

# *Manantiales de la Torá*

*Una recolección de  
pensamientos del  
Rabino Elimelej  
Biderman Shlit"á*

*Shelaj*

בס"ד

# MANANTIALES de la TORÁ

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Mail@manantialesdelatora.com  
7184848136

*Recíbelo gratis en tu E-mail semanal*

## ¡SUSCRÍBETE HOY!

*Lashon Hakodesh*

**באר הפרשה**

subscribe+subscribe@beerhaparsha.com

*Inglés*

**Torah Wellsprings**

Torah+subscribe@torahwellsprings.com

*Yidish*

**דער פרשה קוואל**

yiddish+subscribe@derparshakval.com

*Español*

**Manantiales de la Torá**

info+subscribe@manantialesdelatora.com

*Francés*

**Au Puits de La Paracha**

info+subscribe@aupuitsdelaparacha.com

*Italiano*

**Le Sorgenti della Torah**

info+subscribe@lesorgentidellatorah.com

*Ruso*

**Колодез Торы**

info+subscribe@kolodetzstory.com



**OFICINA EN U.S.A** · Majon Beer Emunah  
1630 50th St, Brooklyn NY 11204  
718.484.8136

**OFICINA EN ERETZ ISRAEL**

מכון באר האמונה  
רח' דובב מישרים 4/2  
עיה"ק ירושלים תנ"ב"א  
025 688 040

**יו"ל ע"י מכון באר אמונה**

**COPYRIGHT 2026** כל הזכויות שמורות

La duplicación de este folleto en cualquier tipo de formato para la venta o marketing, sin el permiso escrito de Majon Beer Emunah, es en contra de la Halajá y la ley.

# Manantiales de la Tora

## Shelaj

### Un momento de Teshubá

El Pasuk dice (14:24) ועבדי כלב עקב היתה רוח אחרת עמו וימלא אחרי והביאתיו אל הארץ אשר בא שמה וזרעו ירשנו, *mi siervo Kaleb, porque un espíritu diferente estaba con él, y me siguió de todo corazón, lo traeré a la Tierra a la que vino, y su descendencia la poseerá.* Rashi escribe que esto significa que su descendencia heredará Jebrón.

Kaleb fue enormemente recompensado por decirles a la nación que lograrán conquistar Eretz Israel, como dice (13:30) ויהם כלב את העם אל משה ויאמר עלה נעלה וירשנו אתה כי יכול נוכל לה, *Kaleb silenció a la nación hacia Moshé y dijo, seguramente ¡Asciende y conquístala, porque sin duda podemos hacerlo!* R' Moshé Feinstein zt"l explica que cuando Kaleb le dijo a la nación que conquistarían Eretz Israel, le creyeron.

Kaleb logró llevar a la nación a la fe. Todos se arrepintieron por un momento y creyeron que Hashem los llevaría a Eretz Israel.

Su Teshubá no duró mucho, porque inmediatamente después, los Meraglim le dijeron a la nación que no triunfarían y que no conquistarían la tierra, como dice (13:31) והאנשים אשר עלו עמו אמרו לא נוכל לעלות אל העם כי חזק הוא ממנו, *las personas que subieron con él dijeron, no podemos subir a ese pueblo, porque es demasiado fuerte para nosotros* Todo Bene Israel les creyó, y una vez más, lloraron y temieron ir a Eretz Israel. Sin embargo, Kaleb merecía una gran recompensa, porque logró aunque solo fuera por muy poco tiempo que la nación se arrepintiera, y el valor de la Teshubá es incalculable, incluso

cuando dura solo un momento.

inconmensurable y sumamente especial<sup>1</sup>.

R' Moshé Feinstein compara esta idea con la Halajá que permite profanar el Shabat para salvar la vida de una persona, incluso si la profanación del Shabat solo le concede un instante más de vida (חיי שעה). Un instante de vida es tan valioso se permite la profanación del Shabat. Del mismo modo, un instante de Teshubá es

El Midrash dice, Kaleb se puso de pie sobre un banco y dijo הם (Shshsh), y todos guardaron silencio, preparados para escuchar lo que iba a decir. Kaleb dijo (14:7) טובה הארץ מאד מאד, *la tierra es muy, muy buena*. Hakadosh Baruj Hu le dijo a Moshé טובה גדולה אני מחזיק לו, *tengo un gran Hakarat Hatob para Kaleb* y le dará una gran recompensa porque tenía Najat Ruaj porque Kaleb dijo estas palabras.

---

1. R' Gedalya Moshé zt"l de Zvhil le preguntó a alguien por qué no asistía a una Derashá de Musar (a la que acudía mucha gente). El hombre respondió que, aunque el orador lograra inspirarlo para hacer Teshubá, sabía que poco después volvería a sus viejas costumbres, así que ¿qué sentido tenía?

R' Gedalya Moshé respondió que la Teshubá, aunque sea por un instante, es invaluable. Le contó la historia de una persona que se ahogaba en el mar. Alguien nadó hasta él y lo sacó del agua, salvándole la vida. Entonces el salvador dijo, solo puedo mantenerte fuera del agua durante media hora. Después tendré que soltarte y volverás a caer al mar. ¿Aceptaré la persona que se está ahogando la oferta de media hora de vida, siendo que no voy a vivir mucho tiempo, puedes arrojarme al mar ahora? Sin duda, elegirá la vida, aunque sea solo por media hora. Lo mismo puede decirse de la Teshubá. Aunque no dure mucho, el valor de incluso un instante de Teshubá es enorme.

El Midrash añade el Pasuk (Debarim 1:36) זולתי כל בן יפנה, *excepto Kaleb* y explica que la palabra זולתי significa לזה יוחר מומשים, *estaba conmigo*, más de 600.000 Yehudim. En concreto, Kaleb estaba con Hashem.

Esto se debe a que él llevó a la nación a la Teshubá, aunque ella solo duró unos momentos.

El Sifte Tzadik escribe que aprendemos de aquí que una persona cuyo corazón cambia continuamente de un lado a otro, que a veces sube y a veces baja, es muy preciosa para Boré Olám en el momento en el que fue buena.

### **La recompensa proviene de la lucha**

El Pasuk dice (Kohelet 10:1) יקר מחכמה מכבוד סכלות מעט, *más preciosa que la sabiduría y el honor es una gota de necedad*. El Ramak explica que el Pasuk describe la grandeza de Klal Israel frente a los Malajim. Los Malajim no

luchan contra su Yetzer Hará, y por lo tanto, no pueden hacer *Tikunim* (rectificaciones espirituales), ni pueden crecer a niveles superiores. Los seres humanos que tienen Yetzer Hará, pueden lograr tanto cuando sirven a Boré Olám. El Pasuk dice יקר מחכמה מכבוד, *más preciosos que los sabios y honrados Malajim son סכלות מעט*, Bene Israel que tiene una gota de necedad, que es el Yetzer Hará. El factor Yetzer Hará hace que nuestra Avodat Hashem sea mucho más especial que la de los Malajim.

Moshé les dijo a los Meraglim (13:17) ועליתם את ההר, *subirán la montaña*. El Brit Abraham escribe que la palabra הר representa el Yetzer Hará (véase Suka 52a). El Pasuk nos dice que cuando nos enfrentamos al Yetzer Hará, ועליתם את ההר, podemos ascender a niveles espirituales muy elevados. Las luchas y desafíos que atravesamos nos otorgan niveles espirituales y son ellas las que hacen que

nuestra Avodat Hashem sea  
preciosa para Boré Olám.<sup>2</sup>

**El deseo de servir a Boré  
Olám**

**2.** Alguien le preguntó a R' Uri Zohar zt"l, ¿quién cree usted que recibirá una mayor recompensa en el Olam Habá, alguien que nació religioso o alguien que fue criado irreligioso? Usted proviene de un entorno irreligioso y participó de una cultura inmersa en todo el materialismo de este mundo. Luego, se esforzó mucho para lograr su Teshubá y cambiar todos sus hábitos pasados. En contraste, algunas personas fueron criadas con la Torá y las Mitzvot durante toda su vida. Estudiaron en el Jeder, asistieron a la Yeshibá y estudiaron en un Kolel. Durante toda su vida, vivieron en un ambiente santo y puro, rodeados de Yehudim que siguen el camino de la Torá. Para ellos es fácil observar la Torá y las Mitzvot. ¿No cree usted que sus pruebas son mucho mayores que las de ellos? Y, por lo tanto, ¿no está de acuerdo en que recibirá una recompensa mucho mayor en el Olam Habá que ellos?"

R' Uri Zohar respondió que no es así. Quienes fueron criados con Kedushá, Torá y Mitzvot durante toda su vida, obtendrán una recompensa mayor que yo, porque sus desafíos son mayores que los míos. Experimenté todos los placeres que este mundo ofrece, y sé que son placeres vacíos e insatisfactorios. Cuando hice Teshubá, experimenté la alegría de estudiar Torá, la alegría de cuidar Shabat y cumplir las Mitzvot: ¡una alegría sin límites! Es indescriptible. La alegría de la Torá y las Mitzvot es tan grande, y el otro mundo no tiene nada que ofrecer, que me resulta fácil elegir lo espiritual y despreciar lo material. Sin embargo, quienes fueron criados con Kedusha podrían pensar que el otro mundo tiene algo que ofrecer. Se sacrifican para vivir como Yehudim religiosos. No obstante, permanecen firmes y no siguen las tentaciones de su corazón. Permanecen en el mundo de la Kedusha. Por lo tanto, su recompensa será sin duda mayor. (Añadió que el Yetzer Hará también lo visita. No hay persona que no sea puesta a prueba. Sin embargo, como sabe por experiencia que el Yetzer Hará no tiene nada que ofrecer, le resulta fácil decir "no".

El Pasuk dice (13:16) ויקרא משה להושע בן נון יהושע, *Moshé llamó a Hoshea bin Nun, Yehoshua*. Moshé agregó una ' a su nombre, y הושע se convirtió en יהושע, colocando el nombre de Hashem יה al principio de su nombre.

Rashi escribe que al hacerlo, Moshé rezaba por él. Rashi escribe להתפלל עליו, ק"ה יושיעך מעצת המרגלים, *rezó por él, para que Hashem, lo salvara (הושע) del consejo de los Meraglim*. Esta Tefilá ayudó a Yehoshua, y no participó en la grave Averá que cometieron los Meraglim.

Sin embargo, el Midrash explica que no se trató de una Tefilá, sino de una profecía. Moshé dijo una profecía ק"ה יושיעך מעצת מרגלים, *Hashem ciertamente te salvará del consejo de los Meraglim*.

El Yetav Lev explica que Moshé sabía que Hashem protegería a Yehoshua de esta Averá y de la vergüenza de los Meraglim porque Yehoshua deseaba cumplir con la voluntad de Hashem.

Cuando uno desea servir a Boré Olám, Hashem lo ayuda. Así fue como Moshé supo con certeza que Hashem ayudará a Yehoshua a superar esta prueba.

Para explicarlo, el Yetav Lev cita la Guemará que dice, el Yetzer Hará de la persona se fortalece cada día, y si el Hakadosh Baruj Hu no lo ayuda, no podría superarlo. El Yetav Lev cita a su abuelo, el Ismaj Moshé zt"l, quien analiza esta Guemará y pregunta ¿Por qué Hashem solo ayuda a los Tzadikim a vencer el Yetzer Hará? ¿Por qué Hashem no ayuda también a los Reshaim a superar su Yetzer Hará? Además, si los Tzadikim tienen éxito en la batalla contra el Yetzer Hará únicamente porque Hashem los ayuda, ¿qué los hace mejores que los Reshaim? ¿Los Reshaim también harían el bien si Hashem los ayudara!

El Ismaj Moshé explica que Hashem ayuda a los Tzadikim porque desean

sinceramente hacer el bien. Luchan contra el Yetzer Hará, hacen todo lo que pueden y, por lo tanto, Hashem los ayuda. Como dicen Jazal *הבא לטהר מסייעין אותו, quien intenta purificarse recibe ayuda.* Además, dice (Shemot 25:3) *כי תראה חמור שנאך רבץ תחת משאו וחדלת מעזב לו עזוב תעזב עמו, cuando veas el asno de tu enemigo caído bajo su carga, no dejarás de ayudarlo; al contrario, lo ayudarás.* Sobre las palabras *עזוב תעזב עמו, sin duda debes ayudarlo,* explican Jazal, solo estás obligado a ayudar a tu prójimo si él se esfuerza por ayudarse a sí mismo. Si intenta levantar al animal, debes ayudarlo. Pero si no hace nada y dice tienes la obligación de ayudarme, no estás obligado a hacerlo. De la misma manera actúa Boré Olám con nosotros. Si nos esforzamos por ayudarnos a nosotros mismos, Hashem nos ayuda. Sin embargo, si somos negligentes y no nos ayudamos a nosotros mismos, y no intentamos vencer el Yetzer Hará,

Hashem no viene a ayudarnos.

Moshé sabía que el deseo sincero de Yehoshua era cumplir la voluntad de Hashem, por lo que pudo testificar con confianza *ק"ה וישיעך מעצת המרגלים Hashem sin duda lo ayudará, y no fallará en la prueba de los Meraglim.*

La Torá (15:41) escribe (y lo decimos al final del Shemá), *אני ה' אלוהיכם אשר הוצאתי אתכם מארץ מצרים להיות לכם לאלוהים אני ה' אלוהיכם, Yo soy Hashem, tu D-os, que te saqué de la tierra de Mitzrayim para ser tu D-os yo soy el Hashem, tu D-os.* La Guemará explica que las palabras *אני ה' אלוהיכם* están mencionadas dos veces, porque Hashem está diciendo que en el futuro castigará y dará recompensa. La Guemará cuenta la historia de una persona que estuvo a punto de cometer un grave pecado, pero sus Tzitzit le golpearon en la cara y lo detuvieron. En ese momento, dijo esta lección: hay castigo y hay

recompensa, y este discernimiento le ayudó a vencer al Yetzer Hará.

El Jidushe Harim desarrolló un poco más esta lección. La primera vez que aparece la expresión *אני ה' אלוקיכם* en este Pasuk, se refiere a los milagros que Hashem realizó por nosotros en Yetziyat Mitzrayim. Como dice *אני ה' אלוקיכם אשר הוצאתי ממצרים*, Yo soy Hashem, tu Di-s, quien te sacó de la tierra de Mitzrayim. El propósito era *להיות לכם לאלוקים*, para que seamos Sus seguidores, por lo que Hashem será nuestro Di-s. La segunda vez que se dice *אני ה' אלוקיכם*, se refiere a nuestros tiempos. Cuando una persona desea servir a Boré Olám, Hashem realizará milagros para ayudarlo a lograrlo.

Citamos al Jidushe Harim *מתעורר כל הניסים והנפלאות, מייצאת מצרים לסיוע ועזר לאדם שרוצה לעבוד ה' ית' todos los milagros y maravillas de Yetziyat Mitzrayim surgen para ayudar a la persona que desea*

*servir a Boré Olám.* Depende de él anhelarlo, desearlo, intentarlo, y entonces Hashem lo ayudará, incluso de manera milagrosa. Puede merecer milagros similares a los que ocurrieron en Yetziyat Mitzrayim, para ayudarlo a cumplir la voluntad de Hashem. Todo comienza con su deseo de hacer el bien.

## Tefilá

R' Berí'nyu de Sadigura zt"l dijo que la preparación para la Tefilá consiste en pensar en los siguientes cuatro Pesukim que contienen la palabra *מה*. (Tehilim 8:2) *מה אדיר שמך בכל*, (Tehilim 8:5) *מה אנוש כי*, (Debarim 10:12) *מה ה' אלקיך*, (Tehilim 31:20) *מה רב טובך אשר צפנת לראיך*.

Para explicarlo, contó un Mashal de un rey que fue de caza con sus sirvientes. Llevaron al bosque todo lo que el rey pudiera necesitar: flechas, armas de fuego, comida,

bebida y una pipa de oro, ya que al rey le gustaba relajarse fumando al aire libre. Pero se olvidaron de algo: no llevaron fósforos para encenderla.

Cuando el rey se detuvo a descansar en el suelo del bosque para fumar su pipa, se inquietó al descubrir que no tenía fósforos. Pidió a sus sirvientes que buscaran a alguien y le pidieran uno. Los sirvientes encontraron a una persona que estaba descansando y fumando su pipa. Tenía cerillas, pero se negó a darle una al rey. El sirviente le dijo, piensa en quién te pide este favor, ¿es el gran rey! Piensa en quién te lo pide, ¿es el gran rey!, y piensa en quién eres tú, una persona pobre e indefensa. Piensa en lo que te pide: solo un fósforo que cuesta unos centavos. Piensa en la recompensa que el rey puede darte por dársela. ¿Cómo puedes negarte?

De manera similar, antes de hacer Tefilá, uno

debe pensar ante quien está haciendo Tefilá. Ante el Todopoderoso Hashem, como dice (Tehilim 8:2) *מה אדיר שמוך בכל הארץ, cuán poderoso es Tu nombre en toda la tierra.* También uno debe considerar quién es. He aquí, dice (Tehilim 8:5) *מה אנשי, כי תזכרנו, qué es un hombre débil para que te acuerdes de él.*

Además, uno debería pensar (Debarim 10:12) *מה ה' אלקיך שואל מעמך כי אם ליראה, ¿qué te pide Hashem, tu Dios? Solo que lo temas.* No es una petición tan grande. Además, reflexiona (Tehilim 31:20) *מה רב טובך אשר צפנת לראיך, ¡Cuán abundante es tu bondad que has reservado para los que te temen!* Esto nos habla de la fuerza de la Tefilá. Tiene el potencial de transformar la naturaleza y de cumplir todos los deseos del corazón. Entonces, ¿quién no correría a por la oportunidad de hacer Tefilá con Kavaná?

## Shemirat Enayim

Mucha gente piensa que cuidar los ojos no es realmente una obligación, sino un buen hábito. Sin embargo, la Torá lo considera una obligación, como dice (15:39) *ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם*, *no se desviarán detrás de vuestros corazones y detrás de sus ojos*.

El Mishná Berurá (75:7) escribe que todas las opiniones coinciden en que mirar a una mujer, incluso a su dedo meñique, con la intención de obtener placer, es transgredir la prohibición *לא תתורו... אחרי עיניכם*.

El Share Teshubá (3:64) escribe: muchos cometen el error de profanar sus santos sentidos. Respecto al sentido de la vista, la Torá dice *ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי*

*עיניכם*. Esto significa que no debemos mirar a las mujeres casadas ni a otras Arayot, para que no caiga en pecado.

El Sefer Derej Pikudeja escribe que muchos consideran que esto es solo una idea bonita y no se abstienen de mirar a las mujeres. Debes saber, amigo mío, que esto está prohibido por la Torá.

El Rambam (Hiljot Teshubá 4:4) escribe que uno de los pecados más difíciles de enmendar es la de mirar donde no se debe. El Rambam escribe que es difícil arrepentirse de esta falta porque “no sabe que mirar es una falta grave, ya que conduce a la falta de mirar, como dice: *ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם*”<sup>3</sup>.

---

3. R' Moshé Feinstein (Igrot Moshé Oray Jaim 40) escribe, Cuando caminas por la calle, todos tienen la obligación de mirar hacia abajo, pero no de la manera que los פרושים קיזאי lo hacen.

Los פרושים קיזאי se mencionan en la Guemará (Sotá 22b.) son personas que quieren dar la impresión de ser santas y de cuidar sus ojos, pero no es cierto. Pretenden ser santos para engañar a la gente,

El Ravad escribe, la primera de todas las puertas y límites es proteger los ojos, porque cuando protege sus ojos, su corazón está protegido, y cuando sus ojos y su corazón están protegidos, toda su esencia está protegida. Pero si no protege sus ojos, r"l, ciertamente caerá y cometerá Averot, como Jazal nos dicen, el ojo ve, el corazón desea y el cuerpo completa [la Averá]".

Jazal nos cuenta que la אשה השונומית le dijo a su marido (Malajim 2, 4:27) הנה נא ידעתי כי איש אלקים קדוש הוא *he aquí, ahora sé que él [Elisha] es un hombre santo de Di-s.* ¿Cómo supo esto? R' Ayvun dice que nunca la miró en todos sus días.

Los Jajamim dicen al respecto que quien se protege de las miradas es llamado santo. Estamos descubriendo que todo depende de proteger los ojos. Si uno protege sus ojos, es santo.

El Pasuk dice (Bereshit 33:5) וישא את עיניו וירא את הנשים ואת אילדים ויאמר מי אלה לך ויאמר הילדים אשר חנן אלקים את עבדך, *[Esab] alzó los ojos y vio a las mujeres y a los niños, y dijo, ¿quiénes son estos para ti? Y [Yaakob] dijo, los hijos con quienes Hashem ha favorecido a tu siervo.*

Al analizar este Pasuk, entendemos que cuando Esab preguntó a מי אלה לך, *¿quiénes son estos para ti?* Estaba preguntando por las mujeres y los niños. Yaakob fingió no darse

---

porque quieren que confíen en ellos. La palabra קיאי proviene de la palabra דם, מקיז, que significa sangrar. Rashi explica, él finge cuidar sus ojos para no mirar a las mujeres, y así, se golpea la cabeza contra la pared y sangra.

R' Moshé dice que una persona está obligada a proteger sus ojos mientras camina por la calle, etc., pero no hasta el punto de golpearse la cabeza contra la pared.

cuenta de que Esab también preguntaba por las mujeres, y le respondió únicamente sobre los niños, הילדים אשר חנן אלוקים את עבדך.

El Shaj al Hatorá explica que Yaakob, con cautela, no quería avergonzar a su hermano. Por eso, le

respondió como si pensara que Esab solo preguntaba por los niños.

De lo anterior aprendemos que incluso para Esab, sería una vergüenza y una deshonra no ser cuidadoso con sus ojos<sup>4</sup>.

4. La Guemará dice que es mejor caminar detrás de un león que detrás de una mujer. El Imre Noam, citando al Gaón de Vilna, escribe que, cuando una persona camina detrás de un león, comete el pecado de asesinato (לא תרצח), ya que pone en peligro su vida. Sin embargo, esto es preferible a caminar detrás de una mujer y cometer el pecado de Arayot (לא תנאף).

R' Zelmele de Volozhin zt"l (alumno del Gaón de Vilna) solía caminar por el lado de la calle por donde corrían las aguas residuales. Prefería hacerlo así que por el centro de la calle. La gente le preguntaba por qué, ya que probablemente estaría transgrediendo la prohibición de estudiar Torá en presencia de un olor desagradable. Estaba tan apegado a la Torá que le resultaba casi imposible dejar de pensar en ella. Basándose en la Guemará citada anteriormente, contestó que es mejor caminar detrás de un león que detrás de una mujer. Las mujeres caminan por el centro de la calle, por lo que él prefería caminar por el lateral. Aunque probablemente estaría transgrediendo la prohibición de pensar en la Torá donde no debía, consideraba que esto era mejor que tener que caminar por el medio de la calle.

La siguiente historia me la contó uno de los nietos de R' Vosner zt"l, que a su vez la había escuchado de primera mano.

Uno de los alumnos de R' Vosner vivía en Londres. Quería que R' Vosner estuviera presente cuando su hijo se pusiera los Tefilín por primera vez. Deseaba que su hijo tuviera el privilegio de que

el gran Rab le colocara los Tefilín en el brazo y la cabeza. Meses antes del Bar Mitzvá, llamó a R' Wosner para contarle sus planes y pedirle permiso para acompañar a su hijo. R' Wosner aceptó, pero le pidió que lo llamara de nuevo una semana antes del Bar Mitzvá. Cuando volvió a llamar poco antes del Bar Mitzvá, R' Wosner le dijo que no venga.

El padre dijo que su hijo se sentiría muy decepcionado. Estaba seguro de que iría a Bene Berak, y de que el Posek de la generación le dará todas las Berajot. R' Wosner respondió que los aeropuertos suponen un gran desafío para Shemirat Enayim. Todo lo que el niño ganaría al ponerse los Tefilín con él, se perdería debido a las visiones prohibidas.

El padre dijo que ya había comprado boletos para él y su hijo. R' Wosner respondió que aun así, no vale la pena transgredir la Avera de *ענייכם ואחרי לבבכם ותורו אחרי* ni siquiera una vez.

Los Jasidim cuentan la siguiente historia:

Hace 150 años, los Jasidim de Slonim viajaban de Teveria a Yerushalayim para Shabuot. Entre ellos se encontraba el renombrado Jasid R' Noaj Weinberg zt"l.

Los Jasidim contrataron a un carretero, un judío simple, para que los llevara a Yerushalayim. Este humilde carretero tenía una preocupación cada año durante los días de Sefirat Haomer, temía equivocarse y contar el día equivocado.

Entonces se le ocurrió una solución. Hizo un nudo en la cuerda que usaba para atar a sus burros por cada día que contaba. Al contar los nudos de la cuerda, sabía qué día de la Sefirá era.

Durante este largo viaje a Yerushalayim, los burros necesitaban descansar y comer. Los ataron a un árbol con una cuerda y les dieron paja. Sin embargo, uno de los burros comenzó a mordisquear la cuerda hasta que fue imposible saber cuántos nudos tenía. El carretero exclamó, ¡El burro se comió toda mi Sefirá! ¡No sé dónde estoy en el mundo! ¡No sé qué día es el Omer!

R' Noaj vio esto y les dijo a sus amigos, entiendan lo que podemos aprender de este episodio. Todos tenemos nuestro asno, nuestro

## La Teshubá comienza con la protección de los ojos.

El Naví dice (Tzefania 3:20), בשובי את שבותיכם לעיניכם אמר ה' R' Moshé Kobriner zt"l explica, בשובי את שבותיכם cuando quieres hacer Teshubá, el primer paso es לעיניכם, proteger los ojos. Con Teshubá, puedes elevarte a niveles muy altos, y el primer paso es proteger los ojos<sup>5</sup>.

Jazal nos dicen, una persona no comete una Averá a menos que entre en ella un רוח שטות, *un espíritu necio*. Primero se recibe una gota de locura,

r'l, y luego se comete una Averá. El Pasuk dice (Debarim 28:34) והיית משגע ממראה עיניך אשר תראה, *te volverás loco por la visión que verás ante tus ojos*. El Mishnat Jasidim explica que מהיית משגע significa que un espíritu necio y loco se ha apoderado de ti. Esto es terrible, porque conduce al pecado. ממראה עיניך, esto ocurre cuando no eres cauteloso con lo que miras.

El Pasuk dice (Yeshayahu 27:6) יציץ ופרח ישראל. Los Tzadikim explican יציץ si una persona mira donde no debe, ופרח ישראל, su santidad, el atributo de

---

Yetzer Hará, y debemos tener mucho cuidado de que no se coma los nudos, las barreras y las salvaguardas que levantamos para protegernos de él.

Hay que evitar las malas compañías, las tecnologías innecesarias y mirar donde no se debe, porque, aunque uno piense que no habrá consecuencias negativas, las hay. Cuando el carretero ató su burro al árbol, no tenía ni idea de que estaba a punto de perder todos sus nudos.

**5.** Cuando recitamos el Shemá, nos cubrimos los ojos (véase Brajot 13b). El Yeshuot Moshé de Vizhnitz zt"l explica que esto se debe a que durante el Shemá aceptamos el yugo del cielo. El primer paso es proteger nuestros ojos.

Israel que está en él, se va volando.

El Sefer Majaze Enayim pregunta por qué las lágrimas brotan de los ojos y no de ninguna otra parte del cuerpo. Incluso cuando una persona siente dolor en una extremidad, esta no llora; solo los ojos lo hacen. ¿Cuál es la explicación?

Escribe que esto se debe a que los ojos del hombre son el origen de todas las aflicciones y que estas resultan en castigo. Por lo tanto, cuando una persona siente dolor o tiene un problema grave, son los ojos los que lloran. Esto se debe a que los ojos son las extremidades que

originaron todas estas aflicciones y problemas.

El Pasuk dice (Tehilim 119:136) פלגי מים ירדו עיני על לא שמרו תורתך, *arroyos de agua cayeron de mis ojos porque no guardaron Tu Torá*. El Pasuk comienza en singular, עיני, “mis ojos” y concluye en plural, לא שמרו, *no guardaron*. ¿Por qué dice שמרו על לא שמרו תורתך, *lloro porque no guardaron la Torá*, en plural? La respuesta es que el Pasuk se refiere a los ojos. No guardaron la Torá. Miraron donde no debían haber mirado, y esta es la fuente y raíz de todas las Averot. Por lo tanto, particularmente mis ojos lloran, y ninguna otra parte del cuerpo.<sup>6</sup>

## 6. El Maguid de Brisk dijo un Mashal:

La policía fronteriza vigila las fronteras del país para impedir que los contrabandistas importen mercancías sin pagar impuestos. Sin embargo, si logran cruzar la frontera, el labor policial se vuelve mucho más complejo. Tendrán que registrar cada ciudad en busca del contrabando, lo cual es una tarea ardua. Un país es extenso y resulta fácil ocultar la mercancía para evitar ser detectado.

La idea es que el Yetzer Hará quiere introducir “su mercancía” a través de las puertas, que son los ojos. Desde los ojos, envía su

El Kedushat Levi explica la secuencia de las letras, ך, ם, ץ, ף, ץ. La letra ך es redonda y está cerrada por todos lados. Por lo tanto, ף, ץ, ץ significa que debe cerrar los ojos y la boca. Debe cerrar los ojos para no ver lo que no debe y cerrar la boca para no hablar lo que no debe. Esto nos lleva a la siguiente letra, ץ, que lo convertirá en un Tzadik. Porque es imposible ser un Tzadik no se es cuidadoso con los ojos y con las palabras.

### Se recomienda precaución

La Torá no especifica, no mates porque tienes la naturaleza para hacerlo. Tampoco dice, no codicies

lo ajeno, porque solemos desviarnos tras estas cosas. Sin embargo, en respecto a la obligación de proteger los ojos, la Torá nos advierte de que tendemos a dejarnos llevar por esta tentación. Como dice (15:39) ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם אשר אתם זונים אחריהם, *no se desviarán detrás de vuestros corazones y detrás de sus ojos, tras los cuales te extravías*. Esta es la única Mitzvá de la Torá en la que se nos advierte que debemos tener cuidado porque tendemos a desviarnos y a cometer esta Averá. La Torá nos instruye a buscar soluciones y técnicas para proteger nuestros ojos, ya que es muy difícil mantenerse precavido<sup>7</sup>. Para todas las

---

mercancía prohibida a todo el cuerpo del Yehudí. Si una persona protege el límite, es decir, no mira donde no debe, le será fácil vencer al Yetzer Hará. Pero si no protege la entrada —los ojos— y mira donde quiere, ahora le será muy difícil, porque tendrá que revisar todas sus extremidades para encontrar dónde el Yetzer Hará ocultó su mercancía. El Maguid de Brisk concluye, toda persona temerosa del cielo debe cerrar los ojos para no ver el mal y no permitir que el Yetzer Hará entre en su territorio.

7. El Pasuk dice (15:39) ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם אשר אתם זונים אחריהם,

demás Averot de la Torá, basta con hacer una Kabalá Tobá de no cometer la Averá. Sin embargo, cuando se trata de la Averá relacionada con los ojos,

además de la Kabalá Tobá, uno debe establecer Guedarim, límites y salvaguardas para evitar cometer la Averá<sup>8</sup>.

---

*no se desviarán detrás de vuestros corazones y detrás de sus ojos., tras los cuales te desvías.* De estas palabras, entendemos que la naturaleza del hombre es dejarse llevar por sus ojos, entonces, ¿cómo puede la Torá exigirnos ואחרי עיניכם ולא תתורו... *que no nos desviemos tras los ojos?* ¿Cómo podemos estar obligados a ir en contra de la naturaleza que está arraigada en nosotros? El Jidushe Harim contesta que, si bien la naturaleza innata de las personas es dejarse llevar por los ojos, una persona también tiene espiritualidad en sí misma, que la inspira a proteger sus ojos y a buscar hacer la voluntad de Hashem. Ahora tiene libre albedrío, escuchar la inspiración de Kedushá o seguir el impulso natural de su naturaleza, y puede elegir sabiamente, de acuerdo con la voluntad de Hashem. El Jidushe Harim explica, este Pasuk [que nos obliga a proteger nuestros ojos], Hashem garantiza de que hay una chispa de Kedushá en cada Yehudí, que nos permite superar el Yetzer Hará y no ceder a las tentaciones el corazón y de los ojos. Y, como ya explicamos, si elige hacer el bien, Hashem lo ayudará.

8. El Pasuk dice (Bamidbar 9:13) והאיש אשר הוא טהור ובדרך לא היה *pero el hombre que era Tahor y no estaba de viaje.* R' Naftali de Ropshitz zt"l repitió, citando al Jozé de Lublin zt"l, que este Pasuk sugiere que si una persona es Tahor, aparentemente no viajó. Esto se debe a que cuando uno viaja, es más difícil ser cuidadoso con su Kedusha (cuidar sus pensamientos y sus ojos).

Un Bajur le comentó al Lev Simjá de Gur zt"l que le resultaba difícil controlar sus ojos al caminar por la calle. El Lev Simjá respondió, entonces, no camines por la calle. Luego, el Lev Simjá guardó silencio por unos instantes y dijo, si piensas pensamientos de Torá al caminar por la calle, no verás nada. Cuando la mente

## Segulá para Parnasá

El Bet Abraham enseña que proteger los ojos es Mesugal para Parnasá, porque dice אשר אתם זנים y la palabra זנים proviene de la palabra מזונות, Parnasá.

El Pasuk dice (Yeshayahu 33:15-16) ועוצם עיניו מרעות ברע הוא מרומים ישכון מצדות סלעים משגבו לחמן נתן מימיו נאמנים *Quien cierra sus ojos para no ver el mal, morará en lo alto; fortalezas rocosas serán su defensa; su pan le será dado, y*

su agua estará asegurada. Rashi explica, quien guarda sus ojos no buscará pan, porque el cielo se lo dará. Todas sus necesidades le serán satisfechas. Esto significa que guardar los ojos es un medio para recibir el sustento y todas las necesidades.

El Pasuk dice (Bamidbar 11:7) והמן כורע גד הוא ועינו כעין *הבדולה, el Man era como una semilla de cilantro, y su apariencia era como la apariencia de un cristal. El*

---

está ocupada con la Torá, incluso si accidentalmente ve algo que no debería, no deja huella en su mente.

Sobre todo, porque se siente reconfortado por sus pensamientos sagrados sobre la Torá, y no quiere pensar ni ver aquello que lo haría impuro. Por lo tanto, meditar en la Torá ayuda a proteger la vista.

El Rebe de Belz zt"l, aconsejó estudiar Maharsha como una Segulá para la pureza de pensamiento. Desconocemos el motivo de este consejo, pero una cosa es segura: solo se puede comprender un Maharsha sobre un Tosafot después de comprenderlo a fondo. Y solo se puede comprender un Tosafot después de conocer claramente la Guemará. Por lo tanto, para estudiar Maharsha, es necesario estudiar la Guemará y los Tosafot con profundidad. Al hacerlo, la mente se centra en la Torá, lo que purifica los pensamientos. Si uno repasa la Guemará, los Tosafot y Maharsha, etc., mientras camina por la calle, esto le ayudará a proteger sus ojos.

Man representa a la Parnasá. La Torá nos dice ועינו עין הבדולה, Cuando sus ojos sean cristalinos y puros (es decir, cuando sea cauteloso con ellos), recibirá Man (Parnasá)<sup>9</sup>.

El Pasuk dice (Tehilim 145:15) עיני כל אליך ישברו ואתה נותן להם את אכלם בעתו, *los ojos de todos te miran con esperanza, y les das su alimento a su tiempo*. La palabra ישברו se puede traducir como “descanso”. El Pasuk dice que si una persona se rompe los ojos, lo que significa que los protege, tendrá Parnasá.

Proteger los ojos tiene otras Segulot, como asegurar una buena memoria.

Una vez alguien acudió al Maguid de Brisk y le pidió una Segulá para

mejorar su memoria, ya que sentía que su memoria se había vuelto muy débil y en constante deterioro. El Brisker Maguid respondió ¿Por qué necesitas buscar una Segulá? Todos los días, dices la Segulá, como dice (15:39-40) ולא תתורו אחרי לבבכם... למען תזכרו, *no se desviarán detrás de vuestros corazones y detrás de sus ojos*. ... para que se recuerden.

El Maguid de Brisk menciona esta historia en su Sefer גיא חיון y escribe, Esto se debe a que mirar a un Averá, y pensar en un Averá, debilita la memoria de una persona. Esto es cierto y todos los eruditos médicos están de acuerdo.

El Maguid de Brisk prueba esta idea con el hecho que R' Yosef y R' Sheshet del Talmud, ambos

---

9. El Pasuk dice (Shmuel 1, 16:7) כי האדם יראה לעינים וה' יראה ללבב, *el hombre ve lo que es visible a los ojos, mientras que Hashem ve el interior del corazón*. El Bet Israel zt"l dijo que ללבב es Roshe Tebot de בית, *la casa, ropa, casa*. Esto significa que si el Yehudí cuida sus ojos, ה' יראה ללבב, Hashem se ocupará de todas sus necesidades y no le faltará nada.

con una memoria prodigiosa para la Torá. R' Yosef era llamado Sinaí (véase Brajot 64a), y Rashi escribe que esto se debe a que era un experto en todas las Beraytot. La Guemará también nos dice que R' Jisda se sentía avergonzado ante la gran memoria y la erudición de R' Sheshet.

Ahora bien, tanto R' Yosef como R' Sheshet eran ciegos. Esto sugiere que quien cuando uno no

contamina sus ojos, tendrá una memoria prodigiosa.<sup>10</sup>

El Reshit Jojma enseña que el ojo tiene cuatro colores. (Aunque aparentemente solo hay tres colores en el ojo, existen países donde se tienen cuatro). Además, si se observa con atención, se puede apreciar un anillo delgado de otro color alrededor del iris. La esclerótica (la parte blanca del ojo) representa los océanos que rodean el mundo. El

---

**10.** Esta historia ocurrió hace dos años. Un Abrej empezó a tener muchos olvidos. Olvidaba la Torá y también asuntos mundanos. Además, tenía problemas de salud y dificultades económicas. Acudió a los médicos para averiguar la causa de su pérdida de memoria. El martes, durante Parshat Shelaj 5783, un médico le dijo que, tras todas las pruebas realizadas, no habían encontrado una solución.

Dos días después (jueves, parashá Shelaj), escuchó un Shiur sobre la Parshá y oyó la Segulá del מוחה עינים, que cuando uno cuida sus ojos, es una Segulá para una buena memoria. Reflexionó sobre sus caminos y discernió de que no había tenido cuidado con sus ojos durante bastante tiempo. Hizo una Kabalá para ser precavido con sus ojos y estudiar el Sefer מוחה עינים porque tenía un fuerte deseo de recuperar su memoria. Ese deseo era más fuerte que el Yetzer Hará que lo incitaba a mirar donde quisiera. Unos días después, sintió que las cosas mejoraban. Recuperó la memoria. Su salud también mejoró y salió del aprieto financiero en el que había estado durante mucho tiempo.

anillo de color representa todos los países del mundo. El iris representa Yerushalayim. Por lo tanto, si el Yehudí no cuida sus ojos, contamina los lugares

más sagrados del mundo y todo el planeta. Por el contrario, si el Yehudí cuida sus ojos, merece que la Shejiná habite en él<sup>11</sup>.

**11.** El Baba Sali zt"l le dijo una vez a alguien que sabía exactamente dónde estaba en ese momento. El Baba Sali le dijo el nombre del lugar, y el hombre lo admitió. La gente quedó asombrada —era Ruaj Hakodesh— y le preguntaron al Baba Sali cómo había alcanzado tal nivel. El Baba Sali respondió, cuando uno protege sus ojos de ver lo que no debe, sus ojos se abren para ver la espiritualidad.

Los Taamim (canticos) sobre las palabras ולא תתורו son אולא גרש, que se puede traducir como "divorcio/destierro".

Esto se debe a que el Pasuk habla de cuidar los ojos. Cuando uno no es cuidadoso con sus ojos, es desterrado y separado de la Shejiná, e incluso de su propia familia, como bien se sabe de las tragedias que causa la tecnología. Cuando es cuidadoso con sus ojos, אולא גרש, todas estas formas de separación y problemas desaparecen, y la vida se vuelve buena para él.

El Ben Ish Jai analiza los placeres de tres mundos: (1) este mundo, (2) גן עדן התחתון, el Gan Edén inferior, y (3) גן עדן העליון, los placeres del Gan Edén superior. Escribe que el placer principal en este mundo es la comida y la bebida. El placer principal del Gan Edén inferior es el olfato (los buenos aromas que allí se encuentran). El placer principal del Gan Edén superior es la vista, porque en este mundo, los Tzadikim se sientan y disfrutan del resplandor de la Shejiná.

El rostro humano representa estos tres mundos y placeres. Está la boca, encima de ella, la nariz, y aún más arriba, los ojos. La boca representa los placeres de este mundo, que provienen del consumo de alimentos y bebidas. Sobre la boca se encuentra la nariz, que representa el placer del Gan Eden inferior, el placer del olfato.

Otro beneficio de Shemirat Enayim es que te libra de todos tus problemas. El Tikune Zohar escribe, כל דינין תליין בדיבורא וכן בעיינין, *todos los castigos se deben al habla y a los ojos*, como afirma Jazal, אין לו לדיין אלא מה שענינו רואות. En estas palabras se alude a que los Dinim ocurren cuando las personas no son cautelosas con sus ojos.

Sin embargo, la recompensa por proteger los ojos es muy grande.

Rabenu Yona enseña que, cuando una persona no levanta la vista, sus ojos merecerán ver בנזעם ה', *la dulzura de Hashem*. Esta es su recompensa מדה כנגד מדה. Como dicen los Jajamim quienquiera que baje la vista para no mirar Arayot, merecerá ver la Shejiná, como dice (Yeshaya 33:15) ועצם עיניו מראה ברע, *el que cierra los ojos para no ver el mal*, y luego dice (ibid. 33:17) מלך ביופיו תחזינה עיניך, *un rey en su belleza mirará tus ojos*.

---

Más arriba están los ojos, que representan los placeres del Gan Eden superior, el placer de la vista.

R' Shmuel Shapiro zt"l, uno de los grandes jasidim de Breslev, era extremadamente cuidadoso con sus ojos. Cuando falleció y estaban a punto de enterrarlo, R' Tzvi Jeshin Shlit"a le preguntó a R' Yaakob Meir Shejter shlit"a ¿Qué está haciendo R' Shmuel ahora?

R' Yaakob Meir respondió, ahora está abriendo los ojos. Sus ojos estuvieron cerrados toda su vida, y ahora pueden abrirse para ver la espiritualidad que adquirió tras una vida entera de Mesirut