



Alimentación Kasher

Por: Days of Elijah Ministries
(Noviembre de 2022)

A. Definiendo términos

1. kashrut

- Es un término hebreo para referirse al conjunto de leyes dietéticas en las cuales se definen los alimentos permitidos y no permitidos para su ingestión, así como su manejo y preparación.
- Es una separación entre lo que es correcto para ingerir de lo que no es.
- Se deriva de la palabra kósher/kasher

2. kasher

- Concordancia Strong # 3787: raíz primaria. Propiamente significa estar derecho o recto. Por implicación: ser aceptable, también triunfar o prosperar; acertado, dirigir, lo mejor.
- Se encuentra en los siguientes versículos: Ester 8:5, Eclesiastés 10:10 y Eclesiastés 11:6.

Ester 8:5

*y dijo: Si le place al rey, y si he hallado gracia delante de él, si el asunto **le parece bien (kasher)** al rey y yo soy grata ante sus ojos, que se escriba para revocar las cartas concebidas por Amán, hijo de Hamedata, agagueo, las cuales escribió para destruir a los judíos que están en todas las provincias del rey.*

Eclesiastés 10:10

*Si el hierro está embotado y él no ha amolado su filo, entonces tiene que ejercer más fuerza; la sabiduría tiene la ventaja **de impartir (kasher)** éxito.*

Eclesiastés 11:6

*De mañana siembra tu semilla y a la tarde no des reposo a tu mano, porque no sabes si esto o aquello **prosperará (kósher)**, o si ambas cosas serán igualmente buenas.*

- Se podría traducir a correcto y se usa cuando un alimento cumple con las normas determinadas por kashrut (Ver significado más abajo).
- Se emplea también para referirse a objetos rituales, para calificar testigos y para determinar si una inmersión fue apropiada.

B. ¿Por qué el Eterno establece leyes dietéticas?

1. El Eterno espera santidad

Levítico 11:44-45

*⁴⁴ Porque yo soy el SEÑOR vuestro Dios. Por tanto, **consagraos y sed santos, porque yo soy santo**. No os contaminéis, pues, con ningún animal que se arrastra sobre la tierra. ⁴⁵ Porque yo soy el SEÑOR, que os he hecho subir de la tierra de Egipto para ser vuestro Dios; **seréis, pues, santos porque yo soy santo**».*

Levítico 20:22-26

*²² » Guardad, por tanto, todos mis estatutos y todas mis ordenanzas, y cumplidlos, a fin de que no os vomite la tierra a la cual os llevo para morar en ella. ²³ Además, no andéis en las costumbres de la nación que yo echaré de delante de vosotros; porque ellos hicieron todas estas cosas, yo los aborrecí. ²⁴ Por eso os he dicho: “Vosotros poseeréis su tierra, y yo mismo os la daré para que la poseáis, una tierra que mana leche y miel”. **Yo soy el SEÑOR vuestro Dios, que os he apartado de los pueblos.** ²⁵ Vosotros haréis una distinción entre el animal limpio y el inmundo, entre el ave limpia y la inmunda; no hagáis, pues, vuestras almas abominables por causa de animal o de ave o de cosa alguna que se arrastra sobre la tierra, los cuales yo he apartado de vosotros por inmundos. ²⁶ **Me seréis, pues, santos, porque yo, el SEÑOR, soy santo, y os he apartado de los pueblos para que seáis míos.***

2. Están relacionadas con la santidad a YHVH

- Connotación de santidad: separado / apartado

3. Lo que como afecta mi espiritualidad

- Somos lo que comemos.
- Siendo un pueblo diferente, tenemos que comer diferente. (Daniel 1:5, 8, 14 y 15)

4. Como consecuencia de ejercitar la santidad obtenemos salud y nos libramos de graves enfermedades. Primero obediencia y luego salud.

Éxodo 15: 26-

²⁶ Y dijo: Si escuchas atentamente la voz del SEÑOR tu Dios, y haces lo que es recto ante sus ojos, y escuchas sus mandamientos, y guardas todos sus estatutos, no te enviaré **ninguna de las enfermedades** que envié sobre los egipcios; porque yo, el SEÑOR, soy tu sanador.

5. **Lo que no es limpio es inmundo por lo que no es apto para nuestro consumo. La prohibición de consumir alimentos inmundos es con el fin de preservar nuestra vida y salud.**

Daniel 1:8

⁸ Se propuso Daniel en su corazón **no contaminarse** con los manjares del rey ni con el vino que él bebía, y pidió al jefe de los oficiales que **le permitiera no contaminarse**.

Isaías 65: 1-4

*Me dejé buscar por los que no preguntaban por mí;
me dejé hallar por los que no me buscaban.*

*Dije: «Heme aquí, heme aquí»,
a una nación que no invocaba mi nombre.*

² *Extendí mis manos todo el día hacia un pueblo rebelde,
que anda por el camino que no es bueno, en pos de sus pensamientos;*

³ *un pueblo que de continuo me provoca en mi propio rostro,
sacrificando en huertos y quemando incienso sobre ladrillos;*

⁴ *que se sientan entre sepulcros y pasan la noche en lugares secretos;
**que comen carne de cerdo,
y en sus ollas hay caldo de carnes inmundas;***

Proverbios 4:20-22

²⁰ *Hijo mío, presta atención a mis palabras,
inclina tu oído a mis razones;*

²¹ *que no se aparten de tus ojos,
guárdalas en medio de tu corazón.*

²² ***Porque son vida para los que las hallan,
y salud para todo su cuerpo.***

3 Juan 1:2

² *Amado, ruego que seas prosperado en todo así como prospera tu alma, y que **tengas buena salud.***

C. Propósito de las leyes dietéticas

1. Procurar la santidad reflejándonos en nuestro Elohim quien es santo. Siendo nosotros Su pueblo, tenemos que ser santos.
2. Obtenemos el beneficio de la santidad como resultado de observar las leyes de kashrut.

D. La santidad del cuerpo del Mesías

1. Hay un llamado del Eterno de que Su pueblo procure ser santo.

2. Nuestro cuerpo es templo de su Espíritu. Nos corresponde cuidar la morada del Espíritu de santidad. Recodemos el llamado a ser parte de un reino de sacerdotes y gente santa (Exodo 19:6). El Eterno nos da los medios para que seamos ese reino.

1 Corintios 6:12-19

*¹² Todas las cosas me son lícitas, pero no todas son de provecho. Todas las cosas me son lícitas, pero yo no me dejaré dominar por ninguna. ¹³ Los alimentos son para el estómago y el estómago para los alimentos, pero Dios destruirá a los dos. **Sin embargo, el cuerpo no es para la fornicación, sino para el Señor, y el Señor es para el cuerpo.** ¹⁴ Y Dios, que resucitó al Señor, también nos resucitará a nosotros mediante su poder. ¹⁵ **¿No sabéis que vuestros cuerpos son miembros de Cristo?** ¿Tomaré, acaso, los miembros de Cristo y los haré miembros de una ramera? ¡De ningún modo! ¹⁶ **¿O no sabéis que el que se une a una ramera es un cuerpo con ella?** Porque Él dice: **LOS DOS VENDRÁN A SER UNA SOLA CARNE.** ¹⁷ **Pero el que se une al Señor, es un espíritu con Él.** ¹⁸ Huid de la fornicación. Todos los demás pecados que un hombre comete están fuera del cuerpo, pero el fornicario peca contra su propio cuerpo. ¹⁹ **¿O no sabéis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, que está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros?***

3. Seguir las leyes de kashrut es una de las formas que el Eterno nos ofrece para alcanzar la santidad que Él espera. Recordemos que somos templo de Su Espíritu por lo cual debemos cuidar nuestro cuerpo por medio de los alimentos que ingerimos.

E. Animales tamé y tavor

1. Tamé: animales no aptos para el consumo. Son animales inmundos, impuros, contaminados y profanados. Contaminan el cuerpo. Cuidan del ambiente y del balance de la naturaleza. Limpian la tierra o el mar. Comen materia impura para mantener el ambiente limpio y sano. Tienen pieles duras o cascarones que no eliminan toxinas. Contienen bacterias y parásitos que los animales puros y el cuerpo humano, no pueden manejar. Consumir estos alimentos traen enfermedad y envenenamiento al cuerpo.
2. Tavor: animales puros, limpios y aptos para consumir.
3. En Levítico 11 el Eterno señala de una manera muy específica y precisa los animales que se pueden consumir, tanto de animales terrestres, como marinos, aéreos y hasta de insectos. Tomar un tiempo para leer y estudiar esta porción nos ayudará a ver con claridad lo que nuestro cuerpo debe o no debe ingerir con respecto a animales. Realizar búsquedas científicas nos ayudará a comprender la razón por la cual el Eterno nos lo prohíbe. Recuerda siempre que el deseo del corazón del Eterno es bendecirte y que seas saludable y próspero. Tu alimentación es crucial para determinar cuán lejos o cerca estás de la voluntad del Eterno.

F. Kashrut desde el principio

1. Desde la creación, el Eterno mostró el camino hacia la alimentación apropiada para nuestro cuerpo. De hecho, no todo lo que El creó se puede consumir.
 - Etapa #1: Desde la creación hasta el diluvio

- Vegetales y frutas con semillas (Génesis 1:29). Esto quiere decir que los alimentos actuales, alterados genéticamente para no dar semillas, no se deben consumir.
- Etapa #2: Luego del diluvio
 - Animales tahor (Génesis 8:20, Números 28:2)
- 2. Piensa: Si los animales inmundos no sirven para el sacrificio, tampoco sirven para nuestra alimentación. Recuerda nuevamente, tu cuerpo es templo donde mora la presencia del Eterno, su Espíritu de santidad. En tu altar no se debe sacrificar nada inmundo, entonces tampoco debes consumir alimentos determinados inmundos por el Eterno.

G. Tahor: Animales permitidos para consumo

1. Referencia: LEVÍTICO 11

- Clasificación de animales por 4 grupos
 - **Animales que caminan sobre la tierra**
 - a. Sus pezuñas deben tener dos cualidades: dividida y hendida, partida de arriba hacia abajo (Levítico 11:2-3 y Deuteronomio 14:6).
 - b. Rumiar: pastar, masticar alimentos por segunda vez. Regurgitar la pasta de la panza y masticar nuevamente. Normalmente estos animales tienen el estómago dividido en 3 o 4 cavidades.
 - c. Tienen que tener ambas características para ser consumidos: (1) pezuña hendida y dividida y (2) rumiar. Si no están estas dos características en el animal **NO** lo puede consumir una persona santa.
 - d. Prohibido consumir animales que andan sobre garras, animales que rumian sin pezuña hendida, animales con pezuña hendida que no rumia y animales sin estas dos características.
 - **Animales que habitan en las aguas**
 - a. Se consume solo animales que tienen aletas y escamas. Si no tienen estas dos cualidades juntas, no se pueden consumir.
 - b. Los animales marinos que no son kasher son considerados *shaketz* (abominable) para el Eterno.
 - **Aves o animales que vuelan**
 - a. La Torah no especifica la característica de las aves que se pueden consumir. No se pueden distinguir con seguridad.
 - b. Sin embargo, la Torah sí habla de las que no son aptas para consumo: aves de rapiña.
 - c. Los sabios identifican 4 características que debe reconocerse en un ave apta para consumo:
 - 1) No de rapiña (no descuartiza, desgarrar en pedazos con sus uñas)

- 2) La molleja y el buche pueden fácilmente despellejarse interiormente con la mano
- 3) El dedo del medio es más largo que los otros.
- 4) Posee un peñacho/cresta en la cabeza o espuelón (espuela).
- d. Con estas cualidades se identifican: gallina, codorniz según su especie, ganso según su especie, patos domésticos, pavo, palomas y guineas.
- e. Animales que vuelan que se pueden consumir: se refiere a insectos. Los que vuelan por encima de sus dos patas. Tienen dos patas que salen del cuello para impulsarse a saltar. Son insectos que no tienen coyuntura. En la actualidad, ninguna especie de saltamontes es permitida.
- **Animales que se arrastran sobre la tierra**
 - a. Reptiles: ninguno se puede consumir
 - b. Prohibición de comer criatura rastrera
2. **Alimentos en general:**
 - En la actualidad, debemos leer todos los ingredientes de los alimentos que consumimos y averiguar lo que significan si no lo entendemos (incluyendo los dulces/golosinas) para verificar que no contengan estos alimentos o sus derivados.
 - Es difícil poder identificar los ingredientes utilizados en los sazones de los alimentos que se ofrecen en los restaurantes. El mejor alimento es el que usted prepare en su casa.
3. **GMO:**
 - No debemos consumir ningún alimento genéticamente modificado.
 - Revisar siempre la etiqueta. Usualmente dice: Este alimento contiene alimentos modificados genéticamente. Esto puede aparecer incluso en alimentos orgánicos.

H. La santidad: es un estilo de vida

- Exige autocontrol y disciplina
- Debemos mantener la dignidad y altura en la cual fuimos creados para vivir

I. Leyes orales del pueblo hebreo que nos ayudan a observar la dieta Kosher:

1. Cualquier producto de animal tamé está prohibido con excepción de la miel, ya que la abeja no produce miel sino que es portadora de la misma.
2. Los animales tahor deben matarse conforme a la *ley de shejitah* que establece a un shojet, como persona entrenada para matar a un animal sin que este sufra. (La caza, el maltrato animal y hacer sufrir a un animal al matarlo está prohibido). Esta forma de matar incluye cortar tráquea y esófago con cuchilla afilada. Se le hace un corte rápido para que el animal no sufra, sino que muera inconscientemente (Deuteronomio 12:21).
3. Procedimiento para remover la sangre completamente del animal: "kasherizar":
 - Lavar la carne con agua a temperatura normal en un recipiente reservado exclusivamente para ese propósito.

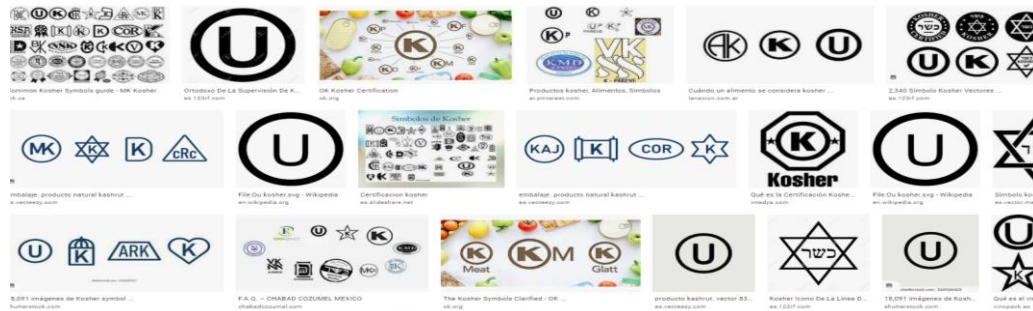
- Cubrir la carne con agua completamente y dejarlo remojando por 30 minutos.
- Colocar la carne en una tabla perforada o inclinada para que la sangre pueda correr.
- Escurrir la carne pero no dejar secar.
- Se sala la carne por ambos lados y adentro con sal kósher grano mediano.
- El salado se hace dejando una leve capa de nieve sobre la carne.
- Se deja la carne salando por una hora.
- Se sacude y lava la carne antes de condimentar sin olvidar que ya la carne ha sido salada.

Si no puede realizar este procedimiento, tiene la alternativa de asar la carne en la barbacoa, procurando que la sangre no quede en la carne. Al final, la carne deberá estar bien cocida.

2. Para sopa: kasherizar la carne, asar y luego echarla a la sopa.
3. El asado: kasherizar la carne hasta el paso del remojado. Se cocina sobre o bajo la llama de fuego, haciendo uso de un recipiente designado para que recoja las gotas de los líquidos que caigan durante el asado. Cocinar la carne hasta que se forme una capa en la superficie de la carne.
4. Se prohíbe la mezcla de lácteo con carne roja debido a que es un ritual pagano (Exodo 34:26b, 23:19 y Deuteronomio 14:21).
 - ¿Cómo Abraham sirvió lácteo y carne? Consumieron primero el lácteo.
 - La carne y el lácteo tienen proteínas diferentes y juntas traen problemas intestinales.
 - Se debe esperar de 3 a 6 horas para consumir cualquier lácteo luego de haber ingerido carne.
 - Se debe esperar una hora para consumir carne luego de haber ingerido lácteo. Se debe enjuagar la boca antes de consumir lácteo.
5. *Pareve (Parev)*: alimentos neutrales que no son derivados de lácteo o carne. Estos son: vegetales, frutas, granos, huevo y pescado. No se cocinan en recipiente donde no se ha cocido carne. Importante: Huevos con manchas de sangre son tamé / inmundo.
6. Se prohíbe comer el nervio ciático (Génesis 32:32).
7. En la tierra de Israel, hasta que no se diezme el producto de la cosecha, el producto **NO** es kósher.

J. Agencias para certificar alimentos kósher

1. Existen alrededor de 700 agencias en el mundo que certifican el producto y el proceso por el cual pasó el producto.
2. La certificación tiene una vigencia de 6 meses. Cada 6 meses, se repite el proceso de evaluación.
3. Existen alimentos que no requieren certificarse: huevos, leche de vaca en EE. UU., harina y azúcar, jugo de manzana y naranja, café sin sabores, granos secos, avena sin sabores, frutas y vegetales sin procesar. Sin embargo, sabemos que tenemos que revisar los ingredientes de algunos de los productos antes mencionados porque pueden tener ingredientes alterados genéticamente, azúcares o colorantes nocivos al cuerpo.
4. Símbolos de certificación, algunos ejemplos:



5. Algunos enlaces electrónicos:

- Orthodox Union Kosher Organization: www.oukasher.org
 - Chicago Rabbinical Council: www.crcweb.org
- Te provee un directorio de agencias de certificación kósher

K. Conclusión:

- El Eterno nos hace un llamado a la santidad y nos presenta la alimentación kosher o las leyes dietéticas del kashrut como una vía para así lograrla. Esta es la dieta bíblica presentada en la Biblia.
- Llevar la dieta bíblica requiere de autocontrol y disciplina, al mismo tiempo que mantenernos alertas e informados de todo lo que actualmente ocurre en la industria de los alimentos. Recuerda: no se debe consumir ningún alimento genéticamente modificado, incluso si es vegetal.
- Invita al Espíritu Santo a realizar las compras de tus alimentos y a prepararlas. Eso es parte de volver al diseño original. Recuerda que has sido llamado a la santidad y que tu cuerpo es Templo del Espíritu de Santidad. Procura que siempre se mantenga santo, limpio y puro.

Referencias:

- Apisdorf, S. (2005). *Kosher for the Clueless but Curious*. Baltimore, Maryland: Leviathan Press
- Biblia de Estudio las Americas (2000)
- Caro, Y. (n.d.) *Shul'han Aruj: Recopilación de leyes prácticas según la tradición sefardí*. Jerusalem, Israel: Instant Publisher Israel
- Tabachnik, D. (2007). *Kashrut: Una dieta para el alma*. Jerusalem, Israel: Ariel United Israel Institutes