



## TORÁ Y MEDICINA

### MEDITACIÓN SOBRE LA BENDICIÓN PARA REFUÁ

“CURACIÓN COMPLETA DESDE LOS CIELOS” “AMARÁS A TU PRÓJIMO COMO A TI MISMO”

La bendición tradicional para una persona enferma, que se dice inmediatamente después de la lectura de la Torá en Shabat y durante la semana, incluye la bien conocida descripción de lo que es la curación:<sup>1</sup>

“Curación completa desde los Cielos”

רְפוּאָה שְׁלֵמָה מִן הַשָּׁמַיִם

*refuá shlemá minhashamaim*

רְפוּאָה שְׁלֵמָה מִיַּנְי הַשָּׁמַיִם

La siguiente es una meditación sobre esta frase que es relevante para la persona que padece y también para la que reza por ella. Lo ideal sería recordar esta meditación, entenderla con el corazón y visualizar las letras hebreas de la bendición. Así también, debe quedar claro que “amar al prójimo judío” es el precepto más importante para alcanzar la salud y el bienestar físico y espiritual.

#### ELEVANDO LAS CHISPAS

La guematria de esta bendición es 1152, que es el cuadrado doble de 24 ( $2 \cdot 24^2$ ). En Cabalá, el número 24 está asociado con la cualidad de juicio,<sup>2</sup> que esta frase viene a endulzar. El doble del cuadrado de 24 se refiere a doblar el poder de dulcificación, así como la Torá es “doble en fuerza”.<sup>3</sup>

El valor promedio de las 4 palabras es de esta manera 288, referido a las 288 (רפח), chispas sagradas que se dispersaron en la realidad material como resultado de la ruptura de los recipientes. La realidad mundana opaca y oculta la luz de estas chispas, que es la causa inicial de la enfermedad y el sufrimiento en el mundo.

Al elevar las chispas a través de la *teshuvá*, “retorno” (es decir retornar uno mismo para regresarlas a Dios), traemos curación al mundo y al afligido, como dicen los sabios:<sup>4</sup>

“Grande es la *teshuvá*, que trae curación al mundo”

גְּדוּלָה תְּשׁוּבָה שְׁמֵמֵיָא רְפוּאָה לְעוֹלָם

*Guedolá teshuvá shemeviá refuá laolam*

<sup>1</sup> Sidur Tehilat Hashem

<sup>2</sup> Zohar III, 136b. Ver Likutei Sijot, v.32, pp. 151ff ver referencias allí.

<sup>3</sup> Iov 11:6

<sup>4</sup> Iomá 86a.

### “GRANDE ES LA TESHUVÁ, QUE TRAE CURACIÓN AL MUNDO”

La guematria de las palabras “Grande es la *teshuvá*” (גְּדוּלָהּ תְּשׁוּבָה, *guedolá teshuvá*) es 761, el 21<sup>ro</sup> número inspirador (la suma de dos cuadrados consecutivos, en este caso 20<sup>2</sup> y 19<sup>2</sup>). 761 es también la guematria de las 3 palabras del Pentateuco “[Que Moshé realizó] frente a los ojos de todo Israel” (לְעֵינַי כָּל יִשְׂרָאֵל, *leeinei col Israel*), con que finaliza ese libro, indicando que Moshé era un experto curador, y que su profecía, la Torá, es la fuente de toda curación.

**761 = “frente a los ojos de todo Israel” = “Grande es la *teshuvá*”**

La guematria de la palabra “que trae” (שֶׁמְבִיאָה, *shemeviá*) es 358, el valor de Mashíaj (מְשִׁיחַ), el secreto de la llegada del Mashíaj (“venir” y “traer” provienen de la misma raíz hebrea), que viene una vez que hicimos *teshuvá*.

**358 = “que trae” = Mashíaj**

Finalmente, la guematria de las últimas dos palabras “curación al mundo” (רְפוּאָה לְעוֹלָם, *refuá laolam*) es 468, el producto de 18 (*jai*, vive) y 26 (*Havaíá*, el Nombre esencial de Hashem).

**468 = curación al mundo = vive x Havaíá**

La guematria de la frase completa es 1587, o el producto de 3 y 529, donde 529 es el valor de “placer” (תַּעֲנוּג, *taanug*).

**Grande es la *teshuvá*, que trae curación al mundo = 1587 = triple placer**

Establece el *Sefer Ietzirá*: “No hay bien más elevado que el placer y mal más bajo que la aflicción”. El placer es entonces lo opuesto a la aflicción, el sufrimiento y la enfermedad; es la fuente de la vida y la salud como está explicado en *Jasidut* en referencia al verso: “Por que en Ti está la fuente de la vida”, que se interpreta “Porque Tu eres la fuente de todo placer”.

Multiplicar 3 veces el placer alude a traer el placer Divino –recibido de contemplar a Hashem a través de la Torá y sus enseñanzas- a los 3 aspectos del alma investida dentro del cuerpo físico, el alma (*neshamá*), el espíritu (*ruaj*) y la psiquis (*nefesh*). Estos residen (principalmente) en el cerebro, el corazón y el hígado, respectivamente.

### 228 CHISPAS SAGRADAS

En la parte principal de la plegaria (*amidá*) de la semana la bendición para la salud termina con la descripción del Todopoderoso como “El que cura a los enfermos de Su pueblo, Israel” (רוֹפֵא חוֹלֵי עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל, *rofé jolei amó Israel*). En los escritos del Arizal, hay una meditación señalando que la guematria de las iniciales de estas cuatro palabras, *reish/jet/ain/iud*, es 288. Entonces cuando Hashem actúa como médico, cura elevando las 288 chispas sagradas caídas,

razón por la cual Su medicina es fácil de tolerar, mientras que la del médico humano en general no lo es.

Así mismo, continúa el Arizal, el valor de la palabra “Quien cura” (רוֹפֵא, *rofé*), que significa simplemente “doctor” o “médico”, más 1 (porque “Hashem es Uno”) es 288!

## LAS 100 BENDICIONES

Volviendo a la frase “Curación completa desde los Cielos”, encontramos que el valor de sus letras finales *-hei/hei/nun/mem-* es 100 o  $10^2$ . Las letras finales se refieren a los 100 recipientes rectificadas creados por las 100 bendiciones que el rey David nos enseñó que digamos como escudo espiritual contra la enfermedad. De hecho, la guematria de la palabra “recipientes” (כֵּילִים, *keilim*) en hebreo es 100. El escudo de bendiciones es descrito como “cien bendiciones cada día” (מֵאָה מְבִרָחוֹת בְּכֹל יוֹם, *mea brajot bejol iom*), cuyo valor numérico es igual a la de la frase “Y Él te dará paz” (וַיִּשֶׁם לְךָ שְׁלוֹמִים, *veiasem lejá shalom*), la conclusión (o escudo) de la Bendición Sacerdotal.

El valor de las letras iniciales de nuestra frase ר ש מ ה, es 545, que es el 17<sup>mo</sup> número inspirador, ( $17^2$  más  $16^2$ ). 17 es por supuesto el valor de “bueno” (טוֹב, *tov*) aludiendo a la belleza y salud natural con la que se inicia toda la creación, ya que lo primero que Hashem creó en el principio fue la luz: “Y Dios vio que la luz era buena”. Explica Jasidut que las primeras dos palabras de la Torá “En el principio [Dios] creó” (בְּרֵאשִׁית בְּרָא, *Bereshit bará*) significan “Primero, buena salud”, porque en hebreo la raíz de “crear” también significa “estar sano”.

La bondad de las letras iniciales de esta bendición aviva la frescura y la salud inherente en toda la creación.

## UN CUADRO DE SALUD

La frase “Curación completa desde los Cielos” en hebreo tiene 16 letras por lo que puede escribirse en la forma de un cuadrado como este:

א	ו	פ	ר
מ	ל	ש	ה
ה	ן	מ	ה
ם	י	מ	ש

El valor de las letras de las cuatro esquinas ר א ש ם, es 541, el valor de “Israel” (יִשְׂרָאֵל). El resto de las letras suman 611, “Torá” (תּוֹרָה). La alusión aquí es que la Torá fue entregada “desde los Cielos” y el alma de cada judío corresponde a cada una de sus letras. Como dice el Zohar “Israel y la Torá son uno”.

La guematria de las cuatro letras que forman el cuadrado interior, **ש ל מ ן**, es 420, que en Cabalá denota la unión “Iaakov” (יַעֲקֹב) y “Rajel” (רַחֵל). Como estas cuatro letras junto con las de las esquinas forman las diagonales de este cuadro, hallamos que la suma de las letras de las dos diagonales es 961, que es el cuadrado de 31, el valor del Nombre de Hashem **אֵי־ל** (que se pronuncia *Kel*). Este es el Nombre utilizado por Moshé cuando rezó por su hermana Miriam para curarla de su lepra: “Por favor Hashem [*Kel*], Por favor sánala”.<sup>5</sup>

Moshé utilizó este Nombre en particular porque es el conducto Divino del poder de sanar, como está explicado en los escritos del Arizal respecto a las 13 Cualidades de Misericordia Divina,<sup>6</sup> que comienzan con este Nombre. De esto se desprende que las 8 letras restantes del cuadro suman 191, el valor de “para los miles” (לְאַלְפִים, *laalafim*), la novena cualidad de misericordia Divina, del que fluye el poder Divino de eliminar el mal, limpiando a la persona enferma de sus pecados y posibilitando la renovación de su salud.<sup>7</sup>

Escribamos la frase en hebreo, resaltando cada tercera letra:

ר פ ו א ה ש ל מ ן ה ש מ י ם

Surge que la suma de cada tercera letra es también 611, la guematria de “Torá”, como ya vimos. Por supuesto, las letras restantes suman 541 o Israel, como también vimos, reforzando la importancia de aludir a la conexión entre el alma de cada judío y la Torá para conseguir salud desde los Cielos.

## SALUD Y BONDAD

El valor de toda la frase, 1152, es también el producto de 72 por 16, siendo 72 el valor de la palabra hebrea “bondad” (חֶסֶד, *jessed*), el nombre de una de las *sefirot*. A cada *sefirá* le corresponde un Nombre sagrado de Hashem y en este caso es justamente *Kel*, una relación que vemos en el verso: “La bondad de Hashem [*Kel*] permanece todo el día”<sup>8</sup>. Además, el valor del “relleno” de la palabra “recuperación” o “curación” (רְפוּאָה), es 720 (רִישׁ פֶּא וּו אֵלֶּף הֵא), que es 10 veces 72.

<sup>5</sup> Números 12:13.

<sup>6</sup> Éxodo 34:6-7.

<sup>7</sup> Más exactamente, las 13 cualidades tienen su contrapartida en los Profetas, en las palabras de Mijá (7:18-20): “¿Quién es un Dios como Tú, que condona el pecado y perdona la trasgresión del remanente de su herencia? No permanece enojado por siempre, porque El persigue la bondad. Nuevamente tendrá compasión por nosotros; aplastará nuestros pecados con su pisada y arrojará sus iniquidades a las profundidades del mar. Tu darás verdad a Iaakov y benevolencia a Abraham, como prometiste en el pacto con nuestros patriarcas en los días de antaño.” Esas palabras también se dividen en 13 partes, representando a las 13 Cualidades de Misericordia Divina. La novena parte, correspondiente a la palabra “para los miles” en Éxodo 34:7 es “y arrojará sus iniquidades a las profundidades del mar”

<sup>8</sup> Salmos 52:3.

Finalmente, cuando “rellenamos” toda la frase “Curación completa desde los Cielos” (ריש פא וו אלף הא שין למד מם הא מם נון הא שין מם יוד מם) hallamos que el valor numérico total es 1972, o sea que el valor de las letras que “rellenan” la frase es 820 (1972-1152), el valor de las palabras “Amarás a tu prójimo como a ti mismo”<sup>9</sup> (וְאָהַבְתָּ לְרֵעֶךָ כְּמוֹךָ), *veahavta lereajá comoja*, el acto más importante para promover la salud y la recuperación de la persona y el mundo entero.

*(basado en un Dvar Torá del 9 de Tevet, 5769)*

---

<sup>9</sup> Levítico 19:18