



# KESHER

**ENLACE**  
Órgano Independiente de Información Judeo-Mexicana

Grupo Editorial **KESHER** LABORES [www.kesher.mx](http://www.kesher.mx)

Te ofrece:

- Diplicados, Trípticos, Volantes, Boletines, Encartes, Revistas, Libros y más...
- Papería personalizada.
- Tarjetas de presentación y entrevistas personales para eventos o aniversarios.
- Los mejores precios y calidad inmejorable

Utiliza nuestro servicio de **MENSAJERÍA**

Confiable • Rápido • Precios Accesibles

Av. Alpes #215 Col. Lomas de Chapultepec, CDMX, 11000  
Tels. 55-5283-0446 / 55-5631-7801

## Mensajes de los Rabinos Con Motivo de las Fiestas Mayores

(Páginas Centrales)

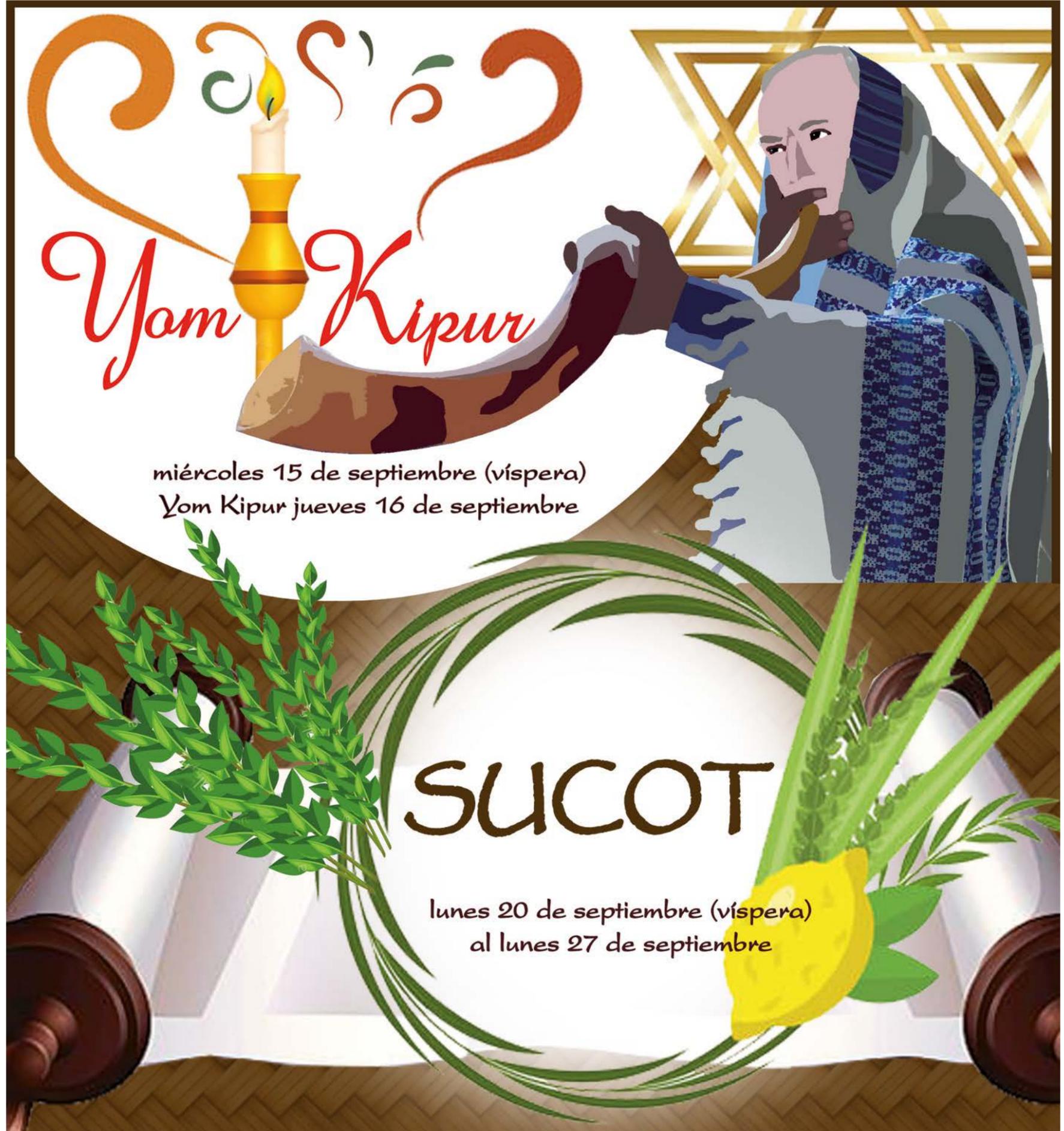


## Yom Kipur

miércoles 15 de septiembre (víspera)  
Yom Kipur jueves 16 de septiembre

## SUCOT

lunes 20 de septiembre (víspera)  
al lunes 27 de septiembre



## ■ Yom Kipur: Momento de teshuvá; retorno al alma

## ■ Sucot: Nos recuerda la fragilidad de nuestra existencia

**E**l día 15 de septiembre de este mes, también conocido como el Día de la Expiación, es el día más sagrado del año judío. Es conocido también como el día del perdón y del arrepentimiento sincero. Es uno de los *Yamim Noraim* (Días Santos) que van desde **Rosh Hashaná**, 10 días de arrepentimiento y la culminación con **Yom Kipur**, que comienza al anochecer del noveno día del mes de Tishrei, (ayuno) hasta el anochecer del día siguiente.

El momento más sagrado del año marca el final de los días de penitencia e introspección que iniciaron en Rosh Hashaná.

Es un tiempo de reconciliación y arrepentimiento. Es también, el hacer conciencia de la responsabilidad que tenemos para con nuestra familia, para con nuestras instituciones comunitarias y para con el pueblo de Israel. Es ocasión de reflexionar enfrentándonos a recapitular sobre nosotros mismos.

Es momento de hacer un alto en nuestra existencia, y de darnos cuenta del daño que hemos causado como seres humanos, con la naturaleza y nuestro entorno.

¿Hacia, falta una pandemia con sus estragos, para que nos diéramos cuenta de lo mal que estamos?

**Yom Kipur** es el momento en que todo *yehudi* debe experimentar un cambio real y positivo en su comportamiento.

**Yom Kipur** es más que un arrepentimiento, más que un ayuno, y mucho más que promesas de buenas resoluciones.

Luego viene **Sucot** del lunes 20 de septiembre al lunes 27, siendo una festividad de siete días (8 en la diáspora) en la que agitamos las 4 especies: etrog (cidra), lulav (palmera datilera), hadass (mirto) y aravá (sauce). Es también una de las tres festividades de peregrinaje, de carácter agrícola y que conmemora la morada de los hebreos en el desierto, después de su salida de Egipto.

Es durante ocho días que compartimos y comemos en la sucá, recordando que el pueblo de Israel vivió en cabañas durante 40 años. Esto nos recuerda la fragilidad de nuestra existencia, la importancia de la naturaleza y a valorar lo mucho que tenemos y para dejar de lamentarnos de lo que carecemos.

Es una festividad de gran alegría en la que expresamos nuestra completa confianza en D-os, celebrando nuestra certidumbre de haber recibido un "buen juicio" para el año siguiente.

El lunes 27 al miércoles 29 de septiembre corresponde al vigésimo segundo día del mes de Tishrei. Ese día termina Sucot. Oficialmente se llama **Shmini Atzeret**, que quiere decir simplemente el octavo día de la Asamblea.

Enseguida, el martes 28<sup>a</sup> al miércoles 29 de septiembre se celebra **Simjat Torá**. Es el día en que se termina la lectura de la Torá, y se da comienzo de nuevo a la lectura de la misma. Es el día en que se termina de leer la última parte del Pentateuco y se comienza de nuevo a leer la primera parte, conocida como *Bereshit*.

A nuestros queridos lectores les recomendamos que lean nuestro suplemento especial que tienen los mensajes de los líderes espirituales de todo el *yishuv*.

El Rabino Sergio Slomiansky hace un llamado a que nos levantemos de nuestro sueño y regresemos a D-os. También hace referencia a que hay que hacer un examen de nuestras acciones.

El Rabino Samy Sandler de Beth Itzjak habla sobre el máximo regalo u acto de bondad (*jesed*) que nos otorga Hashem y que es la vida.

El Rabino Leonel Levy de la Comunidad Bet El habla del poder de la empatía, que nos ayuda a sentir el sufrimiento del prójimo, con diálogo y apertura para poder convivir mejor unos con otros.

El Rabino Abraham Tobal de la Comunidad Monte Sinaí tituló su mensaje: Hiciste tu check up anual? Explica como podemos entender la Torá, la educación y los valores como una especie de vacuna para ayudarnos a neutralizar influencias destructivas.

El Rabino Emérito de Comunidad Bet El, Marcelo Rittner habla de La Neshamá y del deseo de que haya un muy feliz año 5782, de fortaleza física y de salud espiritual. Hace un llamado a los correligionarios, a encontrarse en el rezo de la sinagoga y no tratando de perderse el mensaje del celular. Añade que el covid ha modificado nuestras vidas; hemos perdido el control del tiempo y hemos acompañado por zoom la partida de este mundo de amigos y familiares.

Es tiempo de renovar nuestra esperanza y que D-os nos bendiga con salud, *briut*; bendición, *braja*; y abundancia, *parnasa*. Especialmente que podamos ser personas completas, familias completas y comunidades completas.

El Rabino Saúl Borowsky del Beth Israel Community Center en su mensaje destaca que Rosh Hashaná y Yom Kipur nos recuerden que estamos celebrando la creación y estamos siendo sometidos a juicio. Nos unimos y trabajamos en sociedad para hacer un *tikun olam*, un mundo mejor honrando a las generaciones que nos precedieron.

El Rabino Moisés Chicurel de la Comunidad Sefaradí expresó que estas Fiestas Mayores son la oportunidad de reflexionar sobre el significado de los retos y las dificultades. Añadió que no tendría sentido vivir una vida en la que no hubiera nada por resolver. Por eso no debemos tenerle miedo a los retos, porque fueron hechos para que podamos superarlos.

El Rabino Shlomo Tawil de la Comunidad Maguen David escribe que es posible hacer grandes cambios, pero el consejo de Maimónides nos recuerda que hay que ir despacio, paso a paso. También dice que cuando una persona cambia, se arrepiente de su pasado y hace el bien. Dice el Talmud que ese es un acto tan poderoso, que sus pecados se convierten en méritos. Una persona grandiosa no es la que nunca falla, sino una que falla y sigue intentándolo. Solamente puedes convertirte en una persona grandiosa a través del error y la perseverancia.

El Rabino Abraham Srugo de la Comunidad Judía de Guadalajara expresa que necesitamos tener una pauta que marque el inicio de algo para decidirnos a hacer un cambio de cualquier índole. Es momento para volver a comenzar de cero; borrón y cuenta nueva. Es momento especial de tomar nuevas resoluciones.

Unamos nuestras plegarias como una sola voz, un sólo pueblo y que seamos inscritos en el libro de la vida *Jatimá Tová* a nuestros queridos lectores, a todo el pueblo de Israel y al mundo entero.

¡Que este año podamos lograr a través de pequeños pasos, grandes metas alcanzables!

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

### Encendido de velas

15	Miércoles	19:21
17	Viernes	19:19
20	Lunes	19:16
21	Martes	20:08

### Perashiot

18	Haazinu
----	---------

### Efemérides

15	Yom Kipur (víspera)
16	Yom Kipur
20-27	Sucot
27-29	Shmini Atzeret
29	Simjat Torá

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 Título 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 Keshet, 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.



BS"D

Resumen de la Perashá *VAYEILEJ*

Enrique Medresh

**V**ayeilej continúa relatando los acontecimientos sucedidos durante el Séptimo día del mes de Adar, último día de la vida terrenal de Moshé. Moshé se dirige al pueblo y les anuncia que precisamente ese día él cumple los 120 años de edad. Y que, habiendo llegado a las puertas de la Tierra de Israel, D-s no le ha permitido cruzar con ellos el Río Jordán y acompañarlos en esta nueva etapa para los Hijos de Israel (la de la llegada y conquista de la Tierra Prometida), por lo que para él este viaje llega a su terminación. Moshé prosigue diciéndoles que, pese a su ausencia, no los dejará solos ya que el liderazgo será transferido a Joshua, quien a partir de ahora será el responsable de guiarlos exitosamente a conquistar/heredar la Tierra de Canaan. El Todopoderoso irá delante de ellos, Destruyendo a los enemigos que se les vayan presentando conforme avanzan y no les abandonará. Él extirpará a los habitantes de Canaán, tal como lo hizo poco antes con los Emoritas (cuyo rey era Sijón) y los Bashanitas (cuyo rey era el gigante Og), en consecuencia, otorgándoles su territorio. Por ello, Moshé pide a los israelitas ser valientes y no temer a sus enemigos.

Moshé llama a Joshua y a la vista de toda la nación le manifiesta que debe animarse y fortalecerse, ya que él será quien conduzca al Pueblo a la Tierra prometida a los Patriarcas, lo cual hará escoltado por D-s. "...Él estará contigo... ni te abandonará; no tengas miedo ni desfallezcas".

Moshé escribe el Libro de Devarim (Deuteronomio) y hace entrega de éste a los *Kohanim* (sacerdotes) y al consejo de ancianos. Moshé establece la ordenanza de *Hakhel* (Congregar), por la cual cada siete años, a la terminación del peregrinaje de Sucot que prosigue al año sabático, todos los hombres, mujeres y niños deben congregarse en el Santuario. La finalidad de dicha convocatoria es para que el rey de Israel lea públicamente ante todos ellos ciertas secciones del Libro de *Devarim*, y ellos y sus futuros descendientes aprendan a cumplir la Torá, a obedecerla y a reverenciar a D-s.

En esos momentos D-s avisa a Moshé que su partida está cercana y Le invita a entrar al Tabernáculo acompañado de Joshúa. Ya allí, se Dirige a ambos, informándoles que, en el futuro, ya habitando en la Tierra de Israel, llegará una época en la que, tristemente, los Hijos de Israel se desviarán tras las deidades existentes en Canaan, así abandonando el Pacto. Y D-s les advierte que

cuando eso suceda, Él (como la otra parte de ese Pacto) Ocultará Su rostro de la nación, lo que ocasionará que sean vulnerables a muchos males y sufrimientos. Por lo tanto, D-s les solicita, "escriban para ustedes este cantico y enséñenlo a los Hijos de Israel; "...pónganlo en boca de ellos...", a fin de que permanezca como un testimonio". (Esta canción es presentada en *Haazimu*, la próxima *Perashá*).

Moshé escribe la canción ordenada por Hashem y se las enseña a los Hijos de Israel. En ella llama a los Cielos y a la Tierra para ser testigos de que los Hijos de Israel han sido prevenidos con respecto a su futura suerte, si llegaran a fallar en su misión como socios del Pacto con el Todopoderoso: "Así, cuando la ira de D-s se desate contra los israelitas, quienes han abandonado el Pacto y, como resultado, Él se Esconda de ellos, ellos razonarán que todas las desgracias que les suceden son porque D-os Les ha abandonado. Es entonces que la canción escrita por Moshé y Joshua será testigo de que estos terribles eventos son únicamente una consecuencia de su conducta pecaminosa"

Moshé ordena a Joshúa que sea fuerte y valeroso, porque D-os estará con él. Moshé toma el rollo de la Torá – escrito por su propia mano y recién concluido- y lo entrega a los Levitas (miembros de su Tribu), ordenando se coloque en el *Arón Habrit* (Arca de la Alianza) al lado de las Tablas entregadas sobre el Monte Sinaí como un testimonio. (De acuerdo a la opinión de Maimónides, entregó adicionalmente un original a cada una de las Tribus).

Moshé congrega a los Ancianos y líderes de Israel con el propósito de advertirles a través de la canción, y de los Cielos y la Tierra como testigos, de las consecuencias que el Pueblo sufrirá, si se llegan a corromper y abandonan el camino de la Torá.

Del texto al final de la *Perashá*, el Talmud (Sanhedrin 21b) deduce la obligación que tiene cada miembro del Pueblo Judío de escribir para sí mismo un Rollo de la Ley; *mitzvá* (precepto) que puede ser cumplida fácilmente, participando en la escritura de tan solo una letra en un nuevo *Sefer Torá*.

**CODA:** En esta la más corta *Perashá* de la Torá, podemos sentir la angustia de Moshé de no poder estar allí para ayudar a su Pueblo a sobreponerse a la difícil prueba que D-s les pone, y a las casi inevitables consecuencias. Alas!

SHASHO GOLD  
COMPRO  
**ORO Y PLATA**

- RELOJES FINOS
- JOYERÍA ANTIGUA
- BRILLANTES DE MÁS DE 1KT
- ABSOLUTA SERIEDAD
- DISCRECIÓN
- PREVIA CITA

Carter, Patek, Hublot, Patek Philippe, Rolex, Baccarat

**Nissim Shasho M.**  
www.shashogold.com  
TEL. 5552519090 CEL. 55 1953 3827  
BOSQUE DE DURAZNOS #69-404  
nishasho@gmail.com

COLDWELL BANKER  
BIENES RAÍCES  
CITY

**VENTA CASA NUEVA**

PARA ESTRENAR EN  
CLUB DE GOLF AVANDARO,  
VALLE DE BRAVO

Abraham Marcus  
Asesor Inmobiliario

Cel. 55 55 08 36 88  
abymarcus@hotmail.com

Av. Paseo de las Palmas 735, Desp. 201  
Lomas de Chapultepec, Delg. Miguel Hidalgo  
C.P. 11000, México, D.F.

**RECUERDE...**

Lo leyó primero en

**KESHER**

**PHARMACOM SA DE CV FARMACIA**

**35 años al Servicio de la Comunidad Judía de México**

Grandes descuentos  
Aquí todo es más barato

Surtido extenso de medicamentos  
**Mayoreo y Menudeo**

Servicio a domicilio

Informes al (55) 52812616/3302/1843  
Julio Verne 90, Col. Polanco  
pharmacomsadecv@yahoo.com

**SE VENDEN LOCALES COMERCIALES**

Ya Rentados a Clientes AAA con Contrato

Excelente Inversión Patrimonial

Manejalos Tú Mismo  
Cel. 55 3031 1245

## Cómo Crear Un Flujo De Trabajo Que Hará Que Los Empleados Alcancen Sus Objetivos Comerciales

**Boris Diner\***

*Cree un proceso sistemático y repetible para ayudar a los empleados a alcanzar incluso sus objetivos comerciales más ambiciosos.*

**E**stablecer buenos objetivos comerciales es fácil. Implementar un plan para que sus empleados trabajen para alcanzar esos objetivos es una historia completamente diferente. Puede ser uno de los problemas más desafiantes que enfrentan los emprendedores cuando se trata de liderar a los empleados mientras trabajan hacia los objetivos comerciales.

Muchas empresas establecen metas y luego no logran trazar un plan para alcanzarlas. Sin un mapa, usted y su equipo se preguntarán si lo que están haciendo realmente los está ayudando a lograr sus objetivos. El establecimiento de objetivos, combinado con el mapeo de objetivos, asegura que su equipo tendrá un camino claro para alcanzar los objetivos de su empresa.

El establecimiento de objetivos suele ser la parte más fácil para los emprendedores. El establecimiento de metas es un proceso de dos partes: crear las metas y luego dividir las en hitos (milestones) más pequeños.

La meta es su objetivo final. Es el resultado final de su arduo trabajo. Un consejo importante sobre cómo crear objetivos comerciales sólidos: asegúrese de que sus objetivos comerciales se alineen con sus objetivos finales como empresario. Si su objetivo es crear una organización en la que sus empleados dirijan el programa y usted se presenta el lunes, no cree metas que lo encadenen a su negocio.

Los hitos (Milestones) son la forma en que su objetivo se divide en objetivos más pequeños. Por ejemplo, si su objetivo final es aumentar las ventas en \$1,500,000 en su próximo año fiscal, puede crear objetivos de ventas trimestrales, a su vez, creando cuatro hitos (ventas de \$375,000.00 cada trimestre). Cuando establezca sus hitos, tenga en cuenta las fluctuaciones del mercado que podrían afectar su negocio. Si el 60 por ciento de sus ventas se producen durante el tercer y cuarto trimestre, asegúrese de que sus hitos reflejen esto.

### Mapeo de objetivos

El mapeo de metas es el proceso de determinar qué estrategias lo ayudarán a lograr metas e hitos. Cada estrategia tiene un flujo de trabajo asociado y cada flujo de trabajo tiene un conjunto de tareas que deben completarse. El mapeo de objetivos puede resultar un poco abrumador al principio. Pero no tiene que cargar solo con la carga del mapeo de objetivos. Consiga la ayuda de su equipo mientras crea su mapa de objetivos. Es probable que tenga un grupo de personas talentosas listas para actuar. Usar su talento durante el proceso de mapeo de metas ayuda a generar aceptación.

Así es como puede ver el mapeo de objetivos en acción:



### Estrategias

Las estrategias son las formas en las que aumentará sus ventas para alcanzar sus hitos trimestrales. Tal vez en el primer trimestre renueve un producto existente, o cree una nueva campaña de correo electrónico centrada en las ventas y organice un evento pago en vivo, por ejemplo. Cada uno de estos es una estrategia diferente. Mantenga sus estrategias lo más simples posible: crear estrategias muy complejas, o demasiadas estrategias, cargará y, posteriormente, agotará a su equipo.

### Flujo de trabajo

Cada estrategia tiene un flujo de trabajo asociado para ejecutarla. El flujo de trabajo para renovar un producto existente podría ser determinar qué necesita su cliente, revisar los productos de la competencia, identificar brechas en el mercado, realizar los cambios necesarios y relanzar los productos o rediseñar productos.

### Tareas

Las tareas son las tareas pendientes de cada flujo de trabajo. Si bien el flujo de trabajo es lo que hacen, las tareas son cómo lo hacen. Una lista de tareas asociadas con la determinación de las necesidades del cliente podría ser invitar a sus mejores clientes a participar en un grupo de enfoque y luego revisar los resultados con su equipo para generar nuevas ideas. Se entiende la idea.

No sería un buen uso del tiempo idear flujos de trabajo y tácticas para cada estrategia a la vez, ya que sus estrategias podrían cambiar en función de los resultados de sus hitos. Dese tiempo para trabajar en el mapeo de objetivos e involucrar a su equipo. Su equipo es su mayor activo, así que déjelos brillar (por favor evite ser un micromanager).

Tener una reunión anual para establecer metas es una excelente manera de comenzar el proceso. Durante la reunión inicial, discuta los hitos y las estrategias para alcanzar esas metas. Una vez que sus hitos y estrategias estén en su lugar, dé tiempo a su equipo para crear los flujos de trabajo asociados con cada estrategia. Luego, vuelva a reunirse para las sesiones de mapeo de objetivos para discutir ideas y hacer las revisiones necesarias. Luego, déjelos ir a desarrollar las tareas asociadas con el flujo de trabajo.

Podría verse algo como esto:

- **Junio:** reunión inicial anual. Revele las metas del próximo año y cree los hitos y las estrategias para alcanzar esas metas.
- **Noviembre** - Primera reunión de mapeo de metas. El equipo vuelve a reunirse para discutir sus ideas para cada estrategia durante el primer trimestre. Las ideas se aprueban o revisan y se crean plazos. Luego, se levanta la reunión y el equipo comienza a crear las tareas asociadas con cada flujo de trabajo.
- **Enero** - Segunda reunión de mapeo de metas. Todo sucede de la misma manera que el anterior, excepto que esta vez usted y su equipo están trabajando en el 2º trimestre.

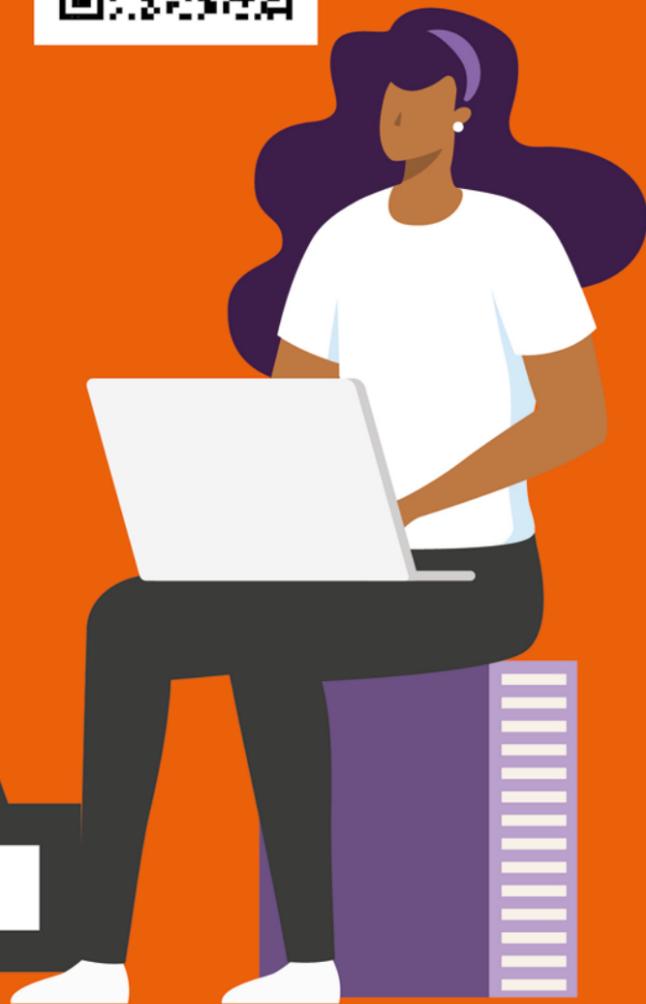
Espero, estimado lector que entienda la idea. El mapeo de objetivos es un proceso continuo. La parte difícil es hacer esto por primera vez. Una vez que lo haya hecho varias veces, tendrá plantillas que puede usar para futuras reuniones de mapeo de objetivos.

\*Chairman en The Entourage Business Club.

# 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

@vidaanahuac

#### 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.

Grandes líderes y mejores personas

ANÁHUAC



## ISRAEL



## ISRAEL OFRECE RESCATAR LA ECONOMÍA DE LA AUTORIDAD PALESTINA

**E**conomía por paz, pero sin territorios. El nuevo Gobierno de Israel se ha ofrecido a rescatar las arruinadas finanzas palestinas con el propósito de afianzar en el poder al presidente de la Autoridad Palestina (AP), el nacionalista Mahmud Abbas frente a la emergencia del islamismo de Hamás. El Ministro de Defensa israelí, Benny Gantz, fue recibido por el veterano rais en Ramala, sede administrativa de la AP próxima a Jerusalem, en un encuentro bilateral de alto nivel sin precedentes desde 2010. El anuncio del plan para fortalecer la economía palestina presentado por Gantz se produce tras la reunión del viernes en Washington entre el presidente de EE UU, Joe Biden, y el Primer Ministro israelí, Naftali Bennett.



## FONDO ISRAELÍ INVIERTE EN STARTUPS DE LOS EMIRATOS ÁRABES UNIDOS

**E**ntrée Capital, uno de los importantes fondos de inversión israelíes, destinó 15 millones de dólares a cuatro startups diferentes en los Emiratos Arabes Unidos EAU y el Golfo Pérsico en el último año.

Entrée Capital se define como un equipo de emprendedores en serie que gestionan más de 650 millones de dólares en cientos de nuevas empresas en Israel, EEUU, Canadá, Australia, Africa, India, Corea del Sur y Europa; y que tiene oficinas en Tel Aviv, Silicon Valley, Londres y Nueva York.

La última de las operaciones que lideró Entrée Capital en los EAU fue una ronda de recaudación de fondos para Hala, una empresa de insurtech emiratí (seguros de los emiratos) de Abu Dabi, que recaudó 5 millones de dólares junto con la participación de la compañía de inversión Mubadala y los fondos 500 Startups, Global Founder Capital, EQ2 y Oryx.

Mubadala es el fondo soberano de Emiratos, que también invierte junto con Entrée en Europa; y Hala, una compañía de insurtech digital fundada en 2018, coordina pagos entre las compañías de seguros de automóviles en los Emiratos Arabes Unidos.

Otras de las empresas en las que Entrée Capital participó en la captación de fondos es Tarabut, tiene su sede en Bahrein y es la primera y más grande plataforma de banca abierta en Medio Oriente y África del Norte, que conecta una red regional de bancos y empresas de tecnología financiera a través de una interfaz de programación de aplicaciones.

ITON GADOL



## DE JERUSALEM A TEL AVIV: UNA NUEVA FORMA DE CONOCER ISRAEL GRACIAS AL MINECRAFT

**E**n el marco del Día Mundial del Videojuego y del Gamer se realizó una innovadora propuesta realizada a través del popular juego que te permite recorrer todo el país en tres dimensiones.

Desde el año pasado, Israel está siendo recreado en su totalidad de forma virtual por un grupo de personas gracias al popular videojuego Minecraft. Esto es parte del proyecto Minecraft Build The Earth (BTE) para construir un mapa a escala 1:1 (un bloque igual a un metro) del país de Medio Oriente.

50 constructores y más de 400 miembros son los encargados de realizar estas construcciones sin pausa. A más de medio año de iniciada la campaña, los datos de cada terreno se recopilan para trabajar desde cualquier punto del planeta.

DIARIO AURORA ISRAEL



## GOOGLE ANUNCIA PLAN DE CABLE SUBMARINO PARA CONECTAR ISRAEL Y EL SUR DE EUROPA

**G**oogle ha anunciado sus planes de construir y explotar dos sistemas de cable submarino para conectar Oriente Medio con el sur de Europa y Asia.

Uno de los proyectos, el Sistema de Cable Submarino Azul, unirá Israel con Italia, Francia y Grecia.

El otro, denominado Sistema de Cable Submarino Raman, conectará Jordania, Arabia Saudita, Yibuti, Omán e India.

Cada uno de los cables llevará 16 pares de fibra óptica que aumentarán la capacidad de la red y reducirán la latencia, dijo Google en una declaración el jueves.

La empresa espera que los cables estén listos para su uso en 2024. Partes de los cables se conectarán en tierra en Israel con la ayuda del proveedor de Internet Bezeq.

Google Cloud colaborará en el proyecto con la empresa italiana de telecomunicaciones Sparkle.

ISRAEL NOTICIAS



## EL DELICIOSO TÉ PREMIUM LLEGA A ISRAEL

**C**eremonie Tea es una pequeña fábrica que ofrece una amplia variedad de tés de alta calidad.

Ceremonie Tea ya es consumido por muchos israelíes que se están familiarizando con las mezclas premium.

Más allá de la justificada reputación de tener el mejor café del mundo, Israel es hoy más conocido por su té con "nana" -agua caliente y hojas de menta verde- que es consumido por todos sin distinción de edades.

Pero más allá de esta simple receta, cada vez más israelíes se entusiasman con la idea de mezclas de té premium compuestas de hojas de alta calidad y hierbas únicas provenientes de todo el planeta.

POR ISRAEL

**TRAVEL LEADERS MEXICO**

**Los viajes están de regreso...**  
Descubramos juntos nuevos horizontes.

Denise Goldberg,  
Travel Specialist  
dgoldberg@cts.mx  
+52 555 107 6667

Safe travels

**ABUDARAJO**  
(Huevo de liza)  
El caviar de los turcos...

\$650.00 medio kilo  
5523900482

**OXÍGENO PORTÁTIL**

VIAJA CÓMODO

SILENCIOSO

LIGERO

SIN TANQUE DE OXÍGENO

4.5 - 9 HRS.

**INOGEN ONE**  
Oxígeno. Cuando sea. Donde sea.

DEMOSTRACIONES A DOMICILIO!  
(55) 56 026 944 / 044 55 256 13271  
(55) 55 891 053  
@ www.sistemainogenone.com

**MEX ICA**  
50 ANIVERSARIO

**COMBUSTIBLE ALTERNO**  
PARA CALDERAS DE VAPOR

COMBATEC-A  
PUEDES SUSTITUIR PARCIAL O TOTALMENTE AL DIESEL, GAS Y COMBUSTÓLEO.

CONTAMOS CON AUTORIZACIONES DE LA SECRETARÍA DEL MEDIO AMBIENTE -SEMARNAT

BENEFICIOS:  
• Precios más económicos que otros combustibles del mercado  
• No tenemos intermediarios en su entrega y/o distribución

5611787309  
5522070035 / 5553923466  
jcasasolacuevas@hotmail.com

**LAKERDA**  
(Pescado Sierra sin piel, estilo griego)

"DELICATESSEN DE PRIMERÍSIMA CALIDAD"  
\$400 1/2 LITRO.

5523900482

Salud y Berajá!

Ya se encuentra a su disposición

**EL LIBRO**

*Mujer Sefardita su legado, costumbres Dichos, y mas...*

Edición limitada

Para informes comunicarse a los  
tels. 55 5203 0446 o 55 5531 7601  
periodico@keshher.org.mx

Visita nuestra página web  
[www.keshher.mx](http://www.keshher.mx)

## Los talibanes, indudables villanos. Sin embargo...

**Esther Shalbot\***

Desde fines del siglo pasado y hasta el programado, pero intempestivo retiro de las tropas norteamericanas de Afganistán, hace poco, los talibanes fueron vistos por el mundo como los representantes máximos del fanatismo religioso en su variante islamista, con prácticas cuya brutalidad y salvajismo merecían quedar en los primeros sitios del museo universal del horror.

El cuadro que ofrecía su dominio no podía ser más espeluznante: mujeres muertas en vida, ocultas permanentemente, lapidadas y azotadas, presas de un analfabetismo obligatorio y sin posibilidad de dejar oír su voz. Al mismo tiempo, la música, los deportes y los pasatiempos más inocuos eran prohibidos a la población general so pretexto de ser prácticas exportadas por Occidente para fomentar perversiones o bien, por constituir distractores del deber único y esencial de dedicarse en cuerpo y alma al estudio de los textos sagrados. La sharía, o ley islámica, en su vertiente más extremista, fue la fuente de legitimidad esgrimida para imponer su dominio tiránico a pesar del horror en que quedó sumida la sociedad afgana.

Es así que cuando, hace poco menos de dos semanas, se anunció la toma de Kabul por los talibanes y se desencadenó el éxodo de los últimos vestigios de fuerzas estadounidenses y de la OTAN que aún permanecían en el país, el mundo se cimbró ante el escenario que estaba en proceso de imponerse. Los talibanes habían obtenido el control casi total del país, por lo

que la alarma ante la muy probable repetición de la pesadilla que fue el dominio talibán de 1996 a 2001 sacudió fuertemente a la opinión pública. ¿Se repetirían las estrujantes escenas de hace veinte años? ¿Podía confiarse en declaraciones hechas por algunos de los jefes talibanes en el sentido de que las condiciones de vida de las mujeres no serían como entonces, sino que habría ciertas consideraciones favorables a ellas, siempre y cuando todo ello no transgrediera la normatividad islámica? Las conjeturas y especulaciones al respecto fueron en estos últimos días, como se dice en el argot actual, *trending topic*.

Pero hace unos días irrumpió en el caótico escenario del aeropuerto de Kabul, donde ríos de gente intentaban embarcarse en alguna aeronave para escapar del país, un evento que ha magnificado la catástrofe. Una gigantesca explosión perpetrada por dos bombarderos suicidas, acompañados de tiradores, provocó un escenario dantesco en el que perecieron más de un centenar de personas, entre ellos, muchos hombres, mujeres y niños afganos, cerca de tres decenas de talibanes y 13 soldados norteamericanos. El magno atentado, reivindicado por el Estado Islámico Khorasan, agrupación islamista rival de los talibanes, ha hecho que la muy comentada imagen de crueldad de éstos palidezca ante la de los responsables de la masacre a las puertas del aeropuerto.

Las explicaciones a las que se recurre para entender lo que pasó van en la línea de que, siendo Afganistán básicamente un país fragmentado tribalmente, con señores de la guerra actuando

permanentemente para debilitar a sus rivales y ganar espacios territoriales, era difícil esperar que los talibanes, pertenecientes a la etnia pashtún y sin duda la más fuerte de las facciones, no encontraran resistencia a su hegemonía por parte de otros segmentos islamistas que se mueven con agendas e intereses distintos. Todo indica que la citada rama afgana del Estado islámico, cuyas pretensiones son las de recuperar el proyecto de la restauración de un Califato, tiene el objetivo de aprovechar el río revuelto de la situación afgana actual, con los norteamericanos y occidentales en fuga, para convertirse ellos en los mandamases, por encima de los talibanes.

En este contexto, y de un día para el otro, los jefes talibanes actuales, que dialogaron con la administración de Trump en Doha hace un par de años, que se entrevistaron apenas con el director de la CIA, William Burns, y que pactaron con Washington el mantenimiento del aeropuerto abierto y en manos de EE.UU. hasta el 31 de agosto, aparecen como un poder con el que, a pesar de todo, se ha podido hablar y pactar. A la luz de esto, parece ser que el menor de los males en esta difícil encrucijada es que los talibanes logren ejercer el control del país de tal forma que se establezca mínimamente a fin de evitar el caos absoluto y lo que ello conllevaría: imposibilidad para la comunidad internacional de contribuir a resolver la crisis humanitaria que existe y la expansión de todas esas células islamistas ultra radicales cuyos objetivos no se limitan a actuar dentro de las fronteras afganas, sino mucho más allá.

La paradoja de hoy es que tanto para EE.UU. como para China, Rusia, Irán, Pakistán y las repúblicas ex soviéticas que limitan con Afganistán, la consolidación del poder talibán es urgente, aunque sea al mismo tiempo, tan sombría y terrorífica para los afganos. Quién lo diría?...

\*Editorialista del Diario Excelsior

## LA BENDICION DEL LULAV EN SUCOT QUE SALVÓ SU VIDA

Eli Suli

Sucedió en el año 1973, una semana después del comienzo de la Guerra de Yom Kipur. corría el último día de Sucot, llamado “*Hoshaná Rabá*”, y el Rabino Shamai Parnes, uno de los principales rabinos del ejército israelí, junto a sus asistentes, se encontraban cerca del canal de Suez. Eran las últimas horas de la mañana, cuando el Rabino llegó conduciendo a la base militar construida en medio del desierto. Como él ya había utilizado y recitado la Beraja (bendición) de su Lulav y Etrog el último día de Sucot, decidió dejarlos en la base. Sin embargo, poco tiempo después que el Rabino Shamai llegara a la base, comenzó a formarse una larga fila de soldados, esperando también poder recitar la *Berajá* (bendición) del Lulav y el Etrog que el Rabino había traído consigo. Mientras la fila seguía creciendo, un joven soldado no ortodoxo, de nombre Arik Shuali, viajaba hacia el sur, manejando un camión lleno de municiones. Al observar a través de sus binoculares, Arik notó que había muchos soldados reunidos en una misma área. Con curiosidad, bajó del camión, y se dirigió caminando hacia el lugar en el cual estaba reunida la gente.



Al acercarse, preguntó: “¿Por qué están todos los soldados aquí formados?” Le explicaron entonces, que había llegado el Rabino Shamai, y que los soldados estaban esperando su oportunidad para poder decir la Beraja del Lulav y el Etrog, ya que ese era el último día que podrían recitar dicha bendición. Arik, que no tenía ningún interés en quedarse esperando la fila, más sin embargo, cuando uno de sus amigos le mencionó que era el último día para poder cumplir con esa *Mitzvá*, aceptó esperar su turno. Finalmente le llegó el turno al soldado Arik, y en el momento en que recibió en sus manos el Lulav y el Etrog, y comenzó a recitar la bendición, una bomba hizo blanco en su camión. El vehículo explotó, ocasionando una múltiple serie de explosiones, debido a las municiones que llevaba dentro. Las explosiones fueron de tal magnitud, que incluso se formó un cráter en el lugar sobre el cual estaba estacionado su camión. Cuando más tarde los israelíes examinaron el

lugar donde había estado el camión, no pudieron encontrar ni siquiera un fragmento de metal que hubiese quedado del vehículo. Pero pasaron tres meses, cuando el Rabino Shamai leyó una noticia en el periódico del ejército Israelí. Era un anuncio, informando que la esposa del soldado Arik Shuali, había dado a luz a una pequeña niña. El anuncio incluía también una declaración del flamante padre: “Creo con cada fibra de mi ser, que si hoy estoy vivo, y que si tuve el mérito de ver a mi hija recién nacida, fue sólo por la *Mitzvá* que estaba cumpliendo en el preciso instante en que mi camión fue bombardeado”. Esta historia real, nos demuestra una vez más, la “*Hashgaja Pratit*” (Providencia Divina) que acompañó durante la Guerra de Kipur al ejército de Israel, y en especial al soldado Arik Shuali, quien al cumplir esa *Mitzvá* en el último día de Sucot, salvó su vida, y pudo ver a su hija recién nacida.



# VÍSPERA DE YOM KIPUR

Yosef Bitton\*

¿Qué debemos hacer hoy, el día previo a Yom Kipur?

**PEDIR PERDÓN:** Los pecados cometidos contra otra persona no son perdonados en Yom Kipur, a menos que uno obtenga previamente el perdón de la persona a la que ha herido u ofendido. Por lo tanto, es necesario ir a ver (o al menos llamar o enviar por correo electrónico o mensaje de texto) a los amigos, familiares o cualquier persona a quien se haya causado daño u ofendido o herido, y pedirle perdón. Esto incluye amigos, colegas, esposo, esposa y otros miembros de la familia. Se debe prestar especial atención a pedir perdón a nuestros padres.

**PERDONAR:** Es un hermoso gesto y un gran mérito perdonar unilateral y sinceramente a todos aquellos amigos y familiares que nos han herido u ofendido, eliminando todos los sentimientos negativos que pudieran estar anidando resentimiento en nuestros corazones. Recordemos lo que explicaron los Sabios: que D-os nos juzga y nos perdona de la misma manera que nosotros juzgamos y perdonamos a los demás. Los padres debemos perdonar a nuestros hijos en nuestros corazones, evitando así que sean culpables de transgredir el quinto mandamiento.

**COMER:** En la víspera de Yom Kipur debemos comer y beber más de lo habitual. Comer abundantemente nos dará la energía y la fuerza para poder ayunar. Según algunos rabinos, la comida extra en la víspera de Kipur "compensa" por las comidas festivas (Yom Tov) que no tenemos en Yom Kipur, ya que Yom Kipur es, en esencia, un día de celebración. Antes de que comience el ayuno, hacemos la *se'udat hamafseket*, es decir, la última comida antes de ayunar. Debemos terminar de comer unos 15-20 minutos antes de la puesta del sol (en NY la puesta del sol será hoy a las 6:40m).

**TEFILA:** Debemos repasar nuestras Tefilot y tratar de comprender lo que vamos a decir y muy especialmente el *Viduy*, la plegaria de confesión. Es aconsejable tener en mente una lista de las acciones incorrectas que hemos cometido y que podamos admitirlas, articularlas (*Viduy*) y D-os mediante, cambiarlas.

**TZEDAKA y KAPPAROT:** Es costumbre dar caridad extra en la víspera de Yom Kipur. Practicar la tzedaka es una de las mejores maneras de demostrar nuestro renovado compromiso con la bondad y la rectitud. También es muy recomendable hacer las Kapparot con Tzedaka.

**MIKVEH:** En muchas comunidades es habitual que los hombres se sumerjan en el Mikve (baño ritual) en la víspera de Yom Kipur. Esto nos recuerda al Cohen Gadol que se purificaba en el Mikve antes de realizar su Servicio Sagrado (*avodat Yom HaKipurim*).

**MINJA GUEDOLA:** Se acostumbra rezar temprano Minjá (Minjá guedolá) en Ereb Yom Kipur. En algunas comunidades la costumbre es rezar Minjá de hoy con Talit y Tefilin. Durante la Amida recitamos el *Viduy*. Luego nos vamos a casa y nos preparamos para la última comida antes del ayuno (*se'udat hamafseket*).

**AÑADIR TIEMPO:** Debemos abstenernos de las cinco prohibiciones de Kipur y de hacer cualquier trabajo prohibido en Yom Kipur o Shabat (*melajá*) aproximadamente 15 - 20 minutos antes de la puesta del sol, cumpliendo con la Mitzvá de añadir algún tiempo en la víspera de Yom Kipur. Por esta razón debemos también retrasar el final de Kipur durante unos minutos después del anochecer.

**ENCENDIDO DE LAS VELAS:** Existen diferentes costumbres respecto a la obligación de encender las velas hoy a la tarde, en la víspera de Yom Kipur, ya que la razón principal del encendido de las velas se relaciona con la cena de Shabat y Yom Tov, algo que en Yom Kipur, obviamente no existe. Algunos rabinos dicen que no hace falta, o incluso que no se debe, encender las velas esta tarde, pero la mayoría de los rabinos sostiene que si bien no es mandatorio, mantenemos la costumbre de hacerlo. La Mishná, el Talmud y el Shulján 'Aruj convalidan las dos opiniones. La opinión del Rab Obadia Yosef y el Rab Melamed es que las mujeres, tanto Sefaradim como Ashkenazim, deben encender las velas y decir la berajá "*asher quidesahnu bemitsvotav vetsivanu lehadliq ner shel yom hakippurim*", esta tarde antes de Kipur. Si la mujer que enciende las velas no asistirá a la sinagoga para Kol Nidré también deberá recitar la bendición "*Shehejeyanu*" (Para entender la costumbre de los Yehudim originarios de Siria).

\*Rabino de la Comunidad  
Ohel David Shlomo de Nueva York



## Tishrei: el mes de las festividades judías

(7 septiembre al 6 octubre)

El mes judío de Tishrei (que coincide con septiembre u octubre) está cargado de significación religiosa, repleto de festividades importantes. El mes comienza en Rosh Hashaná, el nuevo año judío, que se celebra durante dos días. Algunas de las costumbres más conocidas de Rosh Hashaná incluyen el toque del *shofar* (un cuerno de carnero) y el consumo de alimentos simbólicos, como por ejemplo, manzanas mojadas en miel, que expresan el deseo de un nuevo año dulce. También se comen granadas, una de las siete especies identificadas desde los tiempos bíblicos con la Tierra de Israel y que salen al mercado alrededor de Rosh Hashaná. Los judíos en todo el mundo desean que sus buenas acciones en el nuevo año sean tan abundantes como las semillas de la granada. Durante la festividad misma, los judíos en todo el mundo se desean mutuamente Shaná Tová umetuká, un año bueno y dulce.

Diez días después de Rosh Hashaná se celebra Yom Kipur, conocido como el Día del Perdón o de la Expiación. Esos diez días son un periodo de introspección y reflexión, conocido como Aséret Ieméi Teshuvá (Diez días de arrepentimiento). Durante ese periodo, la gente pide perdón de toda persona a la que pueda haber ofendido. El Iom Kipur mismo es el día más sagrado del calendario judío y según la creencia, es el día en el que D-os decide el destino de cada ser humano en el próximo año. Muchos pasan el día en la sinagoga, inmersos en la oración. La ley religiosa dicta que los judíos deben afligir sus almas y que durante 26 horas no pueden consumir alimentos ni líquidos (Levítico 23:27). Como dice la Biblia, «Porque en este día se hará expiación por vosotros para que seáis limpios; seréis limpios de todos vuestros pecados delante de D-os» (Levítico 16:30). El saludo tradicional durante los Diez días de arrepentimiento y en Yom Kipur es Gmar Jatimá Tová, «que seas inscripto y sellado para un buen año» (en el Libro de la vida).

Poco después de Yom Kipur se celebra Sucot, conocida en español como Fiesta de las Cabañas o de los Tabernáculos. Se celebra el 15 de Tishrei y es una de las tres fiestas de peregrinación judías, cuando tal como lo ordena la Torá, los judíos deben realizar una peregrinación a Jerusalén. Sucot dura siete días (ocho en la Diáspora). Las familias construyen sucot (cabañas cubiertas con hojas de palma), cuya finalidad es recordar las moradas de los israelitas durante sus 40 años en el desierto tras el Éxodo de Egipto. Durante todo Sucot, se come en la sucá y hay quienes incluso duermen en ella. Durante la fiesta se pronuncian bendiciones especiales sobre las Cuatro especies, la cidra, la rama de palma, ramas de sauce y ramas de mirto. Como se dice en la Biblia, «Y el primer día tomaréis para vosotros frutos de árboles hermosos, hojas de palmera y ramas de árboles frondosos, y sauces de río; y os alegraréis delante del SENOR vuestro D-os por siete días» (Levítico 23:40).

Sin duda alguna, el mes de Tishrei es la temporada festiva judía y al realizar una peregrinación a Tierra Santa, no hay mejor época en el año para conocer mejor muchas tradiciones antiguas.

# SAM WISHÑIACK

## Pilar de la Comunidad Ashkenazi

Manuel Taifeld

1era. de 2 partes



Don Sam (Shmuen) Wishñiack Warshaw, fue el Gran Pilar del Sector Ashkenazi en México. Su historia se remonta a Irkutsk, Siberia, Rusia, donde nació en 1893. A los 15 años, su familia decidió enviarlo a Shanghai, China, para evadir el servicio militar zarista, que reclutaba a jovencitos de esas edades.



La familia Wishñiack



Después de haber permanecido en China durante seis años, en 1914 se embarca rumbo a San Francisco, California, donde empezó a laborar en un taller de cachuchas; con salarios raquíticos y jornadas de trabajo de 12 a 14 horas, el joven revolucionario unió a sus compañeros y armó una

huelga de protesta, finalmente la jornada bajó a 9 horas y subieron los salarios, lo que benefició a sus compañeros, pero a él lo despidieron.

Animado por varios amigos que creían que era fácil encontrar minas de oro en México, cruzaron la frontera y emprendieron la aventura por el país, durante el trayecto fallecieron dos de sus compañeros; él mismo cayó gravemente enfermo de tifoidea. El resto lo dejó al cuidado de una humilde familia en Sonora, milagrosamente se salva y al preguntar dónde hay judíos en el país, le dijeron que en la Ciudad de México y emprendió un largo peregrinaje hacia la Capital, llegando el 1º de febrero de 1916.



Aquí se encuentra con un reducido número de familias judías ashkenazitas integradas por los Kalb, Granat, Weinstock, Gaisinsky, Wallestein, Sneider y la viuda del Sr. Morrison, quien poseía una pensión donde se hospedó el joven Sam. Ahí conoció a Feigue (Fanny), la atractiva hija de la Sra. Morrison, con la que contrajo matrimonio en 1919, siendo una de las primeras bodas judías que se realizó en México.

En 1917, siendo que Estados Unidos había permanecido neutral durante la Primera Guerra Mundial, el Presidente Thomas Woodrow Wilson, se une a los Gobiernos de coalición y decreta la movilización de jóvenes en edad militar. Esto provocó el temor de unos 200 jóvenes judíos de ser enviados a pelear a Europa, de donde procedían, por lo que se refugiaron en México. Aquí deambulaban por la Alameda Central y Correo Mayor, en espera de recibir la ayuda económica de sus familiares, los menos se dedicaron a buscar en qué ocuparse. Inclusive varios de esos jóvenes crearon "La Juventud Israelita de México", antecesora del Young Men's Hebrew Association, que desapareció cuando la mayoría de los jóvenes retornaron a sus hogares al finalizar la Guerra.



Thomas Woodrow Wilson

Gracias a los conocimientos de confección que tenía el joven Sam y como emprendedor que era, hizo contacto con algunos militares de alto rango, logrando así montar un taller para manufacturar gorras y uniformes para venderlos al ejército mexicano, lo que le permitió progresar económicamente.



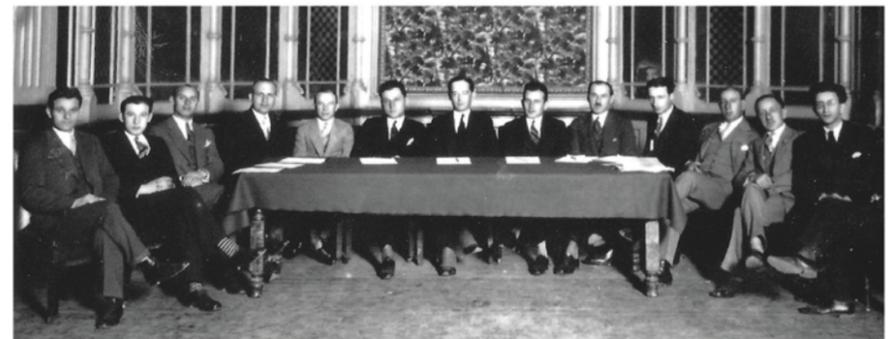
Con el gran espíritu de liderazgo que lo caracterizaba, retomó el plan para los jóvenes. En su propio domicilio fundó lo que sería el Young Men's Hebrew Association, de ahí rentaron un pequeño local en la calle de Palma, luego se trasladaron a Isabel la Católica 8 y posteriormente se pasaron a un local más amplio en el Callejón 5 de mayo 38; donde su función era ayudar a los nuevos inmigrantes. Fue en 1922 cuando el YMHA le facilitó



la planta alta del mismo local a un pequeño grupo de señores religiosos que habían instituido la "Sociedad Israelita Nidjei Israel", hoy la Kehilá Ashkenazi de México, su posición estaba dirigida a cubrir las necesidades religiosas del sector.



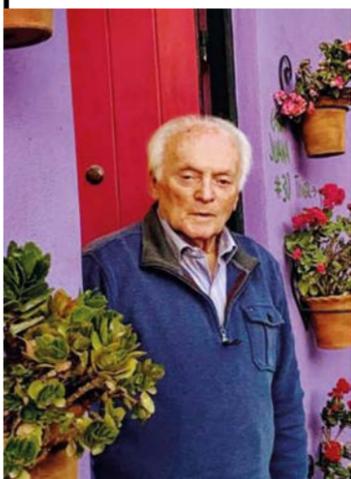
Finalmente en 1926, bajo la Presidencia del Sr. Sam Wishñiack, el Young Men's Hebrew Association se muda al icónico edificio de Tacuba 15, conocido como el Palacio de Mármol, donde se encontraba el "Club Asturiano", y que fue la primera organización que sentaría las bases firmes que regirían los destinos de la Comunidad Judía de México.



Young Men's Hebrew Association en Tacuba 15

En 1922 se había instalado en México la B'nai B'rith para apoyar a los nuevos inmigrantes, que incluía una caja de préstamos; a la par el YMHA encabezado por Don Sam Wishñiack también ofrecía dicha prestación. Sin embargo en 1931 la B'nai B'rith decide retirarse de México y de dicho servicio, entonces la YMHA lo absorbe y con el capital de ambos se crea en 1933 el Banco Mercantil de México, S.A., el Sr. Sam Wishñiack fue uno de los fundadores y Presidente de la Institución, cuyos servicios fueron vitales para el desarrollo económico de la Comunidad.

## ISAAC STEPENSKY z'l (México 1929-2021)



Se dice que de músico, poeta y loco, todos tenemos un poco; sin embargo nuestro creativo amigo tenía mucho de todo eso, ya que era un prolífico compositor que escribió numerosas canciones dedicadas a su familia, amigos y a la vida, entre ellas destacamos "Álamos, mi querido Shtetl", que compuso cuando el Shul de Álamos celebraba su 60º Aniversario.

Isaac se crió justamente en el que llamaban el Shtetl de Álamos y que tantos e imborrables recuerdos trae a la memoria de quienes ahí vivieron. Precisamente en esa época fue que lo conocí, él era parte vital de aquel festejo y desde entonces tuvimos una entrañable amistad.

Su talento como escritor quedó plasmado en innumerables escritos de temas tan diversos como la comunidad, el arte, la política, la naturaleza y la poesía.

Tuvo la fortuna de ser el padre de 4 hermosas hijas, de las que vio ocho nietos y cinco bisnietos, por los que estaba loco y de los que, como contó uno de sus queridos nietos, era el fotógrafo oficial de la familia, ya que poseía unos 29 álbumes de la familia.

Isaac compartió los últimos once años de su fructífera vida con la talentosa escultora Miriam Neuman, quien nos comentó que fueron maravillosos, de los cuales cuatro residieron en San Miguel de Allende, donde Isaac fue muy apreciado, inclusive organizó varios eventos para la Comunidad, entre ellos uno con la participación con el Jazán Leibele Jinich en una velada de Januká; otro más, una interesante conferencia sobre la Maestra Esther Schüller, sobre el Barco "Exodus" en el que estuvo su marido.

Sin embargo, el concierto que hizo historia fue el que organizó con su esposa y varios residentes con el "El Shtetl Klezmer Trio", dirigido por el destacado violinista Abraham Rechthand, en el Teatro "Ángela Peralta", con un lleno total, donde mucha gente ya no pudo entrar.

Isaac Stepensky Z'L fue sepultado en el panteón judío de San Miguel de Allende; donde viven dos de sus hijas y dos de sus nietos.

Descanse en Paz.

\*Manuel Taifeld

RECUERDE... Lo leyó primero en **KESHER**

## CLAUDIO RESNIK, ¡HASTA PRONTO!

Marcos Schwartzman



Luego de veinte años representando a Veteranos Fútbol del CDI, el goleador Claudio Resnik deja el equipo y al país, y junto con la familia para hacer aliá en Israel y seguir adelante con sueños y realidades.

Goleador de magnitudes impresionantes, amigo extraordinario y compañero, nacido en Argentina y mexicano por adopción, y participante como tal incluso en Macabeadas.

Una máquina de hacer goles y contribuir al accionar de este equipo que tiene 45 años de haber sido fundado.

Realizamos un convivio en el Campo de Fútbol con un encuentro portando todos las playeras de nuestra estrella, que recibió diploma y regalos como agradecimiento y reconocimiento a su carrera.

Estuvieron presentes los Delegados y Directivos del equipo: Manuel Nestel, Jaime Scheinman, Beto Sefami y los jugadores Fabio Roitman, Pepe Mizrahi, Abdo Shamosh, Julio Mash, Adolfo Rafa Sasson, Marcos Schwartzman, el festejado Claudio, su esposa y familia, Freddy, Chon Grinbeng, Mayte Zaga, Benja Maya y otros amigos cercanos el grupo.

Ha sido un privilegio y un honor tener a una verdadera estrella en el cuadro, ya que siempre creó la diferencia en el terreno.

Completísimo jugador con cualidades al dribling, cabeceo, velocidad, técnica individual de primer nivel y goleador de escándalo.

Le deseamos éxito y salud en sus siguientes actividades y que realice sus dueños con su querida familia.

Las personas que deseen publicar esquelas o avisos de descubrimiento de lápida favor de comunicarse a:

Tel. 55 5203 0446 / 55 5531 7601  
E-mail: [ventas@keshet.org.mx](mailto:ventas@keshet.org.mx)  
[periodico@keshet.org.mx](mailto:periodico@keshet.org.mx)

### GRUPO EDITORIAL KESHER

Se une a la pena que embarga a la **Familia Stepensky** y a la **Sra. Miriam Newman** por el sensible fallecimiento de nuestro amigo y gran seguidor de nuestro periódico el

**Sr. Isaac Stepensky z'l**

"Que no sepan más de penas"

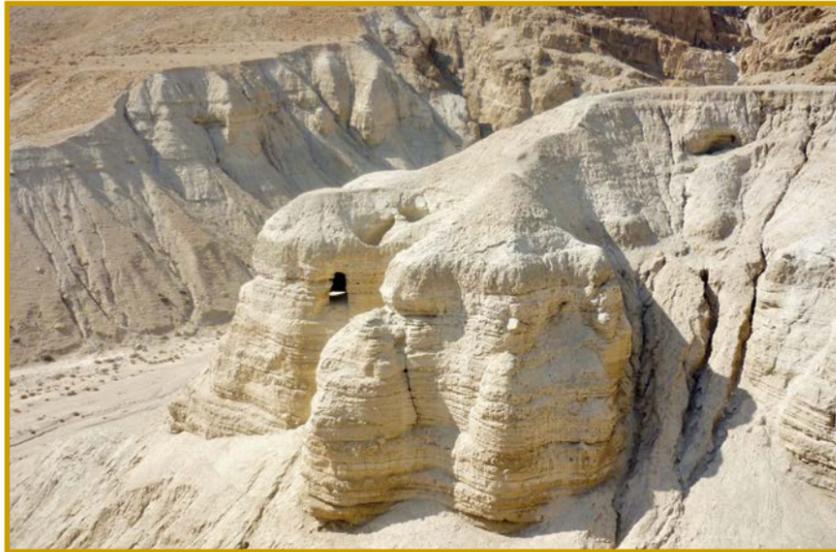
Rosita Cohen  
Directora y Editora

## Una Imagen, un recuerdo

# Los Rollos del Mar Muerto

Jaime Laventman

Qumran, en la margen occidental del río Jordán, teniendo como escenario el Mar Muerto por un lado, y el desierto por los demás, posee una belleza intrínseca, con sus escarpadas cumbres y sus ahora, conocidas cuevas o cavernas. El calor puede sentirse aún en las épocas invernales. Cualquier viajero, podría llegar a las faldas del mismo, observar con detenimiento las montañas calizas, sin llegar a sorprenderse más allá de la belleza natural del lugar, abandonarlo, guardando su recuerdo en algún remoto sitio de su memoria.



Sin embargo, detrás de cada sitio en la geografía de Israel, parece haber una historia. Un evento que relatar; una sorpresa que nos asombra. Por suerte, en ocasiones, el hombre, curioso por naturaleza, investiga más allá de la lógica y puede quedar estupefacto ante lo que encuentra a su paso.

Entre noviembre de 1946 y febrero de 1947, una historia semejante ocurrió, se le ha llamado desde entonces, el hallazgo arqueológico probablemente más importante del siglo XX y esto, compitiendo, por ejemplo, con el hallazgo no muy lejano de esa zona, de la tumba del faraón Tutankamón. Pero regresando a Qumran, el pastor beduino Muhammed edh -Dhib, y su primo Jum'a Muhammed y otro acompañante de nombre Khalil Musa, penetraron en una de las muchas cuevas del lugar y descubrieron varias vasijas selladas, que contenían siete rollos o fragmentos, sin que supieran en ese momento, de que se trataba.

John C. Trever se entrevistó con ellos en varias ocasiones y descubrió que realmente edh-Dhib, había caído dentro de una de ellas de manera involuntaria. Al revisar los rollos, los identificó como pertenecientes a la historia de Isaías, en el antiguo testamento. Regresaron estos a su campamento donde se los mostraron a la familia, sin que los rollos sufrieran daño alguno. Los beduinos los colocaron en una tienda del desierto y eventualmente, los llevaron a un intermediario llamado Ibrahim Ijhan en Belén. Esto, tras supuestamente estudiarlos, los regresó diciendo que no tenían ningún valor, sugiriendo habían sido extraídos o robados de alguna sinagoga. El beduino, obviamente decepcionado, intentó una vez más llevándolos a un mercado cercano, donde un Sirio Cristiano se ofreció a comprarlos. Algún personaje de mayor educación que estaba ahí, sugirió que llevaran los rollos a Khalil Seskander Shahin "Kando" un anticuario. Le dejaron finalmente un solo rollo a este hombre y le vendieron otros tres a un comprador por la cantidad en términos actuales de unos 45 dólares. Los rollos originales fueron pasando con el tiempo de mano en mano. Finalmente, en 1947, los siete rollos originales llamaron vivamente la atención del mismo Trever, perteneciente a la Escuela Americana de Investigación Oriental,

quien, al comparar el contexto de los mismos, con el Papiro de Nash, el más antiguo manuscrito bíblico conocido hasta ese entonces, constató que había muchas similitudes entre ambos.

En marzo de 1948, estalló la Guerra árabe-israelí, tras la partición de Palestina y algunos de los rollos fueron transportados a Beirut, en el Líbano para resguardarlos. Finalmente, el 11 de abril de 1948, Millar Burrows, jefe de la mencionada escuela, anunció al mundo el descubrimiento de los mismos a la prensa internacional.

Este hallazgo contiene muchas aristas. Definitivamente, nos muestra que el antiguo testamento, no ha sido realmente modificado en los últimos dos milenios. Su estado de conservación tras tantos siglos, es en si una especie de milagro. Sabemos, que son copias fidedignas por lo que presumimos, su existencia se remonta aún a muchos siglos antes de su transcripción.

Las historias reseñadas en el antiguo testamento, sus enseñanzas, sus parábolas y misterios y todo su contenido, han servido de base a la humanidad, para establecer la presencia de un Dios único y las leyes inscritas en el mismo, han servido de base judicial en casi todas las culturas occidentales conocidas, en Asia menor, Europa y parte de África.

Pero, no solo se encontraron fragmentos del antiguo testamento sino muchos otros escritos, en hebreo antiguo, arameo e incluso griego. Hay una enorme variedad de temas y estilos literarios contenidos en esos pergaminos. Hay una excelsa continuidad desde entonces y sostiene entre sus pilares, la propia existencia de varios pueblos; de su manera de pensar y de actuar; las leyes que impusieron y que les han permitido sobrevivir hasta el momento actual.

Se descubrieron por lo menos doce cuevas, y en ellas, vasijas que contienen más de 800 escritos de toda índole, que tienen su origen desde el siglo tercero AC hasta aproximadamente el año 68 de nuestra era. En la cueva nominada como 4, se hallaron más del 90% de estos pergaminos.

Israel representa en la actualidad, la consecución de un pueblo que se estableció en esas tierras desde tiempos muy antiguos, reafirmando su derecho a seguir siendo habitantes

del mismo, en una tradición que se extiende ya por muchos siglos. La sola presencia del pueblo hebreo, se reafirma poco antes del éxodo que mantuvo al pueblo judío, alejado de su tierra por cerca de dos mil años. Los rollos del mar muerto, los pergaminos son prueba viviente de que el pueblo judío habitó y vivió en esos territorios, fundando una patria que posteriormente sería recuperada en el siglo XX de nuestra era.

Había ya una serie de manuscritos bíblicos y de otras índoles, con una existencia de aproximadamente mil años. Pero, estos pergaminos, encontrados en las cuevas de Qumran, poseen una antigüedad, que fácilmente dobla a la de estos otros pergaminos. Cierra entre sus cadenas, la existencia de un pueblo y de su manera de vivir y convivir con otras culturas. Es prueba fehaciente de la permanencia de una cultura que ha dejado inscrita en pergaminos su historia, al reconocer que una guerra que se libraba en aquellos años, podría diezmar al pueblo, tal como sucedió y evitar perder su identidad.

Visitar Qumran en la actualidad, es poder viajar en el tiempo a la época romana, al esplendor que Israel poseía y que habría de perderse. Si alguna vez, el pueblo judío fue llamado el pueblo del libro, los pergaminos encontrados en las orillas del mar muerto, confirman esta aseveración.

Cuando visitamos Jerusalem, vemos las copias de estos pergaminos en el museo y nos emocionamos por su longevidad; por ser prueba viviente de un pueblo que aún sabiendo que podría ser expulsado de su propia patria, guardó lo más preciado que tenía, que eran los documentos que aseveran su propia existencia.

¿Qué más se oculta en las entrañas de la tierra? ¿Qué otros misterios permanecen enterrados, esperando algún día ser descubiertos?

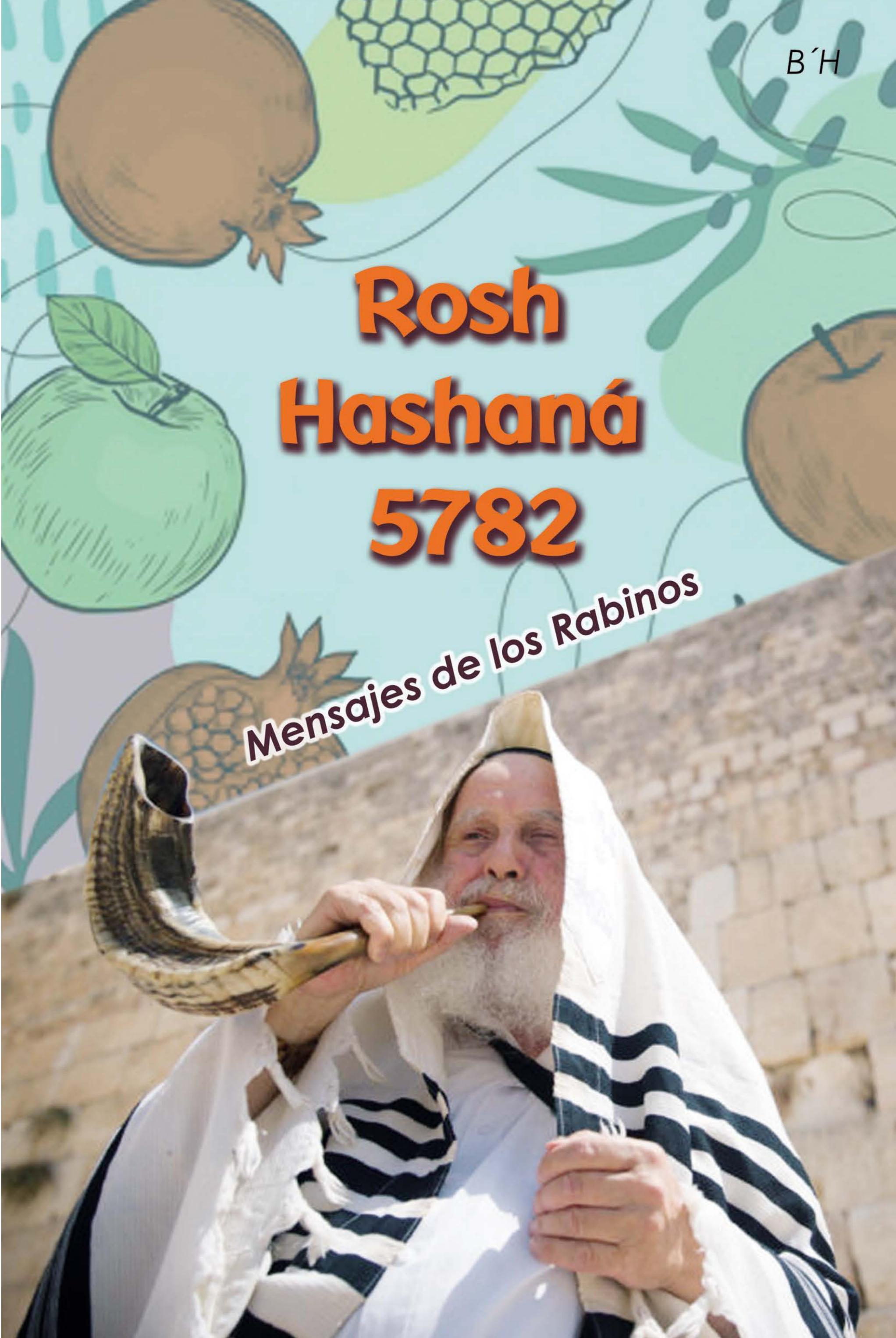
La historia nos reafirma en su devenir el derecho del ser humano a existir y permanecer sobre la tierra. Lo ha hecho con monumentos de piedra y de otros materiales, que cuentan historias. Pero, es la palabra escrita, ese don que se le dio al hombre, la que posee un valor eterno. Sí. La palabra escrita nos une en una cadena indivisible a través de muchos milenios. La sapiencia inscrita en esos pergaminos, confirma nuestra propia naturaleza y nos incita a jamás rendirnos.

Qumran, las vasijas y los pergaminos, efectivamente representan un hecho histórico que confirma la presencia del hombre sabio y preocupado por perder su identidad. Esto lo sabían los escribas que copiaron los documentos; lo sabían aquellos que los ocultaron en vasijas de barro y ahora, a dos mil años de distancia, también lo sabemos nosotros.

B'H

# Rosh Hashaná 5782

Mensajes de los Rabinos





- 🍎 Shaná Tová Umetuká
- 🍎 Año Feliz y Bendecido



B"H

## Levántense de su sueño y regresen a D-os

Sergio Slomiansky\*

En el tratado de **Rosh Hashaná** del Talmud, se explica que muchas leyes relacionadas con el toque del Shofar, se derivan de las leyes sobre este tema en el año del Jubileo.

En el 50o. año, todas las tierras retornaban a la familia que originalmente las había heredado y los esclavos eran liberados. Así, vemos que el sonido del Shofar está conectado con el sonido del Shofar del Jubileo, que significaba “libertad”, como el gran Shofar al final del exilio que proclamará nuestra libertad.

Aquí también, en Rosh Hashana, el Shofar hace un llamado a la libertad, aquella libertad de la mala inclinación del hombre.

D-os nos liberó de la esclavitud y nos llevó hasta el Monte Sinaí, en donde nos dio las herramientas para ser verdaderamente libres del mayor enemigo del ser humano. Es fácil para la persona ser presa de las tentaciones, la depresión y la pereza; todas se derivan de la misma fuente. No hay nada que la mala inclinación del hombre quiera más que tomar control de la persona para que uno se dé por vencido y no esté dispuesto a luchar por la superación y la elevación espiritual, que uno piense que a D-os no le interesa nuestro arrepentimiento o nuestro regreso a una buena senda. Sin embargo, Hashem nos dio las herramientas para liberarnos de estos pensamientos.

Maimónides escribe en su reconocida obra *Mishne Torá* (Leyes de arrepentimiento 3:4): “A pesar de que el toque del Shofar en **Rosh Hashana** es un decreto de la Torá, o sea una ley emitida sin una razón aparente, existe una insinuación que hace alusión a este toque, como si estuviera diciendo, “levántense, ustedes adormilados de su sueño y aquellos somnolientos, levántense de su somnolencia, examinen sus acciones y regresen sinceramente a D-os, recuerden a su Creador”.

El Shofar nos llama diciendo: “¡Levántense!, ¡ustedes son libres!”, ustedes pueden romper con el pasado y con las cadenas que los han mantenido atados, o sea que pueden romper con los patrones de comportamiento negativo y autodestructivo que han minado su camino de autosuperación.

Esto es lo que representa el mensaje del Shofar, despertar a la persona hacia su libertad, descubrir todos esos potenciales latentes que yacen dentro de nuestro ser y que esperan salir a relucir para convertirnos en lo mejor de nosotros mismos.

Le deseo a toda la Comunidad un Año Nuevo lleno de salud, alegrías y prosperidad en compañía de nuestros seres queridos, aunado a una paz duradera en la tierra de Israel.

\*RABINO DE LA COMUNIDAD ASHKENAZI

## El Jesed (El acto de bondad) más grande que nos otorga Hashem, es la vida

Samy Sandler\*

La Guemará en Sotá (11A) nos cuenta que Parhó tenía tres consejeros. Bilám Harashá, Íyov y el suegro de Moshé, Yitró.

Parhó les pidió un consejo acerca de qué hacer con el pueblo judío en Egipto.

Bilám Harashá aconsejó hacerlos esclavos. Y por lo tanto, como castigo, años después Bilám fue arrestado por Pinjás y sentenciado a muerte según la Guemará y según el Zóhar fue asesinado.

Íyov no fue el que dio el consejo, sin embargo se quedó callado y no protestó. Y por quedarse en silencio se le castigó con una terrible vida llena de sufrimientos inimaginables.

Yitró se fue corriendo y se escapó del consejo y fue premiado con descendientes que formaron parte del Sanhedrín.

Pregunta Rab Jaim Shmuelevitz ZTUK”L (Rósh Yeshíve de Mír): Hay algo en esta Guemará que aparentemente no tiene sentido.

¿Por qué Bilám no fue castigado más severamente que Íyov?! Íyov sufrió terriblemente toda su vida y Bilám que fue el que dio el consejo lo mataron en un segundo y listo.

¿Por qué Íyov que, simplemente se quedó callado y no dijo nada, sufrió mucho más que Bilám con toda una vida de llena tragedias, cuando Bilám Harashá fue el peor de todos habiendo sido él el que dio el consejo de esclavizar a Ám Israel?

Rab Jaim Shmuelevitz cita el Pasúk en Eijá (3:39):

מה-יתאונן אדם חי

“¿De qué ha de quejarse el hombre vivo?”

Ráshi en Kidushín (80B) dice:

מה יתאונן אדם חי - למה יתאונן אדם חי למה יתרעם אדם על הקורות הבאות עליו אחר כל החסד שאני עושה עמו שנתתי לו חיים ולא הבאתי עליו מיתה

¿De qué se va a quejar la persona?, ¿cómo una persona viva se va a quejar si tiene el regalo más valioso del mundo que es la vida?.

Hashém nos está diciendo en este Pasúk: “Quiero saber, ¿cómo

Continúa en la siguiente página





## Rosh Hashaná 5782

- Shaná Tová Umetuká
- Año Feliz y Bendecido



B' H

→ Viene de la página 14

te puedes quejar de cualquier cosa si estás vivo? ¡Tienes Jáim!  
¡Tienes vida!”

Es decir que el mejor regalo que se puede recibir, lo más importante que un ser humano puede tener, es la vida. Si tienes vida, ¡lo tienes todo!. Vivir es más importante que cualquier acontecimiento que te pueda suceder en tu existencia.

Rab Leib Chasman ZT”L dice: Imagínense que una persona se gana la lotería. Powerball Lottery en Estados Unidos, 730 millones de dólares. Le llaman por teléfono y le dice: “Mr. Fulano (o Fulenansky si era Ashkenazí), le queremos informar que se acaba de ganar la lotería, ¡730 millones de dólares!”.

¿Se podrían imaginar la emoción, los sentimientos y los pensamientos que le pasan a la persona en esos momentos? ¡Me acabo de ganar 730 millones de dólares!

Y piensa en todo lo que se va a comprar y en dónde va a invertir su dinero y piensa en que va a dar su Máiser (diezmo) a Beth Itzjak por supuesto. Y de repente le marca la “muchacha” (la ayudante) en su casa y le dice: “Unas disculpas señor pero estaba limpiando el refrigerador y se me cayó una botella de Carta Blanca al piso y se rompió. Le pido mil disculpas por la pérdida económica que le ocasioné.

¿Ustedes creen que le va a importar a este señor peder una botella de Carta Blanca? ¿Creen que le va a hacer cosquillas esta mínima pérdida de 13 pesos de una botellita de Carta Blanca?

¡Acaba de ganarse 730 millones de dólares este hombre! ¡¿Qué es una botella de Carta blanca para él en ese momento?! ¡¿Qué son 13 pesos perdidos en comparación de los 730 millones que se acaba de ganar?!

Dice Rab Leib Chasman ZT”L que eso es lo que nos dice Ráshi en Kidushín.

El Ribonó Shél Olám (Creador del universo) quiere saber; ¿cómo te puedes quejar, cómo te puede molestar algo si tienes vida?

Si Hakadósh Barúj Hú (el Santo Bendito es Él) te dio Jáim (te dio vida) entonces no hay nada de que quejarse.

Porque si analizas cuál el Jésed (acto de bondad) más grande que Hashem nos puede dar, te vas a dar cuenta de que ese es Jésed es la vida.

Davíd Hamélej dice en Tehilím (118:18 [que lo decimos en Hálel y que “casualmente” es doblemente Jái/18]):

יְיָ יִסְרֵנִי יְהוָה אֵלֵינוּ לֹא נִתְּנִי

“Hashém me puedes poner la prueba que sea, no importa por cual dificultad pase en la vida, lo único que te pido es que no me lleves de este mundo, sólo dame vida, es lo único que te pido”.

Porque mientras estamos vivos tenemos oportunidades, tenemos logros, tenemos potencial de crecimiento, tenemos existencia, tenemos el regalo más grande que hay, que es la vida.

Dice Rab Jaim Shmuelevitz que esa es la explicación en la Guemará en Sotá (11A). Seguro que Bilám hizo lo peor posible (aconsejar que esclavicen a Ám Israel), pero también recibió el peor castigo posible porque fue asesinado y perdió la vida.

Íyov, es correcto que tuvo toda una vida llena de sufrimiento y llena de dificultades, momentos desafiantes, obstáculos, complicaciones, etc. Pero tenía vida.

Cuando una persona tiene vida , se da cuenta que lo tiene todo, no hay nada más importante para la persona que la vida.

Estoy seguro de que este año todos vamos a llegar a Rósh Hashaná con listas largas llenas de peticiones para Hashém para el año 5782.

Hemos pasado un 5781 muy difícil y muy desafiante. Y a pesar de que empezamos a ver una luz hacia la salida, la incertidumbre y los retos nos siguen rodeando.

Personas necesitan salud, otros Parnasá, otros Shalóm Báit, otros claridad y tranquilidad. Cada quien va a llegar con su larga lista a los rezos en este Rósh Hashaná.

Pero los quiero invitar a que cualquiera que sea nuestra lista, que por favor que empiece con las siguientes palabras:

*Antes que nada Hashém, gracias que estoy vivo. Gracias por darme el regalo más hermoso y más valioso que existe. Se que si tengo vida lo tengo y todo y que no existe nada de lo que me pueda quejar. Así que, muchas gracias.*

Ahora sí, lo que sea que quieran agregar en su lista después de estas palabras, ¡Guezunterhéyt (adelante)!. Pero primero hay que valorar lo que sí tenemos. Tenemos vida, lo tenemos todo.

יָא גֻת גְּזֻיִת וְיָא גְּבֵנְתְּחֵד יוֹר!

¡Shaná Tová Umetuká para todos!

\*RABINO DE BETH ITZJAK



- Shaná Tová Umetuká
- Año Feliz y Bendecido



## El poder de la empatía

Leonel Levy\*

Quiero comenzar con una historia que escuché del Rabino Sacks z"l, ocurrió cuando un joven fue a vivir a Japón para aprender artes marciales. El estaba una tarde, viajando en un tren en los suburbios de Tokio. El vagón estaba semivacío. Había algunas madres con sus hijos y gente mayor que había ido de compras.

Súbitamente, en una de las estaciones se abrieron las puertas; entró a los gritos, tambaleándose un hombre, borracho, sucio y agresivo. Comenzó a insultar a los pasajeros y se abalanzó sobre una mujer que sostenía un bebé en brazos. De un empujón la arrojó sobre una pareja de ancianos que huyó hacia el otro extremo del vagón. Esto lo enfureció, los persiguió tratando de sacar un caño metálico que sirve como sostén. Era una situación peligrosa, y el joven se preparó para la pelea. De pronto, un anciano de pequeña estatura le gritó en forma amistosa al borracho: "Eh! Ven aquí que quiero platicar contigo." El hombre se acercó, como en trance. "Y por qué tendría yo que hablarte?"

El anciano le contestó "Qué has estado bebiendo?"

"Saké" le respondió, "y eso no debe importarte."

"Ah! Qué bueno" dijo el anciano "Sabes, yo también adoro esa bebida, ese alcohol de arroz delicioso. Cada noche mi mujer y yo (tiene casi ochenta años, sabes) calentamos una botellita, la llevamos al jardín y nos sentamos en un viejo banco de madera. Miramos el atardecer y vemos como crece el

árbol de limones que plantó mi bisabuelo..."

A medida que continuó platicando la cara de este rudo personaje se ablandó y sus puños se aflojaron. "Sí" - dijo - "Yo también amo los limones."

"Estoy seguro" -comentó el anciano- "que también tienes una mujer maravillosa." El hombre le dijo: "No, mi mujer falleció." Lentamente comenzó a sollozar. "Yo no tengo mujer. No tengo hogar. No tengo trabajo. Estoy tan apenado de mí mismo", - mientras le caían las lágrimas por las mejillas. Al llegar a su estación y descender del tren, el joven escuchó al anciano suspirar con simpatía: "Ay..., está sí que es una situación difícil. Siéntate aquí y cuéntame de qué se trata." La última imagen que tuvo el joven fue la del vagabundo con la cabeza sobre las rodillas del anciano, mientras éste le acariciaba suavemente el cabello.

Este relato ilustra el poder de la empatía, de ver el mundo con ojos ajenos, meterse en sus sentimientos para hacerle saber al otro que es comprendido, que está siendo escuchado, que a uno le importa. Como enseñaron nuestros sabios en Pirkei Avot: "no juzgues a tu prójimo hasta que no estés en su lugar".

La Torá es esencialmente un libro de leyes. Entonces, por qué encontramos tantas narraciones (como la creación del mundo, el arca de Noe, Abraham, Yaacob o Yosef) en ella? Justamente esto ocurre porque **los relatos nos ayudan a sentir el sufrimiento, las cavilaciones, los miedos de los personajes. La ley sin empatía es como la justicia sin compasión.** D-os actúa uniendo la justicia con la bondad y el amor.

Escuchar las historias personales de los demás, sus dificultades, sus miedos, sus dudas, sus angustias, es la manera más efectiva para ingresar en sus emociones y preocupaciones. En esta noche de Neilá quiero que pensemos como nos relacionamos con los demás? Cómo queremos que D's, se relacione con nosotros? Con la mirada estricta de la justicia o con la suavidad de la comprensión y la bondad? Queremos que nos juzgue D's y los demás, con rigidez o con flexibilidad?

No podemos pedir para nosotros lo que no estamos dispuestos a dar a nuestro prójimo.

Necesitamos la empatía para la resolución de conflictos, para la convivencia. En lugar de responder con enojo a la ira de otra persona, es necesario intentar conocer el motivo del enojo, de la molestia, de la frustración del otro.

La única alternativa genuina para poner fin a la agresión en nuestras relaciones es poder colocarnos en "los zapatos del otro" e intentar sentir el malestar de la otra persona. Lo debemos hacer de tal manera de que sepa que ha sido comprendida, su humanidad reconocida y su dignidad afirmada.

No todos pueden hacer lo que hizo el anciano de la historia y desde ya que no cualquiera puede intentar desarmar a una persona potencialmente peligrosa de esa forma. Pero la escucha activa, el diálogo, la apertura, son las llaves para convivir mejor.

En estas fiestas te invito a que en este nuevo año intentes relacionarte con los demás con más empatía, con más atención, con más compasión. Shana tova umetuka!

\*RABINO DE LA COMUNIDAD BET-EL

## ¿Hiciste tu check up anual?

Abraham Tobal\*

En esta ocasión me permito compartir con los estimados lectores, este artículo que escribí y publiqué hace algunos años, pero que hoy me parece particularmente relevante.

Desde que inició la pandemia del COVID-19, a principios del 2020, todos y cada uno de los seres humanos nos enfrentamos a una emergencia sanitaria, sin precedentes en la memoria reciente.

Hemos vivido en un estado perpetuo de alerta por detectar síntomas de un posible contagio, y hemos aprendido sobre temas que quizás nos eran un tanto ajenos: inmunidad colectiva, anticuerpos, tecnología de vacunación, mutación viral, propagación epidemiológica, entre otros. Ya sea portando el cubrebocas, manteniendo distanciamiento social, o desinfectando superficies y espacios. Hemos pasado ya casi dos años inmersos en un ambiente de gran

sensibilidad por diversos aspectos de salud.

Por todo ello, me parece que el presente artículo les puede resultar interesante y oportuno. En él, hago un paralelismo entre la salud física y la salud espiritual, con la finalidad de extraer algunas reflexiones para los Yamim Noraim, las Fiestas Mayores. Y es que el paralelismo está presente en diversos aspectos: desde los hábitos cotidianos que uno puede (y debe) asumir para mantener la salud, la prevención de malestares, la detección puntual de problemas subyacentes, y la importancia de cumplir con los tratamientos para curar estos problemas.

Todos estos asuntos pueden trasladarse de lo físico y fisiológico...

a lo espiritual y moral.

Y por supuesto, el tema del chequeo anual como metáfora para entender la solemnidad y trascendencia de Rosh Hashaná y Yom Kipur.

Desde que inicia el mes de Elul, los judíos entramos en un proceso de introspección y evaluación, lo cual puede influir en nuestro "diagnóstico", nuestro veredicto, para iniciar el nuevo año.

Nuestras conversaciones actuales -ya sea en la sobremesa o en pláticas con amigos- suelen irse hacia temas de vacunas, pruebas de detección, pruebas de anticuerpos, etc. "¿Cuánto dura mi inmunidad si ya me dio COVID-19?" "¿Qué tan

Continúa en la siguiente página





# Rosh Hashaná 5782

# B'H

- Shaná Tová Umetuká
- Año Feliz y Bendecido



→ Viene de la página 16

efectiva es tal o cual inoculación?” “¿Qué tan peligrosa es la nueva variante?” Son los temas de hoy.

Pero también aquí podemos encontrar una analogía con la parte religiosa. Podemos hablar de inmunidad espiritual y de qué tan protegidos estamos ante los peligros y las tentaciones del medio ambiente.

Podemos entender la Torá, la educación y los valores, como una especie de “vacuna” para ayudarnos a neutralizar influencias destructivas. Y podemos mantener los ojos bien puestos en el horizonte para identificar nuevos peligros que pudieran llegar a amenazar nuestra continuidad como judíos.

En conclusión, creo que este artículo es más vigente que nunca, y es por eso que hoy lo reproducimos nuevamente, en vísperas de Rosh Hashaná 5782.

La experiencia de la pandemia nos ofrece una oportunidad para releerlo con otros ojos de cuando originalmente se publicó. Que tengamos un año pleno de salud -física y espiritual-, que Hashem cure a todos los enfermos, y que nos aleje de todo mal. Que solo veamos alegrías y bendiciones, y que seamos inscritos en el Libro de la Vida.

*¡Tizku Leshanim Rabot Neimot VeTovot!*

*¡Shaná Tová Umetuká!*

## Cuidado de la salud

Uno de los preceptos más importantes de nuestra sagrada Torá es el cuidado de la salud. Para la visión judía, el buscar y procurar mantener un cuerpo sano no es un lujo o una opción; es más bien una obligación.

Y como es sabido, conseguir tener una buena salud requiere de buenos hábitos que incluyan una alimentación balanceada y nutritiva, ejercicio físico de manera regular, entre otras prácticas de autocuidados. Podemos hablar que, en el cuidado de la salud, existen dos áreas significativas: la medicina preventiva y la medicina curativa. Mientras que la primera se encarga de prevenir los daños, la segunda tiene como objetivo repararlos. ¿Pero cuál será más importante?

Obviamente, las dos son de vital trascendencia, aunque es obvio que siempre es mejor evitar los problemas que tener que solucionarlos cuando ya son una realidad. Es por esto que es necesario que, a pesar de que nos sintamos sanos, realicemos por lo

menos una vez al año un chequeo. General para monitorear nuestros signos vitales y poder detectar, en una etapa temprana, posibles alteraciones en la salud de nuestro organismo. Esos pequeños inconvenientes que todavía no representan una seria dificultad (debido a que todavía son mínimos), podrían desencadenar serios problemas a futuro si no se atienden a tiempo.

La principal ventaja de tratar las enfermedades en sus etapas iniciales es que los tratamientos pueden ser relativamente sencillos y no tan agresivos o invasivos.

Quizá con un medicamento, un cambio de dieta, o implementando ciertos hábitos, podrá bastar para detener el problema. Pero si el padecimiento no se atiende a tiempo, el panorama cambiará y se puede convertir en uno más sombrío, plagado de molestias y dolor.

Sin duda alguna, otra de las variables a tomar en cuenta para lograr tener buena salud, es la elección de un buen médico. Éste no sólo sabrá diagnosticar las enfermedades, interpretando los síntomas y cuadros correctamente, sino que atacará al problema de raíz para evitar complicaciones.

Por ejemplo, si el paciente presenta una temperatura elevada, no será suficiente recetarle medicamentos que bajen la fiebre, sino que será necesario identificar y atacar la infección que causa la misma. Ya a estas alturas, seguramente te estarás preguntando por qué está un rabino hablando de asuntos médicos.

¿Qué tiene que ver todo esto con el tema que nos ocupa hoy, la llegada de nuestras

Fiestas Mayores?

En realidad la similitud entre la salud física y la salud espiritual es casi absoluta, como lo analizaremos a continuación.

El ser humano no solo está compuesto por un cuerpo que funciona de manera armónica, sino también de una maravillosa esencia que le permite sentir, pensar, razonar y ver más allá de lo que tiene frente a sí. Esa esencia es lo que conocemos como alma, y podríamos afirmar que, en cierta forma, es inclusive más importante que el cuerpo. *Nuestros órganos tienen una fecha de caducidad, mientras que el alma es eterna.* Por este motivo, si nosotros entendemos a la perfección la importancia de la salud física, debemos comprender también la magnitud que tiene la salud del alma y su cuidado.

Y es que, al igual que el organismo, el alma también requiere de nutrición y cuidados para conservar su estado idóneo. Pero ¿dónde encontraremos la información para el cuidado del alma?

La respuesta está en nuestra guía milenaria llamada Torá.

La Torá es el libro de medicina espiritual que nos dicta lo que tenemos que hacer para mantener en óptimo nivel nuestra sublime y sensible alma.

Por ejemplo: la Torá prohíbe el consumo de ciertos alimentos, ya que a nivel espiritual éstos provocan cierta influencia negativa, y como bien se dice, “somos lo que comemos”.

Y así como para mantener una buena salud es necesario contar con un buen médico, también en el área de lo espiritual debemos contar con un buen guía que sepa orientarnos y darnos recomendaciones para que nuestra alma se encuentre y se mantenga bien.

El ejercicio para el alma también es necesario, y por ello encontramos en nuestras sagradas escrituras que hay algunas acciones o hábitos prohibidos que ejercitan el autocontrol. El privarnos de ciertos comportamientos nos lleva a ser dueños de nuestras propias decisiones y a ejercer un rol más activo y asertivo en nuestro sentido ético.

Pero no nos equivoquemos.

Es fácil asumir o creer que uno está sano espiritualmente cuando realmente no lo está. La rutina y el acostumbrarse a ciertos hábitos y conductas, pueden hacernos creer que estamos bien, al igual que una persona que ha vivido con cierto padecimiento mucho tiempo hasta que llega a creer que es normal vivir de esa manera.

Porque el alma también muestra síntomas de sus padecimientos.

La tristeza, la depresión, el enojo y la frustración constantes, son señales de un vacío existencial en el que el alma se siente perdida. Pero desgraciadamente, en lugar de enfrentar la raíz de estos padecimientos y dirigirnos a la fórmula que puede curarlos, buscamos llenar ese vacío con vivencias temporales que nos hacen sentir bien, solamente de forma pasajera. Es verdad que la salud espiritual requiere de trabajo y esfuerzo para cambiar hábitos y conductas, pero es una inversión que a largo plazo presenta mejores resultados que todas esas pesquias

sin esfuerzo por obtener placer momentáneo.

Por todo ello, al igual que con el cuerpo, debemos realizar un chequeo, una vez al año, para conocer la situación de nuestra alma. Este periodo de chequeo comienza en el mes de Elul, seguido por Rosh Hashaná, continuando con los días de teshubá, y culminando en Yom Kipur. Estas fechas nos ayudarán a llevar a cabo ese análisis espiritual, detectar las “enfermedades” y factores de riesgo de nuestro espíritu, y a tomar las medidas correspondientes.

Concretamente, Rosh Hashaná es el día para ahondar en la salud del alma. Quizá me la paso trabajando y no veo a mi familia, quizá le presto más atención a mi celular o a los dispositivos electrónicos que a cualquier otra cosa, tal vez no ayudo a los demás como debería, quizá no me supero suficientemente como persona o me enojo constantemente; tal vez necesito reforzar mi fe en D'os. La lista es interminable.

Lo cierto es que, una vez diagnosticado qué es lo que está afectando nuestra salud espiritual, es el momento de proponernos buscar el remedio. Un buen tratamiento integral debe incluir los siguientes elementos: una dosis diaria de estudio de las enseñanzas del Creador, el dedicar tiempos de calidad para atender a nuestros hijos, el cultivar hábitos más positivos en nuestro trato con los demás, entre otras cosas. Así es como se obtienen resultados positivos para la salud de nuestro espíritu.

Por ejemplo: el diseñar una rutina diaria para hacer actos de bondad ejercita nuestro altruismo y puede ayudarnos a vencer el egoísmo que en muchas ocasiones nos domina. Y la entrega excesiva al trabajo, la adicción a la tecnología y la alta dosis de estrés con que vivimos, se pueden tratar con el cuidado y santificación del sagrado Shabat, periodo en que nos desconectamos para relajarnos y reencontrarnos con nuestras familias en una paz interior incalculable. Y así, cada uno de los problemas que aquejan al alma tiene su solución en nuestras sagradas escrituras.

Así que no lo olvides: ahora es cuando debemos darle prioridad a nuestra alma. Ahora es el mejor momento para empezar a prevenir y curar, para vivir con una plena salud espiritual.

**\*RABINO DE LA COMUNIDAD MONTE SINAI**

Los mensajes fueron colocados en el orden en que fueron recibidos en nuestra redacción



- 🍎 Shaná Tová Umetuká
- 🍎 Año Feliz y Bendecido



## Neshamá

Marcelo Rittner\*

Shalom Aleijem. Les deseo a ustedes, un muy feliz año 5782. Un año de fortaleza física y también de fortaleza de carácter. Un año de muy buena salud física y también un año de mucha salud espiritual.

Rezo para que el **Hakadosh Baruj Hu los bendiga a cada uno y a todos en este año, no con lo que quieran y sí con lo que necesitan.**

Bien, sabiendo que quieren celebrar con la familia, quiero contarles un sencillo relato con un profundo mensaje que los invito a compartir. Un jasid acompañó a su rebe a la sinagoga para rezar. Después del servicio, el rebe se acercó a su discípulo y lo saludó: "Shalom Aleijem, bienvenido". El jasid lo miró sorprendido y dijo: "¿Rebe qué quiere usted decir? Vine al shul con usted, no soy un desconocido. Usted sabe quién soy. ¿Qué es esto de "shalom aleijem"? Rezamos juntos toda la mañana". El rebe sonrió y respondió gentilmente: "Es cierto que tu cuerpo estaba aquí, pero tu mente, y tu neshaná, han estado toda la mañana con tus asuntos en otro lugar, así que shalom aleijem, bienvenido amigo".

Alguien dijo alguna vez: "Siempre que dos personas se encuentran, en realidad hay seis personas presentes. Está cada hombre como se ve a sí mismo, cada hombre como lo ve el otro, y cada hombre como realmente es".

Ustedes y yo conocemos muchas personas que están aquí, físicamente, pero su cabeza está en otra parte. Los podríamos llamar "personas divididas". Físicamente estás en el lugar, pero mentalmente estás en otro. Como dicen en yidish: "Ij bin do, ober main kop is in der heim, yo estoy aquí, pero mi cabeza se quedó en casa". Son personas que donde estén, siempre están a medias y actúan a medias porque sus pensamientos y sus sentimientos, no están realmente integrados a sus acciones.

Fue Rousseau quien escribió: "El hombre ha nacido libre y vive encadenado". ¿Qué habría dicho Rousseau de las cadenas y grilletes modernos con los que nos amarramos y que nos fragmentan? Curiosamente no están hechos de hierro o acero, sino de silicón y plástico y teclas y electrones y ondas que surcan por los aires. Éstas son las cadenas de

dispositivos, como el Blackberry, el iPhone. Éstas son las cadenas con las que hemos perdido la capacidad de percibir el mundo que nos rodea.

Veo a la gente en un consultorio, en una comida, en un concierto, manejando... Están, pero... divididas.

Ahora imaginen un viaje en avión. Volamos por todo el mundo. Escuchamos música. Leemos libros o diarios. Dormimos y soñamos. Si son como yo, miras las formas de las nubes mientras escuchas música clásica. Tal vez platicas con tu vecino. Estás libre para pensar y reflexionar sobre la existencia y sobre el pequeño papel que haces en ella. Estás libre para pensar y recordar. Y, entonces, el avión aterriza. Celulares y agendas entran en acción. Largas hileras de luces se iluminan en pantallas pequeñas. Son llamadas "absolutamente" urgentes. Y entonces se cierra el circuito: los pasajeros que unos instantes antes eran seres humanos, se convierten en máquinas electrónicas. Volvemos a vivir vidas divididas.

¿Cómo pudimos vivir sin ellos? ¿Qué haríamos si desaparecieran? Nos veríamos obligados a pensar de nuevo. Dejaríamos de ser esclavos conectados. Habría más oportunidad de conocernos a nosotros mismos, de disfrutar el viaje de la vida.

**Los veo en la sinagoga, y están a medias.** Físicamente presentes, pero con la mente en el mundo exterior. Están con un ojo en el majzor y el otro en la vida social. **Con una mano en el majzor y la otra tratando de no perderse el mensaje de su celular.** Sin concentración, sin kavaná. Los veo tan cerca y los siento tan lejos.

Recuerdo a mi padre, de bendita memoria, que sin ser un judío tradicional, cuando rezaba la Amidá se colocaba el talit sobre la cabeza o cuando rezaba el Shemá se cubría los ojos con la mano, para dejar fuera al resto del mundo. Era la forma de buscar ser uno consigo mismo.

Rabino, ¿cómo ser uno consigo mismo? En cierta ocasión el Kotzker Rebe preguntó: ¿Qué es lo más importante en el mundo? Y él mismo respondió: Lo que estás haciendo en este momento. Y continuó: Piensen, por ejemplo, en el equilibrista que camina sobre la cuerda floja. ¿En qué estará pensando durante este acto tan peligroso? ¿Estará pensando en cuánto dinero

va a recibir cuando llegue al otro lado? Lo dudo, porque si perdiera la concentración, perdería el equilibrio y se caería al piso. Él está concentrado en llegar al otro lado.

Estamos aquí reunidos para empezar a caminar por la cuerda floja del juicio. Nuestra vida y la vida de nuestras familias, nuestras ambiciones, nuestros sueños, nuestros anhelos, todo pende ahora de esta cuerda.

Por ello, empezando esta noche y hasta que suene el Shofar al finalizar Yom Kipur, debemos concentrarnos en la tarea que tenemos ante nosotros. Debemos buscar el encuentro entre tu ser físico y tu neshamá. Yo deseo que cuando estés aquí, trates de lograr estar completamente aquí, conectado contigo mismo, con tu **neshamá**, con D-os. Sólo así estos días serán más significativos y nos permitirán crecer y acercar lo real a lo ideal, como personas, como familias, como comunidad.

Este ha sido un año de un tiempo muy difícil. La pandemia no solo nos obliga a aislarnos y protegernos, pero ha tenido un enorme efecto sobre todos. Hemos dejado de vernos, de poder hacer muchas de las cosas o actividades que tanto nos gustan, no hemos visto a nuestros amigos, hasta a nuestra propia familia. Hemos perdido el control del tiempo y hay días que estamos confundidos. Hemos visto el dolor de muchísimas personas, y hemos acompañado por zoom la partida de este mundo de las víctimas del Covid. Hemos modificado nuestros rituales, nuestras celebraciones. Pero estamos a la puerta de una nueva oportunidad. Estamos con la oportunidad de hacernos presentes a la distancia con una llamada, un mensaje o hasta un emoji. Tiempo de acercarnos, tiempo de reconciliarnos, tiempo de renovar nuestra esperanza. Tiempo de un nuevo tiempo. Y yo les deseo que Hakadosh Baruj Hu los bendiga a cada una, cada uno con **briut**, salud, **braja**, bendición, **parnasa**, y especialmente que podamos ser personas completas, y familias completas y comunidades completas.

Ese es el desafío de este Rosh Hashaná. **Shana tova umetuka.**

Y como decían mi bobo Dvoire: coman de todo y engorden sin culpa. Recuerden que es yom tov, que vida hay una, pero tallas, ¡muchas!

Shaná Tová Umetuka.

\*RABINO EMÉRITO DE LA  
COMUNIDAD BET-EL



# Rosh Hashaná 5782



B'H

- Shaná Tová Umetuká
- Año Feliz y Bendecido

## Santificamos el presente recordando el pasado

**Saúl Borowsky\***

*“El individuo auténtico no es ni un final ni un comienzo, sino un vínculo entre edades, tanto de memoria como de expectativas.... Para nosotros, el recogimiento es un acto sagrado; santificamos el presente recordando el pasado. Para nosotros los judíos, la esencia de la fe es la memoria. Creer es recordar”. Abraham Joshua Heschel.*

Creo estaría de mas remarcar lo importante que es para nosotros Rosh Hashaná, Yom Kipur y los días entre ellos. Pero creo que lo que hace grande a estos días no es sólo recordar que estamos celebrando la creación o que estamos siendo sometidos a juicio, lo que los hace mas grande es precisamente lo que nos une en las generaciones, cada año, cada generación hemos hecho planes creamos expectativas de como será el año por venir, nos unimos y trabajamos en sociedad con Hakadosh Baruj Hu, para hacer de este un mundo mejor para hacer Tikun Olam, pero por otro lado tenemos la memoria de todas las generaciones que nos precedieron, y las honramos en el recuerdo individual y colectivo, rezamos Izkor por ellos, pero mas allá de eso, santificamos nuestro presente cuando no importando de que comunidad o que tradición tengamos en casa, todos rezamos unidos, manifestamos nuestra fe, y reunimos el pasado de las generaciones y tradiciones con la expectativa de poder enseñarlas y transmitir las al futuro, hoy tenemos el tiempo, hoy santificamos, y agradecemos por un año mas, pero también, tenemos fe, no hay mayor muestra de ello que el que las próximas fiestas, estaremos reunidos, tal vez no físicamente, pero si espiritualmente.

*“A través de sus oraciones, el Pueblo de Israel provocan una unión entre él y Hakadosh Baruj Hu con su Presencia Divina”, unamos nuestras Tefilot este año como una sola voz, un solo pueblo.*

Shana Tová Humetuka, que sea un año dulce Quiera D-os que seamos inscriptos en el libro de la vida, de la salud y de los méritos.

**\*SEMINARISTA RABÍNICO DEL BETH ISRAEL COMMUNITY CENTER**

## שְׁחֵיֵיָנוּ וְקִיּוּמֵנוּ וְהַגִּיעוּנוּ לְזִמְנוּ הַזֶּה

B'H

**Moisés Chicurel\***

La bendición de Shehejeyanu es muy característica de las alegrías, celebraciones y festejos. Sin embargo, hay un mensaje más profundo en esta bendición que tiene que ver con el hecho de saber ver lo bueno de cada momento. Por eso agradecemos el hecho de que Hashem nos ha dado vida, nos mantuvo firmes y nos hizo llegar “este momento”.

Es verdad, en este año nos ha tocado a muchos de nosotros enfrentarnos a retos tremendos que nunca imaginamos que íbamos a tener, Este año, todos nosotros nos hemos tenido que enfrentar a los retos que nos ha planteado la realidad de la pandemia. Cuánta gente escuché durante este año decirme -”Yo ya iba mejorando, ya iba saliendo, y esto me volvió a llevar a la situación difícil en la que me encuentro en este momento. Estos retos sin duda han causado cierto desequilibrio en cada parte de nuestra vida, ya sea en lo familiar, lo económico, lo social o lo interno y personal.

Definitivamente es muy difícil decir esta bendición cuando han sucedido tantas dificultades. Pero realmente esta es la **oportunidad de reflexionar sobre el significado de los retos y las dificultades.** Quien considera a Dios seriamente en su vida, no puede dejar de preguntarse y cuestionarse constantemente esta pregunta: ¿Por qué Hashém crea los retos, los problemas y las dificultades? ¿Por qué pareciera que la vida se va en resolver todos estos asuntos interminables, que, justo cuando parece que se están resolviendo, a veces se complican más?

Pero en verdad las dificultades, aquellas cosas que nosotros quisiéramos evitar, pueden **convertirse en el motor más grande que tenemos como seres humanos para crecer.**

En realidad, todo depende del enfoque que ponemos cuando pensamos en lo que nos sucede cada día. Cuando nos encerramos en los problemas, también nos cerramos a las posibilidades que ofrecen cada uno de esos problemas o cada uno de sus retos.

Las posibilidades son infinitas, si uno realmente lo quiere ver así, pero hay que aprender a dejar de preguntar por qué pasan las cosas y, en cambio, aprender a entender para qué pasan las cosas.

Vivimos en una sociedad de consumo, una sociedad que nos ha querido enseñar que todo para lo cual vivimos es el placer físico inmediato que suele obtenerse con la satisfacción material, pero es realmente irónico; porque si llegáramos a resolver todos los retos que la vida nos propone, entonces tendríamos el peor de los problemas.

**No tendría ningún sentido vivir una vida en la que ya no hubiera nada para resolver,** no tendría ningún sentido vivir una vida monótona, absolutamente perfecta, sin retos y sin dificultades. Es por eso que el Creador nos ha hecho a todos dependientes los unos de los otros, porque el hecho de ser imperfectos, el hecho de tener carencias, de padecer necesidades, presenta la oportunidad más grande que nos da la vida; porque nos muestra que nunca hay un fin para el crecimiento. Que siempre, aunque tengamos muchos logros y aunque alcancemos muchas metas, aún habrá algo por mejorar.

Ahora bien, el gran desafío que nos plantea la vida, también nos permite replantearnos y reconsiderar las prioridades de nuestra vida, para poder enfocarnos en lo que realmente es el verdadero crecimiento.

Hashém creó los problemas solamente para poder crecer como personas, y también a nivel global, a nivel cósmico, en la perspectiva de la humanidad entera, los problemas y los retos que nos ha presentado la pandemia, deberían, para nuestro bien, llevarnos a un replanteamiento de nuestras prioridades, pues hoy más que nunca podemos caer en cuenta que nuestra aparente seguridad, se encuentra basada en fundamentos muy endeble y que, por ello, todo puede cambiar de manera completamente brusca, de un momento a otro, sin aviso ni advertencia.

Pero, a pesar de todo ello, el ser humano inteligente y consciente, no debe caer en la desesperación de los problemas y, por el contrario, buscará constantemente cuestionar su realidad y tratar de darse cuenta que, esa misma dificultad es la muestra de que aún tiene mucho por hacer. Todos nosotros, cada vez que el mundo nos muestra un cambio, que la vida personal, individual, o colectiva nos muestra un cambio, en realidad nos abre una nueva oportunidad y, mientras las prioridades de la vida se mantengan claras, la gente que tenga aspiraciones de crecimiento, siempre podrá encontrar en los retos oportunidades de renovación.

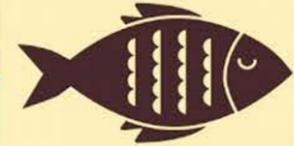
Sin embargo, la gente que busca solamente mantenerse en una monotonía de aparente seguridad perpetua, puede llegar a abrumarse por la depresión al ver que esa inexistente seguridad se escurre entre las manos. **Por eso no debemos de tenerle miedo a los retos, porque fueron hechos para que podamos superarnos.** Debemos entender que no somos lo que tenemos en el presente, ni lo que teníamos en el pasado. No somos lo que hacíamos, ni lo que vamos a hacer en el futuro. No podemos definirnos por nada externo, sino que nuestro ser se define por la constitución interna de nuestros valores y aspiraciones que se nutren por lo que en verdad nos hace humanos. La capacidad el deseo de cambiar, aprender y crecer.

Y sí, la realidad nos cambió. Y sí, la realidad nos presenta una oportunidad de cambio que quizás no queríamos o no buscábamos. Pero esa oportunidad nos presenta ahora una nueva vida, la oportunidad de valorar una sonrisa cálida, de valorar una cena entre amigos, de valorar una comida en familia, de recordar que siempre podemos dar algo para que la persona que esté nuestro lado, nuestra pareja, nuestros hijos, nuestros padres puedan sentirse mejor.

Es tiempo de volver a vernos nuevamente como seres humanos, tan simples y tan grandiosos. Un momento para volver a despertar la infinita bondad que hay dentro de nosotros, y ese es el gran secreto que nos proporciona cada nuevo reto. No veamos los retos como problemas, sino aprovechemos cada oportunidad que nos da la vida con cada cambio, para ser mejores.

Si nos damos cuenta de todo lo que aún podemos hacer, todo lo que aún podemos crecer y mejorar entonces estaremos abiertos también a un mundo lleno de nuevas posibilidades y experiencias maravillosas. Las que presenta “este momento” en el que estamos “vivos” y nos mantenemos “firmes” ante todo, *Shehejeyanu, vekiyemanu, vehiguanu lazemán hazé.*

**\*RABINO DE LA COMUNIDAD SEFARADÍ**



- Shaná Tová Umetuká
- Año Feliz y Bendecido

## Para hacer cambios hay que ir despacio, paso a paso

Shlomo Tawil\*

Queridos hermanos y hermanas de todo el Yshuv de México.

Con todo el respeto y cariño hacia todos ustedes.

Otro Rosh Hashaná se acerca, otro Yom Kipur está en la puerta. Quisiera compartir con ustedes algunos consejos que nos regalan nuestros grandes y eminentes sabios de todos los tiempos.

### EMPIEZA GRADUALMENTE

Todos queremos mejorar nuestra personalidad, que a lo mejor con nuestros actos la hemos estropeado. Y para eso se necesita una transición, un cambio.

Sin embargo, "una transición repentina de un opuesto a otro es imposible y por lo tanto el hombre, de acuerdo con su naturaleza, no es capaz de abandonar repentinamente todo aquello a lo que estaba acostumbrado." –Rav Moshé ben Maimón (Guía de los perplejos 3:23).

Es posible hacer grandes cambios, pero el consejo de Maimónides nos recuerda que hay que ir despacio, paso a paso. Al avanzar gradualmente es más probable poder mantener nuestras resoluciones y nuevas rutinas.

"Todos los comienzos son difíciles". ( kol hahatjalot kashot) (Talmud).

Recuerda que aunque puede ser difícil empezar a cambiar, con esfuerzo y práctica todo se vuelve más sencillo. Tener esto presente puede ayudarnos a superar la incomodidad inicial de probar algo nuevo.

PEDIR AYUDA

"Si deseas cambiar tu personalidad, estudia Torá e impleméntala en tu vida cotidiana, y reza pidiéndole a D-os que te libere de tus cualidades indeseables. No puedes hacerlo solo". (Rab Israel Friedman (1796-1850).

Tenemos la posibilidad de cambiar, pero solamente hasta cierto punto. Si realmente queremos cambiar, también debemos rezar y pedirle a Dios que nos dé la fuerza que necesitamos para cambiar.

Nunca es demasiado tarde para cambiar

"Mientras la vela esté encendida, aún es posible lograr algo y arreglar". (Rab Israel Salanter.)

Una noche, Rav Salanter caminaba hacia su hogar y pasó por la casa de un zapatero. A pesar de ser muy tarde, vio que el zapatero seguía trabajando a la luz de una vela. Rab Salanter le preguntó:

—¿Por qué sigues trabajando? Es muy tarde y la vela se apagará en cualquier momento.

El zapatero le respondió:

—Mientras la vela está encendida, todavía es posible lograr algo y arreglar zapatos.

Con su sabiduría, Rab Salanter entendió que ese mensaje es verdadero para todos nosotros. **Nunca es demasiado tarde para cambiar mientras la vela arda: mientras tengamos vida y salud.** Apuremonos a llevarlo a cabo, antes que se apague la vela....

### OLVIDA LOS ERRORES DEL PASADO

"Cuando una persona cambia, se arrepiente de su pasado y hace el bien, ese es un acto tan poderoso que sus pecados se convierten en méritos." (Talmud)

Rav Shimón ben Lakish, conocido en el Talmud como Resh Lakish, sabía un par de cosas sobre arrepentirse de los pecados: él dejó su carrera como bandido para estudiar Torá y eventualmente convertirse en un gran estudioso. Él enseñó que al comenzar de nuevo se pueden borrar los errores y remordimientos del pasado.

"¿Cuán viejo serás dentro de unos años? Si no ahora cuando?" Pirke avot.

### SIGUE INTENTANDO

"Aunque el justo pueda caerse siete veces, él se levantará". (sheva ipol tzadik vakam)—Shelomo Hamelej-Mishle 24: 16.

**En el pensamiento judío, una persona grandiosa no es aquella que nunca falla, sino una que falla y sigue intentando. Solamente puedes convertirte en una persona grandiosa a través del error y la perseverancia.**

"No es que soy tan inteligente, es que me profundizo más tiempo con los problemas" diría Albert Einstein. Apriori de su bien conocida expresión: "Hay dos cosas eternas: El universo y la estupidez humana. Y de la primera estoy en dudas".

El éxito está determinado en gran medida por nuestra habilidad de seguir intentando. Incluso cuando la tarea es difícil, perseverar puede ayudarnos para que finalmente tengamos éxito. Utilizar nuestro consciente intelectual para lograr todo eso. Persevera y triunfarás.

Mi deseo es que todos nosotros obtengamos el éxito en este año nuevo que se inicia, tanto en lo espiritual como en lo material, y todos estaremos sellados en Shana Tova Umborejet, año bueno y bendito para todos. Con mucho amor y cariño.

TIZKU LESHANIM RABOT NEIMOT VETOBOT AMEN

\*RABINO PRINCIPAL DE LA COMUNIDAD MAGUEN DAVID

## Tenemos el poder de renovarnos y volver a empezar

Abraham Srugo\*

Uno de los regalos mas grandes que D-os le dio a la humanidad, es el hecho de que siempre hay oportunidad para un reinicio y que tengamos nuevos comienzos.

D-os pudo haber creado el mundo de forma lineal, en cambio, lo creó de una forma en la que nos permite crear nuevos comienzos y tener nuevas oportunidades incluso cada día si así lo decidimos.

Hay un estudio que revela que en Google la palabra -dieta- es la mas buscada cuando comienza un nuevo año, cuando comienza un nuevo mes, cuando comienza una nueva semana. Esto se debe a que los seres humanos, necesitamos tener una pauta que marque el inicio de algo

para decidirnos a hacer un cambio de cualquier índole.

Cada mes, el pueblo judío recita la bendición de la luna, usted puede pensar "¿qué? ¿le rezan a la luna?" y no exactamente, no le rezamos a la luna, sino que hacemos un rezo especial en el cual agradecemos a D-os porque así como la luna tiene un nuevo comienzo en cada ciclo, nosotros también tenemos nuevos comienzos cada inicio de mes, en Rosh Hashana, en Yom Kipur, en un nuevo mes en Rosh Jodesh... Cada mes tenemos el poder de renovarnos, tenemos ese momento especial para decir: "este deberá ser un nuevo momento en el que puedo volver a empezar de cero, borrón y cuenta nueva" y eso es lo que pasa exactamente en Rosh Hashana, es un

momento muy especial para tomar nuevas resoluciones, y de hecho, todos lo hacemos, pero hay que tener especial cuidado ya que la mayoría de la gente hace grandes propósitos en Rosh Hashana que luego le cuesta mucho cumplir durante el año y por eso, si nos ponemos a analizar nos damos cuenta que cada año estamos volviendo a pedir perdón por las mismas cosas que hicimos el año pasado, porque no logramos mantener esas decisiones, esas metas, esas correcciones que queremos hacer.

Creo que uno de los mensajes mas fuertes de Rosh Hashaná es el Shofar, porque si analizamos, en otras fiestas, por ejemplo, en Sucot, tenemos las cuatro especies, en Pesaj comemos matzá y maror y en Purim hacemos las 4 mitzvot de leer la Meguilá, regalar Mishloaj Manot a los amigos, celebrar en grande con la comida de Purim y dar regalos a los más necesitados... siempre vemos que es mas de uno, y en Rosh Hashana que es el día mas importante del año, el día que volvemos a empezar, el día que

D-os juzga a toda la humanidad, ¿nosotros qué hacemos? tocamos un pequeño Shofar, uno solo y pequeño, si nos preguntamos ¿Por qué? aquí esta el secreto del éxito para este nuevo año: la clave es que para grandes logros necesitamos decisiones pequeñas, necesitamos tomar una pequeña iniciativa, pasos pequeños, como se hace por ejemplo en los programas de Alcohólicos Anónimos que es "un día a la vez", significa que no puedes tomar grandes decisiones de un solo golpe, sino hoy comprometerte a tomar una pequeña decisión, cumplirla y mañana tomar otra pequeña decisión, la cumples y así es como se hacen los grandes cambios en la vida.

Ojalá que este año todos podamos lograr a través de pequeños pasos, grandes metas alcanzables, que todos tengamos salud, bendición, paz y felicidad... ¡Shana Tova Umetuka!

\*RABINO DE LA COMUNIDAD DE GUADALAJARA

¿Quieres hacer un regalo especial?

*Sefarad de Ayer, Oy i Manñana*

Editorial KESHER en exclusiva ofrece a sus lectores y al público en general esta interesante obra literaria, a un costo mínimo de recuperación.

**OFERTA ÚNICA**

**Paga 2 y llévate 3 libros**  
válido todo el mes de septiembre

**55 5203 0446 / 55 5531 7601**  
ó a: [periodico@kesher.org.mx](mailto:periodico@kesher.org.mx)

**EN CUALQUIER CASO DE EMERGENCIA  
¡LLÁMENOS!**

- Acapulco
- Ciudad de México
- Cuernavaca
- Estado de México
- Valle de Bravo



"Quien salva una vida es como si salvara al mundo entero"



#TodosSomosHatzalah

**RECUERDE...** Lo leyó primero en **KESHER**

## FRENTE A LA REALIDAD HISTÓRICA Y MÉDICA

3ª y última parte

**Bernardo Tanur**

En la última mitad del siglo XX la evolución de la medicina ha sido avasalladora, pero no debemos olvidar la contribución notabilísima del gran médico y filósofo, Ramón y Cajal Premio Nobel, quien sentó la base de los progresos posteriores al describir con amplitud visionaria la estructura y el funcionamiento de las células del sistema nervioso y su comportamiento. Contribuyó ampliamente no sólo en la clínica para la descripción de los padecimientos de ese tejido tan fino y misterioso, sino hasta el tratamiento médico y quirúrgico, las enfermedades que de ahí provienen, previendo la regeneración, plasticidad sustantiva y hasta de los trasplantes.

También nos dejó grandes enseñanzas, una de las cuales se aplica en la época actual. "Más que escasez de métodos, hay miseria de voluntad", y la progresiva pérdida de valores en la era contemporánea.

Después llegó, a mi entender, el inicio de la era celular, los exámenes postmortem más completos, más adecuados, más estudiados en los misterios de los tejidos; además, la adición no sólo de microscopios simples, sino de ultramicroscopios, que hicieron penetrar al mundo científico en la era subcelular. Se pudo ver entonces cómo funcionaban y en qué consistía la estructura de las membranas, el citoplasma, con sus pseudópodos protoplasmáticos y sobre todo el núcleo. Ese núcleo que al verse descubierto nos hizo ver con más precisión, no sólo el cómo, cuándo y en qué forma se inicia el ciclo biológico, sino que abrió las puertas de lo que posteriormente y en la actualidad son elementos que sientan las bases del futuro no sólo de la clínica, sino de la revolución de los tratamientos, tal es el caso del descubrimiento claro de los ácidos nucleicos, lo que originó el camino para encontrar nada menos que los códigos que nos llevarán de la mano hacia otra época, hacia otra era. Así hemos llegado a conocer más a fondo toda una especialidad, la biología molecular. En la década de 1960 se consideró que, al conquistar, o por lo menos llegar a la luna, se estaba en el preámbulo de una serie de descubrimientos que nos iban a llevar a conocer con rapidez el microcosmos. Sin embargo, conociendo que existe más de un

universo, dicha cobertura sigue siendo lejana. En la misma forma, cuando llegamos a la biología molecular tuvimos la sensación de llegar al conocimiento pleno de nuestro ente biológico, pero el escénico-cosmos todavía está muy lejano de ser conocido en toda su dimensión.

En cierta forma paradójica, y a pesar de los enormes logros de la ciencia, el arte del diagnóstico reside en ejercitar al máximo la conciencia, la sabiduría, el conocimiento, la pasión y entrega de un médico para poder llegar a la certeza de lo que ocasiona un proceso morboso. Uno de los factores fundamentales para llegar a tal culminación sería nada menos que la historia clínica que inició Hipócrates y que lo han seguido tanto miles y millones de médicos que nos han precedido. Ofrecer al paciente el tiempo, la compasión, la habilidad, la cuidadosa percepción, percusión y observación del enfermo, siguen siendo los pilares del arte de la medicina actual.

Sin embargo, hay enormes retos que incluyen la explosión demográfica, las ideologías políticas extremas ya sean de la derecha con su contraparte consumismo o de izquierda con su contraparte el burocratismo. La influencia que están y estarán teniendo en forma permanente los necesarios seguros, cuya intervención a través de una medicina administrada tan estructurada, hará que nuestra relación y nuestro juicio ante el paciente se vea limitado. El incremento de la medicina defensiva, con sus enormes gastos, influirá en las decisiones facultativas. Aquí la cibernética está jugando un papel avasallador para bien y para el mal, que todos conocemos y nos asusta; y a propósito, ¿saben ustedes por qué la computadora es femenina? Porque: a) nadie más que su creador entiende su lógica interna; b) el lenguaje que usa para comunicarse con otras computadoras es incomprensible para todos los demás; c) hasta los más mínimos errores son retenidos en su memoria para después mostrarnoslos en un momento oportuno y de amargura.

Hoy más que nunca, no sólo se requiere el compromiso del que ejerce la acción médica ante su paciente, sino que se exige que esté en conocimiento pleno de las realidades sociales,



políticas, económicas y culturales del mundo que lo rodea. Considero que es el único camino para unir conceptos y proyectos para sostener y estimular una medicina efectiva, coherente y sobre todas las cosas, luchar a brazo partido para recuperar el humanismo y todo lo que ello significa para el futuro del ser humano, donde, en obvia, nuestro gremio tiene un papel fundamental, en un mundo que infortunadamente no ha mostrado su voluntad pacífica.

Las atrocidades que observamos en esta era super tecnológica (disfrutada sólo por 15% de la población del orbe) han superado las anteriores y han dejado muy atrás los cuentos de Edgar Allan Poe y de Jorge Luis Borges; han sobrepasado la ficción.

Sólo recientemente nos hemos ocupado de condicionar el ejercicio profesional con normas que intentarán promover la ética y la bioética, siempre y cuando los acontecimientos plagados de intereses y soberbia, así como de extremos, nos lo permita en este parteaguas histórico.

¿Acaso es la lucha entre el sueño hipocrático en contra de un oscurantismo amenazante, o volvemos a las épocas del hombre, que entonces se consideró sabio? Y ¿recomenzaremos el ciclo?...

## QUE ES LA ANSIEDAD, SIGNOS Y SÍNTOMAS, TIPOS, COMO EVITARLA Y TRATARLA

- *¿Que es la ansiedad?*
- *¿Cómo saber si tengo ansiedad y cómo se manifiestan los signos y síntomas?*
- *Tipos de Ansiedad*
- *¿Que se puede hacer para calmar la ansiedad?*
- *¿Cómo se cura la ansiedad de forma natural?*
- *¿La ansiedad generalizada es una afección mental en la cual se está frecuentemente preocupado o ansioso acerca de muchas situaciones diferentes? Puede salirse de control e interponerse en las actividades cotidianas.*

**Mauricio Fishleder**

**L**a ansiedad es básicamente un mecanismo de defensa de alerta por situaciones consideradas amenazantes. Se da en todas las personas es normal.

Los signos y síntomas más comunes son:

- 1.- Sensación de nerviosismo, agitación y tensión.
- 2.- Sensación de peligro inminente, pánico o catástrofe.
- 3.- Aumento del ritmo cardíaco, palpitaciones
- 4.- Respiración acelerada (hiperventilación)
- 5.- Sudoración
- 6.- Temblores
- 7.- Sensación de debilidad, mareo, náusea o cansancio
- 5.- Sensación de un infarto inminente, de volverse loco, de desmayarse o de morir.

Los tipos de ansiedad son:

### 1.- Trastorno de Ansiedad Generalizada

Son las personas "Sufridoras" por ej.: miedo a su salud, economía doméstica, al trabajo, a la familia, a su relación de pareja,) estas preocupaciones les producen síntomas de inquietud, impaciencia, tensión muscular, problemas para dormir, incapacidad para relajarse, no poderse concentrar, sentirse con fatiga e irritables.

### 2.- Trastorno Obsesivo-Compulsivo

Personas que tienen pensamientos ideas o creencias recurrentes y persistentes que temen (obsesiones) y realizan comportamientos repetitivos o rituales con el intento de controlar el miedo (compulsiones). Estos

comportamientos pueden llegar a limitar en gran medida la actividad diaria de la persona que los sufre: ejemplos: obsesionados con la suciedad y limpiar y lavarse o bañarse constantemente.

O tener miedo de un ladrón y comprobar repetitivamente si la puerta de casa está cerrada. La necesidad de revisar cosas repetidamente, si la puerta está cerrada, contar el dinero, ver si algo está en su lugar. También se preocupan mucho por el orden y la simetría o tienen dificultades para deshacerse de cosas (acumulación de objetos). Muchos se sorprenden por lo que les pasa pero la mayoría no es consciente.

### 3.- Trastorno de Pánico

Es un episodio repentino de pánico de miedo muy intenso que se da en minutos y dura menos de 1 hr y que se acompaña con signos y síntomas mencionados anteriormente.

### 4.- Fobias específicas

Agorafobia en síntesis miedo a salir de casa (miedo a estar en determinados espacios y situaciones porque perciben que puede ser difícil escapar de ahí o recibir ayuda si sufren una crisis de angustia. Miedo a tener miedo. Algunos ejemplos: miedo a elevadores a multitud de gente, determinados puentes, túneles, tiendas, oficinas.

Fobia sociales, viajar en avión, ver sangre, algunos animales, alturas, etc.

### 5.- Trastorno de Estrés Postraumático

Este trastorno de ansiedad puede aparecer después de un acontecimiento que es vivido con miedo muy intenso frecuentemente ligado a sufrir daños físicos graves ante la amenaza a la vida de uno mismo o de otros. Por ejemplo: es común en personas que fueron a una guerra que han sido secuestradas, violadas o agredidas. Y cualquier cosa que les recuerde ese evento los asusta, paraliza afectivamente, pueden perder el interés para disfrutar, pueden sentirse incómodos, irritables, agresivos. Habitualmente reviven el suceso traumático en sus pensamientos durante el día y tienen pesadillas al dormir.

Toda ansiedad tiene un inicio una duración y un final.

Nadie se muere por ansiedad.

Que se aconseja para ayudar a evitar la ansiedad:

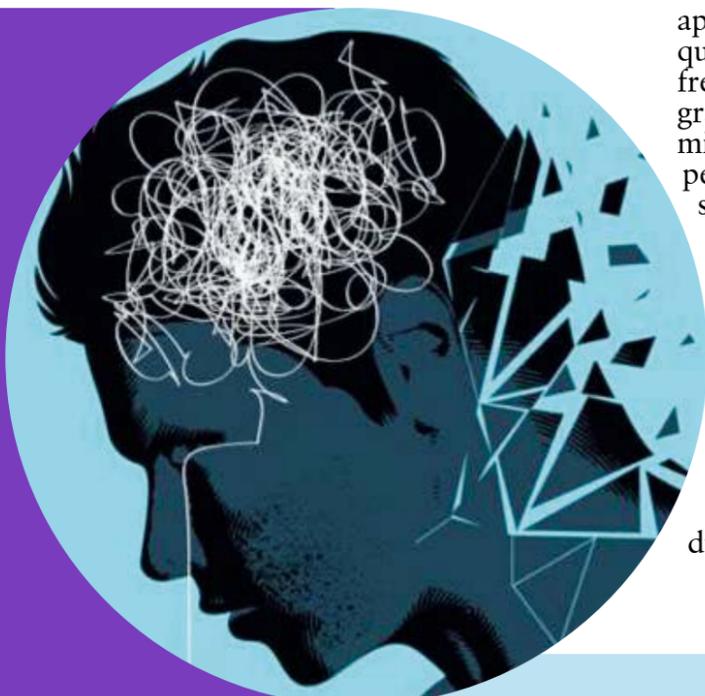
- ✓ Dormir lo suficiente
- ✓ Comer alimentos saludables.
- ✓ Mantener un horario diario regular
- ✓ Salir de casa todos los días.
- ✓ Mantenerse alejado del alcohol y las drogas.
- ✓ Hablar con familiares y amigos cuando se sienta nervioso o asustado.
- ✓ Ejercicio
- ✓ Mascotas
- ✓ Tomar suplementos alimenticios.
- ✓ Relajarse, meditar, rezar, u orar.
- ✓ Dejar el café.
- ✓ Un masaje, aroma terapia, té, aceites.
- ✓ Escribir lo que te sucede
- ✓ Distraerse o reír.
- ✓ Hacer algo que disfrutes.
- ✓ Evitar situaciones estresantes y personas conflictivas y tóxicas.

No hay una receta especial para la ansiedad pero muchas personas toman antidepresivos (Escitalopram, Prozac y Sertralina) y ansiolíticos

### ¿Cómo se cura?

Ayuda mucho respirar diafragmática mente lentamente, contar hasta 5, relajarse, hacer meditación de conciencia plena o mindfulness.

Y terapia cognitiva conductual con objetivos bien estructurados y sesiones determinadas para alcanzarlas. Puede durar unos meses con un terapeuta que te sientas cómodo comprendido y conectado con el terapeuta. Y combinado con relajación, meditación y a veces medicación.





## Adicciones y dolencias

**Salo Grabinsky**

**H**ace unas semanas hablé de un problema adicional al generado por la pandemia y el confinamiento obligado durante meses en la población en general. Ahora con el paulatino regreso a cierta normalidad en la sociedad, vamos a descubrir ciertas anomalías que debemos enfrentar. Muchas las dejamos pendientes, como las visitas rutinarias a los doctores y dentistas, análisis médicos y otras las pudimos agendar en línea lo que parece que será una tendencia creciente en el futuro.

Los estudiantes (y sus familiares cercanos) tuvieron que aprovechar su tiempo en casa, tomando clases digitales, con resultados desiguales, a convivir, jugar, tratar de no pelearse y con formas pasivas de entretenimiento. El ejercicio físico se redujo sensiblemente y aumentaron por lo tanto achaques y falta de movilidad, exceso de peso y otras dolencias.

No hay duda que donde casi todos sufrimos (excepto algunos que se creyeron invencibles) fue en el terror de enfermarnos del virus, de contagiar a nuestros mayores o personas vulnerables y la consiguiente culpa ante un fallecimiento. Hay millones de personas infectadas, pérdidas incalculables de seres cercanos y una cauda psicológica y de salud mental que debemos manejar todos los mexicanos y, por ende el mundo entero. Los terapeutas con quienes trato frecuentemente están saturados de pacientes, muchos nuevos a los que la crisis les ha afectado con angustias, depresiones y otros males, Parece que esta profesión ha sido de las pocas que se benefició de la pandemia. Nota: Muchos de estos pacientes se quejan de que no les gustan las terapias por internet ya que no se pueden desahogar y la falta de privacidad, pero eso va a cambiar pronto.

El tema que me preocupa es que todo este caos sanitario, aunado a la polarización por la violencia en el país y a excesos verbales de los políticos y demás demagogias, aceleró el uso de sustancias y productos adictivos. Antes éramos un exportador de marihuana a los Estados Unidos, ahora ellos ya son autosuficientes e incluso ya está casi legalizado el consumo. Pero, los otros narcóticos, opioides y el exceso en el alcohol para reducir las angustias y tensiones que todos sufrimos en este período se está volviendo un problema a nivel nacional. Lo importante es poder valorar hasta qué límite la pandemia ha acelerado otra epidemia de drogas y cómo moderar sus efectos, ante un ambiente tan desordenado y la falta de recursos.

En las empresas ha habido reducción de personal y los que se van a su casa recurren en ciertos casos al alcohol para mitigar su angustia, lo que está agravando además a su economía familiar. Los jóvenes incurrir en estos malos hábitos y se genera un círculo vicioso.

No estoy siendo fatalista, sino simplemente previsor al advertir que, al salir gradualmente de la pandemia y mejorar la economía urge que existan planes y recursos para reducir las adicciones resultantes. Me gustará oír comentarios de especialistas.



**COMUNIDAD SEFARADÍ**

**En la Comunidad Sefaradí, nuestra prioridad es protegerte.**

**¡Contamos con tu apoyo!**

En estas Fiestas Mayores queremos estar juntos y sanos. Te invitamos a conocer y respetar los requisitos para asistir a los rezos:



Hazte la prueba en la comunidad (5 a y 14, 15 sept) y preséntame tu pulsera de resultado negativo Covid.



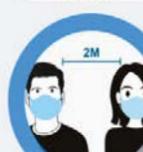
**Usa correctamente tu cubrebocas.**



**Trae tu propia kipá y taled.**



**Aplicate gel antibacterial al entrar.**



**Respeto la sana distancia.**



**No saludes de beso ni de mano.**



**Ven abrigado, habrá ventilación.**



**No beses el Sefer Torá.**



**Respeto los señalamientos en todo momento.**



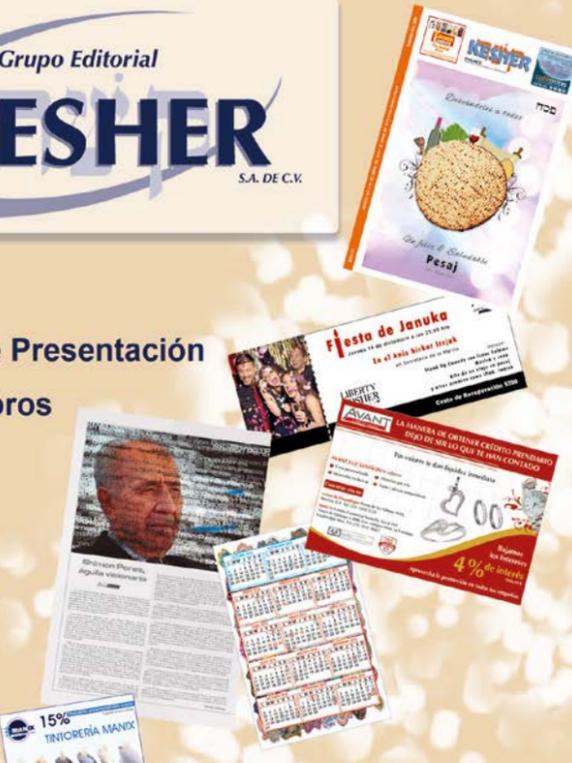
**Si hay alguien enfermo en casa, no asistas al Templo.**

**Sanitizaremos constantemente los espacios**  
Si no te has vacunado recomendamos que no asistas al Templo.

**¿Quiénes podrán asistir?**  
Únicamente personas mayores de 12 años. Se recomienda que adultos mayores consulten a su médico.



- Tarjetas de Presentación
- Tesis y Libros
- Papelería
- Revistas
- Volantes
- Trípticos
- Dípticos
- Boletines
- Y más...



**Tenemos también servicio de MENSAJERÍA y ENCARTES**



**555203•0446 y 55 5531•7601**  
**ventas@kesher.org.mx**  
**periodico@kesher.org.mx**

# INTERCAM CERCA DE TI

**Eres lo más importante para nosotros,**  
por eso te ofrecemos soluciones financieras  
con atención personalizada para que tu vida sea mejor.

Divisas | Forwards y Derivados | Inversiones  
Tarjeta Multi-Currency Cash Passport | Servicio Personalizado



**#HumanismoFinanciero**

#### Centro de Atención a Clientes Intercam

Desde cualquier parte de México:  
**55 5033 3333**

Desde EE.UU. y Canadá:  
**1 844 859 9078**

Desde cualquier parte del mundo:  
**+52 55 5033 3333**



Escanea el código  
y descarga nuestra App



[intercam.com.mx](http://intercam.com.mx)



**INTERCAM**  
Banco