



## EL SIGNIFICADO DE UNA BRAJÁ

El día judío está marcado por la recitación de una variedad de bendiciones (en hebreo: **brajá**; en plural: **brajot**). Estas bendiciones cumplen diversos propósitos espirituales:

Alabar a Dios como la fuente de todo bien (1)

Agradecerle a Dios por las cosas que disfrutamos (2)

Traer al mundo la bendición de Dios (3)

En general, las **brajot** comienzan con la expresión: “*Baruj Atá Adonai* – Bendito eres Tú, Dios”. De esta manera expresamos nuestro deseo de que Dios sea bendecido. Por supuesto, filosóficamente necesitamos entender cómo un ser humano puede dar una bendición a Dios, Quien no carece de nada, creó toda la existencia y tiene una capacidad y un poder infinito. La respuesta es que Dios eligió que el mundo no funcionara independientemente, sino que la manutención del mundo dependiera del esfuerzo espiritual del hombre. Dios lo hizo de esta manera porque Él quería que el hombre comprendiera su completa dependencia de Dios, que debe rezar constantemente para satisfacer sus necesidades. En consecuencia el hombre se siente cerca de Dios y entiende que depende de su constante beneficencia.(4)

De esta manera, podemos decir que la tarea del hombre es “*bendecir a Dios*”, persuadir a Dios (por así decirlo) para que traiga bendición al mundo. Por lo tanto, *Baruj Atá Adonai* significa: Que sea Tu voluntad, Dios, permitirte a Ti mismo ejercer Tu poder de bondad hacia la humanidad.(5)

Otra palabra que comparte la raíz con **brajá** es **brejá**, que significa manantial. Esto alude al hecho de que recitar una **brajá** abre la **brejá**, el manantial de bendiciones Celestiales. De esta forma, el hombre se vuelve socio de Dios en la manutención del mundo.(6)

Este mismo tema queda aludido en las letras que forman la raíz de la palabra **brajá**: **bet**, **reish**, **jaf**, cuyo valor numérico es **2**, **20** y **200**. Mientras que el número uno representa la cantidad mínima de cualquier cosa, el dos da comienzo a la serie de multiplicidad. La palabra **brajá** está formada por todos los “dos”, en alusión al poder de la **brajá** para traer bien adicional al mundo.(7)

Otros comentaristas explican que *Baruj Atá Adonai* es una declaración de reconocimiento: “Tú, Dios, eres la fuente de todas las bendiciones”. Una **brajá** sirve como un humilde recordatorio respecto a que nuestro alimento, otros placeres e incluso los desafíos no son sólo el resultado de nuestras elecciones humanas, sino que todo es el regalo de un Dios



que nos ama.<sup>(8)</sup> Este concepto se refleja en la palabra **brajá**, que tiene relación con la palabra **berej**, que significa rodilla. Al recitar una brajá “doblamos nuestras rodillas” (por así decirlo) y nos inclinamos al reconocer el rol central de Dios para proveer nuestro sustento.<sup>(9)</sup> Decir **brajot** nos convierte en socios de Dios para sacar a la luz la santidad de la creación. Antes de morder una manzana, le agradecemos a Dios por crear la manzana y de esta forma transformamos el acto mundano de comer en un acto sagrado.<sup>(10)</sup>

## **LA MECANICA DE LA BRAJÁ**

Todo el que alguna vez haya tratado de rezar sin duda encontró el desafío de saber cómo y cuándo dirigirse a Dios. El Talmud afirma que cualquier alabanza que podamos decir sobre Dios es insuficiente,<sup>(11)</sup> como elogiar a un multimillonario por uno de sus dólares. Los Sabios de la Gran Asamblea resolvieron este problema al componer un conjunto estandarizado de **brajot** (matbea shel tefilá). Entender el significado de las **brajot** y el poder que ellas poseen puede transformar un hábito monótono en un ritual profundamente significativo.

En cada brajá hay cuatro componentes básicos:

*La palabra “baruj”*

*El nombre de Dios*

*Una referencia al reinado de Dios sobre el mundo*

*El tema particular de la brajá*

Siempre y cuando estos cuatro componentes se incluyan, la **brajá** es válida incluso si faltan algunas palabras. Sin embargo, si falta alguno de estos cuatro elementos, la **brajá** no tiene validez.<sup>(12)</sup>

Es importante entender los nombres de Dios que aparecen en las **brajot**:

**YHVH** (el cual se escribe pero no se pronuncia) se refiere a que Dios trasciende cualquier limitación, incluso de tiempo y espacio

**Adonai** se refiere a Dios como el Amo de toda la creación

**Eloheinu** se refiere a Dios como la Fuente de todo el poder <sup>(13)</sup>

Está prohibido decir el nombre de Dios en vano. Esta es una grave ofensa que se encuentra enumerada en los Diez Mandamientos.<sup>(14)</sup> Por lo tanto no se debe decir una **brajá** en un momento inadecuado ni de forma inapropiada, o si no cumple ningún propósito (brajá levatalá).<sup>(15)</sup> Se puede decir una **brajá** en cualquier idioma, pero es



preferible hacerlo con el texto original en hebreo.<sup>(16)</sup> Al oír que alguien dice una **brajá**, es adecuado responder “**Amén**”. Esto es una afirmación de la bendición como una alabanza a Dios.<sup>(17)</sup>

## ***BENDICIONES RELACIONADAS A LOS ALIMENTOS***

La mayoría de las bendiciones que se dicen durante el curso del día se encuentran dentro del contexto del servicio de plegarias. (Por ejemplo, las 19 bendiciones de la Amidá se dicen tres veces al día).

Las bendiciones sobre el lavado de manos y al usar el baño.

La bendición al enterarse del fallecimiento de un pariente.

Además, hay bendiciones especiales que se dicen al observar fenómenos naturales como relámpagos, terremotos o al ver el océano, y una bendición que se dice al salvarse de una situación peligrosa. Hay otras bendiciones que se dicen al sentir el aroma de diversas fragancias naturales.

**Las brajot que se recitan antes y después de comer.**

### ***Bendiciones antes de comer***

El Talmud afirma que todo el mundo pertenece a Dios, Quien creó todo, y disfrutar de Su creación sin Su consentimiento es similar a robar.<sup>(18)</sup> Cuando reconocemos que nuestro alimento viene de Dios, Él nos otorga permiso para disfrutar de los placeres del mundo. Por eso decimos una bendición antes de comer cualquier alimento.

La bendición que se dice antes de comer o beber se conoce como **brajá rishoná** (literalmente: “primera bendición”).<sup>(19)</sup> Los Sabios agruparon todos los alimentos y bebidas en seis categorías diferentes y asignaron a cada una de estas categorías su propia **brajá rishoná**.

El texto básico de estas brajot comienza de la misma manera: **Baruj Atá Adonai, Eloheinu Melej haolam** – Bendito eres Tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo”. Luego de esta frase continúa el tema de la **brajá**, es decir, una de las seis categorías a las cuales pertenece ese alimento.<sup>(20)</sup>

### **Pan**

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Hamotzí lejem min haaretz*

Bendito eres tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,



Quien saca el pan de la tierra.

### **Vino**

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Boré pri hagafen*

Bendito eres tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,  
Quien crea el fruto de la vid.

**Cinco especies de granos** (Trigo, cebada, centeno, espelta, avena), o arroz:

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Boré minei mezonot*

Bendito eres tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,  
Quien crea especies de alimento.

### **Frutas**

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Boré pri haetz*

Bendito eres tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,  
Quien crea el fruto del árbol.

### **Verduras**

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Boré pri haadamá.*

Bendito eres tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,  
Quien crea el fruto de la tierra.

### **Otros alimentos y bebidas**

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Sheakol nihié bidvaró.*

Bendito eres tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,  
Quien crea todo con Su palabra.

La obligación de decir una **brajá** se aplica cuando se consume cualquier cantidad de alimento o bebida. (21)



¿Qué ocurre cuando deseas probar la comida, pero no la tragas? Entonces no es necesaria una brajá. (22)

No se debe efectuar ninguna interrupción entre el recitado de la brajá y comer un bocado del alimento. (23)

Lavarse las manos para comer pan

Antes de comer pan (es decir, al decir la bendición hamotzí), primero se debe efectuar un lavado ritual de las manos y recitar la bendición al **netilat iadaim**. (24)

El lavado de manos antes de comer pan

Verter agua sobre ambas manos y decir:

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Asher kideshanu bemitzvotav*

*Vetzivanu al netilat iadaim.*

Bendito eres tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,

Quien nos ha santificado con Sus mandamientos

Y nos ordenó el lavado de las manos.

Se secan las manos.

Se debe tener cuidado de no hablar hasta comer un bocado de pan.

### ***Bendiciones después de la comida***

Una vez que nos hemos saciado, bendecimos nuevamente a Dios y expresamos nuestro agradecimiento por lo que Él nos ha dado. La bendición que se recita después de comer o de beber se conoce como una **brajá ajaroná** (la brajá posterior). (36)

El Midrash (37) cuenta que la tienda de Abraham estaba ubicada en el medio de un camino entre las ciudades y que estaba abierta en las cuatro direcciones para que cualquier caminante fuera bienvenido a un festín real. Inevitablemente, al final de la comida los huéspedes querían dar las gracias a Abraham. Él les decía: *“No me deben agradecer a mí. Dios nos provee el alimento y nos mantiene momento a momento. ¡A Él deben agradecerle!”*. Aquellos que se negaban a la idea de agradecerle a Dios tenían una alternativa: pagar el precio completo de la comida. Pero al considerar el alto precio de una comida fabulosa en el desierto, Abraham lograba inspirar incluso a los escépticos para que *“probaran agradecerle a Dios”*.

Si bien la mayoría de las bendiciones por la comida fueron instituidas por los Sabios, hay una bendición que tiene el nivel de una obligación de la Torá: **Birkat HaMazón** –el



agradecimiento después de las comidas. Esta obligación se basa en el versículo de Deuteronomio 8:10: **“Comerás, te saciarás y bendecirás a Dios”**.

**Birkat HaMazón** sólo se dice después de comer una comida que incluye pan. (38) Si la comida no incluye pan, entonces se siguen las siguientes reglas:

La **Brajá Meein Shalosh** (la bendición triple) se dice cuando se come una cantidad mínima de:

**Uno** de los cinco granos (trigo, cebada, centeno, espelta, avena) (39)

**Uno** de los frutos de Israel (uvas, aceitunas, dátiles, higos, granadas) (40)

**Vino** o jugo de uva (41)

Por todo el resto de los alimentos, la **brajá** posterior que se dice es (42):

*Baruj Atá Adonai*

*Eloheinu Melej haolam*

*Boré nefashot rabot vejessronán*

*Al kol ma shebarata*

*Lajaiot bahem nefesh kol jai*

*Baruj Jai haolamim*

Bendito eres Tú, Hashem, Dios nuestro, Rey del universo,  
Quien creas numerosos seres vivientes con sus deficiencias  
Por todo lo que Tú has creado para mantener la vida de todo ser vivo  
Bendito Seas, la vida de los mundos.

### **CONCLUSIÓN**

Cuentan que un Rebe jasídico tomó una manzana en la mano y también su estudiante tomó una manzana. Cada uno dijo una **brajá** y comenzó a comer. Cuando terminaron, el Rebe le dijo a su Discípulo:

¿Sabes cuál es la diferencia entre tú y yo? Tú tenías hambre y querías comer una manzana. Pero para hacerlo, primero necesitabas decir una **brajá**. En mi caso, yo observé la belleza de nuestro mundo y deseé con desesperación alabar a Dios. Dado que nuestros Sabios fijaron **brajot** en el contexto de alabanzas a Dios, necesité tomar una manzana. En otras palabras, tú dijiste una **brajá** para comer la manzana, y yo comí la manzana para decir una **brajá**.

En varios niveles, las brajot son una maravillosa oportunidad para conectarnos con Dios decenas de veces al día.

**Notas:**



- 1 Midrash Shojer Tov 9
- 2 Salmos 100 con Radak y Malbim
- 3 Rabenu Bejaia (Deut. 8:10)
- 4 Rambán (Deut. 32:27)
- 5 Esto nos ayuda a entender un sorprendente pasaje talmúdico: Rabí Ishamel el Gran Sacerdote estaba una vez en el Kodesh Kodashim del Templo y oyó que Dios le decía: "Ishmael, hijo mío, bendíceme". Rab'í Ishmael le respondió: "Sea Tu voluntad que Tu atributo de misericordia contenga a tu enojo, y que Tu misericordia prevalezca sobre todos Tus otros atributos..." Sin duda alguna, Dios podría haber actuado sin el perdono a Rabí Ishamel. Pero Dios desea que Su bondad sea impulsada por el hombre. Por eso Él le dijo: "Bendíceme" (Talmud – Brajot 7a, con Jidushei Agadot Rashba)
- 6 Rabenu Bejaia (Deut. 8:10)
- 7 Maharal (Tiferet Israel 34)
- 8 Abudraham (Seder HaTefilá Shel Jol)
- 9 Sefer HaBahir (Ot Dalet)
- 10 Nefesh HaJaim 2:4
- 11 Rambam (Iesodei HaTorá 1:7)
- 12 Oraj Jaim 214:1, con Mishná Berurá
- 13 Oraj Jaim 5:1
- 14 Éxodo 20:7
- 15 Oraj Jaim 215:4
- 16 Oraj Jaim 62:2, con Mishná Berurá 3
- 17 Oraj Jaim 198:1
- 18 Talmud – Brajot 35b
- 19 Oraj Jaim 172:1
- 20 Oraj Jaim 214:1
- 21 Oraj Jaim 210:1, con Mishná Berurá 19
- 22 Oraj Jaim 210:2
- 23 Oraj Jaim 206:3
- 24 Oraj Jaim 158:1
- 25 Oraj Jaim 178:3
- 26 Oraj Jaim 211
- 27 Oraj Jaim 168:6-7; 212:1
- 28 Oraj Jaim 174:8; 177:1-2
- 29 Oraj Jaim 167:2; 213:1
- 30 Oraj Jaim 204:8, con Mishná Berurá 43, 55
- 31 Oraj Jaim 179:1; 217:1; Shu"t Igrot Moshé (Oraj Jaim 2:57)
- 32 Oraj Jaim 178:1, con la introducción de Mishná Berurá
- 33 Sin embargo en una situación de peligro de vida, cuando está permitido consumir un alimento de esta clase, se debe recitar una brajá (Oraj Jaim 204:9). Asimismo, en un día de ayuno como Iom Kipur, una persona enferma que come por orden del médico pero alguien que transgrede el ayuno no dice brajá (Oraj Jaim 196:1).
- 34 Talmud – Baba Kama 94a; Mishná Berurá 196:3
- 35 Oraj Jaim 202:2, con Mishná Berurá 19
- 36 Oraj Jaim 207:1
- 37 Midrash Agadá (Génesis 21:33); ver también Talmud – Sotá 10b; Midrash Tanjuma (Lej Lejá 12); Midrash Rabá (Génesis 54); Midrash Shojer Tov (Tehilim 110).
- 38 OC. 168:6
- 39 Oraj Jaim 208:2
- 40 Oraj Jaim 208:1
- 41 Oraj Jaim 208:11
- 42 Oraj Jaim 307:1
- 43 Oraj Jaim 210:1
- 44 Mishná Berurá 184:20

Las leyes de las bendiciones, por Rav Shraga Simmons.

[www.aishlatino.com](http://www.aishlatino.com)