

# **Tabla para un médico**

## **Por Bahá'u'lláh**

(Traducción provisional al español por Hasan Elías de extractos traducidos oficialmente al inglés y español, y de la traducción provisional al inglés de Stephen Lambden y Khazeh Fananapazir)

### **I**

Revelado para uno de los médicos. Sobre él sea la Gloria de Dios.

¡Él es Dios! Aquel Quien es el Conocedor Supremo.

La Lengua del Anciano de Días pronuncia lo que será atesorado por aquellos que son prudentes en ausencia de los médicos.

### **II**

Di: ¡Oh pueblo! No comas a menos que tengas hambre, y no bebas después de irte a dormir. ¡Qué beneficioso es el ejercicio cuando el estómago está vacío! Porque de esa manera se fortalece el cuerpo. ¡Y qué calamidad es el ejercicio cuando el estómago está lleno! No descuides el tratamiento médico cuando lo necesites, pero abandónalo cuando recuperes la salud.

No comas excepto luego de que se complete la digestión anterior, y no tragues la comida excepto luego de completar la masticación. Trata la enfermedad, en primer lugar, a través de la dieta y no procedas inmediatamente con los medicamentos. Si encuentras la cura necesaria en un solo nutriente o hierba, abstente de los medicamentos compuestos. Abandona la medicación cuando estés sano, pero tómala cuando la necesites. Si se dispone en la mesa de dos alimentos diametralmente opuestos, no los mezcles; en tal circunstancia conténtate solamente con uno. Comienza con la comida ligera antes de pasar a la más pesada, y con los líquidos antes de los sólidos. Ingerir las comidas unas tras otras, antes de que finalice la digestión previa, es peligroso; sé cuidadoso con este asunto.

### **III**

Antes de comer menciona Mi Más Glorioso Nombre, y al terminar menciona el Nombre de tu Señor, el Poseedor del Trono y de la tierra. Luego de comer camina un poco para que la comida se asiente. Lo que es difícil de masticar está prohibido por los sabios. Así te lo ordena la Pluma Suprema. Una comida ligera por la mañana es como una luz para el cuerpo. Evita los hábitos nocivos porque, en verdad, causan infelicidad en el mundo. Busca las causas de la enfermedad y contrarréstala utilizando los medios establecidos. Este enunciado es el mandato decisivo de este discurso.

### **IV**

Lo más necesario para tu bienestar es el contentamiento en todas las circunstancias, porque a través de ello, el alma se salvará de la pereza y el malestar. Evita la ansiedad y la depresión porque causan tristeza y dolor.

### **V**

Di: La envidia consume el cuerpo y la ira quema el hígado, evítalos así como evitarías a un león feroz. La limpieza de las entrañas produce la purificación del cuerpo y es fundamental cuando se realiza en las estaciones templadas. Aquel que come demasiado agudizará su enfermedad. Nosotros, ciertamente, hemos decretado una causa para cada cosa y le hemos concedido un efecto. Todo esto es en virtud de la

refulgencia de Mi Nombre, el Productor de Efectos sobre todas las cosas. En verdad, tu Señor es Aquel Quien ejerce dominio sobre todo lo que Él desee.

## VI

Di: Por todo lo que Nosotros hemos expuesto, los cuatro humores del cuerpo no excederán su equilibrio, ni sus cantidades se desviarán de sus proporciones medias. La base de la condición corporal permanecerá en su pureza, y la sexta parte y el sexto de cada sexta parte permanecerán en su proporción adecuada. Las fuerzas activas gemelas y realidades pasivas gemelas serán armonizadas por completo. Y en Dios debemos confiar. No hay más Dios que Él, el Verdadero Sanador, el Omnisciente, Aquel Cuyo socorro es buscado por todos. Mi Pluma Suprema no ha escrito estas palabras excepto por Mi amor hacia ti, para que sepas que las penas no han alcanzado a la Antigua Belleza y que Él no está triste por lo que Le ha sucedido entre las naciones. La pena es para aquel que pierde algo, pero nada en los cielos o en la tierra escapa al Entendimiento de Dios.

## VII

¡Oh médico! Inicia la curación de los enfermos con el Recuerdo de Dios, el Señor del Día de la Mutua Invocación, y luego aplica lo que Dios ha destinado para la curación de Sus criaturas. ¡Por Mi Vida! El médico que ha bebido del Vino de Mi Amor, su visita es curativa, y su aliento trae misericordia y esperanza. Di: Aférrense a él para el bienestar del cuerpo. En verdad, tal médico ha sido confirmado por Dios en el tratamiento de las enfermedades. Di: La medicina es la más noble de todas las ciencias ya que es el mayor instrumento para el bienestar del cuerpo humano dado por Dios, el Vivificador de los huesos en descomposición. Dios le ha dado prioridad sobre todas las ciencias y ramas de la sabiduría. Ya que este Día es el Día en el que, desprendido del mundo, debes levantarte para lograr Mi Victoria.

## VIII

Di: Tu nombre es mi curación, oh mi Dios, y el recuerdo de Ti es mi remedio. La proximidad a Ti es mi esperanza y el amor por Ti es mi compañero. Tu misericordia hacia mí es mi curación y mi socorro, tanto en este mundo como en el venidero. Tú, verdaderamente, eres el Todogeneroso, el Omnisciente, el Sapientísimo.

## IX

Da saludos y amor a todos los amigos de parte de Dios. Di: En este Día, dos decretos son amados y bienqueridos. El primero es la sabiduría y la expresión. El segundo es la constancia en la Causa de tu Señor, el Más Compasivo. Todo aquel que alcance estos dos mandamientos es considerado, a la vista de Dios, como un habitante de la Ciudad de la Inmortalidad. Porque es a través de estos decretos gemelos que la Causa de Dios ha sido y continuará siendo establecida entre los siervos de Dios. Por lo tanto, si no fuera por la sabiduría y la expresión, todos serían puestos duramente a prueba. Si tal fuera el caso, no quedaría nadie para guiar a la gente hacia la Religión del Único Dios Verdadero. Además, si no fuera por la constancia, las palabras del aquel que enseña la Causa no serían eficaces.

## X

Di: ¡Oh amigos! La aprensión y la agitación son cualidades femeninas. Pero si las amadas y amados de Dios meditaran sobre el mundo y sus manifiestas vicisitudes, la dominación de los que han sido tiranos no los asustaría. Y entonces volarían con las alas del deseo anhelante hacia Aquel Quien es el Centro de los

Horizontes Luminosos. Aquello que este Siervo ha deseado para Sí mismo, lo ha deseado también para todos los siervos de Dios. La razón por la que la sabiduría y la protección de los amigos han sido y seguirán siendo ordenadas es para que aquellos que Me recuerdan permanezcan en el mundo y se ocupen de la mención del Señor de todos los mundos. Por lo tanto, es vinculante y necesario que todos puedan protegerse a sí mismos y a sus prójimos por el bien de la Causa de Dios. Si todos los amigos hubieran hecho lo que se les ordenó, la mayoría de la gente del mundo de este tiempo se habría adornado con el manto de la Fe. Grande es la bienaventuranza de aquel que conduzca a otra alma a la Fe Inmortal de Dios y la guíe a la vida eterna. Este es un acto de suprema importancia a la vista de tu Señor, el Poderoso, el Más Exaltado. ¡Que el Espíritu y la Gloria sean sobre ti!

**Notas:**

- Es una tabla de Bahá'u'lláh que data del año 1870. La oración de esta tabla que inicia “Tu nombre es mi curación, oh mi Dios...” es la traducción oficial del Panel Internacional de Traducción de Literatura Bahá'í al Español: <https://www.bahaipanel.org/>
- Shoghi Effendi escribió lo siguiente acerca de esta tabla, disponible en *Compilation vol. 1, paragraph 61* (mi traducción provisional):

“La Tabla para un médico fue dirigida a un hombre que era estudiante del antiguo tipo de curación que prevalecía en Oriente y se familiariza con la terminología utilizada en esos días. Bahá'u'lláh se dirige a él en términos usados por los médicos de aquellos días. Estos términos son bastante diferentes de los usados por la medicina moderna, y uno debería tener un profundo conocimiento de esta antigua escuela de medicina para comprender los temas que Bahá'u'lláh estaba dilucidando”.

- Me parece muy recomendable revisar la traducción y comentarios disponibles en el sitio web de Stephen Lambden. Por ejemplo, tiene esta imagen acerca de los humores del cuerpo:

<https://hurqalya.ucmerced.edu/sites/hurqalya.ucmerced.edu/files/page/documents/kf-sl-medicine.pdf>

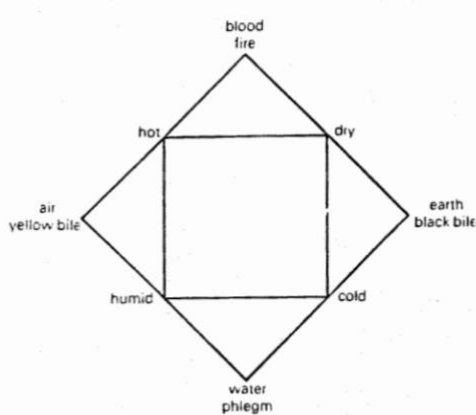


Figure 75a. The four natures and humours.

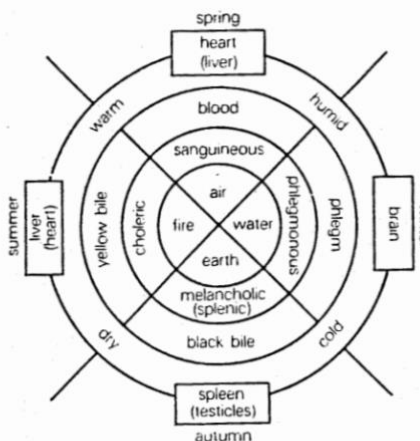


Figure 75b. The basic organs of the body in relation to the humours, qualities, natures and seasons according to the Jābirian corpus.

- Ver también el artículo de Misagh Ziaei: [https://bahai-library.com/pdf/z/ziaei\\_lawh\\_tibb\\_health.pdf](https://bahai-library.com/pdf/z/ziaei_lawh_tibb_health.pdf)