

LA PRIMERA REVISTA PARA LA FAMILIA JUDÍA

בס"ד

RUMBO

A TU JUDAISMO

JABAD LUBAVITCH
DE VENEZUELA

Ma nishtaná
¿Por qué esta noche
es diferente?

CADA PAÍS TIENE UN SÍMBOLO que captura su esencia. Egipto fue representado por las pirámides del Faraón, la única de las siete maravillas del mundo antiguo que sobrevive en el presente.

Gráficamente, las pirámides representan la mentalidad de su época, no solo en Egipto, sino en el resto de la civilización: los egipcios se veían a sí mismos como filas de piedras subordinadas a aquellas que estaban por encima. Solo había una piedra en el tope que era el Faraón. La esclavitud no solo era física, sino espiritual. Nadie tenía la voluntad ni la ambición para rebelarse contra la injusticia y la explotación, e impulsar la búsqueda de nuevos horizontes.

Ese contexto permite entender el desafío que representó en un mundo esclavizado el papel encomendado por Di-os a Moshé, de enfrentarse al Faraón y exigirle: “Deja ir a mi pueblo”. Nadie se había atrevido nunca a hablar en nombre de los esclavos, ni mucho menos a exigir.

De no haber sido por el éxodo de Egipto, la historia de la humanidad habría sido diferente. No solo fue una liberación nacional, sino un evento cósmico que le dio forma al futuro de toda la raza humana. El mundo entero despertó de un largo invierno, profundo y frío, dando lugar a la llegada de la primavera. Es por eso que la *Torá* nos instruye a celebrar siempre



Pésaj en primavera. A decir de un místico, “*Pésaj* permanecerá para siempre como la primavera de la civilización”.

La historia del éxodo no fue la de un evento singular ocurrido hace milenios. Es una historia continua. A lo largo de los siglos, millones de personas oprimidas y rechazadas se inspiraron en ella para soñar un futuro mejor. El éxodo implantó en la psique humana la semilla de la libertad, la mentalidad libre y el vocabulario de la emancipación.

También en lo individual, cada vez que hacemos esfuerzos por trascender los miedos, romper barreras, oponernos a ser víctimas de los impulsos, mentiras y abusos, estamos actuando con la fuerza que activó Moshé. Ejercerla llevará a la redención definitiva del Pueblo Judío y de la civilización en su totalidad.

Pésaj kasher ve'sameaj

Mati Raitan de Jakubowicz

¿LIBERTAD?

con restricciones

EN LA FESTIVIDAD de *Pésaj* recordamos y narramos la salida del Pueblo de Israel de Egipto, y con esto el cambio de la esclavitud a la libertad. Es más, en nuestros rezos se le conoce a esta festividad como *Zman Jeruteinu*, el tiempo de nuestra libertad.

La esclavitud de Egipto fue la más profunda y amplia que haya existido, ya que no solo era física sino también espiritual. Di-os nos sacó de Egipto, pero no sacó a Egipto de nosotros.

El Jasidismo explica que la palabra hebrea para Egipto, *Mitzrayim*, significa limitaciones, límites, restricciones. Al salir de Egipto, fuimos liberados de esas restricciones y cambiados para siempre. Desde el momento en que Faraón nos dejó salir, ya no había ninguna fuerza en el mundo lo suficientemente poderosa como para impedir que un judío se conectara con Di-os. Pero dentro del judío, esa es una historia diferente.

Posterior a la salida de Egipto, el Pueblo Judío ha sido esclavizado, oprimido, expulsado y masacrado, pero en cada una de estas situaciones posteriores a la entrega de la *Torá*, nuestra situación y relación con El Creador es distinta y por lo tanto a pesar de los intentos de destruirnos, tenemos una fuerza de libertad y de unión a *Hashem* que nos protege.

Pero Egipto permanece vivo dentro del corazón de cada uno de nosotros. Nos hace sentir pequeños e indignos. Nos hace olvidar quiénes somos y quién podríamos llegar a ser. Nos hace creer que tenemos que mezclarnos con aquellos que parecen



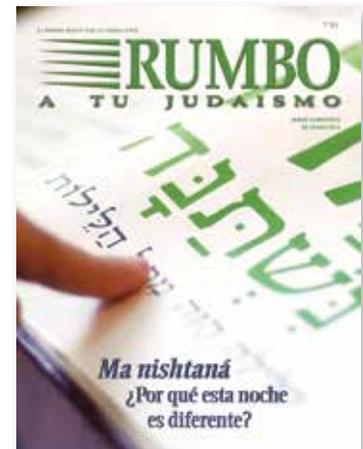
más grandes y más poderosos que nosotros mismos. Para poder liberarnos de esta opresión interna necesitamos de la *Torá* y de las *mitzvot*.

La *Torá* a primera vista luce como un código de restricciones, una serie interminable de reglas que limitan lo que podemos hacer o no. Pero tal como necesitamos lentes de sol porque no podemos ver la luz de forma directa con nuestros ojos por ser demasiado fuerte y brillante, igualmente necesitamos de las *mitzvot* para poder relacionarnos con Di-os y conectarnos con Él.

Las aparentes limitaciones que nos impone la *Torá* no son tales sino más bien todo lo contrario, es la fórmula secreta revelada por *Hashem* en el Monte Sinaí para la libertad total y definitiva. En la medida en que nos acerquemos más a nuestra tradición estaremos más cerca de la Redención Final, que alcanzará su máxima expresión con la llegada del *Mashiaj* muy pronto en nuestros días.

Pésaj Kasher Vesaméaj,

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 Y EDICIÓN DE TEXTOS:
ROSA LINDA ORTEGA

CORRECCIÓN DE GUÍAS:
RABINO LEIBEL SHUCHAT

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

DIGITALIZACIÓN Y RETOQUE DE FOTOS:
PREVIEW COMUNICACIÓN VISUAL, C.A.

PREPrensa e IMPRESIÓN:
COMPLIT GRÁFICO C.A.

PORTADA
ARCHIVOS

FOTOGRAFÍAS:
ARCHIVOS

OFICINA DE VENTAS: (MÁSTER): 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
«JOSÉ Y SARA LERNER»
TELF. 264.7011
RABINO YEHOShUÁ 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
NISÁN 5778 - PÉSaj 2018
VOLUMEN 29 - Nº 3
ISSN 1315 - 6594

- 13 **judaísmo**
¿Cuál es el papel de un LIDER?
- 16 **jasidut**
5 FORMAS DE DESPERAR
lleno de energía
- 18 **portada**
Una pregunta
ESENCIAL
- 23 **testimonio**
Historia de una
CONVERSIÓN
- 28 **educación**
OR JABAD un colegio
PARA TODOS



secciones

- 3 **editorial**
- 4 **saludo del rabino**
- 8 **noticias**
- 10 **actualidad**
- 20 **israel**
- 25 **pregunta al rabino**
- 26 **recetas**
- 29 **noti-jabad**
- 32 **SECCIÓN ESPECIAL: GUÍA PRÁCTICA DE PÉSAJ**
CALENDARIO FESTIVO, PÉSAJ • NISÁN 5778
- 34 **HACER PÉSAJ: MUCHO MÁS QUE LIMPIAR**
- 36 **EL JAMETZ: Y LA ELIMINACIÓN DEL EGO**
- 37 **PÉSAJ, MATZÁ Y MAROR**
PALABRAS CLAVES
- 38 **KEARÁ: UN PLATO CON CONTENIDO MÍSTICO**
- 41 **EL SÉDER: QUINCE PASOS HACIA LA LIBERTAD**
- 46 **CINCO PRECEPTOS INDISPENSABLES**





Empresa israelí desarrolla CÓRNEA ARTIFICIAL

LA COMPAÑÍA CORNEAT ha desarrollado un revolucionario implante de córnea artificial que da esperanza a millones de personas con ceguera o discapacidad visual. El implante, basado en la nanotecnología, es una córnea sintética que usa avanzada tecnología celular para integrar óptica artificial en el tejido ocular.

Según la Organización Mundial de la Salud, se estima que hay entre 20 y 30 millones de personas afectadas por problemas de córnea en todo el mundo. Al año se realizan apenas unos 200.000 trasplantes.

<http://bit.ly/2GSkg0e>



PENCE 'inspirado' por el Kotel

EL VICEPRESIDENTE ESTADOUNIDENSE Mike Pence pasó su última tarde en Israel en el Muro de los Lamentos en la Ciudad Vieja de Jerusalén. Pence y su esposa Karen rezaron en el lugar sagrado del judaísmo.

Cuando los periodistas le preguntaron acerca de su visita al Muro Occidental, el vicepresidente dijo que se había sentido "inspirado". Antes de comenzar su oración, la pareja recibió una explicación sobre el lugar y su importancia para el pueblo judío.

<http://bit.ly/2FJ4Xb6>



SORPRESA REVELADA

DESPUÉS DE AÑOS de negociaciones, las autoridades rusas en la ciudad siberiana de Tomsk devolvieron una histórica sinagoga a la comunidad judía en un emotivo evento.

Esta sinagoga de madera fue construida hace más de 100 años por los cantonistas, niños judíos llevados a instituciones militares en la Rusia zarista para servir en el ejército, hasta que llegaron los comunistas y se apoderaron del edificio.

Durante el evento, un judío local sorprendió a la comunidad y sacó un rollo de la Torá que había pertenecido a esta sinagoga cuando esta fue incautada. En aquel entonces, el abuelo de este hombre corrió adentro y salvó la Torá, que fue entregada de generación en generación, y hoy fue devuelta a su hogar. Docenas de judíos de la ciudad participaron en esta ceremonia especial bajo las frías temperaturas siberianas.

<http://bit.ly/2oxMbvP>



El judío MÁS ALTO DEL MUNDO

SE LLAMA ERIC GINGOLD, nació el 26 de diciembre de 1973 en Israel y mide 7 pies 2 pulgadas (2,184 m), según el sitio web thetallestman.com.

En la foto se aprecia al rabino Yitzchak Francis entregándole el título de reconocimiento a Eric como el Judío más Alto del Mundo, con *Tefilín* en Chabad del Mar Muerto-Masada.

<http://bit.ly/2GRX8yV>



TOUR MEMORIAL de Putin y Netanyahu

EL PRESIDENTE RUSO, Vladimir Putin, y el primer ministro israelí, Benjamín Netanyahu, conmemoraron el Día del Recuerdo en el Jewish Tolerance Museum de Moscú.

El Gran Rabino de Rusia, Berel Lazar dijo que se conmemora el Día del Recuerdo del Holocausto en la fecha en que el Ejército Rojo liberó el campo de concentración de Auschwitz. El primer ministro Binyamin Netanyahu, por su parte, manifestó: "Agradezco mucho esta invitación y su apoyo personal, en este lugar y en este día, que refleja nuestra lucha común contra el mayor mal que la humanidad ha conocido al precio terrible de seis millones de mi pueblo, junto con los veinte millones del pueblo ruso. Recordamos el heroísmo del Ejército Rojo al lograr la victoria sobre los nazis".

<http://bit.ly/2oxmPht>

LEFFERTS será Schneerson Square

EL CONSEJO DE LA CIUDAD de Nueva York votó para cambiar el nombre de una cuadra de Lefferts Avenue –que alberga el Campus Chomesh Beis Rivkah School–, por Rebetzin Chaya Mushka, Schneersohn Square.

El cambio conmemora la dedicación de Rebetzin Chaya Mushka, quien ayudó a otros bajo el régimen soviético y nazi, y más tarde a su marido,

como Rebe del movimiento Chabad-Lubavitch.

El concejal Mathieu Eugene, dijo al respecto: "Es un gran honor representar a un distrito que fue el hogar de esta extraordinaria mujer". Hoy en día su legado es perpetuado por los alumnos del campus, dedicados a una vida de divulgación judía.

<http://bit.ly/2F0x1JL>



PROPUESTA DE LEY EN FLORIDA:

un inconveniente para la Halajá



UNA PROPUESTA de ley de los legisladores de la Florida, la cual consiste en mantener el horario de verano durante todo el año, evitaría cambiar el reloj dos veces, pero podría causar múltiples problemas a los residentes judíos ortodoxos de ese estado.

La Sunshine Protection Act crearía una hora extra de luz diurna antes del anocheecer, comenzando y terminando el día una hora más tarde, desde noviembre hasta mediados de marzo.

La medida podría ser beneficiosa para el turismo, pero también podría causar estragos en los *minyanim* de la mañana, con *neitz hachama*, el momento más temprano para rezar *Shemoneh Esrei*.

Los cambios propuestos también crearían inconvenientes para la comunidad judía de Florida, pues debido a que *Shabat* terminará más tarde, las personas que quieran salir de Florida en *Motzei Shabat* tendrán problemas para encontrar vuelos. Asimismo, los negocios y restaurantes que ganan gran parte de su sustento al abrir en *Motzei Shabbos*, pudieran tener pérdidas. Y habrá muchos días en que los niños irán a la escuela cuando aún esté oscuro.

El rabino Moshe Matz, director ejecutivo de Agudath Israel of Florida, ha hecho un llamado a los líderes, instituciones y residentes de la comunidad judía de la Florida para que se comuniquen con el gobernador y expresen respetuosamente su oposición al plan. La Agudath también se ha puesto en contacto con los legisladores de Florida para dar a conocer por qué el plan propuesto sería perjudicial para la comunidad judía del estado.

Si bien los problemas de cambio de hora pueden ser nuevos en Florida, los residentes judíos de Cleveland, South Bend y Detroit, todos ubicados en el extremo occidental, ya han estado lidiando con este problema durante años. En esa zona hay días en los que el amanecer está cerca de las 8 a.m. y hay muchos que se ponen sus *talis* y *tefilín* al comienzo del rezo, cuando aún está oscuro, pero demoran en hacer los *brachos* apropiadamente.

En el extremo oeste hay semanas donde *Mincha* en la tarde de *Shabat* es a las 9 pm. y *Shabat* no termina sino hasta cerca de las 10:30 pm.

Un pueblo que comienza cantando



¿Cuál es el papel de un LÍDER?

¿El de generar sumisión, crear seguidores o formar líderes? Las versiones diferentes de cómo Moisés condujo a Israel establecen tres diferentes perspectivas de liderazgo

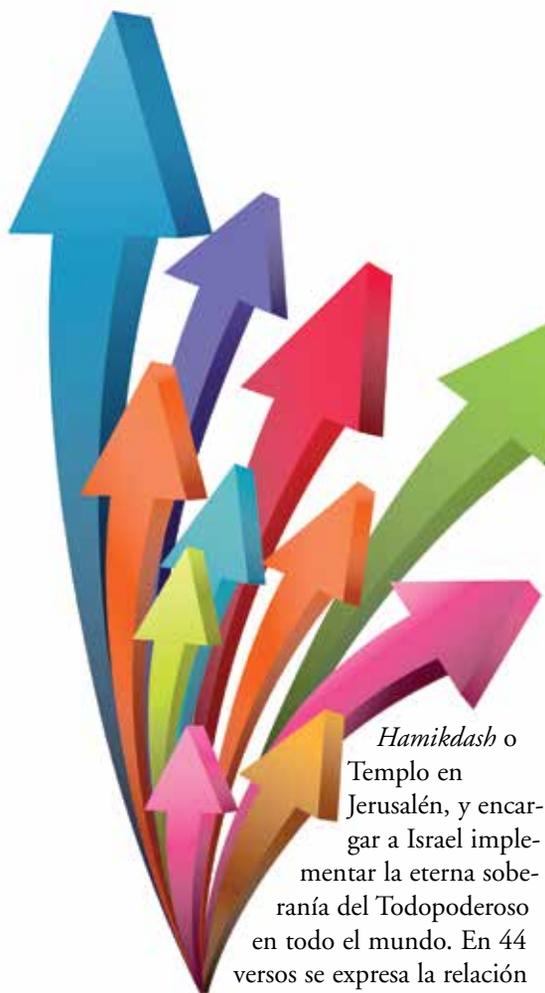
YY Jacobson

EL PUEBLO JUDÍO nace el 15 de *Nisán* del año 2448 desde la Creación (1313 a.e.c) y una de las primeras cosas que hace como nación es cantar.

Siete días después de salir de Egipto, los hijos de Israel fueron testigos de la destrucción de sus antiguos amos, cuando el mar se partió para dejarlos pasar y se cerró hundiendo a los egipcios que los perseguían. La *Torá* relata cómo Moisés y el pueblo de Israel, al ver el gran milagro, entonaron un cántico de alabanza a Di-os diciendo:

“Cantaré a Di-os, pues Él es grandemente ensalzado, arrojó al mar al caballo y a su jinete. El poder de Di-os fue mi salvación, éste es mi Di-os y Lo glorificaré, el Di-os de mi padre y Lo exaltaré...”

Se conoce esta canción como *Shirat Hayam* – La canción del mar – que describe los milagros que Di-os hizo a su pueblo, les promete llevarlos a la Tierra Santa, revelar Su presencia en el *Beit*



Hamikdash o Templo en Jerusalén, y encar- gar a Israel imple- mentar la eterna sobe- ranía del Todopoderoso en todo el mundo. En 44 versos se expresa la relación del pueblo con el Creador y su misión en el mundo, ocupando un lugar de preeminencia en la *Torá* y en la vida judía.

Nuestros sabios hacen especial hin- capie, en la autoría de este cántico, aun cuando en la frase que le precede dice que fue entonada por Moisés y los hijos de Israel. Es obvio que Moisés lo hizo, pero el hecho de que se le singu- larice genera una discusión entre los sabios sobre el papel que este desempe- ña y abre la interrogante sobre cómo es posible que tres millones de personas cantaran la misma canción.

El *Talmud* (Sota 30b) presenta por lo menos tres opiniones diferentes sobre la forma en que Moisés condujo al pueblo en su cántico de alabanza y agradecimiento.

TRES SABIOS – TRES PERSPECTIVAS

Rabi Akiva opina que fue *Moshé* el que compuso *Shirat Hayam*, y el pueblo de Israel respondía a cada verso con el estribillo *Ashirá LeHashem* – Cantaré a Di-os.

Rabi Eliezer consideraba que los miembros del pueblo repetían cada verso después de que era entona- do por Moisés.

Rabí Nejemia estimaba que Moisés solo pronunció las palabras de apertura y luego el pueblo de Israel en conjunto la cantó en su totalidad.

¿Cuál es la diferencia entre estas tres versiones y a qué se debe su importancia?

Lo que a simple vista parecieran argu- mentos técnicos, consti- tuyen una profunda reflexión sobre la verda- dera naturaleza del lide- razgo y la habilidad de un guía para inspirar un sentido de unidad y propósito en un pueblo fragmentado.

LA OBEDIENCIA DE TODOS

Rabi Akiva describe la situación en la que *Moshé* inspiró a toda una generación a domi- nar su ego, a trascender sus diferencias, someter su individualidad a la identidad colectiva per- sonificada en su líder.

« Cuántas veces no hemos visto en un concierto o mitin, que miles de personas parecen constituir una sola entidad personificada en el líder; puede resultar impresionante, pero es de corta vida »

Moshé cantó solo la gratitud a Di-os, su experien- cia de redención y su visión futura como el pue- blo de Di-os. La gente no tenía ninguna otra cosa que decir individualmente, más que afirmar en forma unánime lo expresado por Moisés.

SEGUIR AL LÍDER

Rabi Eliézer argumentaba que el fenómeno de dos millones de corazones y cabezas inspirados a seguir una sola visión y un solo líder, no tendrían un carácter duradero. Podría resultar magni- ficente y transformador, electrificante si se quiere, pero duraría muy poco y por lo tanto no sería significativo a largo plazo. ¿Cuántas veces no hemos visto en un concierto o en un mitin que miles de personas parecen constituir una sola entidad personificada en el líder? Puede resultar impresionante, pero es de corta vida. Tarde o temprano afloran las diferencias intrínsecas y la aparente unidad cesa. Por tanto el modelo sugeri- do por Rabi Eliezer era diferente, consideraba que Moisés en vez de inspirar sumisión, creaba seguidores. Prefería estudiantes en vez de lealta- des. Las personas repetían cada verso que *Moshé* entonaba, no hacían una afirmación a ciegas sino que la pasaban por el tamiz de su propia com- prensión y sentimientos, buscando descubrir las raíces de una declaración idéntica en su propia personalidad y experiencia. Así las mismas pala-

bras tenían dos millones de matices, al ser absorbidas por igual cantidad de mentes y articuladas por tantas bocas.

De este modo Moisés creaba una generación de pupilos y estudiantes que escucharon su cántico y luego repitieron el mensaje, integrándolo a sus vidas.

FORMAR SERES INDEPENDIENTES

Rabi Nejemia aun no quedaba satisfecho; esta clase de liderazgo es significativo mientras el maestro esté presente para enseñar, influenciar y motivar a sus discípulos. ¿Cuando el líder y maestro comunica su pasión y su cántico, lo siguen pero ¿qué ocurre cuando el capitán desaparece, cuando el maestro es silenciado, cuando el director ya no conduce la sinfonía? Cuando ya no hay nada que repetir, acaso todo termina?

“No”, responde Rabi Nejemia, "si *Moshé* realmente captura y personifica la esencia de Israel, ellos serán capaces de hallar su canción dentro de ellos mismos sin necesidad de oír el cántico de sus labios antes de cantarlo. Moisés le enseñó a la gente a descubrir la melodía en su propio corazón y mente".

Y para que esto pudiera suceder, como líder pronunció las palabras iniciales de la canción, mostró el propósito, marcó el destino, pero después de eso cada uno de los judíos cantaba por sí mismo. Moisés no inspiraba sumisión, ni creaba discípulos, forjaba líderes. Sabía como encender la chispa en cada uno para que pudiera continuar su propia canción.

El nombre Nejemia proviene de la voz *Nejamá* y de *Menajem*, que significan consuelo, pues este sabio presentó una profunda idea de consuelo para una generación que no vería ni oíría cantar a *Moshé*.

Shirat Hayam - Un cántico singular

- Fue la primera canción entonada por el pueblo de Israel.
- Ocurre luego de la partición del mar Rojo que los judíos alcanzaron a cruzar, huyendo definitivamente de los egipcios para emprender el camino de la libertad y recibimiento de la *Torá* hace 3322 años.
- A través de ella se implantó el júbilo en el corazón de los judíos para todas las generaciones.
- Di-os y las huestes celestiales escucharon el cántico y el alma de Israel se elevó al máximo nivel de exaltación.
- Ese día es festivo y se celebra como *Shevii shel Pésaj* o el séptimo día de *Pésaj*.
- Ese cántico se pronuncia dos veces al día, todos los días del año como parte del rezo matutino y vespertino por los judíos del mundo entero.
- Eso para inculcar en la conciencia que la existencia del pueblo judío es de naturaleza milagrosa, sostenida por Di-os durante toda la historia.
- Una vez al año en *Shabat Shirá –Shabat del Cántico–* se lee públicamente acompañada de una melodía especial y con gran alegría.
- La *shirá* cantada junto al mar fue vocalizada en el momento adecuado, ni antes ni después y por eso empieza con la palabra “Entonces...”
- Cada episodio contenido en la *Torá* tiene enseñanzas para nuestra vida actual. ¿Por qué fue necesaria la partición del mar Rojo? ¿Cuál es el significado psicológico y espiritual del evento en el que el mar pasa a ser tierra firme? En el camino hacia la libertad, tanto a nivel personal como colectivo, es necesario reconocer que en la parte oculta (mar) hay una chispa Divina, el alma que está conectada con Di-os que debemos traer a tierra firme (conciencia) para lograr trascender.
- Según la Biblia hay diez canciones, la última será entonada con la llegada de *Mashiaj*, que tiene carácter masculino, a diferencia de las otras nueve del género femenino.

5 FORMAS DE DESPERTAR lleno de energía

Yvette Miller

SER JUDÍO es comprender que hay mucho por hacer, que el tiempo es efímero y que cada día nos brinda un regalo invaluable de la vida.

Pero a primera hora de la mañana, cuando suena el despertador, todo lo que queremos es voltearnos y volver a dormir. Aquí hay cinco estrategias para infundirnos energía y propósito:

1. Saborea el milagro de despertar

En el judaísmo se dice una hermosa oración de agradecimiento al despertar: *Modé ani lefaneja, Melej jai vikayam, Shehejzarta bi nishmati b'jemíá, Rabá emunateja* ("Te agradezco, oh Rey vivo y eterno, por Ti he devuelto mi alma dentro de mí con compasión, ¡abundante es tu fidelidad!").

Esta oración agradece al Todopoderoso por nuestra existencia y nos ayuda a apreciar el hecho de que nos despertamos para vivir otro día. Tomarse un momento para reconocer el milagro de nuestra existencia puede cambiar la perspectiva, y hacernos más agradecidos y enérgicos.

2. Comienza el día con gratitud

También en el judaísmo hay una hermosa serie de bendiciones matutinas que nos ayudan a articular y apreciar cuántos regalos dados por Di-os entran en nuestra rutina de despertarnos y salir de la cama. En primer lugar, bendecimos a Di-os por habernos dado la mañana y agradecemos por cosas aparentemente comunes: poder ver, ser capaz de levantarse de la cama. Agradecemos por ser parte del pueblo judío, por ser libres y no esclavos. Con cada bendición, recordamos atesorar el increíble milagro de nuestra propia existencia cada día.

3. Nuevo día, nuevas posibilidades

Una de mis oraciones judías favoritas es: "Mi Di-os, el alma puesta dentro de mí es pura. Tú la creaste, la formaste, la insuflaste en mí, la salvaguardas dentro de mí".

Me encanta que me recuerden que mi alma, mi esencia más íntima, proviene y refleja lo Divino. No importa qué errores haya cometido, cada uno de nosotros tiene un alma pura y buena, y cada día nos presenta una nueva oportu-

nidad de realizar nuestro increíble y sagrado potencial.

Esto significa que cualquier error que hayamos cometido ayer y los problemas que enfrentamos hoy no nos definen. Es una mentalidad radicalmente diferente, y si bien tendremos desafíos y pruebas, las decisiones que tomamos tienen importancia y no las enfrentaremos solos.

4. Tener un objetivo en mente

¿Alguna vez despertó la mañana de un gran día –un viaje, un evento, una entrevista de trabajo– y se sintió con mucha energía? Tener algo emocionante que esperar es una manera garantizada de despertar lleno de energía; cuando sabemos que el día que viene ofrecerá nuevas experiencias, a menudo sentimos ganas de saltar de la cama.

5. Cuídate mucho

Hace dos mil años, el gran sabio judío Hillel observó: "Si yo no me ocupo de mí, ¿quién lo hará?" (*Pirkei Avot* 1:14). En última instancia, somos responsables de nuestro bienestar, tanto espiritual como físico.

«La tradición judía aconseja: "¡Despierta como un león para servir a tu Creador por la mañana!" (*Shulján Aruj* 1:1)»



Una pregunta ESENCIAL

Yanki Tauber

Lo que los niños
nos enseñan cuando comienzan
a indagar
acerca de la libertad

*¿Ma nishtaná halaila
hazé?*

*¿Por qué esta noche es
diferente de todas las
demás noches?, nos
preguntan nuestros hijos
en el Séder de Pésaj. Y
les contestamos: Porque
fuimos esclavos del
faraón en Egipto y Di-os
nos liberó.*

*¿Nos liberó? ¿Tú eres
libre?*

*¿Puede considerarse libre
una persona que contrajo
una hipoteca? ¿O una
persona que tiene
suegra? ¿Es libre un
empleado, o una persona
que no tiene trabajo?*

*¡Libertad! ¿Existe algo
más anhelado, pero al
mismo tiempo más difícil
de alcanzar? ¿Cómo
podemos llegar a ser
libres de las exigencias,
preocupaciones y cargas
de la vida diaria?*

Ahora bien, mira a tu
hijo. Obsérvalo mientras
juega, lee o duerme. El
niño es libre en la
seguridad de que sus
padres velarán por todo
aquello que necesite.

Libre para crecer y
desarrollarse, abierto a
las alegrías y
posibilidades de la vida.

Es por esto que *Pésaj*, la
fiesta de la libertad, tiene
tan presente a los niños,
pues son ellos quienes
nos recuerdan que
también somos hijos de
Di-os, por tanto,
intrínseca y eternamente
libres.

El niño es el participante
central del *Séder de
Pésaj*. Todo el *Séder* ha
sido estructurado
teniendo como objetivo
estimular su curiosidad,
llevarlo a preguntar por
qué esta noche es
diferente.

Pero tiene lugar otro
diálogo, en el cual
nosotros preguntamos y
el niño explica. En este
Séder mira con atención
a tu hijo, observa la
realidad desde su
perspectiva. ¿De qué otra
manera podríamos llegar
a saborear la libertad?



MULTITUD DE TURISTAS LLEGA A ISRAEL



120 rabinos de Jabad, junto a sus esposas, organizaron un grupo de 770 personas para visitar Israel este año

El grupo estuvo conformado por personas que asistieron a las clases del JLI (The Jewish Learning Institute) en EE UU, Canadá, Australia, Centro y Sudamérica, entre muchos otros lugares.

La flexibilidad del itinerario permitió que tanto los turistas que visitaban Israel por primera vez como los que ya habían viajado varias veces exploraran nuevas áreas de su herencia: Historia, cultura y personalidades de todas las eras.

Los momentos más especiales fueron el megaevento en el *Kotel*, marchar con un *Sefer Torá* rescatado durante *Kristalnajt a Mearat Hamajpela en Hevron*, *Havdala en Shaar Yafo* y el banquete de cierre en el salón de *Binyanei HaUmah*.

El viaje fue organizado por The Land and Spirit Israel Experience y por el JLI (The Jewish Learning Institute).



Historia de una CONVERSIÓN

Por Rachel Kaufman,
tal como Miriam se lo contó

El *Talmud* dice que las almas de los futuros conversos estuvieron presentes cuando Di-os les dio a los judíos la *Torá*.

De hecho, muchos conversos han descrito un sentimiento inexplicable de conexión con los judíos desde muy jóvenes. Esta es una de esas historias

NACÍ COMO LIZEL BENDER en un pequeño pueblo rural de Alemania donde mi familia tenía una granja. Una vez oí hablar de alguien llamada Miriam, y entonces le pregunté a mi madre: "¿Por qué no me llamaste así?". Por alguna razón sentí una afinidad con ese nombre.

Nuestra familia era católica y mi madre era profundamente religiosa. Ella me enseñó a hablar con Di-os, a pedirle mis necesidades y agradecerle por todo. Sin embargo, cuando la acompañaba a la iglesia yo me sentía algo diferente. Un día descubrí una Biblia traducida al alemán en el bolso de mi hermano, empecé a leerla y no pude parar.

Cuando terminé la escuela secundaria, decidí mudarme a Düsseldorf, y fue allí donde tuvo lugar el punto clave en mi vida. Recuerdo que estaba esperando a una

«Cuando conocí de primera mano las leyes y costumbres judías, el *Shabat* y las fiestas, sentí como si un mundo nuevo se hubiera abierto para mí»

amiga en una cafetería y una jovencita me preguntó si yo hablaba inglés. Por alguna razón decidió acercarse a mí. Comenzamos a hablar. Descubrí que su nombre era Aviva, que era judía y estaba de vacaciones en Alemania. Me sentí abrumada por la emoción de conocer a un verdadero judío. Ella era de Israel, nacida en el seno de una familia tunecina que luego se mudó a Florida.

Como siempre, la *hashgajá pratit* (Divina Providencia) me maravilla. Aviva me descubrió y toda mi vida cambió desde entonces. La llené de preguntas: "¿Quién dice que son realmente el pueblo de la Biblia? ¿Y cómo guardas los mandamientos hoy en día en el siglo XXI?". Ella respondió lo mejor que pudo y yo estaba encantada. Sentí una estrecha relación con ella, pero cuando terminaron sus vacaciones y ella regresó a

Miami, yo volví a mi trabajo tratando de procesar el significado de ese encuentro.

Un día, Aviva me invitó a visitarla en Florida, y fue allí en su casa donde conocí de primera mano las leyes y costumbres judías, el *Shabat* y las fiestas. Sentí como si un mundo nuevo se hubiera abierto para mí. Tiempo después, estando en Alemania, toda esa experiencia me hizo tomar una decisión crucial: regresaría a Estados Unidos.

En el transcurso de esos años con Aviva, estudiamos juntas el judaísmo. En *Yom Kipur* me dijo que no tenía que ayunar, pero insistí. Del mismo modo, encendí velas de *Janucá* y guardé las *mitzvot*, aunque todavía era gentil. Cuando decidí convertirme, conocí al rabino Feivish Dalfin, de Florida, y a su esposa, quien me enseñó todo lo que necesitaba saber y me acompañó a través del proceso de conversión ante del *beth din* (Tribunal Rabínico). Por supuesto, elegí el nombre de Miriam, un nombre que siempre soñé tener.

No puedo darme el lujo de TENER OTRO HIJO

Aron Moss



PREGUNTA:

Mi esposa quiere que tengamos otro hijo. Pero financieramente estamos bastante ajustados, y me parece irresponsable agregar otra boca para alimentar cuando no se tienen las posibilidades. ¿No hay límites al mandamiento de "ser fructífero y multiplicarse"?

RESPUESTA:

Estás sugiriendo que las finanzas son las que deberían determinar cuántos hijos podemos tener. Si no puedes pagar, no tengas bebés. La cigüeña solo debe aceptar efectivo contra entrega. La deuda y los pañales no se mezclan.

Eso suena razonable. Pero vamos a ver si tiene sentido.

Digamos que mi asesor financiero evalúa que puedo permitirme tener cuatro hijos y nada más. Así que los tengo. Unos años después, mi situación cambia drásticamente para peor, y ya no puedo pagar las cuentas de una familia de seis almas. Así que llamo a mi hijo menor y le digo: "Lo siento, cometimos un error de cálculo. Pensamos que podríamos mantenerte, pero ya sabes cuán impredecible es el mercado en estos días. Vamos a tener que dejarte ir".

¿Cómo se supone que debemos medir cuántos niños podemos tener? ¿Alguien puede predecir qué tamaño de familia podemos financiar o no en el futuro? ¿Quién puede decir con certeza que puede pagar siquiera un hijo?

Una familia no es un negocio. Se trata de personas, no de ganancias. Tener una gran

familia significa saber que nuestra riqueza son nuestros hijos, y aunque no sepamos lo que nos depara el futuro, haremos todo lo posible para brindarles todo lo que podamos. Si eso significa tomar menos vacaciones o tener que comprar autos usados, entonces el sacrificio vale la pena.

De hecho, hay situaciones en las que la ley judía limita nuestra multiplicación. Si la salud emocional o física de los padres está en riesgo, o si se cuestiona la fuerza de su relación, se les puede aconsejar que eviten tener hijos. Pero lo determinarán junto con su mentor espiritual y su profesional de la salud, no con su contador.

A menudo escucho a gente decir que desearían haber tenido más hijos. Jamás que hubiesen querido tener menos. Cada nueva alma es una bendición para el mundo y una bendición para la familia. ¿Crees que no puedes permitirte el lujo de tener otra? Quizás no puedas darte el lujo de no hacerlo.

CELEBREMOS PÉSAJ

con sabores festivos

En *Pésaj* se descubre una nueva manera de cocinar que requiere de menos productos procesados, los que si utilizamos debemos asegurarnos que tengan supervisión *Kasher Le'Pesaj*



Pollo dulce y cítrico

INGREDIENTES

- 8 patas de pollo
- 12 oz mermelada de naranja
- 3 cdas. de miel
- 1 cda. de aceite de oliva
- 1 cda. de mostaza
- Jugo de 3 limones
- ½ cda. de sal
- 1 naranja, picada en rodajas finas
- Aceite para la bandeja
- (opcional: pimienta y ajo en polvo)

PREPARACIÓN

1. Mezclar todos los ingredientes para marinar el pollo y refrigerar de 1 a 3 horas.
2. Precalentar el horno a 450° F.
3. Pintar la bandeja de aceite.
4. Colocar el pollo en la bandeja con su marina y la naranja.
5. Hornear hasta que este dorado, aprox. 25 a 30 minutos.

PARA LA MERMELADA

- 1 naranja
- 2 cdas. de agua
- ½ taza de azúcar

PREPARACIÓN

1. Eliminar las dos puntas y picar la naranja en 8 trozos.
2. Colocarla en el picador hasta tener pedacitos muy pequeños.
3. Cocinar en una olla por 15 min., junto con el agua y el azúcar, revolviendo poco a poco.
4. Dejar enfriar y refrigerar en un envase de vidrio.



Batata chips

INGREDIENTES

- 2 batatas dulces lavadas y picadas en rodajas de menos de medio cm.
- ¼ taza aceite de oliva
- ½ cdta. de sal
- (Opcional: mostaza con miel para untar al servir)
- (Opcional: se pueden usar otras papas, moradas y/o doradas)
- (Opcional: servir con crema agria y decorar con eneldo)

PREPARACIÓN

1. Precalentar el horno a 200° F
2. Untar las batatas (o papas) con el aceite y colocarlas en una sola capa en la bandeja.
3. Hornear hasta que estén doradas (20 a 25 minutos).
4. Voltear una vez. Echarle la sal inmediatamente.



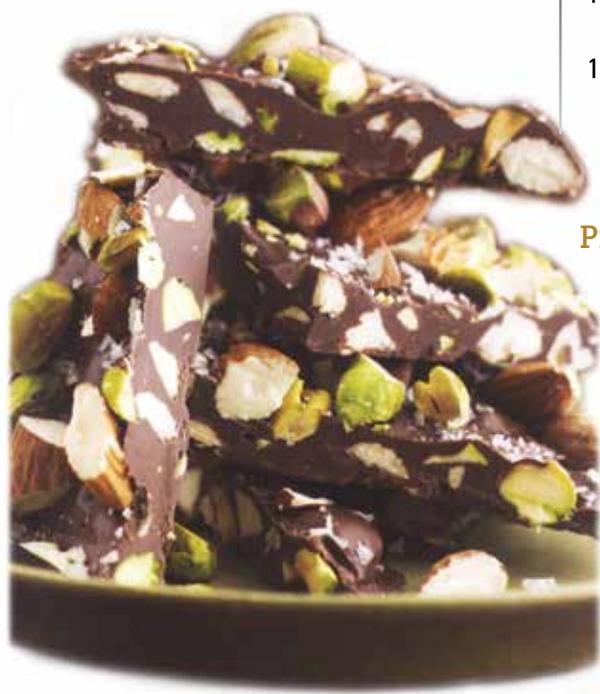
Delicia de chocolate

INGREDIENTES

- 450 gr de chocolate, picadito
- 1 ¼ tazas de almendras tostadas sin sal, picaditas
- 1 ¼ taza pistachos pelados, picaditos
- ½ cucharita de extracto de vainilla, obviamente *kasher lepésaj*
- 1 ½ cucharita sal gruesa

PREPARACIÓN

1. Colocar papel pergamino en la bandeja.
2. Derretir el chocolate a baño de maría o por 10 segundos en el microonda.
3. Agregar la ½ taza de almendras, ½ taza de pistachos y la vainilla.
4. Con una espátula extender la mezcla hasta cubrir toda la bandeja, espolvorear la sal y lo que queda de las almendras y pistachos.
5. Tapar y refrigerar hasta que este duro aproximadamente de 2 a 4 horas.





r: un colegio PARA TODOS

El año pasado el Colegio Or Jabad graduó a su primera promoción de esta nueva etapa y sus egresados ya se encuentran triunfando B"H en distintos bachilleratos.

Por el testimonio de las familias que hacen vida en Or Jabad, el colegio ofrece un balance perfecto entre preparación académica y formación judaica.



Isaac y Shirley Benarroyo

El ambiente de Or Jabad es propicio para desarrollar valores judaicos y excelencia académica. Nuestros hijos disfrutan las materias religiosas y cuando nos invitan a una casa y hablan de la parasha o de cualquier tema judaico saltan rápidamente a participar activamente y contentos. Or Jabad se caracteriza por tener una atmósfera de pureza, con valores que marcan de por vida a los niños.



Moisés y Rebeca Chocrón

Buscamos en un colegio el sentido de compromiso y que se maneje como una familia. La educación debe apuntar a la excelencia tanto en español como en hebreo. Or Jabad maneja esto con mucho profesionalismo. La atmósfera ayuda mucho, tanto en la educación religiosa como secular, y en la integración de los niños y los padres. Hago mención especial a los logros en las clases del More Rafi. Nuestro hijo ha avanzado muchísimo y lo veo feliz.



Simon y Guila Berros

Or Jabad no se limita a lo académico, también incluye la educación en valores como la ética, la moral y el comportamiento, en línea con los de la familia y su entorno. Una de las cosas más lindas es la forma creativa y alegre de enseñar, haciendo que cada momento sea un hermoso recuerdo. Una anécdota especial que tengo es la de mi hija desde que comenzó el año escolar, casi todos los días me dice: "Mamá, gracias por mi colegio nuevo. ¡Me encanta!"



UN SHABATON EXTRAORDINARIO

Jóvenes de 4to y 5to año han respondido con entusiasmo al llamado de Cteen, asistiendo a *shiurim* semanales, estudiando con los *bajurim*, orgullosamente tomando y posteando selfies cumpliendo *Mitzvot* y yendo a la sinagoga.

Este crecimiento llegó a su clímax en un viaje a Nueva York, donde pasaron un *shabat* extraordinario junto a más de 2.000 jóvenes de todas partes del mundo.

Tuvieron el mérito de formar parte de un *siyum sefer Torá* en Times Square, para el cual cada uno adquirió una letra del mismo.

Fue increíble la sensación de transformar Times Square a un oasis espiritual, donde se respiraba el orgullo de la identidad judío de cada uno.



Nueva York

Convención internacional de emisarias

Kinus es un encuentro de emisarias que se celebra en Nueva York cada año para compartir, conectarse e intercambiar experiencias de la vida judía en las comunidades internacionales

“Fue una experiencia maravillosa en todo sentido. Ahora que estamos atravesando momentos tan difíciles en nuestro querido país, programas como estos son los que te inspiran y te conectan con tu realidad, respirando el hermoso *yidishkeit* (judaísmo) con orgullo y alegría.

Recargas pilas, adquieres nuevos conocimientos, y recuerdas la gran labor de los *schlujim*. ¡Felicito a los organizadores!”.

Vivi Cohen de Adler

“Es la quinta vez que asisto y cada una tiene una energía especial. ¡Alimento para el alma! La presencia que se siente en la oficina del Rebe mientras uno lee tehilim (Salmos) hace que pida desde el corazón. Lo mismo con la visita al *Ohel*.

Este año tuvimos una presencia importante, y estoy segura de que todas las brajot lloverán para que de nuevo nos convirtamos en una comunidad activa en una Venezuela próspera”.

Ivette Halfen de Dorfman

Di-os me dé *Mazal* y salud para ir muchas veces más y así cada día poder voltearme al mundo de la espera de *Mashiaj*, de la tranquilidad y la paz para la vida judía. A mi grupo increíble les agradezco mucho estar a mi lado, y a las organizadoras por hacer que todo fuera precioso. Las quiero mucho.

Lea Prizant de Fincheltub

La palabra *kinus* significa agrupar, reunir. Y no solo a las 3000 mujeres de todas partes del mundo, sino mucho más. Este año tuve la oportunidad de representar y rezar por nuestro país y nuestra comunidad.

¡Desde ya te invito al *kinus* del año que viene! Esperamos que sea en Yerushalaim con la llegada de *Mashiaj*, el 23 de enero del 2019. ¡Anótalo!



Chani Rosenblum, Lea Fincheltub, Sonia Fridzon, Ivette Dorfman, Goldie Slavin, Ruth Abramowitz, Vivi Adler



CALENDARIO FESTIVO

PÉSAJ:

Ser libre una vez más

DESDE HACE más de 33 siglos los judíos celebran *Pésaj*, una de las tres festividades de peregrinaje del año que no sólo conmemora un episodio histórico sin igual, la salida de los judíos de Egipto (año 2448 del calendario hebreo, 1312 antes de la era común), sino que establece un paradigma para la comprensión de nuestra vida en el presente, con todos sus detalles y posibilidades, a la luz de la redención futura.

La salida de Egipto marca el nacimiento del Pueblo Judío como nación, pero también el de cada individuo dentro del judaísmo. A partir de ese momento se instaura un nuevo orden (*séder*) –el de *Pésaj* con sus leyes– para el futuro del Pueblo Judío hasta el final de sus generaciones. Ese orden también debe estar vigente en la vida cotidiana de cada judío.



NISÁN

Marzo 2018

MARTES 27 de marzo 11 Nisán **MIÉRCOLES 28 de marzo** 12 Nisán

CUMPLEAÑOS DEL REBE
DE LUBAVITCH

Abril 2018

DOMINGO 1 de abril 16 Nisán **LUNES 2 de abril** 17 Nisán **MARTES 3 de abril** 18 Nisán **MIÉRCOLES 4 de abril** 19 Nisán

2^{DO} DÍA DE PÉSAJ
HAVDALÁ
CCS 7:10 PM
MIA 8:12 PM
1^{ER} DÍA DEL OMER

3^{ER} DÍA DE PÉSAJ
JOL HAMOED
2^{DO} DÍA DEL OMER

4^{TO} DÍA DE PÉSAJ
JOL HAMOED
3^{ER} DÍA DEL OMER

5^{TO} DÍA DE PÉSAJ
JOL HAMOED
4^{TO} DÍA DEL OMER

Encendido de velas en *Pésaj*

			HORA CCS	HORA Miami	Bendición
Viernes	30/03/18	Primer <i>séder</i> y <i>Shabat</i>	6:20 pm	7:19 pm	1 y 3
Sábado	31/03/18	Segundo <i>séder</i>	* 7:10 pm	8:11 pm	2 y 3
Jueves	06/04/18	Víspera de 7 ^o día de <i>Pésaj</i>	6:20 pm	7:21 pm	2
Viernes	07/04/18	Víspera de 7 ^o día de <i>Pésaj</i> y <i>Shabat</i>	* 6:20 pm	7:22 pm	1



5778

JUEVES 29 de marzo
13 Nisán

VIERNES 30 de marzo
14 Nisán

SÁBADO 31 de marzo
15 Nisán

CCS 6:20 pm
MIA 7:19 pm

CCS 7:10 pm
MIA 8:11 pm

VISPERA DE PÉSAJ
1^{ER} SÉDER

1^{ER} DÍA DE PÉSAJ
2^{DO} SÉDER
CUENTA 1^{ER} DÍA DEL OMER

JUEVES 5 de abril
20 Nisán

VIERNES 6 de abril
21 Nisán

SÁBADO 7 de abril
22 Nisán

CCS 6:20 pm
MIA 7:21 pm

CCS A partir de 6:20 pm
MIA A partir de 7:22 pm

6^{TO} DÍA DE PÉSAJ
JOL HAMOED

7^{MO} DÍA DE PÉSAJ

8^{VO} DÍA DE PÉSAJ
HAVDALÁ
CCS 7:11 pm
MIA 8:15 pm
7^{MO} DÍA DEL OMER

5^{TO} DÍA DEL OMER

6^{TO} DÍA DEL OMER

Bendiciones

1 *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu lehadlik ner shel Shabat y 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 luminaria de *Shabat* y de la festividad.

2 *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 luminaria de la festividad.

3 *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam, shehejeyanu vekiyemanu vehiguanu lizman haze.*

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

DÍAS FESTIVOS

Pésaj se celebra durante ocho días. Los dos primeros y los dos últimos son festivos.

Se encienden velas al anochecer, se dice Kidush y se sirven comidas festivas tanto durante el día como en las noches.

No se consume jametz desde el viernes 30 de marzo a las 10:29 am (en Miami 11:20) hasta el sábado 7 de abril después de las 8:30 pm (en Miami).

* Se enciende a partir de una llama ya existente, no de un fósforo ni de un encendedor. Se puede utilizar una llama encendida antes de la fiesta, como la de un velón o la de un piloto de cocina a gas.

En los días de *Jol Hamoed* no se ponen *tefilín*.

Se dice *Havdalá* el domingo 01/04 a partir de las 7:10 pm (en Miami 8:12 pm) sólo con vino (sin vela ni especies). El sábado 07/04 se dice *Havdalá* al terminar *Shabat* y *Pesaj* después de las 7:10 pm (en Miami 8:15 pm), con vino, velas y especies.

ANTES DE PÉSAJ

HACER PÉSAJ:

«Ni la más mínima pizca de *jametz* puede quedarse en las casas judías. Por ello, limpiar las viviendas es tan importante como comer *matzá*»

LIMPIAR

«HACER PÉSAJ» en el lenguaje cotidiano judío, significa limpiar profundamente nuestras viviendas, porque la prohibición de poseer *jametz* en casa se toma muy en serio.

ADORNOS

Recuerde limpiar cuadros, espejos, ventanas, aparatos de video, lámparas, ventiladores, computadoras y, algo muy importante, los juguetes.

MEDICINAS

Hay que tomar en cuenta que muchas medicinas, aerosoles y cosméticos contienen *jametz*.

CUARTOS

La limpieza de las habitaciones debe ser meticulosa, poniendo especial atención debajo de las camas, en los rincones y en esos espacios donde uno menos se imagina que podría haber *jametz*.

COCINA

Se debe limpiar cuidadosamente el tope y el congelador, los gabinetes y las gavetas. Se les echa agua hirviendo, se les pasa la plancha de vapor y luego agua fría. Si el tope y las mesas son de un material *kasherizable* (por ejemplo, granito), se pueden cubrir o no. Si no son de un material *kasherizable*, se deben cubrir con plástico, papel aluminio, madera o cualquier otro elemento todas aquellas partes que entran en contacto con los alimentos.

mucho más
que limpiar

OLLAS

Los productos alimenticios y los utensilios utilizados con *jametz* durante el año no deben usarse en *Pésaj*. Muchas cacerolas, sartenes, soperas, platos, cubiertos, moldes para tortas y otros artefactos de cualquier tipo de material no pueden ser *kasherizados*. Deben ser lavados a fondo antes de Pascua y guardados en un armario o en cuartos que no estén a la vista, estarán incluidos en el poder de venta de *jametz*.

ELECTRODOMÉSTICOS

Otros artefactos eléctricos como licuadoras, batidoras, cafeteras eléctricas, tostadoras y lavaplatos automáticos deben ser exclusivos de *Pésaj*. Deben guardarse las amasadoras de pan. Los manteles y las servilletas no se deben planchar con almidón.

FREGADEROS

El fregadero se puede *kasherizar* solo si es metálico. Se limpia bien. Debe estar sin uso las 24 horas previas a su *kasherización*. Se hierve agua en una olla limpia que no haya sido usada en las últimas 24 horas y se echa el agua sobre cada una de las partes del fregadero, pila, desagües y llaves, e inmediatamente, agua fría. En el caso de los fregaderos porcelanizados, después de limpiarlos

hay que usar cestas especiales nuevas o cubrirlos con papel aluminio o papel adhesivo (contact), aunque por ser de *kasher a kasher le'Pésaj*, se permite del mismo modo que el fregadero metálico, solo que vertiendo el agua hervida tres veces. Se debe tener escurrer platos especial para *Pésaj*.

HORNOS

El horno y las hornillas deben restregarse bien. Si el horno es autolimpiante, se oprime el botón de autolimpieza para *kasherizarlo*; de lo contrario, hay que calentar el horno al máximo durante 3 horas. En el caso de las hornillas de cocinas eléctricas, es necesario encenderlas hasta que se pongan al rojo vivo. Se sugiere cubrir el horno y las hornillas con papel aluminio.

Si se quiere usar el microondas, hay que limpiarlo. Después se llena con agua un recipiente limpio que no haya sido usado durante 24 horas,



se introduce en el microondas, se enciende y se deja evaporar el agua. Una vez apagado, se le debe secar. Para utilizar este tipo de horno en *Pésaj* es preciso usar un pedazo de anime –u otro material que sirva de aislante y que sea resistente a las ondas de este aparato– entre el fondo y el recipiente de la comida, el cual deberá estar totalmente cubierto.

UTENSILIOS

Algunos de los elementos de la cocina pueden ser *kasherizados* –hechos aptos para *Pésaj*– por medio de un procedimiento de «*hagalat kelim*», para lo cual se debe consultar con un rabino. Sin embargo, es conveniente tener una vajilla, un juego de ollas y de cubiertos exclusivamente para *Pésaj*, que se guarda de un año para el otro.

RESTRICCIONES

Como en *Pésaj* no se debe ingerir ni obtener el más mínimo provecho del *jametz*, hay que eliminar los productos que contienen los cinco granos –trigo, cebada, centeno, avena y espelta– tales como pan, tortas, galletas, pastas, cerveza; y todo aquello que haya sido elaborado en recipientes usados con *jametz* anteriormente.

PROTEÍNAS Y VEGETALES

No es suficiente que los artículos sean *kasher*, es preciso que lleven un rótulo que indique que son «*kasher le'Pésaj*», aptos para Pascua, con la inscripción del nombre del rabino que garantiza su *kashrut*. Todas las frutas y vegetales y todos los cortes de carne y pescado *kasher* son aptos para *Pésaj*, siempre y cuando hayan sido preparados de acuerdo con la ley judía y no hayan estado en contacto con los alimentos prohibidos ni con utensilios *jametz*.

PLANIFICAR AYUDA

- Planifique con tiempo. Haga la limpieza por partes. Dedique un día para elaborar los menús y otro para las compras.
- Elija recetas sencillas y que haya probado con anterioridad.
- Recuerde que el polvo no es *jametz* y que los niños no son el *korban* de *Pésaj*.
- Recuerde que su ánimo, optimismo y buen humor influyen en todos los miembros de su familia.
- Delege. Haga que los miembros de la familia participen en todos los preparativos.
- No olvide decorar la mesa con flores, candelabros y lindos colores.
- Haga que el *séder* sea una experiencia significativa.

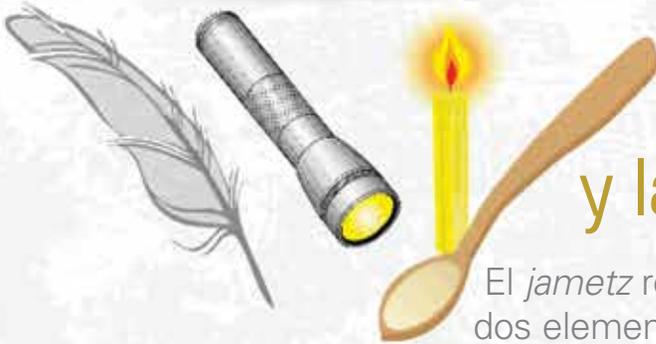
TAMBIÉN ESTÁ PROHIBIDO

En esta época tampoco se puede usar harina, vinagre, salsa de tomate, mayonesa (que contenga vinagre que pueda ser *jametz*), azúcar morena, té instantáneo, jugos procesados, levadura, perfumes no concentrados, desodorantes no concentrados, licores, whisky, cerveza, cosméticos, malta, alcohol, detergentes, crema dental, algunas vitaminas, enjuague bucal, salvo que tengan supervisión para *Pésaj*. Y hay que revisar que los alimentos de las mascotas no contengan *jametz*.

- No olvide la diversión, puede tener algunos muñequitos previstos para cuando se lean las 10 plagas, aplaudir o elogiar al niño que dice el *Má Nishtaná* o pedir a los presentes que personifiquen a los cuatro hijos.
- En la mesa del *séder* haga que todos usen la misma *Hagadá* para que puedan seguir la lectura. También puede exhibir los diferentes tipos de *Hagadot* que posea.
- La *Hagadá* puede ser leída en varios idiomas.
- Motive a los demás a hacer preguntas. ¿En qué consiste la verdadera libertad? ¿Qué significa Jerusalén para cada uno?
- Nunca critique su comida delante de otros y recuerde que sus invitados no son críticos gastronómicos.
- Cante, relájese y sonría. Disfrute la oportunidad de celebrar la libertad con sus seres queridos.



JAMETZ



EL JAMETZ y la eliminación del ego

El *jametz* representa el orgullo y la inclinación al mal, dos elementos que aún hoy nos subyugan y nos mantienen construyendo sus pirámides imaginarias; por lo tanto, se rememora la lucha espiritual de la época de *Pésaj* para derrotarlos

VENDER

Venta temporal del *jametz*

Ya que durante los ocho días de *Pésaj* está prohibida la posesión de *jametz* por parte de los judíos, éste se le vende a una persona que no lo sea (acción que se llama *Mejirat Jametz* en hebreo). Los detalles legales hacen que la venta se tenga que cumplir por intermedio de un rabino, a quien se le confiere un poder especial para realizar la transacción y para que, al finalizar *Pésaj*, se recupere el *jametz* sin que el firmante tenga que realizar ningún trámite.

(Se sugiere llenar el formulario de venta del *jametz* en www.jabadve.com lo antes posible).

BUSCAR

Jueves 29 de marzo de 2018

El *jametz* debe buscarse mediante un rito llamado *Bedicat Jametz*, que se realiza la noche anterior a *Pésaj*. Ese día, el dueño de la casa –acompañado del resto de los miembros de la familia– realiza la ceremonia formal de la «búsqueda de *jametz*» sosteniendo una vela y revisando toda la vivienda. Es una costumbre cabalística poner diez pedacitos de pan duro, bien envueltos en papel (no de aluminio), en diferentes partes de la casa, antes de empezar la búsqueda.

Se dice la siguiente bendición antes de comenzar la búsqueda:

Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu al biur jametz.

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

Una vez finalizada la ceremonia –en la cual, además de la vela, se usa una bolsita plástica o de papel donde se coloca el *jametz* que se encuentre, una pluma de ave para recoger las migas y una cuchara de madera– se dicen las siguientes palabras:

«Todo *jametz* (cereal o masa fermentada) y levadura que se encuentre en mi posesión, que no haya visto y no haya eliminado y del cual desconozco su existencia, sea nulo y sin propietario alguno, al igual que el polvo de la tierra».

Se mete todo en la bolsita y se aparta. La comida que se usará al día siguiente debe mantenerse apartada.

QUEMAR

Lunes 30 de marzo de 2018

En la mañana de la víspera de *Pésaj* se debe dejar de comer *jametz* a partir de las 10:29 am en CCS (en MIA 11:20 am) luego se quema el *jametz* recolectado la noche anterior y todo el que haya sobrado del desayuno y no sea destinado a la venta. El proceso de quemar y anular se denomina *Biur jametz*. Se realiza hasta las 11:30 am en CCS (en MIA 12:22 am) con la siguiente declaración:

«Todo *jametz* (masa o cereal fermentado) y levadura que se encuentre en mi posesión, tanto si lo he visto o no lo vi, tanto si lo eliminé de mi posesión o no, sea nulo y sin propietario alguno igual que el polvo de la tierra».



PÉSAJ, MATZÁ Y MAROR palabras claves

JAG HAMATZOT, *Zmán Jeruteinu* y *Jag Pé saj* son los tres nombres hebreos que le asignamos a la fiesta de Pascua que está por comenzar.

Estos nombres nos hablan de las características que eran necesarias para que los judíos pasaran a ser una «entidad nueva», la cual adquirirá su carácter singular cuando esta jornada –que se inicia en *Pé saj*– nos lleve en *Shavuot* a los pies del monte Sinaí, donde Di-os obró el mayor de sus prodigios: la entrega de la *Torá*

LAS TRES PALABRAS

En el *séder* hay un mandato: se considera que un judío no ha cumplido el precepto de la fiesta si no pronuncia las palabras *Pé saj*, *matzá* y *maror*, es decir, Pascua, pan ázimo y hierbas amargas. Estos términos están relacionados con los tres nombres de la fiesta.

PÉSAJ: fiesta de Pascua. Así la llamaban nuestros sabios y así se le conoce comúnmente. El término deriva de *Pé saj* (saltar) y alude al modo en que Di-os salvó a los judíos, esto es, saltándose sus casas cuando castigó a los egipcios con la plaga de la muerte de los primogénitos, que sirvió para aplacar al faraón y producir el Éxodo de Egipto.

MATZÁ: festividad de los panes ázimos. En la *Torá* se le llama a esta fiesta *Jag Hamatzot*, en alusión a la profunda fe en Di-os del pueblo de Israel que, en su apresurada salida de Egipto, solo llevó consigo panes hechos de masa sin leudar. La *matzá* representa la humildad y aceptación de una voluntad superior como condición necesaria para la obtención de la libertad, en contraposición a la vanidad y al orgullo de cada individuo.

MAROR: tiempo de libertad. El nombre *Zmán Jeruteinu* lo recibe en las plegarias festivas y alude a que la verdadera libertad existe para el judío solo cuando está ligado a la *Torá*. ¿Qué relación tiene la amargura de las hierbas con la libertad? El *maror* nos recuerda el sabor de la esclavitud: solo quien ha padecido el yugo puede apreciar el valor de la libertad.



En este «tiempo de libertad», la capacidad de superar las limitaciones, tanto físicas como espirituales, está expresada en la raíz de la palabra *Mitzraim* (Egipto), *meitzar*, limitación. La vía para vencer los obstáculos está establecida para siempre en la ley judía o *Torá*.

«No se puede alterar la tradición por fastidio o porque nos provoca. Recuerde: en el judaísmo todo tiene un porqué»

KEARÁ

Significados que iluminan

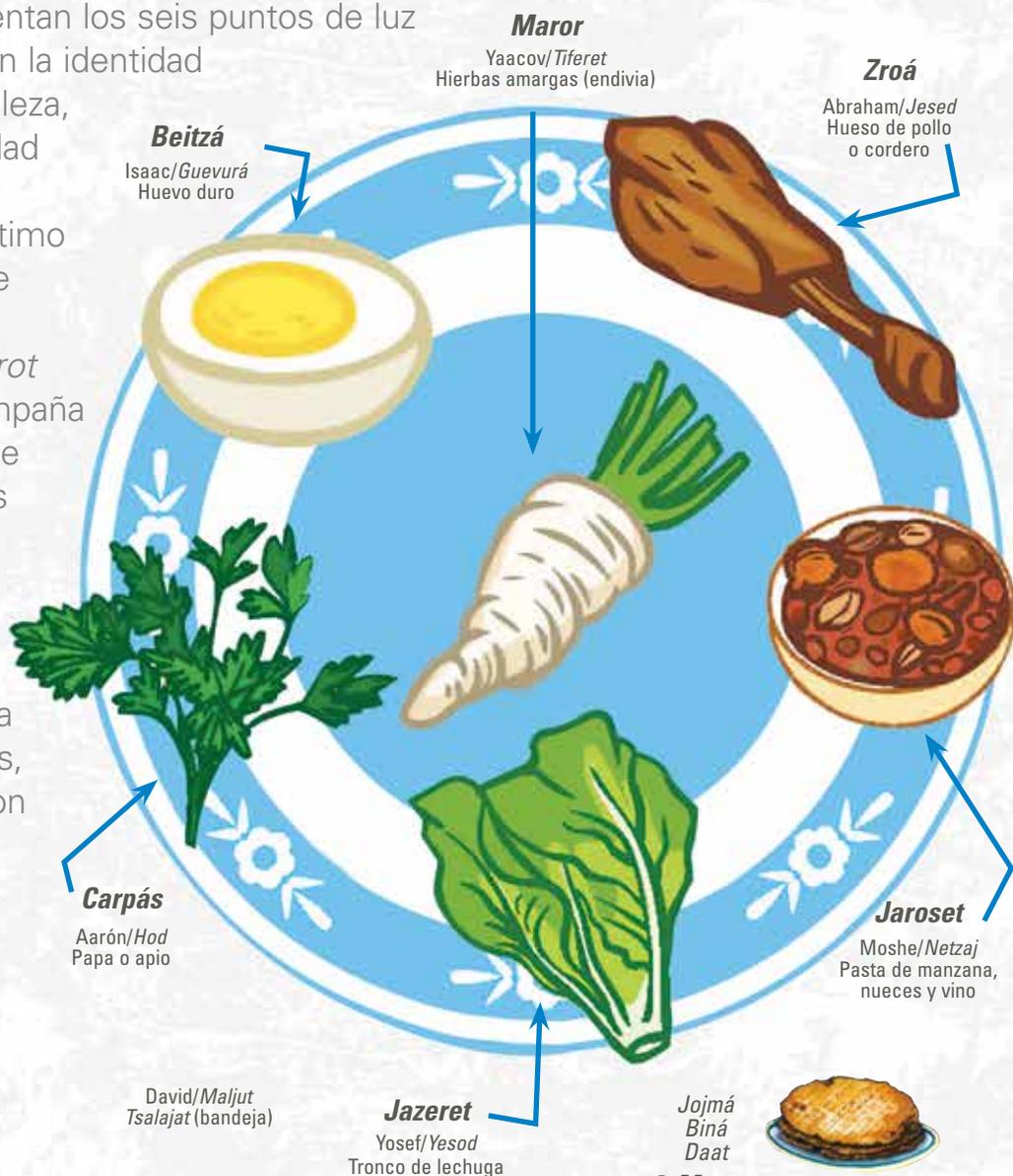
Un plato con CONTENIDO MÍSTICO

Se colocan seis elementos sobre el plato, en forma de dos triángulos invertidos.

Los elementos representan los seis puntos de luz o *sefirot* que componen la identidad del alma: bondad, fortaleza, empatía, poder, humildad y vinculación.

El plato en sí es el séptimo punto de luz que recibe a los precedentes, que completa las siete *sefirot* emocionales y se acompaña con las tres *matzot*, que simbolizan los atributos intelectuales de *jojmá* (sabiduría), *biná* (comprensión) y *daat* (internalización).

Es una tradición mística utilizar *matzot* redondas, hechas a mano, que son cóncavas, semejando un recipiente de las bendiciones de Di-os



1. ZROÁ Pescuezo de pollo o cordero

- Alude al versículo bíblico referente al Éxodo de Egipto, que dice que Di-os nos sacó de allí «con mano fuerte y brazo (*zroá*) extendido».
- Representa el atributo de *jésed* o bondad y nos invita a emular a Di-os y ser amorosos con todos.

- En recuerdo del sacrificio de Pascua (*corbán Pésaj*) que nuestros antepasados debían comer en el primer *séder*. En ausencia del Templo no se

realiza el sacrificio y, por tanto, se le quita la carne al cuello de pollo y no se come durante la cena.



2. BEITZÁ

Huevo cocido

Se come como entrada, al principio de la cena, sumergido en agua salada.

- En recuerdo de la *jaguigá* –la ofrenda festiva– que se llevaba al Templo en víspera de *Pésaj* y se comía en la primera noche. Ya que el *Beit Hamikdash* (el Templo) fue destruido, este sacrificio se simboliza con un huevo, que representa duelo y luto.
- Representa el atributo de *gevurá* o severidad, la reverencia a Di-os que se materializa en el cumplimiento de las *mitzvot*.
- La redondez del huevo alude también a la rueda del destino y, por lo tanto, contiene la esperanza de la redención por venir.



3. MAROR

Hierbas amargas

Se utiliza rábano picante o lechuga romana.

- Simboliza la amargura ocasionada por los egipcios a nuestros antepasados.
- Corresponde al atributo de *tiferet* o empatía, la necesidad que tenemos de despertar la piedad de Di-os para que se acaben los problemas y las tribulaciones.



4. CARPÁS

Papa hervida, cebolla cruda o apio España

Se come un poco luego de sumergirlo en agua salada.

- Enseña que la persona jamás debe darse por satisfecha con el crecimiento espiritual logrado, pero tampoco debe menospreciar sus habilidades de superación.
- Equivale al atributo de *hod* o agradecimiento por todo lo bueno que Di-os nos ha otorgado, tanto en lo colectivo como en lo personal.
- Deberíamos ser como el *carpás*, que crece bajo la tierra pero es capaz de llegar a la mesa del *séder* de un hogar judío.



5. JARÓSET

Mezcla de manzanas, vino rojo y nueces

- Recuerda la mezcla que tenían que hacer los judíos para construir las obras de Egipto. De hecho, la palabra *jarasi* quiere decir ladrillo. El vino rojo representa la sangre judía derramada; la manzana alude a las mujeres judías que iban a dar a luz a escondidas bajo los árboles de manzana; y las nueces o la canela son para oscurecer la mezcla y asemejarla a los adobes.
- Simboliza el atributo de *nétzaj* o victoria. El *jaróset* representa la confianza en la fortaleza que Di-os nos otorga para lograr nuestras metas.



6. JAZÉRET

Lechuga romana, rábano picante

Se hace con ellas un sándwich entre la matzá.

- La palabra se deriva de *jozer* (regresa), aludiendo al retorno de los judíos a Di-os.
- Equivale al atributo de *yesod* o vinculación y nos recuerda nuestro nexo imperecedero con Di-os en todas las situaciones de nuestra vida.

«Pocos saben que ingerir *jametz* en *Pésaj* es tan grave como comer en el ayuno de *Yom Kipur*.

En *Pésaj* tenemos especial cuidado de que los alimentos sean apropiados»

7. TRES MATZOT

- En recuerdo de los tres patriarcas: Abraham, Isaac y Jacob.
- Corresponden a los atributos intelectuales de *jojmá*, *biná* y *daat*, que nos conducen al conocimiento de Di-os y a la sumisión a su voluntad.
- Es también símbolo del Pueblo Judío, compuesto por tres grupos: *cohanim* (sacerdotes), *leviim* (levitas) e Israel, cuya continuidad imploramos al Creador.





2. URJATZ

(lavado)

Es la forma de refinar y mejorar nuestras acciones, limpiar nuestra vida de las mentiras, adicciones y relaciones indeseables para posibilitar la libertad.

Se lavan las manos como si fuésemos a comer pan, pero sin recitar la bendición. Este paso es previo al *carpás*, que requiere mojar un alimento en agua, por lo que es necesario el lavado de manos.

Para el lavado de manos de modo ritual se llena el recipiente de agua con la mano derecha y se pasa a la mano izquierda, que vierte el agua tres veces sobre la mano derecha, cubriéndola cada vez hasta el puño.

Luego se pasa el recipiente a la mano derecha y se vierte el agua sobre la mano izquierda del mismo modo. Luego se secan las manos con una toalla.



3. CARPÁS

(vegetal)

Simboliza el cuerpo físico creado de la tierra, que debe sumergirse en las aguas de la inspiración y la *Torá* para no ser esclavo de deseos ni tentaciones.

Se remoja en agua salada un pedazo de papa o cebolla, se dice la bendición y se come: *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam boré pri haadamá.*

Leída al revés la palabra *carpás*, resulta *perej*, que significa trabajo opresor.

El agua salada simboliza las lágrimas que derramaron nuestros antepasados al ser sometidos a realizar faenas interminables sin ningún propósito. También alude a las aguas del mar muerto que se partieron milagrosamente.

Este es un acto placentero y libre que además despierta la curiosidad de los niños.



4. YÁJATZ

(rompimiento de la *matzá*)

El individuo no puede sentirse completo, pues solo es una parte del todo y necesita de los demás para crecer. Solo entonces podrá comenzar el milagro y se separará el mar como se parte la *matzá*.

Se parte en dos pedazos la *matzá* del medio, que está en el plato principal del *séder*. El más grande es el *aficomán*, que se envuelve y se esconde para que los niños lo busquen posteriormente. El pedazo más pequeño se coloca de nuevo entre las dos *matzot* del plato del *séder*. Este corresponde al pan de la pobreza, de la esclavitud.

Al esconder el *aficomán* recordamos que hubo una parte de nuestra alma que la esclavitud nunca tocó y que espera ser descubierta.



5. MAGUID

(contar la *Hagadá*)

Es importante leer esta parte directamente en la *Hagadá*. Contar la historia y estudiarla, amplía el horizonte, reta el ego y conduce a la persona a la profundidad de su ser.

Se descubre la *matzá* del medio y se comienza a narrar el Éxodo de Egipto proclamando *Ha lajmá Aniá...* (este es el pan de la pobreza). Se vuelve a llenar la copa de vino y el menor de la casa formula las cuatro preguntas (el *Ma nishtaná*), que conducen a una de las *mitzvot* más significativas de *Pésaj*, el relato de la *Hagadá* que cuenta la historia del Éxodo. La respuesta incluye una breve historia de nuestro pueblo y la enumeración de los milagros.

Al final del *Maguid* se toma la segunda copa, reclinándose hacia la izquierda.



6. RAJTZÁ

(lavado antes de comer)

Lo hacemos en señal de humildad, pues la arrogancia que proviene del estudio es muy peligrosa, se puede llegar a creer que se es mejor y más santo que los demás.

Lo importante es ser humilde y auténtico.

Después de concluida la narración de la primera parte de la *Hagadá* y al tomar la segunda copa de vino, se lavan las manos del modo tradicional (vertiendo agua tres veces sobre cada mano) para proceder a comer *matzá* recitando la siguiente bendición: *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kideshanu bemitzvotav vetzivanu al netilat yadaim.*



7. MOTZÍ

(bendición de *hamotzi*)

El *Zohar* llama a la *matzá* «pan de la fe» y también «pan de sanación». Se trata de la fe que antecede la curación, no la que deriva de ella. Es además la que incluso genera la prevención de la enfermedad.

Tomar las tres *matzot* (incluyendo la *matzá* del medio partida por la mitad) y recitar la bendición de *Hamotzi*: *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam hamotzi léjem min haáretz.*

8. MATZÁ

(bendición del pan ázimo)

En libertad, el primer pan que probaron fue la *matzá*, que desde el punto de vista místico es ejemplo del ego desinflado y de humildad.

Soltar la *matzá* inferior, sosteniendo las otras dos; recitar la bendición: *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kideshanu bemitzvotav veztivanu al ajilat matzá.* Se come la *matzá* reclinándose hacia la izquierda.



9. MAROR

(hierbas amargas)

La amargura, por sí sola, es destructiva, pero si se le acompaña de optimismo conduce a la libertad. Así como la lechuga, que tiene una parte amarga; el centro, crujiente; y dulce, la hoja.

Se toma la lechuga romana, el rábano picante o ambos, se remoja en *jaróset* y se sacude. Se dice la bendición: *Baruj atá Ado-nay Elo-heinu mélej haolam asher kideshanu bemitzvotav vetzivanu al ajilat maror.*

Se come sin reclinarse. Tras meditar durante el *Maguid* sobre la amargura del exilio, ahora se experimenta físicamente su fuerza. Su impacto ilustra el significado del exilio. No se puede lograr la verdadera libertad sin haber experimentado la opresión. Se rememora el dolor y el sufrimiento del exilio.



10. CÓREJ

(sándwich o bocadillo)

El *maror* representa al malvado, la *matzá* al bondadoso. El sabio *Hilel* ordenó al bondadoso que atrajera al que no lo es, para que ambos compartieran la libertad.

Romper dos trozos de la *matzá* inferior, que entre los dos hagan media *matzá* (28 gr). Hacer un sándwich con lechuga (17 gr) y algunos agregan rábano picante (19 gr). Remojar la lechuga en *jaróset*. Recitar *Ken asá Hilel bizman sheBeit Hamikdash hayá kayam. Hayá corej Pésaj, matzá u'maror ve'ojel beyajad...* Comer reclinándose a la izquierda.



11. SHULJÁN ÓREJ

(comida festiva)

Al comer y decir una bendición sobre la comida y bebida, elevamos la energía divina para hacerla parte de nuestro ser, para que nos acompañe en el camino de realizar acciones positivas y acercarnos a Di-os.

Se inicia la cena con el huevo hervido que se remoja en agua salada.



12. TZAFÚN

(escondido)

Comemos el *aficomán* al estar satisfechos porque viene a saciar una necesidad más sublime: sintámoslo o no, la *matzá* que comemos penetra en nuestra esencia y transforma todo nuestro ser. Nutre la fe que está tan oculta que a veces no la reconocemos. Esa noche aspiramos a incorporarla a nuestra rutina diaria.

En el primer *séder* se debe comer el *aficomán* (trozo de *matzá* guardado en *yájatz*) reclinado y como postre antes de la medianoche. Después de esto no se debe comer ni beber nada; solo las dos copas restantes de vino.



13. BERAJ

(acción de gracias después de comer)

En este momento imaginamos un mundo lleno de libertad espiritual y material, libre de dolor y sufrimiento. Mientras la puerta está abierta es un momento propicio para pedir ser una persona íntegra y Di-os lo concederá. Se pide crecimiento espiritual, no éxitos materiales.

Se llena la tercera copa, se dice *Bircat Hamazón*; luego se bendice el vino y se bebe reclinado. Se llena la última copa, así como la copa de *Eliyahu*. Se abre la puerta de la casa y se recita *Shfoj Jamatjá* (Vuelca Tu furia).



14. HALEL

(canción de alabanza)

Esa noche el Creador abre los portones espirituales a todos los judíos sin excepción, sin importar su nivel de conocimiento, observancia o afiliación. Podemos llegar al más alto nivel espiritual, dando juntos un salto cuántico.

Luego de haber reconocido a Di-os y todo lo que ha hecho por nosotros, entonamos alabanzas.

Después de recitar *Halel*, se vuelve a bendecir el vino y se toma reclinado. Se dice la bendición *Al haguefen*, acción de gracias después de beber vino.

Los sabios nos brindan una clave sobre las funciones cósmicas. Todo lo que Di-os nos manda a hacer, lo hace Él mismo (pero, claro, en el ámbito cósmico).



15. NIRTZÁ

(aceptado)

El *Alter Rebe*, fundador de Jabad, omitió de su *Hagadá* el pasaje que dice: "El *séder* de *Pésaj* ha concluido", para que el mensaje quedara siempre vigente. Cada día "se sale de Egipto", al trascender las limitaciones y alcanzar niveles superiores.

Por más de tres mil años nos dedicamos a transformar la oscuridad del mundo en luz. Ahora deseamos que todo lo negativo se disipe para que pueda brillar la luz de *Mashiaj*. Tras haber concluido el *séder* de la manera correcta, estamos seguros de que fue bien recibido por Di-os, y con el deseo de paz y esperanza para nosotros y el mundo proclamamos:

LE SHANÁ HABÁ BIRUSHALÁYIM
El próximo año en Jerusalén

«El *séder* concita, a través del ritual,
la vivencia y la enseñanza como un método experimental,
a través del cual todas
las generaciones judías revivimos la salida
de la esclavitud
en la época del faraón»

• SEGUNDO SÉDER

En el segundo séder se sigue el mismo orden del primero y hay que tener preparados los ingredientes que se utilizarán (lechugas, *jaroset*, etc.) con anterioridad al comienzo del primer séder.

DURANTE PÉSAJ

• Días intermedios

En estos días se debe evitar el trabajo innecesario y se observan las reglas de la festividad.

No se come *jametz* y los hombres tampoco se ponen *tefilín*.

Se acostumbra tomar una copa de vino cada día.

• Conteo del Ómer

En la segunda noche de *Pésaj*, después de *Arvit* o del segundo séder, se comienza a contar el Ómer o *Sefirat Ha'Ómer*. La cuenta se realiza después del rezo de la noche –*Arvit*– cada día, hasta la noche anterior a *Shavuot*.

• Séptimo día de Pésaj

Conmemora el milagro de la división del Mar Rojo, que marca la fecha oficial de la libertad.

• Octavo día

Se dice *Yizcor* después de la lectura de la *Torá*.

Ese día hay una tradición establecida por el *Baal Shem Tov* de realizar una comida festiva después de *Minjá*, que recibe el nombre de *Seudat Mashíaj* para acelerar la llegada del Mesías y la redención final. Los sefardíes celebran la *Mimona* al terminar la Pascua.

DESPUÉS DE PÉSAJ

***Pésaj Shení* – el Segundo Pésaj Domingo 29 de Abril de 2018**

Se celebra comiendo un pedazo de *matzá*. En el primer aniversario del Éxodo, algunos no pudieron participar en la ofrenda pascual porque estaban ritualmente impuros. Di-os les dio una segunda oportunidad, un mes después.

***Lag Baómer* – el día 33 del Ómer Domingo 3 de mayo de 2018**

Se conmemora la muerte de Rabi Shimón Bar Yojai, autor del *Zohar*, uno de los libros fundamentales del misticismo judío. Se celebra con fogatas, parrillas y reuniones.

Sábado 19 de mayo–Víspera de Shavuot Shavuot – domingo 20 y lunes 21 de mayo - Entrega de la Torá en el Sinaí

Luego de refinar los 49 niveles emocionales y espirituales, llegamos a *Shavuot*, el día en que Di-os decidió dar la *Torá* al Pueblo Judío en el monte Sinaí.

Seudat Mashíaj: celebrar el futuro

EL OCTAVO DÍA de *Pésaj* está estrechamente relacionado con la llegada del *Mashíaj*. Hace 300 años el Baal Shem Tov estableció una nueva costumbre que enfatizaba en mayor medida la relación entre *Pésaj* y *Mashíaj* instaurando una comida adicional el último día de *Pésaj* en la tarde que denominó *Seudat Mashíaj*.

Uno de los «Trece Principios de Fe» establece: «Creo con entera fe en la llegada de *Mashíaj* y aún cuando se demore, esperaré que venga cada día».

Inicialmente, *Pésaj* fue ordenada por la *Torá* por siete días, luego en el exilio, se desconocía la fecha exacta en la cual debía comenzar y, por tanto, los sabios instituyeron un día adicional para cada festividad. Así, el octavo día de *Pésaj*, que en principio era un día laboral, los sabios lo convirtieron también en un día sagrado y festivo.

Al llegar *Mashíaj* sucederá una transformación semejante en todos los ámbitos de la Creación; la misma materia mundana revelará los poderes trascendentes de Di-os. Es por ello que *Seudat Mashíaj* constituye una preparación adecuada para la transformación final.

El elemento principal de la cena lo constituía la *matzá*, chata y seca. Posteriormente el quinto Rebe de Jabad agregó la costumbre de beber en la *seudá* cuatro copas de vino. La combinación de estos dos elementos nos brinda una profunda lección: la autosuperación no es algo que tiene lugar por encima del «yo», sino que puede realizarse también dentro de nuestra propia naturaleza.

LA MIMONA: ¡Feliz salida de Pascua!

LA CELEBRACIÓN de la *Mimona* comenzó hace varios siglos. ¿De dónde proviene el término? Hay quienes piensan que la raíz está en el nombre Maimón, padre del Rambam o Maimónides (rabí *Moshé ben Maimón*), puesto que la salida de la Pascua coincide con la fecha de su nacimiento o de su muerte.

Los judíos de Marruecos comenzaron a celebrar la *Mimona* en la noche posterior a la Pascua, pues pensaban que a lo largo de esa noche los cielos se abrían a sus peticiones.

Por esta razón, se acostumbraba en muchos lugares de Marruecos arreglar encuentros entre jóvenes casaderos durante la *Mimona*.

También hay quienes ven en la palabra *Mimona* un derivado de la palabra hebrea *emuná*, que significa fe, pues se dice: «En *Nisán*, los judíos fueron redimidos y en *Nisán* serán redimidos de nuevo en el futuro».

PRECEPTOS

CINCO PRECEPTOS INDISPENSABLES

En la noche de *Pésaj* hay algunas *mitzvot* que debemos observar con el mayor celo posible

EL *SÉDER DE PÉSAJ* no sólo es simbólico. Cada uno de los «actos» que se realizan tienen gran significado e importancia y deben cumplirse del modo señalado, para que el *séder* sea una experiencia significativa y verdaderamente espiritual.

Los preceptos principales (*mitzvot*) del *séder* son:

1. **Comer *matzá*.**
2. **Contar la historia del Éxodo (recitando las partes principales de la *Hagadá*).**
3. **Tomar cuatro copas de vino.**
4. **Comer *maror*, hierbas amargas.**
5. **Recitar *Halel*, alabanzas a Di-os (que se encuentran al final de la *Hagadá*).**

La *matzá*

En cada uno de los dos *sedarim* se debe usar *matzá shmurá*. Se come *matzá* tres veces durante el *séder*, inclinados hacia la izquierda en señal de libertad:

1. Después de contar la historia del éxodo de Egipto –*motzí matzá*– se comen 56 gr.
2. En el sándwich –*kórej*– se comen 28 gr.
3. En el *aficomán*, al final de la comida –*Tzafún*– se comen 42 gr de *matzá*.

Cada una de las veces, la *matzá* se debe ingerir en un máximo de cuatro minutos.



Una onza de *matzá shmurá* es un poco más que la mitad de una torta de este pan ázimo. Si se usa otro tipo de *matzá*, el peso de la caja se divide entre el número de *matzot*, para saber cuántas galletas equivalen a una onza.

El vino

Para cada una de las cuatro copas que se toman durante el *séder* es preferible usar vino sin diluir. Si fuera necesario, se puede mezclar con jugo de uva. Si una persona no puede tomar vino, puede sustituirlo por este último (*kasher lePésaj*).

Se toma una copa de vino cuatro veces durante cada uno de los *sedarim*, inclinados hacia la izquierda:

1. Al concluir el *kidush*.
2. Después de contar la historia del Éxodo de Egipto, antes de comer la porción de *motzi matzá*.
3. Al concluir *Bircat Hamazón* (oración de acción de gracias después de la comida).
4. Después de recitar *Halel*.

Es preferible tomarse toda la copa cada vez. Sin embargo, bastará con beber la mayor parte.

La copa que se usa debe contener por lo menos 87 cm².

El *maror*

El *maror* se come solo, después de la *matzá* y, luego, junto con ésta en el sándwich. Se deben comer por lo menos dos hojas y media de lechuga o 19 gr de rábano picante.



Se utiliza lechuga romana, preferiblemente los tallos. Las cantidades mínimas deben ser cumplidas por hombres y mujeres.

Disfrute el *séder*. Relájese, coma y beba la cantidad y el tiempo estipulados.