la cual se la recita. A menudo se refieren a esta plegaria llamándola el Shemoná Esré, las Dieciocho Bendiciones, por las dieciocho bendiciones que originalmente contenía esta plegaria. Compuesta al comienzo del período del Segundo Templo por los Hombres de la Gran Asamblea, la Amidá nos guía cuando le rezamos a D'os, manifestando profunda gratitud y expresando nuestras más profundas aspiraciones y preocupaciones.

Hay dos clases de Morashá sobre la Amidá. En la primera clase nos referiremos al origen y a la composición de la Amidá, su estructura básica y su propósito. En la siguiente clase nos referiremos a cómo rezar la Amidá – en pensamiento y en acción.

El Shiur de Morashá sobre la Plegaria es recomendado como un requisito previo a esta clase.

ESTA CLASE INTENTARÁ RESPONDER A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:

- **¿Cuál es la importancia de la Amidá?**
- **¿Por qué y cuándo fue compuesta la Amidá?**
- **¿Cuál es la estructura de la Amidá y cuántas bendiciones tiene?**
- **¿Por qué seguimos un texto establecido y tenemos momentos fijos para rezar? ¿Acaso no sería mejor rezar espontáneamente cuando nos sentimos inspirados para hacerlo?**

Esquema de la Clase:

Sección I. La Redacción de la Amidá
- Parte A. Una Breve Historia de la Plegaria
- Parte B. Variaciones Posteriores
- Parte C. La Décimo Novena Bendición – Birkat HaMinim (la Bendición en Contra de los Herejes)

Sección II. La Trascendencia de la Amidá

Sección III. La Estructura de la Amidá
- Parte A. Alabanza, Pedido y Agradecimiento
- Parte B. Expresar Nuestras Necesidades
- Parte C. El Momento de Rezar

Sección IV. ¿Por Qué Una Plegaria Estandarizada?
Parte A. Palabras Profundas
Parte B. Tiempo Exclusivo

SECCIÓN I. LA REDACCIÓN DE LA AMIDÁ

Tal como hemos visto en el shiur de Morashá sobre la Plegaria, la *tefilá* (la plegaria) es uno de los tres pilares del judaísmo: Torá, Avodá (plegaria) y actos de bondad. La plegaria formalizada tal como la conocemos hoy en día fue establecida por los Hombres de la Gran Asamblea hace aproximadamente dos mil quinientos años como respuesta al impacto de la destrucción del Primer Templo y el exilio a Babilonia. El resultado fue el *sidur* (el libro de plegarias estandarizadas), incluyendo la Amidá, así como los momentos fijos para las plegarias.

PARTE A. UNA BREVE HISTORIA DE LA PLEGARIA

1. Talmud Bavli – Meguilá 17b – El texto de la Amidá fue compuesto por los Hombres de la Gran Asamblea.

Rabi Iojanán dijo -otros dicen que lo enseña la Baraita- que ciento veinte ancianos incluyendo a muchos profetas establecieron las dieciocho bendiciones en el orden que las conocemos hoy en día.

אמר רבי יוחנן ואמרי לה במתניתא תנא מאה ועשרים זקנים ובהם כמה נביאים תיקנו שמונה עשרה ברכות על הסדר

La Amidá fue compuesta originalmente por un antiguo cuerpo de profetas y sabios de la Torá conocidos como los Hombres de la Gran Asamblea. Este grupo reunía a los mayores Sabios de Torá y a los profetas de la generación, quienes vivieron en la época entre el Primero y el Segundo Templo (alrededor del Siglo IV antes de la Era Común). Ellos guiaron al pueblo durante la transición desde el exilio de Babilonia y Persia hacia el retorno a la Tierra de Israel, y supervisaron la construcción del Segundo Templo. Como veremos a continuación una de sus promulgaciones más significativas fue la estandarización de la plegaria judía en la forma de la Amidá.

2. Rabenu Bajia, Kad HaKemaj, (Traducción al inglés del Rab Dr. Charles Chavel), páginas 663-664 – Antes de que fuera establecida la Amidá, la gente rezaba utilizando aquellas palabras que deseaban.

Debes saber que desde los días de Moshé Rabenu hasta el periodo de los hombres de la Gran Asamblea, la plegaria en Israel no estaba organizada en un orden definitivo e idéntico para todo el mundo. Cada individuo rezaba por sí mismo de acuerdo con su conocimiento, sabiduría y claridad de expresión. Ésta era la práctica general hasta que los Hombres de la Gran Asamblea decretaron la Amidá, para que hubiera un grupo de plegarias idéntico para todas las personas del pueblo de Israel.

וצריך אתה לדעת כי מימות משה רבינו עד אנשי כנסת הגדולה היתה התפילה בישראל בלתי מסודרת בתיקון שוה לכלנו, שהיה כל א' וא' עושה מליצה ומתפלל לעצמו כפי ידיעתו וחכמתו וצחות לשונו, עד שבאו אנשי כנסת הגדולה ותקנו תפילה זו של שמונה עשרה כדי שתהיה תפילה מסודרת שוה לכל ישראל.

¿Por qué los hombres de la Gran Asamblea estandarizaron la plegaria judía?

3. **Rambam, Hiljot Tefilá 1:4-5 – Durante el exilio que siguió a la destrucción del Primer Templo, surgió la necesidad de componer una plegaria coherente que pudiera ser utilizada por aquellos que ya no hablaban de manera fluida en hebreo.**

Cuando Israel fue exiliado en el tiempo del malvado Nebujadnetzar, se mezclaron con los persas, con los griegos y con otras naciones. Tuvieron hijos en esas tierras extrañas. Esos hijos hablaban idiomas mezclados y el idioma de cada persona estaba conformado por muchos idiomas diferentes.

Cuando una persona hablaba no era capaz de expresarse adecuadamente a sí misma debido a la confusión de idiomas. Éste es el significado del versículo "y sus hijos hablaban la mitad en el lenguaje de Ashdod, y no podían hablar en el idioma de los judíos, sino que hablaban de acuerdo con el idioma de cada pueblo" (Nejemía 13:24).

Por esta razón, cuando una persona deseaba rezar era incapaz de expresar completamente todas sus necesidades o alabar adecuadamente a D'os en hebreo, sin usar también otros idiomas. Cuando Ezra y su corte vieron esto, decidieron establecer para ellos las dieciocho bendiciones de la Amidá de acuerdo con su orden.

כיון שגלו ישראל בימי נבוכדנאצר הרשע, נתערבו בפרס ויון ושאר האומות, ונולדו להם בנים בארצות הגויים; ואותן הבנים נתבלבלה שפתם, והיתה שפת כל אחד ואחד מעורבת מלשונות הרבה.

וכיון שהיה מדבר, אינו יכול לדבר כל צרכו בלשון אחת אלא בשיבוש, שנאמר "ובניהם חצי מדבר אשדודית וגו'" (נחמיה יג,כד), ואינם מכירים לדבר יהודית וכלשון עם ועם...

ומפני זה, כשהיה אחד מהן מתפלל, תקצר לשונו לשאול חפציו או להגיד שבח הקדוש ברוך הוא בלשון הקודש, עד שיערב עימה לשונות אחרות. וכיון שראה עזרא ובית דינו כך, עמדו ותיקנו להם שמונה עשרה ברכות על הסדר.

4. **Rabenu Bajia, Comentario sobre la Parashat Ekev 11:13 – La plegaria fue compuesta en un lenguaje fácil de entender por el hombre común.**

Los Hombres de la Gran Asamblea instituyeron esta plegaria de la Amidá para que pudiera ser pronunciada con fluidez por todas las personas. Por ello la instituyeron utilizando un lenguaje simple, para no confundir las ideas con su entendimiento del idioma y para que todo el pueblo de Israel estuviera en igualdad de condiciones ante la plegaria, tanto si eran sabios o necios.

אנשי כנסת הגדולה תקנו תפלה זו של שמונה עשרה, כדי שתהיה מסודרת בפי הכל, ולכך תקנוה בלשון פשוט מובן, כדי שלא יתבלבלו הרעיונים בהבנת הלשון ושיהיו כל ישראל שוין בה בין חכמים ובין טפשים.

De esta manera, a través de la Amidá la plegaria se convirtió en un gran igualador. Y también se convirtió en un gran unificador.

5. **Rab Berel Wein, Curso Acelerado de Historia Judía, de www.jewishhistory.org – La composición de la Amidá ayudó a mantener la unidad judía después del exilio y la dispersión.**

[Un] logro monumental de los Hombres de la Gran Asamblea fue la formulación de un servicio universal de plegaria judía.

Actualmente, la parte principal de cada servicio es la plegaria conocida como la Amidá (literalmente la plegaria "de pie"). Ésta y las plegarias que la acompañan, aparentemente estaban ausentes en la era del Primer Templo. La necesidad de esta plegaria formalizada sólo surgió cuando los judíos salieron al exilio en Babilonia. Durante el exilio, la experiencia comunitaria del peregrinaje al Templo tres veces por año dejó un vacío. Sin el Templo, faltaban los nutrientes esenciales en la dieta religiosa del pueblo. Por ello, los líderes en Babilonia codificaron un sistema de plegarias que substituyera al servicio en el Templo. Ellos basaron esto en el versículo profético: "Nuestros labios sustituirán a los sacrificios" (Hoshea 14:3).

Cuando los judíos regresaron de Babilonia hacia la Tierra de Israel y reconstruyeron el Templo, trajeron con ellos las plegarias que habían aprendido en Babilonia. Los Hombres de la Gran Asamblea acomodaron, ordenaron, editaron y formularon las palabras de la Amida, así como de las plegarias que la acompañan. Este orden continuó aplicándose durante la era del Segundo Templo y sigue vigente hasta la actualidad.

Aunque el sistema individual de la sinagoga era inferior, logró exitosamente compensar por el cambio de una vida judía alejada del sistema centralizado en el Templo. Ahora, con el sello de aprobación de los Hombres de la Gran Asamblea, la plegaria judía fue posible en cada comunidad, por cada individuo, sin importar cuán lejos se encontrara. El hecho de haber instituido las plegarias de esta forma no sólo substituyó el servicio del Templo sino que compensó por la pérdida de su lugar central en la vida judía.

PARTE B. VARIACIONES POSTERIORES

Si bien originalmente la Amidá fue compuesta por los Hombres de la Gran Asamblea, con el tiempo fueron surgiendo diversas variaciones en la plegaria. Además, después de la destrucción del Segundo Templo fueron necesarias ciertas enmiendas claves en el texto de las plegarias.

En el segundo siglo de la Era Común, los Sabios del pueblo judío finalizaron la versión de la Amidá tal como la tenemos hoy en día (leves variaciones en la formulación de las palabras siguen existiendo entre las versiones del texto Ashkenazí, Sefaradí, Sefarad y del Arizal).

1. Meir Holder, Historia del Pueblo Judío: De Iavne a Pumbedita, Mesorah Publications, página 27 – La Amida fue concluida después de la destrucción del Segundo Templo.

Desde el comienzo mismo, la plegaria –tanto pública como individual- siempre fue parte de la vida judía. Y estas plegarias recibieron una formulación específica por parte de los Hombres de la Gran Asamblea, quienes compusieron la Amidá, que constituye la columna vertebral del servicio de plegarias. Sin embargo, durante siglos un número de variaciones fueron surgiendo en el texto de esta plegaria; todavía más, durante la difícil época previa a la Destrucción surgió cierta confusión con respecto al orden correcto en el cual debían ser pronunciadas las bendiciones.

Mientras el Templo estaba de pie, el pueblo estaba unificado por el hecho de tener un lugar central y nacional de servicio a D'os. Ahora que las plegarias de sus labios debían tomar el lugar de los sacrificios ofrecidos en el Templo, el pueblo estaría unificado por el hecho de que en cualquier lugar que se encontraran, dirían las mismas palabras al rezarle a D'os. Por lo tanto, ahora era urgente que las diversas variaciones que habían ido surgiendo sobre le texto de la Amidá fueran unificadas en un texto con un orden establecido y adecuado. Además, la destrucción de Jerusalem y la suspensión del servicio en el Templo requerían que se realizaran un importante número de enmiendas en el

contexto de las plegarias. Por ejemplo, las plegarias por la continuación de la supervivencia de Jerusalem y del servicio del Templo debían ser cambiadas por plegarias por la reconstrucción de Jerusalem y el retorno del servicio del Templo._

El hombre que se hizo cargo de esta tarea de unificar el texto de la Amidá fue Shimon HaPekoli.

Shimon HaPekoli fue contemporáneo de Rabán Gamliel, el primer líder del Sanhedrín (la Suprema Corte Judía) cuando ésta se mudó a Iavne después de la destrucción del Segundo Templo (alrededor del año 70 de la Era Común).

2. Talmud Bavli, Berajot 28b – Shimon HaPekoli organizó la Amidá.

Shimon HaPekoli organizó el orden de las dieciocho bendiciones delante de Rabán Gamliel en Iavne.

שמעון הפקולי הסדיר שמונה עשרה ברכות לפני רבן גמליאל על הסדר ביבנה.

P PARTE C. LA DÉCIMO NOVENA BENDICIÓN – BIRKAT HAMINIM (LA BENDICIÓN EN CONTRA DE LOS HEREJES)

La confusión en la época final del Segundo Templo y de su subsecuente destrucción fue acompañada por el incremento del número de movimientos heréticos entre el pueblo judío. Al sentir la amenaza que presentaban estos grupos para la supervivencia del judaísmo tradicional, se incorporó a la Amidá una bendición adicional con el objetivo de prevenir que éstos se entremezclaran con la sociedad judía. *Birkat HaMinim*, la bendición en contra de los herejes, sirvió para provocar que estos grupos ya no se sintieran cómodos rezando en las sinagogas en las cuales esta nueva bendición fue agregada en la Amidá. Esta adición también fue instituida bajo el auspicio de Rabán Gamliel en Iavne.

1. Rambam, Hiljot Tefilá 2:1 – La bendición adicional fue instituida en respuesta a la amenaza que presentaban los grupos heréticos.

En la época de Rabán Gamliel se incrementaron los herejes entre Israel, y ellos dañaban a Israel alejándolo de D'os. Al ver que era necesario prestar más atención a esto que a otras necesidades del pueblo, él y su Bet Din establecieron una bendición que es un pedido a D'os para que destruya a esos herejes. Él la incorporó a la Amidá, para que todos pudieran y supieran decirla. De esta manera el número total de bendiciones [en la plegaria] es diecinueve.

בימי רבן גמליאל רבו המינים בישראל, והיו מצירין לישראל, ומסיתים אותם לשוב מאחרי ה'. וכיון שראה שזו גדולה מכל צורכי בני אדם, עמד הוא ובית דינו, והתקין ברכה אחת שתהיה בה שאלה מלפני ה' לאבד את המינים; וקבע אותה בתפילה, כדי שתהא ערוכה בפי הכול. ונמצאו הברכות שבתפילה, תשע עשרה ברכות.

La persona encargada de redactar esta décimo novena bendición fue alguien conocido como Shmuel HaKatán (Samuel el Pequeño). El Talmud (Sanhedrín 11a) relata que él era llamado “el pequeño” no debido a su altura física sino solamente en comparación con el profeta que tenía su mismo nombre: Shmuel HaNaví. Si bien el término mismo implica que él era el menor entre dos grandes hombres, la comparación misma es un tributo a su grandeza. A continuación exploraremos el significado de su trabajo. De manera alternativa, el nombre también es un tributo a su gran humildad.

2. **Talmud Bavli, Berajot 28b – Shmuel HaKatán fue elegido para componer una nueva bendición, conocida como la bendición en contra de los herejes, para agregarla a las dieciocho bendiciones de la Amidá.**

Rabán Gamliel le dijo a los Sabios: "¿Acaso no hay nadie que sepa cómo establecer una plegaria en contra de los herejes?". Shmuel HaKatán se puso de pie y la compuso.

אמר להם רבן גמליאל לחכמים כלום יש אדם שיודע לתקן ברכת המינים? עמד שמואל הקטן ותקנה.

¿Quién fue Shmuel HaKatán? Pirkei Avot, que registra las principales enseñanzas de los líderes judíos desde Moshé Rabenu hasta la época de la Mishná, afirma que Shmuel HaKatán era conocido por repetir un versículo particular de Mishlei (Proverbios). Considerando su autoría de la bendición en contra de los herejes, su lema personal no puede dejar de sorprendernos.

3. **Pirkei Avot 4:19 – Shmuel HaKatán no creía que se debe celebrar la caída del enemigo.**

Samuel el Pequeño decía: "Cuando tu enemigo cae, no te alegres; cuando él tropiece no te regocijes. Tal vez D'os lo verá, y eso no sea agradable ante Sus ojos, y entonces Él alejará Su ira de él [hacia ti]" (Proverbios 24:17-18).

שמואל הקטן אומר)משלי כד(בנפול אויבך אל תשמח ובכשלו אל יגל לבך פן יראה ה' ורע בעיניו והשיב מעליו אפו:

La verdad es que no fue de manera contraria a su actitud hacia el enemigo que Shmuel HaKatán fuera elegido para componer la bendición en contra de los herejes, sino debido a ello.

4. **Rab Irving M. Bunim, Ética del Sinaí, Volumen II, página 615 – Sólo Shmuel HaKatán pudo haber compuesto la bendición en contra de los herejes.**

Los Sabios consideraron que era una necesidad vital agregar este párrafo. Los herejes infieles simplemente se habían incrementado demasiado. Pero sólo una persona que no guardara ningún rastro de animosidad en su corazón podía establecer las palabras exactas. En una plegaria ante las puertas del Cielo, pidiendo la protección Divina para el pueblo de Israel en su destino histórico, es decir que la vida y la fe fuera segura, no quedaba lugar para las venganzas personales o para el odio malicioso. Sólo Shmuel el "pequeño", humilde y modesto, podía hacerlo – el hombre que no se alegraba si un enemigo personal caía. Las palabras de su plegaria podían fluir del amor puro hacia su pueblo, de las ansias de que éste tuviera seguridad y del deseo de ver al judaísmo vivo protegido de la destrucción interna.

Desde que se agregó esta bendición, la Amidá cuenta con diecinueve bendiciones. ¿Por qué entonces se la sigue llamando el Shemoná Esré (las Dieciocho Bendiciones)?

5. **Sidur Otzar Hatefilot, página 154a – La Amidá es llamada Shemoná Esré (Dieciocho) y no Tishá Esré (diecinueve) debido a la tradición.**

La razón por la cual no se le cambió el nombre para llamar a la plegaria "las diecinueve bendiciones" se debe a que el nombre ya era bien conocido por la gente desde la época de aquellos que la habían instaurado hasta el presente. Por eso no quisieron cambiarle el nombre.

מה שלא שנו את שמה לקרותה תשע עשרה לפי שהשם הזה כבר הורגל בפי העם מימי המתקנים הראשונים עד ימיהם, לכך לא רצו לשנותו.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN I.

- **El estado debilitado del pueblo judío después de la destrucción del Primer Templo y el exilio a Babilonia llevó a los Hombres de la Gran Asamblea a componer la Amidá. Este grupo de elevados sabios y profetas compusieron las dieciocho bendiciones de la Amidá de una manera y con un estilo que fuera significativo tanto para los sabios como para los legos.**

- **La plegaria sólo fue completada cientos de años más tarde, después de la destrucción del Segundo Templo. Además de las enmiendas en el texto estandarizado, se agregó una nueva plegaria para proteger al pueblo contra la influencia de los herejes. Esta plegaria fue compuesta con sinceridad y sin ningún rastro de venganza por el gran Sabio Shmuel HaKatán.**

- **A pesar de que ahora la plegaria contiene diecinueve bendiciones, la Amidá sigue siendo llamada el Shemoná Esré, las "Dieciocho", de acuerdo con el número original de bendiciones.**

SECCIÓN II. LA TRASCENDENCIA DE LA AMIDÁ

Nuestras plegarias manifiestan nuestras ansias y aspiraciones más profundas, llevándolas hacia lugares que no podemos llegar a imaginar. En las enseñanzas kabalísticas hay cuatro niveles de mundos. D'os interactúa con el universo impregnando estos cuatro mundos, cada uno de los cuales sigue en progresión al otro. Nuestras plegarias viajan a través de los cuatro mundos, comenzando desde nuestra esfera terrestre. En definitiva, ¡mientras estamos de pie rezando el Shemoná Esré, alcanzamos el nivel más elevado y nos comunicamos con D'os mismo! En este contexto podemos valorar el increíble poder de nuestras plegarias.

1. **Ramjal (Rab Moshé Jaim Luzzatto), Derej Hashem, (traducción al inglés del Rab Aryeh Kaplan), Feldheim Publishers, IV:6:13, página 321 – Hay cuatro mundos.**

También es necesario comprender que hay cuatro mundos diferentes. El mundo físico consiste en dos componentes: el celestial y el terrenal. El celestial es el reino de las estrellas y los planetas, mientras que el terrenal es nuestro reino, aquí en la tierra. Los dos juntos constituyen un mismo mundo: el mundo físico. Por encima de éste hay otro mundo, llamado el mundo de los ángeles. Más arriba de éste hay un tercer mundo, aquél de las Fuerzas más elevadas, tal como hemos visto antes en la primera sección. Este tercer mundo es llamado "El Mundo del Trono". En un nivel todavía más elevado podemos hablar en general de diferentes Influencias que emanan de D'os, revelaciones de Su Luz, de la cual deriva la existencia de todo en la Creación (ver la tercera sección, capítulo dos). Por así decirlo, el reino de estas Influencias también puede ser llamado un "mundo", uno que generalmente es llamado "El Mundo de D'os".

עוד צריך שתדע שהנה כלל העולמות מתחלק לארבעה: והיינו עולם הזה בשני חלקיו עליון ותחתון, שהם החלק השמימי ונקרא עולם הגלגלים, והיסודיי, והוא הנקרא עולם השפל, וכלל שניהם נקרא עולם אחד. ועל העולם הזה יש עולם המלאכים, ועליו עולם הכחות העליונים—שרשי הבריות שזכרנו בחלק ראשון, ונקרא עולם הכסא, והנה למעלה מהן במדרגה יבחן כלל השפעותיו יתברך, גלויי אורו שמהם נמשכים כל המציאויות כלם ובהם הם תלויים, וכמו שזכרנו בחלק שלישי פרק שני, והנה על דרך השאלה נקרא לכלל כל ההשפעות האלה עולם אחד, ונקראהו עולם האלקות.

En terminología Kabalística, estos cuatro mundos son llamados los mundos de *Asiá* (del hacer), *Ietzirá* (de la forma), *Briá* (de la creación) y *Atzilut* (del espíritu).

2. Ibíd., página 325 – La estructura de nuestras plegarias diarias es paralela a la estructura de los cuatro mundos de la Creación.

Las cuatro partes del servicio diario de plegarias de hecho es paralelo a la estructura de cuatro partes de la Creación. Las primeras tres partes del servicio rectifican los mundos inferiores. Es decir, las lecturas sobre los sacrificios (*Korbanot*) pertenecen al mundo físico, las alabanzas (*Pesukei deZimrá*) al mundo de los ángeles; el *Shemá* y sus bendiciones al mundo del Trono. Después se encuentra la *Amidá*, paralela al Mundo de D'os. La Amidá actúa como un catalizador que ayuda a incitar las emanaciones de D'os en todos sus aspectos.

La Amidá es seguida por otras tres plegarias, cada una de las cuales contribuyen a seguir bajando una continuación de emanaciones, de mundo en mundo. Éstas son la *Kedushá* para el Orden [en *uVa leTzión*], el Salmo del día y "No hay Como Nuestro D'os" (*Ein keElokenu*). Al final del servicio, habiendo tomado parte en las bendiciones de D'os, decimos *Alenu*, para reiterar que D'os es el Rey y extender Su Reinado sobre todos los demás mundos.

והנה על פי סדר זה נתקנו חלקי התפילה, דהיינו שלשה חלקים בתחילה לתקן שלשה העולמות: עולם הזה, עולם המלאכים, עולם הכסא, וזה, בקרבנות, זמירות, וברכות קריאת שמע. אחר כך תפילה מעומד, והוא כנגד עולם האלוקות, להמשיך ההשפעות לפי בחינותיהן,

ואחר כך שלשה חלקים אחרים, להמשיך משך השפע לעולמות זה אחר זה. לבסוף, והיינו קדושה דסידרא, שיר הלוים, ואין כאלקינו, ואחר כל זה עלינו, והוא לחזור ולהמליך מלכותו יתברך על כל העולמות אחר שנתברכו ממנו.

¿Cuál es la naturaleza de cada uno de estos mundos, y de qué manera estos representan una secuencia?

3. Adaptado del Rab Eliahu Munk, El Mundo de la Plegaria, Feldheim Publishers, páginas 11-12 – La secuencia de los Cuatro Mundos representa una progresión en la búsqueda de la verdad, y ese camino es seguido cada día en el servicio diario de plegarias.

Los "Cuatro Mundos de la Kabalá" son: la esfera de los fenómenos materiales – עולם העשיה ("el Mundo del Hacer"); el de las formas – עולם היצירה ("el Mundo de las Formas"); el de las fuerzas activas – עולם הבריאה ("el Mundo de la Creación"); y finalmente el mundo de puras ideas – עולם האצילות ("el Mundo del Espíritu"). Nuestro servicio diario de plegarias refleja estas cuatro dimensiones. La búsqueda de la verdad debe atravesar estas cuatro etapas para poder tener éxito.

A partir de nuestra experiencia en el mundo de los sentidos y la percepción, la mente extrae las leyes inmanentes de las cosas percibidas, sus "formas" que las hacen ser lo que son. A través del análisis lógico esto lleva a buscar sus causas, las fuerzas que crearon esas formas; finalmente esto llega a la Razón Superior, que es el alma más íntima y la primera causa que mueve y controla los mundos inferiores. El camino recorrido por la mente inquisitiva, sin embargo, es el mismo por el cual deben pasar los pensamientos del fiel… para ascender a la presencia Divina del Creador. Por lo tanto, no llama la atención que nuestra plegaria matutina diaria, en sus cuatro partes principales, refleje el ascenso a través de estos "cuatro mundos". Estas partes son: La primera desde las ברכות hasta ברוך שאמר, la segunda desde ברוך שאמר hasta ברכו, la tercera hasta גאל ישראל, y la cuarta es el שמונה עשרה.

4. Ibíd. – La progresión de nuestra búsqueda de D'os en la plegaria diaria.

En la primera sección (hasta ברוך שאמר), se mencionan las necesidades prácticas del hombre, tal como el hecho de despertarse y tener vestimentas. A continuación sigue una bendición por el trabajo y el bienestar del día. Luego viene una descripción del sacrificio diario, también un asunto práctico. De esta manera todo el comienzo está dedicado al עולם העשיה, el mundo de los fenómenos materiales, el punto desde el cual debe partir nuestra búsqueda de D'os.

La segunda división, los פסוקי דזמרה se refiere a las revelaciones de D'os Mismo en la naturaleza y en la historia. El esplendor de la naturaleza, el esplendor del cielo estrellado, la belleza de la realidad de nuestro mundo, todo proclama la gloria de D'os. De esta manera nuestros pensamientos se elevan desde el mundo de la actividad humana hacia el עולם היצירה, el mundo de las formas que son el marco y el fondo de las actividades de nuestra vida cotidiana. Detrás del עולם היצירה podemos discernir el עולם הבריאה al cual se dedica la tercera sección de las plegarias, el mundo de las fuerzas que dominan a la Creación.

¿Cuáles son las "fuerzas" en el mundo de *Briá* que son expresadas en la plegaria y que llevan al mundo de puro espíritu?

5. Ibíd, páginas 12-13 – Las fuerzas en el mundo de *Briá* y la progresión final hacia el mundo de *Atzilut*, representada por la plegaria del Shemoná Esré (la Amidá).

Hay tres clases de fuerzas: las fuerzas de la naturaleza, las espirituales y las morales, y finalmente aquellas de la historia y el destino. Las tres bendiciones que siguen ahora son conformes a estas tres fuerzas. La primera, יוצר אור nos recuerda los poderes activos en la naturaleza. La "Luz Divina" asistió a la creación del universo y a través de su radiación, el mundo se renueva cada día. Incluso la oscuridad, aparentemente la negación de la luz, no es una fuerza destructiva. También ella tiene su turno en el servicio a D'os.

La segunda bendición אהבה רבה expresa la idea de que D'os es Quien rige sobre las fuerzas morales activas en nuestro mundo. Sin embargo, a pesar de que las fuerzas que dominan el mundo mecánico y determinado de la naturaleza son renovadas cada día por D'os, la persona es libre de usar los poderes morales y espirituales de acuerdo con su propia voluntad y por lo tanto debe confiar en sí misma. Sólo puede rezar humildemente pidiendo apoyo desde lo más Elevado: "Ilumina nuestros ojos con Tu Torá, que nuestros corazones se apeguen a Tus mandamientos", para poder llegar a proclamar con cada fibra de nuestro ser la unidad y el dominio de D'os – שמע ישראל.

La tercera bendición גאל ישראל fluye a partir de las dos primeras. Sólo D'os rige sobre todas las fuerzas del Universo, naturales y espirituales. Sólo Él tiene el poder de determinar su destino. La evidencia de esto la encontramos en el extraordinario evento de la historia judía: el Éxodo.

La comprensión de que D'os es la fuente y el amo de todas las fuerzas del cosmos es lo que nos guía hacia el peldaño más elevado de la escalera celestial, el עולם האצילות – el mundo de puro espíritu. El fiel entra a este mundo en el momento cumbre de su plegaria, con el שמונה עשרה. Ahora se encuentra en silenciosa plegaria ante la presencia de D'os.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN II:

- **Nuestras plegarias viajan a través de cuatro mundos, comenzando desde nuestra esfera terrenal. ¡En definitiva, cuando nos encontramos de pie en el Shemoná Esré, alcanzamos el nivel más elevado y nos comunicamos con D'os mismo! Nosotros no necesitamos un intermediario.**

- **La interacción de D'os con el mundo de hecho penetra a través de una estructura de cuatro universos, cada uno de los cuales sigue en progresión al otro. De hecho, cada mundo es considerado el "alma" del mundo que le antecede.**

- **Estos cuatro mundos son *Asiá* (el mundo del hacer – nuestro mundo físico), *Ietzirá* (el mundo de la forma – las leyes y formas que conforman los fenómenos en nuestro mundo físico), *Briá* (el mundo de la creación – las fuerzas que crean esas formas) y *Atzilut* (el mundo del espíritu).**

- **Estos cuatro mundos se manifiestan en la progresión de nuestras plegarias diarias. La comprensión de que D'os es la Fuente y el Amo de todas las fuerzas del cosmos nos guía hacia el peldaño más elevado, el עולם האצילות – el mundo del puro espíritu. A este nivel más elevado llegamos cuando nos paramos ante D'os en el Shemoná Esré.**

SECCIÓN III. LA ESTRUCTURA DE LA AMIDÁ

Si tienes una cita con el Presidente para discutir un asunto de suma importancia que puede afectar tus negocios o a tu comunidad, te asegurarás de hacer bien los deberes y prepararte antes de la reunión misma. Siguiendo las amables palabras introductorias, se colocan sobre la mesa los temas más importantes. Al concluir la entrevista, te asegurarás de expresarle tu gratitud por haberte otorgado el tiempo para reunirse contigo. ¿Cuánto más entonces corresponde que al hablar con el Amo del Universo nos comportemos de una manera similarmente atenta?

PARTE A. ALABANZA, PEDIDO Y AGRADECIMIENTO

Las diecinueve bendiciones de la Amidá están divididas en tres secciones: alabanzas, pedidos y agradecimientos. El Talmud dice que en las tres primeras bendiciones nos asemejamos a un siervo alabando a su amo (de quien depende para todas las cosas) antes de atrevernos a pedirle algo (que es lo que hacemos en las bendiciones intermedias). En las últimas tres bendiciones cada uno debe actuar como un siervo agradeciéndole a su amo por aquello que ha recibido (o con absoluta confianza en que el amo cumplirá sus pedidos) y entonces despedirse de él.

1. Talmud Bavli, Berajot 32a – Cuando Moshé rezó, él antepuso a su plegaria alabanzas a D'os.

Rabi Simlai dijo: La persona siempre debe alabar primero al Santo, Bendito Sea, y luego rezar. ¿De dónde aprendemos esto? De Moshé; porque está escrito (Devarim/Deuteronomio 3:23): "En ese momento imploré al Eterno". Y está escrito (Devarim 3:24): "Mi Señor, D'os, Tú has comenzado a mostrar a Tu siervo Tu grandeza y Tu mano poderosa, pues ¿qué poder hay en los cielos o en la tierra que pueda hacer como Tus obras y como Tus actos poderosos?". Y a continuación está escrito (Devarim 3:25): "Por favor, déjame pasar y ver esa buena tierra...".

דרש רבי שמלאי: לעולם יסדר אדם שבחו של הקדוש ברוך הוא ואחר כך יתפלל. מנלן - ממשה דכתיב)דברים ג:כג(ואתחנן אל ה' בעת ההיא; וכתיב)דברים ג:כד(ה' אלהים אתה החלת להראות את עבדך את גדלך ואת ידך החזקה אשר מי אל בשמים ובארץ אשר יעשה כמעשיך וכגבורותיך, וכתיב בתריה)דברים ג:כה(אעברה נא וארא את הארץ הטובה וגו'.

2. Talmud Bavli, Berajot 34a – La Amidá está redactada como un siervo que se dirige a su amo.

Rabi Iehudá dice: La persona nunca debe pedir por sus necesidades en las tres primeras bendiciones ni en las tres últimas, sino más bien en las bendiciones del medio. Dijo Rabi Janina: En las primeras se asemeja a un siervo que alaba a su amo: en las del medio se asemeja a un siervo que le pide una bondad a su amo; en las últimas se asemeja a un siervo que recibió un bien de su amo y se despide de él.

אמר רב יהודה: לעולם אל ישאל אדם צרכיו לא בשלש ראשונות, ולא בשלש אחרונות, אלא באמצעיות. דאמר רבי חנינא: ראשונות - דומה לעבד שמסדר שבח לפני רבו. אמצעיות - דומה לעבד שמבקש פרס מרבו. אחרונות - דומה לעבד שקבל פרס מרבו ונפטר והולך לו.

Al componer la Amidá, los Hombres de la Gran Asamblea adhirieron a la estructura básica de la plegaria originalmente pronunciada por Moshé y perpetuada por el pueblo judío hasta ese momento de la historia.

3. Rambam, Hiljot Tefilá 1:2, 4 – Las tres secciones de la Amidá son completamente abarcadoras.

La mitzvá [de rezar] se lleva a cabo de la siguiente manera: la persona debe 1) rezar y pedir cada día y alabar a D'os, y después 2) suplicar y pedir por aquellas cosas que necesita y luego 3) alabar y agradecer a D'os por aquello que le ha dado; cada uno de acuerdo con sus capacidades.

Cuando Ezra y su Corte vieron [la situación existente] se levantaron e instituyeron para la gente las dieciocho bendiciones en orden: las tres primeras son de alabanza a D'os, las últimas tres de gratitud y las intermedias contienen pedidos para todas las cosas que se encuentran comprendidas en todas las categorías de necesidades para cada individuo, y también las necesidades comunitarias.

אלא חיוב מצוה זו, כך הוא שיהא אדם מתחנן ומתפלל בכל יום, ומגיד שבחו של הקדוש ברוך הוא, ואחר כך שואל צרכיו שהוא צריך להם בבקשה ובתחינה. ואחר כך נותן שבח והודיה לה' על הטובה שהשפיע לו: כל אחד כפי כוחו.

וכיון שראה עזרא ובית דינו כך, עמדו ותיקנו להם שמונה עשרה ברכות על הסדר: שלוש ראשונות, שבח לה'; ושלוש אחרונות, הודיה; ואמצעיות, יש בהן שאילת כל הדברים שהן כמו אבות לכל חפצי איש ואיש, ולצורכי הציבור.

4. Rab Dr. Elie Munk, El Mundo de la Plegaria, página 122 – Las tres primeras bendiciones y las últimas tres se reflejan las unas a las otras.

Las tres primeras bendiciones describen a D'os como la fuente de todo lo que existe, el Amo de la Naturaleza. Ellas proveen una respuesta a las tres preguntas primordiales: ¿Quién gobierna el universo? ¿Cuáles son Sus poderes? ¿Qué influye sobre Él? Y las respuestas son: "Tú eres el D'os de nuestros padres; Tú eres el Proveedor y Protector misericordioso; Tú no te ves influido por consideraciones terrenas". En consecuencia la primera bendición es llamada *Avot*. En la segunda declaramos que D'os es omnipotente, *Guevurot*. Finalmente en la *Kedushá*, Él es alabado como el Santo que guía al mundo en santidad, alejado de todas las influencias terrenas y Quien es, por lo tanto, temido por todos.

Las últimas tres bendiciones de la Amidá se refieren a la relación entre receptor y dador. Éstas son paralelas a las tres primeras y responden a las preguntas: "¿Quiénes somos? ¿Cuáles son nuestros poderes? ¿Qué influye sobre nosotros?". Las respuestas son: "Somos los siervos de D'os", *Avodá*. Somos impotentes, dependemos de Él y por lo tanto estamos llenos de gratitud, *Hodaá*. En todos los aspectos estamos sometidos al control Divino y sólo la armonía celestial de paz, interna y externa, mantiene nuestra existencia en medio del conflicto de fuerzas discordantes, *cxa*.

La mayor parte de la Amidá consiste en pedidos a D'os por nuestras diversas necesidades como individuos y como nación. El hecho de expresar nuestras necesidades a D'os es un valioso medio para desarrollar una relación personal con Él.

1. **Rab Shimshon Pincus, Sidur Hatefilá, página 344 – Suplicar la ayuda de D'os nos ayuda a conectarnos con Él de una manera personal.**

El objetivo de la plegaria no son los pedidos mismos [que le formulamos a D'os] sino más bien la conexión y la relación con D'os. Sin embargo, los pedidos, las necesidades y los deseos de la persona son los medios más fuertes [que tenemos] para conectarnos con D'os: pedimos, recibimos y agradecemos.

תכלית התפילה אינה הבקשות כשלעצמן, אלא החיבור והשייכות עם הקב"ה. אלא שהבקשות והצרכים והרצונות של האדם הם האמצעי החזק ביותר להתקשר עם הקב"ה- אנו מבקשים מקבלים ומודים.

Si bien mucha gente reconoce que los pedidos a D'os constituyen la esencia de la plegaria, en cierta medida resulta extraño pedirle a D'os cosas que Él ya sabe que queremos. Además, si hasta el momento Él no nos ha dado esas cosas que deseamos, Él tiene una buena razón para no haberlo hecho; ¿quiénes somos nosotros para tratar de cambiar Sus decisiones?

2. **Rab Abraham Twerski, Twerski sobre la plegaria (reimpresión de innernet.org.il) – La plegaria supuestamente debe cambiarnos a nosotros mismos, no cambiar a D'os.**

Uno de los problemas que han enfrentado muchos teólogos es: "¿Cómo y de qué manera funciona la plegaria?". Si una persona enferma reza pidiendo curarse, está asumiendo que D'os permitió que se enfermera. ¿Acaso puede creer que su plegaria puede cambiar la decisión de D'os?

Una de las respuestas dadas es que hay una constante emanación de benevolencia Divina hacia el mundo. Así como el sol irradia luz, y a pesar de eso hay zonas de oscuridad en recintos a los cuales no llega la luz del sol, de la misma manera la benevolencia Divina no llega a donde hay barreras que obstruyen su paso. Estas barreras son los actos de las personas que son contrarios a la voluntad de D'os.

Las plegarias genuinas y sinceras llevan a la persona a una relación de cercanía con D'os. Las barreras a la benevolencia Divina de esta manera son quitadas o sorteadas, y la persona puede recibir esa benevolencia. La bendición y el mejoramiento de la salud de la persona no es el resultado de un cambio en la voluntad de D'os, sino un cambio en el estatus del receptor.

Las plegarias genuinas producen una transformación en la persona. La nueva persona que emerge puede ser más receptiva de la benevolencia Divina mientras que antes la persona era impermeable y no podía recibirla.

Siempre debemos pedirle a D'os por todas nuestras necesidades incluso sabiendo que hasta ese momento Él no nos lo ha otorgado. La plegaria es intrínsecamente un acto de reconocimiento de D'os en nuestras vidas, y cuando lo hacemos abrimos las puertas de la bendición.

3. **Rab Reuven Leuchter, La Plegaria: Crear un Diálogo con Hashem, página 17 n°3 – La voluntad de D'os es que la bondad sea generada a través de la plegaria.**

Aunque D'os desea nuestro bien, Él decretó por una razón sólo conocida por Él que éste bien sólo emergiera como resultado de nuestros pedidos, de nuestras plegarias con el completo reconocimiento de que Él desea brindarnos bien en todos los aspectos posibles. Esto queda claro en el relato de la Torá sobre la Creación: "Y todo arbusto del campo aún no estaba en la tierra y toda

hierba del campo aún no brotaba... y no había un hombre para trabajar el suelo" (Bereshit/Génesis 2:4-5). Rashi explica sobre este versículo que no había nadie que pudiera reconocer el bien de la lluvia. Cuando llegó Adam y reconoció que la lluvia era necesaria para el mundo, rezó pidiendo lluvia. Entonces llovió y crecieron los árboles y brotaron las plantas. Por cierto, D'os no deseaba un mundo yermo; Su voluntad era que todo el bien fuera generado específicamente a través de la plegaria.

Esto puede explicar por qué la plegaria de la persona en su propio beneficio es efectiva. Pero la Amidá incluye muchas plegarias también para el bien de los demás. ¿De qué manera la plegaria es efectiva cuando una persona reza pidiendo por otra?

4. **Rab Abraham Twerski, Twerski sobre la Plegaria (reimpreso por innernet.org.il) – Le pedimos a D'os por los demás para que Él alivie el dolor injustificado que sentimos a causa de su sufrimiento.**

El Talmud dice que si un miembro de la familia está enfermo, "que vaya a lo de un sabio de la Torá y le pida que rece por él". En este caso, la persona enferma no está atravesando una transformación de carácter que la convertirá en una nueva persona. ¿De qué manera la plegaria del sabio puede lograr que D'os cambie Su decisión…?

También podemos entender por qué la plegaria puede ser efectiva a pesar de que D'os no cambie de idea.

Por razones sólo conocidas por D'os, la justicia Divina puede decretar que determinada persona deba pasar cierto sufrimiento. Esta persona comparte su sufrimiento con un amigo, que se conmueve tanto por la desgracia de su amigo que sufre junto con él y reza pidiendo por él. Sin embargo, la justicia Divina nunca decretó que la segunda persona debiera sufrir. Por lo tanto, para aliviar al amigo de un sufrimiento innecesario, la justicia Divina requiere que la primera persona sea aliviada de sus penurias.

La preocupación por el sufrimiento del amigo debe ser sincera. Por eso dice el Talmud que si uno reza en beneficio de otra persona antes de rezar por uno mismo, sus propias plegarias son respondidas rápidamente.

La Amidá apunta a cubrir todas nuestras necesidades, tanto espirituales como físicas, individuales y comunitarias. Sin embargo, se le da prioridad a lo espiritual.

5. **Rab Iehudá HaJasid, Sefer HaJasidim 752 – Se le da prioridad a las necesidades espirituales antes que las necesidades físicas.**

La persona no debe rezar pidiendo por sus necesidades [físicas] hasta que no haya rezado pidiendo por sus necesidades espirituales. Porque [los Sabios] primero establecieron "Tú das sabiduría" y después "Haznos retornar, Padre nuestro", y luego "Perdónanos" y sólo entonces se refirieron a las necesidades personales.

אל יהא אדם מבקש צרכיו תחלה עד שיבקש כל חפצי שמים, שהרי תקנו תחלה אתה חונן ואח"כ השיבנו אבינו, ואח"כ סלח לנו ואח"כ צרכיו.

Un análisis profundo de cada una de las bendiciones está por encima del alcance de esta clase, pero a continuación ofrecemos un esquema general de las bendiciones y las necesidades a las cuales ellas se refieren:

6. Basado en Elie Munk, El Mundo de la Plegaria, Volumen I, página 172.

Uno mismo:

Necesidades espirituales: Entendimiento, Arrepentimiento, Perdón

Necesidades físicas: Fin del conflicto, Curación, lluvia (manutención) y Reunión de los Judíos en el Exilio

Comunitarias:

Necesidades espirituales: Restauración de los Jueces, Destrucción de la Herejía, Recompensa a los Fieles

Necesidades físicas: Jerusalem, Mashíaj (Mesías), Aceptación de las Plegarias

PARTE C. EL MOMENTO DE REZAR

En un matrimonio sano, el marido y la mujer se aseguran de llamarse a intervalos regulares a lo largo del día –incluso si esto es solamente para decirse rápidamente hola. En nuestra relación constante con nuestro Creador, también nos esforzamos por mantener un contacto regular en los momentos más críticos del día. Nuestros Sabios encuentran todavía un significado oculto más profundo en el número de veces que rezamos a lo largo del día.

1. Talmud Bavli, Berajot 26b – Los Patriarcas introdujeron tres plegarias.

Rabi Iosi bar Rabi Janina dijo: Las plegarias fueron instituidas por los Patriarcas… Abraham estableció la plegaria matutina, como está escrito… "Y Abraham fue a la mañana al lugar donde se había parado (*amad*) [delante] de D'os" (Bereshit 19:26). "*Amidá*" es un término específicamente utilizado para la plegaria, como está escrito: "Y Pinjás se paró (*veiamod*) y rezó" (Tehilim/Salmos 106:30).

Itzjak estableció la plegaria de la tarde, como está escrito: "E Itzjak fue a meditar (*lasuaj*) en el campo justo antes de la noche" (Bereshit 24:63), y "*sijá*" es una expresión específicamente utilizada para la plegaria.

Iaakov estableció la plegaria nocturna, como está escrito: "[Y Iaakov partió de Beersheva y fue hacia Jarán]. *Vaifgá* Iaakov en el lugar y durmió allí porque se había puesto el sol..." (Bereshit 28:10-11), y "*peguiá*" (encuentro) es un término específicamente utilizado para la plegaria.

רבי יוסי ברבי חנינא אמר: תפלות אבות תקנום ...
אברהם תקן תפילת שחרית שנא' וישכם אברהם בבקר
אל המקום אשר עמד שם ואין עמידה אלא תפילה
שנאמר ויעמד פינחס ויפלל.

תקן תפלת מנחה שנאמר ויצא יצחק לשוח בשדה
יצחק
לפנות ערב ואין שיחה אלא תפלה.

יעקב תקן תפלת ערבית שנאמר ויפגע במקום וילן שם
ואין פגיעה אלא תפלה.

¿Qué significa que las plegarias fueron instituidas por los patriarcas? ¿Acaso no hemos visto antes que originalmente la plegaria era algo individualizado y solamente más tarde, en la época de la Gran Asamblea, fue estandarizada?

2. **Rab Shmuel Eidels (Maharshó), Jidushei Agadot a Berajot 26b – Los patriarcas nos enseñaron que necesitamos rezar tres veces al día.**

Se entiende que los Patriarcas instituyeron las plegarias, porque de lo contrario tampoco los Sabios nunca hubiesen instituido ninguna plegaria correspondiente a los sacrificios (como la plegaria de Musaf). Pero esto no significa que los Patriarcas instituyeran el orden de las Dieciocho Bendiciones, porque ese orden sólo fue instituido en Iavne. Más bien, de los patriarcas aprendemos que la persona necesita rezar tres veces al día, en cumplimiento con el versículo: "a la noche, a la mañana y a la tarde yo hablo [y gimo, y Él escucha mi voz]. (Tehilim/Salmos 55:18).

También es obvio que Abraham también rezaba las plegarias de la tarde y de la noche, porque como hemos estudiado (Ioma 28b), él cumplió [toda la Torá], incluso con la mitzvá de Eruv Tavshilin. Más bien lo que aprendemos de la Torá es que cada uno de los Patriarcas rezaba. Tal como está escrito en el Sefer Iujsin.

איצטריך ליה למימר דאבות תקנום דאל"ה לא הוו תקנו תפלות כלל גם מוסף נגד קרבנות ולא שתקנו הם סדר י"ח ברכות דהא ביבנה נתקנה על הסדר אלא דמאבות למדנו שצריך לאדם להתפלל ג' תפלות בכל יום לקיים מה שנאמר ערב ובוקר וצהרים אשיחה [ואהמה וישמע קולי] (תהילים נה, יח).

ונראה עוד דודאי אברהם נמי היה מתפלל מנחה וערבית דאמרינן ביומא (כח:) דאפילו עירוב תבשילין קיים אלא דמכל אחד מהאבות למדנו לפי מה שמצינו בו שהתפלל וכ"כ בספר יוחסין.

(Para más detalles sobre el rol de las figuras bíblicas en la construcción de la Amidá, ver Rab Biniamin HaRofé, Shiblei Haleket.)
El Talmud registra otra opinión con respecto al origen de las tres plegarias diarias.

3. **Talmud Bavli, Berajot 26b – Los momentos en los cuales se recita la Amidá siguen el orden de los sacrificios en el Templo.**

Rabi Iehoshúa ben Levi dijo: Las plegarias fueron instituidas de manera correspondiente a los sacrificios diarios [que se llevaban al Templo].

רבי יהושע בן לוי אמר: תפלות כנגד תמידין תקנום.

4. **Rab Aryeh Kaplan, Manual de Pensamiento Judío, Volumen II – Hay una profunda conexión entre la plegaria y el sacrificio.**

La plegaria es considerada el servicio a D'os de manera similar a los sacrificios en el Templo Sagrado. El Salmista dice: "Que mi plegaria sea elevada como incienso ante Ti, la elevación de mis manos como el sacrificio de la noche" (Salmos 141:2). Tal como el sacrificio unifica lo espiritual con lo material convirtiendo a un animal bajo en un objeto de servicio a D'os, de la misma manera la plegaria unifica lo material con lo espiritual convirtiendo a nuestro pedido por satisfacer nuestras necesidades materiales en un servicio a D'os. Por esta razón, cuando es imposible llevar sacrificios, la plegaria puede ser ofrecida en su lugar, tal como exclamó el profeta: "Ofreceremos las palabras de nuestros labios en vez de los terneros" (Hoshea 14:3).

De este modo, las plegarias formales fueron ordenadas en lugar de los sacrificios regulares diarios que se ofrecían en el Templo en Jerusalem – los cuales también eran acompañados por cánticos y plegarias. Todavía más, la plegaria de un corazón sincero es mejor que cualquier sacrificio, tal como dijo el salmista: "Alabaré el nombre de D'os con un cántico, Lo exaltaré con agradecimientos, y esto será para D'os más placentero que la ofrenda de un buey" (Salmos 69:31-32).

Rezar en estos tres momentos especiales nos ayuda a focalizar la atención en D'os en los momentos cruciales del día.

5. **Rab Menajem HaMeiri, Beit HaBejirá, Berajot 6b- Las tres plegarias diarias corresponden a las tres fases del día.**

La persona debe ser cuidadosa con todas sus plegarias [tres Amidot] y no quitarles importancia porque ya rezó previamente en el mismo día. Las plegarias fueron establecidas tres veces al día debido a los tres cambios que tienen lugar en el curso del día, para reconocer que todo viene de D'os y agradecerle.

יזהר בכל תפילות היום ואל יקל בעצמו על שכבר התפלל קצתן, שהתפילות נתקנו ג' פעמים ביום על שם השינוי שהיום משתנה ג' פעמים, להכיר ולהודות שהכל מאיתו.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN III.

- **La estructura básica de la Amidá está dividida en tres partes: alabanzas, pedidos y expresión del agradecimiento. Esta estructura es similar a la manera humilde en la cual un siervo se dirige a su amo.**

- **Los pedidos incluidos en la Amidá abarcan nuestras más básicas necesidades espirituales y físicas, tanto a nivel individual como comunitario.**

- **A pesar de entender que D'os ya sabe cuáles son nuestras necesidades y nuestros deseos, le rezamos en un intento por cambiar nosotros mismos al acercarnos más a Él. De manera similar, rezamos por otras personas para que D'os alivie el dolor inmerecido que sentimos a causa de su sufrimiento.**

- **Rezar tres veces al día es una tradición que se remonta hasta nuestros antepasados. Además, las plegarias son paralelas a los servicios de los sacrificios que tenían lugar en el Templo, porque –al igual que los sacrificios- la plegaria es una profunda manera de servir a D'os.**

SECCIÓN IV. ¿POR QUÉ UNA PLEGARIA ESTANDARIZADA?

Después de habernos referido tanto al desarrollo de la Amidá como a la manera en la cual fue estructurada, ahora necesitamos entender por qué los Sabios consideraron adecuado establecer un texto estandarizado y un momento definido para las plegarias. Si la plegaria es una conexión con D'os, ¿cómo es posible regularla? ¿Acaso no sería mucho más significativo mantener momentos de plegarias espontáneos y que cada uno las pronunciara con sus propias palabras?

Por cierto que el judaísmo no le quita importancia a la plegaria espontánea. Volcar nuestra alma ante D'os es algo sumamente bello. Pero la Amidá es más que una mera expresión individual. Ella va más allá de las emociones específicas y de los deseos individuales y se conecta con una realidad más elevada en diversos planos.

PARTE A. PALABRAS PROFUNDAS

Las palabras de la Amidá no pueden ser igualadas.

1. Rab Jaim Volozhin, Nefesh HaJaim, páginas 327-328 – Las palabras de la Amidá, compuestas por los Profetas y los Sabios, son mucho más profundas que lo que cualquier persona puede llegar a decir hoy en día (Ver también Ruaj Jaim 1:2.)

Actualmente nuestro servicio Divino consiste en la plegaria en lugar de los sacrificios. La plegaria se encuentra en el lugar más exaltado del universo, y cada letra se eleva hacia un lugar sumamente alto... Para este importante propósito, la compusieron 120 ancianos, entre ellos varios profetas. Pero personas de nuestro nivel también son capaces de formular pedidos por nuestras necesidades y pedir curación para nuestras enfermedades de una manera educada. Entonces, ¿por qué necesitamos que lo hicieran los profetas en nuestro lugar? Sin embargo, ellos colocaron en las plegarias intenciones particulares y las establecieron de tal manera que todo debe estar incluido en ellas, para que cada persona judía pueda rezar de acuerdo con su propio entendimiento.

La razón subyacente [por la cual los profetas necesitaron hacerlo por nosotros] es la siguiente: desde el día en que las plegarias fueron establecidas, no hubo dos plegarias similares en el mundo que tuvieran un efecto idéntico en el Cielo y se elevaran al mismo nivel. Porque la plegaria de hoy es diferente a la de ayer, y todo depende de estas palabras [que fueron fijadas para nosotros para cada plegaria]. Por lo tanto, la profecía era necesaria para este fin.

Y todas las intenciones y los secretos que han sido revelados sobre las plegarias hasta el día de hoy no son más que una gota de agua en el vasto mar en comparación con la intención y el entendimiento de incluso el más pequeño entre los 120 ancianos. E incluso el más grande entre ellos sólo logró un nivel de entendimiento acorde con su propio nivel y con la raíz de su alma. En verdad, la plegaria está por encima del entendimiento de cualquier persona y une el mundo inferior con el mundo superior de la misma manera que los sacrificios.

עבודתנו היא רק התפלה, במקום זבח ומנחה, והדברים עומדים ברומו של עולם. וכל תבה ותבה עולה למקום גבוה מעל גבוה.... וכי לא לחנם ק"ך זקנים, ומהם כמה נביאים יסדוה. והלא גם מאנוש כערכנו לא יפלא, ליסד בקשת כל צרכנו, ורפואות תחלואנו, בלשון למודים, ולמה צריך לנביאים? אך המה כוונו בה, ותקנוה, על אופן, שתהיה הכל כלול בה. וכל איש ישראל, כל אחד מתפלל כפי הבנתו.

וכללו של דבר, שמיום שנתקנה, לא היה בעולם ב' תפלות שיעשו רושם שוה למעלה, ושיעלו למדרגה א', כי משונה בזה תפלת היום מתפלת אתמול כי יעבר, והכל תלוי בתבות אלו. ולכך הוצרך נבואה לזה.

וכל הכונות והסודות, שנתגלו על התפלה עד היום אינם כטפה מים הגדול, נגד הכונה שהשיג הקטן מק"כ זקנים. וגם הגדול לא השיג, רק כפי ערכו ושרש נשמתו. אבל באמת, היא גבוהה יותר מבינת כל אדם, והיא קושרת עולם התחתון בעליון, כמו הקרבן.

2. **Rab Natan Scherman, Sidur ArtScroll Completo, página xv – El texto de la Amidá sólo pudo haber sido obra de los profetas.**

A partir de la autoría del Shemoná Esré, podemos obtener una importante conclusión acerca de su significado. No es una plegaria particularmente larga –tan sólo dieciocho bendiciones en su formulación original y posteriormente diecinueve, y en definitiva tan sólo varios cientos de palabras. Tampoco se refiere a temas misteriosos; fue redactada en un hebreo simple y claro para que su contenido pudiera ser fácilmente comprendido (tal como explica el comentarista Rabenu Bajia respecto a Deuteronomio 11:13). Sin embargo, fue compuesto por uno de los grupos más distinguidos de la historia, los Miembros de la Gran Asamblea, quienes condujeron al pueblo de Israel al comienzo de la era del Segundo Templo y consistía en 120 grandes sabios, entre ellos muchos profetas. Seguramente el pueblo de Israel contaba con gran cantidad de inspirados poetas y escritores. ¿Acaso no podían encargarles a algunos de ellos componer las plegarias necesarias? ¿Era necesario que todos los líderes del pueblo asumieran esta tarea?

Obviamente sí era necesario. Cada palabra y sílaba tiene miles de efectos de maneras que no podemos llegar a imaginar. Incluso las interpretaciones místicas del kabalista, el Arizal, quien reveló muchas de las intenciones kabalisticas contenidas dentro del texto de las plegarias, apenas llegan a rozar la superficie de los significados aplicados por la Gran Asamblea. Cada palabra de la Plegaria Silenciosa es esencial, por separado y dentro del contexto de toda la plegaria. El texto era tan profundo y sus efectos tan metafísicos y extraordinarios, que no podía ser confiado a los poetas, sino solamente a los profetas.

3. **Rab Iejezkel Levinstein, Or Iejezkel, Darkei Avodá página 97 – Las plegarias mismas otorgan el marco que le permite a la persona desarrollarse y alcanzar nuevos niveles.**

La esencia de la plegaria es transformar a la persona, elevarla a alturas previamente desconocidas. La plegaria no es meramente la recitación de ciertas palabras, sino que más bien su objetivo es cambiar a la persona, y permitirle crecer de un nivel hacia el siguiente...

כי יסוד התפילה לשנות את האדם ולהביאו לידי מחוזות ומקומות נוספים אשר לא היה בהם, ואין התפילה אמירת פרקים וכדומה, אלא מטרתה להפוך אותו ולשנותו ממדרגה למדרגה...

4. **Rab Itzjak Kirzner y Lisa Aiken, El Arte de la Plegaria Judía, página 10 – La plegaria de la Amidá tienen relevancia universal para el pueblo judío a través de la historia.**

Cuando los Hombres de la Gran Asamblea redactaron la plegaria de la Amidá, lo hicieron con conocimiento profético y sabiduría Divina. Esto les otorgó la capacidad de ver qué sucedería con el pueblo judío a través de la historia hasta el momento de la llegada del Mashíaj (Mesías). Este conocimiento les permitió componer las plegarias que los judíos necesitarían decir en todas las futuras generaciones para lograr mantener su conexión vital con D'os, tanto individualmente y como pueblo. Ellos fueron capaces de discernir, de maneras que frecuentemente nosotros no podemos hacerlo, lo que necesitarían los judíos en cada generación para lograr florecer emocional, intelectual, material y espiritualmente.

PARTE B. TIEMPO EXCLUSIVO

El judaísmo no nos dice qué rezar, sino que nos dice cuándo rezar: tres veces al día. ¿Acaso no es necesaria también cierta espontaneidad en una experiencia que de otra manera debería proveer de la inspiración interior?

1. Ibíd., páginas 9-10 – Tenemos tiempos fijos para rezarle a D'os con el objetivo de mantener una relación con Él.

> Nuestros Sabios dictaminaron que debemos rezar tres veces al día: a la mañana, a la tarde y a la noche. La razón es que necesitamos incluir a D'os en nuestras vidas en diferentes momentos a lo largo del día…
>
> Otra razón para tener momentos establecidos para las plegarias diarias es que cada día hay momentos especiales en los cuales D'os espera oír nuestras plegarias. Esto es similar a la manera en la cual esperamos que nuestro esposo esté en casa a cierta hora del día y poder conectarnos con él en ese momento. Imaginen qué ocurriría en un matrimonio si el marido y la mujer sólo se hablaran unas pocas veces al año... ¡casi tan a menudo como muchas personas se sienten motivadas a rezar con emoción!

¿Pero qué pasa si simplemente no tenemos ganas de rezar? ¿Debemos rezar de todas formas?

2. Ibíd. – La plegaria requiere esfuerzo, no sólo inspiración.

> Si sólo rezamos cuando tenemos ganas, muchas veces nos encontraremos sumamente alejados de la plegaria y no realizaremos los esfuerzos necesarios para reconocer el papel de D'os en nuestras vidas.
>
> La falta de motivación para rezar no debe tomarse como una señal de que no tenemos que molestarnos en rezar. Por el contrario, debe ser una señal de que necesitamos esforzarnos todavía más para lograr que las palabras de las plegarias nos afecten de la manera en que pueden y deben hacerlo.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN IV.

- **Si bien el lenguaje estandarizado y los tiempos fijos de las plegarias aparentemente le quitan a la plegaria su espontaneidad e inspiración, las ganancias sobrepasan a las pérdidas.**

- **Las palabras de la Amidá, compuestas por algunos de los gigantes espirituales de la historia judía, no pueden ser duplicadas por ninguna improvisación personal. Los temas a los cuales se refiere la plegaria son aquellos que tienen fundamental importancia para los judíos, tanto como individuos y como pueblo.**

- **Rezar en los momentos establecidos no hace que la plegaria sea menos sincera: precisamente lo contrario, manifiesta un sentido de compromiso para con nuestra relación con D'os. Además, el hecho de tener momentos fijos exige que nos esforcemos en nuestra plegaria y no que simplemente nos sentemos a esperar que nos llegue la inspiración.**

RESUMEN DE LA CLASE:

¿CUÁL ES LA IMPORTANCIA DE LA AMIDÁ?

La Amidá es nuestra oportunidad de hablar directamente con D'os. Es una oportunidad para concentrarnos en nuestra relación con Él, para revelar ante Él nuestras necesidades y nuestros deseos, reconociendo que en última instancia sólo Él tiene el poder de garantizar nuestro éxito.

¿POR QUÉ Y CUÁNDO FUE COMPUESTA LA AMIDÁ?

Originalmente la gente rezaba utilizando las palabras que salían de sus corazones. Pero después de la destrucción del Primer Templo y de la asimilación que tuvo lugar como consecuencia del exilio, los líderes judíos del momento consideraron necesario establecer un texto estandarizado para la plegaria judía. Cientos de años más tarde, después de la destrucción del Segundo Templo, se realizaron algunas enmiendas al texto de la Amidá y se agregó la décimo novena bendición.

¿CUÁL ES LA ESTRUCTURA DE LA AMIDÁ Y CUÁNTAS BENDICIONES TIENE?

La Amidá tiene una estructura de tres partes: comienza con alabanzas a D'os, seguido por los pedidos por nuestras necesidades individuales y comunitarias tanto espirituales como físicas, y finaliza con agradecimientos a D'os por haber escuchado nuestras plegarias (y nuestra esperanza de que Él cumpla nuestros deseos).

¿POR QUÉ SEGUIMOS UN TEXTO ESTABLECIDO Y TENEMOS MOMENTOS FIJOS PARA REZAR? ¿ACASO NO SERÍA MEJOR REZAR ESPONTÁNEAMENTE CUANDO NOS SENTIMOS INSPIRADOS PARA HACERLO?

Si bien el judaísmo no desmerece la importancia de la espontaneidad de la plegaria, el hecho de rezar la Amidá es mucho más que una mera expresión individual. Las palabras de la Amidá, que fueron compuestas por Sabios y Profetas, van más allá de las limitaciones del individuo para afectar sobre los mundos espirituales. También son menos frívolas que los pensamientos de la persona promedio, refiriéndose a las necesidades fundamentales de los judíos a través de las generaciones.

Además, el hecho de tener momentos fijos para rezar manifiesta nuestro compromiso por desarrollar una relación con D'os y nos obliga a esforzarnos en esa relación y no a esperar simplemente que llegue la inspiración.

LECTURAS ADICIONALES RECOMENDADAS

Rab Daniel Berger, Discovering Prayer

Rab Mayer Birnbaum, Pathway to Prayer

Rab Avraham Jaim Feuer, Shemoná Esré / Amidá

Rab Jaim Friedlander, Siftei Jaim, Rinat Jaim / Shemoná Esré

Rab Zev Leff, Shemoná Esré

Redactado por el Rab David Sedley y editado por el Equipo de Programa de Estudios de Morashá.