

SHABAT AIRLINES



R. Amram Anidjar

Título:

Shabat Airlines

Autor:

Rab Amram Anidjar

Corrección de estilo

Frida Adler

Israel Cortes

Diseño gráfico

David Rodríguez

Página web de R. Amram Anidjar

www.ranidjar.com

Copyright © 2016

Índice

5	Cartas de apoyo de los rabinos
10	Introducción SHABAT AIRLINES
15	Capítulo 1 El Esplendor del Shabat
19	Capítulo 2 Preparativos para Shabat
26	Capítulo 3 Túnicas de Luz
31	Capítulo 4 Shabat como puente de unión
35	Capítulo 5 Los utensilios que reciben bendición
40	Capítulo 6 Pequeño Santuario
43	Capítulo 7 El obsequio de Shabat
47	Capítulo 8 Prendiendo Luz
53	Capítulo 9 Iluminados por el Alma Adicional
56	Capítulo 10 <i>Néfesh, Rúaj y Neshamá</i>
59	Capítulo 11 El último rezo de la semana
62	Capítulo 12 Shir Hashirim
65	Capítulo 13 Lejá Dodí
67	Capítulo 14 Arvit de Shabat
69	Capítulo 15 El Cántico de Shalom Alejem
75	Capítulo 16 El Cántico de <i>Eshet Jail</i>
79	Capítulo 17 El Cántico de Bar Yojai
82	Capítulo 18 El Manantial de Bendiciones
86	Capítulo 19 Lavado de las manos
92	Capítulo 20 La bendición de Hamotzí
95	Capítulo 21 Educación y Respeto
100	Capítulo 22 Cantando desde el Alma
102	Capítulo 23 Palabras de Torá en la mesa

Índice

106	Capítulo 24	Preparándonos para agradecer
112	Capítulo 25	¡Bendigamos al Altísimo...!
114	Capítulo 26	Dormir en paz
116	Capítulo 27	La Muralla Espiritual
120	Capítulo 28	El Rezo de la Mañana
125	Capítulo 29	Sacar el Séfer Torá
130	Capítulo 30	El rezo de Musaf
133	Capítulo 31	El estudio de Torá en Shabat
137	Capítulo 32	Sé grande
140	Capítulo 33	Santificando la materia
143	Capítulo 34	La grandeza de la hospitalidad
147	Capítulo 35	El anfitrión
150	Capítulo 36	El huésped
153	Capítulo 37	Descansando en Shabat
158	Capítulo 38	Shabat en el nuevo Estado de Israel
165	Capítulo 39	Trabajos en Shabat
173	Capítulo 40	<i>Ra'aba de Ra'abin</i>
176	Capítulo 41	El rezo de minjá de Shabat
180	Capítulo 42	<i>Seudá Shelishit</i>
185	Capítulo 43	El pozo de las aguas de la sabiduría
188	Capítulo 44	Despidiéndonos de Shabat
191	Capítulo 45	Arvit de Motzae Shabat
194	Capítulo 46	<i>Havdalá</i>
202	Capítulo 47	<i>Melavé Malká</i>

Yitzhak Yosef
Rishon Lezion Chief Rabbi Of Israel
President of the Great Rabbinical Court



יצחק יוסף
ראשון לציון הרב הראשי לישראל
נשיא בית הדין הרבני הגדול

בס"ד, י"ז סיון תשע"ו
1343-4/ע"ו

הסכמה

הובאו לפני גליונות הספר בענייני שבת בשפה הספרדית שנתחבר על ידי הרב הגדול מעוז ומגדול מקים עולה של תורה ומזכה הרבה בכל מדינות דרום אמריקה, הרה"ג רבי **עמרם אניג'ר שליט"א** אשר ידיו רב לו והוא עושה ומעשה וב"ה זכה להשיב רבים מעוון בפעילותו החשובה.

והנה עתה רחש ליבו דבר טוב להוציא לאור ספר אשר יעסוק בחשיבותה ובמעלתה של השבת עם הסברים בטוב טעם ודעת, כדי ליתן טעם וריח רוחניים לציבור המתקרבים לעבודת ה' וכדרכו בספריו הקודמים הוא מוסיף והולך בדרך של קירוב ליבותיהם של ישראל לאביהם שבשמים.

זכה הרב המחבר וספריו מופצים בכל מדינות דרום אמריקה ונתקיים בנו דבר הנביא, הנה ימים באים לא רעב ללחם ולא צמא למים כי אם לשמוע את דבר ה'.

לא נצרכה אלא לברכה, יה"ר שימשיך עוד להגדיל תורה ולהאדירה בפעולותיו החשובות, ויהיה שמו כשם הגדולים בארץ ישראל אשר בך אתפאר אכי"ר.

בברכת התורה,

יצחק יוסף

הראשון לציון הרב הראשי לישראל
ונשיא בית הדין הרבני הגדול



GRAN RABINATO
BETH HADIN
MÉXICO D.F.



Maguén David, A.C.

ב"ה
הרבנות הראשית
בית הדין
מקסיקו ד.פ.

Día 15 de Sivan 5776

Carta de Berajá

No tengo palabras para expresar mi sentimiento al escribir estas líneas alusivas a un hombre extraordinario, un Jajam fabuloso, un ser humano muy especial, de un carisma excepcional y con un don que Hashem le dio para transmitir a nuestros hermanos la belleza de la Torá y la grandeza de los Jajamim. Acercando a jóvenes y jovencitas, mujeres y hombres, mayores y menores con sus mensajes exactos y profundos.

Mi querido amigo Rab Amram Anidjar Shelita nos sorprende una vez mas con una obra maestra, esta vez la titula "Shabat Airline". Un paseo necesario para todos nosotros, aprendiendo las bases del cumplimiento del precepto básico para el Judaísmo: el Shabat.

Que el mérito del Shabat "Ki hi mekor haberajá", que es la raíz de las bendiciones, lo colme de dicha y éxito en todo y que Hashem lo acompañe en todos sus caminos junto con su esposa y toda su familia hasta la llegada del Mashiaj Tzidkenu, Amén Veamén.

Un amigo que te quiere y aprecia,

Shlomo Tawil



הברת ישראל של ארם צובה קהילת מגן דוד במקסיקו
Maguén David, A.C. Carlos Echánove No. 224 Col. Vista Hermosa C.P. 05100



ישיבה כתר תורה
YESHIVA KETER TORÁ
מוסדות כתר תורה

בס"ד

מוסדות כתר תורה
Centro Educacional Kéter Torá

גן ילדים "תורנית"
KINDER TORANIT
POLANCO
TECAMACHALCO
INTERLOMAS

22-06-2016

Carta de respaldo

תלמוד תורה
PRIMARIA

מתיבתא
SECUNDARIA

ישיבה קטנה
PREPARATORIA

ישיבה גדולה
YESHIVÁ GUEDOLÁ

INTERLOMAS
EDUARDO Y JOVITA COJAB

בי"ס לבנות
בנות כתר תורה
ESCUELA PARA NIÑAS
BENOT KÉTER TORÁ

סמינר למורות
SEMINAR LEMOROT

כולל אברכים
"מאור אברהם"
KOLEL MAOR ABRAHAM

מדרש כתר תורה
MIDRASH KÉTER TORÁ
TECAMACHALCO

מדרש מאור התורה
MIDRASH MAOR HATORÁ

Recibí el libro sobre la importancia del día de Shabat con el título "Shabat Airlines" del Rab Amram Anidjar y me pareció un libro muy importante por tratarse de un tema central del judaísmo y trascendental en la vida de todo integrante de Am Israel.

El Rab ya nos ha deleitado con otras interesantes obras sobre nuestra sagrada Torá que se han ganado la aceptación del público.

El Shabat constituye la raíz de la bendición, es por eso que quiero bendecir al autor para que tenga éxito con este libro y su mensaje llegue al corazón de los lectores, creando en ellos cambios positivos y significativos.

Con la bendición de la Torá.

Jajam Abraham Shabot

YESHIVÁ LAGO BANGUEOLO 36-B 5531-9009 (10) (11)	KINDER TECAMACHALCO FUENTE DE LA JUVENTUD 89 5589-3529 5294-6359	MIDRASH TECAMACHALCO BLVD. DE LA LUZ 23 5251-5587 4429-66-04	YESHIVÁ LAFONTAINE 339 5531-0973 (74)	KINDER TORANIT INTERLOMAS CAMINO A SANTIAGO YANCUITLALPAN 17 5815-3427 2650-6259	INTERLOMAS PRIMARIA CAMINO A SANTIAGO YANCUITLALPAN 17 5815-3713 5815-3712
---	---	---	---	--	--

R. Abraham Tobal B.

Rabino Principal y Dayan (juez)
de la Comunidad Monte Sinai



אברהם טובל

רב הראשי ואב"ד של ק"ק הר סיני מיקסיקו

Siván 5776

Junio 2016

Si tuviese que clasificar, de todos los preceptos de la Torá, cual es el más actual y más moderno, indudablemente diría que es el Shabat, ya que más allá de la espiritualidad y de la conexión con Hashem y el testimonio que damos de la Creación e independientemente de todo el alimento espiritual que nos aporta el Shabat, también es una respuesta al reto que nos presenta la modernidad.

No existe otra fórmula que nos aporte esa relajación, esa convivencia familiar, esa desconexión de todo lo que nos rodea. Solo en Shabat logramos desconectarnos de lo material y la tecnología. Por todo esto, y muchas cosas más, el Shabat está considerado como el regalo más preciado que Hashem brinda al Pueblo de Israel.

¡Es un tesoro invaluable que, a veces, no sabemos apreciar!

Es por esto que quiero felicitar a nuestro querido Rab Amram Anidjar por esta nueva obra, que con su sabiduría y elocuencia nos transporta en un "vuelo supersónico" de Shabat Airlines a otra dimensión, que todos tenemos que experimentar. Estoy seguro que gracias a esta forma tan elocuente y amena de escribir sobre la belleza de Shabat, muchos comprarán boleto para viajar.

El discurso solo emociona a quien lo oye. El libro, en cambio, es similar a recibir una preciada herencia, cuya riqueza beneficia a varias generaciones. Así es este libro del Rab. Amar Anidjar, mismo que se une a los que ha escrito anteriormente y que forman parte del tesoro de los Hijos de Israel.

Felicito de todo corazón el esfuerzo del Rab Anidjar para acercar los valores de la Torá a las nuevas generaciones y quien mediante sus libros, deja un conocimiento y sabiduría invaluable para los Hijos de Israel.

ATENTAMENTE

Rab. Abraham Tobal B.



Rabino principal Comunidad Monte Sinai



Una vez más mi querido amigo y admirado Ha Rab Ha Gaon Jajam Anidjar nos sorprende y transforma con la creatividad, sabiduría y actualidad de la Torá para la gente de nuestra época.

Pocos son aquellos capaces de entender la profundidad de la Torá, sintetizarla y poder explicarla en una forma tan auténtica y actual como Jajam Anidjar lo hace; y que mejor que hacerlo en un tema, que según Nuestros Sabios es la base de nuestro Judaísmo: el Shabat.

Yo le deseo que Hashem le siga dando fuerza para seguir haciendo Kidush Hashem en el mundo y que este libro sea de mucho provecho y crecimiento para los que tengan el mérito de estudiarlo.

Be berajá mi kol ha leve

Tu amigo

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Arturo Kanner', written in a cursive style.

Arturo Kanner



Introducción

SHABAT AIRLINES

“*Shabat meen Olam Habá*”, Shabat es como el Mundo Venidero. Nos preguntamos, ¿qué tiene que ver Shabat con el Mundo Venidero?

Vamos a explicar esto comparándolo con un vuelo para entenderlo mejor.

Hay toda clase de vuelos, de placer, de negocios, pero hay un vuelo que es el vuelo final, el vuelo que la persona toma después de 120 años, un vuelo desde la Tierra hasta el Paraíso, y antes de empezar el vuelo, la persona pasa con sus maletas de vida por un escáner espiritual y se da cuenta que no todo sube al vuelo.

¿Qué no sube?

No sube el Rolex, no sube el auto, no sube el dinero... ¿Y qué sí sube? Tu Shabat, tu tefilín, tu tzedaká, tu bondad, tu amabilidad con la gente, etc.

Shabat tiene parecido a ese vuelo.

Antes de que empiece Shabat hay que saber que nos estamos subiendo a un avión de la línea **Shabat Airlines** y no todo puede subir al avión.

¿Qué no sube al vuelo de Shabat?

El shofar, ¿sube a bordo? No. Los tefilín, ¿suben a bordo? No. Al igual que los cuatro minim de Sucot. Son cosas que no se pueden usar en Shabat.

Hay cosas que pasan el escáner y hay cosas que no.

Entonces, ¿qué debemos incluir en nuestra maleta para viajar en **Shabat Airlines**?

Todo aquello que nos servirá para el viaje y que ya tenemos preparado de antemano: comida y bebida para la celebración de Shabat, etc. Y todo aquello que no puede subir al vuelo habrá que dejarlo: el iPad, el celular, etc.

Como cuando viajamos en cualquier línea aérea debemos tener presente qué empacamos en la maleta de mano ya que no todo se puede subir al avión. Hay reglamentos que debemos conocer para saber qué empacar en esa maleta, por ejemplo, no se pueden subir navajas, pistolas, ciertos líquidos, etc. Y a pesar de haber empacado la maleta personalmente, antes de subir al avión hay un encargado de la línea aérea que te revisa la maleta con escáner e incluso te pueden pedir que la abras y decirte: “Esto no va”.

Y cuánta angustia se siente cuando nos sacan por ejemplo un perfume de más de 100 ml y nos dicen, “Esto no va”. Y sin importar cuánto uno discuta es definitivo que eso no sube.

En este vuelo lo que se subió al avión se usa y lo que no se subió, no se usa.

Por ejemplo si una gallina puso un huevo en Shabat, si una fruta cayó del árbol en Shabat, no se pueden usar porque en Shabat no estamos en la Tierra, en Shabat estamos volando en **Shabat Airlines**. Todas las cosas que no subieron al vuelo no están con nosotros. Al momento de empezar Shabat esas cosas no estaban en la maleta por lo tanto, a la mitad de Shabat no se pueden usar.

Si cada uno tomara el Shabat como un vuelo en el cual nos despegamos de nuestra vida habitual, en el que nos desprendemos de muchas cosas terrenales, nos sentiríamos como si estuviéramos volando en un día espiritual.

¿Cuál es la diferencia entre Shabat y los seis días de la semana?

En los seis días de la semana hay un mundo espiritual y un mundo terrenal. ¿Qué hacemos durante estos seis días? Bajamos las cosas espirituales a la Tierra. Cuando haces un acto de bondad, una mitzvá o algo espiritual, estás bajando una energía del mundo Celestial y bañas tu persona, tu vida, tu casa con esa energía.

En Shabat no se baja la espiritualidad. Uno se eleva a ese mundo espiritual.

La manutención de la semana corre a cuenta de uno, los gastos de Shabat no entran a esa cuenta porque en Shabat no estamos en la Tierra, entramos al avión de Dios donde comemos a cuenta de la cocina del avión. En el vuelo tu comida kosher está incluida, pero solamente si subes a ese vuelo.

Siguiendo con ejemplo de que le impiden a la persona subir el perfume al avión y la persona se niega a sacar el perfume de la maleta de mano, entonces, ¿qué le dicen? “No vas a abordar el avión. Quédate con el perfume”. De la misma manera no todos vuelan en **Shabat Airlines**. Vuelan los que están dispuestos a desconectarse, por un día nada más, de muchas cosas terrenales para poder sentir una elevación espiritual muy grande.

La vida de un yehudí está basada en tradiciones, en leyes, en mandamientos. Si hay una mitzvá dentro de las 613 que siempre nos marcó como pueblo, como comunidad y como familia, es el Shabat, el día séptimo de la semana.

Lamentablemente en los últimos 100 años debido a los cambios ideológicos, tecnológicos, la apertura, las distancias, etc., provocaron que los yehudim flaqueáramos en el cuidado de este día espiritual.

He afirmado muchas veces que si Dios Bendito no nos hubiera dado el Shabat nosotros lo hubiéramos inventado. Porque más que ser un día religioso, es un día de paz y tranquilidad y unión familiar para quien lo sabe cuidar bien. Vivimos una época de mucho ajeteo, ¿quién tiene el tiempo y la oportunidad de estar con la familia, de comer tranquilamente en casa, de jugar con los hijos, de platicar con la esposa? Cuando cortamos los cables que nos unen al mundo, cuando apagamos los celulares y nos olvidamos de la telenovela, el baile, etc., nos desconectamos del mundo para conectarnos en una forma especial y única con nuestra familia.

Siguiendo con el ejemplo de la aerolínea, para tomar un vuelo se nos exige estar unas horas antes en el aeropuerto. Una vez terminado el check in tenemos que esperar en el aeropuerto hasta que salga el avión, de la misma manera cuando tenemos todos los preparativos listos para Shabat, la comida preparada, la cocina lista, la mesa puesta y esperamos para prender las velas. En el momento de prender las velas es cuando encendemos los motores y empezamos el vuelo.

Hashem dijo, *“Cuiden Shabat zejer leyetziait Mitzraim”*, cuiden Shabat en recuerdo a la salida de Egipto.

¿Cuál es la relación entre Shabat y la salida de Egipto?

Cuando estábamos en Egipto éramos esclavos en un lugar cerrado. Mitzraim, *meitzar* significa fronteras, cerrado. No teníamos vida. Hashem nos sacó de Egipto.

El pasuk dice, *“Y los saqué de Egipto y ‘vaesa etjem al kanfé nesharim’*, los cargué sobre alas de águila y los traje hacia Mí”. Milagrosamente Hashem reunió a todos los yehudim de Egipto y como en un vuelo salieron todos al desierto y nos llevó hacia Él. Sobre este pasuk Hashem dice que cada Shabat recordemos Egipto.

¿Cómo se relaciona este pasuk con Shabat?

Durante la semana el trabajo, las ocupaciones, las transacciones, todo eso es nuestro Egipto. Cuando llega Shabat uno se sale de Mitzraim. Y el versículo que dice que nos cargó sobre alas y nos llevó hacia Él, habla de la sensación que debemos tener cada viernes cuando “volamos” hacia Dios.

No bajamos a Dios como toda la semana sino en Shabat nos elevamos a Él.

Al despegar en Shabat y empezar a volar, ¿qué pasaría si uno quisiera por ejemplo tomar su celular y hacer una llamada? Sería equivalente a ponerse un paracaídas y tirarse del avión a la Tierra. Como el celular “se había quedado en la Tierra”, y no estaba en el avión, el usarlo es como bajarse del avión.

Es importante saber esto: una vez que uno usó el celular, ¿podría regresar de nuevo al avión? Es decir, ¿existe un semi-cuidador de Shabat? ¿O el cuidado de Shabat es un concepto de todo o nada?

La Halajá dice que sí existe la posibilidad de cuidar Shabat en partes. No es lo ideal pero no porque una persona descuida unos momentos debe tirar por la borda todo el Shabat. Debe seguir cuidando.

Puede regresar al avión. No debe quedarse en la Tierra hasta que termine Shabat. Puede retomar Shabat y a partir de ese punto cuidar bien. No es un concepto de todo o nada.

Esta elevación es una elevación que cada uno de nosotros necesita. Esto lo aprendemos de la Creación. Hashem creó el mundo en seis días y el séptimo descansó. ¿De qué descansó? ¿Acaso Hashem se cansó?

El descanso al que se refiere Hashem no es un descanso debido a un cansancio. Es un descanso espiritual. Metafóricamente durante seis días de Creación, Hashem estuvo "abajo en la Tierra", es decir "Se degradó" trabajando la materia. El séptimo día Hashem metafóricamente Se retiró para "recuperarse" espiritualmente.

Nuestra alma también necesita un retiro espiritual. Descansar de todo lo que se ocupó de lo material durante la semana.

"Yom hashebií nitalá beyashab al Kisé Kebodó", el séptimo día Hashem se eleva y se sienta en Su Trono Celestial. Nosotros los que estamos pegados a Él toda la semana nos elevamos junto con Él.

La Guemará relata: "Llamó Hashem a Moshé Rabenu y le dijo: 'Querido Moshé, tengo un precioso regalo para el pueblo de Israel. Este regalo lo He sacado de Mi Tesoro personal. Este tesoro tanpreciado se llama Shabat. Ve y dáselo al pueblo de Israel'"

Preguntan los Comentaristas: ¿Cuál es el regalo de Shabat? ¿Qué tiene de especial un descanso de un día a la semana? Responde la Guemará: "El regalo se llama *Neshamá Yeterá*, un alma adicional que se recibe cada Shabat".

Sobre este regalo tanpreciado hay cuatro opiniones entre nuestros Jajamim:

Rashí dice: "El regalo de Shabat es paz y tranquilidad". No se refiere al alma adicional. Es disfrutar el descanso y la comida. Es una sensación maravillosa en la persona.

El Ibn Ezra dice: "El regalo es un regalo intelectual. Cada Shabat puedes ser más sabio, más inteligente. Si hay algo en el estudio que durante la semana fue difícil comprender, si se repasa en Shabat se podrá entender. En Shabat la mente es más aguda.

El Midrash Neelam dice: "El alma en Shabat se hace más potente, es decir, al ser Shabat un día espiritual nuestra alma espiritual se halla en su "medio ambiente" por lo que puede desplegar todo su potencial".

El Zohar dice: No se trata de la comida, ni del cerebro ni de un alma más potente. "En realidad recibimos cada Shabat un alma adicional, una partícula Divina que se insufla en nosotros, para aumentar nuestro nivel espiritual en ese día.

Explica el Jasidut: son cuatro explicaciones distintas y no hay conflicto entre ellas sino que son niveles progresivos. Es como el vuelo. De la misma forma que el avión despegue y va elevándose poco a poco hasta que se mantiene en el aire, de la misma forma avanzamos en la intensidad de nuestro Shabat.

Empezamos cuidando Shabat por puro placer para el cuerpo, la comida de Shabat no sabe igual que en la semana, y cuando uno está satisfecho con la comida, la mente se abre y está más afilada. Por eso hay que aprovechar la mesa de Shabat y hablar de sabiduría. Sembrar en la mesa semillas de Torá y valores. En el siguiente nivel, el corazón se siente mejor. Le damos lo que le gusta. Le damos al alma un momento espiritual y cuando todo esto pasa, la persona está apta para recibir de Dios una gran bendición espiritual, la *neshamá yeterá*.

Así como despegamos poco a poco y fuimos ganando altitud y velocidad, de la misma manera nuestro vuelo baja poco a poco hasta aterrizar donde empezó: en el mundo terrenal. El aterrizaje es la *Havdalá*. La *Havdalá* tiene cuatro bendiciones mediante las cuales bajamos poco a poco hasta aterrizar en la Tierra.

Conclusión:

Hay un vuelo semanal para cada uno de nosotros. Es un vuelo que merece que uno se prepare subir en él, dejando atrás parte de lo material y disfrutando lo que subimos al avión con nosotros. Cada Shabat es un ejercicio de desconexión para reconexión. Es un momento de mucha espiritualidad para que al bajar de él bajemos con muchas ganas y batería para la semana que llega.

Cada Shabat, *Hakadosh Baruj Hu* nos invita a Su casa. Hashem se retira a Su trono Celestial y nos invita a ir con Él. ¿Cómo podemos rechazar una invitación como ésta? Hashem nos invita al mundo espiritual con toda nuestra familia. Nos desconectamos para conectarnos con el Creador y después volver a nuestra vida cotidiana.

¡No rechazemos la invitación de volar de *Hakadosh Baruj Hu*!

SHABAT AIRLINES

¡BIENVENIDOS A NUESTRA LÍNEA AÉREA!

**Damas y caballeros, bienvenidos al vuelo de Shabat Airlines.
Por favor tomen asiento, apaguen celulares
y ajusten sus asientos, porque pronto vamos a despegar
para volar entre las paginas de este libro.**

**Volaremos a una gran altura y con la ayuda de
Dios tratare de evitar las "turbulencias"
Disfruten del vuelo y gracias por elegir Shabat Airlines**

**Rab Amram Anidjar
Capitán de Shabat Airlines**

Capítulo 1

El Esplendor del Shabat

“*Vaibarej Elohim et yom hashebí Vaikadesh otó*”, Y bendijo Hashem al séptimo día y lo santificó (Bereshit 2:3). Shabat es diferente a los demás días de la semana, esto no sólo por las leyes especiales que aplican para este día sino por la santidad tan profunda que tiene, por lo que no podemos imaginarnos su grandeza.

La persona tiene la obligación de estudiar las leyes de Shabat para saber cómo honrar, respetar y cuidar su santidad. Y quien lo logra como debe de ser, amerita a una infinidad de bendiciones.

Entre más la persona conoce y estudia las leyes de Shabat, más va entendiendo la gran santidad de este día. Así como para poder construir un rascacielos se necesitan cimientos fuertes, así también mientras más se estudia sobre este día más será el respeto y cuidado que se le dé.

Incluso en el Cielo se percibe con claridad lo especial de este día. Cuando empieza el Shabat, Dios llena todo el Mundo Venidero de luz, transmitiendo paz, energía y santidad particular sobre todos los seres celestiales. El Zohar explica, que el Paraíso está dividido en dos partes: El Superior y el Inferior. El Inferior está constituido por siete secciones donde se encuentran las almas meritorias. Dependiendo de los méritos que alcanzó la persona en su vida es el nivel donde residirá su alma (Zohar Bereshit 2:178) En Shabat todas las almas se elevan al Paraíso Superior, teniendo satisfacción del placer que proviene de la Luz Divina. Incluso el Guehinom, el Infierno, no funciona en Shabat, por lo que todas las almas que se encuentran en ese lugar, reciben descanso y se elevan al Paraíso Inferior.

El Talmud (Shabat 10a) explica sobre el versículo: “Para que sepan que Yo soy el Dios que los santifica” (Shemot 31:13), que Hashem le dijo a Moshé: ‘Un buen regalo tengo en Mis tesoros que es Shabat; Quiero regalárselo a Israel, Mi pueblo elegido, ve y avísales’”.

Nuestros Sabios explican que este regalo no se refiere a las leyes de Shabat, ya que no hay diferencia entre este precepto y los demás preceptos de la Torá. Sino este regalo se refiere a una *Neshamá yeterá*, el alma adicional, una energía divina que Hashem nos ofrece para lograr elevarnos espiritualmente. Esta porción extra de fuerza Celestial que nos da, nos ayuda a obtener la gran bendición que este día da.

Muthar Kent, presidente mundial de la Coca Cola, comentó en una conferencia un concepto muy interesante: La persona se compara a un malabarista con cinco pelotas, las cuales representan: los placeres, el trabajo, la familia, los amigos y la fe.

Esto lo podemos aplicar en nosotros de la siguiente manera. A lo largo del día la persona actúa con varias "pelotas", cuatro están en el aire y una se encuentra en la mano: hay tiempo para la familia, tiempo de rezar, hacer negocios, disfrutar la vida y tiempo para los amigos.

El secreto para lograr tantos malabares en un mismo día es muy sencillo: saber que las pelotas son de goma y si una se escapa, no pasa a mayores, ya que rebotará y regresará de vuelta a su mano.

Sin embargo, hay una de ellas que debe tener un cuidado especial, una que no es de goma, sino de cristal: la pelota de la familia. Esa pelota no rebota, si se le va de las manos, no regresa.

Durante la semana estamos muy atareados con nuestras obligaciones y no tenemos suficiente tiempo para la familia. Hashem por medio del Shabat, nos ofrece desconectarnos del mundo exterior para permitir conectarnos al núcleo familiar.

Imaginemos una mesa de Shabat en donde la señora de la casa está urgida por terminar la cena, ya que va a empezar el último capítulo de su novela preferida; el señor tiene que enviar un correo urgente del trabajo; el joven está empecinado en salir con los amigos, y la jovencita apurada para terminar la tarea de la escuela. Aquí tenemos a una familia sentada alrededor de la mesa, pero con imanes que los expulsa de ella.

Hashem nos prohíbe varios tipos de trabajos en este día tan especial. Al no poder usar el auto, redes sociales, jugar con el celular, se logra una unión especial en la familia, algo que no se logra entre semana.

El sexto día de la Creación, víspera de Shabat, Dios creó el cuerpo de Adam Harishón e insufló un alma dentro de él, por lo que el ser humano está compuesto de lo material y lo espiritual, cuerpo y alma, dos polos totalmente opuestos.

¿Cómo puede ser que dos polos opuestos estén unidos en un mismo lugar? Para comprender esto, imaginemos al Rabino Principal de Israel esposado a Al Capone y teniendo que pasar juntos todo el día.

¿Qué pasará durante este tiempo? ¡Por supuesto, cada uno hará todo lo posible para jalar a sus conveniencias, a sus intereses propios! El Rabino dice: "Vamos a rezar, estudiar, hacer bondades". Pero Al Capone dice: "¡Vamos a quitar de en medio a los honestos, robemos sus bienes y emborrachémonos hasta perder el sentido!"

¡Vaya día que les espera a ambos!

(El único lugar donde se pondrán de acuerdo será en un Bar Mitzvá, donde uno irá al bar y el otro hacia la mitzvá...).

Nosotros no estamos muy lejos de eso. En cada uno de nosotros Hashem esposó al alma espiritual en un cuerpo material. Durante la semana tenemos más cuerpo que alma, somos más Tierra que Cielo, recorreremos el mundo para conseguir la manutención, encontrar placeres terrenales y atendemos todas las necesidades del cuerpo. Mientras tanto nuestra alma proporciona al cuerpo energía, fuerza y vitalidad, como diciendo: “Entiendo tus necesidades y estoy para apoyarte, ¡cuentas conmigo!”.

Pero en Shabat ocurre lo contrario, el alma le dice al cuerpo: “¡Ven, sígueme! Vamos a rezar, a elevarnos! Durante la semana corrías tras los placeres terrenales y no obstante, te di tu lugar, respetando tus deseos. También en mi día espiritual, cuidaré de ti, te daré un buen descanso, una buena comida e incluso un Le Haim. Pero necesito que te desprendas de algunas cosas, para que yo también pueda elevarme”.

Conclusión

¡Shabat es un momento maravilloso!

Quien ha saboreado la gloria de este día no cambia su sabor por nada del mundo. Shabat es un día alegre y lleno de luz para toda la Creación, tanto en el Cielo como en la tierra. Un día que emana paz, bendición y armonía para la familia; para el alma y para el cuerpo, gracias al Shabat se disfrutan todos los días de la semana.

Estudiar con devoción y profundidad las leyes relativas al Shabat, ya sea solo o con un maestro, nos permite disfrutar la belleza de este día, recibiendo bendiciones a quien lo honra y cuida debidamente. De esta manera se logra la receta correcta del manjar llamado Shabat.

Para facilitar el cuidado completo de este gran día, me permito presentar un libro sobre los conceptos de Shabat, en el que recopilé de nuestros Sabios varios dichos sobre la grandeza y profundidad de este día.

Esta obra sale paralelamente al segundo proyecto de la traducción del libro de Leyes Yalkut Yosef sobre Shabat, para que con ambos entendamos la importancia y lo especial de este día, alcanzando motivación y amor al día sagrado, cumpliendo con alegría y entendimiento las leyes que nos pidió el Creador a través de la Torá y de nuestros Sabios.

Si el día de Shabat es Luz, tú eres el recipiente para recibir esa Luz bendita. Limpia y adorna el recipiente, para ser merecedor de una enorme porción de belleza, bendición y santidad que la Luz del Shabat emana.

Ansiar el Shabat

“Hashem nos ordenó prepararnos (49 días) para recibir la Torá en el Monte de Sinaí, ya que para recibir algo tan sagrado se necesitaba una gran preparación” (Haemek Dabar Shemot 19:2). El prepararse tiene un efecto psicológico positivo en la persona, ya que el esperar y desear algo mucho, cuando llega provoca un disfrute mayor.

El término *Shomer Shabat*, cuya traducción literal es “cuidador de Shabat”, si lo analizamos detenidamente, nos daremos cuenta que es un concepto único; no existe el concepto “cuidador” de un día, ya que los días no se cuidan, sino las leyes. Por lo que cabe preguntar: ¿Qué significa cuidador de Shabat?

El Gaón de Vilna dice que el término *Shomer Shabat* tiene una explicación basada en el versículo: “*Be aviv shamar et adavar*”, su padre cuidó el sueño” (Bereshit 37:11). Este versículo habla de cuando Yaakov escuchó los sueños de su hijo Yosef, los cuales traerían grandeza para su hijo. Rashí explica: “La palabra *shamar* no significa cuidar, sino desear que llegue ese momento”. Esa misma traducción se la da al término *Shomer Shabat*, desear que llegue Shabat, y esto se cumple únicamente antes del Shabat.

Para entenderlo con más profundidad demos un ejemplo:

Un rey invitó a sentarse en la mesa real a todos sus hijos. Uno de los príncipes, el más jovencito, llegó a la mesa sucio y maloliente. Cuando estuvo frente a su padre quiso sentarse en sus rodillas. El rey que vestía ropas de seda dijo severamente: “¡No, así no!”. Avergonzado el joven príncipe se retiró a sus aposentos tratando de ponerse en condiciones para estar delante de su padre. Cuando ya estuvo listo se dio cuenta que la cena ya había terminado.

A la semana siguiente el joven príncipe ya sabía qué hacer para tener derecho a sentarse en el regazo de su padre, el rey: prepararse antes, a fin de estar listo para el banquete real.

El día sexto de la Creación, Adam y Javá estaban en el Paraíso. Horas antes de Shabat pecaron. Como en el ejemplo anterior, “se ensuciaron” de tal forma que cuando llegó la hora de Shabat fueron expulsados del Paraíso. Nosotros como reparación a esto, cada viernes a la misma hora, procuramos “limpiarnos”, limpiar la casa, preparar la mesa, purificar nuestra alma en la mikve, bañar nuestro cuerpo, vestir nuestras mejores prendas... todo con tal de pasar el Shabat en las rodillas de nuestro Padre, el Rey del Universo.

El prepararnos con amor, emoción y devoción, nos permite llegar con el alma, como si fuese un gran barril para que el Rey del Universo nos colme con monedas de luz espiritual y riquezas que nos brinda Su Bendición. Con esto queda entendido el significado de *Shomer Shabat*, aquel que se prepara y ansía que llegue Shabat.

Capítulo 2

Preparativos para Shabat

Prepararnos para el gran día de Shabat es una *mitzvá*. Rab Jisdá dijo (Shabat 119b): “La persona debe procurar madrugar el viernes para atender todas las necesidades de Shabat, como está escrito: “Y el día viernes traerán todo lo que ocuparán”.

Está escrito: “Honra a Shabat y nómbralo día de gozo” (Yeshayahu 58:13). Explican los Comentaristas, honrar y disfrutar son dos preceptos distintos. El gozo se da en el mismo día de Shabat, pero honrar se lleva a cabo en la víspera, por lo que todo lo realizado el viernes se considera la *mitzvá* de honrar al Shabat.

El Arí z”l dice: “Cada gota de sudor que la persona genera en honor al Shabat, Hashem borra con ellas cualquier pecado que cometió”.

Prepararse para Shabat tiene un motivo especial. En la medida en que nos preparemos, será lo que recibiremos. Esto se compara a un rey que indicó a sus súbditos: “Traigan una vasija y la llenaré de monedas de oro”. Quien no trajo nada no se llevó nada. Quien trajo una copa pequeña, una vasija, e incluso quien trajo un barril, fue llenado en su totalidad. El rey cumplió su promesa, a cada uno según el recipiente que ponía frente a él.

Así ocurre en Shabat, Hashem nos ofrece una Luz Divina. Según sea nuestro esfuerzo en los preparativos así creamos en nosotros el tamaño de recipiente para recibir este regalo Divino.

Maimónides escribe: “Aunque la persona sea un hombre honorable e importante que no acostumbra ir al mercado por tener sirvientes, aun así, la persona misma tiene que hacer algo en honor al Shabat” (Shabat 30:6).

Como el ejemplo del alcalde de una importante ciudad que al ser notificado de la visita del rey, él mismo se puso al frente de los funcionarios y habitantes, iniciando inmediatamente la limpieza y adornos de la ciudad.

El Talmud (Shabat 119a) relata cómo grandes figuras rabínicas dejaban su estudio y toda labor cotidiana para dedicarse en preparar algo en honor al Shabat. Por ejemplo: Rabá preparaba el pescado; Rab Jisdá aderezaba ensaladas finamente picadas; Rabí Yosef cortaba la leña; Rab Najmán limpiaba toda su casa sacando los

muebles de uso diario y poniendo en su lugar los muebles de Shabat. Con estos ejemplos nuestros Sabios nos enseñan la grandeza de lo que es honrar el Shabat.

En qué preparase

Parte importante de los preparativos para Shabat comprenden el salir a comprar los alimentos. El Talmud (Betzá 16a) narra que el gran Sabio Shamai durante la semana, pasaba junto al mercado y en cada visita observaba qué alimentos buenos y dignos hallaba para Shabat, comprándolos al instante. Sin embargo, si al día siguiente encontraba mejores alimentos también los compraba y lo ya adquirido lo destinaba para la comida diaria. De esta manera Shamai guardaba lo mejor para honrar a Shabat.

Najmánides dice que al momento de comprar cosas o cocinar para Shabat, es bueno mencionar que lo hace en honor al Shabat. De igual manera antes de bañarse. Rabí Yosef Caro aclara: “Es *mitzvá* bañarse todo el cuerpo con agua caliente en víspera de Shabat”. El motivo lo aclara Rabí Najman en el tratado de Shabat: “Todas las duchas de la semana son voluntarias, pero la del viernes es *mitzvá*” (Shabat 25b).

Lo anterior también aplica cuando nos vestimos en honor al Shabat con ropa limpia y digna, especialmente si esta ropa es reservada para Shabat. “Es bueno no vestir en Shabat ropa que vestimos a diario, demostrando un respeto mayor a la ocasión” (Maguén Abraham Or Hajaim 262:2).

Incluso guardar espacio en el estómago y no hacer grandes comidas durante el viernes también se considera una preparación para Shabat. Como dice el Shulján Aruj: “Si comes mucho antes de Shabat no comerás con gran apetito la comida de Shabat” (Or Hajaim 249:2).

“La persona debe cambiar la vestimenta en honor al Shabat, preparar manjares, prender las velas y recibir Shabat antes de tiempo. Cada uno que se esmera, agrega y hace de más, recibe una porción mayor”. (Tikuné HaZóhar 85a).

Durante la semana es común comprar, cocinar, comer, bañarse o hacer negocios. Cuando declaramos que estas mismas acciones las hacemos especialmente para Shabat, estamos cumpliendo una *mitzvá*. Dejar de trabajar la víspera de Shabat es muy importante. Como dice el Tratado de Pesajim: “El dinero obtenido antes de Shabat, no tiene bendición”.

Qué es una preparación

Hasta ahora explicamos en forma general la preparación para Shabat, ahora profundizaremos en su esencia.

“*Bereshit Bara Elokim et hashamaim veet haaretz*”, Al principio creó Dios el Cielo y a la Tierra” (Bereshit 1:1). Hashem el primer día de la Creación preparó dos terrenos, dos conceptos: Cielo y Tierra.

El segundo día, Hashem elaboró la parte celestial, los diferentes cielos, los ángeles, arcángeles, etc.

El tercer día, trabajó en la Tierra, creando la vegetación y la flora. El cuarto, trabajó nuevamente arriba, creando las luminarias.

El quinto día, regresó al plano terrenal creando los seres animales: peces, insectos, reptiles, aves y mamíferos.

Hasta este momento la labor entre las dos plataformas está equilibrada, Hashem trabajó de un lado como en el otro. Pero al llegar el sexto día, viernes, lo que hiciera en este día causaría un desequilibrio, ya que si hubiese creado algo terrenal, se entendería que el Creador le da preferencia a lo mundano, si creara algo celestial demostraría preferencia por el Cielo.

Por lo tanto dijo: "Hagamos un Hombre". Debido a que esta palabra está en plural, explican nuestros Sabios, que Hashem está hablando con el Cielo y la Tierra, y en Su Infinita sabiduría dijo: "Hagamos una criatura que una su cuerpo y su alma, una Cielo y Tierra; una unión adecuada de lo terrenal y lo espiritual".

Toda la Creación está dividida en cubierta y esencia, cuerpo y alma, interior y exterior. Éste es un concepto que trasciende desde los niveles terrenales hasta lo Celestial.

Incluso la Torá tiene cubierta y esencia. En la cubierta hallamos leyes, versículos, anécdotas, etc., que al estudiarlas sin profundizar, son solamente como un aroma dulce. Pero si profundizamos en ellas, comprendemos sus enseñanzas y logramos entender el porqué de las cosas, entonces vemos cómo está llena de sabiduría, por lo que no sólo obtenemos un aroma dulce, sino alcanzamos su esencia pura, deliciosa y nutritiva; siendo beneficiarios el cuerpo y el alma.

Aprendemos de esto que el día viernes se destaca de los anteriores porque en los demás días Hashem trabajaba con dos plataformas juntas pero diferentes: una denominada Cielo y la otra denominada Tierra.

Combinación tremendamente difícil y complicada de entender; basta recordar el ejemplo de la introducción, el Rabino principal de Israel esposado con el delincuente Al Capone. Esperábamos que pasaran juntos un buen día. La misión del ser humano es aprender a encontrar el equilibrio justo de vida, para lograr que ambas partes puedan disfrutar.

Lo anterior se relaciona estrechamente con el tradicional saludo judío: Shalom, que literalmente significa paz. Este saludo aparentemente no tiene lógica; intenten saludar de esta manera a la primera persona que encuentren en la calle (diciéndole "Paz"), y seguramente no entenderá qué queremos decirle. Entonces ¿por qué usamos esta palabra como saludo principal y cuál es su significado?

La respuesta es que los saludos no son sólo palabras de cortesía, sino bendiciones. Por ejemplo: "Que tengas buen día", "Que pasen buenas noches", "Que te vaya bien", etc. son bendiciones que pronunciamos en favor de la persona con la que hablamos. Pero la mayor bendición que podemos dar a una persona es que su cuerpo y su alma vivan en paz.

No hacer sufrir al alma, dándole al cuerpo toda la tierra: los deseos, placeres y los goces, ni tampoco dar al alma todos los niveles celestiales, estricto en el cumplimiento de las leyes, estudio de Torá en forma obsesiva, dejando sufrir al cuerpo con ayuno y abandono.

El día Shabat representa este concepto de forma perfecta, ya que es el séptimo día de la creación, en el cual Hashem unió lo material y lo espiritual dentro del ser humano, obsequiando este gran día para aprender a vivir juntos y en armonía.

Pero, ¿a qué se le llama vivir en armonía, vivir en paz?

Para entender esto enunciaremos cinco contradicciones que con una sola respuesta podremos solucionar.

1.- Aparentemente tenemos una contradicción cuando por un lado, Hashem escribió en las primeras tablas de la ley que el cumplimiento de Shabat es en recuerdo de la Creación del mundo. Sin embargo en las Segundas dice que es para recordar la salida de Egipto". Entonces, ¿en recuerdo a qué se respeta Shabat?

2.- Nuestros Sabios dicen que en Shabat recibimos una *neshamá yeterá*, un alma adicional. Según Rashí la función de esta alma es para disfrutar de la comida, la compañía y el descanso. Pero según la opinión del Gaón de Vilna es para elevarnos espiritualmente. ¿Cuál es la función verdadera de esta alma adicional, para el cuerpo o para el alma?

3.- Rabí Hagai opina que la finalidad de Shabat es para comer, reposar, beber y descansar el cuerpo. Pero Rabí Berajjá opina que el Shabat se estableció para estudiar (Yerushalmi Shabat 15:3). Entonces, ¿para qué es Shabat?

4.- El Profeta Ishayá (58,13) nos ordenó convertir el día de Shabat en un día de oneg, cuya su traducción literal es placer, pero no especificó a qué clase de placer se refiere.

5.- El tratado de Shabat (118b), dice que si cuidamos dos Shabatot seguidos llegará la Gueulá (la Redención). Una explicación se refiere a la llegada del Mashíaj y en otra se refiere a la salvación particular de cada uno de nosotros. ¿Cuál de las dos es realmente?

Para estas cinco preguntas podemos dar una sola respuesta:

En cada Shabat se viven simultáneamente dos aspectos de placer: corporal y espiritual; Shabat se entregó para lo material y lo espiritual.

Es en recuerdo de la salida de Egipto; recuerda que en Egipto sufriste, fuiste esclavo y encadenado al trabajo. ¿Cuánto afectó el yugo de la esclavitud a tu núcleo familiar? Y ¿cuánto gozaste del descanso que te brindó la liberación?

Por esto y para que recuerdes esos momentos, Te ordeno que después de seis días de esclavitud laboral, salgas a la libertad, descansa tu cuerpo, desconéctate de las labores cotidianas y únete a tu familia.

En recuerdo de la Creación del mundo, recuerda el séptimo día el cual no se origina por descanso corporal, ya que la persona fue creada viernes, y no había de qué descansar. El séptimo día es un día lleno de energía, de luz y de paraíso, por lo que al alma le dan porción extra de espiritualidad.

Así que las cinco contradicciones que mencionamos, si Shabat es para comer o para estudiar, vemos que la respuesta es para ambas. Por lo que hay que preparar adecuadamente al cuerpo y al alma para recibir esta ayuda adicional, para que pasen el día juntos y en paz.

Es por esto que todos los preparativos para Shabat se dividen en dos áreas: Una para lo palpable y terrenal: casa limpia, mesa bien presentada y llena de manjares exquisitos, una buena ducha, vestimenta digna y especial. Y por otro lado, preparamos la parte esencial, lo espiritual, como dice el Ben Ish Jai: "Desde el viernes por la mañana incrementamos nuestro estudio de Torá, nos sumergimos en la tevilá, y con la teshuvá purificamos el alma para elevarnos". Sólo entonces nos convertimos en recipientes amplios, que en hebreo se dice "*kelim*".

Llamarás a Shabat Placer

El Midrash explica en referencia al versículo que habla sobre el final de la Creación: "*Vaijulú hashaim veharetz*", Y culminó el Cielo y la Tierra (Bereshit 2:1), donde la palabra *Vaijulú* viene de la raíz *keli*, utensilio. Es decir que se convirtieron el Cielo y la tierra en utensilios para recibir cada lo uno lo adecuado para sí mismo.

Es por esto que santificamos el Shabat con este versículo, aludiendo que nuestra alma celestial y nuestro cuerpo terrenal son utensilios receptores de la Bendición Divina, y manifestamos que queremos vivir en paz, agradando a nuestras dos partes.

El saludo máximo en Shabat es: "Shabat Shalom", refiriéndose a la paz y armonía entre ambas partes. Esto conlleva a un *oneg*, placer

El Zóhar Kadosh lleva el término *oneg* a un nivel superior: "En el paraíso hay un lugar que se llama Edén y otro Jardín de Edén. Un río sale de Edén y riega el jardín" (Bereshit 2,10). Explica que el Edén se refiere a un lugar espiritual de energía Divina, y el jardín representa un lugar más físico. Sin embargo, hay un río que conecta las dos partes, convirtiéndolas en uno. Así como en una casa, si no hay un pasillo entre el jardín y la casa, no se considera que el jardín es parte de ella sino se considera una casa y un jardín. El pasillo es lo que los convierte en uno.

Lo mismo sucede en el ser humano. El alma es el Edén y el cuerpo es el jardín, y se necesita un pasillo para convertirlos en uno.

Desafortunadamente hay personas que no reconocen el utensilio del alma, y otros aunque la reconocen, no la integran, viven como si fueran dos utensilios totalmente separados.

Viven en dos propiedades no unidas entre sí, tienen una vida bipolar. Por un lado se preocupan en dar placer a su cuerpo yendo a lugares prohibidos, haciendo sufrir a su alma; y luego pueden ir a lugares espirituales para dar alimento a su alma, incomodando al cuerpo material.

Por eso la función del río “*Vaijulú*”, es hacer de los dos utensilios uno solo. Dos partes que viven en Shalom, paz. Shalom proviene de la palabra *shalem* (completo).

Ésa es la fórmula del placer. En hebreo *oneg*, placer se escribe con tres letras: *ain*, *nun* y *guimel* que son las iniciales de Edén, río, y jardín, insinuando que si quieres *oneg* en la vida, y en Shabat en particular, alcanza esta unión (Torat Shemuel 359).

Logrando esta unión podemos decir en el rezo a la hora que se recibe Shabat “*Voi veshalom*”, cuya traducción literal es difícil, ya que es como decirle al Shabat, “Ven y reposa en paz”. Sin embargo, con la explicación anterior quedaría así: invitamos al Shabat a reposar en nuestra persona, la cual está en paz, Es decir, ven y reposa en aquél que está en paz.

Esta fórmula de Shabat nos ayudará a mantener este sistema toda la semana y el resto de nuestra vida. Durante la semana el cuerpo será el piloto que lleva la nave para buscar la manutención, cumplir deberes y solucionar los problemas. El alma será el copiloto que suministrará el apoyo, la energía, la inteligencia y la ayuda Divina. Sin embargo, mientras vuelen juntos los dos solicitarán comida kosher y ambos dirán el rezo del Viajero...

En Shabat solamente se cambian de puesto, el alma es quien tomará el timón para elevar la nave y salir de la atmósfera, mientras que el cuerpo asume las funciones del copiloto, estando atento a las necesidades del piloto, dándole el soporte necesario para cumplir la misión.

Comenta el Jafetz Jaim: Hay varios tipos de “cuidadores” de Shabat. Unos se preparan para disfrutar corporalmente, la mesa está llena de manjares, el vino se derrama como agua y pasan más tiempo durmiendo que despiertos.

Hay quienes se preparan con pureza, estudio, y durante todo Shabat la pasan rezando y estudiando; no comen ni duermen. En cierta forma ambos profanaron el Shabat ya que hicieron sufrir a su otra mitad.

¡Shabat es un día de placer y no de sufrimientos!

Por eso en el Midrash de Taná Debe Eliahu dice: “La persona debe levantarse temprano el día de Shabat e ir a rezar. Luego sentarse a estudiar; por último ir a su casa para comer y beber”. Como dijo el Rey Shelomó: “Ven y come con alegría tu pan, bebe con ánimo tu vino, ya que fueron gratas tus acciones ante Dios” (Kohélet 9:7).

En el mismo sentido el Rashbá afirma: “Así como el viernes a medio día Dios insufló el alma en el cuerpo humano, haciendo de estas dos partes una sola, así se repite este acontecimiento cada viernes, para aquéllos que se preparan adecuadamente, fortaleciendo el lazo (el río) entre los dos, siendo ambos un gran utensilio” (Taanit 27a).

En forma similar se expresa el Ben Ish Jai: “Dios nos da dos tipos de energía en Shabat a esa hora: una espiritual, la cual obtenemos a través de los rezos y el estudio en Shabat; y otra la energía física, que canalizamos a la hora de comer.

Estas dos luces nos iluminan el quehacer semanal. La primera brinda de su luz para todos los rezos de la semana y la otra ilumina el quehacer y labor semanales”. Fíjense qué interesante detalle: recibimos el Shabat con dos velas, cada una con su propia mecha y su propia luz, sin embargo nos despedimos del Shabat con la vela de Havdalá, que debe estar compuesta de dos mechas, dos luces unidas en una sola llama.

Con este concepto el capítulo se resume así: recibiste dos luces de Dios, tu misión es convertirlas en una.

Capítulo 3

Túnicas de Luz

¿Qué es la ropa? La ropa es algo adicional que se le dio a la persona. Los humanos nacemos desnudos. La ropa no estaba en los planes, aunque hay un Midrash que dice que Adam y Javá estaban cubiertos con una especie de capa similar a escamas o uñas.

La ropa varía si es de hombre o de mujer, si es de invierno o de verano pero su función es cubrir el cuerpo.

En este capítulo no hablaremos sobre el tzniut (recato) en el vestir, sino solamente sobre la ropa que se usa en la semana y la ropa que se usa para Shabat. Es importante hacer notar que independientemente del grado en que uno cuida Shabat, algo muy fácil de implementar es vestirse adecuadamente para este día.

Empecemos con una pregunta: ¿Dios tiene ropa o no?

El versículo dice: “*Hashem Malaj Gueut Lavesh*”, Dios está vestido de Majestad” (Tehilím 93:1). De este versículo aprendemos que el Creador también tiene una “vestimenta” y más adelante volveremos a este punto.

La primera ropa vestida por la Humanidad fue hecha por un “Sastre” muy especial: *Ha Kadosh Baru Hu*. Dice la Torá que antes de Shabat Dios entregó a Adam y a Javá una ropa especial, que consistía en una túnica de piel hechas por Él mismo.

La Torá dice que Adam y Javá después de haber pecado se avergonzaron de su desnudez por lo que entretejieron hojas de higuera para crear una especie de delantal. Adam y Javá ya estaban cubiertos, al menos en lo esencial, entonces, ¿por qué consideró Hashem necesario tejerles unas túnicas de cuero si ya estaban vestidos?

De este versículo nuestros Sabios aprendieron un concepto muy importante para Shabat: aunque tengas ropa para cada día de la semana, para Shabat viste con ropa diferente. Una recomendación de nuestros Sabios es no usar ropa de semana en Shabat sino tener ropa exclusiva para Shabat. Incluso algunos tienen un talit para Shabat.

Para entender esto hay dos explicaciones, una básica y otra más profunda.

La básica:

El ser humano se acostumbra a ciertos hábitos que abarcan todas las áreas de su vida. Estos hábitos nos facilitan la vida entre semana, pero nos pueden traer problemas en Shabat. Veamos por qué:

Llegamos a casa e inmediatamente encendemos las luces. En Shabat esto no se puede hacer, sin embargo, la fuerza de la costumbre puede hacer que nos olvidemos y transgredamos la Halajá.

Pongamos otro ejemplo más específico: *jametz* en Pésaj. Para prevenir la rutina de comer pan se nos ordenó no tenerlo en la casa durante ocho días. Es curioso saber que según la Halajá sí podríamos tener en casa un pedazo de carne de cerdo, por ejemplo, si a una vecina gentil se le descompusiera el refrigerador y nos pidiera le guardemos en nuestro refrigerador un guiso de cerdo muy bien cerrado y sellado.

¿Cuál es entonces la diferencia entre tener *jametz* y carne *taref*? La diferencia es que la carne *taref* no tenemos la rutina de comerla, por lo que no hay riesgo de que la comamos porque la mente lo bloquea, en cambio el *jametz* que siempre se puede comer, salvo los ocho días de Pésaj, existe el riesgo de que por rutina lo comamos sin querer.

De esta manera entendemos que las reglas de Shabat se parecen más al concepto de *jametz* que al concepto de *taref*. Entonces, ¿deberíamos irnos al desierto para evitar la rutina de la semana, encender la luz, tocar dinero, escribir, cocinar?

¡Sería una solución eficaz pero muy radical!

Afortunadamente nuestros Sabios nos indican una solución menos tajante: Vestirnos diferente.

Al vestir en forma diferente, esto funciona como un recordatorio para la persona: “¡Hoy es un día especial, hoy es Shabat!”

En efecto, tener ropa diferente para Shabat hará que la cena, las conversaciones, los rezos y los preparativos para dormir, sean y se sientan diferentes y serán como un recordatorio, por lo que será un poco más difícil cometer una transgresión.

La segunda explicación es un poco más profunda:

La ropa no sólo nos sirve para proteger nuestra intimidad o resguardarnos de las inclemencias del tiempo. También nos sirve para marcar algo, definir habilidades y mostrar autoridad. Pongamos un par de ejemplos:

El uniforme del policía o del soldado denota autoridad y poder que sólo pueden ejercer al vestir el uniforme. Un médico con su bata blanca indica su oficio.

Hay ropa que indica “quién soy”. Los uniformes de un colegio marcan que pertenezco a un grupo determinado. El uniforme de un equipo de fútbol identifica al equipo.

¡Igual sucede con Am Israel!

Somos el Ejército de Boré Olám y por lo tanto debemos tener una vestimenta que nos identifique como soldados del Creador. Y así como en un ejército moderno podemos ver diferentes uniformes entre un soldado, un marino, un piloto y un paracaidista, y entendemos que todos sirven al país en diferentes áreas, así en nuestro ejército tenemos kipot sionistas o jasídicas, sombreros negros para sefardíes o shtreimel para ashkenazim. Somos distintos soldados con una única Torá y bajo el Mando de un Único General, que es Hashem.

En la época del Templo, también había que ponerse ropa especial para entrar ahí. Los sacerdotes no podían vestir lo que quisieran. Tenían una ropa especial. El sacerdote normal tenía cuatro prendas y el Sumo Sacerdote tenía ocho prendas.

Nosotros tenemos la obligación de vestirnos digna y limpiamente. Cuando representas a algo o a alguien tu vestimenta es una obligación ya que de lo contrario humillarías a quien representas. De la misma forma cada yehudí (hombre o mujer) que representa a Boré Olám, a la Torá y a los yehudim, debe conocer las leyes de lo que significa vestir bien, limpio y con recato.

Recordemos que en Egipto hubo tres cosas que no cambiamos: nuestro idioma, nuestros nombres y nuestra vestimenta; y por el mérito de esto pudimos ser redimidos.

Cuando llega Shabat entramos al “Bet Hamikdash”, a un lugar sagrado, la santidad del día, del “vuelo”, de Shabat amerita una ropa especial muy bonita, más lujosa, limpia y digna.

Retomemos la pregunta hecha al principio de este capítulo: ¿Dios tiene ropa o no?

Obviamente no nos referimos a si se viste con corbata o smoking. Para poder responder esta pregunta debemos comprender el concepto de ropa.

Es inmoral e ilegal ver a una persona desnuda. Para poder ver a alguien necesariamente debe estar vestido. Al estar vestido podemos verlo. Hashem no tiene forma, por lo tanto no requiere de vestimenta; sin embargo Él se “viste” para que podamos verlo. Cabe preguntar: ¿cuál es esa ropa usada por el Creador para poder verlo?

En realidad Hashem tiene dos majestuosos ropajes...

Una ropa se llama la Naturaleza. Cuando yo veo una flor, una fruta, un bebé naciendo, las estrellas, ¿qué estoy viendo? Estoy viendo la manifestación de Hashem a través de ellas. El valor numérico de *hateba*, la naturaleza es 86 que es el mismo valor numérico de la palabra Elokim. ¿Quién es la naturaleza? Nada menos que Hashem. Pero como yo no puedo verlo a Él, Él se manifiesta por medio de la naturaleza.

¿Cuál es la segunda vestimenta de Hashem? La Torá. A través de sus enseñanzas, los consejos, las profecías se manifestó el Creador. Cuando Hashem se manifestó en el monte Sinaí, la palabra con la que empezó los Diez Mandamientos fue "Anojí". "Anojí Hashem Elokeja", Yo Soy Tu Dios.

Nuestros Sabios preguntan: "¿por qué no dijo *Ani Hashem*, Yo soy Hashem? *Anojí* es un sinónimo de Yo. Responde la Guemará porque hay algo más profundo. *Anojí* son las iniciales de la frase "*Ana Nafshi ketivat Yahavit*", He escrito Mi Esencia y te la he entregado" (Zohar Ajaré 73a y Talmud, Shabat 105a). La Torá es la Esencia de Hashem, pero como no podemos verlo, escucharlo o palparlo, sólo podemos conocerlo a través de Su Torá.

Entonces Hashem tiene dos vestimentas. La naturaleza y la Torá. Una es de *jol* y la otra es de *kodesh*. Así como Hashem tiene dos vestimentas, una de naturaleza y una de santidad de Torá, también nosotros, hechos a imagen y semejanza de Dios, debemos tener dos vestimentas: una para diario y otra especial para Shabat.

Durante la semana estamos vestidos con nuestra ropa de diario, que representa lo cotidiano, los quehaceres diarios, los negocios, la familia, la escuela, lo que es similar a la vestimenta de la Naturaleza. Para Shabat queremos cubrirnos de luz, de santidad, hogar y familia; por eso nos cambiamos de ropa y nos ponemos nuestra vestimenta especial, que se asemeja al segundo ropaje de Dios: la Sagrada Torá.

Con esta enseñanza podemos entender mejor el pasaje de la Torá donde Hashem hace vestimentas para Adam y Javá, llamadas *kutnot or*, túnicas de cuero. Sin embargo, en las notas de Rabí Meir Baal Hanes, encontramos que no escribía esta palabra con la letra *ayn* sino con *alef*, entonces se entiende como túnicas de Luz, haciendo alusión a que la vestimenta mundana, en Shabat se convierte en una capa de luz que nos envuelve.

De tal forma que cada vez que llega Shabat, Dios te manda una *neshamá yeterá* que te llena por dentro de luz, y con la vestimenta especial uno se envuelve de luz por fuera.

Hay un Midrash que pregunta, ¿cuál es el motivo por el que Bilam no pudo dañar al pueblo de Israel con maldiciones y mal de ojo? Porque ese día era Shabat y el pueblo estaba vestido con ropa de Shabat. Al estar vestido especialmente para Shabat estaba vestido de luz. Toda oscuridad que quiera llegar no puede. Cuando hay luz, la luz ilumina la oscuridad.

Cada uno tiene ropa de semana, sin embargo, cuando hay una fiesta nos vestimos mejor, con más lujo. Igualmente si tenemos una cita con una persona importante, nos vestimos en forma especial.

Cada Shabat nosotros tenemos una cita con el Creador. Nosotros "volamos" hacia Él. Tenemos un encuentro Celestial. Ese encuentro amerita una ropa especial. Además si vamos a ver a nuestro Padre Celestial, además de hacer la mitzvá de Honrar Shabat, hacemos la mitzvá de Honrar a nuestro Padre. No sólo al biológico sino a Bore Olam que es nuestro Padre.

¿En qué consistía el gran respeto de Esav por su padre?

Cada vez que Esav se acercaba a servir a su padre Itzjak se ponía la túnica de *Or* de Adam Harishón que la había ganado a través de un duelo con Nimrod quien a su vez la había obtenido de Ham. Y de esta manera Esav sentía que servía a su padre con dignidad.

Cada Shabat nosotros entramos a servir al Creador. Con la ropa que trabajamos no es la ropa con la que nos sentamos a la mesa de Shabat. Hay que sentarse en forma digna porque en la mesa está el Rey. Está nuestro Papá, Bore Olam y hay que vestirse dignamente para aproximarnos a Él.

Al elegir una prenda especial para Shabat, al comprarla y vestirla en honor a Shabat, la vestimenta se llena de luz por la buena intención que le transmitimos. Esa ropa al vestirla indica dignidad para pasar el Shabat con Boré Olam.

La ropa también habla de la personalidad de la persona. Uno se viste en base a lo que es. Sin embargo, la ropa funciona en doble vía. No sólo refleja lo que hay dentro de mí, sino que la ropa que me pongo tiene influencia sobre mí.

En Shabat, al vestirnos en honor a Dios, en honor a Shabat vamos a permitir que nos influya en forma positiva.

¡Ojalá que cada Shabat la ropa nos llene de luz y aleje cualquier cosa mala del hogar

Capítulo 4

Shabat como puente de unión

Mientras nos dedicamos a unir las piezas y buscar un puente entre el Cielo y la Tierra, entre el cuerpo y el alma, debemos saber que todo esto es solamente para lograr una gran unión entre Dios y uno mismo.

Reflexionemos lo siguiente: Previamente a la Creación Hashem estaba solo, y al final de Su Obra, nos creó. En la cadena de la Creación está Hashem por un extremo y nosotros por el otro, unir estos dos extremos es nuestra misión en la vida.

El pasillo entre nosotros y Dios se llama Shabat, como Él dijo: “El Shabat es *Ot* (señal) entre ustedes y Yo”. *Ot* en hebreo se escribe con *alef*, la primera letra del alfabeto, y con *taf*, la última letra del alfabeto. En medio de ellas se encuentra la *vav* que equivale a la letra “y” en español. La *vav* es la letra que une, representando un puente que une dos lados.

Podemos decir que a eso se refirió Hashem al decir que Shabat es un *Ot*: “Yo estoy en un extremo y ustedes en el otro. A través de Shabat lograremos unirnos”. A través de este pasillo, Shabat, nos conectamos con Dios.

El proceso para lograr esta unión es el siguiente: La persona es cuerpo y alma, y Shabat también está compuesto de dos facetas; al unir y fusionar todo en uno (alma, cuerpo y las dos facetas del Shabat) estamos preparados para la gran unión: Unirnos con Hashem.

Pero para entender más aún esta unión entre nosotros y Hashem, vale la pena explicar el tema del cántico Shir Hashirim, que es costumbre decirlo en la víspera de Shabat desde la época del Ari z”l en el siglo XVI. El motivo de esto es muy profundo y vale la pena abordarlo, no sólo para entender la costumbre, sino todo el concepto de Shabat.

El Shir Hashirim

Está escrito en el Midrash en nombre de Rabí Shimon bar Yojai: “Shabat le reclamó a Dios diciéndole: A todos los días de la semana Les creaste una pareja y a mí no. A lo que Le respondió: el pueblo de Israel será tu pareja” (Bereshit Rabá 11:8).

El Gaón de Vilna explica de la siguiente manera: Los seis días de la semana forman pareja; domingo con miércoles, lunes con el jueves y martes con el viernes.

El día domingo se creó el concepto de luz y oscuridad (una luz que era Divina y cuyo ocultamiento generaba la oscuridad) y el miércoles se crearon las luminarias en el cielo (el sol, la luna y las estrellas) dando lugar al concepto de día y noche.

En el día lunes se crearon los mares y el día jueves se crearon los peces y todas las criaturas marinas que llenaron de vida los océanos.

En el día martes se creó la vegetación que cubre la superficie terrestre, y el día viernes el mundo se pobló de animales y el ser humano.

El día de Shabat quedó sin pareja, sin alguien que lo llenara, lo respetara y lo honrara; por eso Hashem le respondió: "El pueblo de Israel será tu pareja".

Bajo esta analogía, el Rey Shelomó escribió la poesía del Shir Hashirim, donde habla del amor entre un hombre y una mujer, que nuestros Sabios aclararon NO se trata de un amor ordinario. Shir Hashirim, hermosa poesía, describe un sentimiento profundo, elevado y sagrado; describe el amor entre Dios y el pueblo de Israel.

A lo largo de la historia muchos Rabinos y Comentaristas estudiaron a profundidad el texto, presentando distintas analogías para descifrar a qué se refería el Rey Shelomó.

Con el mayor respeto a los Rabinos y Comentaristas, quiero presentar un breve resumen del Rabí Meir Leibush, mejor conocido como el Malbim (1809-1879), quien además de ser un gran Rabino y eminente teólogo, es un respetado comentarista de los versículos de la Torá.

Una historia de amor completa

A simple vista Shir Hashirim parece ser una historia de amor. La realidad es que además de saber con certeza de qué trata este bello canto que es muy complejo, tras su lectura surgen varias preguntas.

Efectivamente es una historia de amor pero, ¿entre quién y quién? ¿Cuál es la relación entre los capítulos? ¿Qué relación guarda un versículo con otro? Por lo anterior, la mayoría de los Comentaristas dieron explicación a los versículos en forma individual, pero no los enlazan entre sí.

Y aunque todos entendieron que el Rey Shelomó quiso ejemplificar el amor que hay entre Dios y el pueblo de Israel, falta comprender quién alude a quién, porque en la poesía tenemos personajes como: el Rey Shelomó, el palacio, Jerusalem amurallada y su vigías, una campesina enamorada, doncellas y un pastor. La mayoría de los Comentaristas asumieron que el Rey Shelomó es una alusión a Dios, que a veces se presenta como campesino, como joven enamorado y como rey. El Malbim, en cambio, presenta una obra majestuosa, poniendo orden en los versículos, con una analogía diferente y bajo un arreglo donde todo encaja perfectamente.

El Malbim explica: Shir Hashirim trata de una campesina que está sumamente enamorada de un pastor. Ella fue llevada al palacio en la ciudad amurallada de Jerusalem. Una vez que entró al palacio se convirtió en una de las muchas esposas del rey Shelomó. Y aunque el rey le ofrecía todo los placeres del mundo y ponía a sus pies incalculables riquezas, ella rechazaba todo, pues desde su niñez, está profundamente enamorada del pastor y lo único que deseaba era evadir a los guardianes, librar las murallas y salir al campo para encontrarse con su amado.

En efecto, dice el Malbim, esto alude a lo siguiente: la campesina es el alma, el rey Shelomó es el *yétzer hará* (el instinto del mal), el palacio amurallado es el cuerpo y el campesino es Dios.

La campesina, el alma en su origen, estaba enamorada y apegada al campesino, Dios, hasta que bajó a la Tierra y fue encerrada en el palacio, cuerpo, donde las murallas (que representan los límites humanos) no la dejan encontrarse con su amor. Y no sólo eso, el *yétzer hará*, rey la quiere para sí solo. La campesina logra evadir todo esto y logra salir al campo, presurosa para ir al encuentro Divino, que siempre ha sido el anhelo único de ella.

Por esta razón Shir Hashirim se lee en la víspera de Shabat. Todos intentamos sacar a nuestra campesina del trabajo, de la oficina, del negocio, y por supuesto, de los seductores tentáculos del instinto del mal. Buscamos que nuestra alma pueda brincar las murallas y límites humanos y salga al campo, para abrazarse con nuestro querido y amado Dios, logrando así un encuentro profundo con el amor de nuestra vida.

Es necesario aclarar que este encuentro va subiendo de nivel.

Al principio, cuando la campesina manda una carta al Pastor, es cuando se inicia el contacto. Luego, si la campesina hace acopio de valor y se asoma por la ventana y lo ve, vuelve hacer un contacto, pero diferente al anterior. Después, si la campesina sale y encuentra al Pastor, lo saluda, habla con él, lo abraza y llega a un anhelado beso, es un contacto de mayor nivel que los anteriores.

Es por esto que el rey Salomón dice en nombre de la campesina:

—Deseo encontrarme con Él y besarlo.

El alma no sólo quiere un simple contacto con Dios, anhela un apego de alto nivel.

No le es suficiente una sola carta de rezos; su ardiente ansiedad y necesidad de apegarse a Él, no se calma con sólo decir desde el balcón: — “Hola Dios, te saludo desde la Tierra”.

El alma necesita sentir en Shabat ese cálido abrazo y ese dulce beso. Una profunda relación de apego con nuestro Creador. Y como resultado de todo esto, queremos terminar “embarazados”, es decir, bendecidos por Hashem, para que en los días posteriores a Shabat, nos aliviemos de bendición y abundancia; “dando a luz” los frutos de la Luz Divina todos los días de la semana.

Aclaro que la explicación del Malbim es muy detallada, versículo por versículo, capa por capa. Y adelanto que con la ayuda Divina ya estoy preparando el siguiente libro de Conceptos de Cabalá, donde se detallarán ampliamente estas ideas.

Los trabajos prohibidos en Shabat

A la luz de esta explicación sobre Shir Hashirim entendemos mejor el motivo de las múltiples prohibiciones que aplican para el día de Shabat. Las 39 actividades prohibidas (Avodá melajá) no son sólo un listado ideado con el objetivo de estropearnos el día, sino que buscan todo lo contrario. Cuando no realizamos cada una de ellas, en realidad estamos ayudando a la campesina a salir de la ciudad amurallada hacia una elevación espiritual muy elevada.

Por ejemplo, para que un globo aerostático pueda elevarse se requiere llenarlo de aire caliente. Cuando alcanza el nivel adecuado de aire, levanta el vuelo hacia el cielo. Amarrados al globo hay una serie de sacos pesados de arena cuya función es hacer contrapeso. Si queremos elevarnos hacia el cielo debemos tirar los sacos de arena, que por gravedad, nos jalan hacia la Tierra.

En Shabat tenemos 39 sacos de arena que nos jalan con fuerza hacia la ciudad amurallada. El no hacer estas actividades en Shabat equivale a tirar esos pesados sacos de arena. Entre más actividades prohibidas evitemos, más sacos pesados de arena tiramos, y por lo tanto, nuestro globo podrá ascender más fácilmente hacia las alturas para encontrarnos con nuestro amado Pastor.

A manera de resumen:

Dios en Su esencia era Uno y Único, y fuera de Su Luz no había nada. Parte de esa luz Divina, Dios la separó de Sí Mismo y la dividió en dos. Una porción la utilizó para dar forma a todo lo material, creando diferentes recipientes. La otra parte la mantuvo como era originalmente, regulando solamente su intensidad; redujo su "voltaje" para llenar con ella los diferentes utensilios. Ahora podemos comprender cómo están formados el cuerpo y el alma del ser humano.

La misión de cada uno de nosotros es unir estas dos partes y generar luz. Esta luz se logra en nuestro interior cuando juntamos el cable positivo del alma con el cable negativo del cuerpo, iluminando así nuestra persona.

La tarea humana no termina con la luz interior, sino que tenemos una tarea mayor: Apegar nuestra persona, nuestra luz terrenal con el Creador. Cuando esto sucede logramos unir dos cables muy potentes, que juntos generan un inmenso esplendor.

En Shabat está prohibido prender la luz accionando el interruptor. Sin embargo, la Luz que se produce al juntar alma con cuerpo, el Cielo con la Tierra, el espíritu con la materia, no sólo es permitida sino que es la meta del Día Sagrado.

Con esto entenderemos lo que dice el Midrash sobre el versículo: "Y bendijo Dios al día de Shabat"(11:2). Explica el Midrash Rabá que la bendición consistió en iluminación. Es decir un día de "poder" para prender la luz del amor entre Dios y nosotros.

El Shabat fue bendecido para ser la Luminaria perfecta. El Shabat ilumina al Mundo, tanto en el microcosmo personal como en el macrocosmo de la Creación entera.

Capítulo 5

Los utensilios que reciben bendición.

Es sabido que cada trabajo o acción, según sea su importancia y su santidad, será más difícil llevarla a cabo. Es por eso que, a mayor dificultad requiera una acción, mayor esfuerzo será necesario para realizarla. Y según el esfuerzo será el trofeo, el aplauso y la satisfacción. Tras la agotadora carrera con obstáculos, se encuentra la gran medalla para aquellos que la superaron.

En la Creación Hashem creó una fuerza dentro de nosotros conocida como *yétzer hará*, cuya misión es tentar a la persona y dificultar su ascenso y crecimiento espiritual. Esta creación tiene una lógica ya que si no existiera, no tendríamos algún mérito al hacer un acto bueno o algún logro.

Rabí Shimón Ben Halafta dice: “Dios no encontró un mejor y gran recipiente para llenarlo de bendiciones, como aquél que está en paz”. (Uksin 3:12). Esto lo aprende del versículo: “Dios da grandeza a Su pueblo y por lo tanto lo bendice con paz” (Tehilím 29:15)

Ese utensilio es la persona; si queremos que todas las bendiciones no se escurran a través de grietas que puedan haber en nuestro cuerpo y nuestra alma, hay que mantenernos completos. La misión que tenemos es mantener unidas las dos partes de nosotros, lo material y lo espiritual, para que en verdad seamos un sólo utensilio, sin tener alguna grieta.

La misión del *yétzer hará* es justamente dividir a la persona, lo material y espiritual para que no formen un equipo; romper los utensilios para que no repose en ellos la Bendición Divina; agrietarlos de tal manera que no haya recipientes que reciban la Luz, o para que lo recibido se escurra. Y para lograr su cometido el *yétzer hará* tiene dos estrategias muy efectivas.

Antes de que Dios emane Luz y bendición a la persona, el *yétzer hará* trata de romper los utensilios, o por lo menos dificulta el tenerlos en buen estado: que no sean amplios, limpios y sólidos.

Si falla en su primer intento y la persona logra llenarse de Luz y bendición, entonces buscará la forma de cómo hacer fisuras para que se escurra la bendición y Luz Divina.

El destructor de utensilios

Mencionaremos algunas historias del *yétzer hará* para ver cómo se ha dedicado siempre, él y su ejército, a estropear los utensilios.

1. Adam y Javá.

Recién fue creado el ser humano el día viernes de la Creación cuando llegó la serpiente. El Zóhar Hakadosh nos indica que esto hace alusión al Ángel seductor conocido como S.M (*Samej Mem*) que llegó a estropear los utensilios de Adam y Javá para recibir el primer gran Shabat en el Paraíso.

¿Cómo lo logró?

¡Simplemente colocó una tentación! Donde antes había unidad, ahora hay división; esta tentación fue la que provocó una división en el recipiente.

El cuerpo decía: ¡Quiero!

El alma decía: ¡Está prohibido!

Adam, al tomar la decisión de obedecer al cuerpo a costa del alma, causó esta fisura rompiendo el utensilio.

2. El pueblo de Israel al recibir la Torá.

Faltando unas horas para que Moshé descendiera con las Tablas de la Ley, el Satán sedujo al pueblo de Israel para que hicieran el Becerro de oro. Esto incluyó bailes, embriaguez y relaciones prohibidas. Cada uno del pueblo se sintió dividido en todos los niveles.

El cuerpo decía: ¡Vamos, quiero disfrutar, sentir y gozar!

El alma decía: ¡No! ¡Está prohibido!

El Cuerpo quería fiesta y el alma quería Torá.

3. El pueblo de Israel antes de entrar a Israel.

El mismo patrón lo repitió antes de que el pueblo Judío entrara a la Tierra de Israel, contagiando el terror por la información que trajeron los espías. De nuevo logró la división entre la parte corporal que decía, "Prefiero quedarme aquí tranquilo" y la parte espiritual que decía, "Quiero entrar a la Tierra Santa".

4. El pueblo de Israel y las moabitas.

Ese mismo patrón lo usó el malvado Bilam, cuando fue contratado por el moabita Balak, para maldecir con su boca venenosa y su terrible *ain hará* (mal de ojo) al pueblo de Israel.

Tras varios intentos sin éxito, Bilam explicó al rey Balak por qué no podía lograrlo. Su respuesta nos puede servir mucho para conocer la fórmula adecuada de cómo salvarse de cualquier maldición y del mal de ojo.

Bilam explica: “*Lo hibit aven beYaakov veló raá hamal velIsrael*”, No vio Bilam falla en Yaakov ni en Israel” (Bamidbar 23:21). ¿Por qué cambió las palabras Yaakov e Israel, si son sinónimos? Habrá que entender a qué se refirió.

Israel hace alusión al alma de la persona, ya que forma las palabras *yashar* El (directo de Dios), mientras Yaakov hace alusión al cuerpo, ya que viene de la palabra *leakev* (impedir). El cuerpo impide al alma esa conexión directa con Dios. Por eso Bilam aclara, “Necesito la fisura y no la encuentro ya que Yaakov e Israel están unidos”. Una unidad formada de cuerpo y alma.

Sin embargo, obsesionado por lograr dañar al pueblo de Israel, no se rindió sino que aconsejó a Balak que mandase chicas moabitas para seducir a los jóvenes. Cuando eso ocurrió estos se partieron en dos, de un lado Yaakov que quería el placer corporal, y la parte de Israel, que quería seguir cuidando la santidad corporal. Con esta fisura logró Bilam su objetivo.

En todos los casos el *yétzer hará* logró un resultado en común: donde debía haber un recipiente sólido y lleno de bendición Divina, encontramos un utensilio roto, lleno de enojo Divino, que causaba todo lo contrario.

Pero no cabe duda que de todas las roturas de los utensilios, la más destructiva que logra el Satán es la del viernes de la Creación, previo al Shabat; cada víspera de Shabat, preparamos los “utensilios” y el Satán se encarga de romperlos.

En la víspera de Shabat la persona debe tener sus dos manos ocupadas. En una de ellas, sujeta el material para crear el utensilio del alma y cuerpo con un buen pegamento para unirlos firmemente para que sean uno. Con la otra mano debe sostener un escudo para no dejar al *yétzer hará* dañarlo, y creo que cada uno entiende a que me refiero...

Suele suceder que en la víspera de Shabat tenemos malos entendidos, discusiones inútiles y enojos innecesarios, de tal manera que se estropea ese gran momento.

Hashem dijo: “*Shamor et yom Hashabat*”, Cuida el día de Shabat (Devarim 5:12), donde el término *shamor* tiene dos explicaciones, que al final se unen en una sola. *Shamor* significa desear que llegue, como lo explicamos en el capítulo anterior, cuando Yaakov *shamar* el sueño de Yosef, que se traduce: deseo que ya llegue y se cumpla. El segundo significado es literal, cuidar algo para que no se pierda, como dice el versículo donde Caín dijo: “*Hashomer aji anoji*”, ¿Acaso soy el cuidador de mi hermano? (Bereshit 4:8).

Estas dos traducciones nos revelan el propósito de Shabat, ya que por una parte debes ser *shomer*, anhelando que llegue y ese deseo es el que abre el utensilio para recibir (cuando se desea algo, se crea una ansiedad, que sólo se calma llenando el vacío) y cuando se logra, se pasa a ser *shomer*, cuidador de lo que alcanzaste; no dejar que la “serpiente” te disminuya el deseo ni que agriete el recipiente, perdiendo lo llenado.

Cuenta sobre sí mismo el gran cabalista Rabí Jaim Vital: “Me preparaba intensamente para Shabat, junto con mi gran Maestro el Ari z”l.

El viernes se convertía en un día especial, después de estudios profundos de Cabalá, nos sumergíamos en la *mikve* en Tzefat, nos vestíamos en forma especial y salíamos al campo para cantar y recibir al Shabat. Todo eso nos ayudaba a obtener un gran nivel de *Neshamá yeterá*. El rezo de Shabat en el Templo de Tzefat ante la presencia del Ari z”l y los cánticos de Rabí Shlomó Halevy Alkabetz (autor del Leja Dodí), rodeados de los “cachorros del león”, los alumnos cabalistas del Ari z”l, hacía que alcanzáramos grandes alturas en el rezo de Arvit.

Sin embargo, me ocurrió varias veces que al día siguiente, al ir a rezar por la mañana mi Maestro me veía con sus ojos, a los que nada se ocultaba, y me preguntaba con media sonrisa y medio reproche: “¿Que pasó, te enojaste en la mesa de Shabat?”, y cuando lo afirmaba, simplemente completaba: “Es que ya no veo en ti la luz que te envolvía ayer”.

Debemos crear grandes vasijas, cuidarlas y llegar a ser *Shomer Shabat* en todas y cada una de sus acepciones.

Estrategia de destrucción

El renombrado Comentarista Sforno comenta sobre el acontecimiento de la serpiente en el paraíso (Sforno Bereshit 3:4) y me basaré en sus palabras para la siguiente explicación:

Imaginemos, por un momento, que viajamos en el tiempo y colocamos una cámara de video en el paraíso frente al Árbol del Conocimiento del Bien y el Mal, minutos antes de que empiece la escena. Esta cámara grabará todo lo que suceda; cuando todo haya terminado, la recogeremos para saber exactamente qué pasó.

Al tener el video, ¿qué habiéramos visto o escuchado en esa película?

Mucha gente cree que hubiera visto un árbol con un fruto prohibido, una mujer teniendo un diálogo con la serpiente o en su defecto con el ángel SM y escucharíamos las frases tentadores de su parte, y los argumentos de defensa por parte de ella.

El Sforno nos sorprende diciendo: “Sólo hubieras visto una mujer parada frente al árbol. No hubieras visto la serpiente ni escuchado diálogos, ya que todo eso sucedió internamente, porque la serpiente está dentro de uno”.

Nuestros Sabios explican detalladamente cuáles son las armas de destrucción que usa el *yétzer hará* para destruir los utensilios, y son principalmente cuatro, fundamentadas en el uso negativo de los cuatro elementos de la Creación: fuego, aire, agua y tierra.

Mientras construimos nuestros utensilios con alegría, alabanza, regocijo y paz interna, el *yétzer hará* nos ataca con fuego, aire, mar y tierra.

Como explicamos en mi libro anterior “El Control de la Vida”, cada uno de estos elementos producen algo diferente:

El elemento Tierra: produce la tristeza.

El elemento Aire: produce las peleas verbales y las palabras hirientes.

El elemento Agua: se encarga de los deseos y del placer prohibido.

El elemento Fuego: se manifiesta en el enojo, que calienta la sangre.

Esto es lo que nos pasa a diario, mientras estamos parados frente a los “frutos prohibidos” de la vida o preparándonos para recibir grandeza espiritual, la “serpiente” interna empieza a murmurar y picar nuestros utensilios con su veneno.

Capítulo 6

Pequeño Santuario

Uno de los “utensilios” más grandes que fueron destruidos, que fungía como un gran *keli* (recipiente) de la Presencia Divina en la Tierra fue el Templo Sagrado de Jerusalem.

Este recipiente tenía dos polos:

El polo material que consistía en una construcción muy lujosa, llena de oro, plata, bronce, cobre y piedras preciosas. El ritual de ofrendas que consistía en grandes cantidades de carne, vino, especias aromáticas costosas y lujosas ofrendas.

El polo espiritual que tenía el Sanctum Sanctorum, las Tablas de la Ley, la Luz Divina en los sagrados Candelabros y la majestuosa presencia del Sumo Sacerdote, acompañado de mucha *teshuvá*, *tefilá* y Torá.

En esta maravillosa unión de ambos polos se generó el concepto *shalem*, completo. El constructor fue el rey Shelomó, cuya raíz es *shalem*, paz.

El Templo estaba ubicado en la ciudad de Jerusalem, que en su nombre también tiene el termino *shalem*. Como estudiamos anteriormente, al unir cielo y tierra, alma y cuerpo entonces vivimos completos y en paz.

Es necesario entender por qué se destruyó esta grandeza, para así poder entender cómo cada viernes nos preparamos para la construcción del Pequeño Santuario, nuestro hogar.

La destrucción del Templo comienza con la destrucción personal del pueblo judío. Después de una época dorada, en la cual supimos combinar el cuerpo y el alma, sin permitir rotura o división en el utensilio, irrumpió el *yétzer hará*, llevando la parte espiritual a religiones y sectas prohibidas; llevó al ciudadano hebreo con cuerpo circuncidado e identidad judía, con su mente y espíritu en pos de la idolatría. O al contrario, llevó a personas espirituales, incluso religiosas, a cometer adulterio o pelear entre sí con odio gratuito. De ambas formas el utensilio del pueblo de Israel quedó roto.

Cada utensilio personal que fue quebrantado, provocó la rotura y gran destrucción de nuestro símbolo nacional. Nuestro *keli* nacional, el Bet Hamikdash, compuesto de oro y santidad, se destruyó; la espiritualidad fue mandada al Cielo, mientras que la riqueza fue a parar en distintos lugares de la tierra, como botín de los invasores.

Por lo tanto, si queremos hacer algo por la reconstrucción de nuestro *keli* nacional, debemos seguir el orden correcto: la destrucción empezó con la destrucción personal; por lo que la reconstrucción debe comenzar por la restauración personal. Primero tendremos que unir nuestras dos partes, convirtiéndonos en sólidos ladrillos, que con ellos reconstruiremos la gran construcción del Templo. (Curiosamente la palabra *keli*, recipiente, a la cual nos hemos referido también como ser humano, se escribe en hebreo con *jaf*, *lamed* y *yud*, que son las iniciales de Cohanim, Leviím e Israelim).

Shabat y la construcción del Mishkán

Shabat es el símbolo más fuerte de la construcción del Templo ya que, en casi todos los versículos que hablan de cuidar el Shabat, se vislumbra el tema de la construcción del Mishkán (el Tabernáculo construido en el desierto.)

El Tabernáculo y el Templo eran morada de Dios sobre la Tierra, y ante su destrucción o ausencia, nuestra casa se convierte en un Santuario cada Shabat, donde mora la Presencia Divina.

Muchas de las cosas que hacemos en Shabat tienen una similitud con estos dos lugares Santos.

Preparamos la casa de forma más lujosa: utensilios, muebles, mantel, candelabros, etc. para hacer alusión al lujo de oro y plata que había en el Templo.

Elegante vestimenta, aludiendo a los ropajes del Sumo Sacerdote.

La mesa es comparada al Altar, como lo trae el versículo en Yejezkel (41,22), por lo que toda la comida que colocamos en ella alude a los sacrificios.

Los panes de Shabat representan la Mesa de la Proposición con los doce panes, motivo por el cual el Ari z"l recomienda poner doce panecillos sobre la mesa.

Las velas aluden al Candelabro.

La costumbre de oler las hierbas aromáticas (Hadasim) es para aludir al incienso.

El vino se refiere al ritual del *Nisuj hayain* (ritual del vino) que se derramaba sobre el Altar.

Los cánticos de Shabat en la mesa, con el coro familiar, son para recordar el armonioso cántico de los Levitas.

Las palabras de Torá que decimos en la mesa, aluden a las Tablas de la Ley, convirtiendo ese momento en el Sanctum Sanctorum de la cena.

Las manos que se estiran para servir y pasar los platos, son el símil de los Kerubines sentados frente a frente, extendiendo las alas uno hacia el otro.

¡Por supuesto que la armonía de la familia en Shabat es indispensable!

Así se logra la armonía y unión entre el lujo y la santidad, tal y como se hallaba en el Templo; incluso la materia llega a recibir un apellido espiritual, por ejemplo:

Zahav Tahor, oro puro en sentido espiritual; el *Shekel hakodesh*, moneda sagrada; *Basar hakodashim*, carne santificada; *Avodat haleviím*, el servicio sagrado de los Levitas, quienes convertían el sonido de los instrumentos y las canciones en ofrenda Divina.

No olvidemos que no estamos solos en el exilio. Debemos tener presente que Hashem juró: “No entraré en Mi Templo Celestial, hasta que no entre en Mi Templo Terrenal” (Taanit 5a). Mientras que nuestro querido Rey se encuentra en exilio, cada uno de nosotros le ofrecemos nuestro hogar, para que sea una morada para Él.

Y a un invitado tan importante se le debe preparar la recepción adecuada.

Capítulo 7

El obsequio de Shabat

Después de leer y entender lo anterior, uno puede llegar a la siguiente conclusión y decir. “No creo ser una persona digna para este encuentro; no me considero apto para la visita del Rey, ni mi hogar para su morada. La clase de vida que llevo, los pecados que llegó a cometer durante la semana o en mi vida en general, mancharon mi alma, por lo que seguro impedirán nuestro encuentro”.

Por esto es importante aclarar: ¿Cuál es el obsequio que Hashem nos da cada víspera de Shabat?

Normalmente cuando uno está invitado a casa de algún compañero o familiar, es común por educación traer algún presente a donde hemos sido invitados. Generalmente el presente está de acuerdo a la categoría del invitado. Lo mismo aplica con Hashem, nuestro principal invitado de Shabat Quien nos trae un obsequio grande y preciado, acorde a Su Grandeza y Santidad. Un obsequio como sólo el Rey Divino puede traer.

Ahora, abramos atentamente la envoltura de tan preciado regalo para conocer su contenido y significado.

El primer viernes de la Creación y posteriormente al pecado, se respiraba un ambiente de tensión. Hashem estaba decepcionado de Adam y Javá por haber desobedecido Su mandato; ellos estaban tristes y arrepentidos por el hecho.

En ese momento se aproximó el Shabat ante Dios y dijo: “Durante todos los días de la semana actuaste con bondad y misericordia, no es justo que mi día sea diferente a los demás. ¿Acaso ésta es la Santidad con la que me bendeciste?” (Pirké de Rabí Eliezer 19).

Sin embargo en el mundo ocurrió un acontecimiento importante que cambió el juicio de la Humanidad.

Nuestros Sabios explican que al principio cuando Hashem creó el Mundo, el plan era que se rigiera en forma estricta: Al pecador se le reprendería y al justo se le premiaría. Esta cualidad de justicia de Hashem se manifiesta bajo Su nombre de *Elokim*, el cual simboliza cuando Hashem se comporta con una justicia rígida. Por eso Hashem es mencionado en todos los versículos con Su nombre de *Elokim*, como por ejemplo: “*Bereshit bará Elokim... Vayomer Elokim.. etc.*”

La Creación del Mundo empezó con el nombre “*Elokim*” y terminó la Creación con el nombre de “*Hashem y Elokim*”, compuesto de las cuatro letras *Yud, He, Vav, He* que simbolizan bondad y misericordia. De lo anterior nuestros Sabios entienden que hubo un cambio de intención, resultando de esto un plan más bondadoso.

Dios vio que no es bueno comportarse y mantener al Mundo de forma tan rígida, por lo que combinó la cualidad de justicia con la cualidad de bondad (Bereshit Rabá 12:15). Y así está escrito al final de la Creación: *“Ve yom azot Hashem Elokim eretz veshamaim”*. El día que hizo Hashem *Elokim* los Cielos y la Tierra (Bereshit 2:4).

Sin embargo, cabe preguntar, ¿exactamente en qué momento fue este cambio? “Ese momento fue en la víspera de Shabat y desde entonces no sólo que el mundo se rige así, sino que cada víspera de Shabat se convierte en un momento de mucha bondad y misericordia Divina, para perdonar los pecados que la persona cometió, y limpiarlo para recibir al Shabat” (Shabat 119a).

Sigue diciendo el Pirké de Rabí Eliezer: “Cuando Adam vio ese momento, se sentó y escribió un Salmo, el Salmo 92, que posteriormente se incorporó al Tehilím: *“Mizmor Shir le Yom Hashabat”*, Cántico en honor al día de Shabat, mismo que hasta el día de hoy cantamos para recibir el Shabat.

Finaliza diciendo: “Y dijo Adam Harishón en ese momento: Escribo este Salmo para que todos mis descendientes aprendan que, cuando reconozcan sus errores y sus pecados y los abandonen, serán perdonados por este día sagrado”.

Desde entonces, nuestro querido gran Invitado, el Rey de la Creación, trae consigo un obsequio llamado “la Misericordia del perdón”. Como dice el tratado de Shabat: “Dijo Rabí Janiná: Dos ángeles acompañan a la persona el viernes a la mesa de Shabat y ponen sus alas sobre la cabeza de la persona y lo bendicen a la hora de Kidush, diciendo el versículo: *“Besar avoneja bejatatjá tejupar”*, Que se vayan todos tus pecados y sean expiados” (Ishayá 119a).

El Jidá pregunta: “¿Cuál es el motivo por el cual Hashem perdona en este día los pecados?” Y su respuesta maravillosa que encuadra a la perfección con lo anterior: “Es sabido que a los novios a la hora de la jupá, Hashem les perdona todos sus pecados. La palabra Kidush, se asemeja a la palabra Kidushim, matrimonio; El Kidush es como una boda que se realiza entre tu cuerpo y tu alma, entre nosotros y Hashem, donde los dos ángeles fungen como los testigos que hay en la boda.

De la misma forma que a los novios bajo las alas de la jupá les perdonan sus pecados, así a cada uno de los sentados en la mesa de Shabat se les perdonan sus transgresiones.

Un efecto secundario que provocan los pecados en la persona es la tristeza, una cara larga que acarrea enojo y depresión. Hashem le dijo a Adam y Javá tras haber pecado: “Con el sudor de tu frente conseguirás tu pan y con tristeza lo comerás”. Y a la mujer le dijo: “Con tristeza traerás tus hijos al mundo y con tristeza los criarás” (Bereshit 3:17); un efecto secundario de la mordida de la serpiente.

Cuando se acercan fechas o momentos de alegría, en los que Hashem nos ordena estar alegres y felices, como en la fiesta de Sucot, donde una de las *mitzvot* principales es estar alegre, nuestro Creador está consciente que los pecados que hemos cometido nos impiden esta alegría. Y ya que nos ordenó alegrarnos en esta fiesta, fijó el día de Kipur previamente a la fiesta, para perdonar los pecados y estar alegres en la festividad.

Dios ordenó al novio alegrarse y alegrar a la esposa que tomó el día de su boda. Ya que tienen la orden de estar alegres, Dios decide perdonarles el día de la boda los pecados que cometieron.

Lo mismo ocurre en Shabat. Ya que Hashem quiere que estemos bien con Él, con mucha alegría y gozando de la familia, al iniciar este día nos limpia de cualquier pecado, nos quita el veneno del corazón para marcar una sonrisa en nuestros rostros. Ésta es la razón por la cual Hashem escogió este obsequio y no otro.

Al respecto dice el Or Hajaim: “A qué se refirió Dios al ordenarnos: “*Zajor et yom haShabat*”, Acuérdate del día de Shabat. ¿Qué es exactamente lo que hay que recordar? Acuérdate del perdón que di el sexto día de la creación en honor al Shabat”. Valóralo, porque es lo que te mantiene siempre cerca de Mí” (Shemot 20:8).

Shabat día de bondad

En los capítulos anteriores comparamos nuestra casa con el Templo Sagrado. Al respecto dice el Sfat Emet: “De la misma manera que la persona pecadora entraba llena de pecados al Templo y salía limpia, así es el efecto de Shabat para aquel que se prepara adecuadamente con arrepentimiento, con intención de emprender una mejor vida; Shabat se convierte para él en una tintorería” (Tetzavé 661).

Y si alguno dijera: “Sí, gracias por la tintorería, pero mi mancha ni con cloro se quita”, responde el Talmud: “El cuidar Shabat correctamente perdona a aquél que cometió idolatría” (Shabat 118b). Si el pecado de idolatría que es uno de los tres pecados capitales, es removido por Shabat, con más razón los demás pecados.

A la luz de este concepto entenderemos muchas de los conceptos que hay en el día de Shabat, por ejemplo:

➤ Todos los días, al rezar Arvit, comenzamos con el *Vehu rahum...* donde con intensidad pedimos a Dios que se apiade de nosotros y nos libre de los acusadores *Avón, Mashjit, Af y Jemá* los cuales, al anochecer, recopilan todos los pecados cometidos por la persona para exponerlos ante la Presencia Divina y ser usados como acusación ante el Trono Divino. Sin embargo, en el rezo de Arvit de Shabat se omite esa parte, ya que es una noche de misericordia, Dios no escucha acusaciones sobre aquellos que honran el Shabat.

➤ A la hora del Kidush decimos: “*Yom hashishi vaijulu hashamaim*”, (*Yud, He, Vav, He*), estas cuatro palabras tienen las iniciales del Nombre de Dios que representa Su misericordia, justamente para recordar Su misericordia con Adam en aquella hora.

➤ Copa en hebreo se dice *koz*, cuyo valor numérico es 86, al igual que el nombre de Hashem Elokim, que representa justicia. La copa del Kidush se sostiene con la mano derecha que simboliza la bondad. El Ari z”l dice que se pone en la palma de la mano, con los dedos estirados, rodeando la copa, para simbolizar que la bondad domina la justicia.

El vino que se usa para Kidush es vino tinto; el color rojo simboliza la justicia. Pero se agregan tres gotas de agua, simbolizando la misericordia. Intencionalmente son tres gotas ya que el valor numérico del nombre de Hashem que representa Su bondad suma 26, que multiplicado por 3 da 72, valor numérico de la palabra *Jésed*, bondad.

El Zohar Hakadosh dice: "El vino simboliza justicia y suma 70. El Kidush está compuesto de dos partes: el párrafo de *Vaijulú* y la bendición del Kidush. Si contamos las palabras cada uno de ellos tiene 35 palabras". El Shla Hakadosh agrega: "Si agregas dos palabras antes de bendecir por el vino: "*Sabrí Maraná*", para que junto con estas dos palabras sumen 72 palabras que representa *Jésed*, bondad. Esto simboliza la ruptura de la justicia.

Rabenu Bejaié explica que a nivel espiritual, Shabat se considera un día largo de luz sin noche: "Si ponemos atención en las palabras escritas al final de cada día de la Creación, verás que todos los días finaliza diciendo: "Y fue noche y fue día" a excepción del día séptimo, la Torá no menciona que fue noche y fue día, esto para insinuarnos que Shabat es un día de pura luz".

Según la Cabalá, el día hace alusión a la Misericordia y la noche a la Justicia, como dice el versículo del Salmo de Shabat: "Alabaré tus bondades de día y tu fe en las noches"(Salmo 92). Comentan los Sabios: "Cuando la vida es plena y misericordiosa, 'día', cantaré Tus maravillas; Pero cuando se ponga de 'noche', me aferraré a la fe".

De aquí aprendemos que la noche es símbolo de justicia. Por lo tanto, al decir que el día de Shabat no tenía noche, entendemos que es un día pleno de misericordia.

Capítulo 8

Prendiendo Luz

Uno de los símbolos más importantes que marca la hora de recibir Shabat es el encendido de las velas. Esta *mitzvá* es obligación tanto para los hombres como para las mujeres. Sin embargo se le encomendó a la mujer, la reina de la casa.

El motivo por el cual se escogió a la mujer para llevar a cabo esta *mitzvá*, es digno de un cuidadoso análisis y derivado de este análisis presentaremos tres explicaciones sobre el encendido de las velas.

Prendiendo las almas.

El versículo dice: “*Ner Hashem nishmat Adám*”, la vela de Hashem es el alma de la persona (Mishlé 20:27). Adam contenía dentro de él un alma muy potente, insuflada por el Creador, que es similar a una poderosa vela.

En el momento que Javá hace pecar a Adam, Javá apagó la vela. Por eso, fue a la mujer a quien se le encomendó la tarea del encendido de las velas, ya que ella fue quien la apagó; y éstas deben ser encendidas a la misma hora que fue apagada, la víspera de Shabat.

Sin embargo, esto pudiera entenderse como un regaño por parte de nuestros Sabios: “¡Señora pecadora, ve y arregla las cosas!”. Pero no es así, lo que parece un castigo, en realidad es algo muy superior.

Rabenu Bajaié explica: los Jajamim conceden a la mujer el honor y la responsabilidad de encender las velas de su hogar, de su familia. El versículo dice: “*Ko tomar le Bet Yaakov*”, así le dirás a las mujeres. Este versículo habla cuando Hashem le dice a Moshé previo a la entrega de la Torá: “Consulta con las mujeres si quieren aceptar la Torá”.

Moshé muy sorprendido pregunta: “Pero si son los hombres quienes deben estudiar y cumplir muchos de los preceptos de los cuales las mujeres están exentas, ¿qué necesidad hay de consultarlas?” A lo que Hashem respondió: “De la mujer depende la luz de la Torá que está en el alma de los miembros de la familia”.

Sigue explicando Rabenu Bajie: “La naturaleza de la mujer es bondad y amor, con estas herramientas ella puede llegar a iluminar las almas de sus hijos”. (Rabenu Bajie Shemot 19:3)

La mujer en la familia

El poder que tiene la mujer en el ambiente familiar es tan grande, que el Rey Shelomó dijo: *“Joimat nas-him bantá betá veivelet beyadá teharsena”*, la inteligencia de la mujer construye su casa, y la tonta, la destruye con su mano” (Mishlé 14:1).

La historia de Israel está llena de ejemplos de incontables mujeres que guiaron a los miembros de su familia a ser grandes luminarias del pueblo judío. De la misma forma que la primera mujer, Javá, usó su poder para convencer a pecar, así la mujer prudente y temerosa de Hashem, puede usar su poder y dulzura para iluminar al camino de la rectitud.

Sigue diciendo el Rabenu Bejaie: “Por lo tanto, es muy recomendable que la mujer pida por su familia a la hora de encender las velas”.

Nuestros Sabios dijeron en el Talmud: “Los que son pulcros en la *mitzvá* del encendido de las velas, Hashem los premia con hijos luminosos en la Torá, como dice el versículo: *“Ki ner mitzvá beTorá or”*, la vela es *mitzvá* y la Torá es luz” (Shabat 23a).

“La mujer debe prender las velas con alegría y entusiasmo por ser un honor elevado para ella y un gran mérito. A través de esta acción trae luz a sus hijos para que sean personas de sabiduría e incrementen la paz en la Tierra; además, al encender las velas, trae bendición de larga vida a su esposo. La mujer debe estar muy atenta al momento de encenderlas por ser un momento muy importante” (Zohar parte 1:48b).

Las velas traen paz

Otro motivo sobre la *mitzvá* del encendido de las velas de Shabat, nos dicen nuestros Sabios, es que con el encendido de las velas se incrementa el Shalom Bait, la paz entre la pareja.

“Y los bendijo Dios a Adam y a Javá, llamándolos Adam”. Este versículo se presta a confusión, ya que a ambos los llama Adam. Sobre este punto explica Rab Jiyá: “De aquí aprendemos que el hombre es una mitad, y sólo junto con su pareja forman un ser completo” (Bereshit Rabá 17:2). Por lo que el hombre cede el honor del encendido a la mujer, reconociendo que sin ella nunca podría considerarse él mismo un ser completo.

Aprendemos de esto que un ser completo es únicamente cuando se unen correctamente hombre y mujer. Como aclaramos con anterioridad: toda la tarea de Shabat es unir los dos polos, cuerpo y alma, tierra y cielo, pueblo y Dios. De esta forma el encendido de las velas llega a ser un eslabón fundamental para estas uniones.

Dice el Ben Ish Jai: “Se prenden dos velas porque el valor de la palabra vela en hebreo es 250 y siendo dos velas se obtiene el valor de 500. Según nuestros Sabios, el cuerpo del hombre se divide en 248 partes, y el de la mujer en 252. La unión entre los dos suma 500. Esto simboliza cómo la unión entre los dos prende la luz de la *Shejiná*, Presencia Divina entre ellos” (Introducción a la Parashá de Noaj).

El esposo con su mujer se convierten en un solo ser, formando un solo recipiente, donde en él Hashem derrama Luz de Bendición. Al conformar este utensilio ya están aptos para recibir la Bendición Divina.

La importancia y el nivel de la mujer

Surge la pregunta: ¿quién de los dos tiene mayor influencia para atraer a la Presencia Divina, el hombre o la mujer?

Dijo Rabí Jelbó: “El hombre debe ser muy cuidadoso con el respeto a su esposa, ya que la bendición en el hogar depende de ella, como dice el versículo: *“Ule Abraham hetiv vaaburá”*, a Abraham lo bendijo Dios, gracias a su esposa. Y como enseñaba el gran rabino Rabá a los miembros de su ciudad: “Respeten a vuestras esposas para que les vaya bien” (Baba Metziá 59a).

Nuestros Sabios dicen: *“Ish veisha shesaju Shejiná beinehem”*, Un hombre y una mujer que se purificaron adecuadamente, la *Shejiná* mora sobre ellos (Sotá 17a).

En base a lo anterior la respuesta a nuestra pregunta es obvia:

El día viernes cuando Dios iba a crear al hombre dijo: *“Naasé Adam”*, Hagamos un hombre (Bereshit 1:26). El Midrash explica: “Dios estaba hablando con los ángeles, invitándolos a participar en la creación del hombre. Sin embargo cuando creó a la mujer dijo: *“Eesé lo ezer”*, le haré su pareja (Bereshit 2:18).

De aquí aprendemos que el hombre fue creado en conjunto con los ángeles, pero la mujer fue hecha sólo por la Mano Divina, lo que confiere a la mujer un nivel superior.

Esto lo podemos entender aún más, analizando el orden en qué fue creado primero y qué al último. Siguiendo el orden de la Creación nos damos cuenta que Dios comenzó con lo más material y progresivamente a lo espiritual. Al principio se creó lo inerte, después lo vegetal que sólo tiene *néfesh*, vida. Después el reino animal que contiene *néfesh* y *rúaj*, y al final se creó al ser humano que contiene *néfesh*, *rúaj* y *neshamá*.

Esta altura espiritual le da a la mujer una cercanía mayor a Dios, a tal grado que Hashem ordenó a Abraham: “Todo lo que te diga Sará, escucha su voz” (Bereshit 21:12).

Comenta Rab Tauber: “Siempre tuve curiosidad por saber cómo un ser humano, como Rab Shlomó Zalman Oyerbaj pudo llegar a niveles tan elevados en Torá y Santidad, hasta que una vez escuché de uno de sus alumnos lo que sucedió con el Rab cuando lo acompañó a su casa mientras platicaban de Torá.

Al llegar a su destino, el Rab se detuvo ante la puerta de su hogar. Pidió permiso a su alumno y empezó a acomodarse el saco, se arregló la barba, enderezó sus lentes y sombrero, se estiró y posteriormente se aproximó a la puerta. Al ver cómo el Rab se esmeraba en su arreglo, el alumno creyó que una comitiva

de mucha categoría rabínica lo esperaba en casa y por eso ameritaba esmerarse tanto en el arreglo personal, razón por la cual ofreció a su Rab retirarse para no interrumpir un encuentro tan importante. A lo que Rab Oyerbaj con una mirada seria y hasta severa respondió: “Cuando uno entra a su casa se va a encontrar con la *Shejiná* sagrada”, haciendo alusión a su esposa.

Ahora entiendo, finalizaba Rab Tauber, si así trataba a su pareja, la luz y la Presencia Divina que ella atraía, le permitían alcanzar esos niveles en su vida”.

Luz Interna y Luz Externa

¿Por qué encendemos dos luces en Shabat?

La Cabalá explica que la Luz Divina se divide en dos: Interna y Externa. Este concepto se repite en el mundo terrenal y celestial; de igual manera en los seres que habitan en él: todos tienen una luz interior y una exterior.

Esta luz en el ser humano se divide en cinco partes, tres internas que son: *néfesh*, *rúaj* y *neshamá*; y dos externas: *jayá* y *yehidá*.

Este arreglo también se encuentra representado en el *Arón*, donde se guardaban las Tablas de la Ley. Este artefacto sagrado estaba construido con tres cajas: una externa e interna de oro, y una caja intermedia de madera. La madera hace alusión a la persona, la cual tiene oro en su exterior y en su interior.

El pueblo de Israel tuvo dos líderes en la salida de Egipto: Moshé y Aharón. Moshé fungía como la luz externa, ya que llegó de afuera—del desierto. Esta luz bajó del Cielo para traernos la Torá. Moshé Rabenu fue el gran Maestro de todo el pueblo de Israel, sin embargo, no conocía a cada uno de los integrantes del pueblo en lo particular.

En cambio Aharón Hacoheh venía de dentro del pueblo de Israel; creció y vivió con ellos, los escuchaba con paciencia y amor; donde quiera que pasaba hacía las paces entre hermanos, siempre por medio de la amistad, del abrazo y la atención a los detalles.

Uno era el *Or Hamafkif*, la luz que envuelve, y el otro era *Or Hapnimi*, la luz interna y juntos guiaron al pueblo de Israel.

Lo mismo sucede en el hogar de cada uno del pueblo de Israel. El hombre es el Ministro de Asuntos Exteriores, quien trae lo bueno del campo, sale al mundo para lograr la manutención de la casa, va a la “Montaña de Sinaí” para sus clases de Torá, trae la Ley y la Sabiduría al hogar; él es la luz externa.

En cambio, la mujer es la Ministro de Asuntos Interiores que se encarga de alegrar la casa con sus hijos, manteniendo su hogar en orden y con alegría. Para toda la familia, ella es la luz interna de la casa. Entre más logremos incrementar la Luz, más alejará a la oscuridad.

La luz que quita oscuridad

La gente anda buscando en la vida fórmulas y tipo de amuletos para quitar de encima el mal de ojo, envidias, malas vibraciones, etc. El problema grave es que se dirigen con gente oscura para alejar esa oscuridad, siendo esto una fórmula falsa. Ésa no es la fórmula judía.

Lo correcto para quitar esa oscuridad, es “prender la Luz”, sumergirse en ella, y automáticamente se alejará todo lo malo que se oculta y se esconde en la oscuridad.

No olvidemos que el mal también se divide en dos partes: una nos envuelve desde fuera, y otra nos invade por dentro. Es por esto que se necesita de estas dos luces, la interna y la externa, una para alejar cualquier cosa mala que pueda llegar del exterior de la persona, y otra para quitar las maldades que pueden producirse desde el interior de la persona.

Por eso, en el momento que la mujer prende las dos velas, una es ella misma, interna, y la otra es su esposo, externa; siendo este un momento apropiado para rezar y pedir que cualquier cosa mala se aleje del hogar y de sus seres queridos.

Dos veces a la semana prendemos velas, en la víspera de Shabat y en la Havdalá, la víspera de los seis días de la semana. La primera se realiza por la mujer, y la segunda por el hombre; esto transmite un mensaje profundo y bello.

Iluminando el camino

Otro de los motivos que dijeron nuestros Sabios por prender las velas de Shabat, es para que la persona pueda sentarse a comer y convivir de forma tranquila, sin tropezarse con los muebles.

Dice el rey David: *“Ner leragli devarejá, veor lintivati”*, Vela para mis pies son Tus Palabras y Luz para mi camino (Tehilim 119,105).

El rey David nos enseña que la vida es muy oscura y confusa, llena de obstáculos y tropiezos. Para caminar sin caer ni tropezar, se requiere de la Luz Divina, una enseñanza de Torá, un consejo de los Jajamim.

Aplicando esto a todo aspecto de nuestra vida, como padres de familia, no podemos iluminar el camino de nuestros hijos si nosotros andamos en la oscuridad. Debemos estar de pie y muy atentos alumbrando el sendero, detectando los obstáculos, advirtiendo sobre el peligro y alertando sobre cualquier dificultad. Es nuestra labor irrenunciable quitar los obstáculos o por lo menos advertir a los jóvenes de los peligros que vienen a nosotros.

El área de la educación de nuestros hijos está dividido en dos: el hogar y la calle. Recordando el ejemplo del papel de Ministros que ejercen los padres, la mujer debe encender su linterna dentro de la casa, y el hombre encender su lámpara en la calle.

Bajo la brillante luz femenina, se enseña la manera correcta de dirigir una casa: cómo la cocina debe ser kosher, cómo debe ser el ambiente familiar, cálido y agradable; esa luz brillante nos enseña que es mejor dar que recibir.

Por su parte, el hombre con su potente lámpara, debe enseñar cómo salir de la casa temprano para trabajar, trabajar con honestidad, tratar a todos por igual, y cómo el esfuerzo junto con la fe en el Creador ayudan a vencer los obstáculos del camino.

Los días de la semana se dividen en dos: Seis laborales para recorrer el mundo, y uno para el hogar y la familia. La mujer en la víspera de Shabat que es el inicio del día del hogar y de la familia, enciende sus velas pidiendo a Dios que ilumine su senda, la de su esposo y la de sus hijos.

El hombre, al finalizar el Shabat y a punto de comenzar los seis días laborales, enciende lleno de fe, la vela de Havdalá diciendo: "Quiera Hashem alumbrarme el camino, para guiar correctamente a mis hijos".

A manera de resumen:

Aprendimos en estos capítulos cuánta profundidad hay tras el simple encendido de las velas. Lo hermoso que es entender el alma que hay detrás de lo ritual. La esencia oculta detrás de las costumbres. ¡Qué hermoso es hacer y entender lo que uno hace!

Capítulo 9

Iluminados por el Alma Adicional

Mientras la mujer prende las dos velas, el hombre sale a recibir el Shabat.

Pero, ¿qué es exactamente lo que el hombre sale a recibir?

¿Por qué al día de Shabat se le trata como un ente?

¿Por qué al principio del rezo de Boi Kalá, llamamos al Shabat Novia y al final Reina?

Para responder estas interrogantes debemos conocer el concepto de la *neshamá yeterá*, alma adicional, que se recibe en Shabat. Por lo que comenzaremos por entender la esencia de este tema.

El Midrash dice: “Los primeros seis días de la Creación del mundo se comparan con un rey que está preparando una boda, poniendo atención a todos los detalles necesarios para el gran evento. Sin embargo, el rey se da cuenta que falta lo esencial: la novia. De la misma manera, durante los seis días de la Creación del mundo, se preparaba todo lo esencial, pero faltaba lo principal, la novia. Hasta que llegó el día de Shabat que se considera la novia de la Creación”.

Sigue el Midrash ampliando el ejemplo: “Los días de la Creación se comparan con un anillo sin su sello. Al llegar Shabat se selló la Creación” (Bereshit Rabá 10).

Sobre esto explica el Or Hajaim: “El mundo era inestable hasta que llegó el Shabat, día en el cual se insufló en el mundo un aire que afirmó la Creación. Fue el sello de la Creación, la novia del mundo”.

Relación entre la Creación y el hombre

Para entender lo anterior, explicaremos la gran similitud que hay entre la Creación del mundo y el ser humano, mencionando varias de estas similitudes.

El número seis hace alusión a lo material, y el número siete a lo espiritual. En la Creación hay un patrón que repite estos números. El proceso que sucedió en el macrocosmos, sucedió también en el microcosmos, el hombre. Y hay una gran similitud entre el macrocosmos y el microcosmos.

El cuerpo del hombre fue creado durante las primeras seis horas del viernes, y en la séptima hora se le insufló el alma. De igual manera, el cuerpo del Mundo fue creado durante seis días y en el séptimo se le insufló el alma. (Midrash Pesiktá Rabati 46).

El Or Hajaim (Bereshit 2,2) refuerza este concepto, al explicar el versículo que habla de cuando Hashem culminó la Creación: “*Shabat vainafash*” (Shemot 31,17). Cuando llegó el séptimo día, Shabat, Dios *vainafash*, insufló alma en el mundo”.

Mundo en hebreo se dice *olam*, y en arameo *almá*. En lenguaje bíblico, joven se dice *elem*, palabra que tiene las mismas letras que la palabra *olam*. La palabra joven en femenino se dice *almá*, igual que en arameo, indicando de esta manera la similitud entre ambos.

Rab Zamir Cohen comenta: El cuerpo humano es igual que la Tierra. La Tierra está conformada de rocas, placas tectónicas y demás elementos que juntos forman el cuerpo del planeta. El cuerpo humano está formado de huesos, cartílagos, etc. De la misma forma que en la Tierra corren ríos subterráneos, así en el cuerpo humano fluye el torrente sanguíneo.

Por encima de las rocas hay capas de tierra; en el cuerpo humano hay piel. Así como sobre la Tierra crece vegetación, habiendo lugares más fértiles que otros, así también sobre la piel crecen vellos en diferentes espesores.

Con esto comprendemos mejor lo que Hashem manda en Shabat al mundo y a la persona. Cada Shabat, el Mundo recibe de Hashem el Insuflo Divino, otorgando vida a sus “seis” días; de igual manera sucede a quien cuida Shabat, recibe en este día un insuflo extra, para darle un nivel espiritual más elevado y grandeza.

Dijo Rabí Shimón Ben Lakish: “Dios da un alma adicional a la persona en víspera de Shabat, que es retirada al término del Shabat” (Beitzá 16a).

Explica el Zóhar: “La persona tiene su propia alma, cuando la persona se prepara debidamente para Shabat, ‘jala’ hacia ella esta alma especial. Esto sucede al recibir Shabat desde la víspera de Shabat. Esta alma adicional mora dentro de nuestra alma todo el día de Shabat haciendo crecer a nuestra propia alma” (Vayakel 184).

Por eso se trata al día de Shabat como un ente, ya que en verdad estamos recibiendo un ente espiritual, que a la hora de recibir el Shabat la llamamos novia, porque todavía está fuera de nosotros, como una novia antes de la boda. Sin embargo, a través del rezo de Boi Kalá, nos unimos a ella, interiorizando esta alma adicional dentro de nosotros y convirtiéndola en nuestra.

Es por eso que al final de este rezo, ya no llamamos a Shabat novia, sino reina, para indicar que ya desposamos a la novia convirtiéndola en nuestra esposa, nuestra reina.

Las acciones despiertan los corazones

El libro Séfer Hajinuj dice: "Por medio de las acciones se despiertan los corazones" (Séfer Hajinuj mitzvá 16).

Explica el Zóhar: "*Vekaratá laShabat...*", Y llamarás al Shabat... (Ishayahu 58:13) "Y llamarás", quiere decir, "invitarás" al Shabat, como uno invita a un huésped".

Así podemos comprender la costumbre que tenían nuestros Sabios de salir físicamente al campo para recibir al Shabat, como decía Rabi Janiná: "Salgamos a recibir al Shabat" (Shabat 119a). Aunque hoy en día no se estila salir antes de este rezo para recibir al Shabat, anteriormente sí lo hacían para sentirlo y vivirlo.

Cuando pedimos por la manutención y decimos, "*Poteaj et yadeja*", muchos acostumbran abrir las manos. Aunque todos sabemos que no está cayendo nada en nuestras manos, lo hacen porque detrás de la acción el corazón siente.

También se hace una acción en el rezo de Tashlij en Rosh Hashana que ante las aguas sacudimos nuestros bolsillos, simbolizando que tiramos todos nuestros pecados al agua. Otro ejemplo, cuando abrimos la puerta en la primera noche de Pésaj para que entre Eliahu Hanabí. Los pecados no están en el bolsillo, ni Eliahu Hanabí necesita una puerta para entrar, simplemente lo hacemos para sentirlo y vivirlo.

De igual manera acostumbraban salir al campo antes del rezo de Shabat para invitar a esta alma adicional, que, aunque no viene de los campos sino del Cielo, mediante esta acción se ayudaban a despertar la emoción.

Este concepto que acabamos de compartir podemos compararlo con el encendido de las velas. Una de las velas hace alusión al alma que se insufla en el mundo, y la segunda al alma adicional que entra a la persona. Luces que iluminan este día y lo convierten en un día espiritualmente especial.

Capítulo 10

Néfesh, Rúaj y Neshamá

En el capítulo anterior hablamos del concepto de *Neshamá yeterá*. Ahora vamos a ampliar y profundizar la explicación sobre los conceptos: *Néfesh, Rúaj y Neshamá*.

Por lo general, las personas utilizan el término *neshamá* para referirse al alma, aunque en realidad el alma está compuesta de tres partes: *néfesh, rúaj y neshamá*.

El *néfesh* mora en el hígado (sangre) y se relaciona a las acciones. Las buenas acciones la fortalecen, y las malas acciones la dañan.

El *rúaj* mora en el corazón y se relaciona con el habla. Las palabras de rezo y bendición la fortalecen, mientras las palabras negativas la debilitan.

La *neshamá* mora en el cerebro y está conectada al pensamiento. Los pensamientos puros y concentración en el rezo la engrandecen y los malos pensamientos la debilitan.

Cuando decimos que en Shabat recibimos una *neshamá yeterá*, cabe la pregunta: ¿cuál de las tres partes de la *neshamá* es la que nos aumentan? Cuando Hashem nos da esta porción extra, no podemos decir que nos da toda la porción o no nos da nada. Lo que nos da depende de la preparación de la persona para recibir el Shabat. Como dice el Aspaklaria Hameirá: “Mientras más se prepara la persona, así será el alma adicional que reciba” (Parashá Yitró).

El Zóhar habla de muchísimos más niveles del alma, y diferentes orígenes de donde esta alma adicional baja hacia nosotros. Por lo que, dependiendo del tipo de persona y de sus acciones, es lo que “atrae” hacia él. Las diferentes almas provienen de las diez distintas Sefirot.

Las tres partes del alma, corresponden a los tres colores que tiene la llama de una vela:

***Néfesh*—azul.**

***Rúaj*—rojo.**

***Neshamá*—amarillo.**

A las tres partes de la llama las llamamos en conjunto fuego, pero en realidad el fuego está compuesto de tres tipos de llama con distinto rango de calor. De igual forma, nuestra alma está compuesta de tres diferentes luces, pero en conjunto la llamamos alma. Ahora comprendemos mejor el versículo: “*Ner Hashem nishmát Adam*”, la Vela Divina es el alma de la persona” (Mishlé 20:27).

La tres partes de la preparación.

Por lo anterior, debemos tener una preparación adecuada y especial para este gran día, poniendo atención en estas tres partes del alma, quienes fungen como utensilios, correspondiendo cada una a los tres colores de la llama de la vela.

Así como el alma tiene tres partes, y la llama tres colores, así también la preparación para recibir Shabat tiene tres áreas: *majshavá*, *dibur* y *maasé*, pensamiento, habla y acción.

Estas tres áreas cambian la actitud del Shabat, ya que hay muchas acciones prohibidas este día, por ejemplo, en el hablar: “*Vedaber dabar*”. Nuestros Sabios aprenden de este versículo que en Shabat no se permite hablar cualquier tema como en los demás días de la semana (Shabat 113b). Incluso el pensamiento de la persona debe cambiar y no pensar o preocuparse por los negocios, planear viajes, sino que debe tener su pensamiento dedicado a la familia y a lo espiritual.

Sin embargo, otras acciones espirituales toman el lugar de las acciones prohibidas y, curiosamente a la hora que preparamos estos tres utensilios para recibir estas tres luces, que fortalecerán nuestra palabra, nuestro pensamiento y nuestra acción se realizan a la hora del crepúsculo del día, conocido en hebreo como *Ben Hashemashot*.

“Diez cosas fueron creadas en *Ben Hashemashot*” (Pirké Abot 5:6), haciendo alusión a diez cosas milagrosas que ocurrieron durante nuestra historia. Éstas no fueron creadas en el momento exacto en que ocurrieron sino que fueron creadas mucho antes. Y fue justamente en el ocaso del sexto día y el inicio de Shabat.

La Mishná enlista las diez maravillas o milagros que fueron algo sobrenatural:

- La boca de la tierra que tragó a Koraj y a su congregación.
- La boca de la mula que reprochó a Bilam.
- La boca del pozo de Miriam que abasteció de agua a los hijos de Israel en el desierto.
- El arcoíris en la época de Noaj que es símbolo de tranquilidad y perdón.
- El man que fue alimento para todo el pueblo de Israel en el desierto.
- El bastón milagroso de Moshé Rabenu.
- El gusano de Shamir con el que el rey Shelomó talló las piedras del Templo,
- La letra.
- La escritura.
- Las Tablas de la Ley.

Si dividimos esta lista en tres grupos encontraremos un mensaje para nuestra propia preparación en la víspera de Shabat.

El primer grupo tiene que ver con el habla de la persona. Las tres primeras de la lista llamadas “boca”, nos enseñan la preparación de nuestra propia boca. No debemos sacar palabras de pelea, riña y ofensa, como Koraj; más bien debemos expresar palabras como agua de manantial, especialmente palabras de Torá, que se compara con el agua; y cambiar las palabras de daño y maldad como fue la intención de Bilam, por palabras de bendición.

El segundo grupo se refiere a la acción. El arcoíris nos da el mensaje de tomar una actitud relajada, de perdón y bonitos colores. El Man nos insinúa el cese del trabajo y la gran confianza en Dios Quien manda todos los días nuestra porción de alimento. El bastón de Moshé Rabenu se refiere al liderazgo que debemos tener en el hogar para guiar a nuestra familia hacia la Montaña de Dios. El shamir nos recuerda que nuestra casa se convierte en un pequeño Templo Sagrado el cual debemos tallar adecuadamente.

El tercer grupo alude a la preparación de nuestro pensamiento. Tenemos que dedicar tiempo al estudio de Torá que está formada de letras, que juntas crean palabras y frases. Y juntando frases formamos los conceptos que nos dan el entendimiento el cual grabaremos en nuestro corazón, como dice el versículo: “Grábalo sobre las tablas de tu corazón” (Mishlé 7:2).

Escribe el Ben Ish Jai: “Por eso en el cántico de Boi Kala acostumbramos decir tres veces “Ven novia”, invitando a las tres partes espirituales a que moren en nosotros. La costumbre es hacerlo dos veces en voz alta y la tercera en voz baja; las primeras dos en voz alta haciendo alusión al habla y las acciones que son notorias. La tercera en voz baja, refiriéndose al pensamiento, ya que éste es interno y silencioso”. (Parashá Vayerá 1).

Y así como repetimos tres veces el Boi Kalá, repetimos tres veces el “Vaijulu”, dos en el rezo de la Amidá, y uno en el Kidush. Dos en voz baja y uno en voz alta.

De igual manera el canto de Shalom Alejém, se repite tres veces cada párrafo, dando la bienvenida a cada una de estas tres partes.

Ahora entendemos mucho mejor por qué se le llama a Shabat “Malká”, la Reina, ya que Shabat viene a morar en nuestro cerebro, corazón e hígado, *moaj*, *lev* y *cabed*, cuyas iniciales en hebreo forman la palabra *Mélej*, rey. Por lo tanto, al Shabat lo llamamos Reina, ya que viene a acompañar con su alma adicional a nuestro rey, nuestro gran invitado de honor.

Capítulo 11

El último rezo de la semana

Después de las varias preparaciones para crear un buen “recipiente”—nuestro cuerpo, y un buen aceite, que en hebreo es *hashemen*, que son las mismas letras que *neshamá*, llega la hora de ir a rezar y prender la llama espiritual dentro de nosotros.

Comenzamos con el rezo de minjá, con el que cerramos los rezos de los seis días de la semana.

Todos los rezos son importantes ya que nos dan la posibilidad de apegarnos a nuestro Creador. La palabra Tefilá viene de la raíz *palel*, que en hebreo significa anudarse a Dios. Los rezos no son solamente alabanzas, agradecimientos o peticiones a Hashem para que cubra nuestras necesidades, sino que tienen un trasfondo más profundo: el sentirnos cerca de Él.

Sentir que nos escucha, que nos desahogamos frente a Él; especialmente sentirlo como nuestro guía. Como lo denominó David Hamélej en sus Salmos llamándole: “*Lamenatzeaj*”, el Director de Orquesta. Como un buen director, Hashem dirige las piezas alrededor de nuestras vidas: nuestro metabolismo, el funcionamiento de los órganos, todo nuestro rededor, el trabajo, la familia, etc.

El rezo de *shajarit* fue instaurado por Abraham Avinu; el de *arvit* por Yaakov Avinu. El rezo de minjá fue establecido por Itzjak Avinu como dice el versículo: “Y salió Itzjak al campo a platicar con Dios”. (Bereshit 64:6)

El salir al campo es símbolo de introspección. Itzjak se aleja de la ciudad y del ruido para adentrarse en una plática interior. Este término es adecuado especialmente para el rezo de minjá en la víspera de Shabat, con la cual cerramos la semana.

Este momento es muy adecuado para mirar hacia atrás y resumir todo lo que hicimos, todo lo conseguido, todo lo bendecido por Dios; y aprovechar este momento para alabarlo por todo, pedir perdón por los errores y agradecer Su benevolencia.

Escuché en nombre del jasidut, que todos aquellos rezos que cierran un ciclo, ya sea un ciclo anual como el último rezo del año, el mensual, o minjá de la víspera de Shabat con el cual se cierra el ciclo de la semana, son rezos con una característica especial. Estos se comparan a una locomotora con dirección al Cielo, recogiendo en el camino todos los “vagones”, es decir, los rezos que no tuvieron la suficiente fuerza para alcanzar el Cielo. Por ello, decir este rezo con concentración y potencia, recoge y eleva otros rezos, permitiéndoles alcanzar su destino.

Según nuestros Sabios el rezo de minjá tiene un nivel mayor: “Cuán grande es el rezo de minjá, en el que fue recibida la petición de Eliahu en Har Carmel, porque fue a la hora de minjá” (Berajot 6b).

Minjá de la víspera de Shabat tiene una importancia superior a todos los rezos de la semana, como lo indica el Jidá: “El rezo de minjá en víspera de Shabat fue el primer rezo de la Humanidad, ya que fue el momento en que Adam después de haber pecado alzó su plegaria a Dios para ser perdonado” (Midbar Kedemot 404).

Estas palabras se basan en el Midrash que dice: “En el crepúsculo de la víspera de Shabat, se decretó que Adam fuera expulsado del Gan Edén. Adam se dio cuenta que por honor al Shabat no sería castigado de muerte como le había advertido Hashem que, el día que comiera de ese fruto moriría. Por ello, Adam elevó su vista al Cielo y compuso el Salmo de *“Mizmor shir leyom hashabat”* diciendo: “De mí aprenderán las siguientes generaciones a que cada uno reconozca su error y lo abandone, de esta manera se salvará de un juicio duro”. Por lo que en su Salmo dice: *“Tov lehodot laHashem”*, qué bueno es reconocer y agradecer a Dios” (Pirké de Rabí Eliezer 19).

Las almas antes de la Creación

Profundizando un poco más, entenderemos el motivo por el que este momento de rezo es tan sublime. Para lograrlo necesitamos regresar a los momento antes de la Creación, pero sin entrar en mucha profundidad como amerita el tema, sino solamente analizando superficialmente.

Dice el versículo: “Hagamos al Hombre”; pregunta Rabí Yehoshua de Sajnin: “¿A quiénes se refirió Dios al decir hagamos? La respuesta es con las almas que creó antes de hacer el mundo” (Midrash Rabá, Bereshit 8).

Esta fase de la Creación se trata ampliamente en la Cabalá. Al principio Hashem creó almas para otorgarles Su bondad; Él daba y ellas recibían. Sin embargo, explica Rabí Jaim Luzzato: “Estas almas se quejaron ante Él; ellas querían recibir el bien merecidamente y no gratuitamente, por lo que pidieron al Creador que hiciera un mundo en el que trabajarán para merecerse esa bondad” (Dérej Hashem parte 1 cap. 2).

Otros libros que se dedican a la mística, relatan que las almas le pidieron dos cosas más: ser como Él y sentir el placer de dar y no sólo de recibir.

Aunque esto hubiera sucedido, aun así no serían parecidos a Él, ya que el Creador no recibe y sí da, y las almas gracias a que reciben podrían dar. Por lo que su segunda petición fue que se creara un mecanismo mediante el cual pudieran darle algo sin tener que recibir. Debido a que lo único que podemos dar a Hashem es placer y regocijo por medio de nuestras acciones y plegarias, se creó la Tefilá, el rezo de agradecimiento con el que damos placer a nuestro Creador.

En todas nuestras plegarias nos referimos a Dios como un Ser masculino debido a que Él es quien nos da Todo, y en términos profundos, el masculino es quien da y el femenino quien recibe. Sin embargo, en la Amidá cuando agradecemos en el párrafo de “Modim”, decimos: *“Modím anajnu Laj”*, Nosotros agra-

decemos a Ti. Laj significa a Ti en femenino, debido a que en ese momento Hashem es quien recibe de nosotros regocijo.

Con este concepto entendemos mejor por qué Minjá de la víspera de Shabat es un momento tan especial, ya que fue el momento en que Adam agradeció a Hashem por ser perdonado, y por el mérito de que Adam agradeció en ese momento también fue la primera vez que el Creador recibió algo; por lo que ese instante se convirtió en un momento de regocijo celestial y aceptación de rezos.

A la misma hora que el hombre está en la sinagoga aprovechando el momento sublime del rezo de minjá, la mujer en la casa está encendiendo velas, y posteriormente reza por su familia. Rabenu Bejaie dice: "Es bueno que la mujer aproveche ese momento para rezar a Dios para que le conceda paz en el hogar e hijos iluminados en la Torá, ya que ese momento es propicio para que los rezos sean escuchados" (Parashá Yitró).

¡Aprovechemos este hermoso momento, la víspera de Shabat, y no lo desperdiciemos por no querer cerrar el negocio a tiempo! No tiremos por la borda esta oportunidad de ser escuchados por estar corriendo haciendo los últimos preparativos de forma apresurada.

Tengamos todo preparado para que a la hora indicada ofrezcamos al Creador un rezo de minjá, con *minján* en la sinagoga. Y evitemos las peleas, discusiones y gritos, causados por la presión de hacer todos los preparativos previos a Shabat en el último momento.

Una buena planeación, previendo con tiempo todo lo necesario, nos ayudará a aprovechar este gran momento.

Capítulo 12

Shir Hashirim

Después del rezo de minjá de la víspera de Shabat, muchas comunidades acostumbran decir el canto de Shir Hashirim, escrito por el Rey Shelomó. Además de la explicación compartida al principio de este libro, encontré una explicación novedosa para mí en el libro Zeev Itraf.

Mencionamos anteriormente que en Shabat nuestra casa se convierte en un Santuario para que more ahí la Esencia Divina así también nuestro cuerpo se prepara como una morada al alma adicional que recibimos cada Shabat.

El versículo dice: “Cuiden Mis Shabatot y respeten Mis Templos” (Vaikrá 19:30) por lo que cabe preguntar: ¿qué relación hay entre los Shabatot con el Templo? La respuesta es lo que acabamos de explicar: en cada Shabat nos convertimos en un pequeño santuario.

Es importante aclarar que el momento culminante de la construcción del Mishkán (Tabernáculo) fue el primer día de Nisán, como lo señala la Torá. Sin embargo, los 7 días anteriores a este suceso, Moshé Rabenu armaba el Tabernáculo, ofrendaba y posteriormente lo desarmaba, y así cada día.

Sin embargo, sobre el octavo día dice: “Y bajó la Presencia Divina y llenó todo el Tabernáculo” (Shemot 40:34). Nuestros Sabios explican que existen Siete Cielos y Dios mora en el Séptimo llamado *Aravot*. A raíz de lo que hizo Moshé durante los 7 días previos, acercaba la Presencia Divina a un nivel más cercano a la Tierra, de tal forma que al octavo día la Shejiná ya estaba entre nosotros.

Después de que el Mishkán deambulara por el desierto y en varios lugares en Israel, llegó el momento que el Rey Shelomó construyera el Templo en Jerusalem. Además del esfuerzo económico, el talento arquitectónico y la gran riqueza del lugar, todos estaban esperando el momento sublime del evento del Tabernáculo y que bajase la Shejiná al Mikdash como lo hacía en el desierto.

Sin embargo esto no sucedió hasta que Shelomó Hamélej entonó el Shir Hashirim, como escribe el Zóhar Kadosh: “No los sacrificios que ofrendó Shelomó Hamélej ni las plegarias lo provocaron sino hasta el momento que empezó a entonar Shir Hashirim fue cuando bajó la Shejiná y moró en el lugar” (Terumá 143b).

Por esta razón explica el libro Zeev Itraf: “Cada víspera de Shabat después de que preparamos a conciencia nuestro santuario, entonamos el Shir Hashirim para que la Presencia Divina baje y se asiente en nuestro hogar y en nuestro cuerpo, tal como ocurrió en el Primer Templo.

Pero aunque Hashem viene y mora dentro de nosotros, lo más difícil es cuidar este gran momento, ya que lo difícil no es recibir algo, sino conservarlo.

Dice el versículo: *“Yebarejejá Hashem veishmerejá”*, que te bendiga Dios y te proteja (Bamidbar 6:26). Nuestros Sabios dan dos explicaciones sobre esta bendición:

- 1- Que te bendiga Dios: con abundancia, con riqueza y bienestar.
- 2- Que te bendiga Dios: que todo esto que te dio, te lo cuide y proteja.

No sirven de nada estas bendiciones, si éstas no son cuidadas o peor aún, si nos las roban.

Este pensamiento se aplica de la misma manera a la grandeza de Shabat y a la Presencia Divina que obtenemos este día: es importante recibir la presencia de Hashem dentro de nosotros, pero es más importante cuidarla. Por eso dijo: *“Cuiden Mis Shabatot y respeten Mis templos”*(Vaikrá 19:30).

Cuidar Shabat

Cabe preguntar: ¿cómo exactamente se cuidan y qué error podría causar perder esta grandeza?

Para comprender esto tenemos que saber dónde o en cuándo mora la Shejiná: uno es un lugar sagrado, y otra, dentro de las personas que son dignas de recibirla.

Hashem moró en el Primer Templo por el primer motivo. El Templo era un lugar bien equipado, con todos los utensilios hechos en el desierto. Era tan fuerte la Presencia Divina que dice el Pirké Avot: *“Diez milagros ocurrían constantemente en el Templo Sagrado, y eran visibles y palpables para cada visitante. Pero estos milagros no ocurrían en el Segundo Templo ya que el lugar carecía del gran utensilio del Arón con los querubines y las Lujot Habrit (Tablas del Pacto) entregadas a Moshé, y que reposaban en su interior”*.

Por ello en el segundo Templo, la Presencia Divina no moró entre nosotros por el Templo, sino por las personas que con mucha fe y amor a Dios abandonaron sus hogares en el exilio y regresaron a la Tierra Santa arriesgando su vida, perdiendo bienes y comodidades, con tal de construir el Templo y habitar la Tierra de Israel. Por ellos nuevamente descendió la Shejiná a morar en Israel.

El Primer Templo se destruyó por idolatría. Al profanar la santidad del lugar la consecuencia fue su destrucción.

El Segundo Templo, a pesar de que hubo ciertos malos manejos, como corrupción e incluso sobornos, violencia para obtener el puesto del Sumo Sacerdote se destruyó por el odio gratuito entre hermanos, provocando que la Shejiná que moraba ahí por honor a personas honorables, se retirara, lo que dio paso a la destrucción de Israel, el exilio y la diáspora que vivimos hasta el día de hoy.

El Tercer Templo, la morada permanente, será construida por el mérito de ambos motivos: calidad del lugar y calidad del pueblo.

A esto se comparó el día de Shabat, donde la Presencia Divina se asienta por:

La preparación digna de la casa, su limpieza y lujo, los manjares dispuestos y la iluminación de las velas. Y por las personas que rodean la mesa, la reunión familiar con cánticos, con Torá y Lejaim.

Por lo tanto cuidar el Shabat y el Templo, significa no hacer Abodá zará, idolatría, que en su traducción literal se refiere a trabajo extraño, es decir, cuando se respeta el Shabat en casa, y no se hacen trabajos prohibidos. Cuando no hay peleas, odio gratuito, burlas o "bullying" entre los miembros de la familia que adornan la mesa, se mantiene la Presencia Divina en nosotros.

¡Debemos esforzarnos en hacer lo correcto en todo momento y no perder la presencia de Dios que obtuvimos a la hora de la lectura de Shir Hashirim!

Capítulo 13

Lejá Dodí

A finales del siglo XVI, en la época de los Cabalistas de Tzefat, se introdujo antes del rezo de Arvit de Shabat, una oración previa conocida como Kabalat Shabat. Ésta consiste en: seis Salmos de Tehilím, el famoso canto de Lejá Dodí, y el Salmo de Adam: “Mizmor shir le yom haShabat”.

Estos seis Salmos tienen en común que hablan del Reinado Divino sobre el mundo. Son cánticos que expresan alegría, como un llamado para que recibamos el Reinado de Dios con regocijo.

Nuestros Sabios comentan: “La Presencia Divina no reposa sino únicamente en aquél que está alegre, como dice el versículo: “Los profetas cantaban con instrumentos para entrar en estado de alegría y entonces poder empezar a profetizar” (Melajim b 3:15).

Después de estos Salmos cantamos el Lejá Dodí compuesto por Rabí Shelomó Haleví Alkabetz, nacido en 2505 en Salónica, Grecia, quien en su juventud fue alumno de Rabí Yosef Taitzak. A los treinta años subió a Éretz Israel y se asentó en Tzefat, donde amplió sus conocimientos de Cabalá con su cuñado Rabí Moshé Cordovero.

Rabí Shelomó escribió varios libros y canciones, siendo Lejá Dodí la más famosa. Esta canción era admirada por el Ari z”l y los cabalistas de la ciudad, ya que está llena de conceptos basados en la Cabalá, mensajes y plegarias aptas para la ocasión.

Relatamos un testimonio, que refirió sobre Rabí Alkabetz uno de su generación:

“Entre las montañas desiertas, dentro del valle, en víspera de Shabat, caminaban personajes vestidos de blanco, almas puras. Y sobre una gran piedra se paraba Rabí Alkabetz, blanco y esplendoroso como una antorcha, su cara parecía tener rasgos de oro. Todo esto provocado por el esplendor de Shabat al cantar el Lejá Dodí. No sólo su boca lo cantaba, sino todo su cuerpo emanaba esa canción de pies a cabeza”.

Este cántico está basado en una costumbre de la época del Talmud, donde se relata que Rabí Haniná se envolvía con el talit en víspera de Shabat y decía a sus alumnos: “Salgamos a recibir a Shabat, la reina”. Sin embargo, su colega Rabí Yanai se sentaba con una ropa bonita y decía: ¡Boi kalá, boi kalá!- ¡Ven novia, ven novia!

La diferencia entre los dos, dicen los Comentaristas, era si al momento de recibir el alma adicional de Shabat, se realizaba en forma activa o pasiva. Rabí Haniná decía: “Salgamos físicamente para recibirla”; Rabí Yanai la llamaba sentado en su lugar de rezo. Rabí Haniná la llamaba “Shabat la reina”, Rabí Yanai la llamaba “novia”.

Cuando Rabí Shelomó Alkabetz compuso el cántico, combinó esos dos conceptos. Por un lado cantaba: “Lejá Dodí; salgamos querido mío” para recibir el Shabat, llamándola novia, finalizando el Cántico llamándola “Shabat Malketá”, Shabat la reina.

Esto también se entiende como lo explicamos en un capítulo anterior. Cuando vamos a recibir el Shabat, la llamamos novia. Pero cuando llega a nosotros, que somos como reyes, se le denomina reina, se convirtió de novia a pareja.

Rabí Shelomó HaLeví Alkabetz, era hijo de los que fueron expulsados de España, y siempre soñó con la Redención. Por eso, después de dos estrofas que hablan de Shabat, pasó a hablar de la Redención diciendo: “Basta de estar sentada en el Valle de las Lagrimas, sacúdete del polvo, vístete de gala, porque llegó la hora de la Redención...”

Luego el cántico habla del Templo y de Yerushalaim, haciendo alusión al Gran Santuario de Jerusalem, que deseamos sea reconstruido y del pequeño santuario que hay en cada Shabat en la casa de todo judío. Finaliza el cántico de nuevo hablando de Shabat, invitando a la novia-reina.

En todas las comunidades se acostumbra cantar cada estrofa de este bello canto, una forma muy emotiva, para entrar en un estado de ánimo y alegría, cumpliendo lo que ordenaron nuestros Sabios: “Dice Shamai: Recibe a cada persona con cara amable”. (Pirké Avot 1,15)

¡Y si a las personas hay que recibirlas así, cuánto más a Shabat, a la que si le sonríes te sonreirá el doble!

Capítulo 14

Arvit de Shabat

Después de Kabbalat Shabat procedemos al rezo de arvit.

Dice el Ben Ish Jai: “Después de que nos preparamos adecuadamente para recibir el *néfesh*, *rúaj* y *neshamá* adicionales de Shabat, éstas son asentadas en la persona en el rezo de arvit.

Cuando decimos el Boi Kalá al final del cántico Lejá Dodí, se recibe y se asienta el *nefesh*. En “Barejú” de Arvit asentamos el *rúaj*. Y al momento de decir antes de la Amidá, “Peros Alenu...”, ahí recibimos la *neshamá yeterá*; teniendo una excelente concentración en estos tres momentos, se asientan mejor y con mayor intensidad en nosotros.”

Dice el Zohar: “Ven y observa cuando cae la noche de Shabat, un cobertizo de paz se extiende sobre el mundo, el cual aleja cualquier fuerza negativa, ya que cuando se despierta la Santidad en el mundo, todo espíritu impuro se aleja. Entonces entra el mundo en un momento de Protección Divina. Por eso se omiten en el rezo de arvit ciertas partes que decimos en el arvit de la semana” (Bereshit 48a).

Esto se puede explicar de la siguiente manera: la noche es dominio de las fuerzas negativas, por lo tanto cada noche, antes de empezar el rezo de arvit decimos: “Vehu Rajum...”, en el cual pedimos a Dios que nos cuide de las cuatro fuerzas negativas conocidas como: *avón*, *mashjit*, *af* y *jema*; y más adelante en Hashkivenu, pedimos detalladamente que nos proteja y cuide de todas las cosas malignas.

En la mañana Shabat por no ser necesarias estas plegarias, se omiten, ya que las alas de protección con las que Hashem nos cobija, nos cubren completamente. Esto lo decimos en el rezo antes de la Amidá: “*Hapores sucat shalom alenu*”, El que extiende un techo de paz sobre nosotros”.

Continúa el Zóhar diciendo: “Cuando el pueblo de Israel empieza el rezo de arvit y dicen “*Bareju et Hashem...*”- Bendigan a Dios, una voz corre por todos los Cielos diciendo: “¡Bienaventurados los pueblos sagrados, los cuales bendicen desde abajo y causan bendiciones en los Cielos! ¡Dichosos ustedes en este mundo y en el Venidero!” (Zohar Terumá 173).

Unión completa

Dice el versículo: “El cordón de tres hilos, no con facilidad se cortará”. (Kohelet 4:12) Es decir, algo atado por tres elementos, da mucha fuerza y resistencia. El Maharal de Praga explica al respecto: “Tres cosas en el Judaísmo se denominaron pacto, y representan el Pacto que hizo el pueblo judío con Hashem: Berit Milá, Torá y Shabat”.

“Un pacto se encuentra en el cuerpo, otro en el cerebro, y el tercero en el alma. Berit Milá alude a la pureza corporal que debemos cuidar en todos sus aspectos para mantener nuestro cuerpo unido con el Creador. La Torá representa la sabiduría y la forma de pensar de un yehudí. El tercero es el Shabat, el cual une nuestras almas puras con la Luz Divina”.

Esto es similar al concepto del eclipse lunar. Mientras la Tierra está entre el sol y la luna no le llegan los rayos de sol, por lo que la luna se oscurece; a medida que la Tierra se mueve, empezamos a ver el reflejo del sol en la luna.

El sol se compara a Hashem y el alma a la luna- Levaná; la luna fue llamada “nuestra ropa blanca” por el Rey Shelomó. El cuerpo que proviene de la Tierra, alude a lo material. Por lo tanto, durante los seis días de la semana, con tanto “planeta” no llegan con facilidad los Rayos Divinos a nuestra alma blanca.

Sin embargo, a la hora que entra Shabat es cuando dejamos de lado por completo nuestro planeta Tierra, y se da cabida a la iluminación Celestial. ¡Prácticamente somos luna llena!

El Maharal finaliza: “Dios denominó a Shabat como un día de pacto y unión entre Él y nosotros; como un novio que se aproxima a su novia. Cada Shabat se realiza un semimatrimonio, donde la *neshamá yeterá* que el novio trae con él, funge como el anillo matrimonial, diciendo: “*Haré at mekudeshet li*”, Eres consagrada para Mí por medio de este anillo”.

Así Dios nos dice: “Son consagrados para Mí por medio de esta alma adicional que les entrego”; y todo esto ocurre a la hora de arvit de Shabat.

Capítulo 15

El Cántico de Shalom Alejem

Después de prepararnos en forma adecuada, logramos prender nuestra alma a través de la *neshamá yeterá* y nos unimos a la Presencia Divina, llega el momento de llevar todo eso a la mesa de Shabat y, como sacerdotes, entrar al “Templo Sagrado”.

Dice el Talmud en nombre de Rabí Jisdá: “Al finalizar el rezo, dos ángeles acompañan a la persona a su casa, ponen sus manos sobre su cabeza y le dicen de forma afirmativa: “Todos tus pecados son perdonados”. Agrega Rabí Yosi: dos ángeles acompañan a la persona desde la Sinagoga a su casa, uno bueno y uno malo; cuando entra a su casa y encuentra las velas prendidas, la mesa preparada, la casa ordenada, entonces el ángel bueno lo bendice: “Dios quiera que así sea la semana entrante”; el ángel negativo contesta amén. (Shabat 119b)

El Zóhar HaKadosh dice: “Cuando la persona entra con alegría a su hogar en la noche de Shabat, lo acompaña la Presencia Divina con ángeles. Cuando ven las velas, la mesa hermosamente servida, y al hombre y a su esposa con amor y armonía, la Presencia Divina se expresa diciendo: ‘Éste es Mío, el hijo de Israel en quien Me enorgullezco”.

Surge la pregunta ¿para qué Hashem manda ángeles a nuestras casas en ese momento de Shabat, si Hashem Mismo viene? Y esto vemos cuando la Torá habla sobre la salida de Egipto, Dios afirmó: “Yo fui a salvarlos. Yo y no a través de ángeles”. Esto da a entender que si se encuentra la Presencia Divina, no son necesarios los ángeles.

Además, en el cántico conocido como *Shalom Alejem*, en la primera estrofa decimos “Bienvenidos ángeles”, y en la última estrofa les decimos: “retírense en paz”. Entonces ¿para qué vinieron, si en unos instantes los despediremos?

Podemos responder esta pregunta de tres formas: una básica, una profunda y otra basada en la astrología.

Básica

“*Ki malajav yetzavé laj*”, porque a Mis ángeles les ordenaré que te cuiden” (Tehilim 91:11). Este versículo indica que constantemente tenemos dos ángeles que son nuestros guardianes.

Cuando Yaakov Avinu soñó con la escalera al salir de la Tierra Santa hacia la Diáspora, dos ángeles subían y dos nuevos bajaban. Explica Rashí que en ese lugar se hizo el *cambio de guardia*, donde los ángeles que lo acompañaban en la Tierra de Israel, se retiraron para dar paso a los ángeles asignados para cuidarlo en la Diáspora.

Después de veintidós años fuera de la Tierra Santa, su nivel espiritual era tan elevado que visualizaba los ángeles despierto y no en sueños.

En la frontera, vinieron los ángeles de la tierra de Israel para recibirlo. El lugar donde se realizó el *“cambio de guardia”* fue llamado por Yaakov: *Majanaim*, campamentos, haciendo alusión a los dos campamentos que se hallaban con él: los nuevos por venir y los antiguos por retirarse”. (Bereshit 32:3)

Así explica el Zfat Emet: cuando entramos a nuestras casas en la noche de Shabat, los ángeles que nos acompañaron durante la semana están a punto de despedirse, y *“rendir su informe”* sobre nuestro comportamiento durante los seis días laborales. Después, dos ángeles se nos asignan en ese momento. A ese instante lo podemos llamar *Majanaim*, ya que se encuentran presentes los dos grupos de ángeles rodeándonos.

Por lo tanto, en el cántico del *Shalom Alejem*, comenzamos dando la bienvenida a los ángeles guardianes de Shabat que nos acompañarán la siguiente semana, y finalizamos el cántico despidiendo a los ángeles guardianes de la semana que terminó.

Profunda

Para entender lo anterior de manera más profunda, necesitamos retroceder en el tiempo y regresar al quinto día de la Creación, momento en el cual Hashem finalizó la Creación de todo el mundo angelical.

Cuando Hashem expuso a las Huestes Celestiales el plan del viernes, les dijo: “Hagamos un hombre”, a lo que manifestaron su desacuerdo diciendo: ¿para qué planeas la creación del ser humano? (Tehilim 8:5)

Su argumento era: “Qué necesidad tienes de hacer un ser humano infame, que en su mayoría será mentiroso, pecador y traicionero, teniéndonos a nosotros como fieles servidores Tuyo”. Sin embargo, al día siguiente, Hashem decide hacer al ser humano.

Relata el Zóhar: “Los ángeles se aproximaron frente al gran ángel SM (simbolizado en la Torá como la serpiente) y le dijeron: “Ve y sedúcelos, para que Dios vea que tenemos razón”.

En ese momento empezó un cierto *"bullying celestial"*, y cada vez que el hombre (en lo particular) o la Humanidad (en general) comete un error o transgrede los Mandamientos Divinos, es señalado por los ángeles, y dicen al Creador: "¡Teníamos razón!"

Así sucedió ante el Trono Celestial durante más de dos mil años de la Creación, con la Humanidad de mal en peor: el pecado de Adam, el asesinato de Hevel a manos de Caín, la idolatría de la generación de Enosh, las barbaridades de la generación del Diluvio, el desafío del Rey Nimrod y la generación de la Torre de Babel, la maldad de la gente de Sedóm y Amorá, etc. Todo esto llevó a los ángeles a decir, acompañado de una sonrisa burlona: "Te lo dijimos..."

Sin embargo, después de dos mil años llega por fin al mundo un ser humano como siempre Hashem anheló: Abraham Avinu.

Hashem, en el tercer día que Abraham hizo el Brit Milá, le mandó tres ángeles. Estos no fueron mandados exclusivamente para curarlo, ni para anunciarle que tendría un hijo, sino para enseñar a todo "el mundo de ángeles", la excepcional clase de ser humano que Hashem deseó a la hora de crear a la Humanidad.

Desde entonces un dedo siempre nos señala, ya sea el del Creador orgulloso de su obra o el de un ángel burlándose de nosotros.

Ahora podemos entender lo que ocurre en Shabat en nuestro hogar si la persona deja el quehacer mundano, sacrificando la posibilidad de hacer dinero en un día de gran venta, haciendo a un lado viajes placenteros, películas o canciones, etc. ¡Todo ese esfuerzo en honor a Dios!

Al desapegarse de este mundo para apegarse al Creador, lo convierte a uno en digno de ser visitado por Dios y sus ángeles en nuestra casa, para oír decir: "Observen con detenimiento, esto es lo que Yo quería".

Por esto es que cantamos el Shalom Alejem, dándoles la bienvenida, pero al mismo tiempo despidiéndolos rápidamente ya que se nos opusieron; por lo que sólo nos quedamos con el Rey, que nos tuvo confianza desde un principio.

También es el motivo por el que se acostumbra cantar la canción de Bar Yojai, especialmente por la frase que dice: *"Naasé Adam neemar bavurejá"*, Hagamos un hombre, se dijo por gente como tú (como Rabí Shimón Bar Yojai).

En esos momentos maravillosos de Shabat cumplimos el versículo, *"Israel asher vejá etpaar"*, Mi pueblo de Israel que contigo me embellezco (Ishaiahu 49:3). A esto se refería la cita del Zóhar arriba mencionada: "Dios entra con los ángeles, y cuando ve el Shabat en todo su esplendor se expresa diciendo: Éste es Mío, el hijo de Israel que Me llena de orgullo".

Astrológica

Según los Jajamim los siete días de la semana aluden a los siete astros ubicados en el Sistema Solar, incluso en varios idiomas se nombran los días de semana en función de ellos.

Por ejemplo: lunes por la Luna, martes por Marte, miércoles por Mercurio, jueves por Júpiter, viernes por Venus y Shabat por Saturno, planeta que en hebreo se llama *Shabtai*.

Nuestros Sabios preguntan: “Si es sabido que el planeta Saturno es de influencia negativa ¿por qué Hashem ordenó que justo ese día sea el día del encuentro con Él? Además, el Zóhar comenta: “A pesar de que la influencia de Saturno es de tristeza, en Shabat hay que estar alegre” (Yitró 140).

Pero aún más tenemos que entender a qué se refiere exactamente el término “astros influyentes”, cómo funcionan, y cómo encuadra la astrología en la creencia, teniendo presente que el Talmud dice: “*Ein mazal le Israel*” - No hay influencia astral para el pueblo de Israel” (Shabat 156a).

Para entenderlo tenemos que conocer el “Sistema” en el que Hashem está por encima de todo lo creado, y el hombre está en último lugar de esta Creación. Por lo que, entre Él y nosotros hay todo un mecanismo de ángeles que se encargan de funciones específicas en la Creación. Hay un ángel asignado a cada astro, a cada constelación o estrella.

En la antigüedad muchos pueblos paganos eran idólatras, llamados en hebreo *Akum*, iniciales del término Servidores de Estrellas y Signos Zodiacales.

Nuestros Sabios explican que estos idólatras no eran tontos, no le hablaban a la estrella, sino al ángel asignado a ella, usando sus poderes para beneficio propio, algo que está prohibido en el Judaísmo. Por lo tanto, uno no debe dirigirse, hablar y mucho menos ofender a ángeles, ya que, gracias a Dios, tenemos comunicación directa con Él sin necesidad de ningún intermediario.

La Creación tiene “*dos modos de acción*”: naturaleza y milagro. La diferencia entre los dos es que la naturaleza es sistemática y pasa por mecanismos y trámites que el Creador fijó con ángeles a cargo. En cambio, el milagro rompe el sistema y se salta la “*burocracia*”.

En el Judaísmo, Dios tiene dos nombres principales: *Elokim*, cuyo valor numérico es 86, igual a la palabra *HaTeva*, la naturaleza; para indicarnos que cuando Dios se manifiesta con Su nombre Elokim, significa que se maneja según las reglas y procedimientos que Él mismo ha establecido. Sin embargo, el nombre Hashem, compuesto de las letras *Yud, Hei, Vav, Hei*, se refiere a Dios cuando “*rompe*” el sistema, suspendiendo las reglas que Él mismo fijó.

Cuando la Torá habla sobre la Creación del mundo, en los primeros seis días figura el nombre de Hashem como Elokim. Pero al finalizar la Creación, dice el versículo: “*Vaijal Elokim... vaishbot Elokim*”, que literalmente significa que al séptimo día de la Creación, “*finalizó y cesó Elokim* (Bereshit 2:2).

El libro Zeev Itraf explica de manera más profunda: “Los primeros seis días se creó bajo el proceso “*Elokim*”, mismo que cesó para que iniciará el séptimo día bajo el proceso “*Hashem*”, suspendiendo las reglas burocráticas de la naturaleza y dando cabida a la opción de que ciertas cosas se manejen de manera sobrenatural. Por eso el versículo del séptimo día de la creación empieza con las palabras: “*Yom hashishi vaijulu hashamaim*” (Bereshit 1:31) cuyas letras iniciales en hebreo forman justamente el Nombre de Hashem de cuatro letras.

Gracias a estos conceptos entendemos mejor la presencia de ángeles cada Shabat. Los ángeles vienen como cada día para acompañarnos, y educadamente los saludamos diciendo: *"Shalom Alejem"*. Pero los despedimos al instante, como diciendo: "Hoy el trato es directo con el Creador, hoy no hay Elokim" (término que también se usa en la Torá para nombrar a los ángeles) (Bereshit 6:2).

Al comprender lo anterior, el mensaje de Shabat es muy claro: no hay constelaciones que influyan, ni Saturno, ni su ángel encargado de emanar tristeza, ya que en este día el trato es directo con el Patrón del mundo y no con Sus mensajeros. ¡Hoy la alegría es completa con Hashem!

"Recuerden el Shabat y recuerden la salida de Egipto". Los Comentaristas preguntan: ¿qué relación tiene la salida de Egipto con Shabat? Con todo lo anterior lo podemos entender. Es sabido que a la hora en que salimos de Egipto, astrológicamente era la hora más adversa y peligrosa, hecho que sorprendió a Paró experto en la materia, quien le preguntó a Moshé: *"Rehu ki raha neguéd penehem"*, ¿cómo te atreves a salir en esta noche que el planeta rojo, símbolo de sangre, está frente a ustedes?" (Shemot 10:10). A lo que Dios respondió: "Yo me encargué de sacarlos a ustedes y no lo hice a través de emisarios o ángeles". (Shemot 12:12)

Cuando hay "trato directo" con el Creador no hay influencia de astros ni de ángeles que valga. Esto hay que recordarlo cada Shabat. En Shabat obtenemos directamente del Creador todo lo necesario para vivir los días de la semana, e incluso para toda la vida, sin preocuparnos de la acusación de un ángel o de una influencia astral negativa.

Capítulo 16

El Cántico de *Eshet Jail*

Después de cantar el Shalom Alejem, se acostumbra entonar el *Eshet Jail*, mujer virtuosa; último capítulo del libro de Mishlé, Proverbios, escrito por el rey Shelomó.

Una opinión del Midrash dice que este cántico fue compuesto por Abraham Avinu para su esposa Sará, el día que la sepultó; ahí lo recitó despidiéndose de su amada compañera. Está escrito en forma alfabética, alabando todas sus virtudes, comportamientos, manejo de hogar y de la familia, mencionando con cada letra del alfabeto una gran virtud de ella.

Otra opinión dice que lo escribió el rey Shelomó sobre su mamá Batsheva; otros opinan que esta canción alude a cualquier mujer, esposa o madre del pueblo de Israel.

¿Qué lugar tiene este cántico en la noche de Shabat, a la hora del Kidush? Para entenderlo, conozcamos la importancia que tienen la mujer en la religión judía.

La importancia de la mujer

El día viernes de la Creación, Hashem creó dos seres diferentes: al hombre y a la mujer. Después de haber pecado, Dios decretó a cada uno una consecuencia diferente. Al hombre que para obtener su pan deberá esforzarse con el sudor de su frente, sudar recorriendo los campos y el mundo para traer la manutención. A la mujer Le decretó ser la encargada del hogar y de los miembros que lo integran, trayendo los hijos al mundo.

Con estas consecuencias se creó una función diferente para cada uno y a manera ilustrativa se asemejan a las funciones del secretario de Asuntos Exteriores y la secretaria de Asuntos Interiores; al secretario de Economía y la secretaria de Educación, que cuando actúan en sociedad para el país funcionan muy adecuadamente.

Cuando llega Shabat, esta relación llega a verse totalmente unida en el momento que la familia está sentada alrededor de la mesa: el hombre (Secretario exterior y de finanzas) sentado ante la hermosa mesa,

bien dispuesta con todos los manjares, (que seguramente ameritan estar en un libro de recetas de cocina). Por otro lado, los hijos bien educados alrededor de ella, reinando entre ellos la paz y la santidad de Shabat. Todo esto es gracias a la mujer de la casa (Secretaria del Interior y de Educación) quien merece le rindan honor alabando y reconociendo todo su esfuerzo con el cántico de *Eshet Jail*.

Dice el Talmud en nombre de Rabí Jalbo: “La persona siempre debe ser cuidadosa con el honor de su esposa, ya que la bendición y la abundancia de la casa dependen de ella. Como dice el versículo: Y a Abraham Avinu le fue bien gracias a su esposa Sará”. Por eso Rabá ordenaba a su comunidad: “respeten a sus esposas, y les irá bien en sus negocios” (Babá Metziá 59a).

Rabí Akivá dice: “La persona siempre debe gastar en comida menos de lo que tiene, en vestimenta con lo que tiene, y para honrar a su esposa con más de lo que tiene” (Julin 84b).

Al respecto dice Maimónides: “Y ordenaron nuestros Sabios que el hombre respete a su mujer más de lo que se honra a sí mismo; si tiene mucho dinero que la honre con eso y que no implante temor en el hogar; que hable con ella en forma suave y tranquila, y aunque en su trabajo esté enojado o triste, en su hogar deberá estar alegre y tranquilo” (Ishut 15:19).

A la hora que toda la familia está sentada alrededor de la mesa de Shabat, ese momento se convierte en un acto de reconocimiento a la mujer, por todo el esfuerzo que hizo en el hogar durante la semana, especialmente en víspera de Shabat, que nos permite disfrutar de una cena de gala.

Nuestros Sabios enseñaron: “Tres cosas amplían la mente de la persona: una casa bonita y limpia, utensilios y ropa lujosa, y una esposa bella” (Berajot 57b). Un momento como éste, donde la casa está en el mejor momento de toda la semana, donde estamos vestidos con las mejores ropas que tenemos, sentados ante una mesa con utensilios finos y delicados manjares; junto a una Reina cuya presencia honra la mesa, ése es el momento adecuado para que con una mente amplia y clara le entonemos el *Eshet Jail*.

Cómo lograr cantar *Eshet Jail*

A veces nos preguntamos: ¡Nuestra vida matrimonial no es un ramo de rosas! Esta semana ella me dijo... y me hizo... ¡y ni mencionar aquel caso...!, entonces ¿cómo quieres que le cante y la alabe?

Para eso debemos retornar al sexto día de la Creación y ver el mensaje maravilloso que nos dejó Adam; para lograrlo entender, hay que “ponernos en sus zapatos”.

Hashem creó a Adam y lo puso en un Paraíso; un lugar maravilloso, lleno de abundancia. Hashem le pidió una cosa solamente: “Disfruta de todo lo que hay aquí, sólo no comas de este árbol. El día que de ahí comas, ese día morirás”. Esta orden Adam la transmitió a Javá su esposa.

Sin embargo, Javá no resistió la tentación.

Nuestros Sabios dicen que inmediatamente después de pecar, Javá reflexionó y se dio cuenta que sería castigada por Dios, quien probablemente le decretaría la pena capital. Con cierto egoísmo se dijo a sí misma: “No moriré sola. Para que no le creen otra mujer lo seduciré para que también él muera” (Bereshit Rabá 19:5). Con esa mala intención, se aproximó a Adam “ofreciéndole” un manjar. A raíz de esto fueron juzgados, castigados y expulsados del Paraíso.

Hagamos una breve pausa y reflexionemos cómo se sintió Adam respecto a Javá.

Ella lo hizo pecar, fue expulsado de un lugar maravilloso, y ahora tendrá que sudar para comer. Inmediatamente después de que Hashem decretó el castigo: “Con el sudor de tu frente ganarás el pan”, agregó el castigo de la mortalidad, “...ya que del polvo viniste, al polvo regresarás”. (Bereshit 3: 19)

Después de este acontecimiento, la Torá dice: “Adam nombró a su esposa Javá, ya que ella será ‘em kol jai’, la madre de todo ser humano” (Bereshit 3:20). Cabe preguntar: ¿por qué la nombró justo así después de haber sido expulsado del Paraíso? Analizando bien lo que ella le hizo, hay una larga lista de nombres disponibles para nombrarla: por ejemplo, yo la podría haber llamado: Cactus o Señora Dañina.

Adam nos dio un mensaje maravilloso: Uno puede elegir ser en su vida mosca o mariposa. La mosca busca la basura y la mariposa las flores.

Existen personas mosca, que siempre buscan lo negativo en el otro, en qué falló, en qué está mal; su propio álbum mental está lleno de recuerdos “basura”. Adam Harishón, en cambio, nos enseñó a ser mariposa y en todos los aspectos de la vida buscar las flores, especialmente de su pareja.

Es verdad que Javá fue un cactus para Adam, ella le provocó muchos daños y problemas, sin embargo, prefirió ver su lado positivo ya que Javá sería la Madre de sus hijos, la reina de su hogar, la bondadosa en la casa. ¡Bastantes motivos para amarla y olvidar el error que cometió!

Nuestros Sabios dicen: “El hombre fue maldecido con trabajo duro, con batallar en los negocios y con sudar por su alimento. A ella se le dijo: ‘Y estarás bajo su dominio y él gobernará sobre ti’ (Bereshit 3:16). Si el hombre al cumplir su castigo sobre la mujer no es abusivo, y no la trata de menos, sino todo lo contrario la honra y la respeta, de la misma manera Dios le aligerará a él la carga de la manutención”.




La mujer en el judaísmo

Debido a que el hogar es un Pequeño Santuario el Midrash dice:

“Tres cosas se veían permanente en la tienda de Abraham Avinu:

una vela prendida, bendición y abundancia en la mesa y una nube de Presencia Divina sobre la carpa. Al fallecer Sara estas tres cosas desaparecieron y volvieron a regresar cuando su hijo Itzjak trajo a su esposa Rivká a la carpa”.

Estas mismas tres cosas importantes son las que caracterizaban el Templo:

-  La Vela del Candelabro que permanecía milagrosamente prendida todo el día.
-  La Bendición de los Doce Panes que se mantenían frescos y calientes toda la semana.
-  La Presencia Divina que provocaba los Diez Milagros palpables.

Cada Shabat en nuestro hogar, al tener las velas encendidas, las hermosas jalot y la Shejiná posando sobre nosotros, es momento de reconocer que la Luz en el hogar, la abundancia en el alimento y la Presencia de Dios, son gracias a la mujer.

Según el judaísmo ella tiene mayor cercanía con Dios ya que para hacer al hombre Dios dijo a los ángeles: “Hagamos”, y cuando llegó la hora de crear a la mujer dijo: “Haré”. Y ya que fue hecha personalmente por el Creador, su alma contiene un sexto sentido, mucho más desarrollado que el hombre.

Esto es a tal grado que Rab Papá dijo de forma metafórica: “Aun si tu esposa fuera muy corta de estatura agáchate hasta ella para escuchar su consejo” (Babá Metziá 59a).

Así como Hashem le ordenó a Abraham Avinu: “Todo lo que te diga Sara, obedécela”. Si a Abraham Avinu se le ordenó obedecer a su esposa, ¡con más razón nosotros!

La Guemará relata un suceso que sirve como ejemplo: “Rabán Gamaliel fue el rabino líder del pueblo a finales siglo I, después de la destrucción del Templo. Manejó la comunidad de forma justa pero muy estricta, cosa que incomodó mucho a los Jajamim al punto de pedir su dimisión, provocando una situación muy tensa y delicada en el ambiente rabínico.




Firmes con la decisión se acercaron a Rabí Eleazar Ben Azaría ofreciéndole el puesto, y él respondió: “Debo consultarlo con mi esposa”. El consejo de ella fue no aceptar el cargo, ya que el día de mañana cuando hicieran las paces con Rabán Gamliel le ofrecerían retomar el puesto y él quedaría de más. Finalmente terminó por no seguir el consejo de su mujer y relata la Guemará que ocurrió tal y como ella anticipó.

Con este relato nuestros Sabios no quisieron transmitirnos que la esposa sea profeta, ni tampoco que hay que “cuadrarse” ante cualquier consejo de ella, sino que vale la pena escuchar y analizar sus palabras, porque el sexto sentido que emana del alma femenina es mucho más fino que el de los hombres.

Si somos de los que van por el mundo buscando Cabalistas, grandes Rabinos o Cohanim que nos bendigan, es mejor que sepamos que en casa tenemos la mejor bendición, la que proviene de la boca de la esposa, mamá, o la abuela.

La mujer como medio de salvación

Asimismo nuestros Sabios aclararon que todas las salvaciones de la historia judía fueron gracias a las mujeres. Como por ejemplo:

-  **Pésaj:** el Talmud dice que la salida de Egipto fue gracias a las mujeres virtuosas que se condujeron con recato y lealtad. Por el mérito de ellas salimos de esa esclavitud.
-  **Janucá:** la rebelión de los Macabim, empezó con Judith que desnucó a Holofernes.
-  **Purim:** fue gracias a la reina Ester y su indoblegable voluntad de proteger a su gente.

De estos y otros casos más aprendemos, que si queremos una salvación personal y salir de una esclavitud, un mal decreto o un abuso, debemos inclinar la cabeza ante la mujer del hogar y pedirle una bendición.

Por eso, después de que la mujer prende las velas de Shabat, reza por su esposo, hijos o nietos, y trae a todos bendiciones y protección Divina, amerita que le cantemos el *Eshet Jail*, Mujer Virtuosa.

Capítulo 17

El Cántico de Bar Yojai

Algunos acostumbran después del *Shalom Alejem* y el *Eshet Jail*, cantar la canción dedicada a Rabí Shimon bar Yojai y posteriormente entonar la poesía *Asader Lisudata* compuesta por el Ari z"l. Este toque cabalístico que damos al Kidush es muy interesante, ya que sabemos que el nombre Zóhar (que significa Esplendor) es el título más adecuado que podían dar a una obra llena de conceptos que hacen resplandecer a la persona y al lugar en el que estudia.

Gracias a Dios tuvimos el privilegio de tener durante la historia de nuestro pueblo, grandes figuras rabínicas; personas cuyo conocimiento e inteligencia se palpa en las obras que legaron. Cada uno fomentó algún aspecto de la Torá, la cual se puede estudiar en cuatro niveles principales:

***Pshat*: lo literal.**

***Remes*: lo insinuado.**

***Drash*: la amplitud**

***Zod*: lo profundo y oculto.**

Este concepto está insinuado en el versículo: "Y un manantial salía del Edén que se dividía en cuatro ríos" (Bereshit), aludiendo a la Torá, manantial emanado del Monte Sinaí que se divide en cuatro niveles de estudio, y a su vez, se comparan a cuatro tipos de líquidos:

- *Pshat*: donde lo básico alude al agua.
- *Remes*: donde lo insinuado corresponde al jugo, que está detrás del fruto.
- *Drash*: que se relaciona con el aceite, el cual hay que machacar para obtenerlo.
- *Zod*: la parte mística y profunda que se compara al vino (llamado en hebreo *yain*).

(Curiosamente las palabras *zod* y *yain* suman 70, número que en el Judaísmo simboliza sabiduría: los 70 Sabios, las 70 fases de la Torá, los 70 nombres de Dios, etc.).

Las explicaciones que manan de este río de Torá (*zod*) nos ayudan a ver las cosas de forma más energética y entendible. A esta parte de la biblioteca judía, nuestros Sabios la llamaron el Alma de la Torá.

La Torá tiene su “cuerpo”, compuesto de las historias, órdenes, obligaciones, etc., y el “alma” que es la Cabalá, se dedica a ver lo oculto en todo esto, lo insinuado profundamente dentro de los versículos y las leyes.

Debido a que también los días de la semana se dividen en seis días de cuerpo y uno de alma, un día en el que podemos llegar a obtener la *neshamá yeterá*, es propicio que entremos un poco a las aguas del río de *Zod*, y poder aprovechar esta *neshamá* adicional que se nos asigna para aumentar nuestro estudio y los conocimientos de la Torá, al “bucear un poquito en este río”.

Rabi Shimón Bar Yojai, gran cabalista en la generación de los *Tanaítas* y el Ari z”l, gran cabalista en el siglo XVI, se dedicaron intensamente a desarrollar la parte del *Zod*, explicando lo que hay detrás de las mitzvot, las costumbres y los rituales que hacemos, además de buscar entender el secreto de la Creación y la influencia celestial de nuestros actos.

El Arizal dice: “El estudio del Zohar ayuda a la persona a alcanzar un nivel mayor de entendimiento” (Shaas Ruaj haKodesh 11b). El Jidá agrega: “Este estudio repara y limpia el alma de la persona” (Moré Beetzva, 44).

No hay mejor día que Shabat para estudiar la Torá en este nivel; y ya que para muchos de nosotros no es tan fácil bañarnos en este “río”, por lo menos cantemos en honor a Rabí Shimón Bar Yojai. Moshé Rabenu nos bajó del Cielo el cuerpo de la Torá y Rabí Shimón nos bajó el alma de ella.

Según el Arizal, Rabí Shimón Bar Yojai fue la reencarnación de Moshé Rabenu. Curiosamente entre el aniversario luctuoso de Moshé Rabenu y el de Rabí Shimón, hay exactamente 70 días, aludiendo lo dicho anteriormente.

El Ari z”l fue la reencarnación de Rabí Shimón bar Yojai, quien nos explicó los conceptos del Zohar Kadosh, por lo tanto, después de entonar la canción de Bar Yojai, se acostumbra a entonar la poesía del Ari z”l conocida como: *Atkinu Seudatá*.

De forma más profunda

Hay dos formas religiosas de vivir, dos modos de alcanzar sabiduría y cercanía Divina. Una es a través de alejarnos de todo lo material, abstener al cuerpo de ciertos placeres, y vivir más Cielo que Tierra. La otra es justamente al contrario: vivir la vida, disfrutar de comidas y manjares, estar involucrado con la gente y con el mundo. Una la llamaremos Moshé y la otra Aharón, los dos hermanos líderes que nos sacaron de Egipto.

La forma de vida de Moshé Rabenu fue alejarse de la ciudad, deambular y meditar en los desiertos, “subir a la Montaña para obtener la Torá”, alejarse del pueblo para acercarse a Dios, restringir la comida y la bebida, e incluso abstenerse de vida conyugal.

Esta forma de vida la llevó Moshé Rabenu en su reencarnación como Rabí Shimón Bar Yojai, encerrado en la cueva, alejándose de la gente y comiendo solamente algarrobo. De esta manera obtuvo la cercanía Divina para obtener los secretos de la Cabalá.

Aharón Hacoén representa el sendero opuesto. Estar involucrado con la gente, vestir como Sumo Sacerdote con oro y piedras preciosas, alimentarse de la carne de los sacrificios, de los regalos y las ofrendas.

Ambos caminos son permitidos, pero cada uno tiene ventajas y desventajas, por lo que la combinación de los dos, representa la forma ideal de vida.

El momento más apto para simbolizar la hermandad entre nuestros "Moshé y Aharón" internos es en la noche de Shabat. Por una parte dejamos nuestro negocio y nuestro mundo terrenal, subiendo a la montaña de Shabat, e incluso entramos a la Cueva Familiar. Por otra parte comemos manjares, buena carne y buen vino. Nos alejamos de la gente del mundo y nos apegamos a nuestra familia y a los amigos de la comunidad.

Capítulo 18

El Manantial de Bendiciones

Después de los cánticos procedemos al Kidush, en el que decimos “*Vaybarej Elohim et yom hashebi*”, Y bendijo Dios al séptimo día. ¿A quién exactamente bendice Dios en Shabat, a Shabat o a nosotros a través de Shabat?

En el mismo sentido podemos preguntar, quién bendice a quién en Shabat, ¿nosotros santificamos al Shabat y lo bendecimos a través del Kidush, o Shabat nos bendice a nosotros?

Para responder, tenemos que analizar si Shabat es género masculino o femenino.

En la Cabalá lo masculino hace alusión a quien da, y lo femenino a quien recibe, por eso siempre nos referimos a Dios en términos masculinos, y nosotros, como Su pueblo en términos femeninos, ya que Él es quien da y nosotros quienes recibimos; como la relación entre el pobre y el rico, el maestro y el alumno, el sol y la luna.

Al donador siempre lo tratamos como *mashpía*, influyente, aquél que emana y brinda. Entonces queda un poco más clara nuestra pregunta: ¿Shabat es femenino y “ella” recibe bendiciones tanto de Dios como de nosotros, o Shabat es masculino, un día que bendice a quien lo respeta?

Si analizamos el lenguaje de la Torá y del rezo para saber en qué género se refieren al Shabat, encontraremos curiosamente ambos.

Por ejemplo, en el rezo de Arvit de Shabat decimos “*Veyanuju ba*”, Y descansarán en ella, mientras que en el rezo del día decimos: “*Veyanuju bo*”, Y descansarán en él.

En la Torá aparece un término muy peculiar en cuanto a Shabat. En hebreo la traducción de la palabra “*Hú*” significa él, “*Hí*”, ella. Cuando la Torá habla de Shabat, está escrito “*Shabat Hu*”, pero se pronuncia “*Hi*”, bajo la regla de: “*Em la mikrá*” y “*Em lamasoret*”. Es decir, en ciertas ocasiones, hay palabras que están escritas de una forma pero se deben pronunciar de otra; y ésta es una de ellas.

Entonces, ¿Shabat es masculino o femenino? ¿Da bendiciones o recibe bendiciones? ¿Nos bendice o es bendecida?

La respuesta nos aclarará mejor el término y la grandeza de este día.

El día de Shabat empieza con término femenino, como un manantial que recibe, se va llenando de luz desde arriba a través de Dios. Dios bendijo al séptimo día de la semana, proveyéndole de tanta luz que de este día se bendicen todos los demás días de la semana.

Shabat se llena también desde abajo, desde la Tierra a través de nosotros, por medio de todos los preparativos, y el Kidush con el que bendecimos al Día de Shabat. Esto la llena de luz terrenal, convirtiéndose Shabat en receptora femenina.

Sin embargo, a la hora que Shabat se llena, ella se convierte en masculino, emanando Luz y bendición a todos los mundos, tanto el terrenal como el celestial. Como indica el Zóhar: “Cuando entra el Shabat se llenan los Mundos Celestiales de Luz, las almas del Gan Edén inferior se elevan al Gan Edén Superior; incluso las almas que se encuentran en el Guehinom, reciben paz, tranquilidad y luz en este día”. Y sobre nosotros, en la Tierra, derrama mucha Luz y bendiciones; por lo que le cantamos “*Meen Haberajot*”, el Manantial de las Bendiciones”.

Si durante el Kidush volteamos a nuestro alrededor, notaremos solamente conceptos de bendición: empezando con los ángeles que nos acompañan, poniendo sus alas sobre nuestra cabeza, bendiciéndonos que Hashem nos perdone por todos nuestros pecados. O según la otra opinión que trae el Talmud, que al ver nuestra mesa hermosa, iluminada y bien acompañada nos bendicen: “Que así siga siendo la semana que viene”. Por eso, en la tercera estrofa de la canción *Shalom Alejem* decimos: “*Barejuni leshalom*” Bendíganme ángeles con paz.

La mano de la bendición

Cuando tenemos la copa en la mano, el pan frente a nuestros ojos y las velas prendidas a un lado, reflejamos la bendición de la Torá, la cual habla de la abundancia que nos dará Dios: “*Veasaftá deganejá vetirosheja veitzhareja*”, recogerás con abundancia tu cosecha, tu viña y tu olivo (Debarim 11:14). Estos tres elementos, con los que Dios manifestó la bendición y la abundancia, son justamente las tres cosas fundamentales en la mesa de Kidush: las jalot hechas de la cosecha del trigo, el vino que se obtiene de la viña, y el aceite de las velas que proviene del olivo.

También el Kidush sobre el vino refleja abundancia, como dice el Talmud: “La casa en la que se desborda el vino se llena de bendición”. Por eso acostumbramos llenar la copa hasta que se desborde. La copa se debe sostener con la mano derecha, la mano de la bendición y de la abundancia.

El Kidush empieza según algunas costumbres: “*Yom hashihí vaijulú hashamaim*”, cuyas palabras iniciales forman la palabra hebrea del Nombre Hashem que refleja la misericordia, la bondad y la bendición.

Por eso acostumbramos repartir de ese vino a todos los presentes, ya que aparte del motivo de demostrar cariño por el Kidush, también se comparte para que reciban esta bendición.

La bendición de los padres a los hijos

En este mismo ambiente de alegría y bendición, nos levantamos y bendecimos a nuestros hijos, poniendo las manos sobre su cabeza, citando a los varones el versículo de la bendición de Yaakov Avinu, quien ordenó estas palabras para que cada padre bendijera a sus hijos: *“Yesimejá Elokim keEfraim vejiMenashé”*, que sean ustedes buenos hermanos como Efraim y Menashé. Los Comentaristas explican que lo que tenían de especial estos hermanos, era su armonía.

La Torá nos enseña que, hasta ese momento de la historia el hermano mayor envidiaba al exitoso hermano menor, llegando al punto de querer eliminarlo. Además, de que el hermano menor tampoco se comportaba correctamente ya que buscaba irritar al hermano mayor.

Como sucedió con los hermanos Caín y Hebel. Aun Caín siendo el hermano mayor, Dios recibió la ofrenda del menor. Los Jajamim revelan que, Hebel se enorgullecía ante su hermano mayor y Caín se enojaba por esto, hasta que la envidia lo llevó al asesinato.

También lo encontramos con los hijos de Abraham: Ishmael e Itzjak. O con los hijos de Itzjak: Esav y Yaakov. Y por supuesto con Yosef y sus hermanos.

Esta cadena de envidias y rencores se rompió cuando Yaakov Avinu bendijo con su mano derecha a Efraim, el hijo menor de Yosef, dándole mayor honor e importancia, sin que este se enorgulleciera, y a su vez, Menashé no lo envidió. Al ver esa armonía entre los hermanos, Yaakov dijo: *“De esta forma bendigan a sus hijos para que sean como ellos”*.

A las niñas se les bendice: *“Yesimej Elokim keSará, Rivká, Rajel veLeá”*, Dios te bendiga y seas buena, recatada y bondadosa como las Matriarcas.

Este acto, además de ser un momento de bendición, contiene un momento de educación muy importante, ya que enseña a los hijos que siempre, sin importar la edad que tengan, agachen la cabeza ante los padres, reconociendo que la bendición de ellos es muy potente y les puede abrir caminos en la vida.

La bendición finaliza con los hijos besando la mano de su padre, demostrando de esta manera el hijo al padre que, esa mano que lo educó, ya sea a través de caricias o de corrección, siempre lo hizo con amor y para su bien.

La bendición de la mesa de Shabat

También la mesa servida que se ofrece en Shabat trae bendición. Dice el Zóhar: *“La persona debe llenar su mesa ya que en esos momentos se bendice al hogar con abundancia y no se debe bendecir sobre utensilios vacíos; la abundancia terrenal “jala” abundancia Celestial”*.

El platillo principal que se ofrece en Shabat es pescado, como nos aconsejaron los Jajamim, por lo que hay que acostumbrarse a comer pescado en Shabat.

El motivo es, que de toda la Creación, el Creador dio una bendición especial solamente a los peces, como está escrito: “Y los bendijo Dios que se multipliquen y llenen todos los mares” (Bereshit 1,22). Por lo tanto, en una noche de bendiciones, comemos los peces que fueron bendecidos.

Sabemos que la ostentación “atrae” el *ain hará*, el mal de ojo, y entre tanta luz y bendición, hay que estar atentos, ya que esta abundancia puede ser contraproducente. Aprendimos de Yaakov Avinu que los pescados son símbolo contra eso, como él mismo menciona: “*Veidgu larob bekereb haaretz*”, que se multipliquen como los peces. Aclaran nuestros Sabios que, debido a que los peces recibieron la bendición de Dios, no reciben el mal de ojo sobre ellos.

El número siete

Además y de forma increíble, podemos ver como todo el alimento de esta cena tiene que ver con el número 7.

La Torá dice: “Y bendijo Dios al séptimo día”. El versículo no dice al día de Shabat, aunque es lo mismo, sino al séptimo día. Esto viene a insinuarnos que la bendición va con el número siete, como dice la Guemará: “Los siete son queridos ante Dios, y todas las cosas espirituales se conectaron al 7”.

Por ejemplo el 7º día de la semana es Shabat, 7 días de Pésaj, 7 días de Sucot, el 7º mes del año según la Torá contando desde Nisán, es el mes de Tishrei, el mes que está lleno de festividades, y la festividad de Shavuot es después del conteo de 7 semanas del Omer, al igual que los 7 cielos, los 7 brazos del candelabro, etc.

Analizando todos los alimentos de la cena de Shabat en numerología veremos que se conectan al número 7. El vino, que en hebreo suma 70; el Kidush contiene 70 letras; la jalá suma 43 (4+3= 7), el pescado que suma 7, la carne que suma 502 (5+0+2= 7), el arroz que suma 214 (2+1+4) = 7, etc.

De esta forma podemos darnos cuenta que cada detalle de Shabat, por mínimo que parezca tiene un significado profundo, cumpliendo así la orden del Creador: “Y bendijo Dios al Séptimo día”.

¡Una noche tan bendecida y llena de Luz no podemos desperdiciarla!

Capítulo 19

Lavado de las manos

Después del Kidush y la bendición de los hijos, nos lavamos las manos para la bendición del pan. En el Templo se encontraba el *kiyor*, un gran utensilio que servía para lavar las manos; los Cohanim se lavaban también los pies antes de sacrificar. De igual manera también nosotros nos lavamos como los Cohanim, antes de ofrecer la bendición sobre el pan, el cual también se comparó con los sacrificios.

Esta mitzvá de *Netilat yadaim* inició con el rey Shelomó y continuó en la época del Segundo Templo. Entonces se ordenó que no sólo los sacerdotes se lavaran las manos para consumir el sagrado alimento de la Terumá, sino que todo Israel tenía que hacerlo antes de comer pan.

En las leyes de impureza hay un concepto que dice que la parte del cuerpo que se impurificó no hace que todo el cuerpo se impurifique sino sólo ese miembro. Sin embargo, antes no aplicaba porque quien tocaba un cadáver con una mano impurificaba todo el cuerpo. En las leyes del lavado de manos se estableció que únicamente las manos están impurificadas, para diferenciarlas del resto del cuerpo.

Todos los dictámenes de nuestros Sabios tienen múltiples motivos, algunos fáciles de entender y otros profundos. Respecto a la orden de lavarnos las manos antes de comer el pan, he recopilado algunos de ellos.

El lavado de manos se estableció para recordar a los sacerdotes en el Templo, quienes debían lavarse antes de aproximarse al servicio de los sacrificios. Aunque ellos se lavaban manos y pies, el Ben Ish Jai nos dice que lavamos únicamente las manos porque para eliminar la impureza de los pies se requiere más que la simple *netilá*.

Está escrito: "*Vehitkadishem vihyitem kedoshim*", Santifíquense para ser puros. Explican nuestros Sabios que debemos lavarnos las manos para purificarnos antes de comer. La diferencia de este punto con el anterior es, en uno se hace *netilá* para quitar impureza y alcanzar mediante ella un estado neutro, mientras según la otra opinión, el estado de las manos ya es neutro y la *netilá* sirve para purificarlas y elevarlas.

Ya que los alimentos se pueden percibir como parte de deseos terrenales y como una mera necesidad animal, o como la forma de nutrir nuestro cuerpo para realizar adecuadamente el servicio Divino, el ritual de *netilá* confirma que nuestra intención al alimentarnos es la segunda.

Dice el Maharal: “Cuando la persona se sienta a comer, se inclina hacia lo material, hacia lo mundano, lo terrenal representado por la comida y la bebida. Por ello nos ordenaron lavarnos las manos con agua, símbolo de pureza, para convertir también este acto físico en un evento espiritual”, insinuándonos que debemos de imbuir alma sobre lo material.

➤ Otros Comentaristas consideran *netilat yadaim* como un equivalente al ritual de *Nisuj hamaim*, se derramaba agua sobre las esquinas del Altar para pedir a Hashem abundancia de lluvias, que son la fuente del sustento.

➤ La comida representa la abundancia, y el pan lo obtenemos con el sudor de nuestra frente, por esto hacemos nuestro pequeño *Nisuj hamaim*, para pedir a Hashem abundancia y buen sustento. Curiosamente, la palabra “agua” en hebreo es *maim*, compuesta por las letras iniciales de la bendición: “*Malé yadenu mibirjoteja*”, Llena nuestras manos de Tus bendiciones. Después del lavado de manos decimos la bendición *Al netilat yadaim*, cuyas iniciales forman la palabra *aní*, pobre, justamente para insinuar que la *netilá* nos llena de bendición y nos salva de la pobreza.

➤ El agua hace alusión a la bondad, ya que de la misma forma en que las aguas siempre fluyen de arriba hacia abajo, la bondad, la misericordia y la caridad bajan del Creador, Quien está en una posición elevada. Esto nos enseña que igual debemos hacer con el necesitado, invitarlo a nuestra mesa para compartir el pan con él.

Las anteriores son sólo una pequeña parte de las muchas explicaciones que puede tener el ritual de *netilá*. Y aunque no lleguemos a conocerlas todas, debemos confiar en que nuestros Sabios sabían sobre esta mitzvá. Como está escrito en el libro *Shébet Musar*, que cita el testamento de Rabí Eliezer HaGadol a su hijo Orkanos: “Hijo mío, sé meticuloso con *netilat yadaim*, ya que el lavado de las manos es uno de los actos más elevados que tenemos. Y aquel que lo menosprecia o lo desecha, no es apreciado en el Cielo”.

El utensilio para el alma

Para el ritual de lavado de manos se utiliza un utensilio llamado *keli*. Nuestros Sabios dijeron: “No se lavan las manos sino mediante un utensilio”. (*Mishná, Yadaim 1,2*). Nuestros Sabios aprendieron esta ley del ritual de purificación que se hacía en el Templo con las aguas del *jatat*, como dice el versículo: “Se verterán esas aguas dentro de un utensilio”.

En un sentido más profundo, podemos entender el concepto del agua y del *keli* haciendo alusión al cuerpo y al alma, como a continuación se explicará.

Antes de la Creación, todas las almas estaban en un lugar denominado *Majtzav Haneshamot* desde donde salen para introducirse en su utensilio particular, el cuerpo.

El agua, símbolo de pureza, es fuente de vida, ya que todo lo que crece necesita de ella, por ello el agua alude al alma.

El agua de cualquier estanque de agua, mar, lago o mikve, tiene la característica de ser pura y sirve como lugar para purificarse. En el momento que sus aguas sean acarreadas o puestas en un utensilio se corre el riesgo de que sean impurificadas; mientras la aguas están en su lugar original no existe la posibilidad de que se impurifiquen. No existe un lago impuro.

Esto alude a aquel lugar celestial el Majtzav Haneshamot, el Gran Depósito de las Almas, donde no cabe la impureza. Sin embargo, a la hora de tomar esas aguas/almas y meterlas a un utensilio/cuerpo, son propicias a impurificarse, a menos que las cuidemos.

Así es el alma: desde el momento que entró a nuestro *keli*, nuestro cuerpo, puede impurificarse, o puede servir de medio para nuestra purificación y elevación personal.

Recordemos lo dicho en capítulos anteriores: la palabra *keli* en hebreo se escribe con las letras *jav*, *lamed* y *yud*, que son las iniciales de Cohanim, Leviím e Israel- “El *keli* del pueblo judío”.

El ciclo del agua en la naturaleza consiste en que las aguas bajan a la Tierra, pasan un tiempo aquí, se evaporan, suben, se condensan en nubes y después de un tiempo vuelven a bajar. Eso mismo pasa con el “ciclo de las almas”: bajan al mundo, viven su vida y al finalizar suben como un vapor y en caso de ser necesario, “se condensarán” y volverán a bajar de acuerdo con el concepto de la reencarnación.

Un utensilio perfecto

Varias de las leyes correspondientes al *keli* y el agua nos insinúan el modo de vivir correctamente. Por ejemplo, un *keli* agujerado no sirve para hacer *netilat yadaim*, o un *keli* que es demasiado pequeño y no puede contener la medida mínima de agua, tampoco sirve. Esto alude a aquella persona que tiene “fuga de alma” a través de los “hoyos” en su cuerpo, provocados por los pecados que ha cometido, lo que lo obliga a reparar el *keli* para conservar y almacenar una mayor cantidad de agua pura.

Lo más importante es que todos los *kelim* sin importar de qué material estén hechos, oro, piedra, o incluso cartón, sirven para la mitzvá de *netilá*. Siguiendo el ejemplo, el rico y el pobre, el importante o el simple, el sabio o el ignorante, todos son dignos de contener un alma pura.

A la hora de lavarnos las manos, tomamos un *keli*, que es como uno mismo, y de la fuente de agua, que alude a lo Celestial, como dice el profeta en nombre de Dios: “A Mí me abandonaron, siendo Yo la fuente de aguas puras” (Irmiyahu 2:13), llenamos nuestro *keli* de aguas puras y las derramamos sobre nosotros, haciendo alusión a que nuestro mayor anhelo es llevar pureza y espiritualidad a la mesa en que comemos.

Que sea la Voluntad del Todopoderoso que se cumpla en nosotros la profecía: “Y derramaré sobre ustedes aguas puras y con ellas se purificarán” (Yejezkel 36:25).

El agua para la Netilá

Las aguas aptas para el lavado de manos deben ser puras, por lo que conviene hablar del concepto del agua dentro del Judaísmo.

El Zóhar dice: “El agua es bondad y trae alegría”. Dice el versículo: “*Olam jésed ibané*”, el mundo se creó desde un inicio para hacer bondad (Tehilim 89:3), esto significa que Dios creó el mundo para hacer un bien, para dar bien. La Torá aclara que al principio toda la Tierra estaba cubierta de agua, y el espíritu de Dios flotaba sobre las aguas” (Bereshit 1,2).

El agua es el primer elemento que Dios puso sobre la Tierra, para después crear todas las diferentes especies de vida que habría de tener en Su planeta. En el segundo día de la creación dice: “Que se concentre el agua en un lugar y que se vea lo seco” (Bereshit 1,9). Ahora en la Creación ya existen dos cosas: el agua y lo seco. Si el agua representa bondad, entonces ¿qué representa lo seco, lo duro, lo sólido, la piedra? La justicia.

Hay un concepto muy importante relacionado con el agua: cuando una persona peca, se impurifica y existe sobre ella un decreto de justicia. ¿Cómo puede quitarse de encima la justicia? Sumergiéndose en la mikve, y al hacer *netilat yadaim*.

Usamos el agua como una forma de quitarnos la impureza, el castigo y la justicia ya que el agua es símbolo de la bondad.

El Recanati explica de otra manera:

Nuestros Sabios dijeron, “Dos cualidades están sobre la mesa de la persona cuando se sienta a comer: una es la cualidad de la bondad, la misericordia, y la otra es la justicia, la supervisión Divina, para ver cómo andan las cosas, si todo está bien...”

Cuando la persona hace *netilat yadaim* antes de comer y dice la *berajá*, la cualidad buena dice: “Éste pertenece a Hashem”. Hashem pone las manos sobre su cabeza y dice: “Hijo del pueblo de Israel, Dios se enorgullece de ti”. (Parashat Ekev)

Nunca olvidemos que trabajar por la comida y la manutención, es en realidad una maldición: “*Bezeat apeja tójal léjem*”, con el sudor de tu frente comerás el pan. (Bereshit 3:19) Es una maldición, un acto de justicia, es un juicio que Dios hizo a Adam. ¿Qué hacemos nosotros para contrarrestar ese juicio, ese castigo severo?: *Netilat yadaim*, para pedir bondad y así con Su ayuda, tener toda la abundancia de la comida, con bendición y satisfacción, como el agua que baja fluyendo y nos baña de pureza de arriba hacia abajo.

Las mitzvot que cumplimos tienen un significado más profundo de lo que creemos. Ahora podemos entender mejor la bendición que se dice sobre el pan: “*Hamotzi léjem min haáretz...*”, El que saca el pan de la tierra, de lo seco, ya que el pan contiene la maldición que Dios emitió contra Adam. Eso es justicia.

¿Qué hacemos para adelantarnos a esa justicia? Nos lavamos las manos justamente por el pan, para reducir la severidad del decreto.

También vemos que en el desierto, cuando el pueblo de Israel estaba bien con Dios, el pan que comían, el man, bajaba del cielo. No era pan de tierra, de justicia, sino pan de bondad. En ese caso la *berajá* era diferente: “*Hamotzí léjem min hashamaim*”, el que saca pan del cielo. La palabra *shamaim*, cielo, proviene de la expresión hebrea *sham maim*, “ahí hay agua”, es decir, ahí hay bondad y de ahí recibimos el pan.

¡Manos arriba...!

Después del lavado, se alzan las manos para recitar la bendición de la *netilá*. Al respecto hay varios motivos.

➤ A la hora de verter agua sobre las manos se corre el riesgo de que varias gotas escurran hacia fuera de la muñeca, lugar que no se purifica por medio de la *netilá*; el bajarlas, provoca que esas gotas regresen e impurifiquen la mano. Por eso levantamos las manos con los dedos hacia arriba, para que esto no ocurra.

El Mordeji explica, que debido a que el lenguaje de la bendición es Al Netilat, y esto significa “alzar”, debemos alzar físicamente las manos para que la bendición no sea en vano.

➤ El Ritbá dice: “Debido a que la *netilá* eleva espiritualmente a las manos y a la persona, como dice el versículo: “*Seú yedejem kódesch, ubarejú et Hashem*”, alcen sus manos santas y bendigan a Dios (Tehilim 134:2), alzamos nuestras manos físicamente antes de la bendición para simbolizar la elevación espiritual” (Julín 106a).

En los escritos del Ari z”l y en los libros de Cabalá, los dedos se consideran como canales de bendición. Cuando están abajo o hacia el frente, como en la bendición de los Cohanim, son como conductos de transmisión indirectos de las bendiciones de Dios a las personas. Sin embargo, cuando nuestros dedos apunten hacia arriba, aludimos a la recepción directa de las bendiciones de Dios hacia nosotros mismos.

También las palmas de las manos, deben de estar frente hacia el rostro de la persona. Dice el Ben Ish Jai, que hay diez canales celestiales de bendición, conocidos como las Diez Sefirot de *Kedushá* (santidad), así levantamos los diez dedos ubicándolos frente al rostro, para simbolizar el recibimiento de las bendiciones (Parashá Sheminí 5).

El acto de levantar las manos para decir la bendición representa justamente todos estos motivos. Queremos alzarlas y elevarlas espiritualmente, evitando la impureza, atrayendo por medio de ellas la Luz Divina para trasmitirla posteriormente a nuestro alimento, que iluminará nuestro cuerpo al ingerirlo y también llenará de Luz a nuestra alma.

¡Aguas, no seamos flojos!

Muchas veces nos da flojera lavarnos las manos y buscamos excusas para evitar cumplir esta importante mitzvá: “Es que no tengo el agua cerca”, “Es que hace frío”, “Es que llevo prisa”, etc.

Nuestros Sabios dijeron que, aquel que va por los caminos y no tiene agua para hacer *netilá*, deberá esforzarse y esperar, aun si el agua se encuentran a una distancia de 4 *milin* hacia adelante o 1 *mil* hacia atrás, (*mil* es una medida de la antigüedad que varía entre los 0,96 km y los 1.15 km, según las diferentes opiniones rabínicas). Con esto los Sabios precisaron que quien tiene el agua a la mano con más razón debe usarla.

Está escrito que Eliahu Hanabí le dijo a un rabino: “Aunque no está escrito de forma directa en la Torá que uno debe lavarse las manos, lo tenemos como tradición desde Monte Sinaí, como relata la Torá que antes de la entrega de la Torá, Dios dijo a Moshé: ‘Ve al pueblo y santifícalo’” (Taná Debé Eliyahu, cap. 15).

Cuenta el Recanati, que una vez un hombre rico invitó a un jasid pobre y con mucha hambre a compartir su pan. Cuando observó el pobre que el dueño de la casa no se había lavado las manos para comer, se levantó de la mesa y se fue. El dueño de la casa salió tras él y le suplicó que regresara, a lo que el jasid respondió:

—Perdóneme, pero no quiero comer de una mano que no se quita la impureza de encima.

Al enterarse los Sabios de esta historia, dijeron: “¡Bienaventurado el pueblo de Israel! Cuánta grandeza podemos aprender de aquí: si un pobre con mucha hambre rechazó el pan ofrecido sin *netilá*, ¡qué podemos decir y hacer nosotros!”.

Dice la Guemará:

Cuando Rabí Akivá estuvo encarcelado en la prisión romana de Cesárea, Rabí Yehoshúa lo visitó, como lo hacía todos los días, pasándole de contrabando agua para tomar y para hacer *netilá*. Un día, en el retén de la entrada, descubrieron que Rabí Yehoshúa llevaba agua para Rabí Akivá; se la quitaron y por sospechar un intento de fuga le preguntaron: “¿Acaso piensas perforar las paredes para que tu compañero escape?”

Acto seguido, derramaron la mitad del líquido. Cuando Rabí Akivá vio la cantidad de agua que llevaba Rabí Yehoshúa le dijo: “Sabes que mi vida depende de ti. ¿Por qué trajiste tan poca agua hoy?” Después de enterarse de lo sucedido, Rabí Akivá dijo: “Prefiero usar el agua para *netilat yadaim* que para beber”. A esto dijeron nuestros Sabios: “Si así es en una prisión, ¿cómo debe ser en la casa?” (Eruvín 21b).

Resulta evidente la gran importancia de no dejar de hacer *netilat yadaim*. Debemos entender que el esfuerzo es lo que trae la bendición y la abundancia, como dijo Rab Jisdá: “Yo me lavo las manos con abundante agua y por ello me darán abundancia de bendiciones” (Shabat 62b)

Capítulo 20

La bendición de Hamotzí

Después de lavarnos las manos nos sentamos a la mesa de Shabat, sostenemos en nuestras manos las hermosas jalot y procedemos a la bendición sobre el pan, que como sabemos tiene diez palabras: “*Baruj Atá Adó... Elokenu Melej haolam Hamotzí léjem min haáretz*”. Esto se estableció de esta manera, porque el número 10 se relaciona mucho con el pan, como se explicará a continuación.

La Guemará Yerushalmi, al final del capítulo de Jalá, dice: “Diez mitzvot la persona cumple en su terreno hasta lograr obtener el trigo:

- No arar la tierra con un burro y un toro juntos.
- No injertar semillas.
- No poner bozal al toro a la hora de trabajar.
- Dejar a los pobres el *léket*, espigas individuales que se hayan caído.
- Dejar *Shijejá*, lo no recolectado por olvido.
- Dejar una *Peá*, una esquina del campo.
- Dar al Cohén la Terumá, parte del fruto que pertenece a los Cohanim.
- Sacar el *Maaser rishón*, primer diezmo y dárselo a los leviím.
- Sacar el segundo diezmo y comerlo en Yerushalaim.
- 10. Sacar Jalá, dar una parte de la masa al Cohén.

También el proceso para la elaboración del pan consta diez pasos: arar, sembrar, regar, cosechar, recolectar, separar el trigo de la espiga, cernir, moler, amasar y hornear.

Al finalizar este proceso y cumplir las diez mitzvot, tomamos el pan con los diez dedos y citamos la bendición con sus diez palabras.

Algunos agregan previamente a la bendición el versículo: *“Ené kol Eleja yesaberu veAtá notén lahem et ojlam beitó”*, los ojos de todos están levantados hacia Ti, y Tú nos das la comida en su tiempo (Tehilim 145:15), que también contiene diez palabras.

Al igual el versículo que habla de las siete especies con que se bendijo a la Tierra de Israel, también contiene diez palabras, esperando así que se cumpla en nosotros la gran bendición: *“Veiten lejá HaE-lokim mital hashamaim umishmané haáretz, verov dagán vetirosh”*, y te dará Dios del rocío del Cielo y de la gordura de la tierra mucha cosecha y vid” (Bereshit 27:28).

Lo principal es el pan

Ahora abordaremos la importancia del pan que por ser el alimento principal, la bendición sobre él nos exenta de decir muchas otras bendiciones sobre los alimentos que se ingerirán en la comida.

La Torá menciona en varios lugares la importancia que tiene el pan en la cadena alimenticia del ser humano:

- Cuando Hashem se enojó con Adam al comer del árbol prohibido, le dijo: *“Con el sudor de tu frente comerás el **pan**”* (Bereshit 3:19).
- Cuando Yaakov Avinu huía de su hermano Esav, rezó a Hashem en Bet El y le pidió: *“Dame siempre **pan** para comer y ropa para vestir”* (Bereshit 28:20).
- Debido a la hambruna en Egipto, los egipcios se acercaron a Yosef y le dijeron: *“¿Por qué moriremos ante tus ojos? Danos **pan** para comer”* (Bereshit 47:15).
- Cuando la Torá quiere decir que Yosef trajo a su familia desde Kenaan y los mantuvo durante mucho tiempo, dice: *“Y Yosef mantuvo a su padre y a sus hermanos dándoles **pan**”* (Bereshit 47:12).
- Cuando el profeta Daniel describió la gran comida que hizo el rey Belshatzar, dijo: *“Hizo mucho **pan**”* (Daniel 5:1).

Incluso la gran bendición de la parnasá, el sustento, se expresa en el versículo: *“Notén lejem lekol basaar ki lehaolam jasdó”*, el que da con gran misericordia **pan** para cada uno (Tehilim 136:25).

Como dijo Rab Papá en el Talmud: *“Después de bendecir sobre el pan, todos los alimentos que se consuman con él y durante la comida no necesitan bendición, ni antes ni después, ya que la bendición de *Hamotzí*, y *Birkat Hamazón*, bendición final después de comer pan, exenta a todas las demás. Sin embargo, el alimento que se consume después de comer, por ejemplo, el postre, sí requiere de una bendición previa”* (Berajot 41b).

El motivo de esta ley, explica el comentarista Ritbá, se debe al concepto halájico de *Ikar Vetafel*, lo principal y lo secundario. Cuando comemos un trozo de pan con chocolate, no decimos una bendición sobre el pan y otra sobre el chocolate, dado que el chocolate es secundario al pan, por lo tanto, la bendición sobre el pan lo abarca.

Lo mismo aplica si comemos una anchoa sobre una papa frita; la anchoa es el alimento principal y la papa la viene a acompañar, por lo tanto, decimos la bendición de *Shehakol* sobre la anchoa omitiendo la de *Boré perí haadamá* sobre la papa.

Por este motivo, la comida puesta en la mesa a la hora de comer que acompañamos con una rebanada de pan, se considera como el chocolate sobre el pan.

Lo principal y lo secundario

Este concepto nos hace reflexionar “de pasada”, sobre qué es lo principal en nuestra vida y qué es lo secundario. Hay personas para quienes el cuerpo es lo principal, y su alma, su vida religiosa, sus valores, son lo secundario.

Hay otras personas que saben dar la importancia al objetivo principal por el que vinieron al mundo y saben claramente que comer es lo secundario, mientras que bendecir y alabar a Dios es lo principal.

La vida está compuesta de medios y fines. El dinero, por ejemplo, es sólo un medio, no un fin, así como comer, dormir o trabajar son únicamente medios para adquirir fuerza y bienestar a fin de realizar correctamente el servicio al Creador, que es nuestra meta en la vida. Todo este mundo no es más que un medio para llegar al fin, que es el Paraíso.

El día de Shabat es un día de reflexión, para determinar que el núcleo familiar, el alma, la Torá, el amor a Dios, etc., son lo principal, y todo el trabajo de la semana es un medio para mejorar todos estos puntos.

Capítulo 21

Educación y Respeto

Mientras estamos sentados en la mesa, disfrutando de todos los manjares con los que se engalana la mesa de Shabat y estamos rodeados de una compañía agradable de familiares, amigos e invitados, siendo todo maravilloso y muy deseable, es importante prestar atención a un par de puntos delicados, que de ser descuidados, pueden arruinar todo lo hasta ahora obtenido.

No siempre es fácil convivir con la gente y una verdad de la naturaleza humana es: que no es fácil llevarse bien con todos. Por lo tanto puede suceder que ciertos “piques” entre algunos que están sentados en la mesa lleguen a estropear toda la buena y santa convivencia.

El otro punto muy importante es no despreciar la comida. La mesa llena de abundancia puede llegar a causarnos desprecio del alimento, algo que no sólo es prohibido sino que (¡Dios libre!) trae pobreza.

Por lo que considero necesario abordar estos dos puntos para que no se estropee esta buena ocasión

Respeto al prójimo

Todos sabemos que a la hora del Kidush sobre el vino, debemos tapar el pan ya que en el orden de bendiciones primero es el pan y después el vino, pero como en Shabat se nos ordenó santificar el día diciendo una bendición sobre el vino, para no avergonzar al pan lo tapamos. Cabe preguntar: ¿caso el pan tiene ojos para ver, corazón para sentir, boca para reclamar?

Evidentemente se trata de algo inerte. Este concepto se repite en varias ocasiones en el judaísmo, por ejemplo: si alguien se adelantó por la mañana y sacó de la coracha el Tefilín antes del Tzitzit.

A pesar de que la ley indica que primero se pone el Tzitzit y después el Tefilín, como ya por error tomó con su mano el Tefilín, se le ordena alterar el orden y poner el Tefilín antes del Talit con objeto que no “avergonzarlo y desplazarlo”.

Igual sucede a la hora de la lectura de la Torá, si hubo una equivocación y sacaron un Séfer que no es sobre el que se va a leer, o más aún, si se encontró a la mitad de la lectura una falla en el Séfer que se estaba usando, no se le regresa para sacar otro, “para que no se sienta mal”.

Y de nuevo cabe preguntar: ¿acaso hay sentimientos en las cosas inanimadas?

La respuesta maravillosa de nuestros Sabios es: “No se trata de ellos, se trata de ti”. Tú tienes que aprender a no herir, tienes que aprender a estar pendiente de los sentimientos ajenos; y si sobre los objetos inertes te dijo la Halajá ten cuidado, ¡cuánto más sobre seres humanos!

La Sagrada Torá le da mucha importancia el no avergonzar a nadie.

Cuando los yehudim salían a la guerra se paraba el Sacerdote y decía: “Aquél que construyó una casa y no la inauguró o aquél que se comprometió y no se casó, al igual que plantó una viña y no la cosechó y a aquél que teme a la guerra, que se regresen a casa, para que éste último no debilite a los demás soldados”.

Preguntan los Comentaristas: ¿que lógica tiene liberar a los tres primeros de no ir a la guerra? Si el enemigo conquista el país, ¿de qué le sirven las plantaciones, la casa o la novia? ¡Todos serán violados!?? ¿Por qué solamente sobre el caso de quien tiene miedo la Torá explicó el motivo diciendo “para que no debilite a los demás”? ¿Por qué no dio la razón en los tres primeros casos?

La respuesta de nuestros Sabios nos aclara la pregunta: “En verdad el único que debería regresarse es el que tenía miedo, pero para no avergonzarlo ante el resto del ejército es que el Sacerdote ponía otras exenciones, para que a la hora de que esos soldados abandonaran las filas nadie sabría sus razones y así no sería avergonzado”.

En otra parte del Talmud aparece una discusión muy extraña que trata sobre los motivos por los que uno puede divorciarse de su esposa.

Beth Shamai opina que sólo en caso que ella llegara a hacer algo muy grave se le permitiría el divorcio al hombre. Beth Hillel por el contrario dice: “Si le quemó el guisado, ya la puede divorciar”; y sorprendentemente aún más Rabí Akivá: “Si encontró una mujer más bella puede divorciar a la primera”.

¡Vaya discusión más loca y aparentemente fuera de sentido!

Nuestros Sabios explican: “Obviamente que los motivos para permitir un divorcio deben ser muy graves y Beth Shamai tiene razón, pero pensemos más allá: ¿que pasaría si así se dictaminara la Ley?

Al ver en la calle una mujer divorciada ésta se avergonzaría porque todos dirían: “Si a ésta la divorciaron, ve a saber qué cosa tan grave hizo”. Por eso viene Beth Hillel y dice: “No necesariamente, quizás sólo le quemó el guisado”, con tal de que no sea avergonzada.

Rabí Akivá opina: “No sólo eso. ¿Por qué asignarle a ella el problema? Quizás el problemático era él y no ella. ¡A lo mejor su ojos insaciables se enamoraron de otra!”.

Vemos como toda la discusión, que de entrada parecía no tener sentido, en realidad giró en torno al no avergonzar. Ésta debe ser una regla en la vida: nadie debe derramar lagrimas por tu culpa sino por el

contrario, debes ser una persona que saca sonrisas y provoca alegría en los demás. Haz a la gente reír pero nunca a costa de nadie.

Por lo tanto a la hora de sentarnos en una mesa (donde muchas veces no eres tú quien escoge la compañía), debes de ser muy cuidadoso con lo que dices, incluso ser muy atento con los gestos con el huésped, con el anfitrión, la familia y con la suegra.

Basta un comentario de más para encender el fuego de la discusión... y no siempre contamos con un extintor para apagarlo. Como mencionamos anteriormente: la casa en Shabat es como el Templo y siempre debemos tener presente que éste se destruyó por odio gratuito; por lo tanto, cuidemos de no volver a destruirlo, sino por el contrario, fomentemos la hermandad, el buen ambiente, la alegría y el respeto entre hermanos.

Respeto al alimento

Tenemos prohibido despreciar y desperdiciar la comida. El alimento es la “gasolina” de nuestro cuerpo y éste a su vez es el recipiente de nuestra santa alma. Dios, en Su infinita misericordia, nos entregó un mundo con abundancia en alimentos para mantener nuestro cuerpo sano, disfrutar de manjares, honrar la mesa de Shabat y Yom Tov, etc. Por ello nuestros Sabios establecieron leyes de respeto hacia los alimentos para que no seamos desagradecidos y para no menospreciar el regalo Divino de la vida y la existencia.

Debemos dar un cuidado especial al pan. Como dice el versículo: “*Veléjem levav enosh isad*”, y el pan saciará los corazones de las personas (Tehilim 104:15). Debido a que éste se considera nuestro alimento básico, se le asignó una bendición particular y, con ella, un respeto adicional. Como escribió Maimónides: “Aquél que desperdicia comidas y líquidos aptos y buenos para ser ingeridos por las personas, transgrede la ley de *Bal tashjit*, no desperdiciarás (Devarim 20:19).

La Guemará cuenta que: “Rabí Yehudá vio dos personas que jugaban y se tiraban el pan una a la otra como una pelota y dijo: ‘Estos actos causan que los acusadores celestiales digan: Al parecer hay demasiada abundancia en la Tierra’. Y efectivamente, a raíz de eso sufrieron hambruna en ese lugar” (Taanit 24a).

La Guemará explica que se dijeron cuatro leyes sobre el pan:

1. No se pone sobre el pan carne roja (porque lo desperdicias).
2. No se pasa un vaso lleno de agua sobre el pan (no sea que ésta se vierta sobre él y se eche a perder).
3. No se debe lanzar el pan (porque así muestras que lo desprecias).
4. No se apoya una olla caliente sobre el pan (ya que le estás dando un uso denigrante) (Berajot 50b).

Con esto nuestros Sabios quisieron enseñarnos el trato que debemos darle a la comida, y especialmente al pan. Incluso temas cotidianos y aparentemente normales, como tirar caramelos sobre los novios,

también deben ser considerados irrespetuosos, como dice el Shulján Aruj: “Aquéllos que tiran trigo a los novios (ésa era la costumbre antigua), deben tener precaución de que se tire únicamente en un lugar limpio, para que no sea pisoteado ni desperdiciado” (171:4).

Hay otro ejemplo en la Guemará: “Rab Huná dijo: No se debe dar comida apta para humanos a los animales” (Taanit 20a). Rashí explica aquí: “Ya que desperdicias la comida y te pareces a aquél que patea el favor que Dios le da”.

El alimento es una bendición Divina y darle el trato y el respeto que se merece muestra el agradecimiento que damos al Eterno. Así que cuando seguimos las reglas que nuestros Sabios ordenaron respecto al respeto debido a los alimentos, causará que el Todopoderoso siga mandándonos abundancia y bendición.

Comer con educación

Hay leyes respecto al comportamiento a la hora de sentarse a la mesa. No se trata únicamente de qué comer y qué no, sino también de cómo comer, con educación y buenos modales.

Antes señalamos que nos lavamos las manos y decimos bendiciones para convertir todo el acto de comer en un acto espiritual, por lo que no cabe la posibilidad de sentarse a la mesa para comer y no comportarse adecuadamente.



El versículo sobre cómo comer el sacrificio de Pésaj dice: “*Vekaja tojelú otó*”, y así lo comerán... (Shemot 12:11). Rabí Yosi, el Galelí dijo en el Mejiltá sobre este versículo: “De aquí nos enseñó la Torá la obligación de comer con *dérej éretz*, educación y modales”.





Está escrito sobre el versículo en el que Dios ordenó cuidar el camino del Árbol de la Vida (Bereshit 3:24), y pregunta el Taná: “¿Cuál es ese camino hacia el Árbol de la Vida?”. Explica: “El Árbol de la Vida es la Torá y las leyes, como dice el versículo: *Etz jaim hi* (Mishlé 3:18). Pero antes de llegar al Árbol de la Vida está un camino que hay que cuidar, y ese camino se llama *dérej éretz*, educación y buenos modales” (Taná Debé Eliyahu, cap. 1).

Como también dice el Pirké Abot: “Si no hay *dérej éretz*, no hay Torá” (3:17). Y también: “Qué bonita es la combinación de Torá con *dérej éretz*, ya que ambas nos ayudan a evitar caer en el pecado”(2:2)

Por esto Maimónides y el Shulján Aruj, en las leyes de Berajot citan varias costumbres de nuestro pueblo al momento de sentarse a comer.

Por ejemplo:

-  Cuando un grupo de personas se sienta a la mesa, se honra al más grande al sentarse en la cabecera como al ser el primero en lavarse las manos.
-  Al dueño de la casa se le da el honor de decir la bendición sobre el pan y de, repartir las hogazas a cada uno para simbolizar “el gusto de compartir mi pan contigo”.

-  Cuando nos sentamos a comer y hay entre nosotros alguien importante, esperan todos que se sirva él primero la comida. Debemos calcular las porciones exhibidas en el plato principal, tomando en consideración cuánto hay en ellas y cuántas personas hay que alimentar, para no dejar a nadie con hambre.
-  No debemos fijarnos demasiado en el rostro de quien está comiendo, especialmente el anfitrión a su invitado, para que éste no se sienta incómodo (todos conocemos esa sensación incómoda, cuando en una boda nos toman fotos o videos mientras masticamos).
-  La persona no debe introducir mucha comida a su boca para que no parezca una glotona.
-  La persona no debe terminar el líquido de un vaso de un solo trago, ni comer con la boca abierta haciendo ruido.

Hay que aplicar especialmente las leyes de prohibición de asquear a la gente y, en particular, a la hora de comer.

Éstas y otras leyes nos enseñan nuestra obligación de “ser personas”. Por eso la Guemará dice: “La gente sabia de Yerushalaim no se sentaba a comer en cualquier lugar sin antes averiguar quiénes serían los participantes alrededor de la mesa” (Sanhedrín 23a).

Fuimos creados a imagen y semejanza de Dios y por ello debemos comportarnos a la altura, como dice el versículo: “*Al teshaketzú et nafshotejem*”, no abominen vuestras almas (Vaikrá 11:43). Nuestros Sabios aprendieron de esto que de la misma forma en que no debemos comer alimentos repugnantes, también está prohibido realizar actos que causen asco a la gente transgrediendo la ley de, “Amarás a tu prójimo...”.

El Shulján Aruj establece: “Una persona que muerde un alimento y no le agrada no debe sacarlo de la boca y ponerlo sobre la mesa ya que eso provoca asco a la gente” (170:10). Más adelante dice: “La persona no beberá de un vaso y se lo dará a su compañero para que siga bebiendo de él. No sea que su compañero sienta asco y le cause una incomodidad, tanto al rechazar como al tomar” (inciso 17).

Muchas veces hay diferencias culturales entre comunidades del pueblo de Israel, y lo que puede ser común y normal para algunos, para otros puede resultar denigrante. Por eso debemos evaluar a la gente alrededor de la mesa y ser sensible a los modales, ideas y costumbres de los demás, y por tanto, comportarnos adecuadamente.

Aunque el versículo diga: “...con el sudor de tu frente comerás el pan...”, no olvidemos limpiarnos la frente antes de comer.

Capítulo 22

Cantando desde el Alma

Mientras que los platillos exquisitos van y vienen, acostumbramos a entonar hermosas canciones de Shabat y adornar con ellas el Pequeño Santuario, como hacían los Leviím, cuyo servicio era justamente los hermosos cánticos.

A través del cántico nos asemejamos a los ángeles, cuyo servicio consiste justamente de cánticos. Por ellos los cantores del Templo se llamaban Leviím, y explican nuestros Sabios, porque viene de la palabra “acompañantes”: “Ya que a la hora que cantaban aquí abajo, sus palabras acompañaban al cántico Celestial, y juntas subían ante Dios”.

Esta costumbre incrementa mucho la alegría alrededor de la mesa, como dijo la Tora: “Dios se disgusta cuando Lo sirves sin alegría y sin corazón satisfecho” (Devarim 28:47). Nuestros Sabios aclararon sobre este versículo que se refiere cuando no cantas con alegría y de corazón. Es decir, Hashem no sólo quiere que cumplamos Sus preceptos sino que desea que manifestemos nuestro placer y regocijo al cumplirlos.

En Shabat, a diferencia del resto de la semana, ponemos mucho énfasis en cantar porque el alma adicional que recibimos apenas bajó del Mundo Celestial, donde retumba el canto de los ángeles. A la hora de cantar en Shabat, hacemos que se sienta en casa y su alegría se refleja en nuestros rostros.

Dice el Zohar: “Por eso hay que esforzarse mucho en los cánticos y alabanzas a Dios y al Shabat, para que Dios se sienta en Su hogar” (Shemot 215b).

Cantar con el alma

Hay dos formas de cantar: una que sale solamente de la boca y puede conllevar presunción de la bonita voz o de los conocimientos de entonación que uno tiene, y hay otra más importante, el cantar que proviene del corazón y del alma.

Al respecto está escrito en el libro Beer Moshé: “El Rey David finalizó su obra de Tehilím con el Salmo 150 que dice: “Alaben a Dios con distintos instrumentos...” y el Salmo finaliza: “Cada alma te alabará...”. Explica el Beer Moshé: “Lo que quiso decir el rey David es, que aun cuando usemos instrumentos, tonadas y tenores, no se llama cántico sino hasta que salga del alma”.

Por eso, hay que cuestionarnos a la hora de cantar, ¿de dónde salen mis palabras, de la boca o del alma?

Un mensaje parecido encontramos en la famosa discusión en el Talmud: “Cómo era el servicio principal de los Levitas ¿con instrumentos o a través de la boca? El Maimonides dictaminó que el principal servicio era por la boca”.

Los Comentaristas preguntan, lo importante en una canción ¿es la melodía o las palabras? Y la conclusión es: lo importante son las palabras.

Por lo tanto se debe poner más énfasis sobre lo qué se dice que en cómo se dice. Las canciones sagradas contienen muchos mensajes y enseñanzas, mismas que sólo aprenderemos concentrándonos en ellas y así despertar el corazón.

Dice en el libro Aj Sharat Haabrejim: “Cuánto más despierte la persona sus sentimientos, más se manifestará el alma sobre el cuerpo. Por eso cuando los Profetas querían profetizar, primero cantaban, y a través de las palabras y sus significados despertaban las emociones y con eso fomentaban la fuerza de alma lo que les permitía profetizar” (capítulo 1).

El libro Divrei Israel explica: “Dos fuerzas negativas existen en el mundo que impiden el acceso a Dios en nuestra alma o en nuestras plegarias. Una se llama Majalat, que proviene de la palabra *majol*, baile, cántico y alegría. La segunda se llama Lilit, que viene de la palabra *yelala*, lamentaciones, llantos y lágrimas.

La primera se fortalece cuando uno participa en fiestas y alegrías prohibidas, ya que hay fiestas puras... y puras fiestas. La segunda crece con la tristeza y la angustia vana de la gente.

Sin embargo, dice el Divrei Israel: “La forma de romperlas y debilitarlas es cuando uno llora por los pecados que hizo y lamenta sus malas acciones, entonces debilita a Lilit. Cuando entra en cántico y alegría pura, elimina a Majalat. Por ello se llamaron los cánticos Zemirot, cuya segunda traducción es cortar. A través de los cánticos cortamos cada obstáculo para poder apegarnos al Creador.

Es por este motivo que antes del rezo siempre entonamos cánticos y salmos, para cortar lo que obstruye el camino y dejar el sendero libre.

Leemos en el libro Reshit Jojmá: “Debido a que los entes celestiales usan el cántico para apegarse a Dios, así también la persona. Con cántico que emana del alma puede lograr apegarse al Creador, ya que la canción es el medio para lograrlo (Hahaba capítulo 10).

¡Aprendamos a cantar en familia, animando la mesa y apegándonos con toda la emoción a Dios!

Capítulo 23

Palabras de Torá en la mesa

Quizá te ha sucedido alguna vez, que al salir de viaje te encuentras con un amigo de tu ciudad y, aunque no sea un amigo cercano, al encontrarlo en un lugar lejos de casa se emocionan y se saludan con más intensidad.

En nuestro planeta hay dos extraterrestres. No pertenecen a este mundo, vienen de muy lejos: la Torá y el Alma. Ambas salieron directamente de la boca del Creador; una insuflada por Él en el cuerpo del hombre, y la otra dicha de viva voz.

Estos dos hermanos extraterrestres vienen del Cielo. La Torá del mundo de Hatsilut, del Trono Celestial, y el Alma viene del mundo del Majsav Haneshamot. Ambas bajaron al Mundo y cada una fue depositada en otro lugar. La Torá en los templos, en el Hejal, en las muchísimas bibliotecas donde se encuentra la Torá. La *neshamá* fue depositada en los cuerpos, dentro de su morada cerebral. Por lo tanto, cuando de repente se encuentran estos dos viajeros extraterrestres, se da el “click” y el saludo es muy intenso y alegre.

En Shabat el alma adicional que recibimos viene del Gan Edén, lugar donde el placer y el regocijo no son superficiales, de playa, de shopping o de fin de semana, sino un placer espiritual dividido en dos clases: Cántico y alabanza al Creador, y gozo por el estudio profundo de la Torá con todos sus secretos.

Como se indica en muchos lugares del Zóhar, cuando nos viene a visitar la *neshamá yeterá* y nos encuentra haciendo pecados, una persona burlándose del otro, o comiendo con gula, simplemente no se siente en su ambiente y se retira de nosotros. Sin embargo, cuando nos escucha cantar y hablar palabras de Torá, compartiendo la Sabiduría de la Torá en familia, entonces la *neshamá yeterá* se encuentra como en casa y quiere quedarse.

Esta combinación de cánticos, rezos, alabanzas y estudio de Torá, representan la combinación perfecta, ya que las primeras representan lo que queremos decir y demostrar a Dios, y el estudio representa lo que Él quiere decirnos a nosotros.

Una se simboliza con el triángulo hacia arriba de la Estrella de David, que indica todas las plegarias que salen del planeta, apuntando al Trono Celestial. El otro triángulo, que se dirige hacia abajo, alude a la Torá que bajó del Cielo al Monte Sinaí. Entrelazados entre sí representan el Escudo de David, escudo de protección Divina.

Por eso el símbolo de liderazgo y orientación del pueblo de Israel fueron Moshé y Aharón. Moshé representa la Torá, que nos bajó del Cielo a la Tierra, y su hermano Aharón representa las plegarias, ya que como Sumo Sacerdote se dedicaba a elevar las ofrendas, los sacrificios y los rezos de todo Am Israel, de la Tierra al Cielo.

Los dos hermanos representan exactamente la hermandad de los dos extraterrestres.

El encuentro entre Moshé y Aharón en el desierto, tras mucho tiempo de no verse, fue un encuentro de enorme alegría, la misma alegría que obtienen nuestro dos hermanos: la Torá y la *neshamá*, cuando se encuentran justamente en nuestra mesa de Shabat.

De forma poco más profunda dijimos en el capítulo anterior que los Profetas para alcanzar la conexión Divina necesitaban entrar en ánimo a través del cántico, lo que les permitía bajar secretos Divinos al mundo. A escala más pequeña nosotros también, como descendientes de los grandes Patriarcas y Profetas, después de conectarnos con el cántico llega el momento de bajar bonitas explicaciones de Torá al mundo.

Y no te menosprecies por tus conocimientos, ya que cada yehudí tiene la posibilidad, a través de su alma, de traer al mundo bonitos *jidushé* Torá, explicaciones de Torá, ya que a través de toda la preparación corporal y la elevación espiritual, la persona abre su “canal” y su manantial de Sabiduría.

La entrada a lo más esencial

Este momento en la mesa de Shabat nos recuerda la hermosa escena cuando el rey David trajo el Arca de la Torá a Yerushalaim. El libro de Profetas relata: “Y el rey David bailaba y cantaba ante el Séfer Torá”. Nosotros también, en la mesa, cantamos y entonamos bonitas canciones de Shabat antes de traer el Arca a nuestro Templo.

Posteriormente nos relatan los Jajamim que cuando llegó la hora de inaugurar el Primer Templo, el momento culminante fue cuando se introdujo el Arca de la Torá al Sanctum Sanctorum. De la misma manera, cuando en nuestra mesa y nuestro pequeño Santuario se dicen palabras de Torá, se compara con el momento del Sanctum Sanctorum.

Sin embargo, nuestros Sabios relatan que cuando el rey Shelomó procedió a depositar la Torá en el lugar designado se encontró con un problema: el marco de entrada era más estrecho que el ancho del Arca, incluyendo a los Levitas cargándolo y metafóricamente surgió una duda: ¿Había que recortar el Arca de la Torá o ensanchar el marco de la puerta?

Lo anterior puede ayudarnos a explicarnos la idea de algunos movimientos judíos que perciben la Torá más grande y amplia que su marco mental y se preguntan: ¿cortamos ciertas leyes de la Torá para que encaje con nuestro marco mental? Y lamentablemente ciertos movimientos decidieron hacer esto, en vez de asumir la difícil tarea de ensanchar los marcos mentales de la gente, para meter el Arca poco a poco.

Para quienes deciden ensanchar los marcos mentales, por un lado demanda gran esfuerzo y trabajo cambiarlos, sin embargo, la gran ventaja es que mantiene la Palabra Divina completa y a la Torá intacta, sin recortes.

Por lo tanto, si eres el Moshé Rabenu de la mesa de Shabat y debes bajar la Palabra Divina a tu mesa, antes de hablar, analiza, prepara tus palabras de forma adecuada, ensancha primero tus marcos. Ten muy presente la afirmación de nuestros Sabios: “De la misma forma que hay mitzvá de decir, también hay mitzvá de no decir conceptos que el oyente no está preparado para aceptarlos” (Pirké Abot).

Winston Churchill, quien además de ser un gran político fue un orador excepcional, dijo una vez: “No sólo preparo lo que voy a decir, sino que me cuido mucho de lo que no debo decir”.

Este momento en la mesa de Shabat se convierte en una gran planicie de sabiduría, ya que la mesa es similar a un campo fértil, y las palabras que siembras ahí, las cosecharás. Basta que arrojes unas semillas-palabras de política y toda la conversación en la mesa girará hacia la política, de la misma manera cuando son semillas de negocios, deportes... y ni hablar de chismes.

Por lo tanto, hay que procurar sembrar palabras de Torá para cosechar palabras de sabiduría.

De forma más profunda

Dijimos que nuestro hogar se convierte en el Beth HaMikdash y es bueno recordar que tuvimos dos Templos, con una gran diferencia entre ellos.

En el primero moraba la Presencia Divina con tanta intensidad que se reflejaba a la vista de todos con los diez milagros continuos, algo que no ocurrió en el Segundo Templo. Es evidente a tal grado que el Primer Templo se compara con el sol y el Segundo con la luna, dándonos a entender la gran diferencia de luz entre uno y otro.

El principal motivo era que el Segundo Templo no contaba con el Arca de la Torá en su interior ya que fue escondida a finales del Primer Templo por el rey YOSHIAHU. Algunos opinan que fue en algún escondite subterráneo en Jerusalem, mientras otros opinan que fue escondida en Etiopía, por medio de unos Levitas que se la llevaron a Menelik, hijo del rey Shelomó y la reina de Saba. Por ello, la intensidad de la Presencia Divina era menor en la época del Segundo Templo.

Aquí surge una pregunta, nuestra mesa de Shabat ¿es como el Primer Templo o como el Segundo? La diferencia es fundamental: ¿hay Torá o no? Por lo tanto, no olvidemos el Arca de Torá, introduzcámosla en nuestra casa y pongámosla en nuestra mesa como un regalo perfecto.

La mesa que se presenta ante Dios

Sobre la importancia de decir siempre palabras de Torá cuando comemos, dijo Rabi Shimón: “Tres que se sentaron a comer en una mesa y dijeron Divrei Torá equivalen a comer del Banquete Divino; pero si no hubo Divrei Torá equivale a como si hubieran comido de sacrificios de muertos (Pirké Abot 3:3).

El término “sacrificios de muertos” es muy raro e incomprensible. Explican los Comentaristas que al igual que cada cosa viva está compuesta de cuerpo y alma, cuando carece de esta última, se convierte en cosa muerta, así también nuestras mesas y nuestras almas sin palabras de Torá.

En el Zóhar, Rabí Shimón Bar Yojai dice: “Mesa que se dijeron sobre ellas palabras de Torá, un ángel llamado Tzuriya toma las palabras dichas y las expone como manjares ante la Mesa Divina, como dice el versículo: “Ésta es la mesa que se presenta ante Dios”, y con eso se le otorga a la persona el perdón de sus pecados”.

Así también dice la Guemará: “Anteriormente, en la época del Templo, el Altar expiaba los pecados de la persona y hoy en día la expiación se logra a través de nuestra mesa”.

Por todo lo anterior, recomiendo encarecidamente a cada padre de familia, incluir en sus preparaciones para Shabat palabras de Torá para compartir en la mesa familiar. También los hijos deben aportar de sus conocimientos y sabiduría, incluso los más pequeños con su gracia, mencionar las Palabras Divinas.

¡Y qué bonito sería que también el invitado, además del presente que trae, regale también palabras de Sabiduría! (En caso de emergencia, rompa el cristal y abra el libro “Las Alturas de mi Pueblo”...)

Estas palabras de Torá no solamente penetran el cerebro en forma positiva, sino que también unen a la familia; cuando se habla con los niños durante la comida, aprenden mejor.

Como escuché una vez del Rabino Principal de México, Rab Shelomó Tawil: “El pueblo de Israel fue comparado con la arena del mar y la Torá al agua. Los granos de arena están dispersos y cuando metes la mano dentro de ella y levantas un buen puño, los granos de arena se deslizarán entre tus dedos, sin quedarte casi nada en la mano.

Pero si antes le pones agua, ésta unifica todos los granos de arena, convirtiéndolos como un bloque sostenido en la palma de tu mano”.

Alrededor de la mesa y en el mundo entero, cada uno somos un granito de arena, pero a través de la palabra de Torá nos convertimos en un pueblo unido como un bloque.

Los Cánticos y las palabras de Torá con las que adornemos nuestra mesa convierten nuestra cena en un evento especial y no pienses en Shabat como un simple encuentro familiar. Es una cena desbordante de la Santidad de Shabat, que seguro quedará como un bonito recuerdo grabado de por vida en el alma de nuestros descendientes.

Capítulo 24

Preparándonos para agradecer

Después de convivir en una cena plena de espiritualidad, llena de manjares espirituales y terrenales, procedemos al Birkat Hamazón.

Sin embargo, hay tres pasos que debemos cumplir antes de esta bendición:

- *Maim Ajaronim*, lavado de las puntas de los dedos.
- Llenar de nuevo la copa para el *zimún*.
- No retirar todavía el pan de la mesa.

Maim Ajaronim

El versículo dice: “*Vehitkadishtem, vihyitem kedoshim, ki Aní Hashem Elokejem*”, se santificarán y serán santificados porque Yo Soy vuestro Dios” (Vaikrá 20:7). Explica el Talmud: “Rabí Yehudá dijo: el significado de este versículo se divide en tres partes: *Vehitkadishtem*, hace alusión al primer lavado de manos antes de comer; *Vihyitem kedoshim*, se refiere al lavado después de comer y antes de bendecir, conocido como Maim ajaronim; y *ki Aní Hashem Elokejem*, señala la bendición que debe decirse al terminar de comer” (Berajot 53b).

De aquí aprendemos que hay obligación de verter agua sobre las puntas de los dedos, antes de decir la bendición de Birkat Hamazón. Y como escribió el Shulján Aruj: “*Maim ajaronim jobá*”, El último lavado es obligatorio (cap. 181).

Esta frase proviene del Talmud que cita los cuatro permisos de transgresión de la ley que tienen los soldados en el campo de batalla:

- Pueden tomar madera ajena para su uso en la guerra.
- *Eruv*- pueden transportar en Shabat.
- *Demai*- pueden comer frutos sobre los cuales hay duda respecto a si se sacó el diezmo.

Están exentos de hacer *netilat yadaim* (Eruvín 17a).

Aclara Abayé: “El permiso que se dio a los soldados de no lavarse las manos se refiere sólo al primer lavado. Pero el último es obligatorio”.

Motivo de *Maim Ajaronim*

Hay varios motivos por los cuales se realiza este lavado al terminar de comer, antes de bendecir:

“Dijo Rabí Yehudá: Debido a que hay una sal sedomita que se utiliza para comer y ésta es muy peligrosa para los ojos, a tal punto que puede causar ceguera parcial o total, al terminar de comer deben lavarse las puntas de los dedos” (Julín 105b).

En el libro *Shibolé Haléket* dice: “Aunque no se use sal, es necesario lavarse las manos, ya que con manos sucias es denigrante bendecir a Dios” (cap. 149). Y el versículo claramente nos ordenó: “Santifíquense antes de la bendición”.

Dice el *Zóhar*: “*Maim ajaronim* es obligatorio, ya que tenemos que retirar de los dedos toda impureza espiritual” (Parashat Terumá 154). Explicaron los Comentaristas de la Cabalá que debido a que el cuerpo del ser humano está hecho a imagen y semejanza del sistema Celestial, los diez dedos hacen alusión a los diez canales de abundancia en los cuales, al final de ellos están las fuerzas negativas aludidas por las uñas, que impiden que llegue esa abundancia. Por eso, al terminar de disfrutar de la abundancia por medio de la comida, limpiamos esos canales con *Maim ajaronim* para recibir la abundancia en el futuro.

Sobre esta ley encontré un abanico de opiniones, algunos afirman que debe decirse bendición sobre este lavado, y otros dicen que hoy en día ni siquiera es necesario hacerlo. Por ejemplo:

El Raabad dice claramente que se necesita bendecir al hacer *Maim ajaronim*: *Baruj Atá... al rejitzat yadaim* (Maimónides, Berajot 6,3).

Sin embargo, Rab Amram Gaón escribió que: “Ya que este lavado era para salvar del peligro de la sal sedomita, se hace el lavado pero sin bendecir. No se dice bendición en lenguaje de *netilá*, ni en lenguaje de *rejitzá*, ni en lenguaje de *shetifá* (sinónimos de lavado)” (Séder Pésaj).

Tosafot escribieron: “Ya que hoy no hay sal sedomita, no acostumbramos lavar las manos” (Eruvín 17b).

El Ramá opina en nombre del Mordeji que si se trata de un individuo que comió solo, no debe bendecir, pero si son tres que comieron juntos y van a hacer *zimún*, deben hacer *Maim ajaronim* con bendición (Darké Moshé 181:1).

Para la conclusión halájica, el Shulján Aruj estableció lo siguiente: “*Maim Hajaronim* debe hacerse también hoy en día pero sin bendición” (cap. 181,7). Y los motivos por los que no se dice bendición son:

- La bendición de *Al netilat yadaim* que se recitó en el primer lavado abarca o incluye este otro.
- No se dice bendición al retirar un peligro.
- Este lavado no es para pasar de un grado de impureza a pureza.
- Incluso, según el Zóhar, aunque este lavado sirve para alejar fuerzas negativas, sobre eso no se dice bendición.

Copa de bendición




Algunos acostumbran para hacer el zimún previo a Birkat Hamazón llenar de nuevo la copa de vino, conocida en hebreo como: "*Kos Shel Berajá*", copa de Bendición. Cabe preguntar ¿hay alguna copa de vino que no sea de bendición?

Cuando chocamos nuestras copas decimos: "*Lejaim*", para vida. Incluso en el texto de la bendición del vino, antes de pronunciar la bendición, quien tiene la copa en la mano dice: "*Sabrí Maraná*", pidiendo con estas palabras la atención de los asistentes, quienes contestan: "*Lejaim*". ¿Cuál es exactamente el significado del término *Lejaim*?

En la Tora, el acto de tomar vino tiene implicaciones a veces positivas y otras negativas. Por ejemplo:

- Nóaj, pese a haber empezado su vida con títulos honoríficos, y como el hombre que se ganó la estima de Dios salvándose del diluvio, salvando a las especies, terminó muy denigrado ante el Creador debido a que se embriagó con vino. Su historia comienza con el título de "*Ish tzadik tamim*", hombre justo y perfecto; y termina con el título de "*Ish haadamá*", hombre de la tierra..., que plantó una viña, bebió en exceso y acabó maldiciendo a su hijo Kenaán y a toda su descendencia.
- Las hijas de Lot, le dieron a beber vino a su padre hasta emborracharlo para poder cohabitar con él y quedar embarazadas, trayendo así al mundo a los bastardos Amón y Moab.
- Los hermanos de Yosef, que lo odiaban, lo lanzaron al pozo mientras pensaban qué hacer con él. Mientras se sentaron a comer. Aclaran nuestros Sabios que esa comida incluyó tomar vino. Así, al perder la cabeza por beber tanto, decidieron vender a su propio hermano como esclavo.
- Algo parecido ocurrió con el acto del becerro de oro, que se inició con un grupo pequeño de idólatras, terminando con el vino y la fiesta, abarcando a casi todos, como dice el versículo: "Y se sentaron a comer y a beber" (Shemot 32:6).

Sin embargo, el vino también tiene en la Torá implicaciones positivas:

-  Cuando Abraham Avinu se encontró con el rey Malkitzédek, quien según nuestros Sabios se trataba de Shem, el hijo de Nóaj, éste le ofreció pan y vino, y después de comer y beber, dio a Abraham una maravillosa bendición (Bereshit 14:18). Y dijeron nuestros Sabios: “¡Qué grande es el vino, que por medio de él se bendice!” (Midrash Toledot 16).
-  Yaacov le ofreció carne y vino a su padre Itzjak; Itzjak, luego de comer y beber, dio una gran bendición a Yaacov.
-  Dijeron nuestros Sabios: “No se bendice ni se alaba sino sólo por medio del vino” (Berajot 35a). Agrega el Zóhar: “No hay santidad ni bendición si no es por medio del vino” (Tomo 3, 189b).

Entonces, ¿el vino es algo positivo o negativo?

La respuesta se encuentra en el Midrash que analiza sobre el Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal, del que Dios dijo: “De su fruto no comerán...”. Rabí Ivo dijo: “Era una viña y Javá exprimió las uvas y le sirvió vino a Adam” (Midrash Rabá 19:8). A este mismo árbol la Torá lo llamó “Bien y Mal”, insinuándonos que el vino tiene tanto poder de bien como de mal, dependiendo de la forma en que se tome.

Cuenta el Talmud que cuando el Segundo Templo fue destruido, hubo mucha gente que como expresión de duelo decidió dejar de comer carne y beber vino. Se encontró con ellos Rabí Yehoshúa y les dijo: “¿Por qué lo hacen?”, a lo que respondieron: “¿Cómo comeremos carne después de haber sido destruido el Altar en el que realizábamos los sacrificios para Dios? ¿Cómo tomaremos vino, después de que fue destruido el lugar en el que ofrendábamos?”.

Les dijo: “Si es así, tampoco coman pan, ya que también fue destruida la Mesa de los Doce Panes, y las ofrendas de harina y sémola también dejaron de hacerse. No tomen agua, ya que tampoco hay ahora ofrendas de Nisuj Hamaim”. Se quedaron callados y siguió diciéndoles: “Las cosas no se llevan al extremo. No enlutarnos no se puede, pero tampoco podemos enlutarnos demasiado; Tomemos el camino medio” (Babá Batrá 60b).

Con esto nuestros Sabios aclararon que las cosas en la vida, como el vino, deben tener su medida, porque si no es así, de bendición se puede transformar en maldición, al igual que un vino, de ser un líquido agradable, puede terminar convirtiéndose en vinagre amargo.

La Guemará dice: “Hay quien sueña con vino y es una buena señal y hay para quienes es un símbolo negativo”. Así también hay un versículo positivo sobre el vino escrito por el Rey David: “Y el vino alegrará los corazones de la gente”, como otro versículo dicho por el Rey Shelómo: “Denle vino al amargado” (Berajot 57a). Con esto nos esclarecieron nuestros Sabios que la misma “copita” puede ser buena y mala, como lo fue el fruto del Árbol del Paraíso.

Se llama “el Árbol de la Sabiduría” porque te da la sabiduría o te la quita, como dice el Talmud: “Mi sabiduría provino por el olor y el sabor del vino” (Berajot 43b); “La mujer Sotá, de la que se sospechaba infidelidad, cayó en eso por el vino, que le hizo perder la cabeza”.

Por eso antes de bendecir denominamos a la copa como *Kos Shel Berajá*, y nos saludamos con *Lejaim*, “Para vida”, para demostrar justamente que beber este vino de forma correcta nos traerá bendición, vida, y no lo contrario, y nos conectará a la parte buena del Árbol de la Sabiduría.

No retirar el pan

En el Shulján Aruj dice: “No debe retirarse el mantel y el pan a la hora de decir *Birkat Hamazón*” (180:1), basado en lo que dice el Talmud, dijo Rabí Eliézer: “Quien no deja pan en la mesa a la hora de decir la bendición, provoca no recibir más bendiciones de Dios” (Sanhedrín 92b).

Hay varios motivos para esto:

El primero se encuentra en el Zóhar, donde dice que las bendiciones siempre deben recaer sobre algo y no sobre un vacío. Como aprendimos del profeta Elishá cuando fue a la casa de Shunamit y ella se quejó de su pobreza, él le preguntó: “¿Qué tienes en la casa?”, ella contestó: “Sólo un poco de aceite”. El profeta tomó la pequeña vasija con aceite y con ella llenó todos los utensilios de la mujer con aceite, para que lo vendiera y así obtuviera su sustento (Lej Lejá 88a).

El Zóhar aclara: “No hubiese sido posible esa abundancia si no hubiera habido un poco de aceite en la vasija, porque las bendiciones no recaen sobre el vacío”. Por eso, el Zóhar concluye que es necesario tener pan en la mesa, aunque sea poco, y sobre él recitar *Birkat Hamazón*.

El Ben Ish Jai apoya este concepto con el versículo del Tercer Mandamiento: “No pronunciarás el Nombre de Dios en vano”, no pronunciarás el Nombre de Dios en *Birkat Hamazón* sobre una mesa vana y vacía. (Shelaj Lejá 3)

Agrega Rab Itzjak Yosef: “Como está escrito: al corazón del sabio daré sabiduría” (Yalkut 180:1). Dice el Talmud: “De aquí aprendemos que Dios bendice con sabiduría a aquel cuyo recipiente no está vacío, sino que ya hay en él algo de sabiduría” (Berajot 55a). Así también en la mesa: para agradecer y pedir más alimento, debe haber en ella algo de pan.

Otra explicación pertenece al comentarista HaLebush: “El motivo de dejar pan en la mesa es para que se note que estamos bendiciendo y agradeciendo a Dios por Su gran misericordia y por el alimento que nos dio, pues de otra forma parecería un rezo cotidiano, y quien nos observara al momento que estamos bendiciendo, no entendería que es sobre el pan” (338,2).

El Shaar Hatziyún y otros explican que el motivo de dejar pan sobre la mesa era para entregarlo a los pobres, quienes sentían pena de molestar al anfitrión mientras comía, ya sea porque no sabían si tenía suficiente comida para repartir, o si las porciones estaban contadas para los miembros de la familia.

Debido a que la ley prohíbe pedir comida a quien no tiene suficiente para sí mismo, esperaban ver si le sobraba algo, y al momento del *Birkat Hamazón* pasaban para pedir esas sobras. Si se dejaba la mesa vacía, al acercarse el pobre y ver que no había quedado nada, se daba media vuelta y se iba.

La última explicación aparece en el libro *Otzar Minhagué Yeshurún*. Habían pueblos paganos e idólatras que hacían magia negra, entre cuyas costumbres estaba la de retirar todas las sobras de la comida, especialmente el pan y sus migajas, pues creían que todo eso atraía malos espíritus a la mesa (2,4).

Sin embargo, nuestros Sabios dijeron hacer lo contrario ya que nuestra mesa es sagrada y está llena de bendiciones y Presencia Divina. Por lo tanto, no temamos a nada de eso, ya que la luz aleja la oscuridad.

Capítulo 25

¡Bendigamos al Altísimo...!

Después de que santificamos la mesa con el Kidush y gozamos de los manjares, adornándolos con cánticos y palabras de Torá, gozando de una buena compañía, plena de amor, educación y respeto, procedemos a cerrar esta cena con el broche de oro: *Birkat Hamazón*, la alabanza a Dios que decimos después de comer pan.

Nuestros Sabios lo aprenden por los versículos que se encuentran juntos, en los cuales dice: “Tierra que comerás el pan sin restricciones...”; “Comerás y bendecirás a tu Dios” (Devarim 8:9-10).

El Zóhar dice: “Desde el desierto, cuando caía el *man*, el pan del cielo, al finalizar de comerlo bendecían a Dios, como lo insinúa el versículo: ‘Y por la mañana, cuando caiga el *man*, se hartarán del pan y sabrán que Yo Soy vuestro Dios’” (Ékev 62a). Explica el Zóhar que esa expresión: “...y sabrán que Yo Soy el Dios Quien te lo da”, se refiere a la alabanza y al agradecimiento que se realizaba después de comer el *man* considerado pan.

Las cuatro bendiciones

El *Birkat Hamazón* está compuesto de cuatro bendiciones que fueron establecidas paulatinamente.

La primera fue establecida por Moshé Rabenu mientras estábamos en el desierto y trata del agradecimiento a Dios, por cuya misericordia recibimos el alimento.

➤ La segunda fue establecida por Yehoshúa Bin Nun, el conquistador de la Tierra de Israel, y trata del agradecimiento a Dios por la tierra que nos dio. En ésta se agrega también el agradecimiento por la Torá que nos entregaron y por el pacto por medio del *Brit Milá*, la circuncisión.

➤ El Rey David estableció la tercera bendición cuando conquistó Yerushalaim, y quedó completada cuando su hijo Shelomó construyó el Primer Templo; trata justamente de la construcción de nuestra Ciudad Santa pidiendo a Dios que se apiade de Su pueblo y construya el Tercer Templo.

➤ Nuestros Sabios establecieron la cuarta bendición en la ciudad de Yavne, luego de la guerra de Bar Kojbá contra los romanos y la masacre realizada por éstos en la ciudad de Betar, donde milagrosamente los cadáveres que se amontonaron como una muralla, una cerca alrededor de la ciudad, no sufrieron descomposición.

Finalizamos *Birkat Hamazón* con varias peticiones, conocidas como *Harajamán Hu...*, el Misericordios Él nos..., cerrando con el *Osé Shalom*, El que hace la paz, para pedir la paz Celestial sobre nosotros.

Estas cuatro bendiciones implican cuatro puntos importantes que tenemos como pueblo: la manutención Divina, la Tierra Santa, Yerushalaim la ciudad sagrada, y el pueblo Eterno.

Reconoce y agradece

La obligación de alabar a Dios por el alimento se debe a dos motivos principales: el primer motivo es para saber y reconocer que todo viene de Él, como nos lo indica el versículo: “Abre Tus manos y sacia a todo ser vivo”.

Dice el Midrash: “Dijo Rabí Itzjak: Abraham Avinu tenía su carpa abierta para los necesitados, y cuando terminaban de comer les decía: ‘Bendigan a Dios’. Y preguntaban: ‘¿Y qué se Le dice?’, Abraham respondía, ‘Bendito el Dios del mundo, que comimos de lo Suyo’” (Bereshit 43,8).

El segundo motivo es para ser agradecidos. La naturaleza del ser humano a veces le provoca saciarse, enorgullecerse, olvidar e incluso patear lo recibido. Como nos advirtió la Torá: “Ten cuidado de olvidar a Dios y Sus preceptos; no sea que comas y te sacies, y buenas casas construyas, tengas mucho vacuno, plata y oro, y debido a eso te enorgullezcas y te olvides de Dios, Quien es Quien te lo dio” (Devarim 11:16). Y dice: “*Vaishmán Yeshurún vaivat*”, se engordó el pueblo de Israel y Me pateó (Devarim 32:15).

El lavado de manos antes de comer, el bendecir, y sentarse a la mesa con educación, es para diferenciarnos justamente de los animales y no convertir el acto de comer en la satisfacción de una simple necesidad animal, sino en un acto elevado. El profeta Yeshayá reclama con palabras que pueden hacer alusión también a la obligación de *Birkat Hamazón*: “Reconoce el toro a quien lo adquirió y el burro reconoce a su amo, pero lamentablemente Mi pueblo, Israel, no Me conoce y no observa de Quién come” (Yeshayahu 1:3).

El Zóhar aclara que no se trata nada más de reconocer y agradecer con mala cara, sino que también es importante la forma de cómo se recita la bendición. Cuando alguien nos agradece, no solamente escuchamos sus palabras, sino que también observamos cómo las expresa. A la hora de bendecir, la persona debe estar contenta y no triste, y bendecir a Dios con alegría, como dice el versículo: “*Vesamajta lifné Hashem Elokeja*”, y te alegrarás delante de Dios, refiriéndose también a la hora de recitar *Birkat Hamazón*.

Continúa diciendo el Zohar sobre el versículo: “*Tov ain hu yeboraj*”, el de buen ojo bendecirá, lo que significa que sólo quien tiene un buen ojo y sabe ver con él lo bueno que Dios le da, es digno de bendecir.

“En cada lugar que menciones Mi Nombre vendré y te bendeciré” (Shemot 20:24), el Zóhar aclara que al mencionar la bendición sobre el alimento, Dios viene y, de la misma forma que pronunciamos la bendición con alegría y buen ojo, Él pone Su Mano sobre nuestra cabeza y nos bendice con alegría y buen ojo, llenándonos de abundancia, salud y vida (Zóhar Ékev).

Capítulo 26

Dormir en paz

Después de un día espectacular con tantos preparativos, recibimiento del Shabat con la *neshamá yeterá*, el rezo y la cena llenas de bendición y abundancia, nos preparamos para dormir, no sólo con el estómago lleno, sino con el alma muy alegre. Sin embargo, antes de dormir debemos decir el rezo de *Keriat Shemá al hamitá*.

Cada noche, antes de dormir, debemos cerrar el día haciendo una meditación y una reflexión sobre todo lo ocurrido en él, arrepintiéndonos por lo malo que pudimos haber hecho, y al mismo tiempo animarnos y felicitarnos por lo bueno que hayamos realizado.

La vida tiene un trayecto, y cada noche hay que observar el mapa, para comprobar si estamos en el camino correcto o si hace falta corregir el rumbo, o quizás acelerar un poco más el avance. Así que al acostarnos y antes de dormir, debemos leer el *Keriat Shemá al hamitá*, oración que incluye meditación, petición de perdón por los pecados cometidos, la lectura del *Shemá*, la poderosa plegaria de *Ana Be-koaj*, etc., para cerrar bien el día dando cabida a otro mejor.

Además, en la noche, a la hora de dormir, atravesamos por un proceso espiritual grande y del que no somos conscientes, como dicen nuestros Sabios: “En la noche, mientras la persona duerme se desprende de ella una parte espiritual que se eleva hasta el Creador para rendir cuentas, obtener información y planear el siguiente día”.

Y debido a que este proceso no es tan simple para el alma, y ésta quiere alcanzar mayor nivel, claridad y gracia Divina, se precisa pureza de actos durante el día, y el alma necesitará, de alguna forma, abrirse paso y allanar obstáculos para que su elevación sea fácil y fructífera.

Y por lógica, cuánto más alto alcance llegar el alma más pura será la información que obtendrá.

El Zóhar dice: “Observa y te daré un consejo: Cuando la persona se acuesta para dormir en la noche, necesita leer el *Shemá* y aceptar sobre sí el Reinado Divino con amor y cariño; depositar su alma en Manos de Dios, ya que a la hora de dormir todas las almas se elevan hacia Él, y la lectura del *Shemá* les abre el paso”. (Vaetjanán 3)

A eso se referían nuestros Sabios cuando dijeron: “El que lee el *Shemá* antes de dormir, equivale a un guerrero que tiene un arma afilada en su mano” (Berajot 5a). Y el Talmud Yerushalmi agrega: “Hace falta leer el *Shemá* en la noche, para hacer huir todas las fuerzas negativas” (Berajot 1,1).

Repetimos este proceso en varias ocasiones, por ejemplo, antes de rezar Shajarit y Minjá se acostumbró a leer previamente el Pitum Haketóret. El motivo es que éste funciona como un “limpia drenajes” que aleja a los acusadores celestiales que obstaculizan al rezo para ascender hasta el Trono de Celestial. Este rezo es muy poderoso y abre paso a las peticiones mencionadas después para que lleguen libremente (Zóhar, Shir Hashirim 13b).

Eso es lo que se hace con la lectura nocturna del *Keriat Shemá* antes de dormir. Todo el texto que se dice antes del *Shemá* sirve para “aplanar el terreno”, dando a nuestra alma una posibilidad de elevarse a grandes alturas y ponerse de pie dignamente ante el Creador, obteniendo buenos decretos para el día siguiente.

Capítulo 27

La Muralla Espiritual

Después de prepararnos para recibir y darle la bienvenida a Shabat y al alma adicional, haciendo todo lo necesario para que se sienta en casa: los cánticos, las palabras de Torá y un buen ambiente familiar, lleno de santidad y pureza, nos vamos a dormir. En ese momento nuestra alma se desprende de su envoltura terrenal para subir al Cielo, pero esta vez sube como invitada de la *neshamá yeterá*, ya que de la misma manera que esta alma fue bienvenida aquí en la Tierra, ella recibe como huésped a nuestra alma en el Mundo Venidero.

Después de este viaje astral, llega la hora del amanecer, y si tuviéramos lentes espirituales, veríamos en el horizonte, mientras el sol empieza a elevarse, la cantidad de lucecitas de almas que bajan del Cielo de regreso a los cuerpos que despiertan.

Por eso, agradecemos a Dios con el *Modé Aní* recién al abrir los ojos, por el hecho de habernos regresado el alma, que está compuesta de cinco partes.

En esta ocasión quiero hablar del quinto componente del alma llamado: *yejidá*. Sin embargo, abordaremos primero el concepto general para después profundizar en este.

Como ya sabemos, el alma se divide en cinco partes, llamadas: *néfesh*, *rúaj*, *neshamá*, *jayá* y *yejidá*. Tres de ellas son internas: *néfesh*- ubicada en el hígado, *rúaj*- en el corazón, y *neshamá*- cuya residencia es el cerebro. Las iniciales en hebreo de estos tres órganos forman la palabra: *mélej*, rey.

Las dos restantes son externas: *jayá*- funciona como un cordón umbilical desde la Fuente de Energía Divina hacia nuestra alma; *yejidá*- es un aura espiritual alrededor de nosotros, las iniciales de estas dos forman la palabra: *jay*, vida.

Por eso, lo primero que hacemos en la mañana es decir: "*Modé Aní Lefaneja Mélej Jai*"- Agradezco ante Ti *Mélej Jay* cuya traducción literal significa Rey de la Vida, que también representan las iniciales de estas cinco partes del alma. La palabra *Mélej* alude a las partes del alma que reposan en un lugar específico dentro de nosotros. Pero las dos partes externas del alma, que no reposan en un lugar específico, sus iniciales provienen de su propio nombre: *Jay*.

Posterior al *Modé Aní*, seguimos con otro rezo que también habla del alma y que nos aclara algo novedoso e importante sobre la quinta parte del alma: *yejidá*.

Nuestra Alma y el Templo sagrado

(Lo que se va a exponer a continuación está basado en el libro *Jasidut Mevoeret*.)

Lo primero que recitamos en el día es *Birkot Hashajar* que comienza con el párrafo: *“Elokai, neshamá Shenatata Bi...”*, Mi Dios, esta alma que me regalaste es pura. Con estas palabras aclaramos el origen y el proceso del alma, cuyo punto inicial es una parte de Dios, por eso decimos “es pura”.

“Ata Beraatá, Ata yertzartá”, Tú la creaste y Tú la formaste. Estas palabras insinúan los mundos conocidos como: *Beriá* y *Yetzirá*. El primero es el mundo de las almas y el segundo el mundo de los ángeles; lugares por donde pasa nuestra alma para llegar a nosotros.

Al llegar a la frase: *“Ata nefajtá bi”*, Tú la insuflaste en mí, se refiere a las tres partes del alma insufladas dentro de nuestro cuerpo.

Seguimos diciendo: *“VeAtá meshamerá Bekirbi”*, y Tú te encargas de cuidarla en mí. Esta parte del rezo se refiere a la parte del alma llamada *yejidá*, que funge como una muralla protectora alrededor de nosotros, para que nuestra alma no sea asediada.

Hay una analogía profunda entre la historia de nuestro Sagrado Templo en Yerushalaim y nuestro cuerpo o mejor dicho nuestra alma. Veamos primero el resumen sobre El Bet Hamikdash, y luego haremos la analogía.

En el momento que Hashem escogió la Ciudad de Yerushalaim como la ciudad donde Él moraría, en ella fue construida el Templo, y posteriormente se construyeron murallas para que no fuera atacada.

Sin embargo, el mal comportamiento de los yehudim provocó que los enemigos sitiaron La ciudad. Este terrible hecho ocurrió el 10 de Tebet, día que ayunamos, siendo éste el primer ayuno de cuatro por la destrucción del Templo. Los enemigos lograron romper la muralla y penetrar la ciudad el día 17 de Tamuz, día que también ayunamos por la destrucción del Templo.

Posteriormente los enemigos se aproximaron al Templo y lo capturaron, saqueando los utensilios sagrados, lo quemaron, y llevaron al exilio a los Sacerdotes y al pueblo. Sobre esta gran tragedia se estableció el Ayuno del 9 de Av.

Sin embargo, todavía quedó presencia y dominio judío en la Tierra Santa, hasta que fue asesinado Guedaliá, hijo de Ajicam el líder de la comunidad. Este asesinato provocó la fuga de todos los yehudim de la Tierra de Israel, acto que permitió que los demás pueblos entraran.




Sobre el Templo mismo construyeron sus adoratorios. Por esta insensata muerte, se estableció el cuarto ayuno, el 3 de Tishré conocido como Tzom Guedaliá.

En forma similar todo esto ocurre de forma increíble en la persona. Su cuerpo es como la Morada de Yerushalaim, en él reside la parte Divina, el alma que tenemos; alrededor de nosotros Hashem puso una muralla espiritual llamada *yejidá*.

Los pecados que cometemos crean ángeles acusadores, estos, junto con el ejército del *yétzer hará* nos sitian; mientras sean pocos y débiles, la *yejidá* nos protege. Pero el peligro llega cuando los pecados se incrementan y logran romper la defensa que nos da la *yejidá*. Nuestros pecados penetran en la Ciudad Espiritual, que representa una fuga del alma. Poco a poco, los utensilios sagrados que contenemos como: fe, amor a Dios, valores... se pierden, y de repente la persona siente que eso que contenía en su cuerpo o que creía tener, ya no lo tiene.

Sin embargo, ahí no termina el problema, porque ese lugar vacío en nuestro cuerpo, donde se encontraba lo sagrado, se empieza a llenar de ideas vanas, las cuales no pertenecen a un *yejudí*.

Para evitar los graves peligros que esto representa, siempre debemos procurar tres cosas:

-  Llenarnos de espiritualidad.
-  Convertir a nuestra propia "Jerusalem", en una ciudad sagrada con riquezas de todo tipo.
-  Paralelamente, cuidar que nuestra muralla *yejidá* no sea destruida. Esto se logra cuando nos cuidamos de no cometer pecados, porque estos se convierten inmediatamente en armas perforadoras de la muralla.

Shabat elimina al ejército enemigo

Por un lado, nos llenamos de una dosis espiritual más elevada a través del alma adicional que recibimos, pero de qué sirve que nos llenen "nuestra Jerusalem con más oro y riqueza", si las murallas están perforadas.

Por eso Shabat trae con ella otro gran regalo que es el perdón. Ya vimos que los ángeles que nos acompañan los viernes ponen las alas sobre nuestra cabeza y nos bendicen con el perdón, y como ya mencionamos, en la cena de Shabat la Presencia Divina nos limpia de cualquier pecado.

Es oportuno aclarar que cuando la persona peca no se forma simplemente una nota de papel en la que está escrito el pecado que cometió y este perdón no significa romper unos papeles que dicen "Pecó en..., Profanó la... Robó el..., Transgredió...", ya que el pecado no es una notita sino un ángel acusador que se forma debido al pecado, por lo que el perdón consiste en eliminar a esos ángeles acusadores.

Por lo tanto, si se eliminan los sitiadores, la “muralla” que te protege estará segura. Debemos conocer bien este sistema, para no solamente dedicarnos a enriquecer nuestra alma, sino también tener en cuenta nuestra *yejidá* y eliminar diariamente los peligros que la amenazan, que no son más que nuestros hijos espirituales, creados por nosotros por nuestros pecados. Por eso dice el versículo *“Mearzaij umajaribaij mimej yetzehu”*, tus demoledores y destructores de ti saldrán” (Ishayahu 49:11).

Este concepto tiene un ejemplo poco conocido y muy asombroso: todos saben que el rey que destruyó el Templo Sagrado fue Nabucodonosor. Lo que pocos saben es que este poderoso soberano era, ¡ni más ni menos que descendiente lejano del Rey Shelomó! quien construyó el Templo, insinuando además con esto, que tú construyes y tú destruyes por medio de tus acciones.

Capítulo 28

El Rezo de la Mañana

Con estas partes de nuestra alma nos aproximamos al rezo matutino de Shabat. Para entender la peculiaridad de esta tefilá y el enfoque especial que tiene en Shabat por la mañana, debemos adelantar una pregunta.

Durante todo el año la parte principal del rezo que es la Amidá, es la misma en todos los rezos, tanto en Arvit, Shajarit como Minjá. Lo mismo sucede en los días de festividad: Rosh Hashaná, Yom Kipur; de mañana, tarde y noche se repite la misma Amidá. Sólo en Shabat, la Amidá de las tres tefilot es distinta: en la noche decimos *Ata Kidashtá*, en la mañana decimos *Izmaj Moshé* y en la tarde *Ata Ejad*.

¿Por qué Shabat tiene una Amidá distinta en cada rezo?

A esto responde el Tur: “Tres sábados importantes hay en la historia: el Shabat de la Creación, el Shabat de la entrega de la Torá, y el Shabat futuro de la Redención. Por cada uno de estos, se estableció una Amidá diferente.

En el de la noche habla del Shabat de la Creación; el de Shabat por la mañana trata de la Tablas de la Ley, entregadas a Moshé Rabenu.

Y ya que el versículo dice que en el día de la Redención se unificará el nombre de Dios y se manifestará ante todo el mundo, se estableció en el último rezo de Shabat: *Ata Ejad*, Tú eres Uno.

Vemos que en Shabat por la mañana se recrea el momento equivalente al gran evento histórico de la entrega de la Torá, la manifestación de Dios y la palabra Divina.

Y, de la misma forma que relacionamos al principio del libro, el Shabat con el día Viernes de la Creación, y todo lo ocurrido en ese día, de igual manera relacionaremos el Shabat por la mañana con Matán Torá, la entrega de la Torá.

Nuestros Sabios preguntan: ¿cómo puede ser que el lugar donde recibimos la Torá no se convirtió en un lugar sagrado para nosotros? Así como ocurrió con el Templo Sagrado, la Tumba de los Patriarcas en Majpelá, la Tumba de Raquel o la Tumba de Rabí Shimón Bar Yojai que se convirtieron en lugares

sagrados, así deberíamos peregrinar a ese lugar una vez al año, o cada siete años, o al menos una vez en la vida, ya que fue el lugar donde Dios se nos manifestó. ¡Fue el lugar donde nos convertimos en el Pueblo Elegido!

Otra pregunta, ¿cómo es que no se sabe dónde está ese lugar? Y más aún, ¿cómo puede ser que en ningún momento la Torá indicó en qué fecha exacta fue la entrega de la Torá? Y aunque en la Torá aparecen varias veces las fechas de Sucot, Pésaj, Rosh Hashaná, Yom Kipur, nunca mencionó la fecha de Shavuot.

Nuestros Sabios responden: “Para recibir la Torá de Dios, no hay lugar ni hora; en cualquier lugar y momento la puedes recibir”.

Sin embargo, hay fechas que son propicias para quienes las aprovechan. En el ciclo anual esa fecha propicia es el 6 de Siván, la fecha de Shavuot. En el ciclo mensual, es cada Shabat por la mañana, ya que todos los Sabios del Talmud están de acuerdo que la Torá fue entregada el día de Shabat por la mañana.

Veamos a continuación la similitud entre la entrega de la Torá y nuestro Shabat.

Shabat- entrega de la Torá

Al salir de Egipto se avisó que al final de siete semanas se entregaría la Torá, empezando así la cuenta del Omer para saber cuántos días habían pasado desde la salida de Egipto para que al final de las siete semanas, llegara el día de la entrega de la Torá.

Así sucede con Shabat. La mitzvá de “Recordar el día Shabat”, según algunos Sabios se cumple cuando contamos los días de la semana siempre en relación al Shabat. En hebreo los días de la semana no tienen nombre sino número: “rishón, shení...”, primero, segundo... En el rezo matutino de cada día decimos: “Hoy es el día cuarto para el Shabat”; “Hoy es el día quinto para Shabat”...

Acercándose la fecha de la entrega de la Torá, Dios dijo: “Prepárense que en tres días recibirán la Torá”. También en Shabat, según la Cabalá, uno se empieza a preparar desde el miércoles, tres días antes para recibir la *neshamá yeterá*. El miércoles la persona prepara la base donde morará el nefesh que recibirá en Shabat, el jueves el *rúaj* y el viernes se prepara el utensilio de la *neshamá*.

Antes de la entrega de la Torá Hashem dijo: “Prepárense, lávense, purifíquense y preparen su ropa”. En la víspera de Shabat, nos bañamos, nos sumergimos en mikve, y preparamos nuestra ropa especial para Shabat.

El pueblo reaccionó con fe absoluta para aceptar y recibir todas las leyes, diciendo: “*Naasé venishmá*, haremos y escucharemos; es decir, confiamos en Tus mandamientos de forma absoluta, aunque al principio no entenderemos el porqué de cada una. Por eso, primero las haremos y a medida que las ejecutemos, entenderemos el porqué de ellas.

En Shabat el judío creyente dice *naasé venishmá*, ya que muchísimas leyes de Shabat son incomprendibles, y a primera vista, incluso pueden parecer anticuadas y con poca lógica. Sin embargo, nos comprometemos a empezar a cumplir, y posteriormente, con el estudio descubrir los motivos Divinos de ellas.

Al entregarnos la Torá se nos ordenó no acercarnos a la montaña, incluso se delimitó con señales para que nadie se equivocara y traspasara los límites. Parte de la preparación de Shabat consiste en fijar los límites e incluso poner señales, como en los contactos de luz y otros detalles, para no transgredir las fronteras de Shabat.

Entre los preparativos para el Har Sinaí estaba la decoración que el Creador puso sobre la montaña donde se llevaría a cabo la entrega. El Midrash dice: “Que en medio del desierto, en ese lugar árido, de repente floreció la montaña y se llenó de colorida vegetación, para que fuera agradable durante la entrega de la Torá” (El Ramá Shulján Aruj 494:3).

También en nuestro hogar adornamos la mesa con flores, manjares y bonitos utensilios. Nuestros Sabios dicen, Shabat por la mañana es más importante que por la noche, por lo que, si tienes un manjar o una decoración que la puedes usar durante la noche o el día, es preferible usarla para la mañana.

Cuando Hashem entregó la Torá, la montaña se iluminó con fuego Divino. Nosotros iluminamos nuestro hogar con el esplendor de las velas de Shabat. El Midrash dice: “A la hora de *Matán Torá* ningún pájaro cantó, ningún perro ladró y ningún animal hizo ruido alguno. Hubo un silencio mundial absoluto, como dijo Eliahu Hanabí: “Dios no está en el ruido, sino en el silencio” (Melajim I, 19:12).

Cada Shabat preparamos “el silencio”, haciendo cesar las máquinas, los aparatos, la música, los autos y las fábricas; en ese silencio encontramos a Dios.

Hubo una preparación que fue la principal: la de Moshé, como indica el versículo: “Y Moshé subió a Hashem, lo llamó Dios desde la cima de la montaña para que suba” (Shemot 24:15). Pregunta el Or Hajaim: “Si el versículo inicia diciendo que Moshé subió, suponemos que es a la montaña, entonces lógicamente podemos decir que Dios le dijo sube, pero ¿no ya había subido? La respuesta es que el principio se refiere a la elevación personal que hizo Moshé, siendo ésta la que le valió ser llamado por Dios para que subiera ante Él.

Así es cada Shabat. Tras los preparativos materiales que hacemos, está la preparación principal: uno mismo es quien debe elevarse hacia Hashem, después de la reflexión, la purificación, la preparación mental y la elevación espiritual, es lo que hace a uno merecedor de ser llamado por el Creador para encontrarse con Él.

Encuentro con Hashem

Todo estos preparativos provocan un efecto conocido en la Cabalá como: “*Hitaaruta del tata*”, un despertar de abajo, es decir, una reacción terrenal que se origina por voluntad propia de la persona;

con esto nos despertamos espiritualmente y buscamos un encuentro con Dios; provocando que se accione el "*Hitaaruta Deleila*", el despertar desde Arriba, es decir, que de Arriba también buscan el encuentro con nosotros.

Esto se manifiesta en los conceptos cabalísticos donde se habla de quién busca a quién en la relación amorosa entre Dios y nosotros. Como vimos en ciertos capítulos del Shir Hashirim, donde el novio (a veces) es quien procura a la novia, y ésta se "hace del rogar", lo que hace una relación un poco débil. Sin embargo, cuando la novia se maquilla y viste hermosa, logra despertar fuertemente las emociones del novio, lo que hace a la relación muy amorosa y firme.

Igual nos pasa con Dios... A veces es Él quien viene y nos toca la puerta diciendo: "*Pitji Li*", ábreme la puerta querida mía, a lo que respondemos: "Ya estoy cansada y no tengo fuerza para abrirla". Pero otras veces somos nosotros los que corremos hacia Él pidiéndole Su cercanía, bondad y bendición, especialmente Su abrazo de protección.

Los resultados de estas dos actitudes son muy diferentes. Cuando hay primero *Hitaaruta Deleila*, es decir, cuando Dios es quien se mueve primero, nos da las cosas sin que nosotros las pidamos, ya sea la manutención, el perdón o incluso el Mashíaj. entonces no nos brinda mucha alegría recibir todo lo anterior. Esto se compara a como si nos dieran una caridad que se recibe con cabeza baja, y no como un sueldo merecido que uno se ganó que se recibe con la cabeza alta y corazón alegre.

Para entender mejor estos conceptos usemos como ejemplo dos festividades del calendario: Janucá y Purim. Ambas son fiestas que se refieren a un milagro de salvación. Pero todos sabemos que no hay como la alegría de Purim, alegría que no se ve en Jánuca.

En Janucá nosotros como pueblo no hicimos nada para merecer el milagro de la victoria sobre los griegos y recuperar nuestro Templo Sagrado. Y aun cuando un pequeño grupo de Macabeos lucharon con fe y apego a Dios, fuera de este esfuerzo, nosotros no hicimos nada. Es más, aunque duele reconocerlo, éramos más helenistas que judíos. Sin embargo, Dios se apiadó de nosotros y nos dio la victoria, ejemplo claro de un primer movimiento proveniente de Arriba, *Hitaaruta deleila*.

Por el contrario, en Purim, la acción recayó en el pueblo y leemos en la Meguilá de Esther cómo la princesa Esther ordenó a todo el pueblo judío: "Reúnanse en los templos, eleven plegarias y ayunen tres días" (Esther 4:16); Mordejai por su lado, reunió a todos los niños pequeños y puros, que no habían probado el sabor del pecado, para rezar, estudiar y rogar a Dios para que anulara el decreto de exterminio que pesaba sobre el pueblo. Éste es un claro ejemplo del *Hitaaruta deltata*.

Dijo el Admor: "El concepto de Janucá y Purim se manifiesta en los juegos tradicionales de cada festividad. En Janucá jugamos con el *sevivón*, pirinola y en Purim con *raashanim*, matracas. Hay una gran diferencia entre los dos: en el *sevivón*, la mano va arriba para dar vueltas abajo, imitando la Mano Divina que vino de lo alto y dio el giro a lo que ocurría en la Tierra.

En Purim la mano va abajo del *raashán*, para dar vueltas arriba, indicando que hubo un despertar desde abajo, el cual provocó el giro del decreto de arriba. Por eso es que Purim es una festividad muy alegre, porque fue la persona quien provoca la salvación.

Así es Shabat, todos sus preparativos son para crear esta *Hitaaruta deletata*, nos movemos abajo para que den vueltas arriba. Los preparativos provocan el despertar de la Novia- nosotros; como sucedió en la entrega de la Torá, a la hora de contar los días del Omer, para encontrarnos con el Creador, preparándonos con cuerpo, ropa y espíritu para la gran unión, diciendo: "Haré lo que ordenes".

A la hora de la entrega de la Torá bajaron ángeles y coronaron a cada judío con una corona espiritual, que se manifiesta con el alma adicional que nos dan. Y así como en la noche de Shabat la recibimos, de igual manera en Shajarit de Shabat recibimos de nuevo un *néfesh*, *rúaj* y *neshamá*. Algunos comentaristas opinan que se reciben cuando entonamos el *Nishmat kol jay*.

El Ben Ish Jai comenta que así como en el rezo de Arvit, lo adicional se dividió en tres partes, de igual manera sucede en Shajrit: el *néfesh* se recibe a la hora de cantar el Nishmat, el *rúaj* al empezar la Amidá de Shajarit y la *neshamá yeterá* se recibe al decir la palabra "*aye mekom kevodó*" en la Kedushá del rezo de Musaf. (Parashá Toledot, segundo año).

Éstas son nuestras coronas de Matán Torá que recibimos del Novio, por el mérito de despertar Su amor por nuestro *Hitaaruta deltata*.

Capítulo 29

Sacar el Séfer Torá

La Torá fue entregada en Shabat por la mañana, es por esto que Moshé estableció que cada Shabat se reuniera el pueblo en los Templos y revivieran la escena sacando del hejal el Séfer Torá, escuchando la Palabra Divina y los mandamientos de la *parashá* de la semana. Todos los detalles de ese momento fueron establecidos meticulosamente, desde el abrir las puertas del hejal, simbolizando la apertura del Cielo donde estaba la Torá, mover el *parojet*, la cortina que simboliza las barreras celestiales que impidieron a Moshé bajar la Torá y que impiden a cada uno de nosotros volver en teshuvá para acercarnos a Dios, la persona que toma la Torá y la exhibe ante la congregación, equivale a Moshé, que entró al Cielo para bajar la Torá al pueblo.

Nos movemos de nuestro lugar en la Sinagoga y damos unos pasos hacia la Torá, pasos que representan respeto, (como el concepto del *Hitaaruta deltata*) y no esperamos a que ella venga hacia nosotros, sino nosotros vamos hacia ella, como ocurrió en Matán Torá, cuando Moshé Rabenu estableció la tienda del Ohel Moed y dijo: “Quien quiera escuchar la Palabra Divina que camine hacia ella” (Shemot 33:7).

La costumbre de acercarse y besar la Torá es para lograr lo dicho por la novia en Shir Hashirim: “Deseo que nos besemos” (Shir Hashirim 1:2), haciendo alusión a una cercanía total con el Creador. Incluso el número de personas que suben al Séfer Torá el día de Shabat en la mañana es siete, y como explicamos anteriormente, el siete simboliza espiritualidad.

Las siete personas que son invitadas a la lectura de la Torá, simbolizan los Siete Cielos que bajó Hashem para morar sobre la montaña de Sinaí, como dice el Midrash: “Siete generaciones pasaron desde Abraham Avinu hasta Moshé Rabenu (Abraham, Itzjak, Yaakov, Levi, Keat, Amram y Moshé) y cada uno de ellos fue acercando a Dios a la Tierra, bajándolo un nivel celestial, hasta que en la séptima generación moró sobre nosotros”. Así ocurre prácticamente tras cada una de las siete personas que suben al Séfer Torá.

La lectura de la Parashá

Para mucha gente la hora de la lectura de la Parashá semanal se convierte en un momento muy aburrido, especialmente para los que no entienden lo que se lee. ¡Y más aún para los que no saben leer hebreo!

Que quede claro: nuestra querida Torá puede ser el libro más aburrido que existe. Está lleno de versículos y temas donde no se encuentra nada de interés. Sin embargo, es importante saber la regla: la Torá es el libro más aburrido si sólo lo lees, ¡pero si lo estudias es el libro más increíble sobre la faz del planeta! Realmente una obra que solamente Dios pudo llegar a crear.

El problema de nosotros es que leemos la Torá en vez de estudiarla, y en el momento de sacar el Séfer y leer la *parashá*, realmente debería ser sólo un repaso para recordar lo estudiado durante la semana. Por eso la Torá se entregó en el desierto y se comparó al agua. Cuando cae agua en un lago o en el mar, no se nota su aporte, pero cuando cae en el desierto se absorbe completamente.

Por eso nuestros Sabios dijeron: “Bebe con mucha sed las palabras Divinas; sé como el desierto o como quien camina en él, anhelando las gotas de agua”.

No sientas que estás lleno como el mar ni que lo nuevo está de más, al contrario, siempre aplica la regla, “Sólo sé que no sé y debo aprender para saber”.

No escuches la Torá con soberbia, sintiendo que eres una persona que sabe todo. Al contrario, sé humilde como el Monte Sinaí que dijo, “Quién soy yo para que se entregue la Torá en mí”.

Sé humilde como Moshé Rabeinu, quien dijo: “¿Quién soy yo para enseñar la Torá?”.

Humilde como el desierto que no tiene flora ni fauna para presumir. Recuerda que la Torá se comparó al agua, ya que baja de arriba hacia abajo, de las cimas hacia los valles, para morar en los humildes y sencillos.

El estudio de la Torá

Explica el gran cabalista Rabí Israel Abujatzira, conocido como el Baba Sali, sobre la bendición que se dice sobre el agua: Quien bebe agua con sed bendice: *Sheacol nihiyá bidbaró*, que todo se hizo en base a Su palabra: “Además de la ley literal sobre la bendición del agua, aquí hay un mensaje sobre el beneficio de aquel que estudia la Torá con sed. Quien toma agua —es decir quien estudia Torá con sed— bendice.

Cada persona que estudia Torá, puede dar bendiciones, “De arriba decretarán lo que pasará abajo en base a su palabra”. Es decir, esta persona que estudia Torá, a quien él bendiga, por el mérito de su sed de Torá, le será cumplida su palabra, su bendición.

Dice el versículo: “*Veitkadishtem viítem kedoshim*”, santifíquense y serán santificados. (Vaykrá 11:44). Es decir, cuando Yo vea su esfuerzo por santificarse, elevarse y estudiar; cuando observe su *Hitaaruta deletata*, entonces serán bendecidos y santificados, para cumplir sus deseos”.

Cada vez que estudiamos Torá, nos ocurre lo mismo que le aconteció al pueblo de Israel a los pies del monte Sinaí. Hashem enunció los Mandamientos y el pueblo entendió mucho más de lo dicho, captó lo oculto detrás de las palabras, razonó los secretos escondidos ya que la Palabra Divina es una semilla y

cada uno la convierte en un árbol, como dice el versículo: “Uno habló Dios, y dos yo escuché” (Tehilim 62:12). Esto no fue igual para todos, ya que en función de la preparación y del deseo de saber, era lo que cada uno recibía y entendía.

Así es hasta la actualidad. Cada vez que estudiamos Torá, según la voluntad de recibir, de saber, de entender y profundizar de cada uno, Hashem responde y abre los Manantiales de la Sabiduría; nos ayuda a ver entre las líneas de cada versículo, que sería como ver el alma de la Torá y los secretos Divinos que estos encierran.

Muchos versículos que nos parecen simples, contienen muchísima luz. Tomemos por ejemplo uno de los versículos más aburridos en la Torá al final de la parashá Vaishlaj, donde habla de los reyes de Edom (Bereshit 36:31): “Y esos son los reyes que reinaron en Edom...”, y menciona como nueve versículos de los reyes que reinaron y murieron, datos que aparentemente a nadie importa. Al parecer ninguna ley o moraleja se aprende en ellos...

Sin embargo, para quienes saben, uno de los preceptos más profundos en la Cabalá: shevirat hakelim, que habla de lo ocurrido muchísimo antes de Bereshit, está insinuado en esos “versículos aburridos”.

Esto aplica también en los preceptos de la Torá. Hay leyes de Shabat que la gente menosprecia y no les ve la lógica, la razón o el motivo de ser y por lo tanto los relegan. Por eso, Hashem no puso una tarifa a las mitzvot salvo a dos: respetar al padre y a la madre y la extraña mitzvá de tomar la paloma del nido, echarla a volar, levantar el nido e incluso regresarlo a su lugar, la mitzvá de Shiluaj Haken.

Ambas mitzvot tienen el mismo pago a pesar de que una tarda cinco minutos en hacerse y la otra es toda la vida, una es lógica y la otra pareciera que no. Sin embargo, Hashem les da el mismo pago, para indicarnos que las apariencias engañan y no tienes el parámetro terrenal para evaluar el efecto Celestial de cuidar una mitzvá.

Hay muchos preceptos que tal vez veas muy simples, pero para Hashem son muy grandes. Hay muchas teclas que menosprecias, pero mueven rieles en el Cielo.

Esto me recuerda cuando éramos niños, yo tenía 10 años y un amigo de mi padre (q.e.p.d.) nos llevó a visitar la estación de tren en la que trabajaba; éramos un grupo de niños inquietos y curiosos.

Después de conocer la locomotora, los vagones y la estación, salimos al campo cercano a buscar tortugas. Sin embargo, uno de los niños se quedó en la estación; el encargado del panel de control salió para prepararse un café y el niño entró, tomó el lugar del controlador y empezó a apretar botones y mover palancas: ¡Hizo y deshizo!

Gracias a Dios en ese instante regresó el encargado... ¡Y con el grito que dio hasta las tortugas escondieron la cabeza! Inmediatamente tocó la alarma y se detuvieron todos los trenes de Israel ya que con cada botón que tocó, con cada palanca que jaló, subió plumas, movió rieles, etc., lo que significaba que podía llegar a provocar grandes accidentes.

Hasta la fecha recuerdo la cara de mi amigo diciendo: “¿Que hice?”

¡Sólo toqué unos botones!

Es la misma reacción que tenemos respecto a las mitzvot. No entendemos que cada palanca que movemos, cada acción que hacemos, causa una reacción Celestial, tanto para bien o para mal.

Las apariencias

Las apariencias engañan, no solamente en los versículos y preceptos, sino también en la gente.

Muchas personas parecen de primera, y no son más que gente mala y malvada. Otras, parecen muy simples, y en realidad contienen almas muy poderosas. Por eso nuestros Sabios dijeron: “No desprecies la bendición de ninguna persona, ya que no sabes qué alma está oculta detrás de ese simple cuerpo”.

¿Quién se imaginaba que detrás del cuerpo de un simple pastor que deambulaba por el desierto de Midián, fugitivo y tartamudo, estaba la gran alma de Moshé Rabenu, alma que nos bajaría la Torá desde el Cielo?

¿Quién se imaginaba que detrás del analfabeta estaba la gran alma de Rabi Akivá? Y así infinidad de ejemplos, que de quien menos piensas que tiene, es quien más tiene.

El Talmud habla sobre el Mashíaj y en base a la descripción que da sobre él te quita las ganas de esperarlo. “El Mashíaj es alguien que está entre los vivos y está sentado entre los pobres sin techo y no solamente es un pobre, sino que pasa el día entero quitándose vendas y sacando pus de sus llagas, y cuando termina con una, pasa a la siguiente y así sucesivamente” (Sanedrín 98a). La verdad es que uno se imaginaba al Mashíaj más presentable, más elegante; ¿por qué describirlo así? ¿Qué quisieron nuestros Sabios decirnos con esto?

Creo que la respuesta es muy simple. El alma más potente en el Cielo es el alma del Mashíaj, a quien el Zóhar describe en varios lugares con mucho respeto y grandeza que incluso nuestros Sabios quisieron decir que esta alma tan potente puede hallarse en el cuerpo menos agraciado, para indicarte que las apariencias engañan y no todo lo que brilla es oro.

Quizás un invitado en tu mesa es un “don nadie” (a tus ojos), sin embargo, la bendición que te da desde su gran alma te podría llegar a abrir puertas de luz, al igual que los Cohanim que te dan la bendición en la sinagoga; así también el simple judío que te saluda al salir del rezo bendiciéndote con un Shabat Shalom. Nunca sabrás la grandeza oculta detrás de la simpleza.

Así que debemos respetar cada versículo, cada precepto y a cada persona; nunca podemos saber en cuál boleto de la lotería está contenido el premio mayor.

Relatan sobre el gran tzadik el Admur de Gur, al que venían todos a su puerta para pedir su bendición que en una ocasión le dijo a su mayordomo: “Te pido que tomes la carroza y los caballos, y llesves a mis

pequeños hijos a la aldea lejana de..., y busques ahí a una persona de nombre zutano. Cuando lo hayas encontrado pídele por favor que bendiga a mis hijos”.

El mayordomo salió inmediatamente a cumplir la orden y durante todo el camino solamente tenía una pregunta en su mente: “¿Quién es ese extraño que incluso el Admur de Gur quiere que bendiga a sus hijos? Seguramente se trata de uno de los 36 Tzadikim ocultos de cada generación o tal vez un gran cabalista desconocido”.

Imaginen la sorpresa del mayordomo cuando llegó a la aldea y vio que se trataba de un “don nadie”, sentado en un café, jugando backgammon con un compañero.

Después de encontrarlo, –preguntándose si quizá tenía un primo con el mismo nombre porque seguramente había un error–, y verificar que era el único con ese nombre, se dirigió hacia él y le dijo:

—Me mandó con usted el Admor de Gur para pedirle que bendijera a sus hijos.

—¿Hasta aquí llegaste para burlarte de mí?

—Si usted no entiende, menos yo —replicó el mayordomo—. Si es tan gentil sólo ponga sus manos sobre su cabeza y deles una bendición para que nos podamos retirar.

Cuando regresaron con el Admor de Gur, el mayordomo fue recibido con una cara de satisfacción. El Admor le explicó: “Este judío acaba de hacer un esfuerzo muy grande para cumplir un precepto de la Torá y el amor con el que lo hizo causó un gran ruido en el Cielo y lo premiaron con el hecho de que a quien bendijera, Dios lo cumplirá”.

Por ello, respetemos a todos. Especialmente en Shabat y en las Festividades, que son días de congregación; invitados y anfitriones, bendicentes y bendecidos.

Demos honor a quien honor merece y a quien crees que no lo merece dale el doble de honor.

Demos respeto a todos los versículos y todas las palabras de la Torá, a todas la mitzvot nos parezcan sabias o no. Como dijeron nuestros padres: *Naasé Venishmá*.

Capítulo 30

El rezo de Musaf

En el rezo de Musaf encontramos un párrafo escrito por nuestros Sabios que contiene las letras en orden descendente, de la *taf* a la *alef*: Tikanta Shabat. ¿Cuál es el motivo de esto?

Observando bien las Tablas de la Ley y su orden, que fueron entregadas al amanecer de Shabat, vemos una escala ascendente de preceptos, lo que nos indica el orden el cual uno debe de ir acercándose al Creador. Al analizar este tema, también nos ayudará a entender cómo convertirse en un *Shomer Shabat*.

Entre los yehudim existe un error al pensar que los preceptos son algo de “todo o nada”. “O soy *Shomer Shabat* o profano todo”. Y realmente no es así. Existe una escalera ascendente para cumplir las leyes y nuestros Sabios la nombraron como el truco del ajo.

Una vez un pobre tocó la puerta de un señor no muy bondadoso y le pidió:

—Por favor sólo deme un diente de ajo.

Éste al ver que la petición no era muy exagerada, se la cumplió.

El pobre, con el diente de ajo en mano dijo:

—El diente de ajo tiene un aroma muy fuerte, ¿me podrías proporcionar un tomate para acompañar el ajo?

Después que se lo dio, volvió a pedir una rebanada de pan para...

—Disculpe, y si tomo un poco de refresco para la garganta, el calor está muy fuerte..

... y así hasta que el pobre logró sacarle al rico un banquete.

Esta fórmula se pone en práctica tanto de Hashem hacia nosotros como de nosotros hacia Él. Por ejemplo, al observar el orden en las dos Tablas de la Ley vemos lo siguiente:

En la primera Tabla encontramos leyes que son entre nosotros y Dios; nos pide creer en Él, y uno responde: —Está bien, no es mucho pedir. Creo en Ti.

En el segundo Mandamiento dice:

—No sólo debes creer en Mí sino solamente en Mí.

—Está bien, así será. Tú y solamente Tú.

—Pero no quiero sólo eso. También quiero que Me respetes, incluso te pido que no menciones Mi Nombre en vano.

—Como ordenes...

—Y no sólo eso. Quiero que respetes lo que considero sagrado, como el día de Shabat.

—Además, el respeto que te exijo no es sólo para Mí, sino también para tus padres, que son Mis socios.

Esta Tabla empezó con sólo creer en Dios y termina abarcando todas las leyes de prohibición de idolatría, leyes de respeto a Dios y a Su Nombre, todas las meticulosas leyes de Shabat, terminando con una de las mitzvot más difíciles de llevar a cabo: honrar al papá y a la mamá, mitzvá que no tiene hora ni fecha de caducidad. Hay que respetarlos en vida y después de ella.

Cuando hablamos de la segunda Tabla que trata de las relaciones entre uno y su semejante, igualmente empezamos con un ajo y terminamos con un banquete.

Inicia cuando nos piden:

— No le quites la vida al prójimo.

—Sí Dios, obvio. No soy un gangster.

Prosigue Dios y pide:

—No sólo quiero que no le quites la vida, sino que tampoco quiero que le robes su otra mitad, a su amada pareja...

—¡Creador del Universo! ¡No lo haré!

—Y quiero que no le quites su vida ni su pareja y tampoco tomes su libertad y sus bienes.

—Está bien, como Tú ordenes...

—Y no sólo eso. No te permito que des falso testimonio, y a través del tribunal le hagas perder honra y dinero. Y ya que estamos en esto, no te permito que ni siquiera desees y menos que codicies lo que tiene tu prójimo...

Observemos como de un sencillo pedido de no matarás, el Creador termina ordenándonos controlar la mente y no desear lo ajeno. De esta manera el Creador nos aplica la fórmula del ajo.

También nosotros, en nuestras plegarias, aplicamos la misma fórmula.

Cuando le pedimos perdón a Dios por los pecados cometidos decimos: "*Selaj lanu Avinu...*" En esta plegaria pedimos que no nos castigue por los pecados que hicimos sin querer, lo que representa poco pedir.

—No te pido que los borres, sino que no me castigues; y no pido perdón por los pecados intencionales sino por los que hice sin querer.

Dice Hashem: "Pásenme la goma..."

Y justo cuando nuestro Creador se prepara a borrar el decreto del castigo imploramos:

— *“Mejol lanu...”* Querido Dios, ya que tienes la goma en Tu Mano, por qué no mejor los borras. Por favor Dios olvídate de ellos.

Cuando Hashem ha borrado estos pecados, se escucha una voz tímida y recatada que dice:

—Amado Creador, si no es mucho pedir y ya que borraste ese tipo de pecados, te ruego *“Ki pashanu...”*, extiende Tu Mano bondadosa y borra lo que cometimos adrede...

También sabemos pedir un ajo y salir con un banquete.

Dicen nuestros Sabios que las cosas de Dios siempre son paulatinas. El sol no aparece de repente, ni tampoco se oculta de golpe. Así es nuestra vida espiritual, debe alumbrar cada día más, especialmente cuando se trata de las leyes de Shabat que son leyes complicadas y que requieren de un estilo de vida peculiar y nada fácil para quien no está acostumbrado a ellas.

Me atrevo a suponer que el error de mucha gente es la regla equivocada de “todo o nada”. Y no entendemos que las cosas del palacio van despacio.

Si alguien quiere convertirse en *Shomer Shabat* debe aplicar la regla del abecedario como en Shajarit de Shabat entonamos la canción de El *Adón* escrita en orden alfabético ascendente y terminamos el rezo de la mañana con *Musaf*, *Tikantá Shabat*, escrito en orden alfabético descendente, para indicarnos que las leyes de Shabat tienen dos tipos: lo que debemos de hacer y lo que debemos dejar de hacer.

Respecto a lo que debemos hacer se representa en una escalera ascendente, indicándonos que cada vez debemos hacer algo más. Con respecto a lo que no se debe hacer se indica en una escalera alfabética descendente, insinuándonos que cada vez debemos de dejar de hacer una prohibición más.

Capítulo 31

El estudio de Torá en Shabat

Vimos que en la mesa de Shabat cuando combinamos cánticos, alabanza y palabras de Torá formamos nuestro escudo con la estrella de David. También en Shabat después de terminar el triángulo hacia arriba a través de rezos y bendiciones en Shajarit y Musaf, acostumbramos a dedicarnos al segundo triángulo que es el del estudio de la Torá.

La Torá se entregó un día Shabat, día que Dios habló al pueblo y le entregó la Sabiduría Divina. Por eso, cada Shabat debemos aprovechar para volver a recibir la Torá y de esta manera contactarnos con el Creador. Dijo el Ramjal: “Dios, la Torá y el pueblo de Israel son Uno” (Adir Bamarom página 110) y dijeron los Comentaristas: “El Pueblo de Israel a través de la Torá se une a Dios”.

Después de terminar el rezo de Shabat acostumbramos a estudiar Torá o escuchar pláticas del Rabino, como dice el Tratado de Yerushalmi: “No se establecieron los días de Shabat y festividades sino para que sean momentos propicios para el estudio de Torá” (Shabat 15:3).

El Midrash explica: “Antes de entrar a la tierra de Israel durante los 40 años que estuvieron en el desierto, prácticamente fueron años de tranquilidad y estudio, años en los que el pueblo de Israel no tuvo preocupaciones ya que todo corría a cuenta de Dios y el tiempo libre se dedicaba para escuchar las increíbles charlas de Moshé Rabenu.

Sin embargo, cuando Moshé fallece y el pueblo entra a la tierra de Israel, comienza a dispersarse en la tierra y la Torá reclamó a Dios: ‘Ahora, cada uno de Israel quiere establecerse en la nueva tierra, construir su casa, trabajar su campo; teniendo que luchar día a día por su manutención, ¿qué será de mí?’ A lo que Hashem le respondió: ‘El día de Shabat se establecerá como día de reunión en los Templos y lugares sagrados, y debido a la prohibición de trabajar y negociar, será el espacio y momento adecuado para estudiarte’” (Tur Or Hajaim 290).

Nuestros Sabios dijeron: “Cada Shabat que la persona se levante temprano a estudiar Torá. Posteriormente vaya a la sinagoga a rezar; de ahí pase al lugar de estudio, donde leerá la Torá y repasará los libros de los Profetas. Sólo después que vaya a su casa a comer”, cumpliendo así lo que dice el versículo: “Ve y come con alegría tu pan y bebe con alegría” (Kohelet 9:7).

Explican nuestros Sabios: La persona debe dividir el tiempo de Shabat dedicando una parte al Creador con rezos y estudios, y otra parte al cuerpo, con las seudot, comidas” (Pesajim 66b).

El Zóhar alaba muchísimo a aquel que aprende algo nuevo en su estudio o encontrar una forma nueva de explicar algún versículo de la Torá: “Cuando la *neshamá yeterá* regresa a su lugar, Hashem le pregunta: ¿Qué estudió aquel que visitaste y qué novedades aprendió o enseñó? (Shelá Ner Mitzvá 53).

El Arí z”l agrega: “Con esas palabras de Torá se coronan las almas de sus antepasados que moran en el Gan Edén”.

No sólo hay que procurar estudiar sino también enseñar. Por eso es una bonita costumbre que los padres se sienten con sus hijos para estudiar juntos, cumpliendo con el versículo: “*Velimadetem otam et benejem*”, Y las enseñarán a sus hijos (Devarim 11,19). Y dijeron nuestros Sabios: “Cuando uno enseña bien a su hijo, trasciende hasta sus nietos y más, ya que la información que les damos se vuelve parte su formación, y estos al estar bien formados, enseñarán a la siguiente generación” (Kidushin 30a).

Qué estudiar

La Torá es larga y extensa, abarca todo tema a diferentes niveles y profundidades y cualquier estudio de ésta es considerado importante y necesario. Respecto al estudio en Shabat encontré varias recomendaciones de nuestros Sabios que es conveniente saberlas. Como hay diferentes opiniones primero las expondré para posteriormente dar una recomendación.

El libro Bait Jadash: “Hay una referencia muy grande que el estudio de Shabat sea dedicado a aprender las leyes de Shabat, como fue la orden de Dios a Moshé: “Reúne congregaciones y estudien las leyes de Shabat”. (Bait Jadash Or Hajaim 290).

El Yaavetz sugiere que el estudio en Shabat no sea difícil de entender para no causar angustia a la persona el día en que debe estar con alegría, por eso recomienda que sea un día de estudio de temas amenos, agradables y fáciles, o repasar lo estudiado durante la semana.

Sin embargo, el libro Majsik Berajá dice lo contrario: “El día de Shabat por recibir la *neshamá yeterá* la persona debe aprovechar y con esa energía extra estudiar temas profundos; y gracias a ella lo que no entendió en la semana podría llegar a entenderlo en Shabat” (290:6).

La conclusión, en mi humilde opinión, es que cada uno debe analizarse a sí mismo y decidir, ya que todo depende del propio nivel. Hay personas que ya recorrieron muchos kilómetros en el estudio de Torá, y por ello pueden permitirse el lujo de profundizar, otros apenas comienzan y necesitan del estudio fácil y ameno, para tomarle el gusto y sabor al estudio.

Lo mejor es que el estudio se divida en tres áreas, como dijeron nuestros Sabios: un tercio es para el estudio básico de la Torá escrita, los cinco tomos del Jumash, los Profetas, etc. Otro tercio es para las Mishnayot, la base de la Torá oral, la cual ilumina muchísimo el alma de la persona, insinuado por el

hecho de que la palabra Mishná tiene las mismas letras que la palabra *neshamá*. El último tercio, debe dedicarse al Talmud, que está lleno de enseñanzas, anécdotas y análisis de todo nivel.

Sin embargo, lo más importante es tener en cuenta lo dicho por nuestro Sabios: “Uno debe estudiar lo que su corazón desea y ama” (Avodá Zará 19a).

Las conferencias en el Templo

Desde el tiempo de Moshé Rabeinu hasta la fecha se estableció que las conferencias de los Rabinos en los templos, sean un momento propicio para enseñar y transmitir la Palabra Divina.

Durante la semana estamos inmersos en conseguir la manutención, hacer diligencias o viajar. En Shabat por ser un día de descanso, junto con la *neshamá yeterá* que todos tenemos, las palabras de Torá son escuchadas con tranquilidad, mayor atención y con la mente abierta. Por eso los líderes de la comunidad y los responsables de los templos, como los rabinos y oradores deben prepararse correctamente para estas pláticas, tanto en espacio y comodidad como en el contenido espiritual de la enseñanza ya que mientras más cómodo sea el lugar y la plática agradable, más se entenderá la Torá y se transmitirá mejor.

Dijeron nuestros Sabios: “Cuando la persona se sienta a escuchar una plática de Torá, en ese momento se alegra El Creador y le perdona incluso pecados graves que pudo llegar a cometer”. Y aunque esto pareciera una publicidad de los rabinos para que el público venga a escucharlos, en verdad contiene mucha lógica y usaremos un ejemplo para explicarlo mejor.

Digamos que en una pareja el esposo tiene un problema severo y no lo atiende, lo que provoca malestar en casa. De nada sirve que pida perdón a su cónyuge y que ésta lo perdone, ya que al no tomar un tratamiento o pedir ayuda y orientación, volverá a caer en lo mismo; si hoy no, mañana.

Igual nos sucede con Dios, pecamos, pedimos perdón y otra vez... y así sucesivamente, hasta que Dios se “desanima” de volver a perdonar ya que no acudimos a estudiar la Torá. Porque la Torá no sólo nos explica qué es prohibido y cuál es su gravedad sino que también nos da las herramientas y el entendimiento para evitar el pecado.

Por eso, cuando Dios ve a alguien sentado en una conferencia, escuchando qué hacer y qué no, el porqué de los mandamientos..., Dios se “alegra” y dice, “Ya está encaminado. Ahora entenderá mejor y dejará de hacer lo prohibido, por eso lo perdono desde ahora”.

Para explicar esto de manera más profunda, estuve leyendo un concepto que nos aclara el propósito de Shabat. Explica el Talmud que Adam Harishón era muy grande: “Una opinión dice que desde una punta del mundo hasta el otro; otra opinión dice desde el Cielo a la Tierra. Pero después de pecar, Dios lo disminuyó” (Jaguigá 12a). Esta opinión obviamente no es literal, que era gordo o alto, sino se refiere a conceptos espirituales, que dan cuenta de la magnitud de su alma y la visión que ésta abarcaba.

La primera expresión da a entender que Adam Harishón sabía lo que ocurría en todo el planeta Tierra. La segunda opinión habla de su capacidad espiritual de saber y conocer el Cielo y todo lo que éste contiene. Al pecar se le quitó el don que tenía, quedando en su esencia el deseo de recuperar lo perdido.

Este deseo lo heredamos nosotros en nuestro ADN, y hasta la fecha tenemos siempre el deseo de saber qué ocurre en el planeta Tierra, ver noticias, recorrer el mundo, viajar, volar o simplemente caminar en los parques y campos, más allá de nuestro hogar.

Sin embargo, hay algunos que heredaron el gen para conocer el Cielo, la espiritualidad y a Dios; dedicarse a recuperar la altura de Adam Harishón. Observando detenidamente el ciclo de la semana, encontramos un concepto maravilloso: seis días intentamos recuperar lo que tenía Adam a lo ancho, y en Shabat, a través del rezo y el estudio, intentamos recuperar lo que tenía Adam a lo alto.

Aprovechemos el Shabat para estudiar y hagámoslo con muchas ganas y alegría, ya que la Torá que aprendemos nos servirá como material de educación, tanto para nosotros mismos como para transmitirla a nuestros descendientes.

Capítulo 32

Sé grande

El evento de *Matán Torá* tiene dos nombres: *Matán Torá*, entrega de la Torá y *Kabalat haTorá*, recepción de la Torá. Aparentemente son lo mismo, ese día la Torá Eterna bajó del Cielo y fue recibida por nosotros; pero en realidad contiene dos tareas diferentes.

Kabalat haTorá representa el deber de cada uno de nosotros de recibir la Torá, ir al Templo, escuchar las conferencias, abrir libros para obtener información, estudiar y profundizar para llenarnos de Torá.

Después de cumplir la tarea de *Kabalat haTorá*, debemos de realizar la de *Matán Torá*, transmitir lo estudiado, ir a la montaña de Sinaí, tomar de ella el fuego, prender nuestra antorcha e ir a casa a encender las velas de cada uno de nuestros familiares.

Curiosamente me di cuenta que en español el sinónimo de estudiar es aprender, y estudiante indica la misión de aquel que va a estudiar, que es ir a “prender” la luz en los demás. Para realizar esta tarea hay que ser grande y para explicar el término “grande” primero pondremos unas bases.

En hebreo grande se dice gadol y es el primer título honorífico en la Amidá hacia el Creador del mundo: “*HaEl Hagadol*”, el Dios grande. También a Moshé le dieron ese título en la Torá: “*Vehaish Moshé gadol*”, y el hombre Moshé, grande. También Shabat se considera como el gran día de la semana, como decimos en el rezo: “*Guedula bajaru*”, grandeza escogieron. Incluso uno de los sábados del año se llama: *Shabat Hagadol*, el Shabat Grande.

¿Qué significa exactamente grandeza?

Los primeros idólatras creían en Dios y su motivo de volcarse a la idolatría era justamente porque veían a Dios como el Grande, pero de tanta grandeza era inalcanzable. Como explica Maimónides en la leyes de la idolatría: “En la época de Enosh, la gente se equivocó pensando que Dios había creado grandes estrellas, galaxias, constelaciones, y estos eran como intermediarios para llegar a Él, y poco a poco fueron olvidándose del Rey, sirviendo a los mensajeros como dioses”. (Avodá Zará 1)

También ciertos filósofos en la época de Babilonia, como se ve en el antiguo documento llamado Arad Mitanquranni (Diálogo del Pesimismo), argumentaban que Dios era tan grande que no tenía tiempo para las personas y sus problemas. Él es tan grande y la persona tan pequeña que no le interesa.

Sin embargo, el judaísmo explica de forma correcta el término grandeza y a través de ejemplos podremos entenderlo mejor.

¿Quién es considerado por tí una gran persona? ¿Será aquel multimillonario encerrado en una mansión, rodeado de gente de la alta sociedad, o aquél que a pesar de sus riquezas sabe hablar con el humilde y abrazar al “don nadie”?

¿A qué líder consideras un gran guía, a aquél rey que está encerrado en su palacio, tomando copas, va de banquete en banquete, o aquel rey, presidente, gran líder, que baja hacia el pueblo, escucha al necesitado y le duele el problema de cada ciudadano?

¡Obviamente que la verdadera grandeza consiste en bajar hacia lo pequeño! Así era nuestro rey David, quien se sentaba en su trono para escuchar a la doncella a la que le robaron su gallina; a aquella pareja que constantemente tenía problemas matrimoniales, y a aquellos pobres que no tenían qué comer. ¡Eso es grandeza!

A nivel cultural un gran sabio no es el que sabe mucho o el que logra profundizar en temas más allá de la razón común sino aquel que alcanzó esos niveles y los puede bajar a nivel de personas simples.

Así era Rabí Shimón Bar Yojai, el gran cabalista. Aunque hubo en su generación y antes de ella, rabinos que sabían incluso más que él, no dejaron huella de su gran conocimiento en los demás. La grandeza de Rabí Shimón Bar Yojai consistió en que podía explicar lo que él estudiaba a los pequeños.

Este concepto lo vemos muy de cerca con el rey Shelomó. Nuestros Sabios explicaban que su grandeza y sabiduría se daba en que podía hablar con los animales. Sin esta enseñanza pensaríamos que la sabiduría es hablar con grandes sabios, científicos o rabinos. Nuestros Sabios enseñan que no, que la sabiduría es lograr comunicarte con los más humildes

¡Eso es sabiduría! ¡Eso es grandeza!

La Grandeza Divina

Algo similar ocurre cada Shabat con nuestro Creador. En base a lo explicado en los capítulos anteriores parece que surge una contradicción cada Shabat: ¿Qué ocurre con el Creador, se eleva o baja? Dios se retira y se eleva a Su trono Celestial denominado “Eloke Israel”, mostrándose como el Gran Dios del Cielo, y sin embargo, por otro lado, Dios baja a morar en cada hogar del pueblo, en su pequeño Santuario. ¿Qué pasa cuando nosotros salimos al campo para recibir la Shejiná, Hashem se eleva o baja?

Basados en la explicación sobre la grandeza entendemos: Hashem cada Shabat se engrandece y Su grandeza consiste en el hecho de que baja y mora incluso en las personas de más bajo nivel espiritual.

¡Eso es Grandeza Divina!

También nosotros, hechos a imagen y semejanza del Creador, debemos imitarlo en Shabat, y lo logramos cuando el estudio de Torá que alcanzamos en la cima de la Montaña, la logramos bajar al hijo o nieto de seis años, a tu pareja, al invitado o al huésped.

Quizás se necesitará modificar las palabras, contar un cuento, un chiste, o simplemente desmenuzarlo; pero no olvides que tu misión es *Matán Torá*, entregar la Torá. De la misma forma que Moshé subió a lo más alto para después poder bajar al más simple judío, así debe ser uno, elevarse lo más que pueda; prácticamente es volar para después bucear. ¡Eso es grandeza!

Eso es lo que se nos exige, ser como Moshé Rabenu, que cuando niño tenía 7 nombres (y según algunos Midrashim 10): Avigdor, Yered, Yekutiel..., etc. Uno de los nombres le fue dado por su papá, otro por su mamá y otro por Hashem.

Sin embargo el nombre que permaneció y con él que la Torá lo llama es Moshé, nombre que le dio Bitia, la hija de Paró.

Analizando la raíz del nombre aparentemente tiene un error gramatical, ya que ella lo llamó Moshé por haber sido sacado del agua, pero eso en hebreo se dice *mashui*, y Moshé significa quien saca del agua. Sin embargo, la Torá eligió este nombre ya que representa la verdadera misión de él: Sacar a los demás.

Esto encuadra exactamente con lo que dicen los Cabalistas: “Cada Shabat se ilumina en cada judío una chispa de Moshé Rabenu”. De forma más detallada: “En el momento sublime de *Matán Torá* se coronó a cada yehudí con una corona espiritual, pero a la hora de hacer el becerro de oro se retiraron todas estas coronas y fueron depositadas sobre Moshé, por eso dice la Torá que la cara de Moshé Rabenu irradiaba tanta luz que hasta deslumbraba. Cada Shabat volvemos a recuperar esa corona...”

Por eso cada Shabat debemos activar a nuestro Moshé y extender la mano a aquella persona que no cumple, que no sabe, que no estudió y sacarlo de las aguas de la ignorancia.

¡Eso es grandeza!

Capítulo 33

Santificando la materia

Después de que rezamos y estudiamos Torá, elevándonos espiritualmente, llega el momento de la comida de Shabat. Y como sucedió después de *Matán Torá* que Hashem le dijo a Moshé que el pueblo regresara a su carpa, es decir a la familia, a la comida y a la convivencia. También nosotros, después de nuestro pequeño *Matán Torá*, regresamos a nuestra carpa para convivir con la familia en la mesa de Shabat.

Una de las leyes más conocidas sobre este momento se conoce como *Kidush Bimcom Seudá*. La traducción literal de esta ley es que en el mismo lugar donde vas a comer debes decir la bendición sobre el vino, es decir hacer kidush.

Sin embargo esto tiene un mensaje más profundo, *Kidush* viene de la palabra *Kedushá* que significa santidad, y *seudá* significa banquete; un banquete representa el placer terrenal de la comida. El mensaje Divino es: cuando vayas al Templo y alcances niveles de santidad, no los dejes en el Templo, llévalos a tu casa, a tu carpa, a tu comida, santificando así la materia.

Poca gente se da cuenta de la novedad que ocurrió en la entrega de la Torá en el Har Sinaí. Hasta ese momento, durante 2448 años desde la Creación, no existía consagrar lo material. La Santidad pertenecía al Cielo y a quienes moran en él. Incluso los Patriarcas no tenían utensilios que pudieran ser denominados como sagrados.

Fue en la entrega de la Torá, donde no sólo escuchamos leyes o donde únicamente fuimos nombrados el Pueblo Elegido, sino que recibimos la posibilidad de emular un concepto Divino: insuflar alma a un objeto terrenal. Y al igual que el sexto día de la Creación, Hashem combinó parte Divina en un cuerpo de tierra, así también Moshé Rabenu convirtió dos pedazos de piedra en las *Lujot Haberit*, insuflando-grabando en ellas la Palabra Divina.

Con este hecho se creó la primera materia sagrada y desde entonces se nos dio como Pueblo Elegido, la dicha de insuflar santidad en la materia. Tomar un pedazo de cuero de vaca proveniente del rústico corral, escribir en él las letras de la Torá Sagrada y convertirlo en un sagrado Séfer Torá y colocarlo en el Aron Hakodesh, el lugar más sagrado en la Sinagoga.

Ésa es exactamente nuestra misión cuando realizamos el Kidush: atesorar toda la santidad tomada en los rezos y palabras de Torá estudiadas e ir a la casa a insuflarlas en la mesa. ¡Prácticamente es meter Santidad en la ensalada! Y si durante la semana toda la comida que es cotidiana y normal a través de una bendición se vuelve sagrada, lo mismo en Shabat, a través del Kidush, se considera *Kodesh Hakodashim*, Santidad de Santidades.

Este concepto se llama en la Cabalá *Ratzó vashov*, que se entiende como ir y venir. Este concepto lo describió el Profeta Yejezkel (Yejezkel 1:14) cuando profetizó sobre la sagrada Merkavá y vio a los ángeles que se elevaban para alcanzar niveles elevados de santidad denominado *Ratzó* y traerlos a sus lugares de partida, denominado *vashov*.

Así como Yaakov Avinu vio en su sueño la escalera con ángeles subiendo, alcanzando la cima y bajando del otro lado.

Ésa es la misma misión que debemos tener en la vida: ir a lugares sagrados, vivir momentos espirituales, alcanzar niveles altos. Después de ese *Ratzó*, se necesita el *Vashov*, llevar las palabras estudiadas a casa, compartirlas con la familia. Traer la Santidad alcanzada en el Templo e impregnar con ella las paredes de nuestro hogar. Subir las escaleras de ascenso espiritual, “dar la mano” a Dios, y bajar con Él del otro lado de la escalera para que nos acompañe en la vida.

La santidad para la semana

Este concepto no solamente debe ser aplicado en Shabat, donde la hora de espiritualidad es *ratzó* y la de placer es *vashov*, sino que de forma general todo el día sagrado de Shabat es un *ratzó*, una elevación, un retiro espiritual con el fin de hacer acopio de toda esa santidad y llevarla a todos los días de la semana.

De nada sirve retirarse de las diligencias semanales, del negocio, de los viajes, de los paseos con amigos y desconectarse de este mundo para cumplir un Shabat increíblemente sagrado, para regresar al mundo con las manos vacías, tal como empezamos.

Shabat está hecho para que tu siguiente semana sea diferente. Convirtiéndote en algo mejor en todos los aspectos, como indica el versículo: “Y cuidará el pueblo de Israel el Shabat para hacer el Shabat” (Shemot 31:15). De la primera parte se entiende que Dios pide cuidar el día de Shabat, lo que no se entiende es el final del versículo “para hacer el Shabat”.

Explican nuestros Sabios: “Shabat en lenguaje bíblico tiene dos traducciones. La primera se refiere al día séptimo de la semana, llamado Shabat. La segunda se refiere a que toda la semana, los siete días, se llama Shabat, como dice el versículo sobre el conteo del Omer: “Y contarán siete Shabatot” refiriéndose a “Siete semanas”.

Ahora entendemos el versículo: “Y cuidarán el Shabat”, se refiere al día de Shabat, “para hacer el Shabat”, es decir la semana, convirtiendo el Shabat en *ratzó* y la semana en *vashov*.

En el Jasidut se explica que en Shabat Dios se eleva y se denomina *Eloke Israel*, ya que la palabra Israel proviene de la palabra *Rosh*, cabeza, y en la semana se denomina *Eloke Yaakov*, ya que Yaakov proviene de la palabra talón, explicando con eso el concepto arriba mencionado.

En Shabat elévate hasta la cabeza, es decir hasta los altos niveles espirituales que puedas alcanzar, apégate a *Eloke Israel*; “dale la mano” a Dios y durante la semana bájalo hasta los talones de la vida; mete a Dios en tu sándwich, insufla alma a tus alimentos.

Por eso, en el libro de Devarim, en la parashá de Vaetjanan se lee sobre los Diez Mandamientos, sobre la escena espiritual alcanzada por Moshé y *Am Israel*; y la parashá que le sigue se llama Ékev (talón), indicándonos que todo ese nivel hay que bajarlo hasta las cosas más terrenales.

Capítulo 34

La grandeza de la hospitalidad

Antes de empezar este capítulo permítanme dar una sugerencia. Si siguen la costumbre de leer en voz alta en la mesa de Shabat un capítulo de este libro ante todos los integrantes de la mesa (como muchos hacen con mi primer libro *Las Alturas de Mi Pueblo*), les sugiero que primero lean este capítulo en privado, y consideren si es apto para leerlo en voz alta ante sus invitados, para evitar molestias innecesarias.

Uno de los preceptos más fundamentales en el Judaísmo es *Hajnasat Orjim*, la hospitalidad a los huéspedes.

Este precepto refleja muchísimo la personalidad y valores de uno respecto al prójimo, tanto así que nos relata la Torá que cuando a Eliézer se le encargó ir a Harán a buscar una novia para Itzjak, Eliézer no encontró mejor prueba que indicara la disposición de brindar hospitalidad y atención al necesitado, que cuando la jovencita Rivká se prestó espontáneamente para brindarle agua a sus camellos e incluso más de lo que pidió. Esa bondad y buen corazón le indicó que, ante él estaba una muchacha hecha y derecha, la cual sería digna para reemplazar la ausencia de Sará y regresar a la carpa de Abraham, por medio de su bondad, la luz y bendición de la Presencia Divina.

Nuestros Sabios se extendieron muchísimo en expresar la grandeza y la importancia de recibir huéspedes en nuestra casa, especialmente en nuestra mesa de Shabat. Como dice la Mishná: “Rabí Yosí hijo de Yohanán decía: procura tener siempre abierta la puerta de tu casa para que los necesitados pasen” (Abot 1:5).

Dijo Rabí Yehudá: “Recibir invitados en casa es una de las seis mitzvot de las que uno disfruta de los intereses en este mundo y el capital está guardado en el Mundo Venidero” (Berajot 127a). Es decir, sabemos que el pago por nuestras acciones está guardado para después de los 120 años, pero hay seis mitzvot que, sin afectar a ese capital, uno disfruta de los frutos ya en este mundo. Y por el hecho de dar vida al pobre, Dios le da vida a él.

Por eso la Torá relata varias enseñanzas sobre el hecho de recibir invitados. Por ejemplo, Abraham Avinu, quien a pesar del dolor y la debilidad de su estado de salud por el Brit Milá que había hecho en su vejez, estaba sentado en la puerta de su carpa, ansioso de que pasara un necesitado para compartir pan y agua fresca.

Los invitados que llegaron a casa de Abraham partieron antes del anochecer y se dirigieron a Sedom y Amorá hacia la casa de Lot, ya que al amanecer tenían que ejecutar la orden Divina de destruir el lugar. Pregunta el Zóhar, ¿para qué fueron a pasar la noche en un lugar prohibido, ser recibidos como invitados e incluso ser maltratados? ¿No era mejor que durmieran en casa de Abraham y que partieran por la mañana?

La respuesta del Zóhar nos aclara la gran oportunidad que se nos da cuando abrimos la puerta a un necesitado. Dice el Zóhar, “A veces hay un decreto Celestial sobre una persona, y Dios intenta defenderlo contra sus acusadores. Cuando falta poco para voltear el decreto pero la persona no tiene méritos suficientes para eso, Dios le manda un necesitado para que al momento de ayudarlo por bondad provoca que también del Cielo se le juzgue con bondad y misericordia.

Así le hicieron a Lot. Él carecía de méritos para ser salvado de la destrucción de Sedom y Amorá, por lo que Dios mandó en la noche a “los huéspedes” para que por el mérito de *Hajnasat Orjim* fuera salvado al día siguiente.

El Midrash aclara que hay dos tipos de anfitriones, el primero como Iyob que tenía su casa abierta a los cuatro puntos cardinales para que los pobres tuvieran un acceso fácil y pudiera compartir su pan con todos ellos, dándole a cada según su gusto (Abot de Rabí Natán 7:1). Y el segundo como Abraham Avinu que superó a Iyob, que aunque tenía lo mismo que Iyob, había una gran diferencia; Iyob se sentaba en su casa esperando a que el pobre pasara, en cambio Abraham salía de su casa a buscarlos.

Además sobre Abraham Avinu está escrito: “*Vehu omed alehem*”, y él personalmente los servía (Bereshit 18:8). Por ello nuestros Sabios ordenaron: “Recibe a cada persona con alegría y aunque tengas esclavos y sirvientes encárgate tú mismo de los invitados. Si el gran Abraham lo hizo ante personas simples que incluso eran idólatras, cuánto más debemos hacerlo ante nuestros honorables invitados.

Esto nos da el perfil de dos bondadosos en forma diferente: uno el que recibe para dar y otro el que persigue para dar.

La recompensa por la hospitalidad.

Es fundamental que cada anfitrión donador o rico que da tzedaká sepa que más recibe él del ayudado que lo que él le da al ayudado. Quizás dan alimento, dinero o cama, pero a través del necesitado ellos reciben vida, perdón y Gracia Divina.

Lot pensó que hizo un favor a los tres visitantes brindándoles alojamiento. Lo que Lot no sabía era que mientras él daba hospedaje sencillo recibía a cambio la vida.

Para entender la magnitud del pago de esta mitzvá, dice el Talmud: “Todo lo que hizo Abraham con su hospitalidad a los tres ángeles que lo visitaron fue pagado por Dios a su descendencia durante los cuarenta años en el desierto, años que se consideró al pueblo de Israel como huésped de Dios. Abraham dio pan, Dios dio *man*; Abraham sirvió agua, Dios entregó el pozo milagroso de Miriam; por sentarlos

bajo la sombra del árbol, recibimos las nubes Divinas de protección; por ofrecer carne, Dios abasteció de codornices, etc.” (Baba Metziá 86b).

Nuestros Sabios nos indican algo muy importante: quizás hoy estás sentado en una mansión, tienes muchas propiedades y una gran cuenta bancaria, pero debes saber que quizás es un pago por un pobre que recibieron tus abuelos en su mesa.

Recompensa con descendencia

Pero hay que saber que “la herencia” no siempre es monetaria, hay personas que heredaron méritos y bendiciones.

Además esta mitzvá bendice mucho a la persona con buena descendencia. Incluso parejas con dificultad de traer hijos al mundo se ven recompensadas con hijos a raíz de esta mitzvá y de la misma forma que Abraham Avinu al recibir a los invitados se le anunció que el año siguiente tendría un hijo, y así ocurre en la actualidad.

Relatan sobre el papá del Baal Shem Tov, Rabí Eliézer, quien era hombre muy bondadoso, su casa siempre llena de invitados, incluso tenía un empleado pagado que sólo se encargaba de buscar necesitados y pobres que recién llegaban a la ciudad, para recibirlos y darles hospedaje.

En un momento dado se relata que Hashem decidió darle lo que tanto anhelaba: un hijo. Pero el Satán alegó en contra, diciendo que todos los invitados que recibía eran gente que respetaba Shabat ya que los judíos en esa aldea y los que llegaban a ella, todos eran religiosos. “Veamos cómo se comporta con un judío no observante”, propuso el Satán.

Del Cielo le mandaron la prueba. Ni más ni menos que a Eliahu Hanabí.

Apareció en Shabat, cargando su mochila, haciendo públicamente la profanación del día; y por si acaso había dudas de que el “invitado” no sabía que era Shabat, saludó a Rabí Eliézer –con una sonrisa medio burlona– “Shabat Shalom Rabino”.

Rabí Eliézer le devolvió el saludo, le pidió que pasara, atendiéndolo como un yehudí se merece, sin regañarlo o humillarlo. Simplemente le enseñó la luz bonita de Shabat. Cuando Shabat llegó a su fin, el visitante se despidió no sin antes revelar que era Eliahu Hanabí, y que del Cielo le iban a mandar un hijo que iluminaría al pueblo de Israel: “Por dar luz a los pobres tendrás un hijo que dará luz a todos”.

Recompensa por apegarse al Creador

En el libro Mijtav meEliyahu (Tomo 1, página 141) Rabí Eliahu Dessler explica en forma interesante, la frase de nuestros Sabios en el Talmud: “Es más grande recibir invitados que disfrutar de la Presencia Divina, aprendiéndolo de Abraham Avinu, quien sentado en la puerta de su carpa tuvo una

Revelación Divina y en plena comunicación con Hashem observó tres extranjeros acercándose y Abraham Avinu le pidió disculpas a Hashem para ocuparse de los invitados (Shabat 127a)".

Pregunta Rabí Dessler: ¿cómo puede ser que un simple invitado en la mesa pueda ser más grande que el privilegio de estar ante la Presencia Divina? Y responde: "El mundo está construido en rangos, y hay un rango elevado que se llama Profecía, revelación Divina. Sin embargo, ésta se encuentra por debajo del rango del Dar, ya que la profecía la puede tener casi cualquier persona, como la encontramos en Caín; el malvado Bilám, Labán...

Pero aquella persona que aplica su bondad y empieza a dar de sí a los demás, es un nivel más alto que el de la profecía, ya que su actitud se asemeja a la del Creador, Quien da ininterrumpidamente todo el tiempo, por lo tanto, el asemejarse al Creador se apega a Él".

En otras palabras, la Palabra Divina es escuchada por medio del que tiene profecía, siendo él, el puente entre el Creador y nosotros, es como hablar con Él por teléfono. Sin embargo, el acto de dar, la bondad es como apegarse a Él sin intermedio de nada.

Este aprendizaje cuadra perfectamente con el concepto de Shabat, ya que hablamos de la Presencia Divina en la mesa de Shabat y la importancia de nuestra elevación personal, pero nos enseñan nuestros Sabios que, incluso todo esto, hay que dejarlo de lado con tal de recibir adecuadamente a un necesitado.

Capítulo 35

El anfitrión

Una cosa es invitar y otra es recibir un invitado.

A veces una invitación puede ser muy cordial pero no así el ambiente cuando recibimos al invitado en casa. Obviamente el invitado para decidir si acepta una invitación a una casa, examina primero la forma en que se le invita; durante su estancia en la casa no deja de cuestionarse si es bienvenido o no. Y las respuestas no se siempre se hallan en lo que dice el anfitrión, sino en lo que hace.

Nuestros Sabios enseñan mucho y explican a conciencia sobre cuál debe ser el comportamiento del anfitrión para que esta gran mitzvá se haga bien y no sea estropeada.

El anfitrión debe de saber que es un gran privilegio y honor poder dar y no ser quien recibe. El mundo es redondo y en nuestras múltiples reencarnaciones a veces nos toca estar de un lado y a veces del otro; vaya uno a saber si en alguno de los múltiples viajes uno era el que comía en la mesa del otro. Mientras tanto el mundo sigue girando y nadie sabe si el día de mañana tocará a nuestro nieto comer en la casa de su hijo.

El anfitrión debe sentir realmente que ama a su huésped, reflejándolo en el rostro, recibéndolo con una gran sonrisa, abrazos, atenciones y dedicación. Muchas veces importa más el ambiente que se da, que la comida que se ofrece. Como dijo el rey Shelomó: “Es mejor comer un pan seco con un anfitrión agradable, que un toro entero con alguien con cara larga”(Mishlé 17:1).

Estar muy atento al estado de hambre que pueda tener el huésped. Relatan que una vez el Jafetz Jaim invitó a un pobre a su casa. El pobre, aparte de tener el privilegio de comer, se emocionó muchísimo de poder compartir la mesa con el Jafetz Jaim. Cuando llegaron a la casa, el Jafetz Jaim omitió el Shalom Alejem, hizo rápidamente el Kidush y empezaron a comer. Por fin, a la mitad de la cena, se levantó y cantó el Shalom Alejem. Posteriormente el Jafetz Jaim explicó a su esposa: “Me di cuenta que el huésped tenía mucha hambre por eso hice rápidamente el Kidush. Los ángeles pueden esperar un poco más, ellos no tienen hambre”.

El anfitrión debe de pensar en todos los detalles para la comodidad del huésped, desde una toalla para bañarse, un colchón cómodo, una suave almohada y una cobija caliente. Muchas veces

el huésped tiene más cansancio que hambre y puede darle vergüenza pedir estas comodidades. Igualmente debemos preparar adecuadamente jabón, pasta de dientes, agua para beber durante la noche, etc. Todo debe de estar preparado con anticipación.

➤ Esta mitzvá entra en el rango de Guemilut Jasadim, acciones bondadosas. Pregunta el Ben Ish Jai: “La frase completa en la Mishná es: sobre tres cosas el mundo está sostenido, sobre la Torá, sobre el rezo y sobre acciones bondadosas, ¿por qué los dos primeros están en singular y el tercero en plural? y responde: las bondades que uno haga con el prójimo deben estar divididas en dos áreas, una para el cuerpo y otra para el alma” (Pirké Abot 1:2). Por ello el buen anfitrión no sólo se ocupa de la comodidad física y de la comida para el cuerpo, sino también de su parte espiritual: ánimo y alegría. Esto se llama Guemilut Jasadim.


➤ De la misma forma que hay mitzvá de salir a recibir al invitado con cara alegre, hay también otra mitzvá que es acompañarlo cuando éste se retira. El motivo es que el invitado constantemente se cuestiona si su presencia fue agradable o no, y mucho se indica en la forma en que es despedido. Hay despedidas que dan la sensación de quitarse un peso de encima y hay otras de tristeza, como diciendo, “Lástima que ya te vas”. La compañía demuestra lo agradable que fue e incluso, postergar la despedida acompañando al invitado, demuestra lo agradable que fue su presencia.

➤ Hay ocasiones en las que el invitado emprende un camino o viaje y no siempre cuenta con comida para los siguientes días. Un buen anfitrión piensa incluso en eso. Nuestros Sabios dijeron: “Si Yonatán, el hijo del Rey Shaúl al despedir a David, le hubiese dado comida para el viaje mientras huía de la persecución de su padre el rey Shaúl, David no hubiese necesitado ir a pedir alimento y agua a los Sacerdotes de Nob, y de esta manera hubiese evitado la masacre de ellos por las tropas del rey al enterarse de que ayudaron a David el fugitivo.

➤ El anfitrión debe saber que hay límites para la bondad. Dijeron nuestros Sabios sobre el versículo “*Perós laraeb lajmeja*”, dale al hambriento de tu pan (Ishayau 58:7); de tu pan y no todo tu pan. Es decir, no le des todo lo que tienes, quedándote sin nada; no te endeudes para recibir invitados, ya que incluso la bondad y la tzedaká tienen límites. Primero tú y después los demás, como dice el versículo: “*Vejé ajija imaj*”, que viva tu prójimo contigo. El Talmud explica: “Contigo quiere decir, tú eres el principal y el huésped secundario. Si dos personas caminan en el desierto, uno tiene agua y el otro no, y no hay suficiente para que los dos crucen con vida el desierto, quien tiene agua no debe dar de su agua y por ello morir” (Baba Metziá 62a).

➤ Bajo la misma regla hay que tener mucho cuidado con la gente que se invita a la mesa. A veces, por querer ayudar a gente muy negativa y acercarlos al camino de la rectitud a través de la mesa de Shabat, puede ocurrir que tengan tan mal nivel y poco respeto, que sus comportamientos, comentarios y actitud, dañen la educación de nuestros hijos.

En ese caso no se debe arriesgar a la familia para hacer bondad. Del mismo modo no hay obligación de arriesgar la propia vida poniéndola en grave peligro por salvar otra vida. Obvio que en caso que se pueda acercar sin dañar sería la mitzvá más grande del mundo.

 Es muy importante saber que todo lo dicho sobre la mitzvá de Hajnasat Orjim, se aplica únicamente a gente necesitada o incluso para ricos que no encontraron dónde pasar Shabat. Sin embargo, la invitación a amigos, vecinos y familiares, con objeto de pasarla agradable, entra en la mitzvá de: “Amarás al prójimo”, pero no califica como “Invitación de huéspedes”. Por lo tanto, se debe preocupar por aquellos que no tienen qué comer o dónde dormir.

Capítulo 36

El huésped

Así como hay reglas para el buen anfitrión, también hay reglas y leyes para ser un buen huésped.

- El huésped debe procurar no ser pesado. Dijeron nuestros Sabios: “Un huésped que es inoportuno y presenta una gran carga al anfitrión, es algo muy rechazado” (Dérej Éretz Zutá 8).
- Dijo el rey Shelomó: “No frecuentes demasiadas veces la casa de tu amigo no sea que se harte de ti y ya no caigas bien” (Mishlé 25:17). Es decir, el invitado debe tener tacto y entender que hay veces que no se le puede recibir, o no se están dando las condiciones adecuadas para tener invitados en casa. Igualmente las estadías largas en la casa del anfitrión causan que se harten del invitado. No hay leyes ni reglas para esto sino debe imperar el sentido común.
- Escribe el Jidá: “El invitado no debe insistir en ser invitado porque hay una regla muy importante en cuestiones de robo: de la misma forma que no se puede quitar a alguien sus pertenencias, no se le puede pedir a alguien que nos dé algo ya que aunque lo diera, no es su intención darlo, sólo que por vergüenza y la insistencia del otro, lo obliga a hacer un algo no deseado” (Berit Olam).
- “Ben Zoma decía: un buen invitado observa la mesa y piensa que todo lo que prepararon fue para él. Un mal invitado dice, todo lo que prepararon fue para ellos, igual necesitaban comer; quizá para mí agregaron máximo dos papas y más agua a la sopa”. Esto no es correcto. Para que el invitado agradezca adecuadamente debe sentir que todo fue hecho exclusivamente para él, de esta manera las “gracias” serán expresadas muy diferente. (Berajot 58a)
- En el Midrash Lekaj Tov dice: “El invitado no debe llegar de sorpresa, ya que el anfitrión puede no estar preparado adecuadamente para recibirlo, y le haría pasar vergüenza. Esto se aprende de Yitró, el suegro de Moshé, que antes de llegar mandó a decir: “Yo tu suegro Yitró voy en camino para visitarte” (Bereshit 46:28).
- Nuestros Sabios dijeron: “Todo lo que te diga el anfitrión haz, salvo si te dijo que te vayas” (Pesajim86b). Explican los Comentaristas: “Cuando seas invitado, no hagas nada antes que te lo

digan, por ejemplo no pases sin invitación, no te sientes, no te sirvas antes de que te lo ofrezcan. Sólo en una cosa no debes esperar a que te digan: ‘¡Ya vetel!’; Entiéndelo y hazlo antes...”

➤ Nuestros Sabios dijeron: “Es incorrecto que el huésped abuse de la invitación invitando a alguien más sin comunicarlo previamente al anfitrión. El invitado debe analizar si esto no causa una carga, o que quizá no le daría mucho gusto al anfitrión. Por ello, debe investigar y avisar con mucho tacto. (Masejet Dérej Éretz Zutá, Capítulo 8).

➤ Sucede a veces que uno es el invitado de honor y atrae la atención de los huéspedes, sin embargo, paralelamente invitaron a alguien más, y éste se siente opacado y desplazado. Por ello, el invitado principal debe tomar eso en cuenta, acercando e involucrando a ese invitado para hacerlo sentir bien.

Conclusión

Aprendimos en este capítulo que a esta gran mitzvá de Hajnasat Orjim hay que dedicarle mucha atención para hacerla bien, y convertir la mesa en un lugar ameno y agradable para todos.

Cuentan sobre un pobre y astuto judío, que llegó a una ciudad en víspera de Shabat. Siendo la hora de rezar, entró a la Sinagoga y se sentó en el lugar de los invitados para que fuera visto por los locales y lo invitaran. Sin embargo, tuvo mala suerte, ya que todos los pudientes estaban de vacaciones y sólo quedaba en la ciudad uno de los hombres más tacaños.

Este rico y tacaño miembro de la Comunidad mostraba cierta crueldad con los visitantes y cuando, por fuerza mayor llegaba un pobre a su mesa, le hacía tantas preguntas para que el pobre invitado se la pasara hablando y no comiera.

Pero nuestro astuto amigo se invitó, ignorando las advertencias de la gente: “En esa casa vas a hablar y no comer”. Lo que la gente no sabía era que el avisado visitante ya iba preparado. Sólo averiguó cuál era el país natal del tacaño anfitrión.

Llegado el momento se sentaron a comer y apenas llegó la comida, el anfitrión se dirigió a nuestro vagabundo amigo y le preguntó:

—¿De dónde vienes?

El pobre invitado, sin pensarlo dos veces, mencionó la ciudad natal del anfitrión, quien abrió los ojos sorprendido:

—¡No puede ser, mi esposa y yo somos de allá! Hace años que salimos pero conocemos a casi todos. Dime jovencito: ¿cómo está el Rabino de la ciudad?

—Murió —contestó el huésped, después de beber una generosa copa de vino.

—¿Cómo? ¡Si era joven! No sabes cuánto yo lo quería.

Y el anfitrión empezó a hablar y hablar sobre las virtudes de sus paisanos, mientras el pobre comía y comía.

—Y dime, el vendedor de verduras en la tienda en la esquina, ¿cómo está?

—Murió —contestó el huésped, mientras engullía un gran bocado de delicioso pan.

—¿Cómo es posible? ¡Si era mi mejor amigo!

Y el anfitrión empezó a contar anécdotas de su infancia hasta su vejez. Sin importar por quién preguntara, el huésped invariablemente contestaba: “murió”.

Cuando terminó la cena dice el dueño al despedirse:

—Dime, ¿estás seguro que todos ellos murieron?

Contestó el huésped, arreglando su camisa, cuyos botones amenazaban con salir disparados al menor esfuerzo.

—No sé, pero cuando yo como, ¡todo mundo está muerto para mí!

Capítulo 37

Descansando en Shabat

Shabat obtuvo dos títulos que lo describen perfectamente: día de santidad y día de descanso, como decimos en el rezo: *“Yom kedushá umnujá”*, día de santidad y descanso.

El primer Shabat de la Creación fue día de descanso, ya que está escrito que el Creador “descansó” este día tras seis días de labor. Día de santidad, ya que el versículo dice: “Y santificó Dios este día”, como dice la Torá: *“Vaikadesh otó ki bo Shabat”*, y santificó este día porque en él descansó.

Desde entonces, generación tras generación se transmitió el concepto de “semana” y el último día de ésta, como un día sagrado.

Analicemos:

¿Cuál es el motivo por el que el año tiene 365 días? Por la rotación de la Tierra alrededor del sol.

¿Por qué todo el mundo tiene el concepto mes? Obviamente por el ciclo de la luna.

¿Y el concepto de semana? Éste no depende de ningún astro. ¿Por qué los chinos no tienen una semana de diez días y los rusos de cuatro días? ¿En qué momento de la historia hubo una reunión cumbre para decidir que la semana fuera de siete días? Si analizamos, nos daremos cuenta que el único origen de ese concepto son los siete días de la Creación.

Con los años la gente fue alejándose de Dios y creando nuevas religiones e idolatrías. El Talmud afirma que Abraham Avinu retomó el respeto por el Shabat transmitiéndolo a su descendencia (Talmud Yomá 28b).

Cuando llegamos a Egipto, las nuevas generaciones posteriores a los Patriarcas, empezaron a alejarse de la tradición, adoptando la cultura egipcia, sus ídolos y costumbres. Sin embargo, tras la esclavitud, cuenta el Midrash que ocurrió algo interesante respecto al Shabat.

Moshé Rabenu, quien fue rescatado por la hija de Paró, creció en el Palacio Real, sabiendo perfectamente de qué pueblo provenía. Tras el contacto que tuvo con sus padres, siendo que Amram era

el Rabino principal de los judíos en Egipto, aprendió de él la tradición de los Patriarcas y un día se acercó al Faraón y con astucia le dijo:

—Si alguien tiene esclavos y quiere que le rindan más, debe darles un día de descanso para recuperar fuerzas.

—Tienes razón —dijo Paró—. ¿Qué sugieres?

—Deja a los esclavos descansar en Shabat...

Por eso en el rezo decimos: *“Izmaj Moshé...”*, que se alegre Moshé por el regalo que nos dio, refiriéndose al descanso de Shabat en Egipto.

Al salir de Egipto se sabía de antemano que la misión era llegar al Sinaí y ahí recibir las Leyes que Dios quería dar a Su pueblo. Y aunque la travesía sólo duraba 49 días, Dios sintió la urgencia de adelantar un mandamiento antes de la Entrega de la Torá, por lo que inmediatamente después de que cruzamos el mar, nos dio el mandamiento de Shabat. Como si quisiera decir: “Todo lo demás puede esperar unos días, pero este importante mandamiento debe ser cumplido desde ahora”.

Cuando se entregaron los Mandamientos se recalcó *“Zajor et yom hashabat”*, recuerda el día de Shabat. Rabenu Bejaye explica: “Acuérdate lo que Yo dije hace unas semanas respecto a Shabat”.

Incluso cuando Moshé Rabenu bajó con las primeras Tablas de la Ley y vio el Becerro, tiró las Tablas de la Ley desde la cima rompiéndolas en pedazos. Estos restos fueron guardados en el Arca, pero un detalle importante ocurrió: todos los mandamientos quedaron ilegibles tras la ruptura de las Tablas, salvo el mandamiento de Shabat, que quedó intacto en una pieza; como si Dios nos dijera: “Éste no lo rompan nunca”.

El Shabat y la opinión de las demás naciones

Esta idea de un descanso una vez a la semana no era algo común y corriente como lo es en la actualidad. Incluso era motivo de burla de las demás naciones hacia nosotros. Muchos de los filósofos griegos y romanos se burlaban del Shabat. Empezamos esta lista citando a Horacio y Séneca a manera de ejemplo.

Horacio (68-5 A.E.C.):

“De los judíos y cómo esclavizan con su sábado”, Sátira Judaei v,143”

Séneca (2-65 D.E.C.):

“Es inútil su celebración ya que estando ociosos un día en la semana, pierden casi una séptima parte de su vida y salen perjudicados al no realizar muchas necesidades urgentes. El poderío que alcanzó la manera de vivir de esta gente perversa, que se impuso en todas las regiones: los vencidos dieron leyes a los vencedores y todos guardan su Sábado”; De Iudæis Seneca senserit. Caput XI.

Juvenal (55-130 D.E.C.):

Judacorum Quiddam Sortiti metuentem Sabbata / El Concilio Judío nos conmina al Sábado”; Satira 1, vers 14;

Apión (65 D.E.C.):

Escritor alejandrino, de raza egipcia y contemporáneo de Tiberio, Calígula y Claudio. En su libro III de la "Historia de Egipto" arremetió contra el descanso sabático, diciendo que fue instituido a causa de los tumores en las ingles que les salieron a los judíos expulsados de Egipto, cuando llevaban seis días de camino, y que les obligó a descansar al séptimo. También reprochó a los judíos no adorar a los dioses egipcios, como los otros ciudadanos, y de fomentar la sedición, haciendo un juramento de odiar a los extranjeros, especialmente si son griegos.

Tácito (56-120 d. C.)

Romano. Habla de los judíos en el Libro V de sus "Historias" (publicadas alrededor del 108), recogiendo las opiniones de autores antijudíos anteriores a él. Considera que la religión judía es absurda, propia de fieles testarudos y codiciosos, "gente malvada y facinerosa" que desprecia la religión de su tierra (entiéndase la tierra donde viven) y sus dioses locales para ofrendar en Jerusalén. Con ello son deshonestos, odian a su propia patria de acogida.

El sábado lo dedican a la pereza porque descansaron el séptimo día en el desierto, al llegar a Canaán o en honor a Saturno.

En el Midrash se cita una de las frases de burla que decían las naciones sobre nosotros: "Estos judíos cuidan el Shabat, derrochando el dinero para honrarlo y todo lo que ganan durante la semana lo gastan en comida para ese día; y si no tienen madera para cocinar la comida, entonces romperán las camas para obtenerla" (Ejá Rabá).

Incluso se burlaban de la piadosa costumbre de guardar una prenda especial para vestir en Shabat diciendo: "Que vivas muchos años como la ropa de Shabat de un judío".

Por un lado se burlaban, pero secretamente reconocían que el Shabat era la clave del éxito del pueblo Judío.

Por eso cada vez que un pueblo nos invadía y quería arrancar nuestra fe, atacaban primero al Shabat, como ocurrió con Hamán, quien aconsejó al rey: "Si quieres eliminar a ese pueblo, elimina primero al Shabat y te será fácil liquidarlos (Midrash Esther Rabá 7).

Así también ocurrió con el Imperio griego, ya que uno de los tres decretos para helenizarnos era prohibir el cuidado de Shabat.

Estos ataques y burlas no eran más que una velada admiración y reconocimiento del poder que este día ejerce sobre la santidad del pueblo.

Nuestro Shabat para el mundo

A pesar de la guerra declarada al Shabat, no solamente permaneció en Am Israel, sino que trascendió y se incorporó al modo de vida de las demás naciones. Como escribió Filón de Alejandría “El día de Shabat no es un día de festividad para una ciudad o de un pueblo, es de todo el mundo”.

Flavio Josefo escribió (37 A.E.C- 100 D.E.C.):

“En el pasado existía mucha envidia a los rituales de nuestra religión, como Shabat, pero en la actualidad no hay una ciudad griega o bárbara que no haya adoptado nuestra costumbre de descansar el séptimo día” (Negued Hapirión 239).

En el año 321 D.E.C., el emperador romano Constantino proclamó una orden en todo el Imperio relativa al establecimiento de la observancia obligatoria del día domingo como día de descanso, en substitución del Shabat judío. Posteriormente el Islam estableció un día de descanso fijándolo el día viernes. El origen y conceptos de la oración del viernes y su posterior reposo son una copia de los conceptos de los rezos del Shabat, lo que indica que el fundador de esta religión tomó muchos elementos del Judaísmo y los adaptó a la visión político-religiosa sobre la que fundó el Islam.

El mundo, que al principio se burló, terminó entendiendo el beneficio que se obtiene de un día de descanso.

En 1879, Henry George economista de los E.E.U.U, publicó: “El hecho de que tengamos un día de la semana en que el obrero descansa, el martillo cesa y las máquinas paran, debemos agradecerse al pueblo judío y a sus leyes”.

Palabras parecidas escribió el Príncipe Von Bülow en 1905: “Nosotros los católicos debemos de estar agradecidos con los judíos ya que de ellos recibimos la idea del descanso semanal y me emociono cada vez que leo el Antiguo Testamento donde dice que uno debe dejar descansar a sus animales” (Zijronot Yaakov pág. 95.)

El pueblo Judío nunca fue proselitista y no utilizó la violencia para hacer cumplir sus leyes. Sin embargo en muchos países, en el comercio se advertía la influencia judía ya que grandes empresarios y compañías de transporte eran operadas y dirigidas por judíos y estos al ser observantes del Shabat hacían notar el ambiente diferente de ese día.

Shabat, fe en el Creador

Cuidar el Shabat durante los últimos 2000 años de exilio no ha sido tarea fácil. Son incontables las historias de judíos que perdían el empleo por no trabajar los sábados. Brillantes estudiantes perdían exámenes; importantes ferias comerciales se realizaban en Shabat acarreando dificultades para el judío que dependía de ellas. En todas las naciones, el día de buena venta era –y es– el sábado. Y obviar todo en el nombre del Creador, y no obtener ganancia alguna en este día sólo porque Dios ordenó cuidar el Shabat, manifiesta la fe y lealtad que nuestro pueblo guarda al Shabat.

El deporte y la política son dos áreas de la vida moderna donde se presentan mayores posibilidades de profanar el Shabat.

En el año 2012 se celebraron las Olimpiadas de Londres, Inglaterra. La diplomacia israelí hizo denodados esfuerzos para lograr que el Presidente de Israel, Shimon Peres, acudiera a la ceremonia de inauguración. Sin embargo se presentó un obstáculo, que a muchos pudiera parecer insignificante: no había hotel cercano a la Villa Olímpica para que el Presidente Peres pudiera acudir caminando a la inauguración. Se hicieron grandes esfuerzos para lograr un pequeño lugar dentro de la Villa Olímpica, mismos que terminaron en fracaso. No hay Lugar para el Presidente Peres. O profana el Shabat o falta a la cermonia.

La respuesta oficial fue la siguiente: "Dado que la ceremonia oficial es el próximo viernes 27 de julio de 2012 y debido a que no hay un hotel desde el cual pueda caminar hasta la Villa Olímpica; el Presidente Peres ha decidido cancelar su asistencia al evento y no profanar el Shabat. El Presidente desea buena suerte a los atletas israelíes".

Como dije antes: el judío nunca obligo a nadie a cuidar el Shabat, pero el modo de vida y el beneficio que este día da a la persona, a su alma y a la familia lo convirtió en un mandamiento de respeto y admiración.

Capítulo 38

Shabat en el nuevo Estado de Israel

Después de 2000 años de exilio, a finales del siglo XIX, empezó a vislumbrarse el retorno a Tierra Santa.

Ciertos movimientos y cumbres de líderes se llevaron a cabo para impulsar la idea y la creación de la plataforma para el retorno del pueblo de Israel a su Tierra. Muchas de estas reuniones trataban el “perfil del inmigrante” y por lo tanto, la clase de judaísmo que se llevaría en la Tierra de Israel.

Es relevante mencionar que en esa época (1850-1920) fueron 70 años de un caída espiritual muy notoria en las diversas comunidades judías en el mundo, de tal manera que según algunos historiadores más del 50% de los judíos dejaron de ser observantes.

A tal grado que establecer el perfil del nuevo israelí y de las leyes del renovado estado no fue algo fácil. Se cruzaban identidades antiguas, tradiciones de antepasados, todo mezclado con la modernidad y apertura que venía de un relajamiento de las costumbres y un olvido de las raíces.

Durante esas reuniones se presentaban las diferentes versiones del nuevo estado, donde los representantes de la visión religiosa presentaban el Shabat como el sello judío por excelencia, y exigían que el renovado estado fuera *Shomer Shabat* según la ley. Incluso se exigía castigo por ley el profanar Shabat en público y en privado, incluyendo a las personas particulares que no podrían realizar acciones prohibidas en las calles.

El bloque laico argumentaba que la religión deber estar separada del estado y aunque aceptaba el descanso por ser compatible con el socialismo o el humanismo que defendían, no querían asociarlo a las leyes de Shabat.

Fue en 1935, cuando el Congreso Sionista estableció el estatus que consistió en no trabajar en todas las instituciones gubernamentales en Shabat, sin embargo, no se prohibiría a los particulares realizar sus actividades en público durante el Shabat.

Esto se logró no sólo por la presión religiosa, sino por el apoyo de judíos que incluso habían abandonado la tradición y para quienes el cumplimiento de la Torá y las mitzvot era algo ajeno. A pesar de todo esto mantuvieron un gran respeto a Shabat.

Por ejemplo, David Ben Gurión que todos sabemos que no era religioso, dijo:

“Obviamente el día de descanso legal del estado de Israel debe ser el Shabat”. Y agregó en otra ocasión: “Un judío no debe estar apegado a la religión para darse cuenta de la importancia de Shabat para la Nación Judía; este día nos da identidad judía y continuidad histórica”.

Congruente con sus declaraciones y posterior a la proclamación de la Independencia, Ben Gurión estableció que no sólo Shabat, sino el resto de las Festividades Judías fueran oficiales en el Estado de Israel.

Berel Katznelson, uno de los líderes del movimiento Avodá, exigía a sus colegas de los kibutzim evitar realizar trabajos en Shabat.

Entre los kibutzim socialistas se dio un triste caso de rebeldía sin sentido contra Shabat: en el kibutz Gueva se realizó una profanación colectiva del Shabat. Frente a esto se alzó la voz de Jaim Najman Bialik, quien en una carta muy fuerte, les reclamó el acto insensato, diciendo: “En lugar de preocuparse por mi honor, mejor les aconsejé se preocupen del honor que le debemos a Dios y el respeto que se merece la Tierra Santa en Shabat, el cual profanan ustedes. La Tierra de Israel sin Shabat no será construida, el pueblo judío nunca dejó de respetar el Shabat que es la base de nuestra existencia. Todas las demás naciones recibieron de nosotros, de alguna u otra forma, el concepto de día de descanso.

Shabat es lo que nos mantuvo como pueblo en el exilio y ahora que regresamos a la Tierra de nuestros padres, cómo podemos pisotearlo. Sin Shabat no tenemos Tierra Santa ni cultura Judía. Shabat es cultura” (Manuscritos de Najman 5 pág. 228).

Jaim Najman Bialik fue un renombrado escritor judío, y aunque estudió en la Yeshivá de Boloyin, alumno del gran rabino El Natziv de Boloyin y Rab Jaim de Brisk , terminó rápidamente sus estudios y dejó toda la religión atrás, uniéndose a los movimientos juveniles socialistas, sin embargo, siempre mantuvo el respeto por Shabat.

Otro legislador del nuevo sionismo Tzvi Greenburg, conocido como el Ejad Haham, publicó en 1898 el artículo “Shabat y Sionismo”, decía: “Vemos claramente cómo personas de renombre, investigadores y filósofos laicos, alejados de muchos conceptos de la fe reconocen la importancia de defender el Shabat ya que es parte de la vida de esta nación, en todas sus generaciones. No se puede imaginar al pueblo sin la Reina de Shabat”.

Max Nordau escritor, ensayista y líder sionista publicó el 28 de diciembre de 1912, en el Morgan Journal de Nueva York: “Yo les digo, si alguien profana Shabat sobre el monte Moriá (refiriéndose a Eretz Israel) asesina el alma de una Nación”.

Shabat hoy en día

A pesar de todas estas ideas y recomendaciones, al final el Estado se constituyó en forma laica. Los judíos llegaron de todas partes del mundo y Shabat quedó como un día respetado a medias; algunas

instituciones gubernamentales cierran; así como ciertos centros comerciales, tiendas y restaurantes. Sin embargo, en algunos lugares el alcalde local permitió variaciones a la Ley, relajando las leyes, de tal forma que el israelí común se encontraba con su libre albedrío, teniendo que tomar decisiones: respetar el Mandato Divino y cuidar la tradición milenaria o abrir paso a la modernidad.

Para muchos israelíes 1969 es recordado como el año de inició para cuidar Shabat en forma moderna –más bien de profanar Shabat en forma sistemática–, ya que en ese año iniciaron las transmisiones de la televisión Estatal israelí. La programación incluía programas y películas muy atractivas y se empezó a instituir un modo de Shabat no conocido: las familias terminaban el Kidush, apuraban la cena de Shabat y pasaban a la sala para ver la televisión.

Los religiosos argumentaron que esto rompió el estatus: “Ya que la televisión se considera un bien público y los laicos argumentaban que los programas los veía cada quien en su casa particular, por lo que esto no entraba en la esfera pública de lo que no funcionaba en Shabat”. Con esto las familias perdieron poco a poco el Shabat, ya que para ellos la Tradición se convirtió en TV, películas y festín musical.

Al final la Corte Suprema dictaminó que la TV podía seguir sus transmisiones...

Aarón Magad, un notable escritor escribió: “Creo que llegó el momento que incluso los laicos que son la mayoría en el estado judío, levanten su voz pro-Shabat, incluso que hagamos una organización llamada “Laicos a favor de Shabat”, ya que no tenemos nada de qué avergonzarnos de la grandeza del judaísmo y de uno de los Diez mandamientos que es respetar el día Shabat. E independientemente de nuestro respeto a las Leyes de la Tora, debemos reconocer que la televisión en Shabat está causando un daño que difícilmente podemos evaluar; y simplemente se puede observar en la forma en que se sientan las personas. Tradicionalmente en Shabat, durante la sagrada cena nos sentábamos uno frente al otro, viendo en los ojos del otro el brillo de las velas de Shabat. Hoy nos sentamos juntos pero mirando hacia la caja negra.

No creo que los ángeles estén en este ambiente, y qué lástima que el canto de *Eshet Jail*, mujer virtuosa, dejó de ser la querida esposa y pasó a ser la protagonista de la telenovela en turno” (Daf Letarbut Yehudith 97, publicado en 1971).

En otro de sus artículos publicado en el periódico Davar en 1979, escribió sobre los cines y restaurantes que estaban llenos de jóvenes el viernes por la noche, así como los antros con música y el tráfico de autos. Angustiado reclamó: “Cuando veo todo eso me dan ganas de gritar, ‘¡Oy Gevalt!’ (un grito de angustia en yiddish), ¿acaso éste es el pueblo de Israel? ¿Es éste el Santo Shabat? ¿Así lo respetamos en la Tierra Santa tras tantas generaciones en el exilio?”

Ishaia Abrej, ganador del Premio Israel (1986) izquierdista y de los grandes ensayistas del Movimiento Avodá escribió: “Una de las señales de identidad de un judío va desapareciendo poco a poco, por la profanación del Shabat. Esta victoria, que yo pondría en duda de algunos ateos judíos, que quitan al tradicionalista su Shabat, causa angustia no sólo a los Rabinos. Esto debería dolerle a cada uno a quien los valores fundamentales de la infraestructura del judaísmo son valiosos para él.

El escritor Itzjak Orpas escribe en una revista llamada, A favor de la Laicidad Religiosa: “Reconozco que es una bella experiencia semanal cuando mi hijo religioso, que vive en la ciudad de Holón, me invita a pasar la noche de Shabat. Quiero decir a todos mis colegas, si buscamos un poco de alma y espiritualidad, éstas no se encuentran en nuestra laicidad, sino en el lugar que el presente une a cientos de generaciones con la tradición judía.” (Jetz 1 pág. 29).

Y no quisiera cerrar esta sección de líderes y pensadores laicos sin mencionar un artículo publicado en 1983 en Yehidot Aharonot.

Un sincero y desgarrador escrito publicado por Ariel Sharon titulado “Qué es el judaísmo para mí”: “Para mí el judaísmo es todo lo que he vivido en casa de mis abuelos. Ellos eran observantes y como niño me acuerdo de todas las tradiciones. Escucho Jánuca y me viene a la mente prender la Janukiá, a mi abuelita saliendo de la cocina, con un plato de deliciosas sufganiot y los nietos jugando con el sevivón en el piso.

Escucho Purim y me vienen las imágenes de los disfraces, la lectura de la Meguilá de Esther y el bullicio a la hora de mencionar a Hamán. Ni hablar de los bonitos recuerdos de la noche del Séder de Pésaj, el shofar de la noche de Rosh Hashaná, y por supuesto la mesa de Shabat donde el abuelo parecía un rey, acompañado de mi abuela que parecía una reina. Aunque mis padres no fueron muy observantes, tengo en mi mente el judaísmo de casa de los abuelos.

El problema es que mis hijos no tuvieron el privilegio de conocer a mis abuelos, ellos conocieron a mis padres, quienes cumplen únicamente ciertas festividades importantes. Hablen a mis hijos de Rosh Hashaná, Kipur o Pésaj y sí tienen buenos recuerdos de casa de los abuelos; pero habla de lo demás y su álbum mental carece de fotos.

Pero éste no es el problema. El verdadero problema es que mis nietos no conocieron a mis padres, ellos me conocen a mí y yo, lamentablemente, no cumplo nada ¿Qué queda del Judaísmo para mis nietos?”

Esta reflexión sincera de Ariel Sharon es la realidad de una mayoría de hogares, donde muchos vivieron la tradición en la casa de los antepasados, pero no lograron repetir la misma imagen y convivencia para que lo vivan y repitan sus hijos y nietos.

Shabat, que además de ser un mandamiento de la Torá, es también una identidad judía, una convivencia familiar, un retiro espiritual, y en la carrera olímpica de nuestra historia fuimos pasando con la antorcha olímpica la llama de Shabat de generación en generación.

No permitas que en tus manos se apague esta luz.

Shabat, ¿descanso o relax?

Para muchas naciones que nos observaban, Shabat era un día de descanso laboral y a ciertos socialistas les pareció justo dar descanso al empleado. Shabat en realidad, es mucho más que sólo el descanso y la

ausencia de trabajo, es un día donde ponemos un alto al ajetreo diario y pensamos en nosotros mismos, en nuestra familia y en nuestro hogar.

Toda la semana eres mecánico, abogado, empresario, vendedor, ingeniero. En Shabat eres tú mismo, eres un fuerte eslabón en la cadena familiar. Shabat es el día en que te desconectas del mundo para contactarte contigo mismo. Y todos sabemos que para meditar y pensar necesitas tranquilidad.

Hay un concepto moderno de vacaciones. En ciertos hoteles ofrecen un retiro de verdadero descanso. En esta modalidad de hospedaje se prohíbe terminantemente tener aparatos electrónicos en el cuarto, internet, periódicos, etc. Todo lo "moderno" se elimina, para obtener un descanso real.

Cuando leí las normas de esos hoteles me dije: "¡Nos copiaron! ¡Leyeron el Shulján Aruj, las leyes de Shabat e hicieron un hotel con eso". Dijeron nuestros Sabios: "Shabat son las iniciales de las palabras *"Shená, Beshabat, taanug"*, dormir la siesta en Shabat es un verdadero placer".

Recuerdo cuando niño, terminábamos de comer el manjar tradicional de Shabat, llamado adafina, que proviene de dos palabras: ada- costumbre, y fina. Sobre este delicioso manjar mi papá (q.e.p.d) decía: "Esto no es adafina, esto es morfina".

Más que un día de descanso, Shabat es un día de libertad. Hoy en día nos sentimos orgullosos de nuestros logros tecnológicos, de la rapidez y calidad de nuestros gadgets, sin darnos cuenta que nos convertimos en esclavos de la tecnología. Al final Frankenstein dominó a su creador.

¿Y cómo negarlo? Somos esclavos del celular, adictos a las telenovelas, súbditos de la tecnología. ¿Cómo podríamos garantizar que uno es el amo, rey y dueño de ellos y que todos ellos están a nuestro servicio?

Sólo cuando tengas la fuerza para dejarlos apagados podrás vivir, sonreír y alegrarte. Si lo logras eres un rey, pero si no puedes dejarlos por 24 horas por semana, entonces eres esclavo con un yugo tecnológico.

Ya en los años 70 escribió Alvin Toffler su famoso libro "El Shock del Futuro", donde trata de la necesidad tan grande que tenemos como nuevos ciudadanos del mundo, de habitar los edificios altos, de cemento y ladrillo. Buscamos una vida moderna, tensa, pegados a la radio y a la televisión, que nos persiguen mañana, tarde y noche. La locura de los medios de comunicación y transporte, dan a la persona el deseo de huir de todo esto y entrar en un estado de paz, silencio y tranquilidad".

Si esto se dijo en los 70's, ¿qué será hoy en día?!

El problema es que cuando se establece un día de descanso a la semana, entonces entramos en un nuevo dilema: dónde viajar, dónde bailar, a qué playa ir.

La Dra. Tikvá Natán del hospital Rambam en Haifa, habla de un fenómeno llamado "estrés de fin de semana". Fenómeno que refleja muchos problemas en la gente; en vez de convertirse en un día de paz y

tranquilidad, se convierte en un día agitado y estresante. ¡Cuán grande es el abismo entre la forma judía de cuidar Shabat y las formas modernas que fuimos adoptando!

No en vano el rezo de Minjá de Shabat aclara la definición correcta de descanso: “Shabat un día de descanso, amor y entrega. Día de descanso verdadero, lleno de fe, descanso de paz y descanso completo, el cual Dios quiere”.

Por eso, sobre el Shabat original del mundo, el Shabat de los 7 días de la Creación, la Torá usa dos términos sobre el descanso Divino: “*Vayanaj... Vainafash*”, que parecen ser sinónimos de descanso, pero en realidad *Vayanaj* es descanso corporal y *Vainafash*, que viene de la palabra *néfesh*, representa un descanso espiritual.

Por la tanto, sentarse en la playa, acostarse a escuchar música, o ver una película tranquila, con esto quizás tenas un *Vayanaj... pero no un Vainafash*. De igual forma, agotarse estudiando Torá las 24 horas de Shabat, incluso correr para dar conferencias de un lugar a otro, con eso quizá se tiene un gran *Vainafash*, pero no un *Vayanaj*. La combinación de rezo y descanso, comida y cánticos, Torá y siesta, sólo de esta manera se combinan las dos.

Y a los que me dicen que no sienten ese placer de Shabat, les quiero contar una anécdota que quizás les aclare el camino:

Hace tiempo una pareja se hospedó en nuestra casa en Shabat; ellos no cuidaban Shabat.

Tras una cena rica y amena y después de un Shabat muy agradable, la señora se dirigió a mi esposa y le dijo:

—Me gustó mucho tal guisado, ¿me podrías dar la receta?

Mientras mi esposa le dictaba la receta, el esposo me dijo: —Me gustó mucho el concepto de Shabat. A partir de hoy procuraré repetirlo en casa.

Después de varias semanas volvimos a encontrarnos y me dijo el señor:

—¿Sabes qué? No es igual. No sé por qué mi Shabat no me sabe como el tuyo.

Cuando me comentó cómo decidió “cuidar” Shabat, entendí que estuvo haciendo una mezcla de Shabat y otras costumbres. Entonces le dije:

—Deja Shabat de lado, ¿me puedes contar cómo le salió el guisado a tu esposa con la receta que le dio mi mujer?

Me respondió: —Riquísimo, incluso mejor que el que comí en tu casa.

A lo que le respondí:

—¿No será porque tu esposa siguió al pie de la letra la receta? Imagínate que a una receta se le modifiquen un poco los ingredientes y en vez de una yema se le ponga un huevo duro; en vez de azúcar, miel; en vez de aceite de olivo, aceite de soya; en vez de dos cucharaditas de sal le ponemos dos cucharadas soperas. ¡Seguro que no te chuparás los dedos!

—Obvio —dijo.

—Pues amigo mío, el Shabat tiene una receta milenaria y su rico sabor y su gran placer se obtiene de seguir la receta al pie de la letra.

Así que “r-e-c-e-t-é-a-t-e”...

Capítulo 39

Trabajos en Shabat

Cuando hablamos del término “cuidar Shabat” nos referimos principalmente a dos cosas: los preceptos activos que se deben cumplir para honrar Shabat, y las leyes que nos prohíben hacer ciertas cosas, que al hacerlas provocan la profanación de Shabat.

Estas prohibiciones están clasificadas en 39 actividades.

Las 39 prohibiciones son conocidas en hebreo como *Avot Melajá*, trabajos prohibidos, en el que el término *Avot* también es entendido como “padres”; es decir, cada una de las prohibiciones es como un “árbol” de donde se desprenden una serie de “ramas” que son las prohibiciones derivadas de la prohibición original.

Pongamos un ejemplo: No se puede trasquilar un borrego en Shabat. Se infiere que tampoco se puede cortar el cabello, cortar las uñas y acciones similares.

Para explicar el porqué el número 39 se refiere a las prohibiciones de Shabat, reforcemos algunos conceptos sobre el sagrado día de Shabat.

Shabat no es un día común y corriente sino es un día destacado. Veamos un ejemplo con la Numerología: el número siete se repite muchísimas veces en la Torá y casi siempre se divide en seis y uno. Por ejemplo: todos sabemos que son siete Cielos, pero divididos en seis y uno. seis con diversas funciones: uno habitado por ángeles, otro por la almas, etc. y el séptimo, el *Arabot*, que es especial y único porque es la Morada de Hashem.

Veamos otro ejemplo. ¿Cuántos días de fiesta están ordenados en la Torá?: Rosh Hashaná, Pésaj (primer y séptimo día), Sucot, Sheminí Atzeret, Kipur y Shavuot; analizando con detenimiento observamos que son seis días de comida, fiesta y regocijo y un día de ayuno y perdón.

Otra vez vemos la regla de seis más uno.

El ciclo de Shemitá son siete años, seis años de labor agrícola y uno de descanso. Se repite el mismo orden: seis con un factor en común y uno especial. Un ejemplo más: la Menorá que se encontraba en el Beth Hamikdash tenía siete luces, tres de un lado y tres del otro, y una en medio. Las seis luces se prendían cada noche y su luz duraba hasta la mañana siguiente, mientras la séptima, en el eje central, duraba encendida todo el día.

Incluso en Sucot tenemos las *Arbaat Haminim*, las Cuatro Especies cuyo arreglo es el siguiente:

Un *etrog*, un *lulav*, dos *aravot* y tres *hadasim*, en total siete unidades. En el momento del rezo el *etrog* se toma con la mano izquierda y el resto de las especies se toman con la derecha.

Nuestros Patriarcas y grandes Tzadikim siguen este mismo arreglo: Abraham, Itzjak, Yaakov, Yosef, Moshé y Aarón están mencionados en la Torá, mientras que el rey David está mencionado en el Naj, es decir, fuera de los cinco libros de la Torá. Seis son patriarcas y grandes tzadikim, mientras que David tiene algo especial: el título de rey.

Esta característica la podemos apreciar mejor en el siguiente cuadro:

1	2	3	4	5	6	El número 7
<i>Vilón</i>	<i>Rakía</i>	<i>Shejakim</i>	<i>Zebul</i>	<i>Maón</i>	<i>Majón</i>	<i>Arabot</i>
<i>Rosh Hashaná</i>	<i>Pésaj Primer Día</i>	<i>Pésaj Séptimo Día</i>	<i>Sucot</i>	<i>Shavuot</i>	<i>Sheminí Atzeret</i>	<i>Kipur</i>
<i>1º año de trabajo agrícola</i>	<i>2º año de trabajo agrícola</i>	<i>3º año de trabajo agrícola</i>	<i>4º año de trabajo agrícola</i>	<i>5º año de trabajo agrícola</i>	<i>6º año de trabajo agrícola</i>	<i>Shemitá</i>
<i>Primera Vela</i>	<i>Segunda Vela</i>	<i>Tercera Vela</i>	<i>Cuarta Vela</i>	<i>Quinta Vela</i>	<i>Sexta Vela</i>	<i>Shamash de la Menorá</i>
<i>Lulav</i>	<i>1º Aravá</i>	<i>2º Aravá</i>	<i>1º Hadas</i>	<i>2º Hadas</i>	<i>3º Hadas</i>	<i>Eetrog</i>
<i>Abraham Avinu</i>	<i>Itzjak Avinu</i>	<i>Yaakov Avinu</i>	<i>Yosef Hatzadik</i>	<i>Aarón Hacoheh</i>	<i>Moshé Rabenu</i>	<i>David Hamélej</i>

Todo lo que está fuera de los seis es especial; el uno, el separado, el apartado, como el séptimo Cielo de *Arabot*, el día de Kipur, el esplendor especial de la luz central de la Menorá, el séptimo año de la *Shemitá*, el reinado de David, etc.

Todo esto termina siendo la definición del séptimo día de la semana después de seis días laborales; este séptimo es un día de luz, de apego, de reinado y elevación Celestial. Por lo tanto Shabat es un día que está lleno de *Kedushá*, palabra cuya traducción literal no es santidad, ya que *Kadosh* significa apartado, diferente por su santidad especial.

Cuando decimos *jilul Shabat*, el término *jilul* significa profanar y viene de la palabra *jalal*, vacío. Por lo tanto *Jilul Shabat* es como provocar una fuga de santidad al Shabat.

Cuando un Cohen se casa con una divorciada y les nace un hijo se le llama *jalal*, puesto que está “vacío” de la santidad que implica ser Cohen.

En la Torá al muerto se le llama *jalal*, puesto que está “vacío” de la espiritualidad que lo mantenía vivo.

De esto aprendemos que el término *Jilul Hashem* es una acción grave ya que con nuestros errores y pecados hacemos que el lugar donde estamos se vacíe de Presencia Divina. Lo contrario a esto es *Kidush Hashem*, es decir, llenar el lugar de Santidad, cumpliendo la Torá y las mitzvot.

Por lo tanto, nuestra misión en el Séptimo día es llenarlo de santidad, bajar el Séptimo Cielo hasta la Tierra, encender la Luz Divina alrededor nuestro. Cuando realizamos cualquier trabajo incluido en las 39 prohibiciones hacemos lo contrario al *Kidush*, es decir, “vaciamos” de santidad el día que el Creador declaró como santo, como está ordenado en la Torá: “*Shamor et yom haShabat lekadesho*”, cuida el día Shabat para santificarlo (Devarim 5:12).

¿Quién santifica el día, Hashem o nosotros?

¡Obviamente que nosotros! De ahí la tremenda importancia de evitar transgredir las 39 prohibiciones que se relacionan con Shabat.

Después de esta explicación surge la pregunta: ¿dónde se origina el 39 y cómo llegó a convertirse en las 39 prohibiciones de Shabat?

El número 39

En el Talmud se aclara que las 39 Prohibiciones tienen su origen de los 39 trabajos que se hacían para construir el Mishkán. Hashem nos ordenó que en Shabat no se hiciera cualquier trabajo, e inmediatamente después de este precepto, habló de los trabajos que debían de hacerse para construir el Tabernáculo, que consistían en 39 diferentes tipos de labor. Por lo tanto, se entiende que cuando la Torá dijo sobre Shabat, “No hagas ningún trabajo”, se refería a estas 39 labores (Shabat 49b).

Sin embargo, si profundizamos en el tema, veremos que tiene un origen anterior, mismo que a continuación explicaremos.

En Hebreo el numero 39 se escribe Lamed y Tet: לט

Estas letras en hebreo se leen como *lat*, que en arameo significa maldición. Cuando Adam, Javá y la *najash* (serpiente) pecaron, fueron llamados ante la Presencia Divina, de tal suerte que Adam recibió 10 maldiciones, Javá también recibió 10 maldiciones y lo mismo la *najash* (serpiente), haciendo un total de 30; las 9 restantes fueron adjudicadas a la Tierra, como dice el versículo: “Maldita será la Tierra por tu culpa” (Bereshit 3:17).

De esta manera comprendemos que en el juicio que Hashem hizo por el pecado de Adam y Javá, en víspera de Shabat, está el origen del 39 de forma negativa. Pero, ya que el Shabat es un día de berajá, de abundancia, de alegría y regocijo, nos alejamos de ese 39 y del concepto negativo que representa.

Veamos esto en forma más profunda.

Cuando el Eterno creó a Adam y Javá les dio una hermosa vida en el Gan Edén donde todo era placentero y adecuado hasta antes de pecar, como comenta el Midrash: “Todo lo tenían listo y preparado” (Sanhedrín 59a). Los árboles daban pan listo para comer. Dicho en términos más coloquiales Adam y Javá tenían “room service angelical”; Hashem los trató como reyes, todo listo para que disfrutaran.

Solamente era cuestión de acatar las reglas, obedecer y disfrutar.

Sin embargo, cuando pecaron, el Eterno cambió las reglas. Lo que antes se obtenía con sólo estirar la mano, ahora sería obtenido a través de un arduo esfuerzo, como está escrito en la Torá: “Comerás el pan con el sudor de tu frente” (Bereshit 3:19) y ésta es la maldición que le dio a Adam, quien antes no necesitaba arar, sembrar, segar, moler, cernir ni hornear el trigo para obtener pan.

En el Talmud dice que el árbol del cual comieron Adam y Javá fue el trigo, y surge de inmediato la pregunta: “¿Pero si el trigo es una planta, no un árbol?!”

El Talmud explica de la siguiente forma: no imaginen una espiga con granos, sino un árbol con un gran grano, el cual crecía con la lluvia y se horneaba con el sol. Sólo había que estirar la mano y tomarlo ya que todo el proceso se había cumplido por órdenes de Hashem. Tras la desobediencia de Adam este proceso desapareció y ahora tenemos que hacer todo un procedimiento, laborioso y cansado para obtener el pan.

Con esto concluimos que el castigo Divino es: trabajar, trabajar y más trabajar, para obtener al final, lo que en un principio ya estaba hecho por Dios para beneficiar a la Humanidad, como dice el versículo: “Dios hizo todo derecho y correcto y la persona lo pervirtió” (Kohélet 7:29)

Por lo tanto seis días a la semana vivimos la maldición de trabajar y un día especial —el bendito Shabat—, en el que nos alejamos de todo el trabajo y entramos en el reposo, donde comemos el alimento ya preparado, elaborado con anterioridad; ¡en Shabat llegamos al nivel de Adam antes del pecado!.

Dicho de otro modo: seis días a la semana somos como Adam con su maldición, y un día nos alejamos de todo lo que implica el 39 y vivimos el Shabat, un día de plena paz y bendición.

Otra explicación del número 39

Quiero compartir con ustedes otra explicación respecto al número 39:

Según nuestros Sabios el día 40 de la gestación es cuando todos dejamos de ser embriones y pasamos a ser fetos. En términos espirituales, es cuando el ser humano recibe la *neshamá*, por lo tanto durante los 39 días anteriores solo somos cuerpo sin alma.

Cuando una persona peca, ¿quién gana, el cuerpo o el alma? Evidentemente es el cuerpo quien gana, y aparta de sí su alma, regresando a una situación tal y como estaba en sus primeros 39 días de vida.

En la época del Bet Hamikdash al igual que en el periodo de los 40 años en el desierto se castigaba al pecador con un castigo duro y significativo: latigazos. ¿Cuántos latigazos eran aplicados al culpable? 39, lo que, además de ser un castigo físico fuerte, transmite este profundo mensaje:

A la hora de pecar dejaste tu alma de lado, callaste a tu *neshamá*, no la quisiste escuchar. La sacaste de ti para poder ser sólo cuerpo y disfrutar del pecado sin tomar responsabilidad, como los primeros 39 días después del momento de la gestación que eras sólo cuerpo sin alma”.

Esto lo vemos con Adam Harishón quien antes de pecar era muy elevado, pero al pecar, dio origen a 39 maldiciones; alejó la bendición y santidad, dando paso a lo negativo. Ya que al pecar fue sólo cuerpo sin alma.

En una lectura reciente conocí otra faceta de nuestro querido Moshé Rabenu. Durante 40 días él subió a recibir la Torá al Monte Sinaí, al finalizar el tiempo bajó con la Torá, con una cantidad de información que es imposible recibir para cualquier ser humano.

¿Qué sucedió en esos 40 días? ¿Acaso Moshé Rabenu era un superhombre?

Lo que sucedió es que según el Midrash estuvo 39 días estudiando Torá, misma que olvidaba, ya que su capacidad humana era insuficiente para retener la inmensidad de la Revelación Divina. Al llegar el día 40, recibió una *neshamá yeterá*, un alma adicional y así pudo recibir y retener toda la Torá.

Cuando Los Hijos de Israel, en ese momento especial, gritaron en el desierto: “*Naasé venishmá*”, haremos y entenderemos la Torá, en ese momento Hashem se alegró y elevó al pueblo al nivel espiritual de Adam Harishón antes de pecar, diciendo: “Yo me ocupo de ustedes, les daré el *man*, los protegeré y tendrán todo, como lo tenía Adam en el Gan Edén”.

¿Cuándo se estropeó todo?

En el triste episodio del Becerro de Oro fue cuando todo se tiró por la borda y regresaron las 39 maldiciones. Justo en ese momento fue cuando Moshé tras hablar con el Eterno, va con el pueblo y le dice: “Para ser perdonados hagan el Mishkán, Tabernáculo”.

¿Cuántos trabajos había que hacer para construir el Mishkán? Exactamente 39, que a su vez es la lista exacta de lo que NO debe hacerse en Shabat. Veamos unos ejemplos:

Para levantar el Mishkán, había un texto que indicaba el orden de montaje. Cuando el Mishkán era desarmado y levantado para ser transportado al siguiente sitio, se leían estas anotaciones. Por lo tanto está prohibido escribir en Shabat.

Para tener a punto las pieles con las que se techaba el Tabernáculo se requería hacer todo un procedimiento: cazar al animal, matarle de la manera adecuada, curtir la piel, teñir, etc. Por lo tanto está prohibido cazar, matar un animal, curtir y teñir en Shabat.

De esta manera entendemos que si estamos saliendo de una maldición que implica el 39, hagamos 39 cosas buenas para salir de ésta.

En Shabat, *Hakadosh Baruj Hu* nos dice: “Hijos míos, construir el Tabernáculo es importante y sagrado, pero cuando llegue Shabat NO quiero que hagan nada, incluso lo relacionado con esta sagrada obra. Esto es para que aprendan que He ordenado que en Shabat no se debe cocinar, prender fuego o escribir, ¡incluso cuando se trate de Mi Casa! Con más razón, si es para hacer cosas que sean por placer personal. Shabat no es un día de reparación, sino un día para disfrutar lo reparado.”


Con esto entendemos que Shabat no es para salir de la maldición, sino para disfrutar de la bendición, ya que en Shabat no hay maldición.

Adam y Javá recibieron su castigo en víspera de Shabat. Sin embargo cuando llegó el Shabat siguieron en el Gan Edén como si nada hubiese ocurrido. Todo el placer y la bendición siguieron presentes durante el Shabat. Al terminar Shabat fue que empezó la historia que todos conocemos.

Es por esto que no debemos hacer los 39 trabajos en Shabat, ya que Dios Bendito nos retira esas maldiciones en Su día, ¡y por lo tanto es un absurdo buscar la maldición que el Eterno nos ha quitado!

Ahora veamos otro aspecto muy interesante y es conocer cómo se dividen los 39 Trabajos en grupos, mismos que a continuación explicaremos:

Los trabajos para el Mishkán

 Los trabajos relacionados en la preparación de las telas que serán usadas en el Tabernáculo y que dan un total de 13 trabajos que incluyen: trasquilar, cardar, teñir, tejer, coser, amarrar, desamarrar, etc.

- Los trabajos relacionados en la preparación de las pieles, dan un total de 7 trabajos que incluyen: cazar, matar, despellejar, curtir, teñir, etc.
- Los trabajos relacionados con la preparación del incienso y el pan, que dan un total de 11 trabajos que incluyen: arar, sembrar, cosechar, esparcir, separar el grano de lo demás, moler, cernir, amasar, hornear, etc.
- Los trabajos relacionados en la transportación y armado del Tabernáculo, un total de 8 trabajos: escribir, borrar, construir, destruir, encender, apagar, finalizar un trabajo y trasladar.

El trabajo es algo físico, terrenal. Hace que los ojos se dirijan hacia abajo, hacia la Tierra: cazar, sembrar, cosechar, escribir, etc., es decir, el trabajo nos hace apegarnos a lo material. De ahí que es necesario abstenernos de lo terrenal, para poder levantar la mirada a lo Celestial.

Hay un lugar donde también está presente el número 39 y son los nudos del tzitzit, donde cada nudo se hace con un determinado número de seminudos, que al final son rematados con un gran nudo y que se hacen en este orden: 13,11,8,7, cuya suma da 39.

La Torá ordena que el *tzitzit* tenga *petil tejelet*, un hilo de color azul celeste, para que nos haga recordar el Cielo y el Trono Celestial” (Talud Sotá 17a).

Con esto entendemos que hay un 39 que simboliza la maldición y el trabajo, la Tierra y lo material, y hay un 39 que simboliza lo espiritual, lo Celestial y que nos viste de Santidad y que a su vez, nos hace levantar la vista hacia el Cielo.

Como ser humano, seis días miramos hacia el trabajo, hacia lo material para buscar el sustento, en esos seis días hacemos las 39 labores que simbolizan lo material. En esos seis días cumplimos lo escrito en la Torá: “*Sheshet yaamin taabod*”, seis días trabajarás (Shemot 34:21).

Sin embargo, el séptimo día nos dice el Eterno: “Te ordeno que dejes todo eso y eleves tu vista al Cielo y te llenes de espiritualidad”.

El trabajo de los seis días

Es aquí donde conviene aclarar un punto que se presta a confusión. Cuando hablamos de trabajo muchos entienden que es hacer algo que implique un gran esfuerzo físico, realizar algo que nos deje empapados en sudor. Por ello, al hacer algo tan sencillo como encender un cerillo o apretar un botón eléctrico entienden que no implica hacer trabajo.

Este pensamiento es equivocado.

La lista de trabajos prohibidos en Shabat son todos aquellos que nos impiden desapegarnos de lo material y elevarnos a lo espiritual. Es como un globo aerostático que se llena de aire caliente para que pueda

elevarse y llegado el momento hay que desamarrarlo de la Tierra para que pueda elevarse al Cielo. Alrededor de la canasta hay sacos de arena que hacen de contrapeso e impiden al globo elevarse rápidamente. Mientras más sacos se tiren de la canasta, más rápido se elevará al Cielo para disfrutar del vuelo.

Para quitar los sacos no se necesita esfuerzo ni sudor, basta con quitar o cortar el nudo.

Así es cada Shabat. Nuestro globo espiritual se infla con las velas de Shabat y la *neshamá yeterá* que nos eleva al Cielo, y para que podamos elevarnos más rápido hacia nuestro Creador debemos tirar los sacos que nos atan a la Tierra, a la materia, que son justo los 39 trabajos prohibidos en Shabat.

A manera de resumen:

Shabat no es un día común ni ordinario, es un día *kadosh*, apartado, separado y elevado, pero con la condición de que nuestro modo de vida cambie y se separe de lo cotidiano. Como nuestro querido Dios titulado *Kadosh*, ya que Él también es separado, elevado y diferente a todo y nos ordenó lograr el *Kadosh, Kadosh, Kadosh...*

Como mencionamos el Midrash dice: Se presentó el Shabat ante Hashem y le dijo: "Señor no tengo pareja, los seis días ya la encontraron, cada uno tiene su pareja: Domingo con Miércoles, Lunes con Jueves y Martes con Viernes".

A lo que el Eterno le respondió: El pueblo de Israel será tu pareja" (Bereshit Rabá 11:8). Esto es porque en verdad hacen pareja, el pueblo de Israel es separado de los demás, es *Kadosh* como lo es Shabat.

Por lo tanto, cuando quitamos de entre nosotros los 39 trabajos podemos unirnos con la Pareja Celestial que Boré Olam designó para Am Israel.

Y de esta manera, lo *Kadosh* que es el pueblo de Israel y el Shabat se unen con la Santidad del Boré Olam.

Capítulo 40

Ra'aba de Ra'abin

Shabat por la tarde es un momento de elevado nivel espiritual, como lo nombra el Zóhar: “*Ra'aba de Ra'abin*”, momento de máxima Voluntad Divina. Dice el Zóhar: “Cuando llega el momento del rezo de minjá de Shabat se despierta en el mundo un momento de una enorme Voluntad Divina, en el que el Creador Supremo revela Su voluntad” (Zóhar Shemot 88).

Esto está insinuado cuando sacamos la Torá en el rezo de minjá, cuando decimos: “*Vaaní tefilatí lejá Hashem et ratzón*”, y esta plegaria mía hacia ti Dios la decimos en un momento donde los portones de Tu voluntad están abiertos.

Sobre esto agregó el Jatam Sofer: “Aprovechamos los momentos sagrados y de disposición Divina a la hora de minjá de Shabat para pedirle a Hashem tres cosas principales: hijos, vida y sustento, los cuales dependen de la suerte como lo menciona el Talmud. Mientras que la Cabalá explica que no se refiere a la suerte como se entiende comúnmente sino al *Mazal Haelión*, la suerte Divina, que depende de la Voluntad del Creador; ésta se abre a la hora de minjá de Shabat (Derashot Jatam Sofer).

El libro Imré Pinjás agrega: A esta hora se le decreta a la persona cómo será la Conducta Divina con él durante la siguiente semana. (Portón de Shabat 43).

En el mismo sentido el Admor de Piaseczno comenta: La hora de minjá de Shabat es el pequeño Kipur de la semana en el que, preparándonos adecuadamente, purificamos el alma y se nos da la oportunidad de revelar las fuerzas internas que hay en ella.

Por eso en el ámbito jasídico y también en las Yeshivot, Templos y hogares, la hora posterior a la *Seudá Shelishit*, la tercera comida, se dedica a entonar canciones emotivas, plenas de sentimiento; incluso hay algunos que cantan en la obscuridad para eliminar cualquier distracción y entrar en cierto estado de meditación personal.

Esto es porque en Shabat los rezos y las comidas se dividen en tres partes:

- Viernes por la noche, en el rezo hablamos de la Creación.
- Shabat por la mañana, hablamos de la entrega de la Torá.
- Minjá de Shabat, hablamos de la Grandeza Divina y del pueblo de Israel.

Por lo tanto, el viernes por la noche nos conectamos a Dios Bendito por medio de la naturaleza. Shabat por la mañana nos conectamos a Él por medio de la Torá. Y es a la hora de minjá de Shabat donde nos conectamos a Él a través de nuestra propia alma, representando así los tres caminos para llegar a Dios: por medio de observar las maravillas de Su Creación, por medio de la infinita sabiduría encerrada en su Sagrada Torá, o a través de una profunda introspección y conexión con nuestra alma y de ella hacia Él.

Los rezos de Shabat sugieren cada una de estas vías.

Este mismo concepto de la grandeza de esta hora de Shabat lo vemos en otros libros y Comentaristas de Cabalá que abordan el tema desde otro ángulo.

Durante Shabat la persona obtiene espiritualidad adicional, conocida como *Neshamá Yeterá* la cual está dividida en tres partes, y cada una de estas tres partes está compuesta a su vez de *néfesh*, *rúaj* y *neshamá*. Esto podemos explicarlo de la siguiente manera:

Durante la noche de Shabat recibimos *Néfesh Yeterá*, que está compuesta de los tres niveles: *Néfesh* de *néfesh*, *Rúaj* de *néfesh* y *Neshamá* de *néfesh*.

En Shabat por la mañana obtenemos *Rúaj Yeterá*, que integra los siguientes tres niveles: *Néfesh* de *rúaj*, *Rúaj* de *rúaj* y *Neshamá* de *rúaj*.

A la hora de minjá de Shabat, después de elevarnos e ir escalando progresivamente los niveles espirituales del Día Sagrado que iluminan cada vez más nuestra propia alma, obtenemos la *Neshamá Yeterá*, empezando con *Néfesh* de *neshamá*, *Rúaj* de *neshamá* y culminando en nuestro máximo nivel espiritual que es la *Neshamá* de *neshamá*.

En este estado de tanta elevación espiritual necesitamos conectarnos fuertemente con nuestro Creador, cantarle con emoción, pedirle con fervor y así obtener de Su voluntad bastante energía y buenos decretos para los días de la semana.

Los tres pilares del mundo

Es bueno mencionar que en este momento sagrado de Shabat fue cuando fallecieron tres personajes cardinales para el pueblo de Israel: Moshé Rabenu, Yosef Hatzadik y David Hamélej.

Y como sabemos que las coincidencias no existen sino que son mensajes para entender algo, cabe preguntar: ¿qué significado tiene el hecho que estas tres figuras fallecieron justamente a esta hora?

Podemos explicarlo de la siguiente manera:

En primer lugar los tres fueron grandes líderes de nuestro pueblo, cada uno con un enfoque diferente. El ejemplo de Moshé Rabenu que claramente es un líder espiritual, representa la liberación de la esclavitud y la entrada a la Santidad, a través de la Torá Sagrada que bajó del Cielo para entregarla al pueblo de Israel.

En cambio Yosef Hatzadik simboliza al líder financiero prudente, que entiende la magnitud de la hambruna, y que pone manos a la obra, ordenando lo necesario para evitar que el problema se vuelva un desastre, proveyendo de alimento a su familia, a los egipcios y a toda la zona bajo su protección.

Por último, el rey David ejemplifica al líder político, ya que como rey de Israel tuvo que librar batallas contra los enemigos de fuera del país y contra los enemigos internos, establecer el reinado en Israel y, sobre todo, preocuparse para que cada uno de los miembros del pueblo de Israel tuviera trabajo y manutención, y pudiera vivir en paz y seguridad; se afanó en preparar la plataforma sobre la que se construiría el Templo en Yerushalaim, lugar de rezo, sacrificio y plegarias. Por si esto fuera poco compuso el gran libro de los Salmos, de una belleza tal que posteriormente fue usado por los Sabios de Israel para integrarlos en los libros de rezos.

Estas tres grandes figuras de la historia judía representan las tres columnas sobre las cuales se sostiene el mundo, como dice la Mishná: "Sobre tres pilares está asentado el Mundo: el Pilar de la Torá, el Pilar del Trabajo (que tiene dos traducciones: el laboral, y el otro significado se refiere a sacrificios y rezos); y la tercera columna de la Misericordia y la Bondad" (Pirké Avot 1:2).

Estas tres columnas y todo lo que simbolizan se concentran fuertemente en la tarde de Shabat. Moshé Rabenu con su partida, simboliza la Columna de la Torá; Yosef Hatzadik representa la abundancia de la manutención que proviene de la Bendición Divina, misma que ha de ser compartida; y el rey David da el ejemplo de las plegarias dichas con amor y fe.

Por eso quienes conocen y aprecian este conocimiento, aprovechan estos momentos sagrados de Shabat para reforzar estas tres columnas.

Capítulo 41

El rezo de minjá de Shabat

Como explicamos anteriormente, esta hora en Shabat tiene un alto nivel de energía y el rezo de minjá es de suma importancia. Nuestros Sabios dijeron: “De los horarios para realizar los rezos del día, minjá es la hora más apta para que las plegarias sean recibidas y el de Minjá de Shabat tiene una dosis extra”.

Para entender mejor el porqué, y relacionarlo con lo dicho en el capítulo anterior, veamos el siguiente concepto.

De los tres rezos diarios de todo el año, sólo los de Shabat los tres son diferentes. En la noche decimos: “*Atá Kidashtá*”, Tú Santificas, que habla de los seis días de la Creación. Por la mañana decimos: “*Ismaj Moshé*”, que se alegre Moshé, rezo que trata de la entrega de la Torá en el Monte Sinaí. Y en minjá decimos: “*Atá Ejad*”, Tú Eres Uno, que habla de la Unicidad Divina y la grandeza del pueblo de Israel; una insinuación de la Gueulá, día cuando estos dos conceptos se reconozcan en todo el Mundo.

Ante la pregunta de por qué varían los rezos de Shabat, hay tres respuestas principales que, en el fondo, transmiten el mismo mensaje:

El libro Abu Draham explica en nombre de Rab Colonimus: Tres Sábados importantes hay en la historia: el Shabat de la Creación, el de la entrega de la Torá, y el Shabat de la Redención. Sobre estos conceptos se establecieron los textos de los rezos de Shabat.

Shabat representa una unión entre Dios y Su pueblo, en la que el Creador es el Novio y el pueblo de Israel es la novia. En el rezo de la noche se habla del Novio, en el rezo de la mañana se habla de la novia, es decir, el pueblo de Israel que recibió la Torá. Por la tarde se habla de la unión entre los dos. Por ello en el rezo del viernes a la noche decimos: “*Veyanuju Bo*”, y descansarán en él, dando al Shabat un sentido masculino. Por la mañana: “*Veyanuju Ba*”, en ella, dando al Shabat un sentido femenino. Y en Minjá decimos: “*Veyanuju Bam*”, y descansarán en ellos, aludiendo a la unión.

Explica el libro HaHikarim: Tenemos tres principios de la fe, y sobre estos tres principios se establecieron los rezos de Shabat:

- Principio de fe en la Creación Divina: la *amidá* de Arvit de Shabat, fortalece la Fe Divina.
- Principio de fe en que Dios Bendito fue Quien entrego la Torá: En la *amidá* de Shajrit se fortalece la fe en la Torá.
- Principio de fe que Él está muy unido y atento a todos nuestros actos, los cuales provocan acción y reacción, es decir, premio y castigo: la *amidá* de minjá por la tarde, nos recuerda la atenta observación del Creador sobre nuestros hechos.

Estas tres explicaciones aclaran que el rezo de minjá simboliza fuertemente la unificación entre el Creador y el pueblo de Israel, culminando este día Sagrado con un apego muy fuerte, como nos pasa en el día más sagrado del año: Yom Kipur. Día en el que buscamos lograr desde el principio, un acercamiento fuerte con Dios; y en los momentos finales de ese día se realiza el poderoso rezo de *Neilá*, cierre, momento de plena integración con el Creador, ya que vamos escalando progresivamente los niveles espirituales, siendo este rezo el momento espiritual más alto de este día sagrado.

Así ocurre en Shabat, en que las últimas horas son de mayor intensidad espiritual.

Haciéndonos Uno

Esta hora de Shabat tiene una hermosa distinción, ya que en ella se unifica Dios con Su pueblo, como leemos en el texto de minjá de Shabat: "Tu Hashem eres Uno y Tu pueblo elegido es Uno".

Anteriormente mencionamos que Shabat representa el matrimonio y la unión entre estas dos unidades. En el rezo de Arvit decimos: "*Atá Kidshatá*", Tú consagraste", aludiendo al Novio en el momento de la boda, cuando entrega el anillo a su novia, diciendo: "*Harei at mekudeshet li*", te he elegido de entre todas y te he apartado y consagrada para mí. Lo mismo nos dice el Creador a nosotros.

En el rezo de Shajarit, tras las palabras "*Ismaj Moshé*", aludimos al banquete de matrimonio y la alegría de éste. Sin embargo, la hora de Minjá representa el momento en que los Novios después de la boda se dan a sí mismos para tener la intimidad nupcial, en ese momento dos unidades se convierten en Uno, como dice el versículo que habla del matrimonio, "*Vehayú lebaasar ejad*", y serán un solo cuerpo (Bereshit 2,24).

También en Shabat, a esta hora, hay dos polos que se unen y se hacen uno solo: Dios que mora en los Altos Cielos, y un pueblo en la Tierra, que se unifican.

Para entender mejor esta unificación, acudiremos a una explicación maravillosa del Rab Shimshón Pinkus sobre el Tratado de Babá Metziá, el cual trae un caso de dos personas que acuden ante el tribunal, cada uno jalando los extremos de una misma prenda, cada uno gritando en su defensa: ¡Esta tela es mía! La ley indica que esta tela debe ser dividida y repartida entre los dos.

"¿Que pasaría", pregunta Rab Pinkus, "si cada uno dijera: 'Esta tela es de él' y el otro respondiera: 'Para nada, esta tela es suya'. ¿Que procedería?". La respuesta Halájica sería: los dos son socios de la tela.

Este caso no es hipotético, como relata el Talmud. Alejandro Magno en su conquista del Mundo llegó a un país más allá de las Montañas Oscuras. El rey de dicho país se llamaba Katzia, quien dispuso innumerables honores para recibir a Alejandro Magno.

Pasados unos días el rey Katzia invitó a Alejandro Magno a acompañarlo a un juicio, donde se pidió que el rey emitiera un veredicto.

Alejandro Magno sentado en el tribunal no podía creer lo que sus oídos escuchaban: la disputa era entre dos amigos quienes mutuamente querían darse algo.

El primero de los quejosos argumentó:

—Compré un terreno a mi amigo aquí presente y unos días después, al arar la tierra me encontré con un tesoro que, creo yo, pertenece a mi amigo y no a mí. Él me vendió un terreno sin saber que había ahí un tesoro, por lo tanto el tesoro le pertenece.

El amigo que estaba en franco desacuerdo respondió:

—¡No! ¡El tesoro es tuyo! Al vender el terreno lo hice con todo lo que contenía. El tesoro es tu buena suerte. ¡Disfrútalo!

El rey, tras mucho pensar, dictó una sentencia:

—Tú tienes un hijo y tú una hija, que se casen y el tesoro será para ellos.

Al voltearse el rey Katzia vio la cara de Alejandro Magno llena de asombro, por lo que le preguntó:

—¿Acaso juzgué mal?

—¡Claro que sí! —respondió el gran conquistador.

Desconcertado, el Rey Katzia preguntó:

—¿En qué me equivoqué, gran Alejandro? ¿Qué harías tú?

Alejandro Magno contestó en forma insolente:

—¡Es muy sencillo! Mato a los amigos, a sus hijos y a los testigos y me quedo con el tesoro.

A lo que el Rey Katzia replicó:

—Rey Alejandro, ¿en tu país sale el sol? ¿Hay viento? ¿Llueve?

—¡Por supuesto! —respondió Alejandro un poco desconcertado.

—¡Pues tienes que saber que eso ocurre por los animales y no por ustedes! —finalizó el rey Katzia.

De esto aprendimos que sólo cuando cada uno vela por el otro, es como se convierten en uno.

En la relación entre Hashem y Su pueblo vemos este mismo concepto varias veces

(Shabat Kodesh; pág. 119).

Capítulo 42

Seudá Shelishit

Los dos conceptos desarrollados anteriormente, el momento especial de *Rá'aba de Ra'abin* y posteriormente la unificación con el Creador, se conjugan en el momento de *Seudá Shelishit*, la tercera comida de Shabat. Esta comida tiene su parte halájica, que explicaremos de lo sencillo a lo profundo.

La Torá narra el momento en que Moshé Rabenu instruye al pueblo de Israel sobre el *man*, advirtiéndole que no caerá en Shabat, sin embargo, el viernes tendrán doble porción. El versículo dice: "Coman de hoy, porque hoy es Shabat, hoy no lo encontrarán en el campo" (Shemot 16,25). De las tres repeticiones en el versículo de la palabra "hoy" nuestros Sabios infirieron que son tres veces las que se debe comer en Shabat, estableciendo así el orden de las tres comidas de Shabat: una en la noche, una por la mañana y la tercera antes del anochecer (Shabat 117b).

Sobre la importancia de la tercera *Seudá*: "Rab Yosi dijo: 'Quiera el Eterno me toque estar en el Mundo Venidero en los lugares elevados con quienes cumplen con la *seudá Shelishit*'". Rab Najmán agrega en el mismo sentido: "Estoy feliz con la parte que me toca en el Mundo Venidero por cumplir con la *seudá Shelishit*" (Shabat 118a).

Es curioso que los Ashkenazim nombran la *seudá Shelishit* como "*Shalosh Seudot*", tres comidas, nombre que requiere una explicación ya que en lenguaje correcto es la tercera comida, no tres comidas.

Explica Rab Yaakov Itzjak Horowitz, mejor conocido como el Jozé de Dublin en el libro *Dibré Emet*: "Las órdenes Divinas deben cumplirse porque Él ordenó y no por interés propio". Por lo tanto el viernes por la noche cuando nos sentamos a la *Seudá* de Shabat nos preguntamos: ¿lo hacemos por hambre o por indicación Divina?

Lo mismo en Shabat por la mañana cuando el hambre apremia y todos deseamos comer, es entonces que nos volvemos a preguntar: ¿lo hacemos por desayunar o por orden de Hashem?

Como esto es difícil de responder, al momento de *seudá Shelishit* el Creador nos observa atentamente, ya en ese momento del día normalmente no tenemos hambre. Si no cumplimos con *seudá Shelishit*, manifestamos que comemos por hambre y no por orden Divina, perdiendo el mérito de las dos *seudot* anteriores, ya que no fueron realizadas para seguir el mandato Divino

En cambio, si cumplimos con *seudá Shelishit* demostramos que la hacemos para seguir la Voluntad Divina y por lo tanto las seudot previas, también fueron celebradas para cumplir la orden de Hashem” (Dibré Emet, Parashat Balak).

Es por esto que los Ashkenazim la llaman “tres comidas”, porque ésta última da validez a las dos anteriores, y es como si anotáramos para el Mundo Venidero tres “palomitas” por cumplir este precepto.

El Rab Abu Draham profundiza: ¿Por qué en Shabat hay tantas comidas? Y si incluimos la cuarta *seudá* del sábado por la noche, ¿seguro terminaremos rodando! ¿Cómo puede ser que en un día tan elevado, tengamos tanto goce terrenal?

A lo que responde: “Justamente eso es lo que Hashem nos quiere enseñar, ¡A no ser glotones!”

Al saber desde el principio de Shabat que quieres cumplir con la mitzvá de *seudá Shelishit*, comes con moderación la primera y segunda *seudá*. Y sabiendo que en la noche tenemos la cuarta *seudá*, *Melavé Malká*, acompañar a la reina, (*seudá* de la que se hablará más adelante), también comemos con moderación en *seudá Shelishit*.

La comida es indispensable para vivir, pero todo exceso es dañino, norma que también incluye comer mesuradamente lo rico y sabroso. ¡Nunca olvidemos que todo es con medida!

La Seudá como parte espiritual

Explicando en forma más profunda, debemos saber que la *seudá Shelishit* es un momento muy especial y cumpliendo con esta *seudá* ya tenemos nuestras “palomitas” en el Mundo Venidero.

Para muchos judíos pertenecientes a diferentes ramas y escuelas de pensamiento, especialmente la jasídica, así como en muchas yeshivot, esta *seudá* se cumple más allá de su cumplimiento literal y cultivan la parte espiritual hasta convertir este momento en una meditación.

Con la ayuda de Dios expondré a ustedes, desde mi punto de vista, cómo algunos, con su piedad y devoción elevan este momento a su máxima expresión. Yo ruego a Boré Olám me dé lo necesario para algún día poder llegar a hacerlo.

Explica el Jasidut que en la *seudá* del viernes por la noche purificamos nuestro cuerpo con todos los preparativos ya mencionados. En la comida de Shabat por la mañana purificamos nuestra alma con la *neshamá yeterá*. Después de estos momentos es que la *seudá Shelishit* representa la unión perfecta entre el alma y el cuerpo, el pueblo y su Creador.

Esta unión se compara a un novio y una novia, de tal manera que la *seudá Shelishit* refleja un momento de la intimidad, mismo que se consume en silencio, suavemente y con poca luz.

Por lo tanto muchos convierten la *seudá Shelishit* especialmente a la hora de cantar, en un momento perfecto de meditación, introspección y unión entre lo que soy y lo que contengo, entonando melodías de mucha reflexión y emoción, en un ambiente íntimo, suave y con poca luz.

Los que han vivido esta experiencia saben que uno “empieza a flotar” en esos momentos llegando a un muy elevado nivel espiritual.

Éste es el mejor momento de toda la semana para realizar esta increíble meditación, ya que como explicamos anteriormente, los momentos cumbres siempre son al final, son como cerrar con “broche de oro”.

Veamos unos ejemplos.

Yom Kipur es el día más sagrado en el calendario religioso del pueblo de Israel, es el día en que el Creador del Mundo perdona a toda su Creación.

La última hora del día es conocida como *Neilá* y es el clímax de los 40 intensos días de reflexión que empezaron desde Rosh Jodesh Elul. Es el momento en el que se intensifican los ruegos y las peticiones de clemencia y piedad hacia el Creador.

Esto se parece a un bello concierto que empieza en forma suave, cautivando al público, envolviéndolo en la melodía, adentrándolo en los matices, incrementando la fuerza y el vigor de la melodía hasta llegar al grandioso clímax del concierto, pleno de intensidad y fuerza.

Éste es el motivo por el que Yaakov Avinu y Moshé Rabenu escogieron los últimos momentos de su vida para bendecir al pueblo de Israel. No porque ya se iban a retirar de este mundo y ya no iban a poder hacerlo, sino porque sabían que estaban en su máximo nivel espiritual, resultado de lo espiritualmente logrado hasta ese momento.

Así es la última hora de la semana.

Se cierra una construcción semanal en la que cada momento del día fuimos ascendiendo hasta llegar a la cima. Por lo tanto, la *seudá Shelishit*, es un momento muy elevado, lo aprovechamos para relacionarnos con nuestra parte espiritual y nuestro Creador, para salir “embarazados” de decretos buenos para la siguiente semana, como escribió Rab Pinjas Shapiro de Koretz: “A la hora de *seudá Shelishit* se decreta lo que ocurrirá durante la siguiente semana, de la misma manera que a la hora de *Neilá* se decreta lo que sucederá el año siguiente” (Imré Pinjas, Shabat 43).

Y es porque este momento se llama *Ra’aba de Ra’abin* que quiere decir la Creación de la Voluntad Divina, sin embargo, profundizaremos un poco más del porqué de este título honorífico.

El momento de Voluntad

Explica Rab. Menajem Mendel de Romanoff: “La Creación comenzó el domingo y ya que el día empieza a partir de la noche, el Mundo comenzó a ser creado el sábado por la noche”

Añade Rab Jaim Vital, en nombre del Arizal: “Antes de empezar a crear el Mundo hubo un deseo, una Voluntad Divina de crear el Mundo”. ¿Cuándo fue ese momento de gran voluntad, planeación y decisión Divina?

“La hora antes de empezar a crear fue la hora de *seudá Selishit*, por lo tanto, prosigue Rab Romanoff, ya que la Creación tiene un ciclo semanal, cada sábado por la noche (es decir previo al domingo) empieza una semana de construcción, plena de Decretos Divinos sobre cada uno de nosotros, por lo que *seudá Shelishit* es hora de Voluntad Divina en la que el Creador desea y planea las cosas de la semana por comenzar (Bené Isajar, Shabat 8:1).

Explica Rab Levi Itzjak de Berditchev, en su libro *Kedushat Levi*: “Hacer la Voluntad Divina puede comprenderse en dos sentidos, ‘hacer la Voluntad Divina’, obedecer lo que el Creador nos ordena, apegándonos a Su Voluntad y aceptando sus decretos. Y otra explicación es, tener la oportunidad de “hacer la Voluntad Divina”, no en el sentido de obediencia, sino en el sentido de despertar el deseo en el Creador, es decir, es un momento de profunda introspección, que genera el deseo en el Creador de mandarnos cosas buenas, buenos decretos para la semana que está por comenzar.

Por lo tanto, durante la semana debemos hacer la Voluntad Divina en su primera acepción, es decir cumplir Sus mandamientos, pero en una hora específica, en *seudá Shelishit*, “creamos la voluntad en Él “para que Él nos cree una semana maravillosa.

Nos adentraremos un poco más en este concepto.

Antes de la Creación, Dios tenía buena voluntad y planes maravillosos sobre el tipo de mundo que quería. Lamentablemente Adam y Javá en víspera de Shabat pecaron y cambiaron el plan original, de tal manera que recalculó la ruta nuevamente, como dijo el Rey Salomón: “Dios hizo al hombre derecho y ellos se torcieron buscando otros caminos” (Kohélet 7,29).

Por lo que, el sábado por la noche, antes de expulsarlos del Gan Edén al “Nuevo Mundo” que ellos mismos cocinaron, algo sucedió...

Hubo un cambio de la Voluntad original en ese momento.

Por eso, cada Shabat, antes de que culmine el día, intentamos en cierta forma reparar y aclararle a Dios que queremos vivir según su Voluntad, para “alegrarle el corazón”.

Esto se hace alrededor de la mesa, que en hebreo se le llama *shulján*, y cuyas letras forman la palabra *najash* que significa serpiente. Explica Rab Jaim Falachi: “En este momento doblegamos y reparamos todo lo hecho por la serpiente en el Paraíso”(Kaf HaJaim 36,83).

Por ello decimos en el rezo de Minjá: “*Vaani tefilati leja Hashem et ratzón*”, yo rezo hacia ti Dios, en el momento de voluntad, pero estas mismas palabras en hebreo cambian su significado cambiando la coma de la siguiente manera: “Yo rezo en este momento, creando en Ti una voluntad”.

Ahora entendemos por qué grandes Rabinos, entre ellos el Admor de Piaseczno, llamaban la *seudá Shelishit* como el día de Kipur, por dos motivos:

En Yom Kipur nos desprendemos de todo y entramos en una meditación-introspección y realizamos un rezo lleno de emoción, como muchos hacen a la hora de *seudá Shelishit*.

En el sagrado día de Kipur, a raíz de nuestros actos, respetamos la Voluntad Divina hacia nosotros, creando nuevos decretos y planes para el año siguiente, como ocurre en *seudá Shelishit*.

Por eso Rab Moshé Sofer, mejor conocido como el Jatam Sofer, relataba que cuando alguien le pedía una bendición por un problema severo, le daba un sólo consejo después de bendecirlo: cumplir bien *seudá Shelishit*.

¡Con lo explicado anteriormente entendemos perfectamente la sugerencia del Jatam Sofer!

Hoy en día, la realidad es que la mayoría de nosotros, “los que cumplimos *seudá Shelishit*”, lo hacemos como la primera opción, es decir, cumplimos lo básico, comemos lo mínimo necesario, cantamos dos “cancioncitas” a media voz, unas palabras de Torá y *main ajaronim jobá*...

Algunos, que debemos admirar e imitar, llevan este momento a su máxima expresión.

La mejor descripción que puedo ofrecer la encontré en un interesante libro sobre la vida y obra de Rab Shraga Mendlowitz z”l que fue uno de los que levantaron el mundo de la Torá en Estados Unidos, hombre piadoso que además fue fundador de la Yeshivá Torá Vadaath.

Inculcó en sus alumnos que cada *seudá Shelishit* fuera la experiencia más espiritual de la semana, cambiando en nuestra mente la imagen de esta *seudá* tan poco apreciada, comparándola al Sancto Sanctorum de Shabat. No era tarea fácil, pero bastaba una experiencia de *seudá Shelishit* con él para entender y vivir realmente el concepto *Ra’aba de Ra’abin*.

Rab Moshé Wolfson agrega: “Mi corazón se llena de piedad y misericordia para todos aquéllos que no tuvieron la oportunidad de presenciar *seudá Shelishit* con nuestro querido Rab... era como sumergirse en una *mikve*, un manantial de fuerza y sabiduría, cuyo cauce venía del Cielo. Salíamos flotando, y sobre esta hora decía: las canciones llevan letras y melodías plenas de apego a Dios, y cánticos de grandes tzadikim del pasado.

Las palabras de nuestro querido Rab nos provocaban una gran elevación espiritual. El Rab se sentaba en la cabecera, sus ojos cerrados, sus pies tocando la tierra y todo él tocando el Cielo.

A su alrededor nos sentábamos contagiándonos de su fuerza. No existía la posibilidad de que algún alumno no reflexionará, elevando su alma para toda la siguiente semana. Al finalizar los cánticos había unos minutos de silencio, ¡donde no se escuchaba ni una mosca!

Eran momentos para meditar, reflexionar y cerrar Shabat con broche de oro”, (Sheluja Derahamana, pág. 132).

Capítulo 43

El pozo de las aguas de la sabiduría

Siguiendo el tema de *seudá Shelishit*, y a pesar de que el tema ya se explicó extensamente, deseo agregar un concepto que encontré en el libro *Mevaseer Tob* (cap. 11,9) que no sólo agrega más luz sobre la importancia de este momento de Shabat, sino del enorme beneficio en sabiduría que podemos obtener al hacerlo cabalmente.

Nuestros Sabios comentan: “Diez cosas fueron creadas en víspera de Shabat, y una de las diez fue precisamente el Pozo milagroso de Miriam” (Pirké Avot 5:6).

De este pozo emanaban aguas tan puras que abrían la mente de aquellos que tomaban de ellas, particularmente para captar y entender la Torá, y especialmente para memorizarla.

Relata el alumno del Arí z”l, Rabi Jaim Vital: “Muchas veces estudiaba con mi Maestro conceptos profundos de Cabalá pero me costaba mucho entender y memorizar esas enseñanzas. Un día, cuando llegué a su casa en Tzfat, me dijo: ‘Hoy vamos de paseo a Tiberias’.

Aunque no entendí el motivo fui con mi Maestro.

En cuanto llegamos al Kineret, mi Maestro rentó un pequeño bote y embarcamos. En un momento dado se detuvo, y de repente vi en el agua el reflejo de un pozo. Mi Rab llenó un vaso y me dio de beber, diciéndome. “¡Bebe estas aguas del Pozo de Miriam! Desde entonces todo lo que estudiaba, además de entenderlo, no se borraba de mi mente”.

Sobre estas cualidades encontramos en el libro *Jidushé Harim* lo siguiente: “Este Pozo, además de ser real, es un concepto en sí mismo; un concepto que da a entender sobre un pozo cavado hacia un Manantial Celestial”.

Cabe preguntar: ¿por qué se llama pozo? Porque de la misma forma que debajo de la superficie terrestre hay manantiales de agua y se excavan pozos para buscar esos manantiales y crear depósitos de agua que

nos abastecen para beber algo que es fundamental para vivir, de la misma forma existen “excavaciones espirituales” que nos permiten acceder a manantiales de vida espiritual.

Por ello la Torá habla varias veces de los pozos que cavaban nuestros Patriarcas y las dificultades que tenían para mantenerlos siempre limpios y frescos, ya que normalmente terminaban siendo tapados por vecinos envidiosos.

Esto no sólo se refiere a pozos físicos u obstáculos humanos sino que nuestros Patriarcas se dedicaban a crear “túneles” para llegar a manantiales Celestiales y así obtener de ellos sabiduría, ocasionando que los Acusadores Celestiales y las fuerzas opositoras se afanaran en cerrarlos, para evitar que sigamos bebiendo de ellos.

Así ocurrió con Abraham e Itzjak.

Sin embargo, con Yaakov Avinu se dio un escenario distinto, ya que la Torá no menciona una excavación. Cuando Yaakov Avinu llega a Harán encontró un pozo que tenía una piedra muy pesada que lo tapaba. Esta piedra estaba intencionalmente ahí para evitar que se robaran el agua, por lo que sólo se podía quitar cuando se reunían todos los pastores y juntos quitaban la piedra para dar de beber al ganado.

Yaakov Avinu, sin la ayuda de ningún pastor, quitó esa pesada piedra para permitir que Rajel tuviera acceso al agua para su ganado, acción que no fue interrumpida por nadie; más bien del pozo brotó tanta agua que también la disfrutaron todos los pastores que se reunieron en ese lugar.

Por lo tanto, prosigue el Jidushé Arim, las tres comidas de Shabat aluden a los Patriarcas. La primera se refiere a Abraham Avinu, la segunda a Itzjak Avinu y *seudá Shelishit* a Yaakov Avinu.

La piedra es el *yetzer hará*.

Hay otro detalle que nos permite aprender más sobre la importancia espiritual de *seudá Shelishit*.

Aunque el Pozo Milagroso se creó el viernes, este se abre en *seudá Shelishit*, hora de Yaakov Avinu. Éste es el momento de aquel que se preparó adecuadamente y con fuerza espiritual quitó la piedra (es decir al *yétzer hará*) como lo llamaron nuestros Sabios en el Talmud, en la que se compara al *yétzer hará* con la piedra que obstaculiza el pozo (Sucá 51b).

Hacer a un lado esta pesada “piedra” nos permite llegar a las aguas que fueron comparadas con la Sabiduría de la Torá, como dijo el profeta Ishayá: “Todos los que tengan sed, vayan y tomen de las aguas”, refiriéndose a la Torá Eterna (Ishayá 55).

Es por esto que observamos cuán difícil es cumplir con *seudá Shelishit* como es debido, ya que una pesada piedra se interpone entre ellos y el manantial que brota de este momento sagrado.

Para beber de este refrescante manantial tenemos dos opciones:

Ser como Yaakov Avinu y con un gran esfuerzo quitarla.

Congregarse como los pastores, en una mesa, en el Templo o en la casa, y juntos mover esa piedra y tomar de las aguas del manantial.




Conozcamos una afirmación del Taná Debé Eliyahu que explica el funcionamiento del Pozo de Miriam en el desierto: “Las aguas de este pozo reflejaban la conducta del pueblo de Israel, ya que cuando se portaban bien emanaba agua en gran cantidad, pero cuando no lo hacían, tardaba en dar de sus aguas hasta que se congregaban a su alrededor rabinos, gente justa y jóvenes y empezaban a cantar la canción Ali Beer y entonces brotaban las aguas”.

Es por esto que al congregarnos en la mesa en *seudá Shelishit* comenzamos a cantar para que broten esas aguas.

Sin embargo había veces que ni esos cánticos ayudaban, por lo que acudían Sabios que recitaban versículos de Torá alrededor del Pozo.

El Baal Shem Tov decía: “Debemos recitar versículos de Torá para que se desborde este Pozo y nos llene de sabiduría”.

Y quizás todo esto es lo que llevó al Ramá a escribir en el Séfer Or Hajaim: “Hay quienes acostumbran cada sábado en la noche, terminando Shabat, acarrear agua y tomarla, ya que el Manantial de Miriam a esa hora está abierto” (Or Hajaim 299:10); es decir a la hora de *seudá Shelishit* nos encargamos de quitar los obstáculos, abrir el Pozo y llenarlo de agua, de tal manera que durante la semana tomemos de esas aguas puras a la hora de estudiar, y así, el estudio de la Torá que emana de los Ríos Celestiales que brotan del Trono Celestial nos llene de:

-  *Sabiduría*, ya que el agua se comparó a la Torá.
-  *Vida*, ya que el agua es la base de la vida.
-  *Pureza*, ya que por medio del agua podemos purificarnos.

A manera de resumen:

Vimos en estos capítulos la grandeza de este momento de Shabat, por lo tanto aprovechemos la hora de *Ra'aba de Ra'abin*, donde hay unificación con el Creador, meditación e introspección.

Las aguas de este pozo nos darán la claridad necesaria para cumplir este importante momento de Shabat, convirtiendo este momento en el clímax de la semana, acarreando con esto nuevas voluntades Divinas las cuales están llenas de bendiciones y planeaciones positivas para la siguiente semana.

Capítulo 44

Despidiéndonos de Shabat

El fundamento

La hora de *Motzaé Shabat* (la salida de Shabat) amerita más de un capítulo ya que son muy significativas las tradiciones y el porqué nos despedimos de Shabat justamente de esa forma. Antes de zambullirnos en la profundidad de las explicaciones de cada paso, resumamos cada uno de los pasos que realizamos el sábado en la noche.

En el rezo de Arvit de *Motzaé Shabat*, en la Amidá se agrega el *Atá Jonantanu* en donde realizamos una pequeña *Havdalá*, diferenciación del Shabat con el resto de la semana.

Después de la Amidá decimos el Salmo de *Yosef Veseter*... texto que no se lee en ningún otro Arvit de la semana.

Después de Arvit, realizamos la *Havdalá*, en la cual se acostumbra a leer ciertos versículos especiales y cánticos en honor a Eliyahu Hanaví.

En la *Havdalá* enunciamos cuatro bendiciones: sobre el vino, sobre los aromas, sobre el fuego y propiamente la de *Havdalá*. En cada una de estas, hay ciertas costumbres como: observar el vino y sonreír, frotar los besamim, ver las uñas a contraste con el fuego y untar ciertas partes del cuerpo con el vino usado en la *Havdalá*.

Cuando concluimos la *Havdalá* se realiza la *seudá* de *Melavé Malká*, la cuarta comida que se hace en honor a la despedida de Shabat, y que lleva el nombre del Rey David.

Como ya mencioné, cada paso tiene su explicación y motivo que le confiere profundidad espiritual.

Empezaré con una explicación general y a continuación intentaré presentar de forma precisa qué insinúa todo esto.

Creando la semana

En primer lugar debemos recalcar la importancia de este momento, la salida de Shabat, para la semana que comienza.

Como ya sabemos Hashem creó el mundo en seis días y en el séptimo descansó. La Creación comenzó el sábado por la noche, como dice la Torá sobre el primer día: “Y fue noche y fue día” (Bereshit), aclarando que el día comienza por la noche. Por lo tanto la noche del sábado empieza el primer día de la semana, siendo la primera hora de la creación del Mundo, sobre la que está dicho: “*Bereshit Bara Elo-him et haShamaim veet Haaretz*”. Es decir, en *Motzaé Shabat* Hashem creó el Cielo y la Tierra.

En el Judaísmo se le da mucha importancia a los principios, ya que son momento de abrir camino, por ejemplo: la santidad del primogénito, las primicias de los frutos, el primer día del Bar o Bat Mitzvá, el día de la boda, etc.

Este concepto es especialmente relevante en Rosh Hashaná, día que abre el año; por lo tanto esa noche realizamos ciertas costumbres: comer manzana con miel, tener en la mesa una cabeza de cordero etc., acompañando cada acto con una petición: que el año sea dulce, que seamos cabeza y no cola, etc.

Se hace justamente al inicio del año, para que todo lo que venga después se pinte de ese color.

Para tener una semana buena y fructífera, algo parecido hacemos en *Motzaé Shabat*. El primer versículo de la Creación, nos dice que el Esfuerzo Divino se compartió entre el Cielo y la Tierra, entre lo material y lo espiritual, lo físico y lo Celestial.

Así también nosotros combinamos nuestras plegarias pidiendo bien para el cuerpo y para el alma, para comenzar con el pie derecho y seguir así con él hasta el siguiente Shabat.

¿Qué tipo de cortina tienes?

El ritual principal del sábado por la noche se llama *Havdalá*, cuya traducción literal significa separación entre la santidad del día de Shabat y los días comunes. En el libro *Jasidut Meboeret* encontré una explicación maravillosa que nos amplía la visión sobre la *Havdalá*.

Ya se explicó que en la Torá siempre se asemejan los versículos de la construcción del Tabernáculo con el Shabat. La Torá ordena que en el *Mishkán* haya una cortina para separar entre el Santo, y el Santo de los Santos. Vemos aquí que nuevamente la traducción de *Havdalá* significa una separación entre un lugar y otro.

Sin embargo, la *Havdalá*, la separación depende de qué tipo de cortina se está hablando.

Una de las cortinas es un tipo de cortina cerrada que bloquea completamente la luz del sol, evitando que ilumine el cuarto, dejando la luz afuera y la oscuridad adentro. Sin embargo hay otro tipo de corti-

na, una delgada y transparente cuya misión no es separar totalmente a la luz, sino regular la intensidad de la luz de afuera, permitiendo que parte de esa luz pase al cuarto, iluminándolo suavemente.

Frente a estas dos opciones las personas que cuidan Shabat toman posturas diferentes.

Para algunos la cortina de *Havdalá* significa una separación total, un completo apagón, como si dijeran: “Ya pasé un día de santidad, lleno de Luz Divina, ahora correré la cortina para empezar la semana mundana y sus placeres”.

Pero para otros el concepto de la cortina es como la cortina del Tabernáculo: esta cortina regulaba la intensa santidad del Sancta Sanctorum, dejando pasar una parte de ella, suavemente, al Kodesh.

Lo recomendable es, “Que debemos tomar la luz de Shabat, la alegría y las bendiciones, especialmente la unión familiar, y llevar toda esta maravilla y en su dosis correcta al resto de los días de la semana” (Jasidut Meboeret, Shabat 239).

Esta maravillosa descripción sobre el concepto *Havdalá* nos aclara por qué la *Havdalá* representa una conexión y no una separación entre lo vivido en Shabat y el resto de la semana.

Podríamos reforzar esta idea, de qué *havdalá* no es una separación sino una conexión, con el versículo que dice: “*Veshamru Bené Israel et haShabat laasot et haShabat*” (Shemot 31:16).

Sobre este versículo explicaron nuestros Sabios: “Shabat tiene dos traducciones: el día sábado y Shabat que también significa semana, como dice el versículo “siete Shabatot contarás” (Debarim 16:9), refiriéndose a la cuenta del Omer de siete semanas.

Entonces, ¡cuida bien Shabat para que con esta energía ilumines los días de la semana y eso se logra a través de una cortina y no de un apagón!

Capítulo 45

Arvit de Motzae Shabat

Alejando las fuerzas negativas

En Arvit de Shabat omitimos el “*Vehu Rajum*”, ya que esa plegaria alude a las cuatro fuerzas negativas que existen: *Avón, Mashjit, Af, Jema*.

Con este rezo le pedimos a Hashem que se apiade de nosotros y no preste oído a acusaciones e intenciones negativas, ya que debido a la santidad de Shabat, estas fuerzas se neutralizan; y gracias a los ángeles puros y a la *Shejiná* que nos envuelve, esa gran luz aleja cualquier oscuridad.

Pero al finalizar Shabat, regresamos a la oscuridad, y para alejarlos de nosotros realizamos tres cosas:

Comenzamos Arvit con *Vehum Rajum*, mencionando estas cuatro fuerzas negativas, pidiendo la Protección Divina contra ellos.

Después de la Amidá entonamos el Salmo 91, *Yosef Beséter Elyón*, para alejar cualquier fuerza negativa. Por esto este Salmo se recita a la hora de un entierro, e incluso antes de dormir. El factor común entre estos tres momentos es una elevación del alma de la Tierra al Cielo:

- El sábado por la noche se eleva la *neshamá yeterá* que estuvo en Shabat.
- Antes de dormir se eleva la *neshamá* para rendir cuentas al Creador.
- Al morir se eleva en forma definitiva al Mundo Venidero.
- Para que esta elevación no tope con las fuerzas negativas, decimos este Salmo.

Al prender la vela acercamos nuestra mano al fuego, escondiendo el pulgar entre los cuatro dedos mientras que vemos las cuatro uñas al reflejo de la luz. Según la Cabalá este acto simboliza una petición a Hashem, ya que los cuatro dedos simbolizan las cuatro fuerzas negativas (según el Zohar es el motivo por el cual se lavan la punta de los dedos antes del rezo de Bircat Hamazón) y con el hecho de acercar las 4 uñas ante la luz, pedimos que las 4 fuerzas negativas arriba mencionadas, se alejen de nosotros por medio de la Luz Divina que se filtra a través de la suave cortina.

Separando lo revuelto

Otro mensaje que nos acompaña en las tradiciones realizadas el sábado por la noche es la bendición de *Havdalá*. En el rezo de Arvit como en la *Havdalá* mencionamos las mismas palabras de separación: entre lo santo y lo mundano, entre la luz y la oscuridad; es decir entre lo bueno y lo malo, lo correcto y lo incorrecto.

Este rezo lo entonamos en Arvit y lo repetimos con el vino en la mano a la hora de la *Havdalá*, dos son los motivos de esta repetición. La primera, porque en tiempos antiguos la gente no tenía para gastar en un vaso de vino extra, por lo que se estableció decirlo en el rezo. Al mejorar la economía y la abundancia, lo quitaron del rezo y lo dejaron solamente sobre el vino. pero para que esta bendición no dependa de la situación económica sino para que sea fija, se estableció entonarla en el rezo y sobre el vino.

Hay otra explicación más profunda que nos enseña un maravilloso concepto sobre esta bendición. Esta *Havdalá* que decimos en el rezo se encuentra en la bendición de "*Jonén hadaat*", El que da la sabiduría, y la *Habdála* en el hogar se realiza sobre una copa de vino.

Estos dos puntos se interrelacionan en el Etz Hadaat, Árbol de la Sabiduría del cual comió y pecó Adam Harishón. La fruta de este árbol daba la sabiduría para distinguir entre el bien y el mal.

Según una opinión en el Talmud, este árbol era de uvas y lo que hizo Javá fue prácticamente dar vino a Adam. A raíz de esta acción realizada en el Paraíso, lugar de "alto voltaje espiritual" se mezcló el bien y el mal, entregando a la Humanidad una completa confusión entre lo bueno y lo malo, lo positivo y lo negativo... Confusión que dio como resultado que fueran expulsados del Paraíso, que según el Midrash fue el sábado en la noche.

Por lo tanto, cada *Motzaé Shabat* intentamos de alguna forma remediar este problema, buscamos tener claridad entre el bien y el mal, una separación (*Havdalá* en su traducción literal) entre la oscuridad y la luz, lo prohibido y lo permitido. Es por esto que la *Havdalá* que está en medio del rezo donde pedimos *Daat*, sabiduría, aludimos al nombre del árbol; y repetimos el concepto de la separación con el vino en la mano, tratando así de lograr la claridad por el mismo medio que provocó la confusión.

El concepto de reparación

Este concepto de reparación en *Motzaé Shabat* por lo ocurrido en la víspera de Shabat con Adam y Javá, se refleja en otros rituales que hacemos en este momento:

La mujer no toma del vino de la *Havdalá*, ya que ella fue la que probó e hizo probar (Shené Lujot Habrit, leyes de Shabat).

La segunda bendición en la *Havdalá*, después del vino, es la del aroma, usando el sentido del olfato para percibir un delicioso aroma. Esto alude al único sentido de la persona que no participó en el pecado del Paraíso ya que dice el versículo, “Y tomó Javá la fruta (tacto) y vio que era atractiva (vista), escuchando a la serpiente (oído) y lo comió (gusto).

Según nuestros Sabios el cuerpo original de Adam y Javá no tenía piel, sino una especie de escamas/uñas (a través de estas se reflejaba la luz interna). Después del pecado se cubrió de piel (reduciendo esta luz) dejando en los extremos del cuerpo las uñas, símbolo de lo que era antes. Por eso observamos las uñas a la luz de la vela, recordando la Creación original en la que a través de la uñas se reflejaba la luz del alma.

Acostumbramos untar el vino en los ojos, aludiendo al versículo que dice que a raíz del pecado (por el vino) se abrieron sus ojos. Explica Maimónides que esto no significa tener una mejor visión, sino lo contrario, que en realidad su visión se hizo confusa, ya no diferenciaba entre bien y mal. Por lo tanto untamos el vino pidiendo a Hashem una visión correcta de las cosas, una separación entre el bien y el mal.

La bendición del fuego se realiza con la unión de dos llamas y una de las explicaciones es:

En la víspera de Shabat prendimos las velas de Shabat, dos velas separadas, pero en *Havdalá* se realiza con una vela compuesta de dos hebras, dos luces unidas para crear una gran llama. Anteriormente explicamos que las velas aluden al hombre y a la mujer.

Adam y Javá, a raíz del pecado en víspera de Shabat, se enfadaron, separándose y convirtiéndose metafóricamente en dos velas. En *Motzaé Shabat* buscamos la reunificación. Tomamos dos fuegos, (*esh*) cuyas letras en hebreo (*alef* y *shin*) figuran en el nombre del hombre *-ish-* y el nombre de la mujer *-ishá-* haciendo de estos dos una gran llama de amor.

Con todo esto intentamos pedirle a Hashem una reparación del error cometido en el pasado y un comienzo de una semana diferente, dejando atrás errores, equivocaciones y pecados.

A través de la luz de Shabat buscamos empezar una semana diferente, una semana de reparación, de visión correcta y decisiones adecuadas.

Capítulo 46

Havdalá

Havdalá es el ritual principal del sábado por la noche en el que despedimos al Shabat, aunque Shabat finaliza a la hora que decimos *Havdalá* en la Amidá en el rezo de Arvit.

Dividiremos este capítulo en tres partes:

Los versículos y los cánticos pre-*Havdalá*.

Los secretos de la misma *Havdalá*.

Las costumbres sobre los diferentes rituales en cada berajá.

1.- La Pre-*Havdalá*

Como explicamos anteriormente queremos empezar la semana con el pie derecho, acompañando el acto de *Havdalá* con muchos versículos y bonitos rezos, que sean como una buena señal para toda la semana, parecido a los que hacemos en Rosh Hashaná con todos los *Yehí ratzón* que se mencionan.

Ejemplo de esto son los versículos de "*Ana Hashem, Hoshía na, Hatzlijá na*", en los cuales pedimos salvación y éxito. Muchos acostumbran desglosar en la palabra "éxito" mencionando varias áreas en las cuales queremos tenerlo, por ejemplo *Hatzliajá...*, que tengamos éxito nuestro negocio, matrimonio, viajes, educación, etc., y por supuesto, no olvidar pedir por el éxito de nuestra Tierra, rabinos, soldados, comunidad y especialmente *Hatzliajá Toratenu*, que tengamos éxito en el estudio de nuestra Torá.

Algunos también agregan el versículo de "*Veitén lejá haElokim...*", que habla de la abundancia Divina, rogando que la haya en los negocios que realicemos, ya que estamos empezando una semana nueva, de mucho sudor por el pan, contratos, firmas, inversiones, ¡y no queremos hacerlo sin la Ayuda Divina! Dicen que el Ari z"l, el sábado por la noche, iba a rezar con los sefaradim en Tzefat especialmente para poder decir el "*Veitén lejá*".

Así también muchísima gente acostumbra entonar cánticos y versículos en honor a Eliyahu Hanaví, y encontré tres motivos para esto:

a) Eliyahu Hanaví es el ángel encargado de anunciarnos la *Gueulá*, como dice el versículo: “He aquí que estoy mandando a Eliyahu Hanaví, para que anuncie la llegada del gran día” (Malají 3:23), y cada día debemos esperar su llegada, como lo indica uno de los 13 Principios de Maimónides. Sin embargo, el Talmud dice que el Mashiaj no llegará en víspera de Shabat ni en Shabat, por lo tanto, esa espera se interrumpe por Shabat. Al despedirnos de Shabat regresamos a la fe de esa espera, por eso mencionamos a Eliyahu Hanaví quien nos dará la buena noticia que anhelamos escuchar.

b) Esta *Gueulá* dará fin a la confusión entre el bien y el mal, que fue generada tras el pecado de Adam y Javá, con el árbol del conocimiento del bien y del mal. Con la llegada del Mashiaj se generará la *Havdalá* mundial, la división que dará claridad de lo que es sagrado y lo que no es, entre la luz y la oscuridad; se reconocerá ante todo el mundo la grandeza y la pureza del pueblo de Israel.

c) Está escrito en el libro Halebush, en nombre de la Tosefta: “Eliyahu Hanaví es un portavoz no solamente de las noticias del Cielo a la Tierra sino también lleva las noticias de la Tierra al Cielo. Cada *Motzaé Shabat* Eliyahu Hanaví se sienta debajo del Árbol de la Vida en el Paraíso y escribe un “reporte” sobre el último Shabat en el pueblo de Israel, informando cómo se rezó, respetó y cantó. Esto con la finalidad de presentarlo ante el Creador y alegrarlo, por lo tanto le cantamos a Eliyahu Hanaví.

Además de todos esos versículos y rezos se acostumbra que a la hora de la *Havdalá*, antes de mencionar las cuatro bendiciones que la integran, el rabino bendice al público presente en la sinagoga, y en la *Havdalá* en su casa cada padre bendice a su esposa, hijos y descendientes

Ya dijeron nuestros Sabios: “*Al tehí bircat ediot kalá veenejá*”, no desprecies la bendición de un simple (Meguilá 15a). Con eso nos indican nuestros Sabios dos cosas:

Que un padre de familia no menosprecie el poder de bendecir a sus hijos, ya que una bendición puede cambiar malos decretos de la semana en buenos.

Que nadie de la familia desprecie la bendición que recibe ya que no sabemos cuál de todas las bendiciones que recibimos es la que se recibió en el Cielo causándonos salvación y abundancia.

Con todas estas bendiciones, acciones y plegarias pretendemos abrir la semana con mucha Ayuda Divina, y por supuesto todo esto depende de la raíz de todas estas plegarias, es decir si salen de la boca o del corazón.

Obviamente que lo que salga de nuestra boca llegará al Oído Divino, pero lo que sale de nuestro corazón llega directo a Dios, teniendo un efecto mucho más poderoso...

2.- La Havdalá misma

Antes de que nos aproximemos a las cuatro bendiciones que componen la *Havdalá*: vino, aroma, vela y *Havdalá* misma, veremos la raíz de este ritual y la explicación profunda del mismo.

Nuestros Sabios dijeron: “Es una mitzvá santificar el Shabat con palabras y vino, y de la misma forma que lo santificamos al recibirlo, lo hacemos al despedirlo. Como dice el versículo: “*Zajor et yom haShabat lekadeshó*”, recuerda el día Shabat para santificarlo tanto en su entrada como en su salida.

Estas cuatro bendiciones las establecieron nuestros Sabios en orden ascendente en base a nuestro rostro, es decir, primero bendecimos sobre el vino que tomamos por la boca y es algo palpable y físico. Después pasamos a la bendición del aroma, usando la nariz siendo el olor algo menos físico que el vino, ya que apenas podemos percibirlo físicamente. Posteriormente pasamos a la bendición del fuego en la que los ojos ven la luz; la visión es sólo perceptible, no podemos palpar el fuego, ya que no es algo palpable. La cuarta bendición está relacionada directamente con el cerebro, que separa lo malo y lo bueno, lo incorrecto y lo correcto en la vida, y el pensamiento es totalmente abstracto. Este ascenso alude al progreso en la vida cuya tendencia es de lo material a lo espiritual.

Este concepto también es conocido como: “tabernáculo facial”, ya que el Tabernáculo se asemeja a la cara humana.

➤ A la entrada del Tabernáculo estaba el altar, y al lado se encontraba el lavamanos, que juntos aluden a la boca por la cual pasa la comida.

➤ Posteriormente había una cortina equivalente al bigote, que marca el camino para entrar al Kodesh.

En esta área hay tres utensilios:

➤ El primero es el altar del incienso, equivalente a la nariz, donde se ponían especias que generaban un aroma muy grato.

➤ Más adelante había dos maravillas para los ojos: el candelabro y la mesa con los doce panes.

➤ Después estaban las dos cortinas que equivalen a las cejas.

➤ Detrás de ésta estaba el Sancta Sanctorum con los kerubines, quienes representan al cerebro con sus dos hemisferios.

Por eso en la *Havdalá* vamos ascendiendo para conectar lo físico a lo espiritual, la manutención, alimento a lo sagrado. Comenzamos así para que de esta manera sea nuestra semana, pidiéndole a Dios Su ayuda en todo aquello que comamos, oloamos, veamos y pensemos.

Es importante recalcar algunos detalles. Durante la *Havdalá* debemos sostener en la mano derecha lo que vamos a bendecir. El vino lo tomamos con la mano derecha y bendecimos. Cuando es el momento de la bendición del aroma, pasamos la copa a la mano izquierda y sostenemos las especias en la mano derecha. De igual forma extendemos nuestro brazo derecho para reflejar nuestras uñas a la luz de la vela y para la cuarta bendición regresamos la copa a la mano derecha para finalizar la *Havdalá*.

La importancia concedida a la mano derecha se aprendió de Yaakov Avinu, quien a la hora de bendecir a sus nietos, Menashé y Efraim, cruzó intencionalmente las manos para poner la derecha sobre el menor. Este episodio tiene un mensaje profundo que desarrollaremos para entender la importancia de la derecha y lo que esto implica.

Yaakov Avinu vio dos nietos ante él, hijos de su amado Yosef, quien fue el primer judío que salió al exilio dejando a la familia atrás. Menashé es el primogénito y fue nombrado así por el dolor tan grande que sintió Yosef por haber dejado atrás a su familia, su tierra querida y a su amado padre. En cambio Efraim, el hijo menor, fue nombrado así por el éxito que tuvo Yosef en la tierra que lo recibió. Estos dos nombres marcan un parámetro de conducta: debemos lamentar el pasado y por otro lado construir el futuro. Sin embargo, Yaakov Avinu nos enseñó que la izquierda pertenece a Menashé, al pasado que se llorará débilmente, y la derecha pertenece a Efraim, con la que debemos construir, adaptarnos y progresar.

Este concepto debemos tenerlo al principio de la semana en el que podemos lamentarnos por lo que no hicimos, negocios, acuerdos, etc., pero en vez de llorar y estancarnos es mejor extender la derecha con todo la fuerza, y empezar una semana buena y fructífera.

3.-Costumbres de la *Havdalá*

Como explicamos en el capítulo anterior, realizamos ciertas cosas a la hora de la *Havdalá* como símbolo de cosas buenas, por lo tanto, hay diferentes costumbres y detalles para mencionar de las cuatro bendiciones. Escogí algunos para explicarlos.

El vino

A la hora de verter el vino en la copa procuramos llenarla hasta que se desborde ligeramente en el plato (Turé Zahav, 296-1). Eso está basado en el Talmud: “En el hogar donde se vierte vino es símbolo de bendición y abundancia (Eruvin 65b). Además algunos acostumbran después de la bendición ver su rostro reflejándose en el vino y sonreír como símbolo de alegría, como dice el versículo “*Veyain yesamaj levab henosh*”, y el vino alegrará el corazón de la persona” (Salmos 104:15).

Al finalizar la *Havdalá* se acostumbra untar un poco del vino derramado sobre el plato en los párpados de los ojos y en el hueso debajo de la nuca (denominada 7ª vértebra prominente, en el argot médico). Como lo indica el Pirké de Rabí Eliézer, y se agrega en el libro Otzar Taame Haminaguin: “Se acostumbra también tocar la frente con el dedo mojado en vino, como segulá para una buena memoria; algunos también ponen vino sobre las palmas de la mano para tener éxito en todo lo que hagan durante la semana, y otros lo ponen en los bolsillos como símbolo de buena manutención” (Página 193).

Las especies

Para la segunda bendición sostenemos especias aromáticas con la intención de aspirar su buen aroma. Dicen nuestros Sabios: “El alma adicional que recibimos en Shabat se despide de nosotros y deja a nuestra alma original un poco triste, por lo tanto la consolamos oliendo algo fragante” (Maimónides Shabat 29:29).

La relación entre el olor y el alma la entenderemos si “entramos” al Paraíso a la hora del pecado. Nuestros Sabios indican que Javá usó cuatro de los cinco sentidos durante la falta cometida, como lo indica el versículo: “Y escuchó Javá a la serpiente (oído), vio que la fruta era atractiva (vista), tomó de la fruta (tacto) y comió de la fruta (gusto). Solamente el olfato no participó del pecado, por eso el alma, que fue degradada a raíz del pecado, siempre mantiene el recuerdo que el olfato no la dañó.

Cuando nuestra alma está triste, la aromaterapia le da alegría y sanación. El sábado a la noche la tranquiliza muchísimo cuando se despide del alma *yeterá* que la visitó en Shabat. Además el olfato es el canal por el que se insufló la *neshamá*, como dice el versículo: “*Vaipaj veapab nishmat jaim*”, Dios insufló por sus narices un alma de vida (Bereshit). Y el alma también sale por ahí, como se indica en el caso de Nadab y Abihú. Por lo tanto, el sábado en la noche, al salir por nuestro olfato la *neshamá yeterá*, metemos por este mismo conducto y directo al alma, un buen olor para consolarla, como una promesa que esta semana nos dedicaremos a insuflarnos de mucha espiritualidad.

Otra costumbre consiste en frotar las especias en las manos para que brote el aroma, esto además de ser lógico, tiene otro mensaje. Las bendiciones Divinas son como el aroma de la flor: encerrada en sí misma y usando las manos, estrujándolas, exteriorizamos ese buen olor al Mundo.

Así, muchas de las bendiciones que nos manda Dios requieren de labor, trabajo, esfuerzo conocido como *Hishtadlut*, esfuerzo para extraer la bendición, como dice el Yehí Ratzón: “*Yshlaj berajá vemaasé yadenu*”, manda bendición a la obra de nuestras manos”.

La vela

La bendición que se realiza sobre la luz de la vela amerita una explicación ya que no tenemos otra bendición parecida.

La mayoría de las bendiciones son sobre placeres, ya sean alimentos, aromas, visión. Otras son sobre el cumplimiento de mitzvot; algunas por agradecimiento. Sin embargo, bendecir sobre el hecho de que hay fuego no se entiende.

Explican nuestros Sabios: Adam Harishón fue expulsado del Paraíso el sábado en la noche, y debido que hasta ese momento estaba en un lugar tan especial, no llegó a ver la oscuridad, ya que en el Paraíso reinaba la Luz Divina.

Al ser expulsado, Adam se topó con la oscuridad lo que le provocó miedo e incertidumbre. Dios le mandó una idea y Adam tomó dos piedras, las frotó entre sí y prendió fuego para iluminar la oscuridad” (Pirké de Rabí Eliezer, cap. 20).

El fuego fue el primer invento humano y éste se logró a través de Inspiración Divina. Por eso, al comenzar una semana laboral de ideas, inventos o descubrimientos debemos saber que todos estos son como el invento del fuego, provienen de una idea Divina que entra a nuestro cerebro para que la pensemos. Nada se inventa sin la autorización del Creador, ninguna medicina nueva, ningún aparato electrónico, etc., si el Creador no lo implanta en la mente de la persona adecuada para que lo lleve a cabo.

Por lo tanto, con esta bendición agradecemos a Dios por los inventos descubiertos desde el fuego hasta lo último, y a la vez pedimos una semana de ideas buenas.

En el momento de bendecir acostumbramos acercar la mano a la luz de la vela, doblando el pulgar y escondiéndolo detrás de los dedos restantes, viendo el reflejo de la luz sobre las uñas.

Además del motivo básico que para decir una bendición es necesario disfrutar y usar el objeto por el cual bendecimos, procuramos que a esa hora haya oscuridad para que al acercar la mano a la vela disfrutemos de la luz.

Y como dijimos anteriormente, por medio de la Luz Divina queremos que se alejen las fuerzas negativas.

Hay otro motivo en el Talmud que habla sobre realizar una acción para evitar el daño del mal de ojo: “Aquél que entra a una ciudad nueva y teme del mal de ojo de la gente, que esconda su pulgar entre los demás dedos de la mano” (Berajot 55b). Como sabemos, las recomendaciones de nuestros Sabios están basadas en conceptos profundos, sin embargo, nos preguntamos, ¿qué es esta locura del pulgar y qué tiene que ver con el mal de ojo?

La explicación es que pulgar en hebreo se dice *agudal*, palabra compuesta por *ani* y *gadol*, yo soy grande. Hasta en el diseño de la mano el pulgar se manifiesta aparte, como diciendo: “No estoy unido a los demás, soy dominante”. De esto se deduce que cuando una persona camina como el “pulgár”, es decir, lleno de orgullo, despierta la envidia de los demás y se convierte en víctima del mal de ojo. A esa persona se refirieron nuestros Sabios cuando aconsejaban esconder el pulgar, recordándole ocultar su grandeza para unirse a los demás y no caminar por la vida como un pavo real, vistiendo abrigo de pieles frente a los demás que sienten frío.

Por lo tanto, al empezar una semana nueva, llena de labores, diligencias y tras pedir en la *Havdalá* éxito y buena manutención, aprovechamos el gesto de esconder el pulgar para recordarnos que todo lo debemos buscar con mucha humildad y hermandad, y así tener bendición sin mal de ojo.

Y se hace justamente ante la vela porque el fuego simboliza el elemento orgullo, el que siempre busca destacar y para lograrlo debe quemar. Así es como algunas personas hacen para crecer, arrasan con los demás para poder brillar. Ésta es una cualidad negativa que debemos evitar y ser más bien humildes y solidarios.

Nunca olvidemos que la unión hace la fuerza.

La cuarta berajá

Con esta berajá finalizamos la *Havdalá* y es la bendición en la que mencionamos el poder de distinguir para poder decidir escoger el bien. En esta bendición mencionamos cuatro tipos de distinciones:

- Entre lo santo y lo profano.
- Entre la luz y la oscuridad.
- Entre Israel y las demás naciones.
- Entre Shabat y el resto de los días de la semana.

El número cuatro que figura en esta bendición, nos llama la atención ya que se une a otra lista notoria de más cosas relacionadas al cuatro y que tienen que ver con Shabat. Por ejemplo: los cuatro dedos reflejados en el fuego, los cuatro rezos que se realizan en Shabat (arvit, shajarit, musaf y minjá), las cuatro comidas que se realizan en honor a Shabat (en la noche, la mañana, *Seudá Shelishit* y *Melavé Malká*)

¿Qué simboliza el número cuatro?

Sabemos que el número cuatro es la base de la Creación y sobre el cual profetizaron tanto Yejezkel, Yeshayá y Zejariá, quienes describen al Creador metafóricamente sentado en el Trono de cuatro soportes y rodeado de cuatro figuras:

- Un águila, que es el rey de las aves.
- Un toro, rey de los animales domésticos.
- Un león, el rey de los animales salvajes.
- Un ser humano, representado con el rostro de Yaakov Avinu, el elegido de los Patriarcas.

Alrededor se encuentran cuatro Miríadas Angelicales, acaudillados por las cuatro Sefirot que son:

- Jésed
- Guevurá
- Tiferet
- Maljut

Sobre todos ellos resplandece la Luz Divina del Creador, compuesta por las radiantes cuatro letras de Su Nombre.

Obviamente todos estos conceptos tienen profundas explicaciones, que podemos encontrar en los libros adecuados.

Lo que queda claro es el valor del número cuatro, número que representa la base de la Morada Divina, como lo vimos en el desierto. Para que la Presencia Divina morase en el pueblo de Israel tuvo que dividirse el pueblo en cuatro grandes campamentos alrededor del Mishkán.

Cada uno de nosotros es un posible Trono Celestial que invita a la Presencia Divina a posarse en él, pero para esto hace falta alcanzar altos niveles de pureza y santidad. Quizá durante los días de la semana, con tanta ocupación terrenal, se hace un poco difícil lograrlo, sin embargo, en un día sagrado como Shabat, con tanta pureza y santidad que nos rodean, sumando un toque de alegría y hermandad, lo más probable que podamos lograrlo.

Por ello es que estamos rodeados de tanto número cuatro, como diciéndole al Creador "Considéranos Tu Campamento, Tu Trono y Mora entre nosotros".

Capítulo 47

Melavé Malká

Nuestros Sabios dijeron: “Al finalizar el sagrado Shabat debemos preparar una mesa para la cuarta *seudá* para despedir Shabat, y aunque no comamos más que un simple bocado, con todo eso, es importante que la mesa esté bien presentada, ya que Shabat es una Reina que nos emocionó con su llegada; y por lo tanto debemos rendirle el honor también al acompañarla al despedirla como se merece” (Shabat 119b).

¿Exactamente a quién estamos acompañando? Shabat es sólo un día, con principio y fin. Entonces, ¿para qué hacer una ceremonia de despedida y acompañamiento? ¿Acaso se hace “*Melavé Yom Tov*”? ¿Despedimos las grandes fiestas como Pésaj, Sucot o Shavuot?

Nuestros Sabios hablaron mucho sobre la bendición que recibe quien acompaña al Shabat en su despedida; por ejemplo el Marán Hajidá y también en el libro *Perí Etz Jaim* de Rab Jaim Vital dicen: “Aquél que cumple la *seudá* de *Melavé Malká* se salva de *Jibud hakever*, del sufrimiento de la despedida del alma a la hora de fallecer y su elevación al Mundo Venidero. Aparentemente no se entiende la conexión; ¿qué tiene que ver una cosa con otra?

La respuesta es obvia.

Explicamos al principio de este libro que cada Shabat recibimos una visita de la *neshamá yeterá*, el alma adicional que convive con nosotros para llenarnos de luz y santidad. Esta visita se retira para retornar a su morada en el Paraíso Celestial. Por lo tanto, de la misma forma que salimos a recibirla, cantando, “*Boi Kalá, Shabat Masketá*” así la despedimos con *Melavé Malká*.

En esta despedida y elevación de esta alma adicional al Cielo, procuramos eliminar obstáculos de las fuerzas negativas, por lo que en el rezo de Arvit entonamos el Salmo 91 “*Yosheb Veseter Elyón*”, que suele recitarse en los entierros, y por la noche en Keriat Shemá antes de dormir.

El factor común entre el entierro, el Shemá de antes de dormir y el sábado en la noche es que en los tres casos se acompaña al alma desde este mundo hasta el Mundo Venidero. Cada noche, antes de dormir nuestra *neshamá* se eleva para rendir cuentas ante el Creador; en el entierro se eleva nuestra alma en forma definitiva y cada *Motzaé Shabat* se eleva la *neshamá yeterá* que nos acompañó. Para que este viaje astral no tope con obstáculos puestos por las fuerzas negativas, se recita el Salmo 91, que neutraliza estas presencias, abriendo un camino de luz hacia el Cielo, como habíamos mencionado anteriormente.

Con esto entenderemos lo dicho en nombre del Marán Hajidá: “Aquél que acompaña al Shabat y a su alma adicional, para que regresen con luz y tranquilidad al Mundo Venidero, será recompensado grandemente, puesto que a la hora de entregar su alma al Creador, después de los 120 años, esta misma (la *neshamá yeterá*) vendrá para recompensarlo de la misma forma, acompañando a nuestra *neshamá* a su morada en el Paraíso”.

En otras palabras, el “*Melavé Malká*” será recompensado con un “*Melavé Neshamá*”.

Esta cuarta seudá es también conocida como la Seudá del Rey David. Esto se basa en lo relatado en el Talmud donde se narra que el Rey David pidió al Creador: “*Odieni Hashem Kitzí*”, revélame Dios mis años de vida y mi día de muerte” (Tehilím 39:5).

El Creador respondió: “Esto no lo revelo al ser humano”. Sin embargo, el rey David insistió tanto que Dios dijo: “Lo único que te diré es que será en un día Shabat” (Shabat 30a).

Esta noticia puso al Rey David en un estado de gran angustia. ¡Los nervios le estallaban cada Shabat! Al finalizar el día sagrado sin fallecer, agradecía el regalo de tener una semana más de vida. Por esto es que hacia un banquete, ¡un *Melavé Malká* principesco!

Además de ser una anécdota sobre la relación que hay entre el Rey David y el sábado por la noche, viéndolo en forma general, nos damos cuenta que Shabat representa las cuatro columnas que cada *yehudí* necesita. En cada *seudá* nos enlazamos al Patriarca relacionada con ella: Abraham, Itzjak, Yaakov y David Hamélej, quienes, según la Cabalá, forman la Carroza Celestial.

Dice el Talmud: “Dios mora sobre aquél que tiene cuatro cualidades, es decir, aquél que es sabio, fuerte, rico y humilde ” y sobre esto pregunta el Pirke Avot:

“¿Quién es el sabio?, el que aprende de todos.
 ¿Quién es el fuerte?, el que vence a sus instintos
 ¿Quién es el rico?, el que está contento con lo suyo
 ¿Quién es el humilde?, el que honra a los demás”.

Estas cuatro cualidades están simbolizadas en el carácter y personalidad de nuestros tres Patriarcas y el rey David:

Abraham Avinu, es la personificación de la humildad positiva: “yo soy polvo y ceniza”.

Itzjak Avinu, es el ejemplo perfecto de la fe y la razón dominando los instintos: extendió su cuello en la *Akedá*, sin dudas ni temblores.

Yaakov Avinu, el estudioso sentado en la carpa y en la Yeshivá de Shem y Heber, simbolizando al Sabio que aprende de todos.

El Rey David simboliza la riqueza, recordado siempre porque acumuló una gran fortuna que no usó para su beneficio sino que fue destinada para la construcción del Templo.

Estos cuatro cualidades se relacionan también con las cuatro fiestas principales del calendario judío.

Pesáj simboliza la humildad, ejemplificada por la *matzá* que es una masa que no está inflada como un orgulloso. Así como Abraham Avinu que siempre se comportó en forma modesta y humilde, a pesar de contar con grandes riquezas materiales y espirituales otorgadas por el Creador.

Rosh Hashaná que son días de Guevurá, días temibles de juicio, días de auto-control sobre nuestro instinto del mal. Se relaciona con Itzjak.

Shavuot durante fiesta en la que recibimos la Torá y su Sabiduría. Se conecta con Yaakov y su cualidad de sabiduría.

Sucot, festividad en la cual salimos de nuestra lujosa casa y moramos en una modesta cabaña en la que se nos ordena: “*Vesamajtá vejaguejá*”, te alegrarás en tu fiesta, simbolizando así la cualidad del rico que está contento con lo poco y simple que tiene, ya sea una cabaña o Sucá. De la misma manera que el rey David estaba contento con la Voluntad Divina, sin importar si era un humilde pastor o un poderoso rey.

Estas cuatro columnas están también simbolizadas en las figuras del Trono Celestial. La figura humana conocida como Adam, palabra que proviene de la tierra es símbolo de la humildad. El león símbolo de la fuerza, el águila que posee una vista aguda y sobre esto dijeron nuestros Sabios: “¿Quién es sabio? Aquel que tiene la visión del porvenir”, simboliza al sabio; y el toro que simboliza la riqueza ya que tiene alimento en abundancia en los pastizales, frescos o secos.

Esta relación entre nuestros Patriarcas y el número cuatro la podemos apreciar mejor con el siguiente cuadro.

• Abraham Avinu	Itzjak Avinu	Yaakov Avinu	David Ha Mélej
• <i>Humilde</i>	Fuerte	Sabio	Rico
• Pesáj	Rosh Hashaná	Shavuot	Sucot
• <i>Adam</i>	<i>León</i>	<i>Águila</i>	<i>Toro</i>

Con esto de nuevo simbolizamos el mensaje explicado en el capítulo anterior. Queremos tener la ayuda y la protección de nuestros cuatro Patriarcas y por medios de ellos y de los cuatro pilares que ellos representan nosotros, ser también dignos de tener la Presencia Divina por medio de ser personas humildes, estudiosas, templadas y alegres.

Estimados pasajeros, les habla el Rab. Amram Anidjar, Capitán de Shabat Airlines

Estamos realizando la aproximación final a nuestro destino, el Aeropuerto de "La Practica".

Espero que el vuelo haya sido de su agrado, gozando de todos los servicios, manjares, conceptos y enseñanzas que ofrecemos.

Intente no volar muy alto para evitar que se les tapen los oídos y tampoco volamos muy bajo, para que no perdamos "altura"

Espero que no hayan sufrido alguna turbulencia durante el vuelo; cada palabra fue dicha con el corazón.

Por favor, al abrir los compartimento del conocimiento, revisen el equipaje de nuevas ideas y con mucho cuidado traten de llevarlas a la vida cotidiana.

Fue un placer servirles

Los espero en los siguientes vuelos.

**Rab. Amram Anidjar
Capitán de Shabat Airlines**