

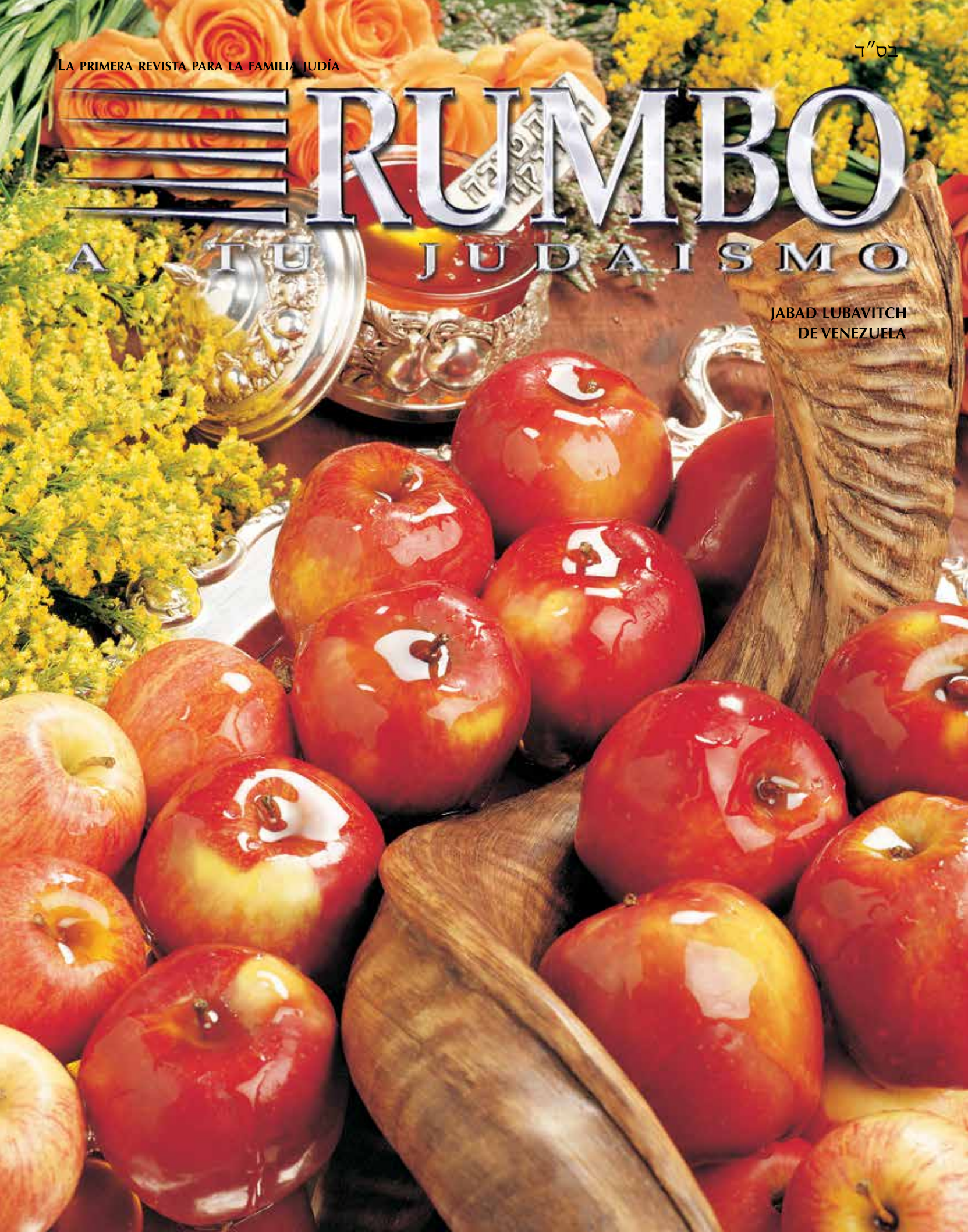
LA PRIMERA REVISTA PARA LA FAMILIA JUDÍA

בס"ד

# RUMBO

## A TU JUDAISMO

JABAD LUBAVITCH  
DE VENEZUELA



UNO DE LOS GRANDES desafíos para el judío que vive en una sociedad laica es ponerse en contacto con su dimensión Divina o alma. El bombardeo continuo de los valores seculares que ignoran lo espiritual –tanto en lo personal como en lo cósmico– puede afectarlo hasta el punto de llegar a dudar de su propia existencia como judío.

Curiosamente, nuestros Sabios enseñan que una de las formas de ponerse en contacto con la chispa divina que está en nuestro interior es ayudar a otro a conectarse con la suya.

Cuando uno sale de su espacio personal y extiende una mano a alguien que se encuentra aislado, lejos de su identidad judía, para acercarlo al judaísmo, en el proceso indefectiblemente se ayudará a sí mismo a inspirarse y a fortificar su propia conexión.

Cada persona nace con la misión de aportar al mundo algo único. Cuanto más uno da de sí, tanto más recibe. Lo más importante no es cuánto se tiene, sino cuán activo es lo que tiene.

O sea que si uno quiere encontrar su dimensión Divina personal, el camino es ayudar a otro a descubrirla. Así funciona, aun cuando no sepamos exactamente por qué.

A lo largo de estos 30 años, la revista *Rumbo a tu Judaísmo* ha querido –además de informar– tender el puente hacia el interior de sus lectores para activar esa chispa Divina que está presente en todos. A su vez, eso ha activado y servido de inspiración a todos los que labo- mos en ella.

El número 30 es el equivalente numérico de la letra *lamed*, la más alta del alfabeto hebreo, lo que alude a romper las barreras, a ir más allá del potencial... a trascender.

En hebreo corazón se dice *lev* que se escribe *lamed bet*. La letra *bet* equivale a 2 y por lo tanto se explica que debe leerse como 2 *lamed*, pero esas deben estar conectadas frente a frente para for-

mar la imagen del corazón judío que se nos revela con una dimensión nueva, distinta a la convencional.

La *lamed* está formada a su vez por tres letras, la parte superior es una *yud*, que es la letra más pequeña y representa la cabeza, que contiene la mente, el intelecto y el rostro; luego sigue la *vav* que es la conjunción que conecta la *yud*, mente, con la letra inferior la *jaf* que representa el cuerpo. En términos físicos la *vav* simboliza el cuello, que es nuestra línea de vida, la que transporta la sangre del cerebro al corazón.

Esto nos enseña que el corazón y el amor que él representa puede prosperar y alcanzar su apogeo cuando existe una totalidad en la conexión; mente a mente, cara a cara, alma con alma, a diferencia del símbolo popular de corazón que solo representa la conexión física, pues le falta la de la mente y el cuello.

La *lamed* significa dos cosas simultáneas: aprender y enseñar, lo que demuestra que ambos conceptos son esenciales y están entrelazados.

De la urgencia de aprender y enseñar con la totalidad de lo que somos como seres humanos, con el *slogan* de Jabad Lubavitch en todo el mundo: “para todo judío, en cualquier lugar y con todo el corazón”, es por lo que nace esta iniciativa de la revista *Rumbo a tu Judaísmo* que hoy pervive al cumplir 30 años que han servido para transmitir en forma fidedigna la auténtica palabra Divina, a fin de que pueda convertirse en bendiciones para todos y cada uno de los judíos a lo largo del tiempo y, en especial, en este mes tan importante, en el que a través de nuestras plegarias proclamamos a Di-os como nuestro Soberano Absoluto –que liberará la energía de todo cuanto ocurrirá el año venidero– y pedimos que todo sea bueno y dulce como la miel.



En la presente edición pretendemos, una vez más, presentar la multiplicidad judaica que penetra todos los aspectos de la vida, para mostrar que el Judaísmo puede ser una fuente de satisfacción emocional, estímulo intelectual e inspiración espiritual, capaz de activar las almas y propagarse, para que se traduzcan en acciones que mejoren el mundo.

En el transcurso de estos 30 años, Jabad Lubavitch de Venezuela ha distribuido más de un centenar de revistas en forma gratuita a toda la comunidad judía del país, así como a instituciones judías y gentiles. Agradecemos a los lectores y a todos aquellos que han hecho posible esta publicación a lo largo de los años, así como a todos los patrocinantes que han confiado en nosotros.

Es la visión jasídica y el inmenso legado del Rebe de Lubavitch, Menajem Mendel Schneerson, de bendita memoria, lo que nos ha permitido promover este viaje hacia facetas poco exploradas del Judaísmo y luchar siempre por la unión entre hermanos, con el constante agradecimiento a Di-os, que nos ha permitido realizar esta labor.

*Ktivá vejatimá tová*

Que seamos inscritos en el libro de la vida y del bien.

Mati Raitan de Jakubowicz

## SÍMBOLOS que revelan

EN LAS NOCHES de *Rosh Hashaná* comemos todo tipo de comidas festivas. En especial, mojamos la manzana en miel para tener un año dulce, colocamos la cabeza de un pescado para ser cabeza y no cola, y comemos granadas para que nuestras bendiciones y buenas obras sean tan numerosas como las semillas. Incluso la costumbre sefaradí agrega muchos otros alimentos con hermosas bendiciones y significados. Estos alimentos se llaman "*simanim*" que significa símbolos o códigos. Aluden y representan las bendiciones que le pedimos a Di-os para el nuevo año.

¿Por qué no nos limitamos a pedir explícitamente un año dulce, próspero y saludable, por qué lo hacemos a través de estos símbolos?

Quizás una de las respuestas es que estos símbolos llevan un mensaje importante para el nuevo año. Confiamos en que Di-os nos bendicirá a todos con un año de salud, prosperidad y una abundancia de cosas buenas. Pero estos regalos en sí mismos no traen automáticamente la felicidad, la paz y la realización interior.

Las bendiciones de Di-os son como códigos que deben decodificarse para descubrir las oportunidades ocultas que se encuentran dentro de ellas, no son un fin en sí mismos. Con cada bendición que recibimos, tenemos dos opciones, o usarla superficialmente para el placer y el disfrute egocéntrico temporal, o podemos usarla como un medio para generar bondad y dar sentido y propósito a nuestra existencia. Cuando elegimos utilizar nuestra salud, longevidad y prosperidad para ayudar a otros, hacer otra *mitzvá*, desarrollar nuestro intelecto a través del estudio o fortalecer nuestras relaciones emocionales con el resto de la creación y en particular con nuestro prójimo, entonces hemos descubierto el



poder profundo y oculto detrás de las bendiciones Divinas.

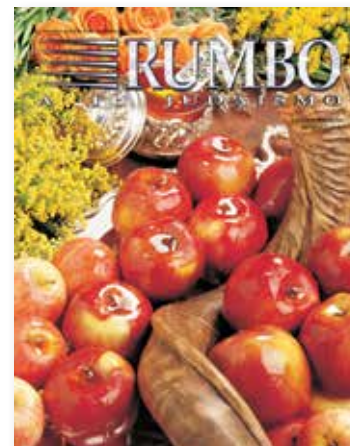
Entonces este *Rosh Hashaná* Di-os ciertamente hará Su parte. Él nos bendicirá con todas las cosas maravillosas y nosotros hagamos nuestra parte y decodifiquemos el mensaje que viene junto con cada bendición. Es esta combinación la que traerá la verdadera dulzura y felicidad al nuevo año.

Le pedimos a Di-os y le deseamos a nuestros seres queridos *Shaná Tová U'metuká*, un año bueno y dulce. Todo lo que nos manda *Hashem* es bueno en esencia, pero agregamos la palabra dulce para que este bien sea revelado ante nuestros ojos y percepciones humanas.

Siendo *Rosh Hashaná* la cabeza del año, es propicio e importante que cada uno aproveche este tiempo sagrado que está íntimamente relacionado con el año que recién comienza, para venir a la sinagoga a rezar, a escuchar el *shofar*, a unir nuestra voz a la de millones de judíos para que la fuerza de la unión logre inclinar definitivamente la balanza para que se cumple la promesa de la llegada de *Mashiaj* muy pronto en nuestros días.

*Shaná Tová Umetuká*

Rabino Moshe Perman



**DIRECCIÓN GENERAL Y EDITORIAL:**  
MATI RAITÁN DE JAKUBOWICZ

**REDACCIÓN Y COLABORACIONES:**  
MATI RAITÁN DE JAKUBOWICZ / JANI ROSENBLUM /  
DAVID FRIDZON / CHAYA PERMAN

**CORRECCIÓN DE TEXTOS:**  
ROSA LINDA ORTEGA

**CORRECCIÓN DE GUÍAS:**  
RABINO LEIBEL SHUCHAT

**DISEÑO, DIAGRAMACIÓN,  
MONTAJE ELECTRÓNICO Y SUPERVISIÓN:**  
ARQ. MARILYN BERMÚDEZ G.

**DIGITALIZACIÓN DE FOTOS:**  
PREVIEW COMUNICACIÓN VISUAL, C.A.

**PREPrensa e IMPRESIÓN:**  
COMPLLOT GRÁFICO C.A.

**FOTO PORTADA**  
MARCEL BOLDU

**FOTOGRAFÍAS:**  
ARCHIVOS

**OFICINA DE VENTAS: (MASTER):** 552.0211 -  
552.0933 552.0044. FAX: (58212) 552.2184

**PÁGINA WEB:**  
WWW.JABADVE.COM

**FACEBOOK:**  
RUMBO A TU JUDAÍSMO

**ORGANIZACIÓN**  
JABAD LUBAVITCH DE VENEZUELA

**DIRECTOR GENERAL**  
RABINO MOSHE PERMAN

**DIRECTOR HOGAR JABAD LUBAVITCH**  
«JOSE Y SARA LERNER»  
TELF. 264.7011  
RABINO YEHOISHUA ROSENBLUM

PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL SIN  
AUTORIZACIÓN POR ESCRITO.

CONTIENE PALABRAS Y BENDICIONES SAGRADAS,  
POR LO TANTO DEBE TRATARSE CON EL DEBIDO  
RESPECTO.

NO NOS HACEMOS RESPONSABLES POR EL KASHRUT  
DE LOS PRODUCTOS O SERVICIOS ANUNCIADOS.

**RUMBO A TU JUDAÍSMO**  
TISHREI 5779 - ROSH HASHANÁ 2018  
VOLUMEN 30 - Nº 1  
ISSN 1315 - 6594

- judaísmo**
- 11 LA CREENCIA  
en el ser humano
- inclusión**
- 17 Los desafíos de una  
CRIANZA ESPECIAL
- reflexión**
- 20 ¿Cómo funciona  
el PERDÓN?
- vida judía**
- 21 Vislumbrando a MASHÍAJ
- jasidut**
- 25 UN CHOCOLATICO
- ciencia**
- 33 EL REBE tenía razón
- pensamiento**
- 40 YOM KIPUR, la festividad  
que nunca comienza una  
noche de sábado
- educación**
- 41 OR JABAD un espacio único



## secciones

- 3 editorial
- 4 saludo del rabino
- 8 noticias
- 10 actualidad
- 27 holocausto
- 29 israel
- 34 pregunta al rabino
- 37 recetas
- 42 noti-jabad

## SECCIÓN ESPECIAL: GUÍA PRÁCTICA DE TISHREI

- 44 CALENDARIO FESTIVO,  
*ELUL 5778 • TISHREI 5779*
- 46 **ROSH HASHANÁ: UNA  
OPORTUNIDAD DE  
MEJORAR**
- 48 **EL SHOFAR, UN LENGUAJE  
UNIVERSAL**
- 49 **10 DÍAS DE TESHUVÁ:  
RECONECTARSE CON DI-OS UNO  
MISMO Y EL PRÓJIMO**
- 50 **YOM KIPUR: ENFOCARNOS  
CON NUESTRA ALMA**
- 52 **SUCOT: LAS CABAÑAS:  
CELEBRANDO LA UNIÓN Y LA  
ALEGRÍA**
- 54 **SIMJAT TORÁ: DÍAS DE  
ALBOROZO COLECTIVO**





## DÍA DE JABAD en la Knesset

MIEMBROS DEL PARLAMENTO ISRAELÍ y otros altos funcionarios israelíes se tomaron tiempo en sus apretadas agendas para recordar y honrar el legado del Rebe de Lubavitch y el trabajo de sus *shlujim* en todo el mundo.

El rabino Yosef Itzjak Aharonov, director de Agudas Chassidei Jabad de Israel resumió el evento con la siguientes palabras: "La presencia de todas las fracciones políticas del Estado demuestra el cuidado que el Rebe tenía con todos los judíos. El Rebe siempre nos ha inculcado el deber de unir a todos los judíos y el evento demuestra que su camino y trabajo tuvieron éxito".

<https://bit.ly/2mYocEl>



## LA GRAN CENA DE GALA ANUAL de la Yeshiva de Pittsburgh

MÁS DE 500 personas se unieron a Yeshiva Schools of Pittsburgh en la celebración de los "74 años de Excelencia en la Educación" en su Cena de Gala anual.

Desde su creación en 1943, Yeshiva Schools ha educado a miles de estudiantes, muchos de los cuales se han convertido hoy en los líderes de sus comunidades. Como una de las primeras escuelas judías de los Estados Unidos, Yeshiva Schools sigue siendo pionera en el campo de la educación.

Los homenajeados de este año fueron el rabino Yossi y Chani Rosenblum, que recibieron el Premio al Liderazgo Comunitario.

<https://bit.ly/2M3QHmq>



## Kabalat shabat en el aeropuerto de Atenas

EL EMISARIO DE JABAD EN ATENAS, Mendel Hendel, recibió una llamada de emergencia por parte de la aerolínea El Al. El vuelo de Tel Aviv a Nueva York tenía que hacer una parada de emergencia por la condición médica de un pasajero.

Cuando aterrizaron en Atenas, apenas faltaban 20 minutos para comenzar *Shabat* y había 25 judíos ortodoxos en el avión. En cuestión de minutos ya estaba todo organizado. Consiguieron comida *kasher*, hicieron *Kabalat Shabat* en un salón del aeropuerto y durmieron ahí. Un *shabat* diferente pero *kasher* gracias a Jabad de Grecia.

<https://bit.ly/2M6ldnA>



## Compañía israelí entregará ENCOMIENDAS VÍA DRON en EE.UU.

LA EMPRESA ISRAELÍ de drones logísticos, Flytrex, se asoció con el gobierno estatal de Carolina del Norte para participar en un innovador programa piloto de la Administración Federal de Aviación que desarrollará la tecnología de entrega de encomiendas mediante drones en EE.UU.

<https://bit.ly/2LCpNPn>



## Israel planea llegar a LA LUNA EN 2019

UNA NAVE ESPACIAL ISRAELÍ aterrizará en la Luna a principios de 2019, anunció la corporación Spacell, en una misión que convertiría a Israel en el cuarto país en hacer un aterrizaje lunar.

La nave espacial Spacell partirá desde Estados Unidos en un vehículo de lanzamiento orbital Falcon 9, construido por Space Exploration Technologies Corporation de Elon Musk, o SpaceX. Durante su misión, la nave izará la bandera israelí sobre el suelo de la Luna y regresará a la Tierra.

<https://bit.ly/2LDCAkx>



## NUEVO Aeropuerto Internacional para Israel

EL PRIMER MINISTRO Benjamin Netanyahu, dio su apoyo a la construcción de un nuevo aeropuerto internacional en la costa del Mediterráneo en una isla artificial. Este proyecto se sustenta en la necesidad de ampliar la capacidad de tráfico aéreo creciente en los últimos años y ayudará a desconcentrar el muy visitado Aeropuerto Ben Gurion. La construcción puede durar entre 10 y 15 años.

<https://bit.ly/2voUI7L>



## UN SHIUR A 24.000 PERSONAS

MÁS DE 24.000 educadores de 87 países asistieron a la conferencia anual de la Sociedad Internacional de Tecnología en la Educación, celebrada en Chicago.

Entre los oradores principales estuvo el Sheliaj de Jabad, Michael Cohen, quien trabaja para The Tech Rabbi y es el director de innovación de la Yeshiva University de la ciudad de Los Ángeles.

En esta conferencia, la más grande del mundo en su estilo, Cohen habló sobre la importancia de ayudar a los estudiantes y educadores a desarrollar la confianza creativa para estar mejor preparados para resolver problemas interesantes en el mundo.

<https://bit.ly/2mYh5fR>



## CIENTÍFICOS ISRAELÍES: las células aprenden del primer embarazo para crear bebés más sanos la próxima vez

INVESTIGADORES de la Universidad Hebrea de Jerusalén y el Centro Médico Hadassah afirman que su estudio de seis años sobre el papel de ciertas células durante el embarazo puede allanar el camino para el desarrollo de nuevos medicamentos que disminuyan las complicaciones durante el parto.

Su investigación reveló que determinadas células son más activas durante un segundo embarazo, porque recuerdan el primero y están mejor entrenadas para embarazos posteriores.

<https://bit.ly/2LJwej9>

## TECNOLOGÍA ISRAELÍ para rescate de muchachos en Tailandia

LA TECNOLOGÍA de comunicaciones móviles de emergencia desarrollada por la compañía israelí Maxtech Networks fue la escogida por los equipos de rescate que trabajaron por más de 2 semanas en sacar a los 12 adolescentes que quedaron varados en el interior de una cueva inundada en Tailandia.

<https://bit.ly/2L2PT9P>



# ANIVERSARIO DE

# RUMBO A TU JUDAÍSMO



# 30

En ocasión de esta importante fecha compartimos unos datos interesantes correspondientes al número 30

EN *ROSH HASHANÁ*, la *mitzvá* primordial es escuchar 30 sonidos del *Shofar*. 30 antes de *musaf*, 30 durante la *Amida* y 30 durante la repetición de la *Amida*. (Muchos agregan 10 después del último *kadish*).

30 años tenía Yosef cuando ascendió al trono en Egipto.

El Rashbam (sabio del siglo 12) enseña que a los 30 años uno es merecedor de liderazgo.

El Shuljan Aruj recomienda elegir un *jazan* mayor de 30 años para los rezos importantes de las festividades de *Tishrei*. La *Mishna Berura* explica que a esa edad se puede realmente rezar con el corazón.

El Pirke Avot dice que a los 30 años se recibe fuerza. No es casual que los *Leviim* que cargaban el tabernáculo en el desierto debían ser mayores de 30. Los sabios explican que también a los 30, uno adquiere fuerza espiritual para influir en quienes lo rodean.

Rab Jaim Vital (discípulo del Arizal) escribe que hay 30 especies de frutos en Israel. Los divide en 3 grupos: 10 con concha y semilla comestible, 10 con

concha comestible, pero semilla no comestible y 10 con concha y semilla no comestible. También aquellos que acostumbran a hacer un *seder* de *Tu Bishvat*, utilizan 30 frutas.

Una fecha importante en el luto de una persona es el llamado *Shloshim*, que es el día 30.

Una de las divisiones del libro de *Tehilim* (los Salmos) es de 30, miles de judíos de todas partes del mundo inician su lectura todos los *Rosh Jodesh* y concluyen el libro entero al final de mes.

El *Pidion Haben* se lleva a cabo el día 30 del nacimiento del varón primogénito, nacido por parto natural.

Se estudian las leyes de las festividades con 30 días de antelación.

Fueron 30 generaciones desde Abraham hasta la destrucción del Primer Templo.

# LA CREENCIA en el ser humano

En este mundo de millones de personas, multicultural y rico en sabidurías, quizá el mayor reto de la humanidad ha consistido en lograr la paz y la armonía sin que nadie deba renunciar a sus creencias

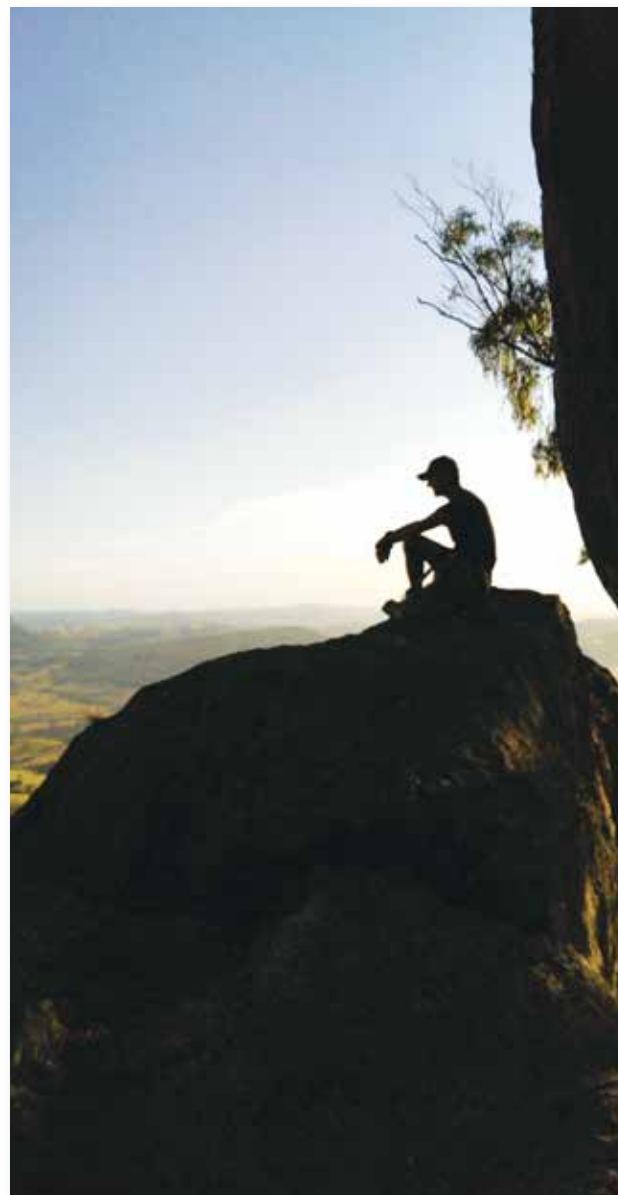
Tzvi Freeman

SOY EL RABINO TZVI FREEMAN. Esa persona sobre la cual seguramente te habían advertido. ¿Por qué? Porque soy un verdadero creyente: Creo primero, y pruebo después. Es más, soy un dogmático. Incluso, cuando la realidad que tengo ante mis ojos contradice todo lo que creo.

¿Y qué es lo que creo? Bueno, creo que cada uno de mis hijos es una joya con enormes dones. Lo mismo con el ser humano; creo en el valor de cada individuo. Creo que vale la pena vivir la vida y salvar la biosfera en la que vivimos sin importar el costo.

Y no tengo absolutamente ninguna evidencia de que esto sea así.

Creo también que este mundo es sin dudas asombroso, más allá de todo lo que aún nos falta por descubrir. Creo que el mundo tiene un Creador, que Él es bueno, y



«La creencia es para la humanidad  
como el sol es para el bosque.  
Sin creencia no hay vida»



que Sus intenciones al crear este lugar fueron buenas, aunque no siempre se vea así.

Quizá no estés de acuerdo conmigo; puedes traer pruebas de que mis creencias son erróneas, absurdas y dañinas. Pero te digo igual, soy un verdadero creyente.

### Creencias letales

Crear es peligroso. Puede destruir a la humanidad –y casi lo ha logrado varias veces–, precisamente al creer que el valor del ser humano se mide con una vara de hierro. Esa creencia fue responsable de las cuotas racistas de inmigración y de cientos de esterilizaciones forzadas en Estados Unidos. La misma creencia hizo que los nazis terminaran con la vida de homosexuales, niños lisiados, gitanos y judíos, entre otras minorías.

La gente creyó, por ejemplo, que la revolución proletaria llevaría a la emancipación del pueblo y a la distribución justa de la riqueza. El comunismo fue

«A través del diálogo se pueden compartir verdades comunes, un sentido de lo trascendente, de la vida y de la dignidad»

promocionado como ciencia social. Pero no fue una ciencia. Fue una creencia. La creencia de que el Estado prevalece sobre los derechos del individuo, y que las mayorías son más importantes que las minorías capturó la imaginación de filósofos, escritores, estadistas, y trajo consigo las mayores atrocidades de la historia. El fascismo resultó ser una creencia fatal.

Ahora supón que todo lo que nos rodea llegó aquí por accidente y que no hay ningún propósito o significado. No lo sabemos. El ateísmo es la creencia de que no existe nada en qué creer.

Todas estas creencias –comunismo, fascismo, ateísmo y otras tantas– son retrógradas porque nunca ayudaron al progreso de la humanidad. Lo más nocivo es que quien cree en ellas, piensa que son la razón pura. Está comprobado.

Y ese es el problema con la razón que niega la creencia: cree que por sí misma es un hecho, sin recurrir a ninguna otra facultad del ser humano.

Si alguien te dice que sus creencias han sido probadas por la ciencia como verdaderas, está jugando con fuego. Son esas creencias las que tienen la capacidad de destruir al mundo.





### ¿Deberíamos creer?

La verdad es que no existe un ser humano sin creencias. La creencia es para la humanidad como el sol es para el bosque. Sin creencia no hay vida.

¡Si los amantes no creyeran en aquello de que "Este es el único!" Si los hombres de negocios no creyeran en sus instintos, si los atletas no creyeran que obtendrán una medalla... qué mundo aburrido. Sin creencia no vale la pena vivir.

"El ser humano cree en la vida eterna, y por lo tanto siembra semillas", –dice el *Talmud*–. Vivimos, amamos, construimos y creamos como si viviéramos para siempre... simplemente porque creemos.

Podemos decir que la razón es útil, ciertamente. Pero no va a ninguna parte sin la certeza de que hay un lugar adónde ir. Sin creencia, la brújula humana de la moral está condenada. Pero nuestro sentido de la razón es a menudo su peor enemigo.

Si no existieran personas que creen que toda vida humana es sagrada, estaríamos viviendo en un mundo sin

derechos civiles. Fueron los científicos racionales de la primera mitad del siglo XX quienes apoyaron el racismo moderno. Gracias a Di-os por esos creyentes que nos han salvado de los racionalistas.

Sin razón, no podemos escuchar al mundo y descubrir lo que es. Pero sin fe, no podemos responder y decirle lo que debe ser. Sin razón, no podemos saber dónde estamos. Sin fe, no tenemos poder para cambiar nuestro rumbo. Sin razón, perdemos contacto con el aquí y el ahora. Y sin fe, abandonamos el futuro.

### Apostar por el alma humana

Hay siete mil millones de personas que viven juntas en esta aldea global, todas con diversas creencias, o ninguna.

«Sin razón, no podemos saber dónde estamos. Pero sin fe, no tenemos poder para cambiar nuestro rumbo»



¿Es posible lograr armonía entre sus voces? Si puede haber diálogo, puede haber armonía. Pero para que haya diálogo, debemos reconocer algo simple: que así como tenemos dos piernas, dos ojos, dos oídos, tenemos también dos facultades que nos conectan con el mundo: la razón y la fe. Pero si no se reconoce la cordura de la fe, los canales de diálogo se cierran.

Si alguien me dice que cree que algo es cierto pero no lo puede probar, puedo hablar con esa persona y decir: "Tienes creencias y tengo creencias. No puedo probar lo mío; no puedes demostrar lo tuyo. ¿Adónde nos llevarán estas creencias?". Entonces si ambos acordamos el mismo objetivo, podemos trabajar juntos.

Pero si esa persona me dice que si no creo lo que él cree porque soy ignorante, estúpido

y loco... Entonces no podemos ver eso como una ruta hacia un mundo feliz.

Todo esto significa que nadie tiene que renunciar a sus creencias para vivir en paz con todos los demás. Eso sería aniquilar el magnífico mosaico de sabidurías y culturas que el multiculturalismo pretende preservar.

«Las creencias  
retrogradas  
–comunismo,  
fascismo, ateísmo  
y otras tantas–  
nunca ayudaron al  
progreso de la  
humanidad»

Solo tenemos una condición para vivir en múltiples culturas, cada quién con sus propias creencias: simplemente debemos estar conscientes de que lo que creemos es una creencia, y que el razonamiento también comienza con la creencia.

Yo apuesto por el alma humana. Creo que a través del diálogo se pueden compartir verdades comunes, un sentido de lo trascendente, de la vida y de la dignidad. Yo creo en el ser humano. Y lo admitiré, eso es una creencia.



Los desafíos  
de una **CRIANZA**  
**ESPECIAL**

Chaya Perman

Aun en las adversidades más desafiantes, la manera como vemos la vida es casi siempre una elección

UNA de las bondades de criar a un niño con algún tipo de discapacidad es que nos cambia las perspectivas que teníamos de la vida, llevándonos a pensar y a actuar siempre con un nivel de exigencia extraordinario. Uno descubre que muchas cosas que antes nos

parecían importantes en realidad son insignificantes.

Después del *shock* inicial, el dolor y la aceptación final, la vida evoluciona y comienza un nuevo capítulo. Algo que podría haber sido trágico y triste ha construido sin embargo miles de vidas con esperanza, significado y propósito. He aquí algunas lecciones que quisiera compartir:



### 1. Elegir cómo vemos la vida

Podemos elegir enfocarnos en la bendición y la alegría, incluso cuando las cosas son difíciles y desafiantes. Dentro de la oscuridad, podemos encontrar la luz. En las profundidades de la tristeza, podemos sentir alegría. Es nuestra elección.

### 2. Nada sucede por casualidad

Nuestro trabajo como 'socios en la creación' solo puede cumplirse dentro de las situaciones específicas que conforman el tapiz de nuestras vidas. Nada es casualidad. Eres la mejor persona para hacer lo que hay que hacer en este momento.

### 3. Nuestros niños son mucho más de lo que parecen

Con demasiada frecuencia, vemos a nuestros niños como en una luz muy estrecha, donde su bondad intrínseca se nos escapa. Pero en realidad, son mucho más grandes de lo que parecen, pues cada creación de Di-os es extraordinaria.

### 4. Todos somos uno

El *Tanya* afirma que cuanto más profundizamos en nosotros mismos, más descubrimos nuestra unidad inherente. Cuando más revelemos nuestra alma individual, más descubrimos su conexión con el alma colectiva del pueblo judío, donde todos somos uno como instrumentos en una sinfonía.

### 5. La grandeza de los pequeños gestos

Siempre aprecia a todos y a todo lo que te rodea. Cuando decimos *Mode Aní* agradecemos a *Hashem* por otro día, y también estamos reconociendo a todos los que nos han acompañado en nuestro viaje hasta este día. Los pequeños gestos, los favores, el apoyo de la comunidad o el descanso pueden cambiar nuestra visión del día.

«Eres la mejor persona para hacer lo que hay que hacer en este momento»

### 6. Más fuertes de lo que creemos

Los niños son mucho más resistentes de lo que pensamos, pero también lo son los adultos que los crían. Incluso en los peores momentos, cuando las cosas parecen sombrías y las soluciones lejanas, debemos mantenernos fuertes. La fe y la confianza pueden cambiar el resultado. Si podemos pensar en positivo, será positivo.

*L'Shana Tova U'Metuka*

« Algo que podría haber sido trágico y triste ha construido vidas con esperanza, significado y propósito »



# ¿Cómo funciona el PERDÓN?

Tzvi Freeman

Más allá del perdón, hay formas de reparar lo echado a perder cuando hemos pecado: *vidui*, *tzedaká* y *teshuvá*

SUPONGAMOS que alguien peca porque mata a otra persona o incendia la casa de alguien, luego se arrepiente genuinamente y desea hacer todo por reparar el daño. Supongamos que se perdona al pecador, pero ¿cómo puede ser perdonado si los efectos de su crimen aún existen? Surge entonces un conflicto entre el perdón y la reparación.

Si uno de mis hijos derrama pintura encima de la alfombra y luego viene llorando diciendo "Papi, cometí un error muy grande", probablemente lo perdona muy rápido. Pero, aún tengo que pedirle algo: que limpie la pintura.

Siempre que una persona hace un desastre en este mundo, le causa daño al mundo, en cuerpo y alma. Y *tikún*, que significa reparación, es un tipo de curación del alma, del cuerpo y del mundo.

Pero luego del perdón surge una pregunta: "¿Cómo puedo limpiar mi desastre y seguir con mi vida?". En el momento en que uno lamenta y decide no volver a hacerlo, es perdonado. Eso se llama *vidui*.

La curación comienza cuando haces algo para limpiar lo que has hecho. Antiguamente se lograba a través del ayuno. Pero hoy, la mejor manera de

lograrla es con *tzedaká*. En general, un judío está obligado a dar el diez por ciento de sus ganancias a organizaciones benéficas de su elección.

*Teshuvá* significa ir más allá de eso. Aun mejor,

salir con los dos pies y hacer algo bueno para alguien con ambas manos. Estás en curación, pero aún no en salud.

La salud es un nivel completamente nuevo en el que nunca has estado antes. Se llama *teshuvah ila'ah*, *teshuvá* superior. Se dice que Di-os creó la posibilidad de pecado para que esto fuera accesible.

Solo limpiar tu desorden y volver al punto de partida es un desperdicio; hay que aprovechar el impulso para crecer.

«Siempre que una persona hace un desastre en este mundo, le causa daño al mundo, en cuerpo y alma. *Tikún*, que significa reparación, es un tipo de curación del alma, del cuerpo y del mundo»

# Vislumbrando a MASHÍAJ

Tzvi Freeman

## Pregunta:

¿ES VERDAD que el Mashíaj aparecerá repentinamente en la calle principal de Jerusalén, un pobre anciano con una apariencia salvaje pero angelical desparramando sabiduría y declarando que ha llegado el momento de la redención? Si es así, ¿por qué no lo encarcelarán?

¿Es verdad que será anunciado en los medios de todo el mundo a las 6 pm junto con ofertas de pasajes gratis en El Al? Si es así, ¿quién financiará esto?

¿Es verdad lo que dicen, que en aquellos días luminosos sólo habrá estudio de la *Torá* y no más diversiones ligeras? ¿Es verdad que todo el orden natural cambiará repentinamente cuando el Ungido aparezca?



© 2001 S. Kranz

## Respuesta:

Desgraciadamente, no (aparte de los anuncios en los medios), —no habrá nada como lo que usted describe.

El arribo de Mashíaj y el cambio radical en el Orden Mundial que lo acompañará es un ideal muy pragmático. En realidad, gran parte de ello ya ha ocurrido.

Por supuesto, como escribe Maimónides, nadie sabe exactamente que ocurrirá —El Todopoderoso-Amo-De-Todos-Los-Planes-Para-Quien-Todo-Está-Revelado—, nos mantiene en suspenso. Pero permítame introducirlo en unos pocos detalles clave, como humildemente los comprendo.

**1** La primera cosa que el Mashíaj hará es deshacerse del mal marketing. Ese es el verdadero villano que nos ha hecho retroceder todos estos años. Pregunte a cualquier consumidor de artículos electrónicos o equipos de computación. Podremos tener nuestros propios robots hogareños para hacer nuestro trabajo. Podremos consumir menos del 10% de los recursos naturales que consumimos ahora, si no fuera por esos nefastos organismos que venden cantidad en lugar de calidad. Dadas las verdaderas necesidades de la gente y la productividad posible con la tecnología moderna, todos estaríamos trabajando un promedio de 2,5 horas semanales. ¿Quién es responsable de las otras 60+ horas? El mal marketing.

El marketing de Mashíaj traerá las mentes de la gente al camino correcto. Les enseñará a pensar en la verdadera calidad de vida. Acerca de su relación con la tierra y con sus cuerpos y sus almas y la gente que los rodea. Una vez que está hecho, todo lo que necesitamos para crear un paraíso está ya aquí.

**2** La gente vendrá a un individuo realmente sabio y harán de él su mentor y líder, no como en los cuentos de hadas. Como usted lo expresa: ¿Cómo puede evitar ser encarcelado? Está dicho en numerosas fuentes, por ejemplo: "Ellos buscarán a David, su rey...", "Harán para ellos un rey y se elevarán de la tierra". Parece bastante obvio que es la gente la que hará al líder, un autodeclarado líder es poco más que otro chiflado.

Aun los cabalistas están de acuerdo en que Mashíaj no está planeando una aparición repentina. Sino que la gente lentamente se despertará ante el hecho de que él ya está aquí. No necesariamente en los lugares hacia donde la gente mira.

**3** La llegada de Mashíaj no es un milagro más grande que la repentina caída de la dictadura comunista. Es verdad que puede haber un par de escenarios de grandes señales y maravillas, algunas que harán que las Diez Plagas y el Cruce del Mar Rojo parezcan un juego de niños. Como, ¿qué pasa con la partición del Eufrates, por lo menos? Pero, ¿quién dice que el oropel hace un milagro?

Personalmente, pienso que Moisés estaría bastante impresionado por la clase de milagros que ocurrieron en Europa Oriental y con Internet en los últimos años.

El hecho es que la naturaleza en sí misma es supra-natural. Sólo que nosotros estamos demasiado ocupados para notarlo. Tras un poco de tiempo estudiando con el Mashíaj podremos ver claramente sin el velo colocado ante nuestros ojos.

**4** Usted parece preocupado de que el Mundo Venidero sea un tema un tanto aburrido. Realmente con la llegada de Mashíaj es cuando comienza la verdadera diversión. Aun habrá algunos deportes, entretenimientos y buenas compras. Pero el patear una pelota o comprar ropas será una forma de meditación acerca de la Unicidad de la Creación. Piense en esto, así será con todas las actividades humanas.

**5** La tecnología de punta existe ahora sólo como una preparación para las aplicaciones tecnológicas de los tiempos de Mashíaj. MIT., IBM, Xerox-Parc ¡Todavía no han visto nada! Cuando finalmente dominemos nuestras propias herramientas —comenzaremos a utilizarlas para descubrir la Divinidad dentro de la Creación y dentro de nosotros mismos.

¡Despierten! ¡No ha habido una época en la historia del pueblo judío como esta antes! En 2000 años de Exilio, los últimos pocos años han sido la única época en que los judíos en todas partes del globo son libres de seguir el judaísmo de sus ancestros. Ciertamente, aun existen aquellos que no pueden dejar sus lugares de exilio, ¡pero comparen esto con la terrible opresión de tiempos pasados! Como dicen nuestros sabios: "No hay diferencia entre nuestro mundo actual y los tiempos mesiánicos, excepto por la opresión de las naciones". La opresión más grande es la del materialismo (in)consciente del mundo moderno.

Así que ¿quién nos detiene?



# UN CHOCOLATICO

A veces, las palabras gracias, perdón o disculpe suenan como un mantra automático que decimos solo para arreglar cualquier cosa

HAY CIERTOS DICHOS y expresiones que aún cargadas de sencillez pueden revelar una gran profundidad.

Hace un tiempo iba a viajar con uno de mis hijos, y cuando presenté el permiso de salida a la oficial de turno, esta se quedó comparando las firmas de mi esposa en los documentos y entonces me dijo:

—¿Sabes que las firmas de tu esposa no coinciden y, si yo quisiera, podría devolvete? Pero... por esta vez te voy a dejar pasar.

—¡Muchas gracias! —le dije a la oficial con cierto alivio, a lo que ella respondió:

—Gracias no, un chocolatico...

Me quedé pensando en esto, y es verdad que a veces cuando decimos gracias, perdón o disculpe pareciera ser un simple acto mecánico, como un mantra que se dice solo para arreglar cualquier cosa.

Imaginen que uno fuese a visitar a un enfermo en la clínica y al entrar se tropieza con el cable que tiene conectado el oxígeno, y entonces le diga al paciente —que ahora se le está dificultando la respiración—: “¡Ay, disculpa!” ¡Disculpa no! ¡Vuelve a conectarle el oxígeno para que pueda respirar bien!



Pues lo mismo aplica con nuestra relación con *Hashem* y el concepto de *Teshuvá* (תשובה). Cuando pecamos, movemos la letra *hei* (ה) del nombre de Di-os de su lugar. *Teshuvá* (תשובה) significa devolver la *hei* (ה) a su lugar — *Tashuv Hei-* (תשוב ה) , y así nos puede seguir llegando toda la bendición que Él nos quiere mandar.

Es en esta época del año cuando vemos un aumento importante en la asistencia a la Sinagoga, como si el alma sintiera un llamado especial. Pero no debe ser un simple “Di-os, perdóname” con la idea de seguir la vida igual que antes. “Perdóname”; ¡no! Vamos a devolver la *hei* (ה) a su lugar con cambios positivos en nuestra relación con *Hashem* y nuestro semejante, y así estaremos asegurando un año bueno y dulce con el bien revelado.

«Cuando pecamos, movemos la letra *hei* del nombre de Di-os de su lugar. *Teshuvá* (תשובה) significa devolver la *hei* (ה) a su lugar —*Tashuv Hei-* (תשובה)»

# UN GESTO AMABLE que cambió vidas

Alan Magill

Cuando todos olvidan cómo ser agradables y atentos con los demás, un simple acto de deferencia puede abrir las puertas de lo posible

**CORRÍA EL AÑO 1930 EN ALEMANIA.** La mala situación de los judíos en aquel lugar empeoraba y las familias deseaban salir del país para escapar de la amenaza nazi. Se rumoreaba que había algunas visas disponibles que los judíos podrían obtener.

Un día, una madre de familia judía abordó con gran decisión el tren de la mañana, ilusionada por conseguir un cambio de vida para los suyos. Cuando llegó a Berlín, varias decenas de personas amontonadas dentro de un caluroso recinto esperaban la misma salvación que ella. Mientras tanto, un burócrata alemán a quien no le interesaban los solicitantes, era el encargado de repartir las visas.

«Deseo agradecerle  
el tiempo que usted  
nos ha dedicado.  
¡Que tenga un buen día!»

Al final de la tarde, se oyó la voz chillona del burócrata gritar: "¡No más visas por hoy, vuelvan mañana! Y así se repitió la escena por varias tardes, hasta que al final del último día sus palabras rompieron el corazón de los presentes: "No hay más visas. Todos vuelvan a sus casas". En medio de la decepción, se oían las expresiones de ira contra el hombre, quien cumplía estoicamente con su trabajo en medio del calor y las quejas.

La mujer sintió que su destino y el de su familia se truncaba. Aun así, no se unió al coro de desesperados que le reclamaban al funcionario. Al contrario, abriéndose camino a través del tumulto, llegó hasta él y le dijo:

“Deseo agradecerle el tiempo que usted nos ha dedicado. ¡Que tenga un buen día!”  
Luego, lentamente se dio vuelta y caminó hacia la puerta.

Sucedió que, casi llegando a la escalera, oyó el fuerte sonido de unos pasos y vio que era el burócrata. En sus manos tenía unos papeles. “Tengo estas visas, y puedo dárselas”, le dijo. Este fue el modo en el que ella logró sacar a su familia de Europa.

Está dicho en *Ética de nuestros padres*, de Pirkei Avot: “Con rostro alegre, recibe a todo hombre”. El burócrata ciertamente no mostraba ningún signo de amistad. La mujer probablemente se acercó porque así había sido educada, y no iba a cambiar en ese momento.



Es increíble la repercusión que puede tener un simple acto de amabilidad.

# 15 verdades sobre JERUSALÉN

Alex Levin

Más allá de ser la capital de Eretz Yisrael, la Tierra de Israel, la ciudad santa de Jerusalén constituye un punto central para el judaísmo, además de ser lugar testigo de muchos acontecimientos históricos trascendentales

## 1. Jerusalén es la capital de la nación judía

Tomada por el rey David en el año hebreo 2892, se estableció como la capital eterna de la nación judía. Y aunque ha sido arrasada varias veces, siempre seguirá siendo nuestra ciudad dada por Di-os. Los judíos oramos tres veces al día para que Di-os "regrese a Jerusalén, su ciudad, con misericordia".



## 2. Centro de los tres Templos Sagrados

Jerusalén es la ciudad de los tres Templos Sagrados. Después de que el rey David capturara la ciudad y comprara la tierra, el primer templo fue terminado por su hijo, el rey Salomón, y 410 años después fue destruido por Nabucodonosor de Babilonia. El segundo templo santo fue construido por Esdras, Nehemías y los retornados del exilio babilónico en el año 3412 (349 AEC). Fue renovado en el año hebreo 3742 (19 AEC) por el rey Herodes; y en el año 3829 (69 EC) fue destruido de nuevo, esta vez por los romanos. El tercer y último templo se construirá con la venida de *Mashiaj*. ¡Que venga rápido!



## 3. Jerusalén es la ciudad más bella de la tierra

Caminar por las calles estrechas de la Ciudad Vieja o contemplar las piedras sagradas del Muro Occidental nos demuestra que Jerusalén no solo es impresionante físicamente, sino también en un sentido trascendental. La espiritualidad se filtra por sus paredes. Quizás debido a esta mezcla única de espiritualidad y belleza física, el *Talmud* (*Kiddushin* 49b) afirma: "Diez medidas de belleza fueron dadas al mundo. Nueve fueron para Jerusalén, y una fue distribuida por toda la tierra".



## 4. El lugar más santo de la tierra

Jerusalén es conocida también como la Ciudad Santa. Es el lugar donde la paradoja de lo espiritual y lo físico se manifiestan. Al ingresar a ella se siente un temor mayor y más palpable hacia Di-os. Es una ciudad donde ser uno con lo Divino es más fácil de alcanzar. En los dos primeros templos, en el Lugar Santísimo, el Arca Sagrada no ocupaba ningún espacio. Aunque era un objeto físico, el Arca no estaba restringida por las leyes de la física. Así, cuando los judíos se reunían en el templo y se inclinaban durante la oración, siempre había espacio suficiente para todos.



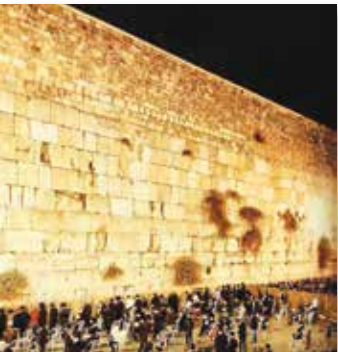
## 5. El significado de Jerusalén

El nombre Jerusalén es la combinación de dos palabras hebreas, *yireh* (*verá*) y *shalem* (paz, integridad). Después de que el ángel le dice a Abraham que no sacrifique a Isaac, su hijo, la *Torá* continúa: "Y así Abraham nombró ese lugar *veré*, como se dice hasta el día de hoy: 'En la montaña, Dios será visto'".



## 6. El Kotel en Jerusalén

El *Kotel Hamaaravi* o Muro de las Lamentaciones es la única estructura que ha sobrevivido a través de los milenios. Data del período del Segundo Templo y fue construido por Herodes el Grande. Hoy en día, muchos tienen la costumbre de escribir oraciones y sus peticiones en trozos de papel y colocarlas en las grietas de esta antigua y santa muralla.



## 7. La única sinagoga en sobrevivir a la ocupación jordana

La sinagoga de *Tzemaj Tzedek* en la Ciudad Vieja de Jerusalén fue establecida por los seguidores del tercer Rebe de Jabad, el rabino Menachem Mendel de Lubavitch, en el año 1847 CE. Después de la Guerra de los Seis Días y la subsiguiente liberación de la Ciudad Vieja todas sus sinagogas habían sido destruidas, con excepción de la *Tzemaj Tzedek*.



## 8. Jerusalén Kugel

Este plato, originado en la Ciudad Santa en el siglo XIX, se ha vuelto muy popular. Una mezcla de azúcar caramelizada, fideos y una buena cantidad de pimienta es el acompañamiento perfecto para un tazón de *cholent* o *jamin* en el día de *Shabat*.



## 9. Lugar de la sinagoga más grande del mundo

Sirviendo a la comunidad jasídica de *Belz*, la sinagoga más grande del mundo se encuentra en el barrio de *Kiryat Belz*. La impresionante estructura contiene un santuario principal con capacidad para hasta 10.000 congregantes, santuarios más pequeños y salones para banquetes. Está hecha según el modelo de la sinagoga construida por el primer Rebe de Belz, el rabino Shalom Rokeach, en la ciudad de Belz, Ucrania, en el año 1843 CE.



## 10. El Talmud de Jerusalén no es de Jerusalén

El *Talmud* de Jerusalén en realidad no fue escrito en Jerusalén. Después de la destrucción del Segundo Templo, el rabino Judá, el Príncipe, compiló la *Mishná*. El *Talmud* de Babilonia incluye las discusiones de los rabinos de Babilonia, donde residía la mayoría de los judíos. El *Talmud* de Jerusalén incluye las discusiones que tuvieron lugar en Israel. Durante este período, ningún judío vivió en Jerusalén: había sido arrasada por los romanos en el momento de la destrucción del Templo y posteriormente se les prohibió a los judíos vivir allí. Una posible explicación se refiere a la esperanza de que pronto estarían estudiando en la Ciudad Santa de Dios.



### 11. Hay más de 100.000 judíos enterrados en el Monte de los Olivos

El Monte de los Olivos es el más grande y posiblemente el más antiguo cementerio judío. Muchos judíos en todo el mundo buscan ser enterrados allí, debido en parte a la tradición de que en el momento de la llegada de *Mashíaj* allí es donde comenzará la resurrección de los muertos.



### 12. Edificios hechos con piedra de Jerusalén

Casi todas las fachadas de sus edificios contienen piedras de la ciudad gracias a un funcionario británico, Sir William McLean, y a Sir Ronald Storrs, gobernador del Mandato Británico de Palestina. Aunque los habitantes de Jerusalén habían estado utilizando esta piedra durante miles de años, esta fue la primera vez que se estableció como ley.



### 13. Antigua y Nueva Ciudad

Jerusalén es hoy una ciudad dentro de otra ciudad. La Ciudad Vieja de Jerusalén es una sección amurallada dentro de una ciudad moderna. Contiene cuatro secciones: el barrio judío, el barrio armenio, el barrio cristiano y el barrio musulmán.



Durante su ocupación por los jordanos después de la Guerra de la Independencia de Israel, el barrio judío fue destruido. Después de que fue recapturada en 1967, fue reconstruida y reubicada. La Ciudad Vieja contiene muchos sitios históricos, incluyendo el Muro de los Lamentos y el Monte del Templo. A su alrededor se encuentra el área municipal de Jerusalén.

### 14. Jerusalén une a todos los judíos

El Rebe señaló que Jerusalén une a todos los judíos, como dice el versículo, "la ciudad en la cual todos están unidos" (Salmos 122: 3). De manera similar, el *Talmud* enseña que cuando los judíos se reúnan en Jerusalén para las festividades, al entrar en las murallas de la ciudad, se unirán como una única entidad.



### 15. La Ciudad Vieja y sus puertas

Las paredes de esta ciudad han sido destruidas y reconstruidas numerosas veces a lo largo de la historia. Sobre ellas se construyeron seis puertas, entre ellas: la Puerta de Jaffa, al lado de la Torre de David. La Puerta de Zión, que conduce al Barrio Judío. La Golden Gate (o Puerta de la Misericordia) que se encuentra cerca del Monte del Templo y el Monte de los Olivos. Según la tradición judía, *Mashíaj* entrará a Jerusalén a través de esta puerta. Para evitar esto, los musulmanes la sellaron durante el régimen de Suleiman.





«Creo que deberíamos abrir más Tiferet Zekeinim para que podamos mejorar el bienestar de nuestros mayores»

## EL REBE tenía razón

Prevenir enfermedades como la demencia y el Alzheimer

UN EXPERIMENTADO neurólogo afirma que un proyecto del Rebe brinda una solución vital para encontrar una cura para prevenir o retrasar la demencia y el Alzheimer.

"La demencia y la enfermedad de Alzheimer son unas de las más grandes amenazas médicas del mundo (...)", dice el doctor Yakir Kaufman, director de Servicios de Neurología en el Hospital Herzog, un hospital geriátrico-psiquiátrico en Jerusalén.

En los últimos años, el doctor Kaufman ha realizado una exhaustiva investigación, la cual demuestra interesantes hallazgos sobre el Alzheimer: "Aprendimos que los pacientes con niveles más altos de espiritualidad o religiosidad pueden ralentizar significativamente el deterioro cognitivo", dijo.

En una reciente entrevista, el doctor Kaufman expresó: "El visionario Rebe entendió que el proyecto Tiferet Zekeinim\* es una de las principales soluciones que puede mejorar la salud, dar sentido a la vida y prevenir enfermedades".

El neurólogo dice que hay más de 30 factores de riesgo para la demencia y la enfermedad de Alzheimer. Parte de ellos son físicos y psicosociales, como no dar un sentido a la vida, depresión, estrés, sensación subjetiva de soledad y baja estimulación cognitiva. Curiosamente, estos últimos factores ocurren cuando la gente se retira y se convierte en un desocupado.

En los centros Tiferet Zekeinim, dice el doctor con respecto a los adultos mayores: "En realidad se ve cómo las interacciones –con el rabino y el grupo mismo– les da conocimiento, estimulación cognitiva y un sentido de pertenencia a los mayores, que alguien se preocupa por ellos para mejorar su aprendizaje, su salud y bienestar".

\*Colel Tiferet Zekeinim Levi Itzchok es una red de instituciones donde se estudia la *Torá*, que ha estado trabajando con adultos mayores a través de la organización de caridad cuya sede en Israel se fundó hace 34 años por iniciativa del Rebe, como una forma de honrar la memoria de su erudito y piadoso padre, el rabino Levi Itzjak Schneerson, de bendita memoria.

# ¿Qué significa SHKOYAJ?

Aron Moss



## PREGUNTA:

Uno de los retos al empezar a estudiar judaísmo es entender toda la terminología. Finalmente puedo pronunciar *Jánuca* correctamente, y ahora sé la diferencia entre *kidush* y *kadish* (era una vergüenza cuando no lo sabía), pero hay una palabra que todavía me confunde: *shkóaj*. Escucho a la gente gritar *shkóaj* después de la prédica del rabino, cuando se llama a alguien a la *Torá*, e incluso a veces cuando paso el arenque en la mesa de *shabat*. ¿Qué significa realmente *shkóaj* y cuál es el momento apropiado para usarla?

## RESPUESTA:

De acuerdo al *Diccionario etimológico Oxford de modismos judíos* [\*], *shkóaj* es una versión condensada de la frase hebrea *ieiasher kojaja*, literalmente: “Que tu fuerza se dirija hacia adelante”. Lo irónico es que la “extensión hacia adelante” se acortó, y la gente no tenía e *kóaj* (fuerza) para pronunciar los dos sonidos “j” guturales al final, por lo que quedó como *iasher kóaj*, que cuando se dice rápido suena como *shkóaj*.

*Shkóaj* es una expresión versátil. Se puede usar para decir “bravo” por una gran prédica, “qué bien que fuiste llamado a la *Torá*”; o “gracias por pasar el arenque”. Pero el significado es siempre el mismo: Has hecho algo bueno; que tengas fuerza para hacer más.

Es mucho más profundo que decir simplemente gracias. Dar gracias es un reconocimiento a una buena acción hecha en el pasado. *Shkóaj* también alienta a hacer más buenas acciones en el futuro. Es un bravo y un bis juntos.

¿Qué significa *shkoyaj*?

¿Qué significa realmente *shkóaj* y cuál es el momento apropiado para usarla?

El mensaje es que no importa cuánto bien hemos hecho, siempre podemos hacer más. No importa cuánto sabemos, siempre podemos aprender más. Como se sabe en el judaísmo, el aprendizaje nunca termina. El *Talmud* dice: “No seas tímido y pregunta, o no aprenderás nunca”.

## *Jazak Ubaruj!*

Esta frase significa literalmente Fuerte y Bendito. Tiene un uso equivalente a *Shkóaj* y es utilizado principalmente por la comunidad sefaradí.



# Recetas para dar LA BIENVENIDA AL AÑO 5779

El mes de *Tishrei* está lleno de festividades y ocasiones para compartir en familia, memorables sabores y deliciosas recetas que llenan la mesa de *Rosh Hashaná*

## Espiral de remolacha con sus hojas (en su defecto con rúgula)

### INGREDIENTES

- 3 remolachas
- ½ taza de pistachos asados y salados
- 1 taza de granada

### ADEREZO

- 3 cucharadas de melaza de granada
- 2 cucharadas de vinagre de vino rojo
- 2 cucharaditas de mostaza Dijón
- 1 cucharada de miel
- ¼ cucharadita de sal *kasher*
- 1/8 cucharadita de pimienta
- ½ taza aceite de semilla de uva o de oliva

### PREPARACIÓN

1. Lavar y secar las remolachas. Separar las hojas.
2. Cortar la remolacha en espirales.
3. Mezclar los ingredientes del aderezo, excepto el aceite.
4. Incorporar el aceite poco a poco mientras se mezcla.
5. Colocar la remolacha en una bolsa ziplock con el aderezo.

6. Marinarla en la nevera algunas horas o toda la noche.

7. Lavar bien las hojas y picarlas finamente.

8. Colocar la remolacha en una bandeja, colocar las hojas encima, luego la granada y los pistachos.

9. Aderezar un poco con lo que quedó en la bolsa.



Una selección de recetas judías recopiladas en el libro *Millennial Kosher* de Chanie Apfelbaum





## Pollo con miel, za'atar y frutos secos

### INGREDIENTES

- 2 tazas de orejones
- 2 tazas de ciruelas pasas
- 3 cucharadas de za'atar
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 4 muslos de pollo, con piel
- ½ taza de vino tinto seco
- Sal
- 1/3 taza de miel

### PREPARACIÓN

1. Precaentar el horno a 350° C.
2. Colocar los orejones y las ciruelas pasas en una bandeja 9x13 cm.
3. En un bowl, combinar el za'atar con el aceite de oliva para crear una pasta que se frotará sobre el pollo.
4. Colocar el pollo encima de los frutos.
5. Verter el vino alrededor y espolvorear la sal.
6. Hornear bien tapado por 1 hora.
7. Destapar la bandeja.
8. Espolvorear la miel encima del pollo y hornear 30-45 minutos adicionales, bañando cada 10 minutos con los jugos de la bandeja.

## Pasta Deli

### INGREDIENTES

- 1 paquete de pasta de lacito, preparada según indica el empaque
- 1 lata de maíz
- 1 taza de tomates cherry, picados por la mitad
- 2 pepinillos, picados pequeños
- 2 tazas de embutidos mixtos picados en tiras. (Puede reemplazar por pollo a la parrilla)

### ADEREZO

- 1 taza de mayonesa
- ¼ taza de mostaza Dijón



- ¼ taza de mostaza entera
- ½ taza de miel
- Sal al gusto

### PREPARACIÓN

1. Mezclar los ingredientes con el aderezo.

## Guefilte de pescado a la Sefardí

### INGREDIENTES

- 20 oz de pescado molido y preparado para Guefilte
- 1 huevo
- 2 cucharadas de *matza meal*
- 2 cucharadas de cilantro o perejil
- 2 dientes de ajo picaditos
- 1 cucharadita de comino
- ¼ cucharadita de cúrcuma
- Sal
- Pimienta al gusto
- Aceite para freír

### SALSA

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 6 dientes de ajo, picados
- 1 pimentón rojo, picado en medias lunas





- 1 zanahoria pelada y picada diagonalmente
- 15 oz de salsa de tomate
- 1 taza de garbanzos de lata o hervidos
- 1 cucharadita de paprika
- 2 cucharaditas de jugo de limón
- 2 cucharadita de miel
- Sal y pimienta al gusto
- Perejil para decorar

### PREPARACIÓN

1. Adobar el pescado molido y refrigerar mientras se prepara la salsa.
2. Para la salsa: calentar el aceite y freír el ajo, la pimienta y la zanahoria hasta que comience a caramelizar.
3. Agregar la salsa de tomate, el garbanzo, la paprika, el limón, la miel, la sal y la pimienta.
4. Cocinar por 15 min, hasta que las verduras estén suaves, agregar el perejil.
5. Con las manos húmedas formar 8 "arepitas" del pescado.
6. Freír hasta que doren y pasar por toallin. (Si el pescado no está completamente cocido por

dentro, puede hornearlo a 350° C. por 15 minutos adicionales).

7. Servir aderezando con la salsa.

### Muffins de maíz

#### INGREDIENTES

- 1 ½ taza de harina todo uso
- 1 ½ taza de harina de maíz
- ½ taza de azúcar
- 2 cucharaditas de polvo de hornear
- ½ cucharadita de bicarbonato
- ½ cucharadita de sal *kasher*
- 1 taza leche de coco (puede ser cualquier tipo de leche: soya, vainilla, arroz etc.)
- ½ taza de aceite
- 1 Lata de maíz en crema



#### PREPARACIÓN

1. Precalentar el horno a 350° C.
2. Engrasar los moldes.
3. Mezclar en un bowl las harinas, el azúcar, el polvo de hornear, el bicarbonato y la sal.
4. En otro bowl mezclar la leche de coco y el aceite.
5. Verter el liquido a lo seco, mezclarlo.
6. Agregar el maíz.
7. Mezclar.
8. Llenar los moldes  $\frac{3}{4}$ .
9. Hornear 25 min.

#### OPCIONAL

Se puede hornear en un solo molde.





## YOM KIPUR: La festividad que nunca comienza una noche de sábado

Malkie Janowski

### EL CALENDARIO PERPETUO

judío fue organizado de tal manera que el primer día de *Rosh Hashaná* nunca caiga en domingo, miércoles o viernes<sup>1</sup>. Esto garantiza que *Yom Kipur* no sea un viernes o un domingo (es decir, un sábado a la noche), lo que haría que estuviera prohibido durante dos días seguidos preparar comida y enterrar a los muertos, y que *Hoshaná Rabá* no ocurra en *shabat*, lo que interferiría con la costumbre de cargar las ramas de sauce este día<sup>2</sup>.

El Rebe explica que, en un sentido cabalístico, el funcionamiento interno de *Rosh Hashaná* simplemente no cuadra con la energía espiritual de estos tres días.

Es decir, Di-os, para crear al mundo, usó siete modalidades llamadas *sefirot*, de las cuales destacan *jessed* (la bondad) y *guevurá* (la severidad, la disciplina). Las otras *sefirot* derivan de una de estas, o de ambas.

Cada uno de los siete días de la semana corresponde a una de las *sefirot*. El domingo es el día en el que *jessed* es dominante. El miércoles se relaciona con *nétsaj*, que deriva de la bondad. El viernes es *iesod*, una de cuyas funciones principales es “endulzar” la *guevurá*.

Entonces, ¿cuál es el problema con que *Rosh Hashaná* coincida con un día relacionado con la bondad? Parece una idea bastante buena...

Pero la realidad es que *Rosh Hashaná* no tiene que ver con recibir una bondad que no merecemos. Tiene que ver con la disciplina y con poner algo de nuestra parte. En *Rosh Hashaná* coronamos a Di-os como nuestro Rey. Decimos: “Di-os, queremos que tú nos gobiernes”, y es por eso que él mantiene la existencia del mundo durante un año más. Di-os no sostiene al mundo por pura bondad y generosidad, sino

porque nos presentamos como sus súbditos y aceptamos con sinceridad la soberanía que ejerce sobre nosotros, y entonces él acepta ser nuestro gobernante. Todo depende de nuestro servicio. Si no hay servicio divino de nuestra parte, no hay razón para que Di-os mantenga el mundo funcionando.

Si *Rosh Hashaná* fuera un día en el que Di-os se dijese a sí mismo: “Siento que quiero darle más a este mundo, simplemente dar con libertad y abiertamente, sin una razón y sin esperar nada a cambio”, entonces el domingo, el miércoles o el viernes estarían perfectos. Pero si consideramos la verdadera temática de la festividad, estos días no van bien.

Es interesante que el primer *Rosh Hashaná* de todos, el día en el que Adam y Javá fueron creados, fuera un viernes. Si bien puede parecer un poco extraño que *Rosh Hashaná* nunca pueda volver a caer en su día de la semana original, en realidad tiene mucho sentido si se considera el contexto.

La creación de Adam y Javá —que constituyó el toque final de la creación— en ese primer *Rosh Hashaná* fue un acto, por parte de Di-os, de bondad no merecida, porque hay que considerar que aún no había nadie que pudiera ser merecedor de ningún tipo de bondad. Por eso es comprensible que haya coincidido con un día orientado a la bondad.

1. Según muchos, esta regla entró en vigencia cuando en el siglo IV Hillel II estableció el calendario perpetuo. Según Sadia Gaon (citado en *Iesod Olam sha'ar 4* cap. 6), sin embargo, esta regla en realidad se respetaba incluso cuando el Sanedrín santificaba los meses basado en testigos que veían la luna nueva.

2. Ver *Talmud Suká 43b*; *Rosh Hashaná 20a*. El *Rambam* (Leyes de santificación de la luna 7:8) también da otro motivo para esta regla, un motivo que tiene que ver con mantener el calendario alineado con las órbitas solar y la lunar.



# r Un espacio único

**Jabad**  
Unidad Educativa  
אור הב"ד

20 razones que hacen de Or Jabad un espacio educativo por excelencia



- ✓ Atención individualizada a cada alumno.
- ✓ A través del crecimiento de los niños, las familias lo hacen también junto a ellos.
- ✓ Para nosotros es importante que nuestros niños sean felices.
- ✓ Ofrecemos educación musical y del idioma inglés.
- ✓ Proyecto "English Adventure" traído desde Israel.
- ✓ Nuestros niños aprenden, comparten y crecen, creando lazos de amistad para toda la vida.
- ✓ Contamos con familias diversas que enriquecen la integración.
- ✓ El ambiente de aprendizaje es estimulante, ofrece retos y es de alto nivel académico.
- ✓ Vemos a cada alumno como un ser único, potenciando sus fortalezas para lograr lo mejor de sí.
- ✓ Promovemos la responsabilidad ciudadana y comunitaria, cultivando especialmente el amor al prójimo.
- ✓ El programa educativo es integral, uniendo valores judaicos con el pènsum curricular venezolano.
- ✓ Nuestros niños experimentan las historias y vivencias judaicas de manera significativa, incorporándolas como parte de su ser.
- ✓ Los padres se integran al colegio a través de diferentes proyectos.



- ✓ Contamos con profesionales de alto nivel y de gran calidad humana.
- ✓ Promovemos el placer y el disfrute de aprender.
- ✓ Los alumnos exploran, descubren y están en contacto con la naturaleza.
- ✓ Fomentamos y enfatizamos el amor a Di-os, a la *Torá* y a nuestra tierra sagrada, Israel.
- ✓ Contamos con laboratorio y sala de computación.
- ✓ Desarrollamos recursos y materiales propios que fomentan el logro de los objetivos curriculares, basados en nuestra filosofía judaica.
- ✓ Nuestro proyecto de lectoescritura es de alto nivel, imbuido de valores judaicos.
- ✓ El alumnado cuenta con una excelente formación y preparación académica y personal.



## GAN ISRAEL: Diversión con contenido

Nuevamente CGI reunió a los niños de todos los colegios comunitarios integrándolos en un solo grupo con una sola meta: Traer a *Mashíaj* a través de las *mitzvot*, en especial el amor al prójimo *Ahavat Israel*.

¡Estudio en diversión es la mejor combinación!

Agradecemos al Club Hebraica y en especial al departamento de Cultura por el uso de las instalaciones.



próximias actividades

Te invita a:

# KAPAROT

5779

Te invitamos a cumplir con esta ancestral costumbre  
Lunes 27 de septiembre a las 7 pm.

Para más información  
llame al 264.70117 - 0711



# HAKAFOT

## DE SIMJAT TORÁ

¡Ven a disfrutar y a bailar en *Simjat Torá* con toda la familia!  
LUNES 1 DE OCTUBRE DESDE LAS 6:30 PM



## Merienda de Sucot en la Sucá

Ven a pasar una tarde diferente en la compañía de amigas en la Sucá, para compartir un mensaje con Chaya Perman. Este jueves 27 de septiembre a las 3 pm

### Fiesta de Sucot para niños

Miércoles 26 de septiembre a las 3 pm

Trae a tus niños a disfrutar la fiesta de Sucot



Ya es la

## Shiur Virtual HORA

con Chari



Desde la comodidad de tu hogar  
Este lunes 8 de octubre, a las 8:30 pm

# CALENDARIO FESTIVO

Shaná Tová



## Septiembre 2018

DOMINGO

CCS: 6:14 pm  
MIA: 7:13 pm

Bend. 2 y 7  
Vispera de  
Rosh Hashaná

9

29 Elul

LUNES

CCS: 7:03 pm  
MIA: 8:05 pm

Bend. 2  
1<sup>er</sup> día de  
Rosh Hashaná  
Se toca Shofar  
Se dice Tashlij

10

1 Tishrei

DOMINGO

16  
7 Tishrei

LUNES

17  
8 Tishrei

DOMINGO

CCS: 6:05 pm  
MIA: 6:58 pm

Bend. 4 y 7  
Vispera de Sucot

23  
14 Tishrei

LUNES

CCS: 6:54 pm  
MIA: 7:49 pm

Bend. 4 y 7  
1<sup>er</sup> día de Sucot

Se comienzan a bendecir  
las cuatro especies

24  
15 Tishrei

DOMINGO

CCS: 6:01 pm  
MIA: 6:50 pm

Bend. 4 y 7  
Shmini Atzeret  
Hoshaná Rabá

30  
21 Tishrei

LUNES

CCS: 6:49 pm  
MIA: 7:41 pm

Bend. 4 y 7  
Shmini Atzeret/Simjat Torá  
Yizkor  
Hakafot

1 OCT.  
22 Tishrei

## 1 SHABAT

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu lehadlik ner shel shabat kódesch.*

Bendito eres Tú, Ado-nay nuestro Di-os, Rey del Universo, que nos ha santificado con Sus mandamientos y nos ha ordenado encender la vela del sagrado *Shabat*.

## 2 ROSH HASHANÁ

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu lehadlik ner shel yom hazikarón.*

Bendito eres Tú, Ado-nay nuestro Di-os, Rey del Universo, que nos ha santificado con Sus mandamientos y nos ha ordenado encender la vela del Día del Recuerdo.

## 3 YOM KIPUR

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu lehadlik ner shel yom hakipurim.*

Bendito eres Tú, Ado-nay nuestro Di-os, Rey del Universo, que nos ha santificado con Sus mandamientos y nos ha ordenado encender la vela del Día de las Expiaciones.

## 4 YOM TOV

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu lehadlik ner shel Yom Tov.*

Bendito eres Tú, Ado-nay nuestro Di-os, Rey del Universo, que nos ha santificado con Sus mandamientos, y nos ha ordenado encender la vela de la festividad.

## Bendiciones

## BERAJOT



Umetuká

# ELUL 5778 • TISHREI 5779

<p>MARTES <b>11</b> 2 Tishrei</p> <p>2<sup>o</sup> día de Rosh Hashaná Havdalá CCS: 7:02 pm MIA: 8:04 pm</p>	<p>MIÉRCOLES <b>12</b> 3 Tishrei</p> <p>CCS: 5:11 - 6:52 MIA: 5:53 - 7:52</p>	<p>JUEVES <b>13</b> 4 Tishrei</p>	<p>VIERNES <b>14</b> 5 Tishrei</p> <p>CCS: 6:11 pm MIA: 7:08 pm</p> <p>Bend. 1</p>	<p>SÁBADO <b>15</b> 6 Tishrei</p> <p>Havdalá CCS: 6:59 pm MIA: 7:59 pm</p>
<p>MARTES <b>18</b> 9 Tishrei</p> <p>CCS: 6:08 pm MIA: 7:04 pm</p> <p>Bend. 3 y 7 Vispera de Yom Kipur Kol Nidrei</p>	<p>MIÉRCOLES <b>19</b> 10 Tishrei</p> <p>Yom Kipur Yizkor Havdalá CCS: 6:57 pm MIA: 7:55 pm</p>	<p>JUEVES <b>20</b> 11 Tishrei</p>	<p>VIERNES <b>21</b> 12 Tishrei</p> <p>CCS: 6:06 pm MIA: 7:04 pm</p> <p>Bend. 1</p>	<p>SÁBADO <b>22</b> 13 Tishrei</p> <p>Haazinu Havdalá CCS: 6:55 pm MIA: 7:51 pm</p>
<p>MARTES <b>25</b> 16 Tishrei</p> <p>Bend. 1 2<sup>o</sup> día de Sucot Havdalá CCS: 6:53 pm MIA: 7:48 pm</p>	<p>MIÉRCOLES <b>26</b> 17 Tishrei</p> <p>3<sup>o</sup> día de Sucot Días intermedios Jol Hamoed</p>	<p>JUEVES <b>27</b> 18 Tishrei</p> <p>4<sup>o</sup> día de Sucot Días intermedios Jol Hamoed</p>	<p>VIERNES <b>28</b> 19 Tishrei</p> <p>CCS: 6:02 pm MIA: 6:53 pm</p> <p>Bend. 1 5<sup>o</sup> día de Sucot Días intermedios Jol Hamoed</p>	<p>SÁBADO <b>29</b> 20 Tishrei</p> <p>Shabat/Sucot Hoshaná Rabá Havdalá CCS: 6:50 pm MIA: 7:43 pm</p>
<p>MARTES <b>2 OCT.</b> 23 Tishrei</p> <p>Simjat Torá Havdalá CCS: 6:49 pm MIA: 7:40 pm</p>	<p>MIÉRCOLES <b>3 OCT.</b> 24 Tishrei</p>	<p>JUEVES <b>4 OCT.</b> 25 Tishrei</p>	<p>VIERNES <b>5 OCT.</b> 26 Tishrei</p> <p>CCS: 5:58 pm MIA: 6:45 pm</p> <p>Bend. 1</p>	<p>SÁBADO <b>6 OCT.</b> 27 Tishrei</p> <p>Shabat Bereshit Havdalá CCS: 6:46 pm MIA: 7:36 pm</p>

A partir del domingo 23 de septiembre en la noche hasta el domingo 30, se dice la bendición 5 cada vez que se entra a la *sucá* para comer (comidas hechas a base de harina - *mezonot* y *hamotzi*).

A partir del lunes 24 de septiembre se dice la Bendición 6 de las cuatro especies cada día de *Sucot* (excepto *Shabat*).

\* Se encienden las velas a partir de una llama previa.

\*\* Toda comida festiva (de *Shabat* y *Yom Tov*) lleva dos *jalot*, para las cuales se lava primero *Netilat Yadaim* y al terminar de comer se dice *Bircat Hamazon*, la bendición posterior a la comida. Desde *Rosh Hashaná* hasta *Hoshaná Raba*, la *jala* se unta en miel.

## 5 SUCÁ

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu leshev besucá.*

Bendito eres Tú, Ado-nay nuestro Di-os, Rey del Universo, que nos ha santificado con Sus mandamientos, y nos ha ordenado sentarnos en la *sucá*.

## 6 CUATRO ESPECIES

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu al netilat lulav.*

Bendito eres Tú, Ado-nay nuestro Di-os, Rey del Universo, que nos ha santificado con Sus mandamientos y nos ha ordenado lo concerniente a *netilat lulav*.

## 7 SHEHEJEYANU

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam shehejeyanu vekiyemanu vehiguianu lizmán hazé.*

Bendito eres Tú, Ado-nay nuestro Di-os, Rey del Universo, que nos ha dado vida, nos sostuvo y nos hizo posible llegar a esta ocasión.

# ROSH HASHANÁ

## UNA OPORTUNIDAD

Hemos pasado el mes de *Elul* preparándonos moral y espiritualmente para este día, y ahora estamos listos para reconocer a Di-os como el Rey del Universo. Comenzamos el año nuevo con el marco mental adecuado, declarando cuál será nuestra actitud los próximos meses

*ROSH HASHANÁ es el primer día del año judío y, a su vez, da comienzo a los llamados Yamim Noraim, días de reverencia, de juicio Divino.*

*La solemnidad de un juicio no impide que celebremos con comidas festivas y con vino, porque el juez en este caso es Di-os, Avinu Malkeinu, nuestro Padre, nuestro Rey y a Él le pedimos las más diversas bendiciones con la certeza y el optimismo de que nos las otorgará con un año dulce y bueno.*

*Rosh Hashaná significa «cabeza del año». Es el aniversario de la creación de Adán y Eva y, por tanto, alude a la relación del Creador con la Humanidad. Durante Rosh Hashaná, Di-os asigna de nuevo el sustento vital para el nuevo año.*

*Ingresamos a un universo nuevo, dotado de nuevas cualidades físicas y espirituales. Esta nueva vitalidad está sujeta a nuestra proclamación de Di-os como nuestro Rey, a quien le pedimos impregnar nuestras vidas de propósito y significado.*

*Comenzamos a percatarnos de que nuestros equívocos del pasado no se interponen a nuevos logros, porque recibimos una nueva energía sin precedentes, que permitirá que mejoremos como individuos y, con ello, toda la humanidad.*

### Domingo 9 de septiembre Víspera de Rosh Hashaná - 1ª noche

- Se hace el servicio de *Slijot* antes del rezo matutino y luego se dice *Hatarat Nedarim* (anulación de las promesas).
- Se encienden las velas.
- Se reza en la sinagoga.
- Se desea «*Leshaná tová tikatev vetejatem*»: «Que sea inscrito y sellado por un buen año».
- Se recita *Kidush* de *Rosh Hashaná*. (Con *Shehejeyanu*).
- Se hace una cena festiva\*\*. La comida de *Rosh Hashaná* suelen ser dulces y se evitan las nueces.
- Se coloca en la mesa festiva la cabeza de un pescado, un carnero u otro animal *kasher*. También se coloca una granada.
- Se come la manzana con miel haciendo la bendición sobre la fruta: *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam, boré prí haetz*, y se agrega: *Yehí ratzón shetejadesh aleinu shaná tová umetuká*: «Que sea Tu voluntad otorgarnos un año bueno y dulce».
- Dependiendo de su costumbre, se hacen varios *Yehi Ratzon* adicionales.

# DE MEJORAR



## Lunes 10 de septiembre Primer día de *Rosh Hashaná* - 2<sup>da.</sup> noche

- Se reza en la sinagoga y se escucha el *shofar*.
- Se hace un almuerzo festivo\*\* recitando *Kidush* de *Rosh Hashaná*.
- Se dice *Tashlij* frente a un río o lago, preferiblemente con peces.
- Se encienden las velas a partir de una llama preexistente. Sobre la mesa habrá una fruta nueva mientras se encienden las velas, para tener en mente al recitar *Shehejeyanu* que se comerá luego de *Kidush*.
- Se reza en la sinagoga.
- Se hace una cena festiva\*\* recitando el *Kidush* de *Rosh Hashaná* y al decir *Shehejeyanu* se tiene en mente la fruta nueva.
- Se come la fruta nueva.

## Martes 11 de septiembre Segundo día de *Rosh Hashaná*

- Se reza en la sinagoga y se escucha el *shofar*.
- Se hace una comida festiva\*\*



*Kidush* de *Rosh Hashaná* para ambas noches

*Savri maranán*  
(sobre el vino)

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam. Boré peri hagafen.*  
*Baruj Atá, Ado-nay, Elo-heinu mélej haolam asher bajar banu mikol am, veromemanu mikol lashón, vekideshanu bemitzvotav. Vatitén lanu Ado-nay Elo-heinu beahavá et yom hazikarón hazé, et yom tov mikrá kódesch hazé, yom teruá mikrá kódesch zéjer litziat mitzraim. Ki vanu vajarta, veotanu kidashta mikol haamim, udevarja malkeinu emet vekayam laad. Baruj Atá Ado-nay, mélej al kol haáretz mekadesh Israel veyom hazikarón. Baruj Atá Ado-nay Elo-heinu Mélej haolam, shehejeyanu, vekiyemanu vehiguianu lizmán hazé.*

*Kidush* de *Rosh Hashaná*  
para ambos almuerzos

*Tiku bajodesch shofar, bakese leyom jageynu. Ki jok leIsrael hu, mishpat IElo-hey Yaakov.*

*Savri maranán*  
(sobre el vino)

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam. Boré peri hagafen.*

## Viernes 14, 21, 28 de septiembre y 5 de octubre

- Se encienden las velas de *shabat*.
- Se reza en la sinagoga.
- Se come la cena festiva de *Shabat*\*\* recitando *Kidush* de *Shabat*.

## Sábado 15, 22, 29 de septiembre y 6 de octubre

- Se reza en la sinagoga.
- Se almuerza una comida festiva\*\* recitando *Kidush* de *Shabat*. (El 29 el *kidush* es de *Sucot*)
- Se hace *havdalá*

## *Tashlij*: arrojar los pecados

El primer día de *Rosh Hashaná*, antes del atardecer, hacemos la oración de *Tashlij* (la pesca). Visitamos la ribera de un río, un lago, un estanque o cualquier cuerpo acuífero donde vivan peces, para simbólicamente echar fuera nuestros pecados. Las palabras que se recitan en esta ceremonia dicen: «...que [Di-os] se lleve nuestras transgresiones a las profundidades del mar» (Miqueas). La *Cábala* enseña que el agua simboliza la bondad, y el pez, que no tiene párpados, nos recuerda la providencia siempre despierta de Di-os. Oramos para que Él nos juzgue con misericordia y amor todo el tiempo.

# EL SHOFAR

## SHOFAR, un lenguaje universal

Rabino Yosef Yitzjak Jacobson

**TEKIÁ NOS RECUERDA** que una vez estuvimos completos. Cada uno de nosotros nació entero. *Shevarim* nos recuerda que en la vida estamos plagados de preguntas, confusión y decepciones; nos fragmentamos, nos desperdigamos, lo que ocasiona nuestros suspiros existenciales. *Teruá* nos recuerda cuántas vidas se han astillado en pedacitos a raíz de experiencias negativas. Esas personas están sollozando consciente o inconscientemente. Pero ¿qué hacemos luego de que soplamos los sonidos de ese estar rotos? Soplamos *tekiá* de nuevo. Esto nos recuerda que nuestra integridad originaria puede ser restituida.

Todavía más: al seguir los sonidos del *shofar*, alcanzamos la *tekiá gedolá*, "la gran *tekiá*". Una nota que dura tanto como tenga aliento el que toca el *shofar*, una nota mucho más larga que aquella con la que empezó el ciclo. Cuando sobrevivimos al quiebre, podemos alcanzar una integridad todavía más profunda que la que conocimos previamente.

Los sabios del *Talmud* ofrecían la siguiente enseñanza: una vasija de arcilla, al ser porosa, es susceptible de *tumá* (impureza ritual) a través del contacto con ciertas sustancias impuras. Si una vasija de arcilla se vuelve *tame* (impura), el modo de hacerla *tahor* (ritualmente pura) de nuevo es romperla y luego pegar los fragmentos. En otras palabras, la integridad de la vasija es restaurada al romperla, así se vuelve pura otra vez.

Todos estamos hechos de arcilla, como lo describe el Génesis: "Di-os creó al ser humano de arcilla de la tierra". Cuando nos permitimos abrirnos a nuestra propia vulnerabilidad y quiebre, nos volvemos capaces de una integridad más honda y poderosa que la que conocimos en primer lugar. El impacto de *tekiá gedolá* radica precisamente en que se alza de los sonidos desperdigados. Los lugares donde hemos unido con pegamento de nuevo son lugares donde la luz de Di-os puede entrar.

Fuente: theyeshiva.net

### El shofar

El shofar se toca con tres sonidos diferentes:

- TEKIÁ**: Un toque largo y continuado (la coronación de Di-os como Rey)
- SHEVARIM**: 3 sonidos de lamentación (el sollozante corazón anhelando conectarse)
- TERUÁ**: 9 toques rápidos (un reloj despertador espiritual)

La mitzvá principal del día de *Rosh Hashaná* es escuchar el shofar (un cuerno de carnero)

# 10 DÍAS DE TESHUVÁ

Entre *Rosh Hashaná* y *Yom Kipur*

## Reconectarse con Di-os UNO MISMO Y EL PRÓJIMO

Tres elementos son necesarios para hacer de estos días de comienzo algo beneficioso para el alma: *tefilá*, *teshuvá* y *tzedaká*

LOS DIEZ PRIMEROS DÍAS del mes de *Tishrei* (dos de *Rosh Hashaná*, los siete días siguientes y *Yom Kipur*) constituyen un tiempo propicio para rectificar los errores y acercarse más a Di-os. Por tanto, estos días se conocen con el nombre de *Aséret Yemei Teshuvá*, «diez días de *Teshuvá*».

Hay tres aspectos relacionados con el servicio a Di-os en estos días, *teshuvá*, *tefilá* y *tzedaká*, comúnmente traducidos como «arrepentimiento», «oración» y «caridad»; términos que no reflejan el contenido real que tienen en el Judaísmo, tal como se expresan en hebreo.

### **TESHUVÁ: el retorno a la verdadera esencia**

Se trata de la vuelta a la esencia judía de la persona, a la parte espiritual del ser. El Judaísmo enfatiza que la naturaleza esencial del judío –la chispa Divina del alma– es buena. El verdadero arrepentimiento no ocurre mediante la culpa, sino al darnos cuenta de que nuestro deseo más profundo es hacer el bien, de acuerdo con la voluntad de Di-os.

### **TEFILÁ: contacto directo con Di-os**

Es el medio por el cual el judío se comunica con el Creador y logra unirse a Él. Se considera el «servicio del corazón», y es el momento en el cual el hombre hace una evaluación personal de su conducta para saber si se ajusta o no a las normas establecidas por Di-os según la *Torá* y las *mitzvot*. Es un modo de lograr el refinamiento de la personalidad.



### **TZEDAKÁ: imitar lo bueno**

Proviene de la raíz *tzédek*, que significa «justicia»; por lo tanto, no está relacionada con «caridad», como se le traduce. El Judaísmo considera un acto de justicia, un deber, dar al más necesitado. Todo lo que la persona tiene es porque Di-os se lo otorga y, por tanto, debe imitar a Di-os dando a otros.

### **SHABAT SHUVÁ**

El sábado entre *Rosh Hashaná* y *Yom Kipur* se llama *Shabat Shuvá*, pues en él se lee la *Haftará* (texto del Libro de los Profetas), que comienza con las palabras «*Shuvá* Israel...» (retorna Israel...) del profeta *Hoshea* (Oseas), las cuales reflejan el sentido del día.

### **EL AYUNO DE GUEDALIÁ**

El miércoles 12 de septiembre se cumple con el ayuno de *Guedaliá*. No se come ni se bebe desde el alba, hasta la salida de las estrellas. Ese día se conmemora el trágico asesinato de *Guedaliá* Ben *Ajikam*, gobernador en la tierra de Israel en el año 3339 desde la Creación (421 a.e.c).

# YOM KIPUR

## Enfocándonos CON NUESTRA ALMA

**YOM KIPUR** es el día que conmemora el perdón otorgado por Di-os al Pueblo Judío después del pecado del becerro de oro. Por este acto de idolatría, a los cuarenta días de recibir los 10 Mandamientos, *Moshé* (Moisés) rogó a Di-os que perdonara a su pueblo. Así lo hizo hasta el 10 de *Tishrei*, cuando Di-os proclamó: «He perdonado tal como tú lo pediste».

El ayuno de *Yom Kipur* es el único mencionado en la *Torá* (*Vayikrá* 23:27).

Es el día de la máxima unión con Di-os, cuando se revela en cada judío el más alto nivel del alma, llamado *Yejidá*. A pesar de su solemnidad, *Yom Kipur* es uno de los días más felices del año, porque en él se recibe el regalo más sublime de Di-os, que es Su perdón. Pues aun cuando se haya transgredido Su voluntad, nuestra esencia –el alma– permanece pura y santa. La indulgencia otorgada por Di-os es la expresión de su amor incondicional y eterno.



**Víspera de Yom Kipur**  
**Martes 18 de septiembre**  
**(9 de Tishrei)**

- Se hacen *kaparot* con un ave de corral, un gallo para los hombres y una gallina para las mujeres. Hay quienes emplean para ello un pez o dinero, que se da como *tzedaká*. También se pueden hacer en los diez días de *teshuvá*.
- Se pide perdón a familiares y amigos, pues *Yom Kipur* produce indulgencia para las faltas del hombre con Di-os, mas no entre las personas.
- Se cena temprano, de día, antes del ayuno, con una comida festiva y abundante, para demostrar la confianza que tenemos en la bondad de Di-os. Se dice *Hamotzi* sobre *jalá*, que se remoja en miel. Se termina de comer antes de las 6:08 pm, aunque es preferible terminar temprano para encender las velas y llegar a tiempo a la sinagoga para *Kol Nidrei*.
- Se enciende la vela de *Yizcor* a quien corresponda, lo que deberá hacerse antes de encender las velas de *Yom Kipur*. Al día siguiente se dice *Yizcor* en la sinagoga.
- Se prenden las velas de *Yom Kipur* con las bendiciones correspondientes.
- Los padres dan a sus hijos la Bendición Sacerdotal antes de ir a la sinagoga a escuchar el *Kol Nidrei*: «Que Di-os te bendiga y te guarde; que haga resplandecer Su rostro hacia ti y te agrade; vuelva Su rostro hacia ti y te conceda la paz».

### Teshuvá

En *Yom Kipur*, hacemos un proceso llamado *teshuvá* – literalmente "retorno"

**ARREPENTIMIENTO:**  
Reconocer que un error fue cometido



**CONFESIÓN:**  
admitir nuestros errores verbalmente



**CESE:**  
detener la acción dañina muestra un verdadero compromiso de cambiar



**RESOLUCIÓN:**  
hacer un compromiso firme de no repetir la acción dañina





## Yom Kipur Miércoles 19 de septiembre (10 de Tishrei)

- El ayuno comienza luego de encender las velas en la víspera del *Yom Kipur* y culmina al día siguiente, con el anochecer. Está prohibido comer, beber, perfumarse, bañarse, usar zapatos de cuero y tener relaciones maritales.
- Se acostumbra usar ropa blanca y no llevar accesorios de oro. La *netilat yadaim* de la mañana se hace hasta los nudillos.
- Se va a la sinagoga a rezar. Es el único día del año en el cual se hacen cinco rezos *Arvit*, *Shajarit*, *Musaf*, *Minjá* y *Neilá* que se corresponden con los cinco niveles del alma. En cada uno se dice *Vidui* (confesión), para pedir perdón a Di-os.
- Se da comienzo al servicio de *Yom Kipur* con el *Kol Nidrei*, anulando todos los votos y promesas que se harían efectivas en el año entrante (y, de acuerdo con algunos, también los del año anterior).
- Finaliza con *Neilá* (cierre), momento en que es sellado nuestro destino para el año venidero. Este es el único servicio en el año en que las puertas del Arca se mantienen abiertas.
- Se reza *Arvit*, se hace *havdalá* y luego de hacer el *netilat yadaim* completo se rompe el ayuno.



### PARA UN AYUNO MÁS FÁCIL, SUGERENCIAS PARA EL DÍA ANTERIOR:

- Tomar de 8 a 10 vasos de agua
- Comer pequeñas porciones de proteínas
- Ingerir muchos carbohidratos y almidones
- Comer vegetales y frutas de piel fina
- Comer frutas frescas, secas y semillas
- Evitar café, té, refrescos con cafeína, comidas saladas, condimentadas o fritas

## Rezos memorables en la Sinagoga



Los rezos comienzan antes del anochecer con la inolvidable melodía ***Kol Nidrei***



El servicio de ***Yizkor***, en memoria de los seres queridos, se recita seguido de la lectura matutina de la ***Torá***



El servicio de ***Musaf*** presenta un recuerdo del rito de ***Yom Kipur*** en el Templo Sagrado de Jerusalén



En el servicio de ***Minjá*** leemos el ***Libro de Yona***



El rezo final, ***Neilá*** ("cerrando los portones"), es nuestra última oportunidad de ser inscritos en el Libro de la Vida. Estamos en la intimidad con Di-os.

# SUCOT

## LAS CABAÑAS: celebrando la unión y la alegría

Anualmente, los judíos construimos cabañas que recuerdan nuestro paso por el desierto y la época de las peregrinaciones al Templo. *Sucot* nos conecta con la Historia y con Di-os de una manera experimental

DESPUÉS DE *ROSH HASHANÁ* y *Yom Kipur* -que son fechas de contrición- viene *Sucot*, que es un tiempo de expansión y regocijo, *Zmán Simjateinu*, tiempo de alegría. La felicidad se santifica realizando todas las actividades cotidianas en la *sucá*. Las *sucot* o cabañas rememoran las nubes de gloria que protegieron al pueblo de Israel a lo largo de su travesía durante cuarenta años en el desierto.

### UN SACRIFICIO PARA EL MUNDO

Durante la existencia del Templo, la ofrenda de *Sucot* incluía setenta sacrificios, con los que se pedía bendiciones para las setenta naciones del mundo, pues le corresponde al Pueblo Judío sostener el mundo con amor y bondad.



### Kidush de Sucot

*Atkinu seudata demalka ilaa, da hi seudata dekudsha brij hu ushjinte.*

*Savri maranán*  
(sobre el vino)

*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam. Boré perí hagafen.*

*Baruj ata Ado-nay, Elo-heynu melej haolam, asher bajar banu mikol am veromemanu mikol lashon vekidshanu bemitzvotav, vatiten lanu Ado-nay Elo-heynu beahava moadim lesimja jaguim uzmanim lesason et yom jag hasucot haze. Veet yom tov mikra kodesh haze. zman simjatenu mikra kodesh zejer litziat Mitzraim, ki vanu vajarta veotanu kidashta mikol haamim, umoadey kodsheja besimja uvesason hinjaltanu. Baruj atá Ado-nay, mekadesh Israel vehazmanim.*

En el *Kidush* de la 1era noche antes de *Shehejyanu* se dice:  
*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu leshev basucá.*  
*Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam shehejyanu vekiyemanu vehiguianu lizmán hazé.*

En la segunda noche se invierte el orden, diciendo *Shehejyanu* antes de la bendición de *Leshev basucá*.

### Los invitados de honor

La energía espiritual de *Sucot* "invita" a siete grandes líderes de Israel (*ushpizin*) a la *sucá*

ABRAHAM  
Amor y bondad

ISAAC  
Fuerza personal

YAAKOV  
Belleza y verdad

MOISÉS  
Empatía y esplendor Divino

AARON  
Eternidad de la Torá

YOSEF  
Santidad

REY DAVID  
Cielo en la Tierra



### Víspera y 1<sup>era</sup>. noche de *Sucot* Domingo 23 de Septiembre

- Se prenden velas preferiblemente en la *sucá*.
- Se Reza en la sinagoga.
- Se come una cena festiva\*\* recitando *Kidush* de las fiestas de peregrinaje
- Comer la primera noche de *Sucot* un pedazo de pan en la *sucá* es una *mitzvá* equivalente a la de comer *matzá* en la primera noche de *Pésaj*.
- Cada vez que en la *sucá* se come más de 60 g de pan o torta, se dice la bendición *Leshev basucá*



### 1<sup>er</sup>. día de *Sucot* Lunes 24 de septiembre

- Se bendicen las cuatro especies, desde el lunes 24 hasta el domingo 30 inclusive (exceptuando *Shabat*), tomando con la mano derecha el *lulav* (ramas de palmera) que está junto a los tres *hadasim* (ramas de *mirto*) y dos *aravot* (ramas de sauce) y se recita lo siguiente: *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu al netilat lulav.*
- Luego, con la mano izquierda se agarra el *etrog* (*citro*) con la punta o pitom hacia arriba, se acerca al *lulav* y se dice la bendición de *Shehejeyanu* (solo la primera vez que se realice), y se les sacude.
- Se va a la sinagoga de mañana y de noche.
- Se hace un almuerzo y una cena festiva\*\*, recitando *Kidush* de las fiestas de peregrinaje.



### 2<sup>do</sup>. día de *Sucot* Martes 25 de septiembre *Simjat Beit Hashoevá:* el agua simboliza la *Torá*

Rememora la ceremonia que se celebraba en el *Bet Hamikdash*, templo, siendo la única fiesta en la que se vertía agua sobre el altar además del vino que se usaba todo el año. El agua se tomaba del manantial *Shiloaj* en las afueras de Jerusalén, haciéndose una procesión.



## LAS 4 ESPECIES

La *mitzvá* especial de *Sucot* de las cuatro especies – *lulav, etrog, hadasim y aravot*– es muy significativa y simboliza la unión y la armonía. Las cuatro especies simbolizan cuatro perfiles espirituales:

**El *Etrog*** (*citron*) simboliza a la persona observante y estudiosa de la *Torá*.

**El *Lulav*** (rama de palmera) simboliza la persona estudiosa de la *Torá*, pero poco observante de las *mitzvot*.

**El *Hadas*** (las ramas de *mirto*) simboliza a la persona que hace muchas *mitzvot*, pero se dedica poco al estudio de la *Torá*.

**La *Aravá*** (rama de sauce) simboliza a la persona que no se distingue ni por su observancia ni por su estudio. El precepto solo se cumple uniéndolos a todos para simbolizar la importancia de cada judío y la verdadera unidad del pueblo.

### 3er., 4to., 5to. y 6to. día de *Sucot* *Jol Hamoed* (26 al 29 de septiembre)

*Jol Hamoed* son los días que van del tercero al séptimo día de esta fiesta. En estos no se recita *Kidush* ni se encienden velas de *Yom Tov*. Se acostumbra trabajar solo lo necesario, honrando la festividad con el estudio de la *Torá*, la comida y la bebida (incluso vino). Así como los días solemnes entre *Rosh Hashaná* y *Yom Kipur* sirvieron para rectificar cada semana del año anterior, los siete días de *Sucot* traerán la felicidad a todas las semanas del año que apenas se inicia.

### 7<sup>mo</sup>. día de *Sucot* Domingo 30 de septiembre *Hoshaná Rabá: el fallo definitivo*

Es el último día de *Sucot* (30 de septiembre) y se le considera similar a *Yom Kipur*, porque es la última oportunidad en la que Di-os puede cambiar su decreto a favor. Ese día se confirma la sentencia y por eso se desea a los amigos *Pitká tová*. Se acostumbra a permanecer despierto la noche anterior, recitando *Torá* y Salmos. Por la mañana, en la sinagoga, se dan siete vueltas alrededor de la *tevá* o *bimá* sosteniendo las cuatro especies, rezando los *Hoshanot*. Luego, con cinco ramas de sauce atadas, se golpea el piso para rememorar lo que se hacía en el Templo y con el objeto de «endulzar» el juicio.

# SIMJAT TORÁ

*Sheminí Atzéret y Simjat Torá*

## Días de ALBOROZO COLECTIVO

AUN CUANDO SE CELEBRA inmediatamente después de *Sucot*, *Sheminí Atzéret* es una festividad totalmente independiente en la cual se siguen todas las reglas del *Yom Tov* (fiesta) y se dice *Shehejyanu*, debido a la importancia que tiene.

Su celebración está indicada en la *Torá* y en Israel coincide con *Simjat Torá*; pero, tal como ocurre en el resto de las festividades, en el exilio se celebra durante dos días, dedicados a la alegría.

*Sheminí Atzéret* es la expresión del amor de Di-os hacia los judíos como Su pueblo elegido, pues es una celebración íntima propuesta por

Él a Israel, que ha pedido paz y prosperidad para todas las demás naciones de la Humanidad durante *Sucot*. Este día se pide por las lluvias.

En *Simjat Torá* se celebra la conclusión y el inicio de la lectura de los libros de la *Torá*. Bailamos todos juntos, cargando la *Torá* cerrada y vestida. Las distinciones no cuentan: del más sabio al más simple participan en las *Hakafot* para expresar el amor que, por herencia, le tienen los judíos a la *Torá*.

Al culminar la lectura de la *Torá* se empieza de nuevo desde el principio, *Bereshit Bará*, ya que nunca se finaliza su estudio, pues su sabiduría es infinita y la vinculación de los judíos con Di-os es eterna.



***Sheminí Atzéret* se celebra desde el 30 de septiembre en la noche  
*Simjat Torá*, desde el 1<sup>ero</sup>. de octubre en la noche**

- Se encienden velas de *Sheminí Atzéret* el domingo 30.
- El lunes 1<sup>ero</sup> se encienden las de *Simjat Torá* a partir de una llama preexistente.
- Se dice *Shehejyanu* ambas noches: las mujeres al encender las velas y los hombres en el *Kidush*.
- Se dice *Yizcor* en la sinagoga el martes 2 de octubre.
- En el Musaf de *Sheminí Atzéret* empezamos a decir la «Oración de las lluvias» (*Mashiv ha-rúaj umorid haguéshem*) hasta *Pésaj*.

- Hay quienes hacen *Hakafot*: en la noche de *Sheminí Atzéret*, luego del rezo de *Arvit*.
- Se hacen *Hakafot* en *Simjat Torá*: de noche, después de *Arvit* y de día (antes de la lectura de la *Torá*).
- En *Simjat Torá* todos suben a la *Torá*, incluso los jóvenes menores de trece años. Se honran dos *jatanim*: el *jatán Torá* y el *jatán Bereshit*.

### ***Isru Jag***

El día después de *Simjat Torá* es un día vinculado a la festividad y por eso es más que un día ordinario. Se hacen comidas semifestivas.