

YESHIVA PIRJEI SHOSHANIM PROYECTO DE ESTUDIO SOBRE EL REZO

# Tefilah - Lección 1



**Yeshiva Pirjei Shoshanim 2013**

**Escrito por: Rav. Naftali Espinoza**

**Este Shiur no puede ser reproducido de ninguna forma sin permiso del autor**

---

Rehov Rabbi Akiva 164, Bnei Brak 972.52.257.4154  
164 Village Path, Lakewood NJ 08701 732.370.3344 fax 1.877.Pirjei (732.367.8168)

# *El Orden Del Rezo*

## Lección

# 1

## Prefacio

El tema de la oración es un tema muy buscado pero es difícil de alcanzar. A nivel personal, la oración parece ser una experiencia impredecible. A veces nos sentimos conmovidos por la oración, mientras que otras veces no sucede así. Incluso cuando se busca el apego emocional durante la oración, uno no necesariamente satisface este objetivo. Para aquellos que no están satisfechos con la oración de memoria, todavía es muy difícil saber qué Oración del día será la más emotiva, satisfactoria y buena, ya que, la oración lucha contra el impulso del mal, pero gracias a esto, lograr una buena tefilah es más gratificante.

*“Incluso cuando se busca el apego emocional durante el rezo, uno no necesariamente satisface este objetivo”*

Sin embargo, la oración puede ser aprovechada como una experiencia de verdadero crecimiento en nuestro servicio a *Hashem (Avodat Hashem)*, a medida que aprendemos cómo manejarlo mejor y mejor cada día. Por tanto, sería muy presuntuoso tratar de preparar el plan de trabajo definitivo a la oración como respuesta a la vieja dificultad de encontrar la llave de la oración ferviente. Por el contrario, este trabajo, *be'ezrat Hashem* (con la ayuda de Di-s), debe servir como una herramienta útil de ayuda para lograr un rezo efectivo.

El objetivo de esta tarea monumental es aclarar lo importante del rezo en la vida de un Judío y ofrecer a todos, desde jóvenes a personas mayores, desde los principiantes a los 'veteranos', un enfoque y objetivo en sus Rezos trayendo su atención a muchas ideas que puede que nunca haya pensado. Una breve sinopsis y los antecedentes de cómo y por qué rezamos una oración específica serán delineados antes de cada sección de la oración con un énfasis en lo que debemos centrarnos en cada oración particular. Habrán halajot con una "sección de la Mujer" especial donde la Halajá es diferente para las mujeres.

Hoy, con toda la tecnología moderna que se ha introducido en nuestro estilo de vida, tenemos interminables presiones para cumplir con los plazos y está fuera de nuestras posibilidades, muchas veces, tener el tiempo, que tuvimos antes. Nuestras responsabilidades son tales que el lujo del tiempo para concentrarse en la oración es un premio que muy pocas personas pueden permitirse de disfrutar.

Nuestros Sabios han desarrollado un plan muy lógico para la oración que es el mismo día tras día, prácticamente todos los días del año. Como nuestro gran Rebe, *HaRav Hagaon Aryeh Leib Berenbaum*, de bendita memoria (*Z"l*) en cuya memoria se ha dedicado este trabajo, le enseñó a sus amados talmidim,

*"Ser el más sofisticado, es Ser el más simple."* Así también nuestros Sabios prepararon el más sofisticado plan para la *Tefilah*, pero presentado de la manera más sencilla.

Con este fin, ahora presentamos el Plan de trabajo para el Rezo: Una unión del alma.

Es nuestra esperanza que los distintos enfoques aplicados en este programa servirán como una herramienta indispensable en vuestra *Avodat Hashem*, para mejorar vuestra comprensión y proveer sentido para así saber a dónde nos dirigimos con nuestras oraciones diarias.

## Introducción

### El propósito del rezo

¿Por qué debemos rezar a *Hashem* por nuestras necesidades personales? ¿Si nosotros somos meritorios y merecedores, no lo recibiremos de todos modos? Si, *Hashem* nos colma con amabilidad todo el tiempo a pesar de que no oramos por ella. ¿Por qué entonces debemos orar por algo que *Hashem*, obviamente, no quiere que tengamos?

*Rav Simja Zissel Ziv*, de bendita memoria. (*Z"l*) el *Alter de Kelm* explica que la *Tefilah* en sí significa estar sirviendo a *Di-s* (*Avodat Hashem*). A través de la *Tefilah* mostramos que reconocemos que es *Di-s* quien está "a cargo". A través de la *Tefilah* ganamos el mérito para "merecer" Su ayuda divina así como también nos volvemos más "en contacto" con *Hashem* a través de este reconocimiento.

***Ya'ani Tefilahti leja Hashem eit ratzone<sup>1</sup>*** (En cuanto a mí, que mi oración a Ti, *Di-s*, este en el momento oportuno). Este verso se puede interpretar que orando a

---

<sup>1</sup> *Salmo* 69:14

Di-s, es en sí mismo un momento oportuno para llegar a estar más y más con nuestro Creador. Esto es verdad especialmente para los *Tzadikim*, que a veces el merito de obtener algo, sólo lo reciben a través de la oración. Nuestros sabios nos enseñan que la razón de esto es porque *Hashem* le gusta escuchar las oraciones de los *Tzadikim*. Por lo tanto vemos que el beneficio de la oración, es la oración misma. Por supuesto, también es cierto que a través de la oración podemos ganar méritos para recibir regalos, de *Hashem*, por cosas que de otro modo no lo habríamos merecido.

Sin embargo, debemos tener cuidado de no engañarnos a nosotros mismos que con la oración sincera y constante ya hemos logrado el reconocimiento final de *Hashem*. Eso es solo una etapa, ahora tenemos que reforzar nuestro **conocimiento** de *Hashem* a través de la oración constante, al igual que físicamente fuimos creados con la necesidad de comer varias veces al día. Hay demasiadas distracciones que opaca nuestro conocimiento de *Hashem* como para estar satisfechos con solo la sinceridad ocasional en la oración. Sin ejercicios en el servicio de la oración (*Avodá de Tefilah*), podemos fácilmente perder nuestro estrecho vínculo con *Hashem*.

## **Rezo –Tefilah**

La más común terminología en hebreo para el rezo, es la palabra *Tefilah*. Esta palabra tiene varios significados como vamos a explicar. De hecho, cuando rezamos en el idioma hebreo, cada verso que se pronunció puede tener varias connotaciones. Esta es una de las razones por la que es ventajoso rezar en el idioma hebreo.

Una explicación de la palabra *Tefilah* está basado en el verso en *Génesis 30: 8*:

***Vatomer Rajel naftulei Elokim niftalti im ajoti gam yojolti vatikra shemo Naftali***

*Y Rajel dijo: yo he rogado a Di-s y mi oración ha sido aceptado como las oraciones de mi hermana, y ella lo nombro Naftali. (Rashi basado en la interpretación de Onkelos<sup>2</sup>)*

De acuerdo a esta interpretación la palabra ***naftulei*** viene de la palabra ***Tefilah***.

**Rashi** ofrece otra interpretación a la palabra ***naftulei***, significa: medio para unir o conectar. Por lo tanto la palabra *Tefilah* lleva el significado de unión o fijación.

---

<sup>2</sup> Traductor de la Torah al arameo, en los tiempos de la era talmúdica más cercana

Toda la humanidad, a su manera, busca la conexión y unión definitiva con su Creador. ¿Por qué el hombre tiene ese empuje para conectarse con una fuerza mayor que no puede ser vista ni experimentada como cualquier otra cosa física en la vida?

La respuesta la encontramos justo en el principio de la Creación.

## Un Alma Divina: Un Sopro de vida

La Torah señala en Genesis<sup>3</sup> que:

Di-s formo al hombre del polvo de la tierra y El sopro en sus narices  
*aliento de vida* y el Hombre se convirtió en *alma viviente*.

**Onkelos**<sup>4</sup> explica que el termino *alma viviente* significa la capacidad única de hablar inteligentemente. De acuerdo al Maharal<sup>5</sup>, esta específica capacidad del Hombre debe ser utilizada para Rezar.

Evidentemente, la singularidad del hombre para expresar conceptos e ideas a través de la palabra se cultiva mejor en el rezo. Si la gente se diera cuenta de que toda nuestra existencia es sólo una manifestación de la voluntad de *Hashem*, y si internalizaran este concepto, las persona vivirían sus vidas de manera muy diferente.

Desde este punto en la Creación y en adelante, toda la humanidad ha sido naturalmente impulsada por una fuerza que busca de nuevo la unión con su Creador.

Dado que toda la humanidad recibió un alma de su creador, "El soplo en su nariz el alma de vida", todos tienen esta calidad. Nuestros Sabios explican que esto significa que al igual que cuando uno sopla un soplo en algo, uno sopla desde el interior de sí mismo, del mismo modo, cuando Di-s soplo un alma en el hombre, El puso parte de su alma Divina dentro del hombre. Por lo tanto, el alma entregada por Di-s siempre anhela estar conectado con su fuente inicial, Di-s, al igual que un imán es atraído hacia otro imán. Esta alma se conoce como la "vela de Di-s" (*neir Hashem*).<sup>6</sup> La llama de una vela esta siempre hacia arriba, meciéndose para atrás y adelante, al igual que un *Judio* que se balancea de un lado a otro durante la Oración.<sup>7</sup>

---

<sup>3</sup> Genesis/Bereishis 2: 7

<sup>4</sup> Principios de la era talmúdica, traductor de la Torá al arameo

<sup>5</sup> Nesivos Olam

<sup>6</sup> Proverbios/Mishley 20:27

<sup>7</sup> My Prayer – Elie Munk pg. 7

*Kole haneshama teballel kob, Halehyab*<sup>8</sup> (Que mi alma entera alabe a Di-s, *Halehyab*). Con estas palabras, el Rey David sella su libro de salmos.

Las palabras del *Yalkut Shimoni* añaden mucho sentido a este final. El *Yalkut* interpreta la palabra hebrea *Neshamá* (alma) como *Neshimab* (aliento). Por cada aliento de vida vamos alabando a Di-s. Esto se refiere al aliento de vida impartida por Di-s, que es nuestra alma. Alabémosle por darnos este regalo. Que cada aliento que tomamos, nos recuerdan su grandeza y mostramos nuestra deuda con él. De esta forma el *Alshij* explica, el alma reconoce que su único propósito por el que reside en un cuerpo físico es sólo para alabar a Di-s, de lo contrario, debería haber permanecido en las esferas espirituales. *Halehyab!*

## Rezos Repetitivos

Por lo general, rezamos el mismo rezo todos los días, tres veces al día. ¿No habría sido mejor para cada individuo idear una oración sincera diferente cada vez que uno hace la *Tefilah*? Después de todo, *Tefilah* repetitiva puede llegar a ser engorroso y difícil.

El **Rambam** en el comienzo de *Hiljot Tefilah*, así como el **Abudraham** escribió que en un principio, antes de que los hombres de la Gran Asamblea estandarizaran la *Tefilah* de la *Amidá*, hoy en día nos referimos al *She'mone Esrei*, cada persona rezaba una *Tefilah* personal cada día. Después de que el primer Templo (*Beit HaMikdash*) fue destruido y los Hijos de Israel fueron dispersados entre las naciones del mundo, se hizo cada vez más dificultoso mantener la lengua nativa hebrea, y se hizo más y más difícil para todo el mundo expresar oraciones (*Tefilot*) con palabras claras y concisas.

Por lo tanto, se instituyó un formato y un texto específico para la *Tefilah* en hebreo, lo que permitió que todos se familiaricen con el texto (*Nusaj*) y rezaran una correcta *Tefilah*.

De hecho, el **Jafetz Jaim** OBM<sup>9</sup> (zt "l)<sup>10</sup> toma nota de que realmente es más difícil rezar fervientemente cuando recitamos la plegaria estándar tres veces al día. Por lo tanto, sugiere que cada individuo componga un breve rezo por sí mismo, además de los rezos ya establecidos y suplique a D-os con sincera devoción mientras recite las oraciones personales.

---

<sup>8</sup> 150:6

<sup>9</sup> De bendita memoria

<sup>10</sup> Hebreo para OBM

## Admitiendo un Poder Superior – Hashem

El Ramban<sup>11</sup> establece que el fin último de la creación fue para el hombre, para proclamar al Creador, *Hashem*, NOSOTROS SOMOS SU CREACION!

Esta es una declaración sorprendente. Nuestro único propósito en la creación es "*Rezar*" es decir, proclamar a Di-s - Reconocemos plenamente que Tú, *Hashem*, nos has creado y diriges todos los aspectos de nuestras vidas.

Esto tiene semejanza con la explicación previa del **Alter de Kelm** que la oración en sí misma es una forma de servicio a *Hashem*. Debemos reconocer que solo *Hashem* otorga la sabiduría, que nos da comprensión, que nos enseña la *Torá* y acepta nuestro arrepentimiento y nos concede el perdón, para redimirnos, etc, etc de esta forma más grande es nuestro apego a Él. Así se desprende de la interpretación de la palabra hebrea *Tefilah* o *Tafeil* - un vínculo o apegado.

La palabra *Tefilah* tiene otro significado. Proviene de la raíz de la palabra "*Paleil*", que significa juzgar, evaluar y aclarar. Un tribunal de justicia se llama "*Pelilim*" (Éxodo 21:22). Una persona que ora se llama "*Mispaleil*" conjugado en tiempo reflexivo de la palabra "*Paleil*". Por lo tanto, con la oración, esperamos mirarnos largo y seriamente a nosotros mismos para examinar por qué creemos que *Hashem* nos debe conceder nuestros deseos. Tenemos que ser nuestros propios jueces para evaluar si estamos a la altura de lo que estamos rezando, y no molestar a *Hashem*, por así decirlo, con las solicitudes frívolas. En este sentido, la oración adquiere otro de sus significados hebreos "juzgar". La *Tefilah* debe obligarnos a establecer metas y ambiciones en el servicio a *Hashem*, que debe ser nuestra única razón en la búsqueda de la salud y la felicidad, etc.

## Las múltiples facetas del Rezo

*Tefilah* es el término en hebreo para el Rezo en general. En esta categoría, hay diferentes tipos de oración en el que nos involucramos. Estas son<sup>12</sup>:

◆ Alabanza (*Shevach*)

---

<sup>11</sup> fin de la Parashat Bo

<sup>12</sup> Basado en la introducción del Sidur Maggid Tzedeck

- ◆ Gratitude (*Hodo'ab*)
- ◆ Suplicas para expiacion (*Tejnah*)
- ◆ Solicitud y petición de necesidades personales (*Bakashah*)

El denominador común es que todos estos rezos son la comunicación y las interacciones entre el hombre y su Creador.

En todas los rezos de la mañana hasta el *Amidá She'mone Esrei* y sus tres primeras bendiciones, estamos orando a Di-s por medio de la alabanza.

Las tres últimas bendiciones son rezos de gratitud y alabanza.

La sección central de la *Amidá She'mone Esrei* es donde oramos por medio de súplicas y peticiones personales, todo en forma de bendiciones de alabanza.

Por lo tanto, todas los rezos son una forma de alabanza a Di-s, incluso los que son para asuntos personales. Esto sigue el sentido del rezo como la unión del hombre con su Creador y en la introspección y la autocrítica al estar de pie delante de Di-s envuelto en el rezo.

## **Consejos Prácticos**

¿Cómo cultivamos este concepto fundamental del rezo en nuestros rezos diarios? ¿Cómo infundir el alma con un deseo ardiente y el sentimiento de proclamar a Di-s que somos sus creaciones?

Hay, obviamente, que hacer un esfuerzo para ser más conscientes de lo que uno esta rezando<sup>13</sup>. Orar a un Ser invisible es en sí misma una declaración de que se cree en Di-s y Su capacidad para responder a nuestras oraciones. Así que lo primero es ser consciente de que uno está de pie en oración ante Di-s, el Creador de todo el universo.

La próxima vez que usted entre a la sinagoga a rezar:

---

<sup>13</sup> Ver, *El arte del Rezo judío*, Rabbi Yitzchok Kirzner ז"ל, Judaica Press 1991



- ◆ Tomar un momento de reflexión y recordador las palabras del Ramban que nuestro único propósito en el mundo es proclamar a Di-s que SOMOS SU CREACION!
- ◆ Ser Nuestro propio Juez! Reflexionar sobre cómo justificar nuestras peticiones Salud, Familia, Trabajo, etc, etc

## Pesukei De'zimra – Versos con melodía

La *Guemará* en *Berajot 32a* afirma que hay que pedir a *Hashem* anteponiendo elogios elogios, por lo que comenzamos el *She'mone Esrei* con alabanzas a *Hashem*. Del mismo modo, comenzamos nuestras oraciones diarias con *Pesukei de'zimra*<sup>14</sup>, una colección de versos de alabanza a *Hashem* como introducción para nuestras peticiones posteriores en la oración.

Alternativamente, ganamos la cercanía a *Hashem* a través de la alabanza a Él, de esta forma llevaremos un rezo con un alto nivel de intencion. En la literatura cabalística *Pesukei De'zimra* se explica en el sentido de los versículos de corte, lo que nos ayudan a cortar las fuerzas del mal y las perturbaciones que interfieren con nuestra oración..

Recordemos el encuentro que nuestro padre *Jacob (Yaakov Avinu)* tuvo con el ángel de *Esav (Malaj Shel Esav)*. Después de hacer batalla con este ángel, *Jacob* finalmente lo alcanza y no lo dejó ir. El *Malaj* pide a *Jacob* que lo deje ir, "el amanecer ha llegado"<sup>15</sup>. ¿Qué hace que el ángel de *Esav* necesite irse antes del amanecer? *Rashi* comenta que en la madrugada era el turno de este *Malaj* de cantar alabanzas a *Hashem*. De hecho, este fue su papel más importante como un *Malaj*, de tener la oportunidad y el privilegio de cantar alabanzas a *Hashem*.

**Perek Shira** es una colección de alabanzas donde cada criatura canta a *Hashem*. De hecho se dice por recitaciones de rezos que toda la creación canta una alabanza a *Hashem* “¿Quién es como tu *Hashem*?”

Este concepto de cantar alabanzas a *Hashem* es la base del libro de los *Salmos (Tehilim)* del Rey *David*. Es el libro en el que la nación de **Israel** canta a *Hashem*, de generación en generación en los momentos de alegría, necesidad o dolor. *Mizmor Le'David (Del Rey David, una alabanza)*, *Jesed Mishpat Ashira Ashira; leja Hashem azameira*<sup>16</sup> (De la bondad y la justicia yo cantaré a ti *Hashem*)

---

<sup>14</sup> Tur Simon 51

<sup>15</sup> Genesis/ Bereishit 32:27

<sup>16</sup> Salmos 101:1

*La Gemara en Berajot*<sup>17</sup> entiende que este versículo se refiere a temas personales del rey David de alabanza a *Hashem* sin importar si estaba en un momento de la bondad o en un momento de juicio duro. De hecho, es la canción interior del alma de la nación judía, *Borji nafsbi es Hashem vejol krovaye es sbeim kodsbo*<sup>18</sup>; Mi alma alaba a *Hashem*, y todo mi interior a su Santo Nombre.

## Ferviente Rezo y Rezo Ferviente

El ferviente rezo y rezo ferviente son dos tipos de rezos. Un tipo de rezo es el texto estándar de *She'mone Esrei* establecido por las *Anshei Knesset Hagedolah*. El poder de la *Tefilah* es incorporada en el texto estandarizado y la *Tefilah* es potente por sí sola. Con una concentración mínima, estas *Tefilot* se elevan hasta *Shamayim* (Cielo) donde *Hashem* fácilmente las acepta.

Otro tipo de rezo es el rezo personal de un individuo que lo compuso por su cuenta para expresar una petición personal a *Hashem*. La naturaleza de tal *Tefilah* suele ser una *Tefilah* sentida y sincera, ya que viene desde lo más profundo de su corazón. Tal *Tefilah* también es fácilmente aceptada por el altísimo siempre que es sincero. Si el rezo no es sincero, sería rechazado inmediatamente.

El *Meshej Jojma* lo utiliza para explicar la terminología de nuestro patriarca *Jacob* (*Yaakov Avinu*) donde expresa la forma en que se llevó una parte de los amorreos con "mi espada y mi arco". El *Targum Onkelos* a ese versículo interpreta esto alegóricamente. Mi espada se refiere al poder de la "oración" y mi arco se refiere al poder de la "súplica". Fue a través del poder de la oración de Jacob que se sobrepuso a la nación de los amorreos. Explica el *Meshej Jojma*, hay una diferencia intrínseca entre una espada y un arco. Una espada es afilada y corta al oponente sin mucho esfuerzo. Por otro lado, el arco es la fuerza detrás de la flecha. Mientras más tenso está el arco con más fuerza entra en la flecha, y con mayor profundidad penetra. Lo mismo sucede con el rezo. Cuando se utiliza el rezo establecido por el *Anshei Knesset Hagedolah* es como la espada. Casi sin esfuerzo atraviesa todas las barreras y atraviesa los cielos. Por otro lado, una súplica personal requiere mucha concentración y esfuerzo para que pueda cumplir su objetivo, al igual que el arco y la flecha.

---

<sup>17</sup> *Daf* 60b

<sup>18</sup> *Ibid* 103:1

*Había una vez un muchacho joven, un ignorante total que no podía rezar una oración del Sidur. Un Yom Kippur fue a la sinagoga y se determinó a rezar a Di-s. Se quedó mirando el Sidur pero no pudo emitir sonido alguno. Por último, miró las letras en la página y clamó a Di-s: "Por favor Hashem, tome estas cartas y hace una oración en ellos, porque yo no puedo descifrar pero seguramente se puede!"*

## Rezando con devoción

Uno nunca puede pasar por alto la importancia de la devoción en la oración. Aunque se puede cumplir con la obligación de rezar incluso sin concentrarse en la oración de uno, sin embargo, uno debe tratar de orar con la concentración (*kavaná*) simplemente porque uno está rezando a la Di-s. A medida que el *Rosh* en su obra clásica *Orjot Jaim* sobre la ética, escribe: "Si tu hijo te pidiera por algo que él realmente quiere, pero él no tiene la debida atención al hablar con usted, no se enojaría con él?" Obviamente, entonces hay que hacer todo lo posible para concentrarse en la oración ya que si bien técnicamente se puede cumplir con su obligación en la oración, aún es posible que la oración pueda enojar a *Hashem*.

En el libro **Twersky sobre el Rezo**, *Rabino Twersky* discute el problema de la *Kavanah* (concentración) y atención durante el Rezo. Muchas veces, cuando uno se concentra en no permitir que los pensamientos de uno vaguen durante la oración, se hace aún más difícil mantenerse concentrado muchas distracciones más tienden a perturbar la concentración de uno. *Rabino Twersky* entonces sugiere tomar el control de nuestros pensamientos, centrándose en la oración en lugar de centrarse en tratar de bloquear los pensamientos que distraen. Él compara esto con alguien que se está ahogando y le lanzaron una cuerda para salvarlo. A pesar de todo el cansancio y la ansiedad que puede estar experimentando, va a agarrar la cuerda de salvamento con toda su energía y concentración. Incluso si hubiese un millón de dólares flotando a una distancia, nunca se sentiría tentado a soltar la cuerda e ir por el dinero. Este es el poder de estar centrado en el Rezo de uno. Esto es lo que la palabra hebrea *kavaná* connota. La palabra viene de la raíz *kavein* - para apuntar. Cuando uno aspira a algo, todo su enfoque converge en su objetivo. Todo lo demás se desvanece lejos.

*Rav Shimon Pinkus* OBM (של"ל) sugiere que para que uno se concentre mejor en la oración, es una herramienta útil estudiar el *Sidur* y aprender sus significados y sus leyes. Esto es, de hecho, el consejo del Rambam<sup>19</sup> lo recomienda para tratar con pensamientos pecaminosos. Afirma que uno debe usar su concentración en recordar pensamientos *Tora* todo el tiempo.

<sup>19</sup> *Leyes de relaciones prohibidas/Hiljot Isurei Bi'ah* 22:21

**YESHIVA PIRJEI SHOSHANIM PROYECTO DE ESTUDIO SOBRE EL  
REZO UNION CON EL ALMA - LECCION 1**

Una mente llena de pensamientos *Tora* no será fácil distraerse de pensar en otras ideas. Sólo una mente que carece de pensamientos *Tora* tiene espacio para que otros pensamientos entren.

Del mismo modo, si al Rezar, consume toda su energía en sus pensamientos acerca del Rezo mismo, él no será fácil de distraer con otros pensamientos mundanos. Esto se puede lograr mediante la obtención de la comprensión del propio Rezo y prestando mucha atención a su significado. Esto incluso puede lograrse simplemente centrándose en la pronunciación correcta de cada palabra o incluso simplemente mirando las letras de cada palabra en el *Sidur* (libro de oración). Esto por sí solo puede atraer la atención de uno durante el Rezo, sin dejar espacio en la mente para que entren otros pensamientos. Al igual que el arquero apuntando a su objetivo también lo podemos apuntar con nuestras oraciones para alcanzar *Hashem*.

## Preguntas:

1. Si Di-s conoce todas nuestras necesidades y sabe lo que nos merecemos, ¿De qué sirve entonces rezar a *Hashem*?
2. ¿Qué significado aprendemos de la palabra "*Tefilah*" desde el nombramiento de *Naftali* de parte de *Rajele*?
3. ¿Qué conexión física tiene el hombre con su Creador? ¿Las palabras hebreas capturan esta idea?
4. ¿Qué escribe el *Rambam* sobre la necesidad de crear un modelo uniforme de oración y cuando se llevó a cabo?
5. ¿Cómo el *Ramban* trata el propósito del hombre en la creación?
6. ¿Cuál es el significado de la palabra *Mispaleil* y por qué esta en tiempo reflexiva?
7. ¿Cuál es el propósito de recitar *Pesukei De'zimra* al comienzo de nuestras oraciones diarias?
8. ¿Qué beneficio obtenemos con el rezo del *She'mone Esrei* instituido por el *Anshei Knesset Hagedolá*?
9. ¿Cuál es el mejor método para permanecer enfocados en nuestras oraciones?