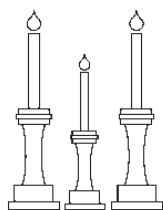


SHABAT MEBARJIM

26 de Av de 5773 - 2 de Agosto de 2013

B"H



## PARSHAT Reé

Horario para el  
encendido de las  
Velas de Shabat

Buenos Aires	17:53
Rosario	18:05
Tucumán	18:34
Bahía Blanca	18:01
Concordia	18:07
Córdoba	18:22
Salta	18:38
S. Fe	18:08
Bariloche	18:32
Mendoza	18:38

### NOVEDADES

BAJATE LA  
APLICACIÓN  
**SMARTJABAD**  
A TU CELULAR  
VISITÁ

[www.jabad.org.ar](http://www.jabad.org.ar)

Y tendrás parashá, noticias, ho-  
rario de velas, etc.  
En tu teléfono

### PIRKEI AVOT

Este Shabat  
corresponde el estudio  
del capítulo VI de  
**PIRKEI AVOT**

Editado por:

Jabad Lubavitch Argentina  
Agüero 1164 Buenos Aires  
Tel. 4963-1221

## “¡¡¡TENGO HAMBRE!!!”

Estemos a dieta o no, todos hemos tenido la sensación de estar hambrientos - no sólo cuando necesitamos comer, sino todo el tiempo. Comemos algo saludable, como una manzana -y todavía nos sentimos hambrientos. Comemos una comida sabrosa y nutritiva - y aun así seguiremos hambrientos. Comida chatarra - y estamos igual de famélicos.

En otros términos, tenemos apetito, y aunque la comida está alimentándonos, no nos sentimos satisfechos. Sentimos que no estamos consiguiendo lo que necesitamos o lo que pedimos. Esa sensación de estar siempre hambriento, de tener un vacío en el estómago, viene de un poco de descontento psicológico.

Nutricionistas y expertos de salud tienen muchas sugerencias de cómo controlar esa sensación de hambre. Aquí algunas de ellas:

**\*Dormir bastante.** La falta de sueño incrementa el funcionamiento de la hormona del apetito. A veces pensamos que tenemos hambre cuando realmente estamos cansados.

**\*No se mate de hambre.** Es como poner su cuerpo en una enorme y descontrolada montaña rusa, que puede chocar.

**\*Coma despacio.** Al cuerpo le toma tiempo descifrar todos los signos que recibe. Dé tiempo al estómago para comunicarse con el cerebro.

**\*Prefiera comidas que lo llenan.** Escoja comidas que son altas en agua y bajas en grasa.

**\*Ejercicio físico.**

Hay una analogía en nuestra vida judía, también. A veces aumentamos nuestro compromiso con los temas judaicos - empezamos a asistir a algunas clases, estudiamos Torá solos, asumimos la observancia de una Mitzvá (precepto) - y aun nos sentimos hambrientos. Nos molesta-

mos. No nos sentimos más inspirados, más religiosos, más espirituales. Sí, la nueva Mitzvá era un desafío al principio, pero ahora no lo parece. Sabemos que un alma judía necesita judaísmo - estudiar Torá, observar las mitzvot, la Plegaria. Si tenemos una dieta saludable de Judaísmo, y nos estamos nutriendo espiritualmente con el estudio de la Torá y las Mitzvot, ¿por qué nos sentimos descontentos, "espiritualmente hambrientos" por así decirlo?

Probablemente, como en el caso con la nutrición física, no estamos en sincronía.

Apliquemos pues la receta anterior:

**\*Duerma lo suficiente.** No, no se duerma durante la charla del rabino. Hay que darse un descanso, pero no del estudio de la Torá. Déle una oportunidad a su mente para absorber la lec-

ción, y a su tiempo subconsciente para asimilarlo.

**\*No se mate de hambre.** A veces tenemos borracheras espirituales - seguidas de una reducción o ninguna actividad judía seguidas por estallidos de energía, y de nuevo, nada. Es mejor ser consistente, entrar en una rutina, y lentamente aumentar la actividad judía.

**\*Coma despacio.** Disfrute la Mitzvá del momento. Es cierto, hay otras 612 mitzvot para ocuparse, pero ahora mismo, despacio, enfoque de a una por vez.

**\*Prefiera comidas que lo llenan.** Debemos estudiar y hacer todo, pero además realizar y estudiar en particular lo que más placer nos brinda. Eso generará el entusiasmo por el resto.

**\*Ejercítese.** Ponga en práctica lo que aprende. No permita que el Judaísmo sea absolutamente teórico.

Aprovechemos estos consejos ahora, que comienza el mes de Elul, de balance espiritual y toma de buenas decisiones.



**“RABI ISRAEL BAAL SHEM TOV ENSEÑÓ QUE DE CADA COSA QUE UNO VE O ESCUCHA DEBE TOMAR UNA ENSEÑANZA PARA SU SERVICIO A DI-S”**

para recibir la enseñanza por e-mail gratis: [mitvzoim@jabad.org.ar](mailto:mitvzoim@jabad.org.ar)

Llegamos a donde otros no llegan...

**www.jabad.org.ar**

al corazón de cada judío

Envíenos su pregunta a:

*mitzoim@jabad.org.ar*

¿Qué Aprendemos esta Semana de la Parshá?



de las palabras  
del Rebe de Lubavitch

## Resumen de la "Parashá" *Reé*

moshé hace saber a los hijos de israel una cantidad de leyes, civiles y sociales cuyo objeto era regular la vida de la nación en la Tierra Prometida.

en su condición de pueblo sacro, los israelitas deben evitar comer cualquier alimento no apto. moshé, en consecuencia, repasó las normas dietéticas que habían sido reveladas en el Sináí.

al final de cada séptimo año (shmitá), durante el cual la tierra debía permanecer en barbecho, "todo acreedor remitirá lo que hubiere prestado a su prójimo; no lo exigirá de su prójimo o de su hermano, por haberse pregonado la remisión del Señor".

al ampliar las leyes relativas a las festividades de Pesaj, Shavuot y Sucot, moshé enfatizó que cada israelita varón debe peregrinar tres veces al año hacia el Santuario, llevando consigo ofrendas "según su mano pudiere dar, conforme a la bendición que el Señor, tu Di-s, te haya dado".

Rabí israel Baal Shem Tov enseñó que de cada cosa que uno ve o escucha debe tomar una enseñanza para su servicio a Di-s.

## "LAS SEÑAS PARA SER "KASHER" EN LA VIDA COTIDIANA"

*"Y todo animal que tiene la planta y la pezuña partida en dos, que es rumiante, habréis de consumir" (DEVARIM 14:6)*

En nuestra Parshá, la Torá trata sobre los animales puros, ("que habréis de consumir") y los animales impuros ("que no consumiréis") y especifica las dos señas del animal puro: Ser rumiante y tener la pezuña partida<sup>1</sup>.

El concepto de comer, en términos generales, implica que el hombre toma elementos pertenecientes a los reinos mineral, vegetal y animal, los introduce dentro de sí y estos se convierten en sangre y carne de su propia carne, pasando a integrar el cuerpo humano. En realidad, este es el objetivo de todas las criaturas: elevarse y fusionarse con el nivel superior a sí mismo. El objetivo del mineral es servir al vegetal; el vegetal se eleva de nivel cuando se fusiona con el animal; y los animales alcanzan la cumbre de su perfección cuando sirven al nivel superior a ellos- el hombre.

### LO HOMBRE DEL HOMBRE

¿Cuál es el objetivo del hombre? El hombre logra su objetivo cuando se eleva y se fusiona con lo que es superior a él- el Altísimo, Creador del Universo<sup>2</sup>. Cuando el judío sirve a su Creador y es un instrumento de Él, con esto logra su perfección, y se eleva y une a la dimensión Divina superior a él. El propio término hombre - Adam- señala esto: Adam deriva de "edamé laElión"<sup>3</sup>- anhela asemejarse al Altísimo.

El propio hombre posee aspectos en los cuales es similar al mineral, al vegetal y al animal. Las necesidades materiales del hombre como comer, beber, dormir, etc., no difieren esencialmente de las de los animales<sup>4</sup>. Y de la misma manera que el objetivo de los animales es elevarse e integrarse al hombre, así también el hombre debe direccionar sus conductas corporales (que son similares a las del animal) de manera tal que sirvan y sean instrumentales para 'el hombre' que está dentro de él, y siendo más precisos, al Adam que hay en 'el hombre', es decir al aspecto Divino del hombre.

### NO UNIDIRECCIONAL

Pero para dirigir hacia lo sagrado a los componentes mineral, vegetal, y animal que hay dentro del hombre, se requieren

señas de 'kashrut'. El hombre debe revisar bien sus acciones y conductas como para saber que efectivamente éstas están en condiciones de ser ingeridas 'por el hombre' es decir, que pueden elevarse y santificarse y que no tengan características que generen el resultado opuesto, e incluso arrastren al hombre hacia abajo, a los niveles animal, vegetal, etc.

La primera seña de aptitud satisfactoria (=kashrut) es poseer la pezuña partida. La pezuña se divide en dos direcciones: hacia la derecha y hacia la izquierda. Esto significa que el accionar del hombre no puede ser unidireccional. La persona que actúa siempre sólo en una dirección, la dirección de su tendencia personal natural- aunque haga lo correcto y no contradiga ninguna normativa de la Torá, está propenso a equivocar el camino, e incluso a estar subyugado a su inclinación natural. Debe asegurarse que está en condiciones de juzgar y analizar objetivamente cada situación y estar en condiciones- cuando así lo requiere la acción correcta que indica la Torá- de actuar incluso de manera opuesta a su naturaleza y a su tendencia acostumbrada.

### REVISIÓN CONSTANTE

La segunda seña es ser 'rumiante'. Rumiar quiere decir la repetición del masticar. Es así como debe ser el enfoque del judío hacia los temas materiales: no debe realizarlos basado en una sola verificación superficial, sino debe revisar las cosas nuevamente para asegurarse que efectivamente concuerdan con el objetivo esperado- servir al Altísimo.

Más aún: tal como antes de comer, el judío debe verificar el kashrut- si el elemento es apto ritualmente para su consumo, así también debe revisar toda su estructura de vida material, para cerciorarse de que no actúa a la altura del nivel del animal, sino como un hombre, cuyas acciones todas están direccionadas a elevarse al nivel superior a él- a la santidad Divina.

(LIKUTEI SIJOT TOMO 2 PÁG. 375)

NOTAS: 1.Devarim 14:4, 6,7 2.Likutei Torá Vaikrá 2:2 3.Shaló, jelek Torá Shebijtav 4.Jaguigá 16, a

# HIGHLIGHTS DE LA SEMANA

\* *Este Shabat, 27 de Menajem Av (3/8)* es Shabat Mebarjim (se bendice el mes de Elul). Se acostumbra a recitar todo el libro de Tehilim (Salmos).

\* *El 28 de Menajem Av* Moshé Rabeinu descendió por 2<sup>da</sup> vez del Monte Sinaí (Rashbam).

\* *El 29 de Menajem Av* Moshé preparó las piedras para las segundas Tablas antes de su 3<sup>er</sup> ascenso al Monte Sinaí.

\* *Los días 6/8 y 7/8* es Rosh Jodesh Elul.

## El Rincón de la Halajá (Ley Judía)

*\* Por Rav Iosef Feigelstock*

### "EL MES DE ELUL"

Es costumbre que en el mes de Elul, tanto cuando escribimos una carta, o un e-mail, como cuando hablamos con nuestro prójimo, incluyamos un deseo de año bueno y dulce para nuestro compañero. Uno de los motivos de esta conducta es como lo explicara Rabi israel Baal Shem Tov -fundador del movimiento jasídico: cuando un judío le desea el mal a otro, está haciendo recaer este mal sobre sí mismo. mientras que si uno le desea el bien, está haciendo recaer un bien sobre sí mismo también. Por ello, cuando le deseamos a nuestro prójimo un buen año, estamos generando para nosotros mismos piedad y bendición.

En este mes, debemos prepararnos con arrepentimiento para la llegada de los días de Rosh hashaná y iom Kipur, en donde seremos juzgados y sellados para el futuro de nuestro año entrante.

El Tzemaj Tzedek- 3<sup>er</sup> Rebe de Jabad- recibió del Alter Rebe, quien a su vez recibió del maguid, lo

que el Baal Shem Tov le transmitiera: a partir del 2<sup>do</sup> día de Rosh Jodesh Elul hasta iom Kipur se deben recitar cada día 3 capítulos de Tehilim y en iom Kipur 36. Quien no comenzó el segundo día de Rosh Jodesh, que comience en el día en que se encuentra y que complete lo omitido. (haiom iom)

Empezando con los Salmos 1, 2 y 3 el día 1 de Elul (domingo 7/8/13).

Desde este día comenzamos a tocar el Shofar luego de la plegaria de Shajarit, todo el mes, a excepción de Shabat y víspera de Rosh hashaná 29 de Elul (miércoles 4/9/13).

Es importante empezar con el estudio de las leyes y costumbres de Rosh hashaná, Iom Kipur y Sucot.

Aquí en Argentina, ya que es difícil conseguir las cuatro especies para Sucot y los importadores los traen sólo por pedido, conviene ir reservando con anticipación.

### PEQUEÑAS MEDITACIONES

\* Un toro recién nacido es un toro, y un toro maduro también lo es, habiendo cambiado esencialmente su tamaño y fuerza solamente. El ser humano debe ser diferente. (RABÍ PINJAS DE KORITZ)

\* Un líder jasídico dijo luego de visitar Eretz Israel: *"Vi allí camellos. Era obvio de que cada uno de ellos podía observar la joroba en el camello de adelante, pero nunca podía ver la suya..."*

\* *"Una persona sabia dijo: Quien se apoya únicamente en su inteligencia es propenso al error. Quien confía sólo en su juicio es apto a fallar. Y quien se considera superior a los demás seguramente se degradará delante de otros"*

\* *"La redención mesiánica está estrechamente vinculada con el nombre del profeta Eliahu. El es considerado el introductor del Mashíaj, el heraldo que proclama la paz, el heraldo del bien que proclama la salvación, quien dice a Sión tu Di-s se erigió como Rey" (ISAÍAS 52:7)*

El exilio, en realidad, no nos separa de Di-s. Por el contrario, la Presencia Divina también está en el exilio. Nuestro "Padre" está en el exilio junto con nosotros. Por otra parte, el hecho de que estamos en el destierro es una revelación de la voluntad de Di-s. Además, la razón por la que estamos en el galut es elevarnos a un nivel aún más alto que antes. Es un descenso con el propósito de ascenso. Por lo tanto, el exilio no es un fin en sí mismo, sino sólo un medio para enaltecer a los judíos un peldaño más alto que antes.

(EL REBE DE LUBAVITCH,  
20 DE AV, 1985)

**JABAD.TV**  
TELEVISION JUDIA ON LINE

Una Ventana virtual  
hacia un judaísmo Vivencial

[www.jabad.tv](http://www.jabad.tv)

14 canales  
sólo con un click

**Kehot.**  
books & judaica

El local de judaica  
más importante del país.

Cabrera 3102, Buenos Aires, Argentina  
(54 11) 4964-0060 • [info@kehot.com.ar](mailto:info@kehot.com.ar)

[www.Kehot.com.ar](http://www.Kehot.com.ar)

VIAJA A New York ?

**Remisero דניאל**

**SU PERSONA DE CONFIANZA**

Traslados desde y hacia aeropuertos, paseos de compras, minturismo y mucho mas!

Oferta Especial: Aeropuerto - espera en el Ohel traslado a Hotel en Manhattan u\$s125

**DANIEL: 01 (917) 971-3829 USA**  
[remizdaniel@yahoo.com](mailto:remizdaniel@yahoo.com)

COMUNIQUESE CON ANTICIPACIÓN

**Hasofrim**

Exclusividad en plata 925

Encuentre la mejor  
variedad en judaica  
al mejor precio

Arte cuadros - Arte en objetos  
Joyería  
Judaica  
Libros  
Piedras de Israel

Paso 757 - Tel: 4964-5562  
[info@hasofrim.com.ar](mailto:info@hasofrim.com.ar)  
[www.hasofrim.com.ar](http://www.hasofrim.com.ar)

Compra Online

Libros judaicos en español

Editorial Bnei Sholem

EDITORIAL BNEI SOLEM  
"El símbolo de un buen libro judío"

Anchorena 762 Telefax 4962-9831  
[www.bneisholem.com.ar](http://www.bneisholem.com.ar)

**INDIBO**  
ESTUDIO JURIDICO PREVISIONAL

REAJUSTES  
JUBILACIONES

Trámites rechazados y pensiones

BILLINGHURST 445 7°C  
4864-9382 / 4863-9928  
ASESORESE

No portar en Shabat fuera de la sinagoga.  
Este folleto contiene citas sagradas,  
trátelo con el debido respeto.

## LA ENSEÑANZA SEMANAL

Director General: Rabino Tzví Grunblatt  
Editores Responsables: Sofer Moshé Dahan  
Prof. Miriam Kapeluschnik

### ¿POR QUÉ LA SHEJITÁ ES IMPORTANTE?

El pueblo Judío hoy, enfrenta varios conflictos. Uno es la Shejitá, ritual del faenado de animales, para que los judíos puedan comer carne. Hay grupos que desean prohibirlo, o imponen leyes gubernamentales que impiden que sea realizado efectivamente.

¿Por qué es importante proteger nuestro derecho a realizar Shejitá?

En términos prácticos, la Shejitá es menos dolorosa para el animal. El cuchillo especial de Shejitá es una navaja afilada: si le corta el dedo de una persona, no lo siente. El acto de Shejitá, generalmente corta la arteria carótida, causando una inmediata cesación de sangre que llega al corazón. Este es un efectivo e indoloro procedimiento.

La cuestión real, sin embargo, es la espiritual. La Torá le ordena al judío que use este método para comer carne.

La Torá no considera el consumo de carne como algo que se da por sentado. Antes de Noaj, los seres humanos no podían comer carne. Luego, en una ley dada por Di-s a Noaj- después del diluvio- les fue permitido comerla solamente si el animal era matado antes. Generalmente entendemos esta ley, que se aplica a toda la humanidad, ya que evita la crueldad sin sentido, hacia los animales.

Para el judío, por supuesto, hay más restricciones. Debido a que tenemos una misión especial en el mundo, se nos aplican reglas adicionales. Sólo se pueden comer ciertos animales:

Los animales Kosher. Las reglas para animales kosher, aves y peces están dadas en la Torá. Si el animal no es sano, está prohibido.

La palabra "treif" (usada para no kosher), literalmente significa "desgarrado": Un animal que ha sido desgarrado internamente y está enfermo, no debe ser consumido por un judío. La Torá también nos dice que sangre tampoco debe ingerirse, y que carne y leche deben mantenerse separados.

Hay más. Para el Pueblo Judío en el tiempo de Moisés, la carne sólo se podía comer cuando era parte del sacrificio traído al Santuario. En un sentido, la carne era considerada Sagrada. Luego, poco tiempo antes de entrar a la Tierra de Israel, se les permitió comer carne, pero solamente si la faenaban de una forma especial. Este método se le fue revelado a Moisés en Sinai. Era el modo utilizado en el Santuario y Templo, y es el que se sigue usando hoy en día.

Todos los alimentos, incluyendo plantas y animales, tienen dentro de ellos una fuerza vital. La enseñanzas Jásídicas nos enseñan que cuando un Judío come alimentos permitidos, y sirve a Di-s con esa energía, cierra un círculo trascendental espiritual completo, ayudando a perfeccionar el universo. Esa es nuestra misión global. Las leyes detalladas y la práctica de la Shejitá nos ayudan a poder realizarlo, para el beneficio de toda la humanidad.

\* Por: Tali Loewenthal

EVENTOS 1199 KOSHER

**PIZZA PARTY**

Eventos - Pizza Party  
Barra de Tragos - Licuados

Supervisado por el Gran Rabino I. Chehebar

Tel.: 4962-5225 - Cel.:15-4177-2927  
Agüero 1199 Delivery [www.eventoskosher.com](http://www.eventoskosher.com)

**WorldTex**  
de Tikatex S.A.

PASO 525  
TEL.: 4961-7311 (LINEAS ROTATIVAS)  
[www.worldtex.com.ar](http://www.worldtex.com.ar)

**TALITAV**

Art. Religiosos en general  
ATENCION PERSONALIZADA  
San Luis 2427 Tel.: 4963-8044  
Tel/Fax.: 4963-8513  
[info@talitav.com](mailto:info@talitav.com)  
[www.talitav.com](http://www.talitav.com)

**TATEKOSHER**

Gran variedad de productos Kosher nacionales e importados.  
Agüero 1150. Pegadito al JABAD

**Central. Delivery s/cargo.4963-5365**