



Pesaj fiesta de la libertad que conmemora el éxodo judío de Egipto

Pesaj considerado como el nacimiento del pueblo judío

e avecina la festividad de Pesaj. Estos días marcan una de las gestas más importantes en la historia de la humanidad: la aparición del pueblo judío, como elemento histórico revolucionario. Pero para llegar a ello, nuestros antepasados tuvieron que conseguir la libertad, con la salida de Egipto y con todas las vicisitudes y limitaciones que esto conlleva.

Al festejar nuestra libertad, nos encontramos recordando de donde vinimos, quienes somos y cuál es el objeto de esta libertad.

El pueblo de Israel tiene la obligación, por heredad, de cuidar y atender al prójimo, sobre todo aquel que está en desgracia: Es menester, tener empatía con los menos desfavorecidos.

Es nuestra tarea contar la historia, unir el pasado con el futuro. Relatar la historia evoca a la memoria, al optimismo y a la fé.

Nos enseña que con la ayuda del Todopoderoso ninguna dificultad es insuperable. El optimismo se basa también en la fe en nosotros mismos y en nuestra capacidad para cambiar al mundo.

Pesaj nos muestra también que la forma de perfeccionar al mundo es comenzando por la unión familiar.

Dentro de la simbología de la festividad, *Pesaj* es lo que hizo D-os por nosotros, *matzá* lo que hicimos nosotros, *am Israel*, para merecer nuestra libertad, y *maror* es lo que hicieron los egipcios.

La Torá nos enseña a canalizar positivamente la memoria del dolor y la opresión que nuestros antepasados sufrieron en Egipto. ¿Cómo? Preocupándonos y ocupándonos de quienes tienen menos, y recordando que no debemos oprimir al débil. Cabe mencionar que, mientras mucha gente que pasa penurias piensa en la venganza, nosotros enseñamos a nuestros hijos a preservar la memoria de nuestra aflicción, y canalizarla haciendo todo lo posible para evitar que otros sufran como nosotros. Asimismo los cambios socioculturales por los que pasaron los yehudim suelen llevar muchos años, como es el sacrificio de la oveja ó carnero exponer su sangre

en las puertas de los israelitas, asarlo y comerlo. Pero en este caso les tomó pocas horas. Basta recordar que los egipcios adoraban a muchos animales y ellos estaban acostumbrados a ver estos hábitos.

En los días de Pesaj recordamos el paso de la esclavitud a la libertad.

Hagadá quiere decir narración, y es un escrito que nos guía en un orden (seder) para llevar a cabo la maravillosa cena familiar de convivencia. Por lo tanto la festividad tiene enseñanza e historia, relatada en el Pentateuco escrita en el libro de Éxodo, el segundo libro de la Biblia en la Perashá, Shemot.

Contar la historia une al pasado con el futuro; evoca la memoria, el optimismo y la fé. Nos enseña que ninguna dificultad es insuperable.

La historia de Pesaj ha traído consigo la moral del Occidente.

La libertad no es hacer lo que se quiere, sino lo que se debe, para bien de la sociedad.

En Pesaj cantamos *Avadim hayinu atá benei jorin* (fuimos esclavos, ahora somos libres).

Pesaj este año inicia el sábado 27 de marzo (primer seder, ó víspera) hasta el domingo 4 de

Por otro lado el **Omer** es el cómputo de los 49 días ó siete semanas entre Pesaj y Shavuot. La cuenta del Omer se comienza a llevar a partir de la segunda noche de Pesaj hasta Shavuot.

En otro orden de las cosas, estamos cumpliendo un año de la pandemia, y aquí caben todo tipo de reflexiones.

Lo indudable es que cada uno ha vivido experiencias diferentes, muchos han sufrido la pérdida de seres queridos, la soledad, la enfermedad en sí, con sus secuelas. Lo que es innegable es la resiliencia de muchos y el estar conscientes de que la vida nos ha cambiado a partir del 2020. Ya nada es igual, pero se vislumbra una esperanza con las tan ansiadas vacunas y los medicamentos contra el temido covid, que al parecer proyectando una luz en el horizonte.

Al respecto, Israel ya se está despertando del confinamiento, abriendo con prudencia muchas actividades públicas. Al parecer, el "pasaporte verde" es la llave de acceso seguro de sus ciudadanos. Asimismo el plan de la reapertura económica parece haberse iniciado poco a poco exitosamente.

En otro tema, que más bien es político y conlleva cuestiones de derechos humanos es el caso presentado por el tribunal de la Haya, que fue constituido a fin de evitar la repetición de las atrocidades perpetradas por los nazis contra el pueblo judío durante el Holocausto.

Increíblemente, ahora se posiciona contra el Estado de Israel para abrir una investigación a través de su fiscalía, concerniente a crímenes de guerra cometidos en Palestina a partir de 2014 que implica a Israel y a las milicias de la franja de Gaza, encabezados por la organización terrorista Hamas. Israel rechaza por supuesto, la jurisdicción de los jueces de la Haya, quienes en principio no están actuando con la imparcialidad, objetividad y sí con favoritismo. El gobierno israelí impugna la jurisdicción al considerar que Palestina no es un Estado internacionalmente reconocido, que está en manos de terroristas asesinos. "Esto es prueba de que dicha investigación es moralmente fallida y legalmente defectuosa" expresó Gabi Askenazi, Ministro de Relaciones Exteriores de Israel". Añadió que "Israel es un país democrático con un sistema jurídico independiente y eficaz, y no es miembro de la Corte. Por lo tanto la decisión de la Fiscalía solamente conseguirá polarizar aún más a israelíes y palestinos, alejándolos del diálogo necesario para resolver el conflicto entre ellos". Esta política convierte a la Corte en una herramienta en manos de elementos extremistas, a la vez que envalentona a las organizaciones terroristas y a los grupos antisemitas. Esperemos esto se arregle pronto.

Por lo pronto, deseamos a nuestros queridos lectores y a todo el pueblo de Israel, que este Pesaj disfrutemos de un encuentro con nuestros seres queridos, alrededor de una cena familiar, en la que contaremos nuestra historia, consolidando así nuestra identidad y trazando nuestro futuro.

iPesaj Kasher ve Sameaj!

Y como siempre, el lector tiene la última palabra...

1	E	Encendido de velas					Per	rashiot	Et	Efemérides		
Ī	19	Viernes	18:47	29	Lunes	18:50	20	Vayikrá		18	Expropiación Petrolera	
	20	Sábado	18:48	30	Martes	18:50	27	Tzav	2	21	Natalicio de Benito Juárez	
	26	Viernes	18:49	31	Miércole	s 18:50			2	27	Pésaj víspera	
	27	Sábado	18:49						2	28-3	Pésaj	
	28	Domingo	18:50									

EDITORA Y DIRECTORA

LIC. ROSALYNDA PEREZ DE COHEN

CONSEJO CONSULTIVO: DR. BERNARDO TANUR Y DR. JAIME LAVENTMAN

CORRESPONSALES EN ISRAEL Y MEDIO ORIENTE: YERAJIMIEL BARYLKA, AARON GULMAN Y GUSTAVO PEREDNIK

DIRECCIÓN DE SISTEMAS: CASTLE SYSTEMS MÉXICO, S.A. DE C.V.

KESHER (Enlace – Órgano Independiente de Información Judeo - Mexicana) Es una publicación quincenal con un tiraje de 10,000 ejemplares de GRUPO EDITORIAL KESHER, S.A. DE C.V. con domicilio en Av. Alpes #215, Col. Lomas de Chapultepec, C.P. 11000 México D.F. Internet http://www.kesher.mx / Teléfonos: 55 5203-0446 Fax: 55 5203-9084

Miembro activo de la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana No. 2211. Certificado de Licitud de Titulo No. 13707 y de Licitud de Contenido No. 11280 expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas con fecha 29 de abril de 1992. KESHER es una publicación impresa México en los talleres de Kesher, en selección de color y en alta resolución. Se permite la reproducción parcial, mencionando la fuente.

LOS ARTÍCULOS FIRMADOS ASÍ COMO EL CONTENIDO DE LOS ANUNCIOS E INSERCIONES SON DE EXCLUSIVA RESPONSABILIDAD DE QUIEN LOS ENVÍA Y NO REPRESENTAN NECESARIAMENTE LA OPINIÓN DE KESHER. La dirección de este periódico no avala la calidad o la Kashrut de los productos anunciados como tales. Se distribuye gratuitamente en los diversos sectores de la Comunidad Israelita de la República Mexicana, así como en el extranjero.

N de la R: Queremos recordarles a nuestros queridos lectores que la opinión de nuestros destacados colaboradores no necesariamente es compartida con la ideología de nuestro periódico.

Una imagen, un recuerdo Visiones del infierno

Jaime Laventman

l único infierno del que todos estamos seguros, es aquel que tenemos en nuestros propios vecindarios. El que se encuentra a unas cuadras de distancia, donde se escuchan voces airadas y uno que otro insulto; el que se lleva a cabo en los campos de batalla de todo el mundo, bajo pretextos inútiles, que intentan solucionar aquello, que solo puede ser corregido con la palabra y no con las armas. Infiernos, en las favelas que abundan en las grandes ciudades; en los orfanatos y en los hospitales psiquiátricos; en las cárceles, donde independientemente de purgar una condena, se ven expuestos a todo tipo de torturas y malos manejos. Los que el propio hombre ha ido forjando tras de la historia, y que conocemos como la inquisición, los pogroms, el holocausto, o los campos de detención para aquellos que intentan de alguna manera encontrar una nueva vida. Infierno, no es el que Dante imaginó en su fantasía, sino el que el hombre vive a diario en su lucha por sobrevivir.

En agosto de 1944, Félix y su mujer Felka, llegaron a su destino final, en uno de los últimos transportes provenientes de Europa, con destino en Auschwitz. Es posible, que, si no hubieran sido deportados en ese o los siguientes días, hubieran logrado sobrevivir. Sin embargo, el destino no quiso que así fuera y ambos, al descender del largo viaje, bajo condiciones infrahumanas, fueron en la semana, llevados a las duchas, en donde en vez del agua reconfortante, los esperaba el gas mortífero, que terminó con más de seis millones de víctimas, inocentes, sin haber cometido jamás, crimen alguno. Bueno, con la triste excepción de ser judíos.

Ambos, menores de 40 años de edad, con un futuro promisorio, se convirtieron en cenizas y al integrarse a la tierra, volverán algún día a renacer. Sus últimos años, habían sido una lucha por no ser hallados; huyendo por varios países de Europa, escondiéndose en los rincones más insalubres, e incluso pasando penurias en otros campos de detención. Se han de haber preguntado una y mil veces, el por qué de esa situación, y no creo, que hayan encontrado la respuesta. La razón: no hay respuesta a una interrogante cómo esa, excepto, reforzando la conocida maldad que el ser humano puede llegar a manifestar.

A través de los años, de los siglos y milenios, el hombre ha mostrado una faceta inquebrantable. Su sentido de discriminación hacia todo aquello, que no se asemeja a su persona, ya sea en el aspecto físico o religioso, o de cualquier otra índole. La piel oscura, los convirtió en esclavos; la piel amarilla, los separó de toda sociedad que no estuviera en China; la piel roja los exterminó, les quitó sus tierras y jamás los asimiló a la cultura o

al país, qué, era de ellos y no de los invasores.

No somos, y no seremos, el ejemplo a seguir en la evolución del planeta tierra. No solo atentamos

contra nuestros semejantes, sino contra todo ser viviente sobre la superficie. Y por si no fuera poco, mostramos una franca agresión contra la naturaleza misma, y en sus secretos, contiene el de la vida misma, que no ha sido asimilado por el hombre.

Hemos inventado guerras, torturas, prisiones y diversas maneras de terminar con los llamados criminales. Los gobernantes, disponen el destino de su pueblo, inventando guerras y lanzando a su juventud a una muerte inútil e innecesaria. No niego, que en todo ser humano, debe de haber un lado bondadoso. Pero cuando se presenta la otra faceta, la que es negativa en todas sus acciones, el hombre deja de ser un homo sapiens y se convierte en el peor depredador sobre el universo.

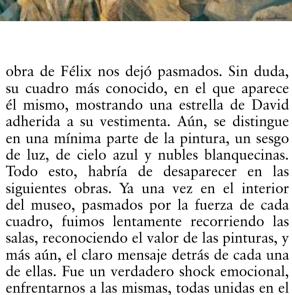
Felix, era un pintor reconocido. Muy joven aún, había desarrollado su propio estilo y sus primeras pinturas, destilaban amor, paz y originalidad. Sin embargo, su vida sobre todo los últimos 10 años, cambió por completo su manera de expresarse a través del pincel, el acrílico o el óleo. Internado en campos de detención, huyendo cada uno de esos días; escondiéndose con el miedo de ser capturado y deportado, hasta que finalmente son él y su mujer capturados y enviados a Auschwitz.

La alegría que destilaban sus pinturas, desaparece. Las caras sonrientes se transforman en tristeza, desesperanza y temor. Se ve rodeado de cadáveres las 24 horas de cada día, y los cuerpos enflaquecidos de sus modelos, reflejan las penurias que los mismos sufrieran a la par de ellos, durante ese tiempo.

Nacido en Alemania, en la ciudad de Osnabrück, llegó en algún momento a exponer sus obras más tempranas sin ser calificado de artista decadente, como lo fueran todos los judíos después del ascenso al poder de los nacionalsocialistas.

Felka, su mujer, era a su vez una buena pintora, que sin embargo poco sabemos de la misma, ya que sus obras se perdieron en la desesperación del tiempo. Félix, de apellido Nussbaum, es cierto que tuvo enorme influencia en sus obras de Van Gogh, de Rousseau y de algunos otros. Aún así, quien haya visto uno de sus cuadros, podrá rápidamente reconocer su estilo, al ver los demás.

Hace muchísimos años, el Museo Judío de la ciudad de Nueva York, presentó de manera exclusiva, una exposición con las mejores pinturas de Félix. Recuerdo, junto con mi mujer, que, al entrar al propio museo, el anuncio de la



Son, verdaderas visiones del infierno. No uno subterráneo, o extra planetario. El infierno que se vivió en la tierra, provocado por el propio ser humano, abusando de otros que, por igual, supuestamente deberían de gozar de los mismos derechos. Nada más falso, que semejante aseveración. Y no solamente en aquellos años de la guerra, sino a través de los milenios que la historia nos ha dejado.

espacio y en el tiempo, sin darle descanso al

cuerpo o al alma. Muy fuerte la impresión; a

la fecha, no ha desaparecido por completo.

Desde pequeños, tememos a los fantasmas, a las brujas y duendes, a los payasos de sonrisa cruenta. Cuando en verdad, a quien debemos de temer es al hombre mismo, capaz de mayores males que ningún otro animal sobre la tierra.

Han pasado más de 75 años desde la muerte de ambos. La ciudad natal del mismo, logró adquirir varias de las obras ya mencionadas, y han inaugurado un museo, que honra la memoria de Félix, y establece que el perdón, mas no el olvido, son propios de gente con sentimientos.

He vuelto en incontables ocasiones al museo. He visto otras exposiciones y obras. Ninguna hasta la fecha, nos ha cimbrado, como aquella de Nussbaum. Sus visiones, son cuadros que se exponen en nuestro recuerdo, bajo la melodía judía del Kaddish. La esperanza - que siempre la hay - es que el mundo, el hombre en particular, hayan aprendido algo de sus errores históricos. No lo creo. Los ejemplos abundan y desgraciadamente, seguirán vigentes aún, por varias generaciones, si no es que antes, el hombre se encargue de borrar del mapa todo vestigio de su existencia en el universo. Y eso, desgraciadamente no es una visión. Ojalá nunca se convierta en una profecía.



PERASHAT



BS"D

Resumen de la Perashat PIKUDEI

Enrique Medresh

esumen de la Perashá: La Perashá inicia con la auditoría realizada por Moshé de los materiales donados por los Hijos de Israel para ser usados en la construcción del Mishkán (Tabernáculo) y de sus utensilios. De tal modo que esta sección ofrece una cuenta exacta sobre las cantidades de oro, plata y cobre respectivamente.

Posteriormente, se describe la eficiente confección por parte de Betzalel, Oholiav y sus asistentes de las Vestimentas de los Sacerdotes, las cuales ya antes habían sido ordenadas y descritas detalladamente en Parshat Tetzavé. Estas son las ocho prendas usadas por el Sumo Sacerdote (kohén gadol), cuatro exclusivas de él, y cuatro que comparte con los Sacerdotes Ordinarios. 1) el *Efod*: Delantal invertido de lana teñida que cubre la espalda, fabricado en colores varios incluyendo hilos de oro y lino, con correas que contienen incrustaciones de piedras preciosas; 2) el Joshen Mishpat ("Coraza del Juicio"): Pectoral que se asegura al *Efod* por medio de correas y que tiene montadas e incrustadas doce piedras preciosas en cuatro hileras con tres piedras en cada hilera. Artesanos deben grabar los nombres de las Doce Tribus de Israel sobre estas doce piedras. Esta coraza de tela contiene un pliegue donde el Urim v'Tumim, un pergamino con el nombre de Di-s, es insertado; 3) el Me'il: Túnica de lana azul, adornada con campanitas de oro y granadas u orlas de tela ribeteadas en su borde inferior; 4) el *Tzitz*: banda dorada usada sobre la frente, con una inscripción grabada con las palabras Kodesh L'Hashem ("Santificado para Di-s"). Posteriormente se describen las cuatro prendas comunes a ambos tipos de

Sacerdotes: 1) *El Ketonet*: Túnica larga de lino; 2) Los *Mijnasaim*: Pantalones de lino; 3) El *Mitznefet o Migba'at*: Turbante de lino; 4) El *Avnet*: Cinturón largo tipo faja que va alrededor de la cadera.

Los artesanos que participan en las labores del *Mishkán* traen los objetos ya terminados a Moshé. El inspecciona todo, verificando que haya sido manufacturado exactamente de acuerdo a las especificaciones de Di-s, y bendice a los trabajadores.

Ahora, Di-s manda a Moshé levantar el Tabernáculo el día Primero de Nissan, para posteriormente colocar todos los utensilios en sus lugares designados, ungiéndolos con el aceite aromático y, por medio de esta tarea santificándolos. Moshé también debe vestir con sus respectivas vestimentas sacerdotales a su hermano Aharón y a sus cuatro sobrinos, a quien también debe ungir en lo que se conoce como la "ceremonia de iniciación". El texto certifica que Moshé cumple con todas las órdenes divinas de manera fiel

Al completar Moshé la colocación de los utensilios, la denominada "Nube de Gloria", señala que la Presencia Divina Ha Llegado a morar dentro del *Mishkán*, cuando llena todo el espacio del Templo. Por cierto, esta misma nube también sirvió como la guía de los Hijos de Israel durante su travesía de cuarenta años en el desierto, de modo que cuando la nube se alzaba del Santuario, el pueblo debía empacar todo y viajar siguiendo la nube, hasta el momento en que ésta bajaba a reposar, que es cuando se volvía a levantar el campamento, hasta que la nube volviera a elevarse nuevamente.

CODA: La Torá se divide en 54 Parshiot, correspondiendo al número máximo de posibilidades de lectura de la Perashá en el transcurso de un año (incluyendo Simjat Torá, cuando se lee la Perashá final). Pero muchas veces el año solo ofrece 47 oportunidades para leer las 54 parshiot, debido a que: a) el año lunar judío puede tener doce o trece meses, y b) la lectura cuando Shabat cae en alguna festividad es sustituida por la lectura específica de dicha festividad. Esto resulta en la unión de dos parshiot. Sin embargo, la elección de cuales dos secciones deben ser unidas, tal como sucede ocasionalmente con Vayakhel/Pikudei no es arbitraria, porque en este caso son parshiot complementarias. Pikudei, después de ofrecer un preciso recuento del uso de los metales preciosos, completa la historia de la construcción del Mishkán y describe la elaboración de las vestimentas sacerdotales y el ensamblaje definitivo del Mishkán. Así, la Perashá (y el libro entero de Shemot) concluye con una sublime visión de la Presencia de Di-s (Shejiná) dentro de un nuevo pueblo a lo largo de su travesía por el desierto: "... Y Moshé concluyó la labor. Y la nube cubrió el Ohel Moed y la presencia de Di-s llenó el Mishkán... Sobre el Mishkán una nube de Di-s reposaba de día, y fuego había en ella de noche, a la vista de toda la Casa de Israel a lo largo de todos sus viajes" (40:33-38), así vindicando los esfuerzos de los muchos hombres y mujeres que ofrecieron su habilidad y posesiones con el fin de erigir un lugar para la Shejiná. De esta manera se puede demostrar la coherencia del recuento inicial de Pikudei y su dramático final, un vínculo que ilumina la naturaleza fundamental de la

IMSS y Hadassah comparten experiencias sobre manejo de la pandemia por Covid-19

Con el objetivo de compartir experiencias y prácticas, en días pasados, médicos y patronos del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) se reunieron de forma virtual con el Director de la Unidad de Cuidados Intensivos por Covid -19 del Hospital Hadassah de Jerusalem, Israel, Dr. Dror Mevorach.

En este contexto, el Dr. Mevorach - especialista en reumatología inmunológica y enfermedades autoinmunes, artritis reumatoide, lupus, vasculitis, enfermedad de Behçet y síndrome apla - habló sobre la experiencia israelí en el manejo de la pandemia, mientras que los representantes del IMSS, compartieron la suya.

Actualmente el Dr. Mevorach es también Director del Centro de Investigación de Medicina Interna B y Reumatología así como del Comité de Docencia Clínica de Hadassah. Durante su carrera ha recibido múltiples becas de investigación y premios de excelencia.

En el evento también participaron representantes del Comité Central de la Comunidad Judía de México y de Hadassah México.

*Tribuna Israelita

La Biblioteca Nacional de Israel recibe antigua Meguilá de Esther, sefaradí

En vísperas de la festividad de Purim - que este año se celebró el 26 de febrero - la Biblioteca Nacional de Israel informó sobre la recepción de una Meguilá de Esther (Rollo de Esther) española fechada antes de la expulsión de los judíos en el siglo XV, misma que fue añadida a su colección de antiguos textos bíblicos.

A través de un comunicado, explicó que se trata de un pergamino que se asemeja a la de un rollo de la Torá con la Meguilá - que narra en hebreo como la joven Esther intervino para salvar al pueblo judío de un exterminio del Imperio Persa y es parte de la tradicional lectura que caracteriza la festividad – escrito sobre cuero con tinta marrón con la característica escritura sefardí.

Agregó que a partir del estudio de sus característica estilísticas y de evidencias científicas, incluida la datación por carbono 14, los expertos determinaron que el rollo - donado por Michael Jesselson y familia - fue elaborado por un escriba en la Península Ibérica alrededor del año 1,465.

Por último, destacó que se trata de una adhesión muy importante ya que son muy pocos los rollos de Esther del periodo medieval que existen en general y más aún los de España y Portugal que anteriores a la expulsión.

*Tribuna Israelita

RECORDAR LA CALIDAD MEDICA EN EL CENTRO MEDICO ABC

Bernardo Tanur

a gran interrogante de una inmensa cantidad de derecho habientes o inclusive de pacientes que pueden utilizar los centros hospitalarios privados, y de acuerdo a la explosión demográfica en ambos terrenos es conseguir una mejor atención médica.

Por lo anterior, me permito informar al público que de acuerdo a nuestra experiencia con el trato al paciente, un ejemplo podría ser disminuir en alguna proporción los malos tratos del médico al paciente o viceversa.

En el año 2000, iniciamos un sistema que consiste en atender y conversar con los pacientes de nuestra institución, que por una razón u otra reportan insatisfacciones o desviaciones de la atención médica y paramédica durante su estancia hospitalaria, o en cualquier otra circunstancia que involucre la atención incorrecta por parte del personal que labora en el centro hospitalario o por el mismo médico.



El inicio de la Dirección de Calidad Médica fue en 2005. En la actualidad se solicita llenar un formulario de quejas (documento oficial solicitado por Calidad Médica, en el que el paciente manifiesta su queja, generándose un número de registro del caso, suceso o problema dado a conocer por el paciente, familiar o ambos, mediante un formulario para el seguimiento correspondiente), que relata el motivo de sus reclamos.

Se han cumplido 18 años de este ejercicio hospitalario, y hasta la fecha se han atendido más de 3,000 casos.

En 2014, al hacer el análisis, examínamos que en un 38% de los casos, el principal problema es la falta de comunicación entre el médico, y el paciente o sus familiares, sobre todo en la explicación previa a la atención



médica ofrecida. Sólo en un mínimo de circunstancias han existido casos clasificados como negligencia, impericia, ignorancia, exceso, defecto, omisión y error y, de acuerdo con esta puntualización, se llega a recomendar la amonestación correspondiente.

Informamos que no dejan de existir ocasiones en que un médico realice gestos, explicaciones inadecuadas o inclusive acusaciones efectuadas contra otro médico.

Consideramos que el trabajo de Calidad Médica es elemental dentro de los procesos del Centro Hospitalario, y es necesario que se perpetúe, pues ha evitado problemas graves a nuestra institución y su personal. La finalidad del Departamento de Calidad Médica es mejorar la calidad de la atención; y un medio para ello es la opinión de nuestros pacientes, misma que es de suma importancia para nosotros. Por esta razón, para la adecuada atención y seguimiento del problema, informamos a los usuarios que toda la documentación que se nos proporcione respecto a alguna anomalía del personal médico de este centro hospitalario nos ayudará a tratar de corregirlo, tomando las acciones necesarias para que no vuelva a suceder. Intervenimos como vía de comunicación entre el paciente y el médico(s) del hospital involucrado(s), como apoyo a la solución del problema que originó la queja médica.













OPINION





La Pandemia y el Home Office

León Opalín*

n la última década diferentes empresas, con un carácter innovador iniciaron un proceso para incrementar la eficiencia laboral de sus niveles medios y altos, principalmente, y a la vez que pudieran disponer de más tiempo para la vida familiar y, en general, para la convivencia social, utilizando las modernas tecnologías de la información, las denominadas TIC, con la aparición de las conexiones de banda ancha. Así surgió el Home Office o Teletrabajo.

Una encuesta realizada por la empresa Gallup en 2018, de entre 150,000 empleados de EUA se reveló que el 43.0% trabajaba, parte de la jornada semanal a través de este mecanismo, el 52.0% eran mujeres. El sueldo que percibían tanto hombres como mujeres era de 4,000 dólares de diferencia a su favor en relación del sueldo de quienes trabajaban en oficinas. Las empresas registraban un ahorro medio de 11,000 dólares por empleado, cuando trabajaba el 50.0% del tiempo desde su casa; el 87.0% de los empleados se sentían comprometidos con su empresa y el 68.0% de los millennials elegiría una empresa que ofreciera la posibilidad de trabajar remotamente.

La aparición de la pandemia del Covid-19 precipitó a que las empresas que utilizaban el Home Office lo



ampliaran, tanto que y las que no lo habían implementado se estban adaptando a este sistema laboral en tiempos récord, para no poner en riesgo sus actividades productivas e incluso su existencia.

Las herramientas del Home Office están permitiendo de manera sencilla y a precios razonables, la posibilidad de gestionar mejor el tiempo y flexibilizar horarios para que el personal realice sus funciones en mejores condiciones.

Con el Home Office, la ubicación y las franjas horarias ya no son obstáculo para que las empresas elijan el mayor talento, al ampliarse el campo de búsqueda. Es más fácil encontrar a la persona adecuada que se adapte a la cultura de la empresa y así se ayuda a mantener equipos sólidos que garantizan el máximo desempeño en una organización, política que incrementa la productividad con jornadas flexibles. Es viable fomentar la innovación en búsqueda de soluciones.

El trabajo remoto responde más ágilmente al funcionamiento de la jornada laboral; no es necesario esperar a que "todo el mundo llegue a la oficina". Con Home Office se elimina el problema de operar con distintas zonas horarias, lo que ayuda a trabajar sin interrupciones en la solución de cualquier situación. Por lo demás, la mayor autonomía de los trabajadores es un factor que atenúa o evita que estén buscando otras fuentes de trabajo.

Resulta importante fijar objetivos claros, medibles y alcanzables para la armonía del grupo de trabajo y para establecer las compensaciones monetarias y prestaciones de los participantes, el principio básico es que al empleado se le califique por sus logros y no por las horas trabajadas. La empresa debe valorar objetivamente el desempeño de los empleados. Es evidente que la



empresa debe vigilar permanentemente el buen desempeño de los participantes. Asimismo, tiene que comprobar que los empleados dispongan de un lugar adecuado para operar "donde se pueda trabajar a puerta cerrada".

En este ámbito, para que el Home Office funcione eficazmente, la empresa precisa cerciorarse antes de contratar a los empleados virtuales, que estos encajan con sus valores y objetivos. Igualmente que las empresas integren una verdadera estrategia de transformación digital para que esta sea eficaz.

Crear un sistema remoto de trabajo implica, de manera relevante considerar el factor humano para que la gente no se sienta utilizada y marginada del ambiente social de la oficina. Los líderes y directores de la empresa deben buscar la interacción social: "descansar dentro del trabajo una hora y tomar una taza de café juntos para contar sus experiencias".

Se prevé que en el futuro próximo el Home Office será la norma para muchos sectores de la economía; "ir a la oficina será algo exótico. El Home Office tendrá un impacto relevante no sólo en los sectores productivos, sino en el diseño de las ciudades, de las redes de transporte y en la redefinición misma del estilo de vida de la gente".

*Editorialista del Diario El Financiero





Cómo se ubica México ante los riesgos globales según Davos

Aunque cada año aparecen en el reporte, las enfermedades infecciosas y sus consecuencias como un riesgo a considerar, en enero de 2020 dicho riesgo se colocó en el décimo lugar en importancia.

Esther Shabot*

ada enero se reúne el Foro Económico de Davos para discutir los temas más relevantes de interés global, aunque siempre se elige un tema central como eje conductor de las reflexiones. Este año, la pregunta esencial fue qué hay que hacer para restablecer la economía global tras la crisis por coronavirus, para lo cual se procedió a la elaboración de un mapa de los riesgos globales que enfrentará el mundo durante este año. Con este propósito se escucharon los análisis de cerca de 700 expertos y tomadores de decisiones de los sectores público y privado, lo mismo que los de la aseguradora y consultora en el manejo de riesgos Marsh & McLennan. El resultado fue un mapa que señaló, en orden de su importancia y peso, la jerarquía de los riesgos que se prevé.

Aunque cada año aparecen en el reporte las enfermedades infecciosas y sus consecuencias como un riesgo a considerar, en enero de 2020 dicho riesgo se colocó en el décimo lugar en importancia, sin saber aún lo que se avecinaba. En este 2021 obviamente la crisis por covid se colocó en el primer lugar de la lista, tanto en lo referente a los aspectos de salud y morbimortalidad a nivel global, como en el de sus efectos colaterales en términos económicos, políticos y sociales. Siguieron en el listado los fenómenos climáticos extremos, la disparidad digital y las fallas en ciberseguridad. Y aunque el riesgo de estallidos de violencia interna en buen número de naciones se colocó en octavo lugar, ni las guerras, ni el terrorismo estuvieron entre los diez primeros riesgos. De hecho, la seguridad militar recibió una atención muy limitada en esta ocasión.

La debacle económica global, producto de la pandemia, fue naturalmente abordada de manera prioritaria, llegando a la conclusión, tras los análisis realizados en el foro, de que es necesaria una transición de políticas neoliberales apegadas a principios extremos de libre mercado, hacia un abordaje que promueva una intervención estatal en la economía dirigida no sólo a promover la recuperación, sino también a mitigar la inmensa brecha económica y social que prevalecía desde antes de la pandemia y que se ha agrandado más aún a partir de ésta.

A la luz de esas recomendaciones, es inevitable cuestionarnos cómo está respondiendo nuestro gobierno ante esta situación. Porque si bien en las mañaneras el Presidente insiste en achacar al neoliberalismo los numerosos males que aquejan a nuestra nación, hay que decir que, según lo muestran sus decisiones durante la pandemia, la política que se siguió fue absolutamente neoliberal.

No otra cosa fue su expresión de "rásquense con sus propias uñas" ante la demanda de apoyos de las micro, pequeñas y medianas empresas, o su rechazo rotundo a la iniciativa de brindar un ingreso básico universal que pudiera sostener temporalmente a los millones de mexicanos y mexicanas víctimas

de la pérdida de sus ingresos derivada de la necesidad del confinamiento. Como se documentó una y otra vez, México fue uno de los países que menor proporción de su PIB canalizó como ayuda de emergencia para mantener viva la planta productiva nacional.



En Davos también se enfatizaron como riesgos globales, el cambio climático y los daños ambientales provocados por la acción humana. La creciente desertificación, los extensos incendios en aumento, las inundaciones, los daños a la biodiversidad, y la consecuente migración forzada de millones de personas en busca de sustento y seguridad, constituyeron, para quienes participaron en el foro, problemas para los cuales sólo la acción global responsable y concertada puede enfrentar.

Y aquí también nuestro gobierno circula en sentido contrario, ya que como se prevé con claridad, la reforma eléctrica de reciente aprobación en el Congreso, sin que se le cambiara ni una coma tal como lo exigió nuestro Presidente, no puede sino augurar una catástrofe ecológica, un inmenso daño a la salud de la población a partir de la contaminación derivada del uso del combustóleo y el carbón y, desde luego, una estocada mortal a nuestra ya de por sí golpeada economía.

Un panorama, como el que seguramente nos espera, de ninguna manera podrá coincidir con la proclama de "primero los pobres" con la que AMLO llegó al poder. Porque es evidente que son justamente los pobres, cuyo número va en vertiginoso ascenso, quienes menos herramientas y condiciones tienen para defenderse y protegerse del desastre que vivimos, fruto de la combinación de un fenómeno como el de la pandemia, con decisiones de políticas públicas no sólo erróneas, sino también perversas.

*Editorialista del Diario Excélsior

PESAJ: ¿Por qué comemos Matzá?



Yosef Bitton*

na de las tres Mitzvot que estamos obligados a cumplir durante Pésaj es comer *Matzá*. La Matzá es un «pan» especial hecho a partir de una masa plana, no fermentada, y sin levadura. Pero, ¿por qué comemos *Matzá*.en Pésaj?

Hay dos razones. Una de ellas se menciona explícitamente en la Tora.

La segunda razón, menos conocida, se menciona al comienzo de la Hagada que leemos en el Seder.

Comenzaremos por esta última razón.

MATZA, TODO EL DÍA, TODOS LOS DÍAS

Durante muchos años, cuando vivíamos esclavizados en Egipto (según Maimónides el cautiverio duró 140 años), comíamos solo Matzá. Matzá. para el desayuno, Matzá para el almuerzo y *Matzá*. para la cena. La *Matzá.* fue concebida por los crueles egipcios como el alimento ideal para alimentar a los esclavos judíos. ¿Por qué? Porque la Matzá. digiere lentamente y dura más tiempo que el pan en el estómago del esclavo. Los judíos alimentados con *Matzá*. tenían menos hambre. Y además, Matzá. era el alimento más barato que se podía producir: todo lo que se necesita para preparar *Matzá*. es harina de trigo y agua, dos de los elementos más baratos y más abundantes en Egipto. El famoso rabino Abraham Eben Ezra (1089-1167) escribió que tuvo una experiencia que le permitió comprender mejor este punto. En uno de sus múltiples viajes lo llevaron a una prisión en la India, y allí ile dieron de comer a Matzá.! El pan ázimo de bajo costo y de digestión lenta, era el alimento ideal para esclavos, prisioneros y personas que tenían que ser alimentadas para sobrevivir y trabajar.

INO HAY TIEMPO QUE PERDER!

En el cautiverio egipcio hubo otro elemento que contribuyó a la sumisión

y tortura psicológica de los esclavos judíos. Para producir un pan normal, se debe dejar que la masa descanse durante unos 20 minutos, y solo después de eso, la masa esponjosa se coloca en el horno. Pero para hacer la *Matzá*. se pone la masa plana en el horno inmediatamente. Sin esperar a que la masa suba. En el cautiverio egipcio, los esclavos judíos tenían que trabajar para los egipcios sin pausa. Sus amos no estaban dispuestos a darles 20 minutos de descanso para que puedan disfrutar de un pan sabroso normal ... Y es por todo esto que al comienzo de la Haggadá señalamos la *Matzá*. y decimos: Ha Lajmá 'Aniyá ... «Este es el pan de los pobres (o 'el pan de la aflicción') que nuestros antepasados comieron en Egipto". De alguna manera, la experiencia de comer exclusivamente Matzá. durante tantas décadas dejó una fuerte impresión en nuestra memoria que revivimos cuando probamos el gusto de la Matzá en la noche del Seder.



OPERACION RELAMPAGO

Sin embargo, la razón explícita mencionada en la Torá es diferente. En el momento de nuestra partida de Egipto, también consumimos *Matzá*.. ¿Pero por qué? Porque todo sucedió muy rápido. El 15 de Nisán el Faraón nos liberó después de la última plaga. Por primera vez teníamos el control de nuestro propio destino. Y probablemente, una de las primeras cosas que queríamos hacer era comer «pan» como lo hacía la gente normal. Pero nuestra partida de Egipto no fue un proceso gradual que duró semanas o incluso días. Nuestro escape

de la esclavitud no fue el resultado de una revolución que fermentó entre la gente durante varios años, y cuyo resultado final ocurrió después de varias batallas contra nuestros captores ... Fuimos rescatados por HaShem precipitadamente en una «Operación Providencial súper rápida» que duró solo unas horas. Visualízate a ti mismo, con unas horas nada más para abandonar la casa en la que viviste toda la vida y forzado a elegir qué pertenencias mínimas quieres llevar contigo, y que reservas de alimentos llevas ipara el desierto! ¿Quién tiene tiempo para esperar 20 minutos a que la masa fermente y hacer pan? Las Matzot, sin embargo, se pueden hacer mucho más rápido. Ahora, una vez, no disponíamos de 20 minutos adicionales. Pero esta vez por una razón totalmente diferente. Esta vez estábamos eligiendo dejar Egipto atrás, sin la mínima demora, para disfrutar de la libertad dada por D-os. Irónicamente, cuando finalmente fuimos libres, comimos la mismo Matzá. que comimos cuando éramos esclavos. Pero esta vez la Matzá. tenía un sabor diferente: el sabor de la libertad que se estaba gestando «en este momento" frente a nuestros ojos.

EL DOBLE SABOR DE LA MATZA

La Matzá. es el elemento más característico de Pésaj, que también es conocido como la fiesta de las Matsot. ¿Por qué la Matzá.es tan importante? Porque despierta en nosotros dos recuerdos diferentes y opuestos, simultáneamente: en primer lugar, el recuerdo de la angustia que sufrimos cuando fuimos esclavos en Egipto. Y, segundo, la forma milagrosa en que HaShem nos sacó de Egipto. Fuimos «rescatados» por HaShem en un solo acto de redención, algo único en la historia de la humanidad. Y es por eso que en el Seder, la Matzá. representa tanto la amargura de la esclavitud como el dulce sabor de la libertad. La Matzá. celebra nuestra redención, sin dejarnos olvidar nuestro sufrimiento.

*Rabino de la Comunidad Ohel David Shlomo de Nueva York



EL MILAGRO DE ALEPPO "JALAB" SOBRE LA FALSA ACUSACION DE ASESINATO RITUAL EN PESAJ

Eli Suli

sta es la historia del milagro llamado "NES MUSSAN", acerca de un niño cristiano llamado Mussan, quien había desaparecido un día antes de la fiesta de Pesaj en la ciudad de Aleppo. En el año 1853, en la madrugada de la víspera de Pesaj, fue colocado el cuerpo de un niño gentil en la casa de un panadero judío. El plan original, era presentarse al otro día con las autoridades sirias, para responsabilizar al judío de "asesinato ritual", donde se lo culparía de utilizar la sangre de niños gentiles para amasar las Matzot para Pesaj. Cuando a medianoche se despertó el panadero judío, se percató de que alguien había dejado en

la noche el cadáver de un niño en su patio. Inmediatamente entendió de lo que se trataba, y las consecuencias que ello podía acarrear, entonces procedió rápidamente a deshacerse del cuerpo. Mientras tanto, el rumor de que los judíos habían secuestrado al niño gentil, y martirizado para utilizar su sangre para la elaboración de las Matzot, se iba esparciendo por toda la ciudad de Aleppo. Cuando al día siguiente, se hizo presente el mando de la policía siria a la casa del judío, no pudieron encontrar nada. Entonces el panadero les revelo en secreto a los rabinos, lo que verdaderamente había sucedido. En ese momento, el Rab Jaim Mordejai Lobaton, hijo de Luna y del Jajam Helfon Lobaton, era el Jajam Bashi (líder) de Jalab y principal rabino del Beit Din rabinico, quien Incluso durante su vida fue venerado y respetado tanto por judíos como por los musulmanes de la ciudad. Pero

cuando la noticia de lo acontecido llego a oídos del gobernador de Aleppo, Mustafa Zarif Pasha, inmediatamente mando a llamar al Jajam Lobaton, para informarle de la situación, y advertirle de que, si el niño no aparecía en una determinada cantidad de tiempo, los judíos serían expulsados de la ciudad, y no descarta, que incluso antes se podría perpetrar un pogrom o masacre contra de la comunidad judía, incitada por la población cristiana y musulmana de la ciudad. De inmediato, el Jajam Lobaton llamó a los Yehudim de toda la ciudad a reunirse en el Bet Hakneset para rezar e implorarle a Hashem, para que se cancele el decreto. No obstante, el rabino Lobaton decidió investigar por su cuenta, y acudir al lugar donde el niño había sido visto por última vez. Mientras el Jajam caminaba por allí, milagrosamente escuchó a dos niños que rumoreaban con vos muy baja, que el niño Mussan había sido llevado a la iglesia por unos sacerdotes. Rápidamente el rabino Lobaton, se dirigió al palacio del Pasha, para pedirle que lo acompañara a la iglesia, y que llegaran allí repentinamente, sin que supieran los sacerdotes y funcionarios de la iglesia. Entonces el Pasha



estuvo de acuerdo en acompañarlo. Cuando el rabino junto con el gobernador llegaron de improviso al lugar, fueron recibidos por los sacerdotes, y mientras estos dialogaban, el gobernador se percató que "el niño supuestamente asesinado por el panadero judío", estaba caminando en el patio de la iglesia. Inmediatamente el gobernador ordenó encarcelar y juzgar a los sacerdotes. De esa manera, la "Providencia Divina", evitó el pogrom y la expulsión de los judíos de Aleppo, el cual tenía amenazada a toda la comunidad judía de Jalab. El rabino Jaim Mordejai Lobaton falleció el día 20 de Sivan de 5629.

Pero vale la pena mencionar que el hijo menor del rabino Jaim Mordejai Lobaton, y su esposa Vida Missry, fue el Rabino Shelomo Lobaton Masri (1882-1952), quien luego se casó con Latife Sasson Betech. En 1909, el Jajam Shelomo Lobaton había llegado a México, pero al ver que no había allí un *Beth Hakneset* de su comunidad, organizo los rezos diarios, así como de Shabat en la sala de su casa, en una de las vecindades del Centro de la ciudad de México. Pero incluso también en esos momentos ocurrieron milagros. En 1913, durante la revolución mexicana, una bala de cañón se incrustó en el medidor

de luz de la casa del rabino Shelomó Lobatón, que fungía como sinagoga en la calle de Jesús María, y milagrosamente no exploto. Y de esa manera, junto con su primo Mordejai Lobaton, fundaron en 1922 la primera sinagoga Jalebi en la Ciudad de México, llamada *Rodfe Sedek*. (BH tengo el mérito de tener un yerno que pertenece a esa prestigiada familia, y quien es bisnieto del rabino Shelomo Lobaton)

Por este impresionante hecho, en la cual DI-s salvó de una terrible tragedia a toda la comunidad judía de Aleppo, los rabinos de aquella ciudad, Instituyeron que, en recuerdo de ese milagro, fuera celebrado el día 13 de Siván como "Nes Mussan".



Rabi Yohanan Ben Zakai

Luba Gorodzinsky

egún la tradición, Rabi Yohanan Ben Zakai, nació en el siglo 1 E.C, y murió aproximadamente alrededor del año 80 E.C. Era descendiente del linaje del rey David y fue el discípulo más joven y distinguido de Hilel el anciano. Fue dirigente de la Comunidad Judía de Jerusalem y pertenecía al grupo de los fariseos. Ha sido llamado el padre de la sabiduría judía y el padre de generaciones de eruditos. Aseguro la continuación de la vida judía después de que Jerusalem cayó ante Roma en el año 70 E.C.

En el año 68 E.C. el ejército romano al mando del general Vespaciano, sitió a Jerusalem, para aplacar la rebelión de los judíos contra Roma. Esta ciudad se encontraba controlada por los Zelotes, grupo de judíos fanáticos que preferían morir antes que rendirse a Roma, (ellos también controlaban Masada). Los Zelotes habían prohibido a sus habitantes salir de la ciudad, a pesar de que la gente moría de enfermedad y hambre.

Rabi Yohanan Ben Zakai, eminente filósofo, era miembro del Sanedrín y pertenecía al movimiento pacifista, que rogaba a los luchadores Zelotes, para que llegaran a un entendimiento con el enemigo, porque estaba convencido de que la guerra de Judea contra el ejército romano, terminaría en tragedia para el pueblo judío; pero estos fanáticos no quisieron escuchar nada al respecto.

Su perfecta visión de la eminente catástrofe nacional, lo llevó a tomar la decisión de querer establecer anticipadamente un centro de estudios fuera de Jerusalem, para poder propagar la antorcha de las enseñanzas del judaísmo. Pero para esto, primero tenía que abandonar la sitiada ciudad de Jerusalem, para hablar con el general Vespaciano.

Para lograrlo, Ben Zakai trazó un plan, fingiendo su propia muerte. Sus discípulos salieron a la calle, llorando y clamando que su gran maestro había muerto de peste. Pidieron y obtuvieron de los luchadores Zelotas, permiso para enterrar a su reverendo Rabi fuera de los muros de la ciudad, para evitar la propagación de la plaga. Sus alumnos enlutados y tristes sacaron un ataúd, con Yohahan Ben Zakai, vivo en su interior, fuera de la ciudad de Jerusalem.

Al llegar al campamento del general Vespaciano, Ben Zakai salió del ataúd. ¿Qué querría este patriarca judío, que había escapado de la sitiada Jerusalem? Desde luego no era para salvar su vida, Vespaciano sabía que la había arriesgado al venir a verlo.

Yohanan Ben Zakai le vaticinó a Vespaciano, que muy pronto ocuparía el trono como emperador de Roma y le pidió que cuando esto sucediera, le permitiera fundar una escuela de estudios judaicos en YAVNE (ubicada cerca de lo que hoy es la moderna Rejovot). Vespaciano quedó asombrado por sus palabras y sorprendido por la modesta solicitud, prometió concederle la petición una vez cumplida la profecía.

El Rabi había razonado correctamente, ya que debido a la inestabilidad política que imperaba en Roma, un año después, el Senado romano le ofreció a Vespaciano el trono imperial. Antes de dirigirse a Roma, para ocupar su alto cargo, confió a su hijo Tito, el mando del ejército para continuar luchando contra los rebeldes judíos.

Desafortunadamente, en el año 70 E.C. Tito y su numeroso ejército, entraron a Jerusalem, mataron a hombres, mujeres y niños, incendiaron el segundo Sagrado Templo, tomaron cautivos a muchos de sus habitantes, robaron y destruyeron todo lo que encontraron a su paso y prohibieron el regreso de los judíos a la ciudad Santa.

En el poblado de Yavne, donde ya residía Yohanan Ben Zakai,

se recibió la triste noticia de la caída de Jerusalem y la destrucción del Sagrado Templo. El Rabi y sus discípulos se enlutaron, lloraron y se entristecieron mucho, pero el maestro no se dejó dominar por la desesperación, les dio a entender que el Templo destruido no iba a aniquilar el espíritu del judaísmo.

Les inculcó el pensamiento de que las buenas acciones y la caridad, podían sustituir ventajosamente a los sacrificios que se hacían en el Templo, de acuerdo con lo escrito por el profeta Oseas: "PORQUE EN BONDAD AMOROSA ME HE DELEITADO Y NO EN SACRIFICIOS. EN EL CONOCIMIENTO DE DI-S, MAS BIEN QUE EN HOLOCAUSTOS". (Capitulo 6 versículo 6).

Rabi Yohanan Ben Zakai actuó como factor de paz y tranquilidad espiritual en la vida de las dispersas comunidades judías. Instituyó un nuevo SANEDRIN, LA SUPREMA CORTE DEL PUEBLO JUDIO y se puso al frente de él, donde trasfirió todas las funciones religiosas y judiciales que antes desempeñaba el Sanedrín de Jerusalem, y al separar al judaísmo del culto de los sacrificios, le dio verdadera independencia.

Gracias a la visión de este gran Rabi, el centro de estudios de *Torá* de Yavne prosperó. Fue allí en donde los rabinos establecieron la infraestructura espiritual, que permitió la supervivencia del pueblo judío sin Templo y sus servicios, sin *Cohen Gadol* y la monarquía. Fue allí donde los rabinos institucionaron la plegaria, como un reemplazo del servicio del Templo y convirtieron a la Sinagoga en el centro de la vida comunitaria judía.

Así se pudo conservar el judaísmo en todo hogar judío, a pesar de que fueron dispersados por todo el mundo, desterrados por casi dos mil años de exilio forzado, sin una tierra compartida, sin un liderazgo centralizado y sin un lenguaje común; sólo con las escrituras Sagradas judías.

La mayor parte de la vida de Rabi Yohanan Ben Zakai, la dedicó al estudio y a la enseñanza de la Torá. El solía decir: "Si tú has estudiado mucha Torá, no te atribuyas a ti todo el mérito, porque para eso fuiste creado". "Si tienes un árbol joven en la mano y alguien te dice: ven pronto, el Mesias está aquí, "Primero, termina de plantar el árbol y después ve a saludar al Mesias".

La influencia de Rabi Yohanan Ben Zakai como maestro de la ley fue vigorizante, reunió a su alrededor un circulo de discípulos a quienes suministro el copioso material de leyes orales creadas en la antigüedad, paralelamente con las leyes escritas. El puso los cimientos para reconstruir el judaísmo para ser confiado a la posteridad.

De todos los sabios judíos del siglo 1, ninguno demostró ser tan influyente como Rabi Yohanan Ben Zakai. La escuela de estudios judaicos en Yavne, que él fundó, sobrevivió muchos años. Allí se formaron sus discípulos y los discípulos de estos. Los judíos través de los siglos pasaron a llamarse "EL PUEBLO DEL LIBRO".

Según la leyenda, la sinagoga Yohanan Ben Zakai, también conocida como Kahal Kadosh Gadol, se encuentra en el lugar del Beit Midrash original de Rabi Yohanan Ben Zakai en Jerusalem. El edificio actual fue construido a principios del siglo XV11 y en 1947, era la sinagoga más grande de la Comunidad Sefaradí en Jerusalem.

Ubicada en el antiguo barrio judío de Jerusalem, sufrió la misma suerte que la mayoría de las sinagogas de la zona durante los 19 años de gobierno jordano a partir de 1948. Ha sido completamente reconstruida desde que Israel tomó el control de la ciudad vieja, durante la Guerra de los Seis Días.

Conoce Proyecta Trasciende

Tenemos 45 opciones para respaldar tus sueños.

¡Inicia tu proceso en línea desde casa escaneando este código!





CAMPUS NORTE

- +52 (55) 56270210 ext. 8214 o 8635 CAMPUS SUR
- +52 (55) 56288800 ext. 227 o 801
- @AnahuacMexicoPreuniversitario
- @vidanahuac

LICENCIATURAS
Actuaría
Administración Pública y Gobierno
Administración Turística
Administración y Dirección de Empresas
Arquitectura
Artes Visuales
Biotecnología
Comunicación
Derecho
Dirección de Empresas de Entretenimiento
Dirección de Restaurantes
Dirección del Deporte
Dirección Financiera
Dirección Internacional de Hoteles
Diseño de Moda e Innovación
Diseño Gráfico
Diseño Industrial
Diseño Multimedia
Economía
Finanzas y Contaduría Pública
Gastronomía
Historia
Inteligencia Estratégica
Lenguas Modernas y Gestión Cultural
Médico Cirujano
Médico Cirujano Dentista
Mercadotecnia Estratégica
Música Contemporánea
Negocios Internacionales
Nutrición
Pedagogía Organizacional y Educativa
Psicología
Relaciones Internacionales
Responsabilidad Social y Sustentabilidad
Teatro y Actuación
Terapia Física y Rehabilitación
INGENIERÍAS
Engineering Management
Ingeniería Ambiental
Ingeniería Biomédica
Ingeniería Civil
Ingeniería Industrial para la Dirección
Ingeniería Mecatrónica
Ingeniería Química
Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de Información
LICENCIATURA EMPRESARIAL

Administración de Negocios

Reconocimiento de Validez Oficial de Estudios de la Secretaría de Educación Pública por Decreto Presidencial publicado en el D.O.F. el 26 de noviembre de 1982

Cómo ser feliz

Ser feliz es un trabajo interno, una habilidad que se desarrolla y una responsabilidad diaria

Becky Krinsky

El problema más grande de la felicidad es la triste confusión que se tiene del significado de ser feliz. La mayoría de las personas no saben qué significa ser feliz, por lo tanto, buscan algo que no conocen, en lugares donde no se encuentra y como resultado, creen que son infelices al no tener lo que buscan.

La felicidad no es un destino; es una forma de vivir, actuar y de ser. Tampoco tiene que ver con lo que se hace, más bien con el sentido que se le da a lo que se está haciendo.

La felicidad no es una cosa que se puede comprar o adquirir, es un sentimiento interno, una decisión y un compromiso que se tiene que desarrollar diaria y conscientemente. La felicidad radica en las experiencias y las memorias compartidas que tienen valor, no en las posesiones que solo tienen precio, fama y prestigio.

La felicidad no viene de fuera, ni de otras personas. La felicidad no es una venda que hace ver la vida de color de rosa sin problemas, ni carencias. De hecho, la felicidad incluye todo lo que sucede, pero encuentra una manera optimista y productiva para enfrentar o solucionar lo que sucede.

La felicidad tiene que ver con la capacidad de poder sentir gratitud. Esta virtud de sentir humildad y agradecimiento profundo por lo que se tiene. No por aquello que uno cree merecer. Hablar de gratitud es reconocer las bendiciones que llegan aun cuando uno no se las merece.

Es común confundir el acto de agradecer lo que se obtiene o recibe, al reconocer cuánto se ha trabajado por lo que se merece lo que tiene. Entonces, el agradecimiento refleja una acción de justicia, lo cual no es gratitud. Esto se refiere a ser educado, justo y consciente.

La gratitud es un sentimiento mucho más profundo que reconoce que se tiene más de lo que necesita, sin arrogancia, percibiendo lo que tiene como un regalo. Así, la gratitud es genuina, engrandece al alma, otorgándole un sentimiento de alegría y plenitud sincera.

Ser feliz es tener buen humor, sentir satisfacción interna, no experimentar un placer pasajero.

Sentirse feliz y vivir con gratitud hace que la persona quiera compartir su alegría con los demás. La felicidad se expresa abiertamente. El ser feliz conecta con otros, ayuda a valorar y disfrutar lo que se tiene. Es una energía pulsante, positiva y divertida.

Las personas felices viven en el presente, sin reproches o resentimientos del pasado. Ni con la angustia del futuro.

Felicidad significa poder experimentar la libertad para vivir con alegría, espontaneidad y crecer diariamente. Es poner atención a los detalles y apreciar la vida encontrando un sentido valioso por existir.

La felicidad despoja a la hostilidad, limpia el corazón y hace que la vida personal sea un regalo y una prioridad. La felicidad es salud, es vida y amor propio. La receta de SER FELIZ

Ingredientes

- Gratitud ser humilde, agradecido y poder valorar lo que se tiene con gozo y alegría
- Aprecio por el momento disfrutar el presente sin reproches o comparaciones
- Compromiso decisión persona de ser feliz a pesar de las adversidades y los problemas
- Pensamientos positivos nutrir diariamente ideas constructivas que enriquezcan al alma
- Constancia mejorar diariamente con una buena actitud y ganas de ser mejor cada día

Afirmación Positiva para ser feliz:

Elijo vivir con alegría y gratitud. Acepto mi vida que tengo y reconozco todas las cosas buenas que tengo. Me rodeo de gente que me nutre y me inspira a ser mejor. Busco oportunidades para ayudar a los demás. Expreso y comparto mi felicidad y soy luz para los que me rodean. Me siento feliz por lo que soy, lo que tengo y reconozco el gran regalo que tengo por poder vivir, crecer, aprender, disfrutar y ser quien soy.



Se feliz:

- 1. Ser feliz es una habilidad que se aprende y se desarrolla diariamente. Cuando enfocas tu atención en los aspectos positivos y constructivos de tu vida, te dejas de quejar o comparar por lo que surge un sentimiento de paz y de alergia muy especial.
- 2. La felicidad se expresa y se comparte. Una persona feliz emana alegría y siente un compromiso por ayudar, inspirar y mejorar la calidad de vida de las personas que están a su alrededor.
- 3. Todo sabe mejor y se ve más bello cuando uno es feliz. La felicidad es una energía que impregna todas las acciones de la persona por lo que una persona feliz, es más sana, vive mejor y disfruta los momentos que tiene.

La felicidad no depende de lo que tienes ni de lo que haces la felicidad es quien decides ser con la vida que tienes



Mauricio Fishleder

- La infancia influye pero no determina
 - La infancia no es destino
- Nunca es tarde para tener una infancia feliz
- Por más que quites los ajos de la bolsa, la bolsa sigue apestando a ojo por mucho tiempo

¿Qué es el niño interior?

Es una memoria que está en nuestro cerebro en las etapas tempranas de nuestra primera infancia, hasta los 7 y 8 años. De pronto en cualquier situación, ya de adultos esa memoria se activa con tus mecanismos de defensa. El Niño interior está en tu cerebro, en tu memoria reptileana se activa con diferentes estímulos de experiencias dolorosas en la edad adulta. Y se activa siendo impulsivo, irracional, controlador. Cuando nos ponemos en modo Niño se rapta la inteligencia y la lógica y se empieza a actuar desde el instinto de supervivencia. Tiene que ver con las memorias traumáticas que no se pudieron integrar y resolver en la infancia y que te siguen acompañando en la vida adulta como fantasmas.

En los primeros 7 u 8 años de vida se está formando la respuesta del mapa emocional de nuestra vida. El Niño de acuerdo a lo que ve, y se refleja en su casa en las actitudes de sus padres, como inter actuaban, como te trataban, fue como aprendiste a responder ante las 5 emociones básicas que se están formando: miedo, tristeza, alegría, enojo y amor. Es como la masa del pastel que va a amoldar tu vida; lo que viene después son como las capas del merengue o el betún que son las experiencias que vas teniendo en la adolescencia, en la juventud y en la madurez. Tu no puedes elegir el molde pero si el sabor del betún o del merengue. Es decir la infancia influye, pero no determina cómo reaccionarás después.

Hay un cuento de 2 hermanos gemelos en el que uno está en la cárcel y el otro lo va a visitar. Este último llega con su esposa e hijos felices, unidos, con una carrrera terminada, un trabajo estable y una vida exitosa. Al hermano que está encerrado le preguntan cómo es que estás en la cárcel? y contesta: "Con la madre y padre que tuve como iba a ser diferente? Y al hermano visitante, feliz unido a su familia, exitoso, se le pregunta lo mismo y contesta exactamente lo mismo: "con la madre y padre que tuve como iba a ser diferente".

Que podemos hacer ahora?

Hacernos responsables de nuestra vida, de la parte que nos toca con respecto a las heridas de nuestra infancia. Ser el padre o la madre que no tuvimos, pero que quisimos tener; cubrir, proteger, contener, como un padre o una madre ya de adulto a ese niño herido qué hay dentro de nosotros.

Cuando uno como adulto resuelve esos traumas o necesidades pendientes, o asuntos inconclusos entonces la infancia no es destino.

Pero si uno no tiene conciencia de esto seguramente la infancia será destino. Seguramente encontrarás un esposo o esposa como tus padres. O sentirás sentimientos que sentías de ñiño en tu trabajo o familia.

Qué hay que hacerle a ese Niño interior?

Hay que darlo en adopción, amarrarlo controlarlo, disciplinarlo? No.

Simplemente conocerlo, comprenderlo, respetarlo, valorarlo, amarlo, bendecirlo y perdonarlo.

No tienes que tener una infancia terrible (abandono, rechazo, padres negligentes, humillación, traición etc.) para tener este Niño interior herido.

Todos de alguna manera tenemos un Niño que se quedó esperando a que lo acariciaran, que lo protegieran o besaran. Todos tenemos en alguna medida heridas de la infancia y cuando se manifiestan en la edad adulta empieza a haber caos. Necesidades que los padres no supieron superar, y satisfacer en los niños. Y todos tenemos esa memoria, esa necesidad no resuelta.

Qué pasa cuando el Niño herido empieza a gobernar tu vida: hay caos, (impulsividad, terquedad, mal humor, avaricia, egoísmo, egocentrismo egolatría, narcisismo, instinto de sobrevivencia, fobias, compulsión por comer, limpiar, trabajar, o por ser considerado, aceptado, amado. Se manifiestan todas las inseguridades e la inmadurez de la infancia.

Que es lo que es tan rígido en tu vida?

Hay que cuestionar cuál es la emoción que está atrapada en tu Niño, una que está sintiendo. Te asusta la tristeza, la depresión, miedo, etc?

Para curar al Niño interior: Primero es menester observar las compulsiones que no puedes dejar de hacer, luego trabajar en lo que es rígido en tu vida y después en la emoción. Hay que cerrar el pasado.

Todo lo que no lloramos, gritamos, decimos está atrapado en nuestra memoria.

Segundo: Que emoción hay detrás? La emoción siempre habla de una necesidad.

Las personas muy controladoras están atrapadas en sus miedos, las personas muy perfeccionistas están muy atrapados en el enojo. Las personas muy permisivas, complacientes que no saben poner límites y están muy atrapadas en la tristeza. Esto se manifiesta por la necesidad de cerrar un círculo en tu vida.

Para que no se queden pegadas o incrustadas esas emociones, hay que trabajarlas.

Ese Niño debe sanar y madurar su parte emocional que está en nosotros mismos. No por entenderlo lo integramos. Recuerda el Niño tiene otro ritmo. Tenemos que aprender a escuchar lo que somos, aceptar lo que somos aunque no nos guste, y sólo se puede lograr a través de la empatía, la autoaceptación y auto acompañamiento en un proceso para ir sanando. Cuando logras sanarlo, el Niño integrado será una luz que tiene muchas bondades: creatividad, espontaneidad, gozo, alegría y una chispa de vida llena de energía.

Siete Estrategias basadas en la Ciencia para afrontar la ansiedad del Coronavirus

Boris/Diner*

medida que el virus SARS-CoV-2 continúa su propagación global y el número de casos diagnosticados del COVID-19 continúa aumentando en casi todos los países, la ansiedad, relacionada con el brote intensifica también.

Mi hija Anet, como psicóloga, está viendo este fenómeno en su práctica y me comenta al respecto. Aunque sentir ansiedad en respuesta a una amenaza es una reacción normal, la ansiedad alta sostenida puede debilitar respuestas constructivas de la crisis. Las personas que ya sufren de ansiedad y trastornos relacionados son especialmente propensas a tener dificultades durante la crisis del coronavirus. Pero para todos los demás lectores, escribo estas estrategias, espero les sirvan.

Las siguientes sugerencias, basadas en la ciencia de la psicología, pueden ayudarle a lidiar con la ansiedad del coronavirus.

1. Practique cómo soportar la incertidumbre

La intolerancia a la incertidumbre hace que las personas se encuentren más vulnerables a la ansiedad. Un estudio realizado durante la pandemia de H1N1 del 2009 mostró esto: a las personas que les era difícil aguantar la incertidumbre de la situación eran más propensas a tener ansiedad elevada.

La solución es aprender a enfrentar gradualmente la incertidumbre en la vida diaria y reducir el hábito de buscar siempre certeza.

Empiece en pequeña escala: la próxima vez que un amigo le mande una pregunta por WhatsApp, no le envíe su respuesta de inmediato. Salga a caminar un rato sin revisar el clima antes de ir.

OJO: A medida que ejercite ese músculo de "tolerancia a la incertidumbre", puede ir reduciendo el número de veces que consulta la Internet para actualizar información sobre el brote.

Los individuos se sienten mejor cuando pueden eliminar los factores de estrés dañinos y los efectos negativos potenciales de las fuertes reacciones de estrés. Sin embargo, como la mayoría de los individuos no tienen un control completo sobre sus ambientes o sus circunstancias, rara vez pueden eliminar todos los factores estresantes dañinos. Por lo tanto, su siguiente mejor alternativa consiste en desarrollar una mayor capacidad para resistir los efectos negativos del estrés y para movilizar la energía generada por los factores estresantes.

2. Aborde la paradoja de la ansiedad

La ansiedad se eleva en proporción a cuánto uno trata de deshacerse de ella. O como dijo Carl Jung, "lo que resistes, persiste".

Luchar contra la ansiedad puede tomar muchas formas. Las personas pueden tratar de distraerse bebiendo, comiendo o mirando Netflix más que de costumbre. O podrían revisar obsesivamente las noticias, con la esperanza de calmar sus miedos. Quizás, las personas busquen el consuelo de sus amigos, familia o expertos en salud.

Aunque estos comportamientos pueden ayudar momentáneamente, pueden empeorar la ansiedad, a lo largo del

tiempo. Evitando, negando o escondiendo la experiencia de la ansiedad casi siempre resulta contraproducente.

En vez de eso, permita la oleada de pensamientos, sentimientos y sensaciones físicas de ansiedad, aceptándola como una parte integral de la experiencia humana. Cuando aparecen esas oleadas de ansiedad, preste atención y describa la experiencia, ya sea a sí mismo o a los demás (esa táctica de buscar el consuelo de sus amigos, familia o expertos en salud), sin emitir juicio, sirve.

Pero resista la tentación de escapar o calmar su miedo leyendo obsesivamente actualizaciones sobre el coronavirus, o viendo Netflix o Amazon hasta tarde en las noches o durante muchas horas en el día. Paradójicamente, enfrentar la ansiedad en el momento conducirá, con tiempo, a sentir menos ansiedad.

3. Trascienda ansiedad existencial

Las amenazas a la salud causan el tipo de miedo que es la base de todos los miedos: el miedo a la muerte. Cuando nos enfrentamos al recordatorio de nuestra propia mortalidad, nos podemos sentir consumidos por ansiedades de salud y estar hiper-enfocados en cualquier indicio de enfermedad.

Trate de conectar su propósito de vida y las fuentes que le dan sentido, ya sea su espiritualidad, relaciones, o acciones en favor de una causa. Concéntrese en algo importante que ha estado haciendo en pro de otros, en pro de su familia, sus hijos, sus nietos, o que ha estado posponiendo hace años como que ya es hora de entrarle al "toro por los cuernos" y tome responsabilidad de cómo vive su vida. Centrarse o descubrir el "por qué" de la vida, puede servir de mucho para ayudarle a lidiar con la ansiedad inevitable.

Elabore una lista de cosas que quiera lograr. Enfóquese en lo que quiere lograr, no sólo en lo que quiere hacer. Ésta es una regla de sentido común, que implica que usted necesita hacer alguna preparación y planeación por anticipado cada día y no confiar únicamente en su memoria. (También sugiere que sólo debe tener una lista, no múltiples listas en distintos pedazos de papel).

Termine por lo menos una cosa cada día. Llegar al final del día sin haber terminado algo (incluso una tarea de 10 minutos) incrementa el sentimiento de sobrecarga y el estrés de tiempo. Por otro lado, terminar una tarea produce un sentimiento de alivio y disminuye el estrés.

4. No subestime la resiliencia humana

Muchas personas tienen miedo de cómo se las arreglarán si el coronavirus surge en su ciudad, en su colonia, en el trabajo o en su familia. Les preocupa enfrentar una cuarentena, un cierre del negocio, o el sueldo perdido. Las mentes humanas son buenas para predecir lo peor.

Pero la investigación muestra que las personas tienden a sobrestimar lo mal que se verán afectadas por eventos negativos, y subestiman lo bien que le pueden hacer frente y adaptarse a situaciones difíciles.

Tenga en cuenta que usted es más fuerte de lo que piensa, y esto puede ayudar a reducir su ansiedad.

Priorice sus tareas. Cada día usted debe enfocarse primero en

ECONOMÍA



Viene de la pag. 14

las tareas importantes y luego en las tareas urgentes. Durante la Segunda Guerra Mundial, con una impresionante cantidad de tareas por realizar, el general Dwight D. Eisenhower administraba su tiempo con éxito al seguir estrictamente la regla 4. Concentraba su atención rigurosamente en los asuntos importantes que sólo él podía resolver, dejando los asuntos urgentes, pero menos importantes, para que los atendieran sus subalternos.

5. No sobreestime la amenaza

El coronavirus puede ser peligroso, con una tasa de mortalidad estimada del 1.4% al 2.3%, en los países de 1er. Mundo; en Mexico andamos cerca del 8 al 12% con estadísticas del gobierno. Por consiguiente, todos debemos tratarlo con seriedad y tomar las precauciones debidas y razonables para prevenir la infección.

Sin embargo, la gente también debería darse cuenta de que los humanos tienden a exagerar el peligro de las amenazas desconocidas, a diferencia de las que ya conocen, como la gripe estacional o los accidentes automovilísticos, el Cáncer, etc., que cobra más vidas que el COVID-19. La cobertura constante de las noticias contribuye a la sensación de peligro, que lleva al miedo agudizado y al incremento del peligro percibido.

Para reducir la ansiedad, yo recomiendo limitar su exposición a las noticias del coronavirus a no más de 30 minutos por día. Y recuerden que nos volvemos más ansiosos cuando nos enfrentamos a situaciones que no tienen un precedente claro. La ansiedad, entonces, hace que todo parezca más grave.

6. Fortalezca el cuidado personal

Durante estos tiempos que provocan ansiedad, es importante recordar las estrategias clásicas para prevenir y reducir la ansiedad. Duerma lo suficiente, haga ejercicio regularmente, practique la concientización, pase tiempo en el aire libre (lo que este permitido – su jardín, su terraza, su azotea, etc., y utilice técnicas de relajación cuando esté estresado.

Priorizando esta conducta durante la crisis del coronavirus puede ayudar a aumentar su bienestar psicológico y reforzar su sistema inmunológico.

7. Busque ayuda profesional si la necesita

Las personas que son vulnerables a la ansiedad y desórdenes relacionados podrían encontrar especialmente insoportable la pandemia del coronavirus, así que pueden manifestar síntomas de ansiedad que interfieren con el trabajo, con mantener relaciones cercanas, socializar o cuidar de sí mismos u otros.

Si esta es su situación, por favor consiga ayuda profesional de su médico o un profesional de salud mental. La terapia cognitiva conductual y ciertas medicaciones pueden tratar con éxito los problemas de la ansiedad.

Aunque pueda sentirse indefenso durante este momento estresante, siguiendo estas estrategias ayudará que la ansiedad no se convierta en un problema propio y le permitirá superar la pandemia de manera más efectiva.

*Chairman en Vistage México



DE HERENCIAS Y EVALUACIONES

Salo Grabinsky

En medio de la pandemia y demás desbarajustes me encontré con este artículo.

Esto es una obra de ficción. Todo parecido a los personajes es una coincidencia, y no pretendo igualarlos con nadie. iConste que se los advertí!

¿Qué sentiría usted si se le presentan las siguientes situaciones?

NOTA: Toda mi admiración y agradecimiento a los verdaderos profesionales de la salud

1.-En cualquier hospital público o privado, los familiares del paciente preguntan al doctor sobre su experiencia

"Bueno, estudiar, lo que se llama estudiar, estuve de paramédico en la Cruz Roja y luego anduve ahí por la antigua escuela de Medicina, aunque enfrente, en los portales de Santo Domingo en el D.F. me conseguí un título de Médico Cirujano. Pero no se preocupen, en esta operación del cerebro cuento con los "tratados" y curaciones de varios chamanes de Catemaco, Santeros cubanos y, por si acaso, de unos gurus de la India. Todo saldrá muy bien"

2.-En un avión

"Estimados pasajeros, les habla su capitán, tengo una experiencia de 25 horas de vuelo en una avioneta de las que fumigan y por poco me estrello, por lo que decidí estudiar en esta Universidad del Pato Donald y en tres meses me dieron mi título de piloto aviador de jets ultramodernos. Lo bueno es que traigo a mi compadre de copiloto y nos vamos a echar unos tequilitas para animarnos a prender este armatoste que se ve bastante complicado. Buen viaje y que Dios nos ampare!

3.-En cualquier carretera:

"Pues he sido chofer de tráiler con carga de químicos venenosos por varios años. Fui ruletero y luego en la Ruta 100, pero me despidieron al cuarto choque. Ya necesito anteojos porque mi vista ya no es como antes, además que me arrulla el ruido del motor y me he quedado dormido un par de veces. Nadie me ha revisado la salud y la licencia que ya caducó; cuesta una lana reemplazarla, pero ahí la llevamos".

Y muchas anécdotas más que hablan por sí mismas. La pregunta del principio la contestaría, con el mínimo sentido común cualquier mortal negándose a ser operado por un inepto, volar con un charlatán o estar a menos de un kilómetro de un chofer de estas características.

Como asesor de empresas familiares (que son la inmensa mayoría en este país) veo frecuentemente que los dueños en su testamento, le dejan un negocio boyante a sus hijos y estos lo llevan a la ruina, por incapaces o flojos. Prefiero que se queden en casa y mejor pongan a profesionistas que lo administren correctamente. Lo básico es no heredar puestos a familiares que no lo merecen, para bien de todos. La venta y/o herencia de plazas de trabajo es incorrecta y reduce notablemente a una organización, sea esta pública, privada, un centro educativo o un negocio. Hay que limitar al mínimo esta práctica injusta, abriendo el paso a gente preparada y deseosa de trabajar. ¿No lo creen ustedes?

CIENCIA Y MEDICINA

NANOSATÉLITE ISRAELÍ, EN ÓRBITA EN MISIÓN PARA MEDIR LA RADIACIÓN CÓSMICA

l nanosatélite israelí desarrollado por la Universidad de Tel Aviv y lanzado a otra órbita espacial desde instalaciones de la NASA en Virginia (EE.UU.) sigue su misión para medir la radiación cósmica alrededor de la Tierra.

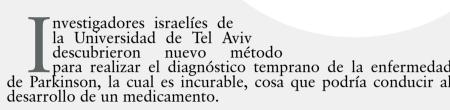
PERIÓDICO, AURORA ISRAEL



CIENTÍFICOS ISRAELÍES DESCUBREN MÉTODO DE DIAGNÓSTICO TEMPRANO DE PARKINSON

nvestigadores israelíes de la Universidad de Tel Aviv descubrieron nuevo método para realizar el diagnóstico temprano de la enfermedad de Parkinson, la cual es incurable, cosa que podría conducir al

En el cerebro de los pacientes con Parkinson se forman grandes acumulaciones de proteína como parte de un proceso gradual en el cual las células de la zona de la sustancia negra mueren en el mesencéfalo.



ISRAELIES DESARROLLAN TERAPIA PARA LA SORDERA

eemplazar genes defectuosos que causan una pérdida auditiva gradual tuvo éxito en ratones y podría conducir al tratamiento de bebés con mutaciones similares. Suministrar material genético sano a las células del oído interno de ratones con un defecto genético que causa sordera permite que las células funcionen normalmente.

Así lo indicó un nuevo estudio de la Universidad de Tel Aviv (TAU) que reveló que el nuevo tratamiento evitó el deterioro gradual de la audición en estos ratones, algo que podría dar lugar a un gran avance en el tratamiento de niños que nacen con diversas mutaciones que eventualmente causan hipoacusia.





STARTUP ACABA CON ALERGIAS **ALIMENTARIAS**

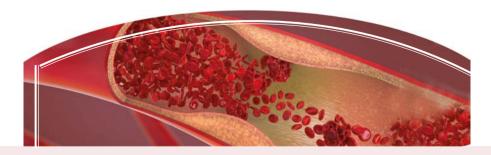
a startup de biotecnología fundada en Israel, Ukko, el brazo de inversión de impacto del gigante farmacéutico Bayer AG, desarrollará aún más sus soluciones para las l'alergias y sensibilidades alimentarias.

Ukko se fundó en 2016 con la misión de acabar con las alergias alimentarias, como el maní, y las sensibilidades alimentarias, como el gluten. La compañía dice que utiliza una plataforma patentada impulsada por IA que diseña con precisión las proteínas alimentarias para eliminar su alergenicidad y evitar la activación del sistema inmunológico.

CANNABIS REDUCE LA PRESIÓN ARTERIAL **EN ADULTOS MAYORES**

n nuevo descubrimiento realizado por investigadores de la Universidad Ben-Gurion del Negev (BGU) y su Centro Médico de la Universidad Soroka, muestra que el cannabis medicinal puede reducir la presión arterial en los adultos mayores.

«Los adultos mayores son el grupo de consumidores de cannabis medicinal de más rápido crecimiento, pero la



evidencia sobre la seguridad cardiovascular para esta población es escasa. Este estudio es parte del esfuerzo continuo para proporcionar investigación clínica sobre los efectos fisiológicos reales del cannabis a largo plazo.

Actividades Comunitarias

"LIVING CONCERT", en Vivo

ada sábado a las 21:30hrs por las plataformas de cada una de las comunidades, se puede disfrutar de este magnífico evento por Facebook y Youtube

KATALYST, DE LA COMUNIDAD JUDÍA **DE MÉXICO, RECIBE PREMIO** "NORTH AMERICA BUSINESS AWARD"

atalyst, la incubadora de negocios intercomunitaria de la Comunidad Judía de México recibe premio como la Mejor Institución de emprendedores de México por los North America Business Awards. Katalyst ha sido reconocido a nivel mundial por The New World Report como "The best Community Entrepreneur Mentoring Network-México".

Katalyst ayuda a los emprendedores de la comunidad judía de alto impacto a sobrepasar las barreras que enfrentan y a plantear caminos y acciones para exponencializar su crecimiento.

Ofrece a emprendedores seleccionados, una Red de mentoría por empresarios de la comunidad que buscan empoderar y orientarlos para que alcancen su máximo potencial de acuerdo a su propia descripción.

New World Report es una plataforma de noticias empresariales que ofrece a los lectores de las Américas asesoramiento empresarial para ayudar al progreso empresarial, historias de éxito destinadas a inspirar y tendencias e innovaciones para respaldar el crecimiento y la continuidad empresarial.

Nacido de la fusión de U.S. Business News y Latin America News, The New World Report distribuye un boletín a más de 100 mil empresas y profesionales de toda la región.

Activa es una organización fundada en 1997, Katalyst es un proyecto que pertenece a Activa dedicada a generar y promover herramientas que fortalezcan la autosuficiencia económica de los miembros de la comunidad judía en México, a través de la generación de oportunidades laborales y de negócios.

EL EXITOSO BOLETÍN DEL CENTRO DE DOCUMENTACIÓN E INVESTIGACIÓN JUDÍO DE MÉXICO "VITRAL"

l artículo principal está dedicado a un tesoro de la biblioteca del CDIJUM, escrito Carlos Guerrero, encargado de la

GANADORES DEL LIBRO: "REGRESO A BIRKENAU", DE GINETTE KOLINKA

iarioJudio premia a sus lectores; en esta ocasión hay dos ganadores con la obra: "Regreso a Birkenau", de Ginette Kolinka que trata de cómo ve una sobreviviente su regreso al campo de la muerte.

Los ganadores son: Raquel Zonana Alfie y Galia Jaramillo.

Ginette Kolinka. Es una sobreviviente del campo de concentración de Birkenau. La internaron en el campamento para mujeres. En octubre de 1944, ante el avance de los aliados, trasladaron a Kolinka al campo de Bergen-Belsen y luego a Theresienstadt, en donde trabajó en una fábrica de repuestos de aviación. En mayo de 1945 fue repatriada a París, en donde el 6 de junio se reencontró con algunos de sus familiares que sobrevivieron.

MY ATID PURIM AT HOME: ROMPIENDO LAS BARRERAS DEL ESPACIO

Kelly Shukrun*



or Kelly Shukrun, Coordinadora de Torá y Tradiciones

Purim siempre ha representado una fecha muy especial para nuestro pueblo, y en el Colegio Atid, significa un momento

donde alumnos, padres de familia y colaboradores se juntan para vivir la festividad más alegre de nuestro calendario.

Este año no quisimos dejar atrás la oportunidad de alegrar el corazón de nuestra comunidad, por lo que ideamos una forma de poder celebrar con ellos sin necesitar de la proximidad física. Así fue como nació My Atid Purim at Home; un proyecto en



el que involucramos a maestros y alumnos de todas las áreas académicas, y donde creamos desde cero, un espacio virtual interactivo para que, a través de diferentes retos, tests y juegos, pudiéramos conocer más sobre esta tradición.



Durante el día de Purim, los alumnos y familias del Atid, disfrutaron desde casa de todas las actividades, realizando cada una de ellas y aprendiendo sobre la fe, resiliencia y unión de nuestra gente. Además, en redes sociales también nuestra comunidad se hizo sentir al compartir fotos de sus actividades y al usar filtros especiales que creamos para esta ocasión.

Esta fiesta virtual también ayudó a nuestros alumnos a seguir

identificándose e integrándose con su comunidad. Pudieron cumplir y complementar las

diferentes mitzvot como la de Mishloaj Manot enviando canastas virtuales o promoviendo el sentido de solidaridad y justicia social que se cumplen con la mitzvá de Matanot Laevionim.



En Purim aprendemos sobre la posibilidad de transformar situaciones para bien. Asímismo, comprendemos que podemos darle la vuelta a contextos dolorosos o temibles y convertirlos en alegría y celebración. Hoy en día este mensaje perdura y está vigente. Purim es sin duda, una luz de esperanza que nos hace sentir cerca de nuevo.

A través de este trabajo colaborativo no solo disfrutamos del ingenio, creatividad y conocimiento de toda nuestra comunidad, sino que pudimos constatar que la innovación forma parte de nuestro ADN académico y que no importa la circunstancia, siempre habrá formas de seguir preservando nuestras tradiciones.

*Coordinadora de Torá y Tradiciones

JOSE GALICOT RECIBE RECONOCIMIENTO NACIONAL "PALABRA EN ACCIÓN"

🐧 l "Instituto Global de Comunicación y Expresión Pública" otorgará el Reconocimiento Nacional "Palabra en Acción" a José Galicot.

Una parte relevante de los trabajos que desarrolla el "Instituto Global de Comunicación y Expresión Pública", está orientado a promover en las nuevas generaciones la práctica de la Oratoria en sus distintos formatos, como parte fundamental de su desarrollo académico y socio-cultural, para con esto poder contribuir a elevar la calidad de la expresión oral y escrita en las nuevas generaciones y dar paso a valores indispensables, que forman parte fundamental de nuestra sociedad entre los cuales destacan; el respeto y compromiso ante las personas e instituciones, la honestidad, el fomento de una democracia participativa, la conformación de liderazgos desde temprana edad, la promoción de valores cívicos, el lenguaje incluyente.

Porque nunca recibí una carta suya

iernes 19 de agosto de 1994. El periódico Reforma, en sû Sección cultura, de tipografía puntos o más anunciaba la muerte de Elías Canetti. "Muere el 14 de agosto el escritor de origen búlgaro, ganador del Premio Nobel de Literatura en 1981. Dejó inconclusa su autobiografía. Sus restos descansan en Zúrich, Suiza, junto a los de James Joyce". Yo sabía perfectamente quién era Canetti, sin embargo desconocía que era de Bulgaria. Ese día, muy temprano recibí la llamada tradicional de mis padres, era mi cumpleaños. Después de las cálidas felicitaciones, le pregunté a mi papá si ya había leído la noticia y comenté que me llamó la atención que el célebre escritor

—iClaro, Elías era de Rustschuk, como tu abuela Sofía, de hecho, eran primos!

fuera búlgaro, como él.

—me respondió con naturalidad. Vociferé un largo ¿quééé?, cómo ¿me estás diciendo que Elías Canetti era de nuestra familia, que era tu tío, más importante aún, que era, de alguna manera, mi tío abuelo? De momento fue tal la magnitud de la sorpresa que hice un largo silencio para poner la información en orden. Para cuando pude colocar la mandíbula de regreso en su lugar, el enojo ya había surgido el enojo. iPapá, cómo nunca me dijiste! Me has platicado tu vida entera en Bulgaria, la de tus padres y abuelos. Conozco las penas, las anécdotas, el dolor de las separaciones forzosas y las carencias que pasaste como niño durante la Segunda Guerra Mundial, y este dato no me lo habías compartido. —Bueno, no pensé que fuera tan relevante para ti. Mi abuela Raquel Cappón y la tía Mathilde Arditti, la mamá de Elías, vivieron desde muy jovencitas en la misma calle, eran primas y vecinas, una casa en frente de la otra.

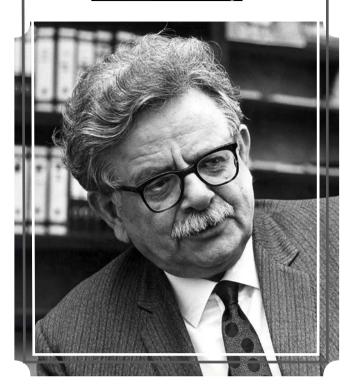
— Conocida como "La Pequeña Viena", Rustschuk fue apodada así por haber sido un centro de celebraciones y fiestas de los turcos en tiempos del imperio. Ahí, en su Pequeña Viena, mi madre, es decir, tu abuela Sofía— y sus hermanos gozaban de los largos veranos junto a sus primos, los Canetti —agregó. Cuando mi padre me dijo esto, me imaginé a las dos familias paseando por los márgenes del Dunav, de ese Danubio que nace en la Selva Negra de Alemania, y que, en su curso, va acariciando las costas austriacas, y húngaras, las de Croacia y Serbia, para después morir con una entrada triunfal en el mar Negro de Rumania. Ese Danubio, inspiración de músicos y poetas, ése que es musa y voz, que es soplo y arrebato, que incita a la furia creadora. Danubius, veterana corriente, aguas que danzan en el azul de Strauss, que se dibujan en los paisajes de Albrecht Altdorfer y en los grabados del gran Cranach.

—Las primas se reunían, además, todos los viernes en la sinagoga de la calle de Aksakov para celebrar el Shabat. Eran muy cercanas: cuando los Canetti se mudaron a Manchester las misivas de un lado para el otro no cesaban; pero después de unos años, cuando el padre de Elías murió, la tía Mathilde se trasladó con sus hijos a Viena. Perdieron poco a poco la comunicación que era, de por sí, muy difícil en ese entonces. Luego llegó la guerra y pues menos —dijo papá, como exculpándose.

Tomé nuevamente el periódico y releí el artículo, ahora con otros ojos, ahora con otra emoción. "Descendiente de judíos sefarditas", "novelista, dramaturgo, curioso de todo, políglota y viajero; Canetti hablaba el español antiguo de su familia". Como mi abuela, pensé. Como yo, que lo heredé en lo oral y en escritura. De haberlo contactado o haber tenido un encuentro, hubiéramos podido comunicarnos perfectamente en ese ladino o judeoespañol que los sefarditas llevamos en el alma y a través del cual mantenemos nuestras primeras aproximaciones con la literatura, con refranes, con canciones infantiles, con romances españoles y con nuestro pasado.

iQué desperdicio, qué coraje enterarme hasta ahora! Hubiera querido preguntarle qué opinaba sobre la ética de la escritura, ahora que yo soy escritor también y una enamorada de la palabra

Sophie Goldberg



como lo fue él. Hablar de cómo debe haber sido crecer en el ambiente de Rustschuk, con su multiculturalidad de una Babel de diversidad idiomática que seguramente estimuló sus metáforas, su prosa y su meticulosidad; primero en La lengua absuelta, un autorretrato de su infancia en el que habla de nuestra familia al referirse a primos, tíos y demás parientes en aquel barrio sefardí, y en el resto de su magnífica e intensísima obra. Su madre, la prima de mi abuela, le alimentó la pasión por la lectura, por el saber, por los conceptos y la expansión intelectual que para él no tuvo finitud. El recuerdo de sus años de niñez, de su vida familiar y del ladino serían indelebles en sus escritos. De ese paraíso en el que vivió también mi abuela Sofía, Canetti dijo: "Todo lo que vivía después, ya había ocurrido alguna vez en Rustschuk".

Sus agudas observaciones sobre el lenguaje en frases como: "Enmudeció

por miedo a los adjetivos" o "Hay que abusar de una palabra, para descubrirla", me han sido de suma valía en mis textos. Yo también considero a la palabra sagrada, y a la palabra escrita, aún más. Yo también me detengo a desmenuzar cada vocablo antes de entregarlo a mis lectores. Busco el término idóneo, la expresión que haga magia, la metáfora que asombre, el lenguaje magnético. En mi más reciente novela, El Jardín del Mar, publicada por Penguin Random House, relato precisamente el extraordinario periplo de los judíos de Bulgaria y de mi propio padre durante la Segunda Guerra Mundial. Acontecimientos que muestran valor, piedad y hermandad de un pueblo que se atrevió a ir a contracorriente de lo exigido para salvar a sus ciudadanos de los campos de exterminio. Este extraordinario episodio es poco conocido en los anales de la historia universal, ya que el comunismo mantuvo el suceso en secreto hasta 1991, pero es mi historia familiar, por lo que yo he tenido conocimiento de los hechos desde siempre y la narración comienza justamente en Rustschuk con la familia de mi abuela.

Su idea de que el hombre tiene el poder de la metamorfosis le hacía aseverar que en el ser polifacético reside el don que constituye la verdadera singularidad del ser humano. Estaba seguro de que todos poseemos diferentes dotes y que podríamos vivir a fondo nuestras distintas inclinaciones. Este es un reflejo de su propia avidez por cumplir sus múltiples facetas. Canetti decía que el escritor se caracteriza por dos cosas: porque usa la palabra para enfrentarse a la muerte y atrapar la vida y porque el escritor es el custodio de las metamorfosis; es el hombre capaz de vivir muchas vidas y de dar vida a sus personajes. Así, se puede volver una y otra vez a su obra y encontrar cosas nuevas dentro de una calidad de lengua y de pensamiento de "un clásico", como lo calificó Ignacio Echevarría, filólogo, editor y crítico, en la conferencia que dictó a principios del 2020 para la Fundación Juan March en Madrid.

Me quedo con las ganas de haberle preguntado, de haber discutido, de haber hablado en judezmo, su primera de haber descubierto bajo la máscara del escritor al ser humano: al que añoraba a su padre, al que sufría la profunda tristeza del emigrado, al que le era importante ser reconocido, al que perseguían sombras que lo acompañaron hasta la muerte. Me quedo con las ganas de que, quizá, él hubiese leído mis escritos, de que me hubiera corregido una palabra o hubiera sugerido un símil, de que me firmara un libro, de que tomáramos un café, de prepararle un tradicional gyuvech búlgaro con mucha berenjena, mucha okra y la sazón de los Balcanes. Seguramente hubiese gozado hasta chuparse los dedos porque mi receta es la de nuestra familia, la que llevamos en el paladar. Me quedo con las ganas de que me hubiera conocido, y yo a él; de que me hubiera visto como una manifestación más de la diversidad de la vida, porque las personas éramos su materia prima para hacer sus observaciones más penetrantes. Me quedo con sus interrogaciones, con el sentido de su obra, con la bilis de sus textos autobiográficos. Me quedo con una de sus muchas frases: "Nadie es más solitario que aquel que nunca ha recibido una carta". Me quedo con esa solitud, porque nunca recibí una carta suya.



OPCIÓN PARA VISITAR LAS CIUDADES SANTAS ISRAELÍES SIN MOVERSE DE CASA

l centro cultural Beit Avi Chai, de Jerusalem, ofrece la oportunidad de caminar por las calles de Tiberíades, Safed y los lugares sagrados de Hebrón, sin salir de casa y de forma totalmente gratuita.

En tiempos de pandemia, cuando viajar es casi imposible debido a las restricciones, aún puede existir la posibilidad de embarcarse en viajes maravillosos, incluso vislumbrar las ciudades y lugares santos de Israel, gracias a las maravillas de la tecnología.

El centro cultural Beit Avi Chai de Jerusalem ofrece una oportunidad única de visitar las ciudades de Tiberíades, Safed y los lugares sagrados de Hebrón desde la comodidad del propio hogar al ofrecer recorridos virtuales gratuitos por los lugares históricos.

Los recorridos incluyen material de archivo original, videos y mapas. Al viajar por la línea de tiempo histórica de estas ciudades, la audiencia podrá explorar los eventos y figuras que dan forma a gran parte de la historia judía en Israel.



EMPRESA ISRAELÍ PRESENTA EL PRIMER BISTEC CULTIVADO EN LABORATORIO

leph Farms dice que la compañía puede crear un bistec en cualquier corte, textura y sabor, gracias al uso de células animales naturales y la tecnología de impresión biológica de vanguardia.

Los investigadores israelíes lograron cultivar el primer bistec del mundo de tamaño completo, hecho en laboratorio, utilizando una innovadora tecnología de bioimpresión tridimensional y células cárnicas no modificadas.

Aleph Farms, de Israel, afirma ser la primera empresa que ha desarrollado bistec en un laboratorio utilizando una pequeña cantidad de células extraídas de una vaca, evitando la necesidad de sacrificar al animal en el proceso o utilizar antibióticos que pueden ser perjudiciales para quienes consumen carne.

Según los investigadores responsables del avance, el bistec elaborado contiene músculo y tejido graso, y tiene la misma apariencia, sabor y olor que un corte de entrecot normal de carne de vaca.

Aleph Farms desarrolló el bistec en asociación con la profesora Shulamit Levenberg, asesora principal de la empresa y decana del Departamento de Ingeniería Biomédica del Instituto de Tecnología Technion de Israel.



EL HOSPITAL SHEBA ENTRE LOS 10 MEJORES DEL MUNDO

l Centro Médico Sheba de Tel Hashomer ha sido electo por la revista estadounidense Newsweek como el noveno mejor hospital del mundo. Sheba, ubicado en Tel Aviv, ha subido un puesto con respecto al ranking del año pasado.

Este logro en la prestigiosa revista llegó en un momento muy especial para la clínica de Israel, puesto que es la encargada del tratamiento de los infectados por el coronavirus. El director general de Sheba, Itzhak Kreiss, afirmó: "Estoy feliz de estar en la lista de Newsweek una vez más. Este avance denota otro año de logros médicos innovadores que están impactando en el mundo".

"Estoy especialmente orgulloso de nuestros 9100 profesionales médicos que se despiertan cada mañana y vienen a trabajar dedicándose a pensar fuera de la casa, creando nuevas formas de ayudar a los pacientes. Como en cada situación, y especialmente hoy cuando lideramos el esfuerzo nacional para tratar el coronavirus, es un privilegio proporcionar a la población israelí la mejor medicina del mundo" explicó el ex cirujano de la FDI.

En el top 10, también aparecen el Hospital General de Toronto, la Charité – Universitäts-medizin de Berlin, el Hospital Johns Hopkins en Maryland, el Hospital Universitario de Zurich y el Hospital General de Singapur, entre otros.

El Ministerio de Salud de Israel solicitó al Centro Médico Sheba encargarse de toda la estructura para la cuarentena, y el tratamiento de las personas que dan positivo en el coronavirus. Además, tomaron la responsabilidad del cuidado de los ciudadanos israelíes, recordando cuando regresaron del crucero Diamond Princess en Japón.

Asimismo, las autoridades sanitarias capacitaron e instruyeron al Hospital Rambam en Haifa y al Centro Médico Barzilai en Ashkelon para el posible tratamiento de nuevos casos.

En Sheba utilizan la frase: la esperanza no tiene límites, y esto es lo que les motiva.

Jennie C. de Serur



LA ECONOMÍA DE ISRAEL PODRÍA CRECER UN 4,6% EN 2021

a economía de Israel podría crecer un 4,6 por ciento en 2021 bajo la perspectiva más probable para el año. Incluye un surgimiento gradual de la pandemia, dijo el Ministerio de Finanzas de Israel.

La economía se contrajo alrededor del 3.3% durante el año azotado por la pandemia.

El desempeño económico de Israel fue el séptimo mejor de los 37 países miembros OCDE. En tanto, China fue el único país de la OCDE que informó un crecimiento del PIB en 2020.

CUMPLIMOS 25 AÑOS CRECIENDO JUNTOS



Gracias a todos nuestros Clientes por su confianza durante estos 25 años y continuaremos haciendo nuestro mejor esfuerzo para conservarla por los próximos 25.

#HumanismoFinanciero

