

Rabi Aharon David Shlezinger

LA CONEXIÓN SUPREMA A TRAVÉS DE LOS SALMOS

Índice

La Conexión Suprema a través de los

8.....Salmos

9.....El Sentido del Salmo 20

11.....La Traducción del Salmo

12.....La Apertura del Salmo

13..... La Orquesta y el Director

14..... Respuesta en el Día de Aflicción

17..... La Fortaleza Divina

El Creador Salva de las Situaciones

19.....Difíciles

21..... La Historia de Jacob y Raquel

24..... El Amor por Raquel

25.....El Trabajo de Jacob

25.....	Huida y Protección Divina
27.....	El Reproche a Labán
28.....	El Pacto entre Labán y Jacob
30.....	El Encuentro con Esaú
31.....	Oración y Salvación
35.....	Ayuda y Sostenimiento
35.....	Interpretación del Midrash Tehilim
36.....	Recuerdo y Aceptación
40.....	Deseos y Peticiones
41.....	Alborozo y Estandarte
44.....	La Respuesta Divina
46.....	Salvación y Respuesta
47.....	Un Salmo de Fe y Esperanza
48.....	Los Desafíos de David

50.....	Un Salmo Alentador
51.....	El Sufrimiento de la Madre
Conectar Apropiadamente con el Creador	
58.....	
60.....	La Valoración Correcta
61.....	Una Enseñanza Clave
64.....	El Apoyo Divino
El Apoyo del Creador en la Fe y la	
64.....	Autoestima
66.....	El Sostén del Creador
68.....	La Apertura Ideal
71.....	Amor y Devoción a la Torá
71.....	Refugio y Confianza en el Creador
72.....	Fortaleza Moral y Rechazo al Mal

72.....	Oración por Sostén y Salvación
	Justicia Divina y la Retribución por el Mal
73.....	
74.....	Temor Reverencial
74.....	Conclusión
76.....	El orden de los Salmos
78.....	La utilidad de los Salmos
79.....	La estructura
83.....	La profundidad de los salmos
87.....	Los paralelismos de los salmos
	Salmos alfabéticos compuestos por
87.....	David
90.....	Explicación de Rashi
91.....	Orden y Estructura de los Salmos

Uso del orden alfabético en los salmos	
93.....	
Método para realizar pedidos al Creador	
93.....	
95.....	Recomendaciones de los sabios

La Conexión Suprema a través de los Salmos

En la búsqueda de una conexión profunda con el Creador, las palabras de los Salmos nos ofrecen una guía invaluable. Por ello, además del Salmo específico que hemos incluido, hemos añadido el Salmo 20 y ocho versículos del Salmo 119, para fortalecer este vínculo y hacer que las plegarias sean aún más significativas. Cada uno de estos textos tiene un propósito específico y una razón que merece ser explorada y comprendida en detalle.

El Sentido del Salmo 20

El Salmo número 20 es bueno para pedir al Creador por toda aflicción (Shimush Tehilim). Este Salmo es tan significativo que ha sido incluido en la oración matutina, subrayando su importancia y poder.

Las palabras contenidas en este Salmo son maravillosas y transmiten una energía muy poderosa que conecta profundamente con la salvación del Creador en todo momento de aflicción. Nos ofrece una guía para invocar la ayuda Divina con fe y

confianza absoluta, independientemente de las circunstancias.

Este Salmo es un recordatorio de que, en medio de nuestras luchas y tribulaciones, podemos encontrar consuelo y esperanza en la intervención del Creador. Al recitarlo, no solo reafirmamos nuestra confianza en la protección Divina, sino que también experimentamos una renovación espiritual que nos fortalece para enfrentar cualquier desafío, con la ayuda del Creador. Las palabras del Salmo nos invitan a clamar al Creador con la certeza de que Él escucha y responde a nuestras súplicas, ofreciendo salvación y alivio en los momentos más difíciles.

La Traducción del Salmo

A continuación, mencionaremos la traducción de este Salmo, y después vamos a ver la explicación.

«Al músico principal; Salmo de David. El Eterno te responda en el día de aflicción; el Nombre del Dios de Jacob te fortalezca. Te envíe ayuda desde el Santuario, y te sostenga desde Sion. Recuerde todas tus ofrendas vegetales, y acepte siempre tu ofrenda ígnea. Te dé conforme al deseo de tu corazón, y colme todas tus peticiones. Nos alborozaremos en Tu salvación, y

alzaremos estandarte en el Nombre de nuestro Dios; El Eterno colme todas tus solicitudes. Ahora sé que El Eterno –tal como– salvó a su ungido, le responderá desde Su Santuario de los Cielos, con el poder salvador de Su diestra. Estos –confían– en carros, y aquellos en caballos; y nosotros recordaremos el Nombre del Eterno nuestro Dios. Ellos se doblan y caen, y nosotros nos levantamos y nos fortalecemos. El Eterno salva; El Rey nos responda en el día que lo invoquemos» (Salmos 20).

La Apertura del Salmo

«Al músico principal; Salmo de David»: significa que primero el salmista se alegró para pronunciar este Salmo, tal como hizo en muchas otras ocasiones. Como dijeron nuestros sabios: cada vez que se menciona «Salmo de David», significa que primero tocaba música —para alegrarse— y luego reposaba sobre él la Presencia Divina. Así pues, era un Salmo para traer a él el Espíritu de santidad (Rashi en su explicación a Salmos 23).

La Orquesta y el Director

Y aquí no solo se alegró con su propia música, sino que trajo a toda una orquesta,

y se dirigió al director, al músico principal, como lo manifiesta en la apertura del Salmo.

Inspiración en Tiempos de Aflicción

Vemos cómo este Salmo, desde el comienzo, inspira a alegrarse para comunicarse con el Creador. Incluso en una aflicción, por más grave que sea, tal como se menciona a continuación en este Salmo.

Respuesta en el Día de Aflicción

Está escrito a continuación: «El Eterno te responda en el día de aflicción». ¿Qué significa «en el día de aflicción»? Dijo Reish Lakish:

—¿A qué se asemeja esto? A una mujer que estaba en la cama de parto a punto de dar a luz, y estaba sufriendo. Le dijeron:

—Aquel que respondió a tu madre, Él te responderá a ti (Midrash Raba, sección Devarim, Vaetjanan 11).

Este pasaje del Midrash Raba nos enseña una poderosa lección sobre la fe y la esperanza en momentos de dificultad. La analogía de la mujer en trabajo de parto simboliza situaciones de gran angustia o sufrimiento, momentos en los que las

dificultades parecen abrumadoras. Sin embargo, el mensaje es que el mismo Creador que ayudó en el pasado también estará presente para ofrecer ayuda y fortaleza en el presente.

La enseñanza subyacente es que, incluso en los momentos más oscuros y dolorosos, nunca debemos perder la esperanza. Es un llamado a la confianza en la constancia del amor y la protección Divina cuando más necesitamos auxilio.

La comparación con una mujer dando a luz también simboliza la idea de que después del dolor viene algo nuevo y hermoso: así como el sufrimiento del parto se transforma

en la alegría del nacimiento, nuestras dificultades pueden dar lugar a bendiciones y renovaciones con la ayuda del Creador.

La Fortaleza Divina

A continuación, está escrito: «El Nombre del Dios de Jacob te fortalezca»: así como fortaleció a Jacob frente a Labán y Esaú, y no pudieron contra él, así tampoco tus enemigos podrán contra ti (Metzudat David).

La expresión «enemigos», alude también a todos los males que sobrevienen. Ya que vienen de las fuerzas negativas, del Mal

Instinto, al cual Salomón llamó «enemigo - soné-», como está escrito: «Si tu enemigo está hambriento, dale de comer pan; y si está sediento, dale agua. Porque brasas esparces sobre su cabeza; y El Eterno te recompensará» (Proverbios 25:21-22) (Véase Agra a Proverbios 25:22)

Asimismo, considérese que «tus enemigos», en el texto original hebreo, está escrito a través de la locución oiveja, que viene de la palabra oiev. Y esas son las mismas letras de lov (Job) (véase Baba Batra 16a). Y a Job le vinieron muchas tribulaciones, y se salvó de todas con fe y confianza en el Creador, y oración a Él.

El Creador Salva de las Situaciones Difíciles

Ahora exploraremos los dos casos mencionados en la exégesis de Metzudat David, es decir, los hombres conocidos como Labán y Esaú, quienes causaron grandes aflicciones a Jacob. A través de estos relatos, obtendremos enseñanzas maravillosas, ya que reflejan muchas de las dificultades que los seres humanos pueden enfrentar y, sin embargo, superar con fe y perseverancia.

Primero, consideremos el sufrimiento de Jacob mientras trabajaba para Labán. La dureza de su experiencia es evidente cuando él mismo declara: «El calor me

consumía de día, y la helada de noche». Estas palabras no solo revelan el impacto físico de sus labores extenuantes, sino que también sugieren los peligros de enfermedades y agotamiento extremo. Sin embargo, el Creador lo protegió y lo fortaleció, mostrándonos cómo la fe y la confianza en el Creador, pueden ser un escudo incluso en los peores ambientes.

Además, es importante profundizar en las aflicciones relacionadas con la manipulación y la injusticia. Jacob padeció por las condiciones laborales miserables, la falta de cumplimiento de las promesas de Labán, el engaño constante, y la falta de un pago justo. A pesar de todo, el Creador

lo salvó por la fe inquebrantable de Jacob, su confianza en la providencia Divina, y la fuerza de su oración constante.

A través de estos sucesos, aprendemos que, al enfrentar pruebas similares, la clave para superar el sufrimiento es la fe firme, la perseverancia y la conexión con lo Divino. Jacob se convierte así en un ejemplo eterno de cómo la oración y la confianza en el Creador pueden guiarnos y protegernos de cualquier adversidad.

[La Historia de Jacob y Raquel](#)

Jacob conoció a Raquel, la hija de Labán, y quiso casarse con ella, como está escrito: «Labán tenía dos hijas. La mayor se llamaba Lea y la menor se llamaba Raquel. Los ojos de Lea eran estriados, mientras que Raquel era de bello aspecto y bella apariencia. Y Jacob amaba a Raquel, y dijo:

—Trabajaré para ti durante siete años por Raquel, tu hija menor.

Labán dijo:

—Es mejor dártela a ti que darla a otro hombre; reside conmigo.

Jacob trabajó siete años por Raquel, y fueron ante sus ojos como unos pocos

días, por su amor hacia ella. Y Jacob dijo a Labán:

—Dame a mi mujer, pues se han completado mis días, y me llegaré a ella.

Labán reunió a todas las personas del lugar e hizo un banquete. Y aconteció en la noche, que tomó a su hija Lea, y se la trajo; y él se llegó a ella. Y Labán dio a su sirvienta, Zilpá, por sirvienta a su hija Lea. Y aconteció en la mañana, y he aquí que ella era Lea; y dijo a Labán:

—¿Qué es esto que me has hecho? ¿Acaso no te serví por Raquel; por qué me has engañado?

Labán dijo:

—En nuestro lugar no se hace así, dar a la menor antes que a la mayor. Completa la semana de ésta, y se te dará también a la otra por el servicio con que me servirás otros siete años» (Génesis 29:16–27).

El Amor por Raquel

Como se observa, Jacob estaba en medio de una gran aflicción, porque había caído en manos de Labán, un hombre engañador y perverso. Y como Jacob amaba mucho a Raquel, trabajó otros 7 años por ella, como está escrito: «Y Jacob así hizo y completó la semana de ella; y él le dio a su hija Raquel por mujer» (Génesis 29:28).

El Trabajo de Jacob

Jacob trabajó 14 años para Labán, los 7 primeros años por Raquel, pero como se dijo en el versículo, se la cambiaron por Lea, y después trabajó otros 7 años nuevamente por Raquel. Y después de eso, Labán le sugirió que trabajara para él para obtener su paga, y nuevamente lo engañó, lo hizo sufrir, y le cambió su salario varias veces.

Huida y Protección Divina

Por eso, Jacob se fue de allí con sus esposas e hijos sin decirle a Labán, y este lo persiguió y le recriminó. Entonces Jacob le dijo: «Estos veinte años estuve contigo, tus ovejas y tus cabras no abortaron, ni he comido de los carneros de tu rebaño. Jamás te he llevado animales que fueron atacados —por las fieras salvajes—; yo asumía la pérdida, y tú me lo exigías, tanto si fueron robados de día, o si fueron robados de noche. El calor me consumía de día, y la helada de noche; y el sueño se apartaba de mis ojos. Así fueron mis veinte años en tu casa, trabajé para ti catorce años por tus dos hijas y seis años por tus rebaños, y has cambiado mi salario diez decenas de veces. Si no fuera porque el

Dios de mi padre, el Dios de Abraham y el Temor de Isaac, hubiera estado conmigo, ahora me habrías echado sin nada; Dios vio mi aflicción y el esfuerzo de mis manos, y por eso anoche te reprendió» (Génesis 31:38–42).

El Reproche a Labán

Se ve cómo el Creador ayudó a Jacob a salvarse de este hombre tan perverso. Esa intervención Divina fue clave. ¿Y, dónde dice que Dios reprochó a Labán? Como está escrito: «Y Dios vino a Labán el arameo en sueño nocturno, y le dijo:

“Guárdate de hablar con Jacob de bien a mal”» (Génesis 31:24).

El Pacto entre Labán y Jacob

A continuación, está escrito: «Y Labán alcanzó a Jacob; y Jacob se asentó en la Montaña, y Labán asentó a sus hermanos en la montaña Guilad» (Génesis 31:25).

Después de eso, se narra cómo Labán y Jacob hicieron un pacto para no volver a verse, y Labán se fue, como está escrito: «Y Labán madrugó, se levantó de mañana, y besó a sus hijos y a sus hijas y los

bendijo; entonces Labán fue y regresó a su lugar» (Génesis 32:1).

Fue realmente milagroso poder liberarse de ese hombre tan peligroso y manipulador con poderes malignos. Solo gracias a la intervención del Creador, quien se le apareció, pudo salvarse. El Creador le advirtió a ese hombre que no le hiciera ningún daño y lo ayudó a deshacerse de él de una forma sobrenatural. Entonces, Jacob pudo seguir su camino.

A continuación, se narra cómo Jacob prosiguió la marcha, como está escrito: «Y Jacob siguió su camino y se encontraron con él ángeles de Dios. Y cuando Jacob los

vio, dijo: "Éste es un campamento – majane– de Dios"; y llamó a ese lugar Majanaim» (Génesis 32:2–3).

El Encuentro con Esaú

Inmediatamente a continuación se narra el encuentro con su hermano Esaú, que venía por él con malas intenciones, como está escrito: «Y Jacob envió mensajeros delante de él a su hermano Esaú, a la tierra de Seir, el campo de Edom. Y les ordenó, diciendo: Así diréis a mi señor, a Esaú: “Así ha dicho tu siervo Jacob: he morado junto a Labán y he permanecido allí hasta ahora. Tengo toro y asno, oveja, sirviente y

servienta, y envió a decir esto a mi señor para hallar gracia en tus ojos”. Y los enviados volvieron a Jacob, diciendo: “Llegamos a tu hermano, a Esaú; y también viene a tu encuentro, y cuatrocientos hombres con él”» (Génesis 32:4–7).

Oración y Salvación

Jacob temió mucho, y tomó recaudos, y oró al Creador, como está escrito: «Y Jacob temió mucho y estaba afligido; y dividió al pueblo que estaba con él, y a las ovejas, a los vacunos y a los camellos, en dos campamentos. Y dijo: “Si Esaú viniere a un campamento y lo atacara, el campamento

restante se salvará”. Y dijo Jacob: "Dios de mi padre Abraham y Dios de mi padre Ytzjak; El Eterno, El que me dijo: "Vuelve a tu tierra y a tu lugar de nacimiento y Yo haré bondad contigo”, he empequeñecido por las muchas bondades y toda la verdad que Tú has hecho por Tu siervo; pues con mi cayado crucé este Jordán y ahora estoy – dividido– en dos campamentos. Por favor, sálvame de la mano de mi hermano, de la mano de Esaú, porque yo temo por él, por si viniere e hiriere a madres e hijos. Y Tú has dicho: “Haré bondad contigo y te haré bondad haciendo que tu descendencia sea como la arena del mar, la cual es tan numerosa que no se puede contar”» (Génesis 32:8–13).

Y el Creador lo salvó también de ese flagelo, como está escrito: «Y volvió Esaú en ese día por su camino a Seir. Y Jacob fue a Sucot y construyó para sí una casa, y para su ganado hizo cabañas —sucot—; por eso llamó al lugar Sucot» (Génesis 32:16–17)

Aprendemos que el verdadero amor, la fe y la perseverancia, pueden ayudarnos a superar incluso las pruebas más difíciles de la vida. A pesar de los engaños, las injusticias y las duras condiciones que enfrentó, Jacob mantuvo su integridad y su confianza en la protección Divina. El Creador no solo lo ayudó a salir victorioso

de las manipulaciones y engaños de Labán, sino que también lo protegió de enfermedades y peligros físicos en medio de esas circunstancias extremas, como el calor del día y la helada de la noche. La lección es que, aunque enfrentemos adversidades, injusticias y situaciones que puedan amenazar nuestra salud y bienestar, el esfuerzo sincero y la oración constante tienen el poder de atraer bendiciones y la intervención Divina. La justicia y el cuidado del Creador nunca abandonan a quienes actúan con honestidad y fe.

Ayuda y Sostenimiento

A continuación, está escrito en el Salmo 20: «Te envíe ayuda desde el Santuario, y te sostenga desde Sion –Tzion–» (Salmos 20:3): desde Su Lugar Santo, que es el Templo Sagrado, el lugar de la Presencia Divina, que de allí proviene la ayuda (Metzudat David).

Interpretación del Midrash Tehilim

En Midrash Tehilim se explicó este versículo de este modo: «Te envíe ayuda desde el Santuario»: desde la santidad del Nombre que hay en vosotros, y desde la

santidad de vuestras buenas obras. «Y te sostenga desde Sion –Tzion–»: [Tzion significa también "excelencia"]. Es decir, te sostendrá a partir de la excelencia de las buenas acciones que hay en vosotros.

Se aprende que la santidad y la excelencia en nuestras acciones son fundamentales para atraer la ayuda Divina. Nos enseña a valorar tanto nuestra fe como nuestras obras, buscando siempre la excelencia moral y espiritual.

Recuerdo y Aceptación

A continuación, está escrito: «Recuerde todas tus ofrendas vegetales, y acepte siempre –idashne– tu ofrenda ígnea» (Salmos 20:4). «Recuerde todas tus ofrendas vegetales»: se refiere a las oraciones que oras en tiempos de contienda. «Y acepte siempre –idashne–»: la expresión idashne es como la palabra shuman, que significa grasa, tal como en el versículo que manifiesta: «Y comerá y se saciará y engordará» (Deuteronomio 31:20). Esto significa que serán aceptadas con benevolencia como las ofrendas ígneas gordas (véase Salmos 66:15) (Rashi).

La comparación entre las oraciones y las ofrendas vegetales/ígneas pone de relieve que nuestras acciones espirituales y devocionales tienen un gran valor ante los ojos del Creador. Así como las ofrendas en el altar eran un medio para acercarse a Dios, nuestras oraciones y buenas acciones son maneras de fortalecer nuestra relación con Él.

Asimismo, la referencia a "shuman" (grasa) simboliza abundancia y riqueza. En este contexto, implica que nuestras oraciones, cuando son hechas con el corazón lleno de fe y sinceridad, son consideradas ricas y valiosas. Esto nos inspira a orar con fervor

y a realizar buenas obras con un espíritu genuino y comprometido.

Y así como las ofrendas ígneas gordas eran consideradas de alta calidad, nuestras oraciones y acciones deben aspirar a la excelencia. Esto significa que debemos esforzarnos por ser lo mejor posible en nuestra devoción y servicio a Dios, sabiendo que tales esfuerzos son bien recibidos y apreciados.

En resumen, este versículo y su interpretación nos enseñan la importancia de la oración sincera, la benevolencia Divina hacia nuestras peticiones, y el valor de nuestras acciones espirituales y

devocionales. Nos anima a actuar con honradez y confiar en que nuestras oraciones serán escuchadas con amor y gracia

Deseos y Peticiones

A continuación, está escrito: «Te dé conforme al deseo de tu corazón, y colme todas tus peticiones» (Salmos 20:5). «Te dé conforme al deseo de tu corazón»: según tu anhelo. «Y colme todas tus peticiones»: tus planes se concreten (Metzudat David).

Esto nos inspira a tener confianza en que, con esfuerzo y fe, nuestros deseos y objetivos pueden ser alcanzados.

Alborozo y Estandarte

A continuación, está escrito: «Nos alborozaremos en Tu salvación, y alzaremos estandarte en el Nombre de nuestro Dios; El Eterno colme todas tus solicitudes» (Salmos 20:6). Explicación: cuando el Santo, bendito sea, te salve, todos nos alegraremos ante el Santo, bendito sea, y en Su nombre nos reuniremos y tendremos éxito (Rashi).

Malbim explicó: «Nos alborozaremos en Tu salvación»: tal como era el deseo de tu corazón, cuando salimos a enfrentar a la avanzada, nos alegraremos por la salvación que se te ha otorgado antes de que lleguemos. Y que se cumplan todos tus planes, que eran tu consejo, porque «alzaremos estandarte en el Nombre de nuestro Dios»: en el momento en que llevemos el estandarte a la contienda, el estandarte será en el nombre del Eterno; el Eterno será el comandante del ejército que marcha al frente, y el estandarte será llamado por Su nombre. Nosotros seguiremos Su estandarte, y así como el Eterno ha cumplido los deseos de tu corazón, damos por sabido que: «El Eterno

colme todas tus solicitudes», incluso en los otros asuntos que pidas. Y si Él cumple lo que hay en tu corazón, con más razón cumplirá lo que pidas con tu boca (Malbim).

Nos enseña a seguir la dirección del Creador con confianza y a ver Su liderazgo como una fuente de fortaleza y orientación. También nos inspira a presentar nuestras peticiones con fe y a confiar en que el Creador responderá a nuestras oraciones.

Asimismo, se destaca que, si el Creador cumple los deseos del corazón, con mayor razón cumplirá las peticiones expresadas con palabras. Esto nos enseña la importancia de alinear nuestros deseos

internos con nuestras oraciones y de ser sinceros tanto en nuestros pensamientos como en nuestras palabras. Y no sólo pensar lo que se le desea decir al Creador, sino pronunciarlo, articulando las palabras.

La Respuesta Divina

A continuación, está escrito: «Ahora sé que El Eterno –tal como– salvó a su ungido, le responderá desde Su Santuario de los Cielos, con el poder salvador de Su diestra» (Salmos 20:7). Explicación: «Ahora», el músico principal dice, «sé», con certeza, «que El Eterno –tal como– salvó a su ungido», pues sus peticiones

recibieron respuesta, para hacerle saber que el Eterno mismo ha salvado a su ungido. Y esta respuesta le llegará: «con el poder salvador de Su diestra». Es decir, a través de salvaciones relacionadas con la diestra, que están por encima de lo natural. ¿Y cómo sé esto?

A esto se refiere lo que está escrito a continuación: «Estos –confían– en carros, y aquellos en caballos; y nosotros recordaremos el Nombre del Eterno nuestro Dios. Ellos se doblan y caen, y nosotros nos levantamos y nos fortalecemos» (Salmos 20:8–9). Explicación: «Estos», de aquí, «–confían– en carros, y aquellos», de allí, confían «en

caballos; y nosotros», no hemos hecho nada, solo «recordaremos el Nombre de El Eterno nuestro Dios», y, aun así: «ellos se doblan y caen». Y también explica que había diferencia entre nosotros y ellos, ya sea en cuanto a los medios, pues ellos eligieron medios inferiores como carros y caballos, y nosotros elegimos algo de gran nivel, porque invocamos el Nombre de nuestro Dios; ya sea en cuanto al propósito, que ellos cayeron, y nosotros nos levantamos (Malbim).

Salvación y Respuesta

A continuación, está escrito: «El Eterno salva; El Rey nos responda en el día que lo invoquemos». Explicación: «El Eterno salva», en todo momento. «El Rey nos responda en el día que lo invoquemos»: en ese mismo día (Metzudat David).

Un Salmo de Fe y Esperanza

Este Salmo despierta la fe y alienta a confiar en el Creador en todo momento. Al igual que David, quien depositó su confianza en Él y encontró salvación de todas sus aflicciones, incluso en medio de las contiendas más difíciles, el Creador lo asistió y fortaleció. Este Salmo contiene un

mensaje poderoso de que, sin importar los desafíos que enfrentemos, podemos acudir al Creador con fe absoluta y plena confianza.

Los Desafíos de David

David se enfrentó a numerosos desafíos a lo largo de su vida, desde enemigos temibles e implacables, hasta traiciones en su círculo más cercano. No obstante, su fe nunca flaqueó. En cada momento de peligro o aflicción, David clamaba al Creador, y siempre encontraba salvación y fortaleza como recompensa a su inquebrantable fe.

Este legado de David nos enseña que, al igual que él, podemos hallar esperanza en nuestra relación con el Creador. No importa cuán oscuros o difíciles sean nuestros caminos; el Creador siempre está dispuesto a escucharnos y brindarnos su ayuda. Esta enseñanza es fundamental para mantener viva y activa nuestra fe, especialmente en tiempos de prueba.

Así, este Salmo no solo narra las experiencias de David, sino que también nos ofrece una guía práctica para la vida cotidiana. Al recitarlo, reafirmamos nuestra confianza en el poder del Creador para liberarnos de nuestras aflicciones y darnos

la fuerza necesaria para superar cualquier obstáculo.

Un Salmo Alentador

Previamente dijimos que en este Salmo dice: «El Eterno te responda en el día de aflicción». Se asemeja al caso de una mujer que estaba en la cama de parto a punto de dar a luz, y estaba sufriendo. Le dijeron: «Aquel que respondió a tu madre, Él te responderá a ti» (Midrash Raba, sección Devarim, Vaetjanan 11). Este ejemplo nos indica que incluso en medio de un gran dolor hay que confiar en el Creador

porque Él tiene la capacidad para responder y ayudar.

Este Salmo está vinculado con ese asunto en forma completa, como se enseñó en el Midrash: dijo el sabio Yehoshua HaCohen: en este Salmo hay nueve versículos – después del versículo introductorio–, en correspondencia con los nueve meses de embarazo de una mujer. ¿Y qué dicen? Que Aquel que respondió a la mujer embarazada, Él también os responderá (Midrash Tehilim).

[El Sufrimiento de la Madre](#)

Echemos un vistazo a lo que ocurre durante los 9 meses de embarazo. Es importante recordar que los síntomas pueden variar de una mujer a otra; sin embargo, muchos son comunes, aunque no todas las mujeres los experimentarán de la misma manera ni con la misma intensidad.

En el primer trimestre muchas veces hay náuseas y vómitos, que pueden causar malestar general en cualquier momento del día. También dolores de cabeza, por los cambios hormonales. Asimismo, sensibilidad en los senos, dolor y aumento de tamaño debido a las hormonas. Y fatiga extrema, pues hay cansancio intenso por el

trabajo que el cuerpo realiza en la formación del hijo.

En el segundo trimestre hay dolores de espalda causados por el aumento de peso del bebé y cambios posturales. También calambres en las piernas, que a menudo ocurren por la noche y pueden ser bastante dolorosos. También hay hinchazón, por la presión, y dolor por la retención de líquidos, principalmente en tobillos y pies. Y hay dolor pélvico, ya que a medida que los ligamentos se estiran, se pueden sentir molestias en la pelvis.

En el tercer trimestre hay dolores en la cadera y pelvis, intensificados por el peso

del bebé y la preparación para el parto. También acidez estomacal, pues hay malestar ardiente debido a la presión del útero en el estómago. Asimismo, dificultad para dormir, ya que hay dolor y ansiedad que dificultan el descanso.

En el tiempo del parto hay contracciones dolorosas y progresivas, indicando el comienzo del parto. Dolor en la parte baja de la espalda, intenso y persistente, especialmente cuando el bebé desciende. Presión en la pelvis, que da la sensación de gran presión cuando la cabeza del bebé desciende. También desgarro perineal, y posible dolor si la piel y los músculos del

perineo se desgarran durante el nacimiento.

La mujer sufre mucho durante el embarazo, y especialmente en el momento de dar a luz. En esos momentos de angustia, pide ayuda. ¿Y quién puede ayudarla? Sólo el Creador. Porque el acto de dar a luz es algo muy complejo, y solo el Creador es capaz de guiar este proceso a la perfección y también de aliviar el sufrimiento de la madre. Al final, Él le entrega a su bebé querido y preciado, llenándola de alegría y satisfacción después de tanto padecimiento.

Aunque en ocasiones hay complicaciones severas e impredecibles en las que los médicos pueden no tener soluciones, es en esos momentos cuando se ve claramente que el Creador es el único que puede hacer todo. Por eso, es importante confiar en Él incluso en medio del dolor y pedirle ayuda.

Esto lo aplicamos a cada uno de nuestros padecimientos, tomando el ejemplo de la madre que soporta el embarazo durante nueve meses y los intensos dolores de las contracciones que se acentúan cuando está por dar a luz. En cada momento de nuestros padecimientos, tenemos la posibilidad de dirigirnos al Creador con fe y esperanza. A través de esto, logramos la

ayuda que necesitamos, tal como se manifiesta en este Salmo tanpreciado para dirigirse al Creador en momentos de aflicción.

Conectar Apropiadamente con el Creador

Para poder conectar debidamente con el Creador, es esencial dirigirse a Él con fe y confianza plenas (Orjot Tzadikim cap. 9). Para ello, debemos valorarnos lo suficiente como para creer que tenemos la capacidad de acercarnos al Creador directamente, y pedirle lo que necesitamos.

Esta capacidad de dirigirse al Creador con seguridad se basa en una autoestima saludable, tal como se indica en el versículo que dice: «Ama a tu prójimo como

a ti mismo» (Levítico 19:18) (véase la traducción del sabio Yonatán Ben Uziel, y Talmud, tratado de Shabat 31a).

Nos enseña que para amar y respetar a los demás, debemos amarnos y valorarnos a nosotros mismos, lo cual está directamente vinculado con la autoestima. Como fue enseñado: «Dos personas que caminaban por el camino, y una de ellas llevaba un odre de agua; si ambos beben del odre, ambos perecen. Si solo uno de ellos bebe, llega al asentamiento. Ben Petura enseñó: es preferible que ambos beban y perezcan, y que ninguno de ellos vea el deceso del otro; hasta que vino Rabí Akiva y enseñó: “Amarás a tu prójimo como a ti mismo”

(Levítico 25:36) – tu vida está antes que la vida de tu prójimo» (Talmud, Baba Metzia 62a).

La Valoración Correcta

Es importante valorarse con humildad, sin confundir este autorrespeto con vanidad o arrogancia. Por eso David dijo palabras como estas: «Y yo soy gusano, y no hombre» (Salmos 22:3). Y también dijo: «Sabed que El Eterno ha escogido al piadoso para Él; El Eterno oirá cuando clamare a Él» (Salmos 4:4). Y después de elogiar a los piadosos de ese modo tan contundente, dijo sobre sí mismo: «Guarda

mi alma, porque soy piadoso» (Salmos 86:2). Estos versículos son reveladores. Vemos cómo David se considera a sí mismo, se compara con un gusano, y por el otro lado, reconoce que tiene virtudes, y muy importantes. Vemos aquí una declaración que indica autoestima sana, con mucha humildad.

Una Enseñanza Clave

La enseñanza que surge de estos 3 versículos es formidable. Es una clave esencial que debemos tener en cuenta para saber cómo considerarnos a nosotros mismos, y cómo dirigirnos al Eterno. Por

eso, vamos a ver cómo rodeó David esa expresión que él mencionó de autoestima, al decir que es piadoso, para pedirle al Eterno con humildad. Dijo así: «Plegaria de David: El Eterno, inclina tu oído, y respóndeme, porque estoy afligido y empobrecido. Guarda mi alma, porque soy piadoso; Tú, Dios mío, salva a Tu siervo que confía en Ti. Agráciame, El Señor, porque a Ti clamo todo el día. Alegra el alma de Tu siervo, porque a Ti, Señor, elevo mi alma. Porque Tú, Señor, eres bueno y perdonador, y abundante en bondad con todos los que Te invocan. El Eterno, escucha mi plegaria, y atiende a la voz de mis ruegos. En el día de mi angustia Te invocaré, porque Tú me respondes.

Señor, no hay como Tú entre los poderes supremos, y no hay obras como las Tuyas [...]» (Salmos 86:1-8).

Esta enseñanza que hemos visto es sumamente importante. Nos abre todas las puertas para llegar al Creador en forma óptima, valorándonos, y también siendo humildes. Cuando nos valoramos correctamente y con humildad, desarrollamos una autoestima sana y saludable, necesaria para acercarnos al Creador con la seguridad y la certeza de que podemos comunicarnos con Él directamente y que Él escucha nuestras peticiones.

El Apoyo Divino

También hay que sentir que el Creador nos apoya. Es importante despertar esa energía. Veremos cómo hacerlo después de analizar la relevancia de este asunto.

El Apoyo del Creador en la Fe y la Autoestima

Saber que el Creador está siempre presente y dispuesto a apoyarnos incondicionalmente, nos brinda un profundo sentido de seguridad. Esta certeza nos permite enfrentar incertidumbres y riesgos con una confianza renovada, sabiendo que no estamos solos.

La seguridad en la protección y guía del Creador es vital para desarrollar una autoestima saludable, ya que reduce el miedo al fracaso y nos permite actuar con más firmeza.

El apoyo Divino actúa como un refuerzo positivo en nuestras vidas. Sentir la presencia del Creador en nuestras acciones y recibir señales de Su benevolencia y amor, fortalece nuestra percepción de nosotros mismos. Este reconocimiento, valida nuestros esfuerzos, nos motiva a seguir adelante y fortalece nuestra fe y autoestima.

Enfrentar desafíos es una parte inevitable de la vida. Saber que contamos con el apoyo del Creador nos hace más resilientes. Su apoyo emocional y espiritual nos da la fortaleza para recuperarnos más rápidamente de las adversidades. Esta resiliencia es importantísima para mantener una actitud positiva y una fe inquebrantable en nuestras capacidades, sabiendo que el Creador nos sostiene.

El Sostén del Creador

A continuación, veremos un asunto relacionado, una enseñanza del Midrash que explica los argumentos de cada letra

del alfabeto para ser la inicial del Pentateuco. Cada una tiene algo especial, y lo expuso ante el Creador. Vamos a ver qué argumento presentó la letra samej: «La letra samej se puso de pie ante el Santo, Bendito Sea y dijo: “Amo del universo: ¿Sería Tu voluntad crear conmigo el mundo? Pues conmigo se proclama la alabanza que declara: ‘El que sostiene –somej– a los que caen’. Como está dicho: ‘Sostiene –somej– El Eterno a todos los que caen, y levanta a todos los doblados’” (Salmos 145:14)» (Otiot de Rabí Akiva).

Vemos que la letra samej está vinculada directamente con el sostén, y específicamente con el sostén del Creador.

Y también sabemos que David escribió el salmo 119 asignando 8 versículos a cada letra. Porque ese Salmo está escrito en orden alfabético, y hay 8 versículos que comienzan con la primera letra del alfabeto, que es la letra alef, y después otros 8 versículos que comienzan con la segunda letra del alfabeto, que es la letra bet, y así sucesivamente, hasta completarse todo el alfabeto, que tiene 22 letras. Por eso, el Salmo 119 tiene 176 letras, porque 8 versículos por 22 letras, da 176 versículos.

[La Apertura Ideal](#)

Surge de aquí que los versículos correspondientes a la letra samej están vinculados con el sostén del Eterno, es decir, con Su apoyo a la persona, y vamos a ver qué dijo el sabio Hay Gaon en el libro Shimush Tehilim, al respecto: «Cuando tengas una petición, ora esto y después pide» (Shimush Tehilim 119).

Vemos cuán importante es pronunciar los versículos mencionados antes de pedir al Creador lo que se desea pedir. Esto son esos versículos: «He aborrecido los caminos tortuosos, y he amado Tu Torá. Tú eres mi refugio y mi escudo; he esperado Tu palabra. Perversos, apartaos de mí, y guardaré los preceptos de mi Dios.

Sostenme conforme a Tu palabra y viviré; y no me hagas avergonzar por mi esperanza. Ayúdame y tendré salvación, y me ocuparé de Tus prescripciones siempre. Has hollado a todos los que se apartaron de Tus prescripciones, porque falsa es su astucia. Has suprimido a todos los malvados de la Tierra cual escoria, por eso he amado Tus testimonios. Se ha erguido –el pelo de– mi carne por temor de Ti, y he temido de Tus juicios» (Salmos 119:113-120).

Estos versículos inspiran varios sentimientos y reflexiones profundas:

Amor y Devoción a la Torá

El salmista expresa un profundo amor y devoción a la Torá, contrastando su apego a los preceptos Divinos con su rechazo a los caminos tortuosos. Esto inspira a valorar y seguir las enseñanzas sagradas como guía para una vida justa y recta.

Refugio y Confianza en el Creador

Al describir al Creador como refugio y escudo, se subraya la confianza absoluta en Su protección y apoyo. Esta confianza da seguridad y esperanza, especialmente

en tiempos de adversidad, y nos anima a buscar refugio en la fe en Él.

Fortaleza Moral y Rechazo al Mal

El llamado a apartarse de los perversos y a guardar los preceptos Divinos resalta la importancia de la fortaleza moral y de mantenerse alejados de la maldad. Nos inspira a ser firmes en nuestros valores y a buscar la rectitud en nuestras acciones.

Oración por Sostén y Salvación

La petición de sostén y salvación conforme a la palabra del Creador refleja una

confianza total en la ayuda Divina para vivir una vida plena. Esta oración por intervención del Creador nos anima a reconocer nuestra necesidad de Su guía y apoyo espiritual.

Justicia Divina y la Retribución por el Mal

El reconocimiento de que el Creador suprime a los malvados y considera falsa su astucia, refuerza la creencia en la justicia Divina. Inspira la confianza de que, a pesar de las injusticias que podamos observar, la justicia Divina prevalece y el mal será sancionado.

Temor Reverencial

El temor reverencial hacia el Creador, expresado como un respeto profundo por Sus juicios, nos llama a vivir con una conciencia constante de la Presencia Divina, y a actuar con integridad y respeto hacia Sus preceptos.

Conclusión

Por lo tanto, estos versículos, además de solicitar Su intervención para apoyarnos y sostenernos, nos inspiran a vivir con fe, integridad y confianza en la justicia y el apoyo del Creador, recordándonos la

importancia de seguir sus enseñanzas y buscar Su guía en todos los aspectos de nuestra vida.

Por eso, hemos incluido estos versículos en esta plegaria, antes de mencionar los versículos para el asunto específico que se desea pedir al Creador.

El orden de los Salmos

Ahora hablaremos del salmo recomendado. Es importante saber que hay dos órdenes básicos para los salmos. Y es esencial conocerlos, porque el salmo que recomendamos puede ser de uno y otro orden, dependiendo del asunto específico por el que se necesita pedir al Creador.

Puede ser un salmo tal como está escrito en las ediciones convencionales impresas, o siguiendo las enseñanzas del sabio Jidá y los demás sabios que explicaron el

ordenamiento de los versículos por orden alfabético.

Porque hay sabios que explicaron qué salmo recitar para diferentes padecimientos, como el sabio Hay Gaon, que compuso el libro Shimush Tehilim. Pero no incluyó el salmo que corresponde para todos los padecimientos, sino para varios de ellos solamente. En tanto, otros eruditos, como el sabio Jidá, revelaron cómo solicitar al Eterno para aliviar el padecimiento mencionando los versículos en orden alfabético, de acuerdo con el problema que se enfrenta o lo que se desea solucionar.

La utilidad de los Salmos

A continuación, veremos una introducción sobre a variedad de los salmos, y después, la explicación de ese asunto. Los Salmos son una herramienta maravillosa para comunicarnos con el Creador y pedirle ayuda en todos nuestros padecimientos. Pueden transformar completamente nuestra vida, sacándonos de momentos difíciles y llevándonos a una existencia feliz y alegre. Está en nosotros establecer ese vínculo con el Eterno a través de los salmos de la manera correcta y apropiada para comunicarnos debidamente con Él.

La estructura

El Libro de los Salmos es una obra rica en espiritualidad y poesía, compuesta de cánticos y poemas profundamente significativos, cada uno destinado a un propósito y un enfoque específicos. Estas composiciones reflejan la amplitud de la experiencia humana, desde la alegría más sublime hasta la angustia más profunda, todo bajo la atenta mirada del Creador y Su cuidado.

Encontramos varios tipos de salmos, entre ellos, los de alabanza, en los que se eleva una admiración sincera y una gratitud vibrante hacia el Creador. Estos salmos

celebran la majestuosidad de Dios, proclamando Sus obras maravillosas y destacando Su grandeza incomparable. Las palabras fluyen, exaltando al Creador, que gobierna con justicia y misericordia.

Por otro lado, están los salmos de lamentación, que nos trasladan a momentos de dolor y profunda angustia. Estos poemas capturan el clamor del alma sufriente, y la súplica por ayuda Divina en tiempos de padecimiento y crisis. En ellos, se expresa un clamor que revela la esperanza en la intervención de Dios, incluso en la oscuridad más densa.

Los salmos de agradecimiento traen una perspectiva de gratitud, agradeciendo al Eterno por sus intervenciones y bendiciones. Aquí se reconoce con alegría los actos de bondad y misericordia de Dios, celebrando su presencia constante y su amor incondicional. Las palabras de estos salmos resuenan con un agradecimiento profundo, ofreciendo alabanza por cada gracia recibida.

También destacan los salmos reales, compuestos en honor al rey de Israel y, al mismo tiempo, ensalzando a Dios como el verdadero Rey supremo. Estas composiciones establecen una conexión entre el liderazgo terrenal y la soberanía

Divina, presentando a Dios como el Guía supremo, protector y gobernante justo que conduce a toda la Obra de la Creación con sabiduría.

Los salmos de sabiduría nos invitan a reflexionar sobre los misterios de la vida y la justicia Divina. En ellos, se encuentran enseñanzas prácticas y profundas meditaciones espirituales que brindan orientación sobre cómo vivir de manera recta y en comunión con Dios. Estas piezas poéticas son como faros, iluminando el camino hacia una vida plena y significativa.

Finalmente, los salmos penitenciales expresan con intensidad un

arrepentimiento profundo y sincero por el pecado. En estos salmos, se alza un corazón contrito que suplica el perdón Divino, mostrando humildad y un deseo genuino de reconciliación con Dios. Estas plegarias reflejan la búsqueda de una transformación interior, de una restauración espiritual que solo el amor y la gracia de Dios pueden otorgar.

La profundidad de los salmos

Estos salmos contienen enseñanzas muy profundas que no siempre se aprecian si se los lee superficialmente. Para poder comprender esas enseñanzas hay que

profundizar en las palabras de los salmos y sumergirse en ellas, analizándolas muy bien para poder entender la relación que hay con nuestras vidas. Por ejemplo, los salmos reales nos pueden sugerir que se refieren solamente a lo que ocurrió con David y su vida, ya que él fue el compositor de los salmos, y el rey que lideró a todo un pueblo, y cuenta sus experiencias. Pero profundizando en sus palabras entendemos que se refiere también a cada uno de nosotros. Porque, así como David tuvo que librar muchas batallas contra su enemigo, cada uno de nosotros tiene que librar muchas batallas en su vida contra su enemigo, tal como fue enseñado: en el comienzo de la sección de la Torá

denominada Ki Tetzé se mencionan instrucciones para salir a la guerra, contra los enemigos, como está escrito: «Cuando salgas a la guerra contra tu enemigo, y lo entregare El Eterno, tu Dios, en tu mano, y tomares cautivos» (Deuteronomio 21:10).

¿Qué misterio encierra esta declaración? Los sabios explicaron que se alude a la guerra que la persona debe entablar permanentemente contra su propio mal instinto, como se enseñó en el Talmud: el mal instinto se fortifica contra la persona cada día, y si no fuese por la ayuda de El Eterno, la persona no podría con él (Talmud, tratado de Kidushín 30b).

Vemos que también los salmos reales tienen que ver con nosotros. Por eso, siguiendo con este mismo enfoque, podemos encontrar en cada salmo una correspondencia con nosotros. Y a través de ese análisis podemos entender por qué en los libros como Shimush Tehilim, se menciona cierto salmo determinado para cierto problema específico. Aunque en forma superficial no se vea el vínculo, analizándolo profundamente se lo ve. Y a eso lo sabemos gracias a sabios como Hay Gaon, que en el libro citado explicó para qué sirve cada salmo. Aunque como dijimos, en ese libro no están las soluciones para todos los problemas sino para varios de ellos solamente, por eso

tenemos también las otras enseñanzas de los sabios, y otros libros de los sabios.

Los paralelismos de los salmos

Los salmos están escritos en forma poética, utilizando paralelismos, metáforas y repeticiones para enfatizar sus mensajes y facilitar la memorización. Muchos de ellos también siguen una estructura alfabética, donde cada versículo o sección comienza con una letra sucesiva del alfabeto hebreo, como en el caso del Salmo 119.

Salmos alfabéticos compuestos por David

David compuso varios salmos utilizando el alfabeto hebreo de una manera estructurada. Entre estos salmos destacan:

Salmo 25: Un ejemplo clásico de esta estructura alfabética, donde cada versículo comienza con una letra consecutiva del alfabeto hebreo.

Salmo 111: Sigue este patrón alfabético, lo que le otorga un ritmo y una estructura únicos.

Salmo 112: Continúa con este orden alfabético, proporcionando un sentido de continuidad y cohesión con el Salmo 111.

Salmo 145: Adopta la estructura alfabética, organizando sus versículos de acuerdo con las letras del alfabeto hebreo. Este enfoque no solo añade una dimensión poética, sino que también facilita la memorización y recitación de estos textos sagrados.

Salmo 119: Es particularmente excepcional por su complejidad y amplitud. David no sólo utiliza las letras del alfabeto hebreo para estructurar este salmo, sino que también compone ocho versículos por cada letra, resultando en un total de 176 versículos. Cada sección de ocho versículos comienza con la misma letra hebrea, y así sucesivamente, con todas las letras del alfabeto.

Explicación de Rashi

Rashi, el gran comentarista bíblico, ofrece una explicación detallada sobre la estructura del Salmo 111. Según Rashi, este salmo está compuesto utilizando el alfabeto hebreo de una manera especial: cada versículo comienza con una letra del alfabeto, y la letra siguiente del alfabeto aparece en el medio del versículo. Y se sigue la misma secuencia alfabética con todas las letras, una al comienzo del versículo y la siguiente en medio de este, desde la letra Alef hasta la letra Tav. Rashi observa que el Salmo 111 se enfoca en la

alabanza a Dios, mientras que el Salmo 112 alaba al justo, estableciendo así un contraste y una complementariedad entre ambos salmos.

Esta disposición alfabética refleja una profunda intención espiritual y didáctica. Facilita la memorización y proporciona una estructura ordenada para la meditación y la oración.

Orden y Estructura de los Salmos

Resulta, pues, que los salmos nos muestran la presencia de diferentes estructuras dentro del mismo texto. Por

eso, hay una estructura que corresponde a la forma en que están escritos e impresos en las ediciones conocidas, y otra estructura basada en el orden alfabético. El sabio Jidá ordenó todos los versículos del Libro de los salmos en forma alfabética en 22 capítulos correspondientes a las 22 letras del alfabeto hebreo. Así, encontramos dos estructuras básicas en el Libro de los Salmos: la estructura clásica de 150 salmos según el orden conocido popularmente, y la estructura alfabética, que revela enseñanzas profundas plasmadas por David.

Uso del orden alfabético en los salmos

El uso del orden alfabético en los salmos permite a la persona dirigirse al Creador de manera específica según sus necesidades, formando oraciones adecuadas siguiendo este patrón, tal como enseñó el sabio Jidá.

Método para realizar pedidos al Creador

Ahora bien, si una persona desea realizar un pedido al Creador siguiendo el método del sabio Jidá, necesita concentrarse en muchos versículos. Todo el Libro de los Salmos estaría dividido en 22 capítulos, cada uno conteniendo todos los versículos

que comienzan con una determinada letra del alfabeto hebreo. Si una persona quiere pedir algo que se escribe con varias letras, debe pronunciar todos los versículos que comienzan con cada una de las letras de su pedido.

Dado que no todos se pueden concentrar en tantos versículos, los sabios enseñaron un sistema basado en el Salmo 119. Este salmo tiene 8 versículos por cada letra del alfabeto hebreo, permitiendo elaborar el pedido con estos versículos. También existe otro sistema que utiliza un solo versículo por cada letra del pedido, tal como lo mencionó David en los salmos en forma aludida.

Recomendaciones de los sabios

Las recomendaciones de los sabios varían según las circunstancias. Por ejemplo, en el libro “Simush Tehilim” del sabio Hay Gaón, se enseña a utilizar los salmos correctamente según la situación para la cual se desea pedir. Y en otras circunstancias se utiliza el sistema mencionado por el sabio Jidá, y los demás sabios que hemos mencionado.