



KESHER

ENLACE

Organo Independiente de Información Judeo-Mexicana

Grupos Editoriales
KESHER

TE OFRECEMOS:
DÍPTICOS, TRÍPTICOS,
VOLANTES, BOLETINES,
ENCARTES, TARJETAS,
REVISTAS, LIBROS Y MÁS...

MENSAJERÍA
Confabilidad - Rapidez
Precios Accesibles

Los mejores precios y
calidad inmejorable

Tels: 5552030446 / 5555317601

Día
Mundial
de la
Salud
7 de abril

Día de las
Américas
14 de abril

- **Después del 7 de octubre, el despertar del antisemitismo: magna conferencia de Pilar Rahola**
- **Premio Génesis 2024**
- **Festival Aviv, 50 Aniversario**
- **Premio Maimónides en Comunidad Sefaradí**

La presente edición contiene un artículo especial del historiador israelí, intitulado "Gana la batalla; Pierde la guerra", un espacio de reflexión cuya lectura es ampliamente recomendada.

Hablando de recomendaciones cabe destacar la visita de Pilar Rahola, renombrada periodista y analista, quien ante un nutrido grupo de cerca de 700 personas, hizo un llamado a la meditación y recapitulación sobre los terribles y abominables ataques de Hamas a la población civil de Israel, el pasado 7 de octubre de 2023.

Yo me quedo con varias reflexiones de nuestra querida ponente, como el de "En donde se aprende a odiar a los judíos, se aprende a odiar al mundo".

Que la barbarie es el fin de la humanidad.

Que lo que sucedió el pasado 7 de octubre en Israel es un atentado a todo el orbe, en el que "Amarás al Prójimo" se vino abajo.

Habló sobre que Israel, que aunque es un país muy pequeño tiene una enorme capacidad defensiva, pero que siempre tiene que estar a la defensiva.

Que hay más de 250,000 personas israelíes desplazadas del sur, con sus familias, por casi cinco meses.

Que una de las cosas más preocupantes es la banalización ó justificación de los barbáricos ataques por parte del periodismo en medios reconocidos y redes sociales del mundo.

Dijo que en este momento se viven las mentiras, y se quiere utilizar a Gaza para constituir un país palestino, que ellos mismos no quieren.

Se cuestionó que al parecer cuando los palestinos mueren, son víctimas; y cuando les sucede a los israelíes son simplemente muertos.

Tocó el tema de los rehenes que todavía Hamas tiene en túneles de 750 km. Hizo la comparación con el metro de Nueva York que tiene 350 km de la largo.

Expresó que ella está del lado de Israel, pues está a favor de la libertad, democracia y del ser feliz. Muy opuesto a la doctrina de los terroristas.

Aseguró que no son los fanáticos tanto el problema, como las buenas gentes que se creen las mentiras.

Acusó a la izquierda de ser los promotores del odio; así como a las asociaciones feministas por no alzar la voz en defensa de las mujeres, ancianas y niños que fueron vejados.

Esto no es un mundo civilizado. Además aseguró que esto ya no lo para nadie.

También dijo que había cosas buenas y optimistas como la resiliencia israelí, su economía que seguía funcionando bien, y los momentos alegres de la gente que a pesar del dolor profundo y del intenso desconcierto, aún festejan la vida.

Alabó la participación de los EE.UU. con sus portaaviones asentados en lugares clave que les están advirtiendo: a Irán: "no te muevas" y a China "no te pases".

Entre la estadística que me llamó la atención es la de que sólo el 3% de la población norteamericana es judía y ellos reciben el 65% de las proclamas de odio.

Aseveró que las organizaciones terroristas están flanqueadas por ideas supuestamente "progresistas", y durante décadas y décadas han construido discursos de odio.

Han cambiado ideas por consignas, y debates por pancartas.

Eso ha anulado la posibilidad de pensar diferente.

Hamas y sus aliados se han convertido en fábricas de odio y de muerte.

Se tocó también el tema del dinero, de miles de millones que reciben los palestinos de ayuda de muchos países del mundo, ayuda que nunca llega al pueblo palestino sino a sus dirigentes terroristas, para que vivan como reyes, y sigan perpetrando ataques terroristas sobre todo contra Israel.

Conminó a los asistentes a denunciar, a responder a ataques y a tener "cero" de tolerancia.

Dijo que ahora es muy importante el valor de la unidad, de crear alianzas y sinergias.

Concluyó que había que recordar que cuando los judíos sufren, al mundo le va mal. Que la obscuridad no procede para nadie.

Con una ovación de pie se despidió a Pilar Rahola, agradeciéndole que ella sea la persona que defiende y este del lado de la libertad, del respeto y de la tolerancia.

En otro orden de las cosas se llevó a cabo la entrega del Premio Génesis 2024 conocido como el "Nobel Judío" establecido para honrar a personas y organizaciones extraordinarias por sus destacados logros profesionales, contribuciones a la humanidad y compromiso con los valores judíos.

Este año, la fundación decidió honrar a cinco organizaciones que apoyan a las familias de personas retenidas como rehenes por Hamas en Gaza.

Uno de los fundadores del premio explicó que el propósito de este año "no es el influir en la política, sino aumentar la conciencia internacional y proporcionar asistencia humanitaria para la recuperación y rehabilitación de los rehenes y sus familias.

Y así las cosas nos preparamos para celebrar Pesaj, la fiesta de la libertad el 22 de este mes.

Y como siempre, el lector tiene la ultima palabra

Encendido de velas

5 Viernes 18:34
6 Sábado 19:25
12 Viernes 18:36
13 Sábado 19:27

Perashiot

6 Sheminí
6 Hajodesh
13 Tazría

Efemérides

7 Día Mundial de la Salud
14 Día de las Américas

EDITORA Y DIRECTORA

Responsable

LIC. ROSALYNDA PEREZ DE COHEN

CONSEJO CONSULTIVO:

DR. BERNARDO TANUR Y DR. JAIME LAVENTMAN

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 Kesher, en selección de color y en alta resolución. Se permite la reproducción parcial, mencionando la fuente.

LOS ARTÍCULOS FIRMADOS ASÍ COMO EL CONTENIDO DE LOS ANUNCIOS E INSERCIÓNES 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.

Titular: Grupo Editorial Kesher, S.A. de C.V. No. de Certificado de Reservación de los Derechos de Autor 04-2009-070213444500-101, Domicilio de Publicación: Calle Alpes #215, Lomas de Chapultepec, Miguel Hidalgo, C.P. 11000, Ciudad de México, México. Nombre y domicilio del Impresor: LG Digital S.A. de C.V. / Calle Trigo #219, Col. Valle del Sur, Ciudad de México, México, C.P. 09819 / Nombre y Domicilio de Distribuidor: Calle Alpes #215, Lomas de Chapultepec, Miguel Hidalgo, C.P. 11000, Ciudad de México, México.

PUBLICIDAD COLABORACIONES Y COMENTARIOS: COMUNICARSE AL 55 52030446 / 55 55317601 Y 55 52039084

KESHER

EL 8M Y LOS PAÍSES OFICIALMENTE MISÓGINOS

Esther Shabot*



Hay países en los que sus regímenes ni siquiera simulan aspirar a una igualdad de género, sino que se manejan con una agenda que oficializa la marginación y la discriminación de las mujeres y las niñas. Se trata de naciones en las que la separación entre religión y Estado no existe, por lo que la legislación religiosa, a menudo en sus expresiones más radicales, es la que establece las normas a partir de las que se legitima toda clase de abusos contra ellas. De tal suerte que la celebración en esos lugares del Día Internacional de las Mujeres constituye una jornada marcada por la represión, casi siempre

violenta, de quienes se atreven a salir a las calles a manifestar sus reclamos.

Son especialmente conocidos los casos de Afganistán e Irán. En el primero, hoy en manos de los talibanes, las mujeres han regresado a la reclusión, a la cobertura total de sus cuerpos, a la obligada sumisión ante las órdenes de los hombres de sus familias, y a no tener acceso a la educación más que en sus niveles más bajos. Este 8 de marzo sólo un puñado de mujeres se atrevió a salir a las calles en algunas provincias a fin de protestar contra la prohibición de trabajar, viajar y educarse, pero las fuerzas del orden las dispersaron de inmediato con lujo de violencia. Después de más de dos décadas en las que su status mejoró notablemente tras el derrocamiento del poder talibán, a partir de la invasión de las fuerzas multinacionales encabezadas por EU a principios de 2002, la vuelta al poder de los islamistas radicales ha reinstaurado el antiguo régimen segregacionista y cruel que oprime a las mujeres como en ningún otro lugar del mundo.

En cuanto a Irán, donde aún están frescas tanto las atrocidades cometidas en el caso de Mahsa Amini, asesinada por la policía por no tener bien puesto el velo en su cabeza, como la crueldad de la represión a quienes a lo largo de meses se manifestaron contra esa clase de injusticias, la conmemoración del Día Internacional de las Mujeres no pudo darse. La gente teme expresarse en ese tema, ya que más de 500 personas fueron asesinadas durante los meses de protesta por el caso de Amini y cerca de 20 mil fueron apresadas.

En esas condiciones, lo único que se filtró hacia el exterior el 8 de marzo fue una declaración de la premio Nobel de la paz 2023, Narges Mohammadi, quien llamó a la eliminación del apartheid por género, el cual no sólo afecta a las mujeres en su vida diaria, sino también fortalece el autoritarismo de los regímenes religiosos. Ella denunció a los gobiernos de Irán y Afganistán por haber “orquestado sistemáticamente condiciones de supresión, dominación, tiranía y discriminación contra las mujeres”. Esta notable luchadora por los derechos humanos sabe de lo que habla, ya que ha pasado años en prisión e incluso ha recibido latigazos acusada de actuar contra la seguridad nacional y de difamar al Estado Islámico de Irán. En 2022 se publicó con su firma el libro Tortura blanca, que recoge testimonios de catorce mujeres recluidas en prisiones del país.

El afianzamiento en el poder de los sectores religiosos más conservadores y retrógradas de Irán ha puesto fin a algunos de los escasos avances en cuanto a derechos de las mujeres que se consiguieron en gestiones previas, cuando figuras políticas “moderadas” estuvieron al mando. Es así que las condiciones ciertamente han empeorado. Por ejemplo, el cantante de pop iraní Shervin Hajipour, conocido por su canción Baraye, que se convirtió en una especie de himno coreado durante las protestas de 2022, ha sido condenado a tres años de prisión por “incitar y provocar a la gente a organizar disturbios que atentan contra la seguridad nacional y por difundir propaganda contra el régimen”. Hay que decir que la canción Baraye, ganó el Premio Emmy 2023 como mejor canción sobre el cambio social.

En diversos países musulmanes se dan condiciones similares a las arriba descritas, aunque el grado de violencia y sometimiento sufrido por las mujeres varía. Por ejemplo, en Irán nunca se prohibió a las mujeres conducir automóviles, mientras que en Arabia Saudita tal prohibición rigió hasta hace poco. En fin, comparativamente y de acuerdo a la normatividad que determina nuestros derechos en México, teóricamente se podría decir que aquí las mujeres “estamos en la gloria” ya que somos, por ley, iguales a los hombres. Indignante, así, que tengamos uno de los récords más vergonzosos a nivel mundial en feminicidios, y una violencia de corte machista con tan sólido arraigo social.



PHARMACOM SA DE CV
FARMACIA

35 años al Servicio de la
Comunidad Judia
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



Negocio que no
se anuncia

¡¡NO VENDE!!

Anúnciese en

KESHER



* Editoralista del Diario Excelsior

Premio Maimónides

L

a noche del pasado 13 de marzo, la Comunidad Sefaradí tuvo un lúcido y emotivo evento, la entrega del Premio Maimónides. Esta es la presea máxima de la Comunidad y se le da a destacadas personalidades por su labor y dedicación comunitarias. En esta ocasión, le fue entregado a la

Sra. Renné Penhas de Levy por su dedicada labor por más de 60 años en la Jevrá Kadoshá y en Bikur Jolim. Simultáneamente se le otorgó el premio también a Carlos Sandoval Levy, por su trayectoria y dedicación por casi 40 años en diferentes comités comunitarios y por trascender en otras comunidades trabajando en Honor y Justicia y arreglando problemas entre miembros de otras comunidades hermanas. Como maestro de ceremonias fungió Jacques Weiss; Max Sarfati habló sobre la vida de la Sra. Renné, y Ezra Bejar hizo una semblanza de la vida de Carlos Sandoval. El Rabino Moisés Chicurel dio una bendición. Hubieron bocadillos, un saxofonista y un vino de honor que amenizaron la velada. A ellos y a sus familias, ¡muchas felicidades! Que su ardua labor nos sirva de ejemplo a todos los miembros de nuestra comunidad.



¿Cómo se construye un sueño?

“Es posible que pronto la paz se pueda alcanzar, no solo con negociaciones sino con innovación” Shimon Peres

En el Colegio Hebreo Maguen David, la respuesta es clara: con innovación, visión y un compromiso inquebrantable con la educación de excelencia. Desde sus inicios, la Maguen ha sido un faro de vanguardia, buscando siempre estar al frente de los programas educativos que refuerzan nuestra identidad judeo-mexicana.

Nuestro objetivo es claro: formar ciudadanos íntegros, con una perspectiva global y las herramientas necesarias para alcanzar sus sueños.

En un mundo en constante cambio, donde la tecnología marca el ritmo, el CHMD se enorgullece de presentar el primer museo inmersivo con fines educativos: el Museo Shimon Peres.

Con esta iniciativa, las aulas trascienden los límites físicos y se transforman en un espacio expansivo, donde los personajes y eventos históricos cobran vida ante nuestros ojos.

En un espacio de 146 metros cuadrados, 8 proyectores, y una galería que funciona como área de exposición; las paredes cobran vida y la

historia se despliega frente a ti de manera cautivadora. Este museo no es solo una exhibición estática; es una experiencia envolvente que despierta tus sentidos y te sumerge por completo en el pasado.

Al igual que el visionario Shimon Peres, nuestro colegio también fue fundado sobre sueños y aspiraciones. Hoy, tanto el Estado de Israel como el CHMD son testimonios vivientes de lo que se puede lograr cuando se persigue un sueño con pasión y determinación.

Te invitamos a sumergirte en la historia y explorar el Museo Inmersivo Shimon Peres, donde el pasado cobra vida y el aprendizaje se convierte en una aventura emocionante y transformadora. ¡No te lo pierdas!

Este museo, ya inaugurado, representa un hito en nuestra misión educativa y es un testimonio de nuestro compromiso continuo con la innovación y la excelencia académica. Esperamos que esta experiencia inspire a nuestros alumnos a soñar en grande y a alcanzar nuevas alturas en su viaje educativo y personal.

Curiosidades y misterios del cuerpo humano

1ª de 2 partes

Bernardo Tanur



gracias a Fernando de Trazegnies Granda profesor principal de la Facultad de Derecho Pontificia de la Universidad Católica de Perú y gracias por el intermedio del Lic. Eduardo Luis Feher, me atreví a comunicar lo siguiente:

El cuerpo humano no podrá ser estudiado en su totalidad a pesar de los muchísimos años que se ha intentado conocer su anatomía y su funcionamiento. Lo siguiente muestra algo de sus misterios.

- Es posible para su cuerpo sobrevivir sin una sorprendente gran parte de sus órganos internos incluso si pierde su estómago, el bazo, 75% de su hígado, 80% de los intestinos, un riñón, un pulmón y prácticamente todos los órganos de su área pélvica y en la ingle, sería poco saludable, pero Vive.
- Durante su vida, usted producirá suficiente saliva para llenar dos piscinas. En realidad, la saliva es más importante de lo que se da cuenta. Si la saliva no puede disolver algo, no puede probarlo.
- La célula más grande en el cuerpo humano es el óvulo y el más pequeño es el esperma masculino. El óvulo es realmente la única célula en el cuerpo que es visible a simple vista.
- El músculo más fuerte en el cuerpo humano es la lengua y el hueso más duro es la mandíbula.
- Los pies tienen 52 huesos, representan una cuarta parte de todos los huesos del cuerpo humano total de unos 70 metros cuadrados, aproximadamente la misma superficie que media cancha de tenis. Además, si todos los capilares que rodean las cavidades pulmonares fueran desenrollados y puestos de extremo a extremo, se extenderían unos 992 kilómetros. Además, su pulmón izquierdo es más pequeño que su pulmón derecho para dejar espacio a su corazón.
- Los estornudos regularmente excedan 100 mph, mientras la tos unos 60 kilómetros por hora.
- Su cuerpo desprende bastante calor en 30 minutos para hacer hervir medio galón de agua.
- Su cuerpo tiene suficiente hierro para hacer un clavo de 3 pulgadas de largo.
- La producción de cera es necesaria para la buena salud del oído. Protege el delicado oído interno contra bacterias, hongos, suciedad e incluso insectos. También limpia y lubrica el conducto auditivo externo.
- Toda persona tiene un olor único, a excepción de los gemelos idénticos, que huelen igual.
- Los dientes comienzan a crecer 6 meses antes del nacimiento. Por esta razón uno de cada 2,000 recién nacidos tiene un diente cuando nace.

- Una cabeza de bebé es un cuarto de su longitud total, pero a la edad de 25 años sólo será una octava parte de su longitud total. Esto es porque los huesos de la cabeza crecen a una tasa mucho más lenta que el resto de los huesos del cuerpo.
- Los bebés nacen con 300 huesos, pero para la edad adulta el número se reduce a 206. Algunos de los huesos, como los huesos del cráneo, se funden uno al otro.
- No es posible hacerse cosquillas a sí mismo. Esto es porque cuando lo intenta es totalmente consciente de la hora exacta y la manera en que el cosquilleo se producirá, a diferencia de cuando alguien le hace las cosquillas.
- Menos de un tercio de la raza humana tiene visión 20-20. Esto significa que dos de cada tres personas no puede ver perfectamente.
- La nariz puede recordar 50,000 olores diferentes. Pero si es una mujer, es un oler mejor que los hombre y seguirá siendo un oler mejor a lo largo de su vida.
- El cuerpo humano se estima que tiene 60,000 kilómetros de vasos sanguíneos.
- Las tres cosas con que las mujeres embarazadas sueñan sobre todo durante su primer trimestre son ranas, gusanos y plantas en maceta. Los científicos no tienen ni idea de por qué esto es así, pero lo atribuyen al creciente desequilibrio de las hormonas en el cuerpo durante el embarazo.
 - La vida útil de un cabello humano es de 3 a 7 años en promedio. Cada día la persona promedio pierde 60-100 hebras de cabello. Pero no te preocupes, debe perder más del 50% de los pelos de su cuero cabelludo antes de que sea evidente para cualquiera.
- La célula del cerebro humano puede almacenar 5 veces más información que una enciclopedia. Su cerebro utiliza 20% del oxígeno que entra en el torrente sanguíneo, y se compone de 80% agua. Aunque interpreta las señales de dolor del resto del cuerpo, el cerebro no puede sentir su dolor.
- El diente es la única parte del cuerpo humano que no puede repararse a sí mismo.
- Los ojos siempre son del mismo tamaño que al nacimiento pero su nariz y orejas nunca dejan de crecer.

Continuará...

Impactaron al mundo

El antiguo Egipto

Jaime Laventman



Cómo es posible, qué tras 3500 años de poderío, presencia y haber logrado desarrollado una cultura única, se pueda desaparecer, desvanecerse y solo dejar el esqueleto de su permanencia en el mundo de los vivos? Cuando hablamos en la actualidad, de las grandes civilizaciones que poblaron al mundo antiguo, mencionamos a Mesopotamia, China y otras más, que, sin embargo, no opacan la presencia del antiguo Egipto.

Civilizaciones han aparecido a través de la larga historia de la humanidad, asociadas a la fuente acuífera que las nutría. Los grandes ríos que le entregaban al agricultor, la esencia necesaria, para poder cultivar o saciar al ganado. El agua. Sin esta fuente, la historia de la humanidad se habría escrito de manera diferente. Inundaba los campos, saciaba la sed de humanos y sus bestias, y junto con las estaciones de cada año, marcaba las reglas de cuando sembrar y recolectar. A miles de años, que esas civilizaciones desaparecieron, el legado en cuanto a la importancia del agua, adquiere proporciones impresionantes en la actualidad, donde 8000 millones de seres humanos, podrán, o no subsistir, dependiendo de cuánta agua esté disponible para ellos y sus más inmediatas necesidades. Entendemos como en el siglo XXI, no es el petróleo, ni el gas, o los metales preciados, los que afectarán con sus precios el futuro de la humanidad. Volverá, como en tiempos pretéritos, a ser el agua, y se desencadenarán luchas, guerras y discordias para obtener ese preciado líquido.

Egipto, el antiguo y el de la actualidad, cohabitan con la fuente mágica que le proporciona el líquido vital para sobrevivir. Me refiero a la estrecha comunión entre el país y el Nilo, con sus desbordamientos en el pasado, que traían consigo cosechas y vida, y su importancia en el desarrollo de esa cultura centrada, en medio de un lugar desértico.

Egipto, tras unir diversos grupos, se constituye en un imperio poderoso, regido por una serie de dinastías, todas ellas dependientes de la supuesta voluntad divina, reflejada en la presencia de un faraón, descendiente - acorde a los mismos - directo de los dioses, y quien regía los reinos en cada dinastía.

Pero no hagamos juicios basados en la imaginación. El antiguo Egipto, dominó al mundo conocido de aquellos años, y a pesar de haber tenido sus altas y bajas, dejaron una huella indeleble en la humanidad. Por un lado, las construcciones llevadas a cabo durante 3 milenios. Estatuas, palacios y frente a esa inmensa energía, los templos como el de Karnak, o la esfinge labrada en un solo e inmenso bloque de piedra, y las pirámides, templos funerarios, en el culto a la muerte, que se repiten en múltiples civilizaciones en todo el orbe, sin un conocimiento, entre una y otra. Aprendimos de ellos, el correcto manejo del desbordamiento de un río, y el aprovechamiento de la simiente que el mismo acarrea, para nutrir a la tierra, fertilizarla y obtener el fruto deseado de la misma. Aprendieron a almacenar granos, para los futuros inciertos, cuando el Nilo no se desbordaba como acostumbraba, sobre la superficie, para producir cosechas. A la par de muchas otras civilizaciones en el pasado, adoraban a múltiples dioses, y había creado su propia y personal mitología, que era el

sustento de su fuerza espiritual. Un Faraón, uno solo, desafió a los dioses y promulgó el culto a uno solo, el dios que representaba al Sol. Primer intento de monoteísmo, que, sin bases propias, solo por la fuerza de un solo hombre, aunque fuera el mismísimo Faraón, habría de fracasar. Es menester convencer al pueblo con argumentos válidos, para cambiar una forma de pensar, así sea esta religiosa. Una nación de poderosos, la supuesta aristocracia faraónica, a la par de los sacerdotes, mantenían al pueblo bajo su control, con el uso de la fuerza, y de la amenaza religiosa, más poderosa aún que las armas, como se ha comprobado a través de la historia.

Un país donde el ingenio humano llegó a promover una cultura muy por encima de la de sus vecinos. Ingenieros y arquitectos de primer orden. Nadie comprende aún a la fecha, como fueron construidas las pirámides, hace ya más de 4 milenios. La magnificencia de Karnak y de Abu Simbel, son ejemplos de su capacidad orfebre, su artesanía. Sus pinturas, nos describen claramente como era la vida en aquellos remotos tiempos. Nos muestran la agricultura, las ofrendas a los dioses, las batallas y guerras llevadas a cabo, y tristemente, nos dibujan nítidamente, a los esclavos, propios del país, y aquellos que, al ser derrotados sus ejércitos, pasaron a ser parte de la clase subyugada.

Su idioma, que ya nadie habla, y muy pocos pueden reconocer. Y sobre todo lo anterior, sus jeroglíficos, que nos describen claramente, lo que fue la vida cotidiana del antiguo Egipto. Tomaría varios siglos en que los mismos fueran descifrados, y desde entonces, podemos adentrarnos en la vida de aquellos poderosos y de sus esclavos, esposas, médicos etc.

Desarrollaron una medicina muy avanzada para su época. Conocían la anatomía, al llevar a cabo la momificación de sus dirigentes y nos dejaron claros ejemplos de la misma. Grandes médicos, que llevaban a cabo numerosas cirugías. A la par de otras civilizaciones, enterraron a sus seres prominentes, en tumbas especiales como las que conocemos en el llamado Valle de la Muerte, o en las profundidades de las enormes pirámides.

Las guerras internas, las ambiciones exhibidas por los rebeldes al Faraón, y la condescendencia de los propios regentes, fueron desencadenando una caída en los valores que sostuvieron al reino,



y en el desenfreno de sus habitantes, se comenzó a fraguar el fin del imperio.

Un imperio, basado en grandes obras y construcciones, que han ido desapareciendo de la faz de la tierra. Enseñanzas guardadas celosamente en papiros, en escrituras que fueron menospreciadas por los propios habitantes, restándoles la importancia que merecían. Un estancamiento cultural y moral, que ha sido la perenne causa de la caída de los más grandes imperios sobre la tierra, incluyendo al de Egipto, tras más de tres milenios de presencia continua.

Otros reinos y otras culturas comenzaron a hacer su aparición sobre la superficie de los tres continentes de la antigüedad. Esta vez, básicamente en Europa y Asia. Y uno de ellos, el que sería el Imperio Romano, tras largos años de intentarlo, logran conquistar de manera definitiva a Egipto, y dar término con Cleopatra VII, a la magnificencia del Antiguo Egipto.

Y este final abrupto, impactó ciertas nociones en el mundo. Los imperios contruidos bajo leyes draconianas, no subsisten. Nos dejan una importante cantidad de monumentos que nos asombran, por lo que representaron en su momento, pero son tumbas que atestiguan la muerte, más que su manera de vivir. Ningún imperio sobre la faz de la tierra, ha sobrevivido al inclemente tiempo que cobra con creces los errores cometidos. La cohesión necesaria, para que Egipto mantuviera su hegemonía, debió basarse en la mejora continua, en la vida de sus ciudadanos. No fue así. Permanecieron,

además, aislados del mundo, confiados en que su manera de vivir era la correcta, sin darse cuenta del estancamiento en todos los sentidos, que los envolvía. Nos asombramos de los logros que tuvieron y hablamos de aquellos tiempos con admiración, como debe ser, al ver los impresionantes monumentos que dejaron. Y me refiero a los que fueran erigidos y, que han desafiado al tiempo y al espacio.

Es difícil explicar porque determinada cultura decae o desaparece. En la inmensa mayoría de los casos, es por la degeneración social provocada por sus propios habitantes, la que lo desencadena. Se pierde la moral, la decencia y se cae en el extremo de una locura desenfrenada, descuidando las bases propias que construyeran el susodicho imperio.

Al visitar Egipto, asombrarse de sus pirámides, construcciones, pinturas y edificios, uno imagina como debió haber sido la vida en aquellos tiempos. Que orgullo haber podido pertenecer al país más poderoso sobre la tierra. Si. Pero solo para una contada minoría, a la par de otros imperios. Y cuando la gente vive servilmente para sus dirigentes, los imperios caen, y de ellos, queda solo el polvo del desierto que los cubre bajo su manto, silencioso e inmóvil.

Vendrán los años del Imperio Romano, un milenio completo. Y las causas exhibidas en parte para Egipto, terminarán a su vez con los romanos. Es la unión del pueblo, bajo respeto y convivencia, la que puede o no mantener a una sociedad viva y pujante.

Egipto logró trascender a su tiempo, pero olvidó lo esencial para mantener la unión. Y en ese descuido, la caída fue estrepitosa y muy dolorosa. Los grandes monumentos, tarde o temprano se volverán polvo ante el paso inclemente del tiempo. Esta noción, impactó al mundo.

Dichos en ladino

Sabiduría Popular:

Al rico le dizen: con salu, al prove le demandan: ken te lo dio (A un rico cuando estrena algo le dicen con salud! al pobre le preguntan de donde lo obtuviste, como diciendo no te creo capaz de que tú lo hayas obtenido solo).

Mas vale caer en un rico corriente ino en boca de la djente (Mejor es morirse, que caer en boca de la gente).

A la aragana entre djueves y viernes le viene la gana. (A quien es haragán y no le gusta trabajar, nunca lo hará).

Aver liviano (Uno se refiere a una persona con la cual es fácil de llevarse, pues es muy accesible; aver es carácter o forma de ser)

Pesgado y embatacado (No sólo es pesado, sino mal hecho, y sucio).

EN CUALQUIER CASO DE EMERGENCIA ¡LLÁMENOS!

CHEVRA HATZALAH MÉXICO
EMERGENCIA
58889999
52535253

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

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

Tú puedes salvar una VIDA

#TodosSomosHatzalah

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@kesher.org.mx

Lo leí primero en

KESHER

Por qué este director ejecutivo apuesta por el "liderazgo inmersivo"

Boris Diner*

La auténtica apreciación de lo que es comprar o trabajar para una empresa proviene de estar en el terreno, en medio de la acción.



¿Hay algo que he aprendido en mis años como CEO (director ejecutivo) es que no tengo todas las respuestas.

¿Qué hace un CEO (director ejecutivo)?

El hecho es que los directivos de empresas exitosas son buenos para saber lo que no saben. Hacen las preguntas correctas, escuchan, colaboran y comprenden que profundizar y ampliar en la recopilación de información y esto, es más importante que presumir que ellos mismos tienen todas las respuestas.

Es por eso por lo que tantos directores ejecutivos buscan practicar un liderazgo inmersivo, un enfoque que enfatiza el compromiso activo con las partes interesadas clave, especialmente empleados y clientes, en lugar de limitarse a dirigir desde arriba. Es arremangarse e inclinarse para participar como miembro activo del equipo en problemas específicos.

Esforzarse por captar las experiencias de los demás proporciona una claridad que a menudo queda oculta a vista de pájaro. La auténtica apreciación de lo que es comprar o trabajar para una empresa generalmente proviene de estar en el terreno, en medio de la acción.

No me refiero a la micro gestión (micromanagement). Cualquier director ejecutivo que se precie de ser CEO, es eficaz a la hora de delegar responsabilidades y empodera y confía en los miembros del equipo para tomar decisiones clave y apropiarse de ellas.

Los líderes inmersivos dan prioridad a obtener una comprensión profunda de las necesidades específicas de sus clientes, organizaciones, empleados y mercados. Lo convierten en una filosofía rectora todos los días.

El estilo inmersivo a menudo se asocia con cualidades como la empatía (un deseo de comprender las perspectivas de los demás de primera mano – “ponerse en sus zapatos”, diríamos aquí) y la adaptabilidad (una apertura al cambio basada en lo que el director ejecutivo ve y oye).

Al tratar de cultivar estas cualidades en mí, me inspiré en fuertes modelos a seguir.

Mi madre era comerciante en una papelería, en el centro histórico, atrás de Catedral, principalmente para abastecer las necesidades de los padres de familia con hijos en primaria y secundaria, y mostró verdadera empatía más que nadie que haya conocido.

Luego están los numerosos titanes de la industria que se consideran pioneros del liderazgo inmersivo.

Se sabía que Jeff Bezos de Amazon mantenía una dirección de correo electrónico pública, jeff@amazon.com, y enviaba los comentarios de los clientes a los ejecutivos. También dejaba una silla abierta en las reuniones ejecutivas para representar al

cliente, un recordatorio simbólico de la persona más importante de la sala.

Richard Branson, de Virgin Group, era conocido por su enfoque práctico, creyendo que los líderes debían ser muy visibles e interactuar constantemente con los empleados. “Camina por la pista, conoce a tu gente”, dijo una vez. “Aunque ya no dirijo las empresas de Virgin en el día a día, todavía considero crucial estar entre nuestro personal”.

En 2008, Howard Schultz, recientemente reelegido director ejecutivo de Starbucks, cerró todas las tiendas de la cadena en Estados Unidos durante tres horas para volver a capacitar a los baristas en cómo preparar el expreso perfecto, un arte con el que sentía que los empleados habían perdido contacto y contribuía a la caída de las ventas. Cinco años después, los ingresos de Starbucks habían aumentado un 54 por ciento.

Más recientemente, el director ejecutivo de Uber, Dara Khosrowshahi, fue noticia cuando trabajó en secreto como conductor durante varios meses en San Francisco. No fue sólo un truco, sino un esfuerzo por observar personalmente realidades sobre el terreno que a menudo pasan desapercibidas desde las suites corporativas. Khosrowshahi dijo más tarde que la experiencia lo obligó a “reexaminar cada una de las suposiciones que hemos hecho”.

Los ejemplos de mi propia carrera pueden no parecer tan dramáticos, pero uno en particular se destaca. Durante varias semanas, me uní a nuestro equipo de ventas en sus interacciones diarias. En estas llamadas, me consideré no solo el director ejecutivo, sino también un miembro del equipo, que absorbía comentarios, solucionaba problemas y celebraba los éxitos.

Al ponerme en el lugar de los vendedores, sentí lo que ellos sentían, no solo escuché lo que decían. Vi lo que funcionaba bien y lo que se podía mejorar. También adquirí una nueva apreciación de la pasión que sienten estas personas por su trabajo.

Otro ejemplo: desde que soy CEO (director ejecutivo), he reservado un tiempo cada semana un comentario, una noticia, un mensaje a LinkedIn ya que esta app expone mis pensamientos sobre situaciones que estamos viviendo en el día a día. Considero que esta es una excelente manera de mantenernos conectados con la misión de nuestra empresa. Hago estas cosas porque, en aspectos importantes, el liderazgo inmersivo nunca ha sido más vital.

LA LEALTAD A LA MARCA CAMBIA CONSTANTEMENTE

Como lo expresó un informe de PwC, “La volatilidad en el comportamiento del consumidor está en su punto más alto. La



pandemia de COVID-19 cambió fundamentalmente muchas necesidades y preferencias. La inflación y una economía turbulenta están influyendo en las decisiones de compra. La tecnología crea una conectividad y un acceso a bienes y servicios sin precedentes”.

Por lo tanto, un CEO (director ejecutivo) que no haga todo lo posible para mantenerse al tanto del pulso del cliente corre el riesgo de tener grandes problemas.

ESTOS TAMBIÉN SON TIEMPOS VOLÁTILES EN EL LUGAR DE TRABAJO

El cuarenta y cuatro por ciento de los empleados en todo el mundo dijeron en una encuesta de Gallup que habían experimentado mucho estrés el día anterior: el segundo año consecutivo en que el estrés de los trabajadores alcanzó niveles récord.

El estrés laboral lleva años aumentando, pero ha surgido un nuevo fenómeno: el abandono silencioso, una situación en la que un empleado se desconecta psicológicamente de su trabajo y reduce silenciosamente su esfuerzo sin expresar formalmente su insatisfacción.

Un CEO (director ejecutivo) que practica un liderazgo inmersivo puede establecer un tono que entusiasme a los empleados, conectar puntos que les ayuden a darse cuenta de por qué su trabajo es importante y ayudar a eliminar los obstáculos organizacionales que se interponen en su camino hacia su felicidad.

En 2024, seguiré desafiándome a mí mismo a profundizar, a ir más allá de las hojas de cálculo y las discusiones en las salas de juntas que pueden consumir a los directores ejecutivos, y a permanecer inmerso en las áreas que impulsan nuestro negocio.

Otra forma de pensarlo: mi hermano mediano, Lazaro, es un exitoso Gurú en su grupo de meditación Sij. Él entiende lo que se necesita para ser un buen maestro de yoga: Un conocimiento profundo del yoga. Disfrutar del trabajo con la gente. Excelentes habilidades de comunicación para explicar los distintos ejercicios y posturas. Capacidad de hacer preguntas y utilizar la habilidad de escuchar para comprender los objetivos que los asistentes quieren alcanzar con sus clases de yoga.

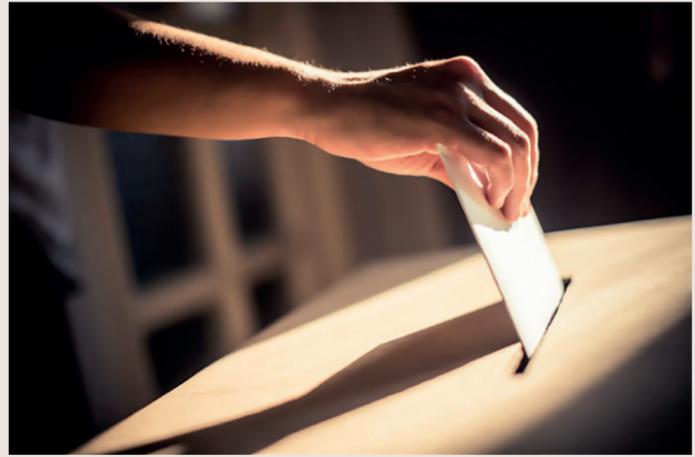
Un CEO (director ejecutivo) no debería ser diferente.

* Chairman en The Entourage Business Club.

Autocracia con adjetivos

Salo Grabinsky

Hace varias décadas Enrique Krauze publicó un artículo crítico del entonces invencible gobierno del PRI en donde sugería de manera clara que en México debería haber una “Democracia sin Adjetivos”, es decir lisa y llanamente un gobierno donde, por medio de elecciones libres y verificadas por todas las fuerzas políticas, el voto mayoritario obtuviera los puestos principales desde el presidente hasta los miembros del Congreso, gobernadores, presidentes municipales. Las fuerzas minoritarias también tendrían acceso a las posiciones obtenidas, con todo el respeto a su investidura. Habría ganadores y perdedores y la pluralidad hacía más intenso el diálogo y así el país sería gobernado en forma democrática, sin adjetivos.



En nuestro mundo existen, desgraciadamente, regímenes dictatoriales que no cumplen con las leyes vigentes, hacen caso omiso de la Constitución y en extremos crean un ambiente falto de libertades, con actos arbitrarios, fraudes, torturas y asesinatos. Es una situación grave y no importa de qué signo ideológico se trate, los pueblos sojuzgados (o engañados con promesas irrealizables, y sumidos en la apatía) van cayendo cada vez más en un abismo sin salida. Los fundamentalismos, los dogmas que no admiten discusión y la fuerza de la propaganda populista nos acerca a un peligro cada vez mayor.

Viendo el panorama global notamos que muchos países otrora razonablemente democráticos están cayendo en extremos, falta de diálogo y acciones de dudosa confiabilidad, para mantener el poder, el control de la población y su voto.

Un amigo mío me hizo ver que, en política y otras áreas hay que establecer un diálogo sano, sin adjetivos que tergiversen o empañen la opinión o idea concreta que se plantea. El trato “ad hominem” degrada a la conversación, ya que la convierte en un conflicto personalizado.

El clima político actual ha decaído de un intercambio de opiniones y puntos de vista diversos, a una “Autocracia con adjetivos”, incluidos insultos, burlas y amenazas, seguidos por actos de dudosa legalidad o rompiendo las normas constitucionales aceptadas. No es unilateral, ya que los opositores y radicales de todos los colores recurren a las redes sociales o tribunas para inflamar el ambiente con falsedades arbitrarias y sin bases. La falta de diálogo entre las partes es un fenómeno extremo que nos afecta a toda la población.

Los emprendedores estamos tratando de dilucidar por donde vienen los vientos huracanados de los próximos meses y años para tomar medidas preventivas. Los grandes empresarios ya tienen más claro el panorama (no totalmente, pero más informados que nosotros) y hacen planes alternativos para diferentes escenarios. Los políticos de toda filiación están en modo de vuelo intensivo para aterrizar un nuevo puesto o de pérdida arrimarse a los presuntos líderes y conseguir caer en blandito por un sexenio más, sin olvidar el chapulineo, deporte nacional del que somos país líder.

Lo peligroso de este período preelectoral es que se llega a la tentación de manejar al país de forma arbitraria, con infinidad de adjetivos y poco interés en ayudar realmente a la población con más y mejores empleos, seguridad para todos y un país democrático amable y más justo. Esto se puede lograr con un cambio de actitud generalizado empezando de arriba a abajo.

¿Quieres hacer un regalo especial?

Sefarad de Ayer, Oy i Manyana

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

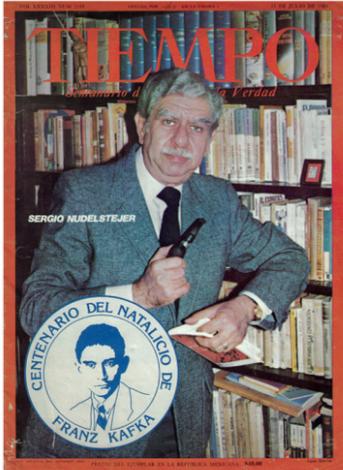
Paga 2 y llévate 3 libros
válido todo el mes de abril

55 5203 0446 / 55 5531 7601
ó a: periodico@keshher.org.mx

SERGIO NUDELSTEJER

Manuel Taifeld

El destacado escritor y periodista nació en Varsovia, Polonia en 1924. Llegó a México con su madre en 1927, su padre ya se encontraba en el país.



Cursó la primaria en el Colegio Israelita de México y en la Escuela Pública Belisario Domínguez. A los nueve años tomó clases de violín y posteriormente estudió en la Secundaria 11, donde influenciado por una maestra, se hizo cargo de la revista juvenil, lo que fue su inicio en las letras.



Siendo amante de la música, estudió en el Conservatorio de Música, donde junto con unos compañeros formaron un grupo de jazz que él dirigía, y con el que amenizaron varios eventos juveniles, incluso en las matinés en algunos cines.

Realizó sus estudios profesionales en el Centro Mascarones de la UNAM, donde obtuvo la Licenciatura en Filosofía y Letras.

En 1945, contrajo matrimonio con la Srta. Rosa Troyber, con quien procreó 5 hijos y quien lamentablemente falleció muy joven.



Con su familia

Su labor periodística abarcó más de 50 años. En 1943 obtuvo un empleo en el periódico El Universal y poco después en Tribuna Israelita, que era el órgano oficial de la Logia Spinoza de B'nai B'rith. Posteriormente en el Comité Central Israelita de México, el cual dirigió durante dos décadas.



En 1945 fundó el periódico en español "Prensa Israelita", que llegó a todos los sectores de la comunidad. Tras 10 años, la Sra. Sara Krongold se hizo cargo del mismo hasta 1981.



A lo largo de 30 años fue editorialista del Diario Excelsior y varios medios más; además destacó por sus obras dedicadas a Albert Einstein, Franza Kafka, Jorge Luis Borges, Elías Canetti, Stefan Zweig, Rosario Castellanos y Shimshon Feldman; así como por sus

trabajos sobre los autores contemporáneos Primo Levi, Elie Wiesel, Paul Celán, Walter Benjamin y Humberto Eco, entre otros. Además fundó las revistas "Así Es" y "Horizonte Israelita".



A la vez hizo traducciones de autores tales como Martin Buber, Itzjak L. Peretz y Bashevis Singer. Entre los Reconocimientos que le otorgaron destacan el Premio Nacional de Periodismo Cultural, el Premio Blaustein en Nueva York, el Premio al Mérito Intelectual Latinoamericano en Argentina, y la Medalla al Mérito Intelectual "Benito Juárez".



Fungió como Presidente del Comité Central Israelita de México, se desempeñó como Secretario General del Comité Latinoamericano en favor de los Derechos Humanos de los Judíos de la URSS. Su actividad en la Organización B'nai B'rith fue muy apreciada.



Durante la presidencia del Lic. Luis Echeverría Álvarez, le tocó esclarecer el nefasto hecho de comparar al Sionismo con el racismo, lo que desembocó en el ofrecimiento de una disculpa pública por el entonces Presidente.



El Lic. Nudelstejer fue promotor del Premio de Literatura "Fernando Jenó", que galardonó a importantes escritores judíos a nivel internacional. Por aquella época, ya había contraído matrimonio con la afamada escritora y escultora Tosia Malamud, quien falleció en 2008.



Después de una fructífera carrera, el Lic. Sergio Nudelstejer falleció en la Ciudad de México el 28 de enero de 2010, dejando una huella imborrable en la Comunidad.



En el American Jewish Committee

EEUU. CONTRATA EMPRESA ISRAELÍ PARA EL MAPEO DE LA RED ELECTRONICA NACIONAL

Exodigo es una empresa israelí que desarrolló una innovadora plataforma de imágenes subsuperficiales que funciona con Inteligencia Artificial para generar mapas tridimensionales sin perturbaciones en la superficie.

Con sedes en Tel Aviv y San Francisco, Exodigo ofrece una innovadora tecnología que escanea áreas enteras y consigue recopilar datos de forma no intrusiva, sin romper el suelo y sin alterar los objetos de la superficie, y con una precisión muy alta. A través del uso de Inteligencia Artificial, la empresa israelí genera un mapa tridimensional sin perturbar la superficie.

Exodigo recibió recientemente fondos federales de Estados Unidos, más específicamente del Departamento de Energía, para proporcionar mapas de las líneas eléctricas del país, en un trabajo que realizará conjuntamente con el Laboratorio Nacional del Noroeste del Pacífico, uno de los laboratorios nacionales.

Esto forma parte de un programa más integral, que busca modernidad la red eléctrica estadounidense, y se llama Grid Overhaul with Proactive, High-speed Undergrounding for Reliability, Resilience, and Security (GOPHURRS).

Con la tecnología de Exodigo, el gobierno podrá evaluar obstáculos subsuperficiales antes de la instalación, lo que reducirá costos y simplificará el proceso de remodelación.

Jeremy Suard, CEO de la empresa israelí, expresó que la compañía se siente honrada por "recibir este financiamiento federal, ya que es un testimonio de la innovación y dedicación incansables de nuestro equipo".

EL SALVAVIDAS DE LA ERA COVID REGRESA PARA TRATAR A LOS SOLDADOS HERIDOS EN LA GUERRA DE GAZA

Desde el comienzo de la guerra, 424 soldados de las FDI han resultado gravemente heridos y 35 están actualmente hospitalizados. Algunos sufren graves lesiones pulmonares causadas por explosiones o inhalación de sustancias químicas en el campo de batalla, lo que les impide respirar.

Por primera vez en la historia del conflicto israelí, la máquina ECMO (oxigenación por membrana extracorpórea), que sustituye al corazón y los pulmones en enfermedades pulmonares graves y fue una «estrella» durante la pandemia de COVID-19, se está utilizando para salvar las vidas de soldados gravemente heridos en Gaza.

«Estos pacientes no habrían sobrevivido sin ECMO; en guerras anteriores, simplemente habrían muerto en el campo», dice el Dr. Uri Galante, director del servicio ECMO para insuficiencia respiratoria grave del Centro Médico Soroka en Be'er Sheva.

Actualmente hay tres soldados heridos conectados a máquinas ECMO en Soroka, un dispositivo utilizado habitualmente en tiempos de paz para pacientes gravemente enfermos cuyos pulmones no funcionan debido a diversas enfermedades.

Las graves heridas sufridas en la guerra han llevado a los equipos israelíes a utilizar este dispositivo por primera vez en víctimas de las FDI que sufren traumatismos importantes, como última medida, casi desesperada, para salvar sus vidas. «A nivel mundial, el uso de ECMO se reconoce en traumatismos para un subgrupo específico de heridos de guerra», dice el Dr. Galante. «En Israel esto no se había hecho hasta ahora».

La ECMO sustituye las funciones del corazón y los pulmones. Extrae sangre del cuerpo, la oxigena y luego la devuelve. Este tratamiento tiene como objetivo preservar la función de los órganos mientras el cuerpo se recupera de una enfermedad o lesión grave, «ganando tiempo» de manera efectiva para los pacientes con daño reversible.

INVESTIGADORES ISRAELÍES LOGRAN CULTIVAR TOMATES QUE CONSUMEN MENOS AGUA SIN PERDER CALIDAD

Un nuevo descubrimiento de la Universidad de Tel Aviv logró cultivar variedades de tomates con mayor eficiencia en el uso del agua sin comprometer su calidad.

Los investigadores, empleando la tecnología de edición genética CRISPR, pudieron cultivar tomates que consumen menos agua y al mismo tiempo preservan el rendimiento y el sabor.

La investigación se llevó a cabo en los laboratorios del Prof. Shaul Yalovsky y el Dr. Nir Sade y fue dirigida por un equipo de investigadores de la Facultad de Ciencias Vegetales y Seguridad Alimentaria de la Facultad Wise de Ciencias de la Vida de la Universidad de Tel Aviv.

Los investigadores explican que, ante el calentamiento global y la disminución de los recursos de agua dulce, existe una demanda creciente de cultivos agrícolas que consuman menos agua sin comprometer la calidad. Naturalmente, al mismo tiempo, debido a que los cultivos agrícolas dependen del agua para crecer y desarrollarse, resulta particularmente difícil identificar variedades de plantas adecuadas.

En el presente estudio, los investigadores indujeron una modificación en el tomate mediante edición genética utilizando el método CRISPR, dirigido a un gen conocido como ROP9.

DISPOSITIVO DE INSIGHTEC MEJORA ADMINISTRACIÓN DE FÁRMACOS PARA ALZHEIMER

En la edición más reciente del "The New England Journal of Medicine", se ha compartido un estudio pionero que revela los resultados prometedores del uso combinado de un innovador dispositivo desarrollado por Insightec, una empresa de Israel, y un medicamento específico para combatir la enfermedad de Alzheimer.

Este estudio preliminar, aunque no se encuentra en la fase de solicitud de aprobación regulatoria, sugiere un potencial camino hacia el aprovechamiento de la tecnología de Insightec en la lucha contra la enfermedad de Alzheimer, una condición para la cual el mundo clama por soluciones efectivas.

La investigación, llevada a cabo en colaboración con el Instituto de Neurociencias Rockefeller de la WVU, ha demostrado que el dispositivo de Insightec tiene la capacidad de abrir temporalmente la barrera hematoencefálica usando energía ultrasónica focalizada en áreas específicas del cerebro. Este procedimiento facilita la entrega de medicamentos dirigidos al Alzheimer, logrando una disminución notable en los niveles de placa beta-amiloide, un marcador distintivo de esta enfermedad.

Durante el estudio, los ultrasonidos se aplicaron únicamente en una mitad del cerebro, sirviendo la otra mitad como grupo de control. Los resultados mostraron una reducción significativa de la placa y una respuesta más eficaz en la región tratada.

La utilización de esta tecnología se ha contemplado desde hace tiempo, y los últimos dos años han sido testigos de avances cruciales que han permitido la realización de este ensayo, destacando su relevancia.

La barrera hematoencefálica actúa selectivamente en el paso de sustancias desde los vasos sanguíneos al tejido cerebral, una característica que presenta desafíos para el tratamiento de enfermedades cerebrales, como los tumores cerebrales, cuya terapia con quimioterapia se ve obstaculizada por esta barrera.





50 años del Festival Aviv

Festival Aviv, 50 años, Yovel

Raquel Kleinberg

Aún no ha llegado la primavera, pero el Festival Aviv (quiere decir primavera) ya terminó y dejó en el aire su estela de magia. Así es el Aviv, genera tantas emociones, alegría, color, movimiento y energía, que cuando se acaba nos deja a todos impactados. Bailarines y espectadores, vestuaristas y maquillistas, comités, coordinadores y CDI, jurado, coreógrafos, iluminadores, tramoya, en fin, tantas y tantas personas que se movilizan para hacer de esa semana un tiempo inolvidable, que no termina cuando se acaba, porque el gusto, la memoria, las escenas, las músicas y los bailes siguen resonando por mucho tiempo, hasta que se inician los preparativos para el siguiente festival, logrando así que la magia del Aviv nunca termine.

Este año fue especial en todos sentidos. Se cumplían 50 años del festival, momento, sin duda para celebrar, como lo dicta la tradición judía, el Yovel por lo que el tema fue ese: Celebración. Especial también porque los organizadores crearon un espacio para la memoria, conscientes de que quien olvida corre el peligro de perderse. Ante todo honraron a su fundador, Carlos Halpert Z"l, montaron una exposición que recorría los 50 años del festival y planearon una noche especial, la de "Tashubu", "regresen". Y regresaron, ellos y ellas, bailarines de todos los tiempos volvieron a pisar el escenario. Verlos allí, algunos peinando canas, otros con unos kilos de más, y otras más bellas de lo que fueron, moviendo ágilmente los pies al son de las músicas que alguna vez bailaron, fue un deleite a la vista y el corazón.

¡Qué gran manera de enaltecer la memoria y remover las nostalgias!

Poco sabían cuando empezaron a organizar este enorme festejo que el 7 de octubre nuestro mundo se detendría, y ahora venía la acuciante pregunta, ¿Cómo celebrar ante semejante tragedia? La respuesta llegó en las palabras que se pronunciaron una y otra vez en Israel y en el mundo entero: "Lo nafsik lirkod", "No dejaremos de bailar", ahora el festival se resignificaba, nuestros niños, jóvenes y adultos bailarían para hermanarse con el mensaje, bailarían por la vida, por Israel y por aquellos a quienes se les arrebató esa posibilidad. Bailarían para decir claro y fuerte: Am Israel Jai.

También allí brilló el Festival, que supo honrar la memoria de los asesinados y muertos en la guerra, que supo clamar por nuestros rehenes, que levantó a toda una audiencia noche tras noche y en toda oportunidad, para hermanarse en el silencio más profundo y evocativo. 1,2,3,4,5,6,7,8, se escuchaba y no sabíamos si se trataba de una fila de bailarines o una de soldados, pero a todos conmovió ese grito contundente, y las gargantas que segundos antes aclamaban a su grupo favorito callaron, lloraron y honraron.

Y después la explosión de música, danza, coreografías. Kadima regalándonos unos minutos de plenitud, de alegría y de amor.

Paleta de colores, de vestuarios, intensidad en la música, en los ritmos. Derroche de talento en las coreografías y entusiasmo y maestría en la ejecución, los grupos hicieron gala de toda su creatividad y arte tanto en la categoría abierta como en la folklórica, Anajnu Veatem sorprendiendo siempre con sus coreografías y espléndida ejecución, los grupos invitados que brindaban su mejor esfuerzo y generaron grandes momentos en el escenario. Vimos también danza de cámara y video danza.

Así se vivió el Aviv, un público entregado a los bailarines, cada cual esperando ver triunfar a su favorito, sin saber que todos habían triunfado ya desde el momento en que se dio la tercera llamada y se escuchó el llamado: ¡Comenzamos! Tata tata tara tatán...

Ahora esperemos ansiosos el próximo festival, y mientras ello sucede seguimos evocando lo vivido, lo visto, lo bailado.

Lo Nafsik Lirkod, ¡seguiremos bailando por la vida!



concepto

Es un conjunto determinado de bienes tangibles, intangibles y naturales que forman parte de prácticas sociales o comunitarias, a los que se les atribuyen valores a ser transmitidos, y luego resignificados, de una época a otra, o de una generación a las siguientes.

La pregunta que habría que responder:

¿El Festival Aviv Carlos Halpert de Danza Judía, es Patrimonio Cultural de la Comunidad Judía de México?

Para poder confirmarlo, algunos datos:

-No existe en nuestra comunidad otra actividad artística o cultural que tenga actividad una semana completa al año.

“Patrimonio Cultural”

Guillermo Treistman*

-El evento tiene vida gracias a la entusiasta participación de todos los colegios de la red, instituciones comunitarias y tnuot noar.

-Es el único evento comunitario que tiene más de 2,000 participantes de todas las edades.

-No hay otro evento comunitario que cumpla 50 años realizándose de manera ininterrumpida (disculpando la pausa por la pandemia).

- Es el evento en donde activan la mayor cantidad de voluntarios... más de 100.

- No hay en la comunidad otro evento que tenga más de 3,500 espectadores por noche.



Bikurim Folklorica:
Primer lugar: Nativ – Colegio Olamí ORT



Bikurim Abierta:
Primer lugar: Zfateinu – Colegio Olamí ORT

-Afortunadamente es el evento que sigue atrayendo, después de medio siglo, a los jóvenes de nuestra comunidad para realizar una actividad escénica y llena de contenido judaico.

-No hay otro evento que mantenga activa a la niñez y a la juventud de la comunidad, por más de 5 meses previos a su participación.

-La efervescencia del público y participantes en este evento, no se experimenta en ninguna otra actividad comunitaria.

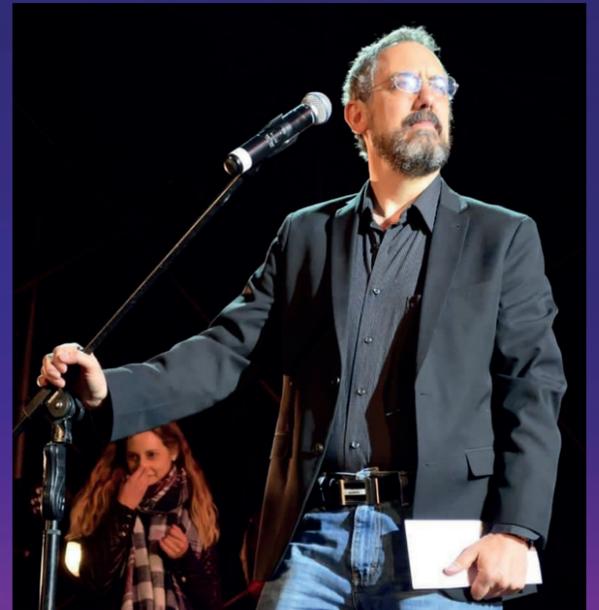
-Y por último y más importante, el evento conecta a los participantes y al público con su raíces judías y comunitarias... incluso aprendiendo y exaltando nuevos detalles de nuestras tradiciones y nuestros valores.

De nuevo

¿El Festival Aviv Carlos Halpert de Danza judía, es Patrimonio Cultural de la Comunidad Judía de México?

Y la respuesta categórica es... si.

* Miembro del Consejo Rokdim Director General del Aviv, 1991 a 1999



Bernardo Rubinstein

A 50 años de la Creación del Festival Aviv... “Celebrando a partir de una visión personal”

ace casi 50 años se estrenó en Broadway un espectáculo que cambió el destino de los Musicales en el mundo entero, con una obra de un talentoso creador de nombre Michael Bennet; me refiero a “Chorus Line”. Quizás han tenido el privilegio de verla. Desafortunadamente este joven director y coreógrafo falleció a sus 44 años de edad en 1987, pero entre tantas cosas, nos dejó otro gran musical: “Dream-Girls”, estrenado en 1981, haciendo también historia.

En “Chorus Line” se cuenta la historia particular de todos los que en algún momento soñamos con estar en el escenario y bailar. Ese fue mi sueño y consagración desde muy joven, aunado a la espléndida oportunidad de compartirlo con muchos compañeros.

A los 16 años me estrené en Anajnu Veatem y al mismo tiempo, como bailarín y coreógrafo del Aviv. Ese fue un periodo explosivo y fundamental de mi adolescencia. Entonces, corría el año de 1978, iniciando mi actividad ahí, la cual siguió por más de 25 años, aportando novedosos procesos al movimiento de la danza judía en México. Gracias a esto pude explorar un sin fin de posibilidades de la interdisciplina teatral.

Sin lugar a dudas este conocido “Festival de Primavera” es un fenómeno antropológico, sociológico y psicológico, digno de un buen estudio del particular etnocentrismo selectivo de la comunidad judía en la CDMX, y su influencia en comunidades similares, especialmente en la provincia mexicana, el resto de Latinoamérica y el sur de la Unión Norteamericana.

Lo que hice por Amor, más que por cualquier interés político o de cualquier otra índole, me inspira para aprovechar este canal y compartir un mensaje. Un amoroso mensaje con el ánimo de impulsar a todos aquellos, quienes movidos por la poderosa energía de la creatividad y la imaginación, se atreven a ejercer la libertad y trasciendan todos los límites...

Pues el Arte, a diferencia del entretenimiento y los discursos o panfletos sociales de lo “políticamente correcto”, es un mecanismo poderoso de expresión, de confrontación y evolución, que por más positivo que intentes ser, habrá de confrontarte invariablemente, con las múltiples barreras impuestas por el establishment y el resto del “estatus-quo”, yo a todo esto le llamo “El Destino”.

A todos y cada uno de aquellos que alguna vez soñaron con bailar, con ser coreógrafos, vestuaristas, maquillistas, investigadores, promotores, administradores o directivos de las artes escénicas, etcétera, desearos de compartir con los demás la maravillosa experiencia de sentirse vivos y celebrarlo en los escenarios, sin importar que tan inexperto en un principio te sientas... Un mensaje a todos los que alguna vez soñaron con bailar, con ser coreografías, maquillistas, investigadores, promotores, directores de artes escénicas no pierdas de vista tus ideales, ¡atrévete a hacerlo bajo la estrella luminosa de una eterna juventud! Aunque para lograrlo se requiere, además de mucho apoyo y buenos amigos, sobre todo, una enorme voluntad, energía y empoderamiento.

No permitas que tu mente se añeje sola a la sombra de costumbres y tradiciones castrantes... ¡Ejerce tu libertad! y atrévete a “Ser” y hacer con originalidad, sin pedir permiso; prepárate siempre con una buena intención y un buen discurso, con un buen entrenamiento.

Ser artista es una bendición, y el que verdaderamente lo es, sabe que para trascender no necesita de nadie que refuerce sus convicciones. Es desde, desde el Alma, donde se ejerce la más poderosa expresión de nuestro “Ser creativo”, y seguramente ésta, es la mejor manera de expresarse y de tocar la sensibilidad de los demás, para celebrar con maestría y sabiduría la vida... ¡“Lejaim”!



DAVID REUBENI Y SHELOMO MOLJO ¿VERDADEROS O FALSOS MASHIAJ?

Eli Suli

D

ebido a que muchos judíos sintieron que la expulsión de España había sido un presagio de la época Mesiánica, y la gran esperanza de que se acercaba el tiempo en el que los sufrimientos llegarán a su fin, por lo que se cumplirían las predicciones de los profetas con la tan esperada redención, entonces, todo eso era apto para que personajes de dudosa reputación realizaran tales proclamas. Uno de esos

personajes se llamó

David Reubeni, quien nació el año 1490, y que luego en 1524 apareció en Venecia y se dirigió a Roma, para entrevistarse con el Papa. El día 15 de Adar de 1524, David Reubeni hace su aparición en Roma, en el castillo de Sant Angelo, montado en un caballo y acompañado por un gran número de judíos. De manera sorprendente, ese mismo día se le otorgó una audiencia con el Papa Clemente VII. Reubeni argumentó que él era el embajador de la Tribu de Reubén, una de las diez tribus perdidas de Israel, y dijo ser el hijo menor del rey Salomón, hermano del rey José, que en el desierto de Jabor reina sobre trescientos mil súbditos. Entonces Reubeni le propuso al Papa una alianza entre las diez Tribus y los cristianos, para conquistar y liberar Eretz Israel de las manos del imperio Otomano. Entusiasmado con la idea, el Papa Clemente VII envió a David Reubeni a Portugal, para obtener la aprobación del rey portugués Juan

III. Allí el monarca lo recibió con todos los honores, lo que provocó una gran agitación en el ánimo de los oprimidos conversos portugueses, ya que veían en él, una revelación divina a la tan esperada llegada de la redención. Mientras que David Reubeni estaba en Portugal, logró atraer la atención de un converso llamado Diego Pires, quien había nacido en el año 1500 en Lisboa, proveniente de una familia de Anusim o criptojudíos, y que con solo veintiún años, había alcanzado gran poder dentro de la corte, al ser nombrado secretario del tribunal de justicia del rey Juan III. Diego Pires, al encontrarse y hablar con David Reubeni, decidió circuncidarse a sí mismo, y adoptar abiertamente el judaísmo, y cambiar su nombre a Shelomo Moljo. Sin embargo, temiendo las consecuencias de un resurgimiento judío en el país, el rey portugués le ordenó a Reubeni que abandonara el país. A raíz de este hecho, el rey quedó defraudado con su secretario de justicia Diego Pires, quien había retornado al judaísmo abiertamente, por lo que mandó a apresarlos. Sin embargo, Diego logró huir de Portugal hacia la ciudad de Salónica Grecia, donde estudió con el Rabi Yosef Taitatzak, para luego dirigirse a Tzefat en Eretz Israel. Allí estudió Torá, y especialmente los cabalá, con los grandes sabios de esa época, incluyendo al gran Rabino Yosef Caro, autor del Shuljan Aruj, quien tuvo una gran influencia de Shelomo Moljo, como escribe en su libro "Maguid Mesharim", en el cual menciona a Shelomo como "Mi Elegido". Diego, sintiendo que su misión en la vida era acercar la era Mesiánica, viajó a través de diferentes comunidades judías, exhortando

a la población a arrepentirse de sus malas acciones. A veces proclamaba ser el profeta Eliahu, quien anunciara la llegada del Mashiaj. Rabi Jaim Vital, atestiguó sobre él en su libro "Shaare Kedusha", que tiene pruebas que Shelomo Moljo utilizó la Cábala práctica, y a raíz de eso perdió la vida. Cuando Diego (David Moljo) visitó al Papa Clemente VII, para su gran sorpresa, se creó una amistad especial entre Moljo y el sumo pontífice, tal vez por el hecho que el Papa veía en él fuerzas místicas y proféticas, al haber profetizado en sus discursos públicos en Italia, la terrible inundación en Roma del Río Tíber en el año 1530, así como el gran terremoto que azotó Portugal en el año 1531. No obstante, la Inquisición en Roma, lo juzgó por haber abandonado la religión cristiana, y

lo condenó a muerte por su retorno al judaísmo, pero se salvó de morir gracias a un salvoconduto que le había otorgado "su amigo" el Papa Clemente VII. Entonces Shelomo Moljo y David Reubeni, llegaron en el año 1532, a la ciudad de Regensburg en Alemania, a entrevistarse con el emperador Carlos V, para convencerlo de hacer una campaña contra los turcos. Pero después de una larga charla con el emperador que estaba enfrentado con el Papa, este no quiso embarcarse en tales fantasías, y resolvió incluso librarse de estos falsos profetas, y ambos fueron detenidos, y amarrados con cadenas de hierro, y enviados a prisión, ofreciéndoles la posibilidad de convertirse al cristianismo o de lo contrario la muerte. Diego eligió la última opción, manifestando su deseo de dar su vida al Kidush Hashem y fue quemado en la hoguera en Bolonia. Mientras que David Reubeni fue llevado a España, para ser juzgado por la Inquisición. Pero más tarde



murió en prisión, en el año 1538, en la ciudad de Badajoz, España. Hasta la fecha, Diego Pires o Shelomo Moljo, sigue siendo una figura enigmática, ya que por un lado llevó a cabo un acto tan impresionante como ofrecer su vida al Kidush Hashem (santificando su vida por DI-s). Pero, por otro lado, hizo falsas proclamas Mesiánicas, ya sea intencionalmente o por error, y eso provocó la desmoralización de muchos judíos cuando sus profecías no se cumplieron.



La historia de los judíos de Turquía

3ª y última parte

Menajem Levine*

Los seguidores Dönme de Shabtai Tzvi

Los Dönme siguieron existiendo como minoría, apartados de la comunidad judía por su conversión al islam y su creencia en Shabtai Tzvi. Para 1680, muchos de los Dönme residían en Salónica y siguieron practicando ciertos rituales judíos.

La cantidad exacta de Dönme no está clara. De acuerdo al viajero danés Karsten Niebuhr, alrededor de 600 familias Dönme vivían en Salónica en 1774 y se casaban solamente entre ellas. Antes de la Primera Guerra Mundial, su población era estimada entre 10.000 y 15.000.



Sinagoga Etz Hajaim antes de ser incendiada en 1941. Visita del fallecido Rabino en jefe Jaim Bedjerano.

En un inesperado giro, los Dönme tuvieron un rol crucial en el movimiento Jóvenes Turcos, el grupo de revolucionarios modernistas que destruyeron al Imperio otomano. Después de la fundación de la República Turca, los Dönme apoyaron fuertemente las reformas prooccidentales Atatürk de la República, las cuales querían restringir el poder del establecimiento religioso y modernizar Turquía.

La primera administración que subió al poder después de la revolución de los

Jóvenes Turcos en 1909 incluía varios ministros de origen Dönme, incluyendo el ministro de finanzas, Javid Bey. Una aserción que muchos judíos hicieron (aunque esto fue negado por el gobierno turco) fue que Kemal Atatürk (1881-1938), el fundador de Estado Turco Moderno era de origen Dönme. Esta visión fue acogida con entusiasmo por muchos de los oponentes religiosos de Atatürk en Anatolia como una forma de desacreditarlo.

Sin embargo, como sociedad, los Dönme solamente pudieron retener su integridad y marco institucional cuando estuvieron concentrados en Salónica. Cuando fueron obligados a dejar Salónica en 1924 debido a la guerra greco-turca, muchos se asentaron en Estambul o en ciudades turcas como Esmirna y Angora. Al cabo de poco tiempo, la asimilación se extendió. Para finales del siglo XX, los Dönme estaban completamente asimilados con la sociedad turca musulmana.

Mayor igualdad y una nueva república

La posición de los judíos en Turquía comenzó a mejorar bajo las reformas Tanzimat a finales del siglo XVIII. Estas reformas fueron parte de un proceso para transformar el Imperio basado en modelos europeos y estaban destinadas a significar que el Imperio otomano pertenecía entre las naciones europeas. Como parte de las reformas, había ahora reconocimiento oficial de los judíos como comunidades separadas y un rabino en jefe designado por el estado.

La proclamación del Hatti Humayun en 1856 hizo a todos los ciudadanos otomanos, musulmanes o no musulmanes, iguales bajo la ley y concedía que todos los gobernados pudieran cumplir su religión libremente. A cada religión se le asignó también su propio líder designado por el gobierno. Aunque los griegos y armenios estaban dispuestos a esto, la diversa población judía resintió esta intrusión del estado en sus asuntos comunales internos. Con la reorganización del estado vinieron nuevas oportunidades profesionales y los judíos florecieron en actividades bancarias, comercio y manufactura, y comenzaron a entrar como empleados al gobierno.

Como parte del impacto de las reformas por toda Turquía, el liderazgo cambió de líderes religiosos a seculares, lo que también afectó a la comunidad judía.

Turquía secular

La Primera Guerra Mundial terminó con la gloria del Imperio otomano y en su lugar se levantó la Joven República Turca. Mustafa Kemal Atatürk

fue elegido presidente, el califato fue abolido y se adoptó una constitución secular. Sin embargo, en realidad el islam permaneció inextricablemente entrelazado con la cultura turca.

De acuerdo con un censo hecho en 1927, 81.872 judíos vivían dentro de los límites de la República Turca bajo el mando de Mustafa Kemal y la mayoría estaban concentrados en las ciudades de Estambul y Esmirna.

Devastada por el derrumbe del imperio, la República Turca intentó forjar una nueva identidad nacional que veía a las minorías con sospecha. Esto afectó significativamente las condiciones de vida de la comunidad judía ya que el gobierno insistió que todos los residentes de la república se identificaran como turcos. Las extensas escuelas de la Alianza Israelita Universal que servían a la comunidad judía fueron obligadas a romper sus relaciones con sus patrocinadores franceses y turco fue el idioma de instrucción en todas las escuelas. Aunque se hicieron las demandas a los judíos de integrarse, ellos eran simultáneamente identificados como extranjeros y se aplicaba un doble estándar a su comunidad.

Esto era más aparente con el "impuesto excepcional" instituido en 1942. En promedio, este impuesto demandaba un 5% de los musulmanes y 150-200% de griegos, armenios y judíos. La mayoría no tenía como pagar tan exorbitantes impuestos y se vieron obligados a vender sus pertenencias o ser enviados a campos de trabajo. Aunque el impuesto fue abolido en marzo de 1944, su efecto en los judíos de Turquía fue traumático y comenzó a abrir camino para la masiva emigración de los judíos de Turquía hacia Israel que comenzaría en 1948.

Sin embargo, durante la Segunda Guerra Mundial, Turquía fue un camino seguro para muchos judíos escapando de los Nazis. Aprovechando la oportunidad en 1933, Atatürk invitó a prominentes académicos judíos alemanes a escapar de la Alemania Nazi y asentarse en Turquía. Antes y durante la guerra, estos académicos contribuyeron muchísimo al desarrollo del sistema universitario turco.

Durante el Holocausto, los judíos de Turquía estuvieron seguros, aunque las comunidades judías de la vecina Grecia fueron casi aniquiladas. Varios diplomáticos turcos perseveraron en sus esfuerzos para salvar a los judíos turcos del Holocausto (creo que este es el link correcto...) y fueron exitosos. El Sr. Salahattin Ulkumen, Cónsul General de Rodas desde 1943-1944, fue reconocido por Yad Vashem como Justo entre las naciones en junio de 1990.

El judío turco desaparecido

El actual tamaño de la comunidad judía es estimado en 14.500 de una población total de 85 millones. La mayoría de los judíos viven en Estambul y los sefaradim son un 96% de la población.

Los judíos turcos son liderados y representados legalmente por el *Jajám Bashi*, el rabino en jefe. Queda un pequeño grupo de unos cien Caraítas quienes no son parte de la comunidad judía normativa y no aceptan la autoridad del Rabino en jefe.

Los judíos en Turquía han sido víctimas de violento antisemitismo en múltiples ocasiones. El 6 de septiembre de 1986, un miembro del grupo terrorista palestino Abu Nidal abrió fuego en la sinagoga Neve Shalom en Estambul, asesinando a 22 personas judías. La sinagoga Neve Shalom fue también blanco de un ataque terrorista en noviembre del 2003, cuando múltiples camiones bomba estallaron por todo Estambul. Uno explotó frente a Neve Shalom y otro explotó frente a la congregación Bet Israel, asesinando e hiriendo a muchas personas.

Turquía ha experimentado antisemitismo latente por gran parte de su historia, pero el antisemitismo ha sido especialmente aparente desde que el primer ministro Recep Tayyip Erdogan subió al poder. Turquía bajo Erdogan es aterrador para los judíos turcos. El líder turco y sus altos asesores hacen comentarios antisemitas y bajo su mandato, el antisemitismo está en alza. Por ejemplo, en el 2014, en respuesta a la Operación Acantilado Poderoso, se publicaron más de 30,000 tweets en turco, incluyendo comentarios que decían cosas positivas sobre Hitler y el Holocausto. Entre otros incómodos signos de antisemitismo, los libros Mein Kampf y Los Protocolos de los Sabios de Sion de Hitler, fueron récord de ventas en Turquía en los últimos años. De acuerdo con encuestas de la ADL (Liga Antidifamación), 69% de los turcos tiene alguna creencia antisemita. Este número es más alto que el de otros países europeos y ligeramente menor que el promedio del Medio Oriente.

En este contexto, la pequeña comunidad judía con siglos de antigüedad ha tenido un considerable salto en la emigración, especialmente hacia Israel. Turquía, un país que alguna vez recibió a los judíos de todo el mundo, está perdiendo a sus judíos a manos de la emigración y asimilación. En un giro irónico, hay judíos turcos que incluso emigran a la relativa seguridad de España y Portugal, revirtiendo el camino histórico transitado siglos atrás.

* Fue rabino de la comunidad Am Echad en San José, California, en los años 2007 – 2020. En un reconocido charlista y ha escrito para numerosas publicaciones.



¡ESTO ESTÁ ACELERANDO TU ENVEJECIMIENTO!

Mauricio Fishleder

La década del 2020 al 2030, la OMS la definió como la década del envejecimiento saludable; se van a hacer promociones a nivel mundial para que la etapa de vejez y el envejecimiento sean exitosos. Con muy buena calidad de vida. Lo que puedo hacer en mi casa y fuera de mi casa con la mejor forma posible!

El envejecimiento son los cambios a nivel corporal. Es un proceso muy complejo se habla de biología química, procesos celulares muy complejos; sin embargo este proceso fisiológico del cuerpo está influenciado principalmente por múltiples factores.

Es un proceso natural, normal, universal, irreversible, y heterogéneo (diferente en todas las personas) para todo ser biológico. Es heterogéneo porque el envejecimiento es diferente para cada persona con la misma edad de acuerdo a sus cuestiones personales: de acuerdo a sus enfermedades, hábitos, adicciones, deporte o sedentarismo familia, amistades, y al final de cuentas es un proceso

heterogéneo individual; porque cada quien tiene diferentes factores de riesgo individuales, que uno puede tener y el otro no. Y el tratamiento es individualizado y es un envejecimiento progresivo que con el paso del tiempo va ir avanzando. Siempre nos fijamos en el ámbito biológico o corpóreo para responsabilizar nuestro envejecimiento.

Factores que aceleran el envejecimiento.

1.- Epigenética término literal griego que significa “por encima del genoma”.

Códigos genéticos con cambios de función de los genes que son hereditarios y que no se pueden atribuir a alteraciones de secuencia de ADN. Por ej. cosas como la dieta, la actividad física, los niveles de estrés, factores ambientales, el tabaco, el alcohol, las drogas, pueden cambiar no solo nuestra salud sino la de nuestros hijos, nietos y otros descendientes. El epigenoma es la información epigenética global de un organismo. Los estados epigenéticos juegan un papel muy importante en la génesis de las enfermedades no comunicables como afecciones cardiovasculares, metabólicas, obesidad, autoinmunes, inflamatorias, cancer y el proceso de envejecimiento. Un test de epigenética cuesta 150 euros y examina los marcadores de nuestras células que se han visto afectados por alimentos, metales pesados aditivos y otros factores ambientales.

2.- No cambiar nuestra forma de ser, o de pensar. Tenemos que ser una persona diferente que se vaya adaptando a su proceso de envejecimiento. Si no envejeces más rápido.

3.- Vivir solo o sola

Se ha asociado a demencia, problemas cardíacos, infartos cerebrales o cardíacos, trastornos del sueño, ansiedad. No importa si es tu decisión personal vivir solo, o por circunstancias de la vida te quedaste viudo o viuda, o soltero soltera, ambas perjudican tu proceso de envejecimiento.

4.- Falta de una Rutina. Y de la Rutina laboral es una rutina secundaria.

Rutina en tu casa, te levantas a cierta hora, desayunas y te vas a tu oficina, o haces ejercicio, o meditas. Me tomo mis medicamentos a la hora indicada?. Cuando no hay un orden específico, empieza a ver trastornos de estrés, estrés crónico, afectando nuestro sistema nervioso o sistema muscular.

5.- Insatisfacción en un lugar!

Te cambiaron de país, o de tu estado, o de tu casa, te fuiste a vivir a la casa de tu hija. Te metieron en el asilo sin tu voluntad!. Todo esto genera procesos de aceleramiento de envejecimiento y vejez.

6.- Me siento con pena, muy mal, avergonzada, afligida por mi pasado!

No te lamente de todo lo que hiciste, o dejaste de hacer. O de todo lo que fue o pudo haber sido.

7.- Autocrítica en tu diálogo interno.

No Dr. yo ya no sirvo para nada y míreme! , ya estoy bien viejito o

viejita ! Yo ya soy un inútil!, yo ya no tengo memoria, ni fuerza!! Mejor me muero!

Está autocrítica nos destruye por completo, pero cuando manejamos nuestra autocrítica y nuestro diálogo interno mental, es entonces cuando nuestra autocrítica desaparece y la llevamos tranquila.

8.- No tener un Sentido de vida, aunque sea pequeño para cada día. Que me motive, entusiasme, y me de dicha, cumplirlo

Me voy a levantar temprano y voy a meditar, o voy a hacer ejercicio, o voy a caminar o coser, o leer un libro, o aprender algo nuevo, o voy a conocer este lugar, etc.

Que encuentres dentro de tus vivencias aquello que te guste que te satisfice!

Si no tengo sentido no tengo un rumbo.

9.- Matrimonio Insatisfecho.

Parejas casadas que no se llevan bien, que se pelean constantemente, que no conviven, platican, o se cuiden, o quieren, tan bien envejecen.

10.- No tener metas valiosas, objetivos. Metas físicas! Metas emocionales!

Metas sociales!

Metas creativas! Metas de supervivencia!

Tener un problema que tienes que resolver y no tienes un plan. Tengo que arreglar ese trámite, tengo que hablar o ir a tal lugar, tengo que dejar de fumar, tengo que ver a alguien para arreglar las cosas, etc.

Metas:

- Físicas. “Voy a empezar a caminar” .Metas sociales “Voy a llevarme mejor con los demás”. Metas emocionales “Voy a ser más tolerante y paciente”! “Metas cognitivas “Voy a trabajar mi memoria” “Voy a tomar el sol”

- Metas emocionales “Voy a trabajar mis valores” “voy a ser honesto”, voy a ser responsable”Metas de sobrevivencia “ voy a comprar mi súper, pagar el agua, pagar la luz, etc.

¿Como ser un adulto mayor exitoso?

Cuáles son los elementos necesarios y más importantes para ser exitoso incluso en una sociedad o comunidad o familia misma que pueda rechazar, denigrar, desvalorar, discriminar, por ser adultos mayores. ?

Cuando alguien deja de trabajar, se jubila, no sabe qué hacer, o cuando uno ha sido diagnosticado con una enfermedad grave, o no se lleva bien con su familia, o por X causa ha perdido el sentido de su vida.

Cuidando estos elementos vitales;

• **1.-Motivación.** Estar motivado a levantarse cada mañana. A hacer algo que te guste o interese. Y puedas hacer.

• **2.-Disciplina-** Ser disciplinado, organizado, ordenado, darse el tiempo diario.

• **3.-Curiosidad.** Nunca dejar de ser curioso de ver, escuchar y vivir algo nuevo.

• **4.-Creatividad.** Hacer algo que implique ser creativo: pintar, escribir, cocinar, tejer, leer, aprender algo nuevo, etc.

• **5.-Persistencia** todos los días, constancia diaria.

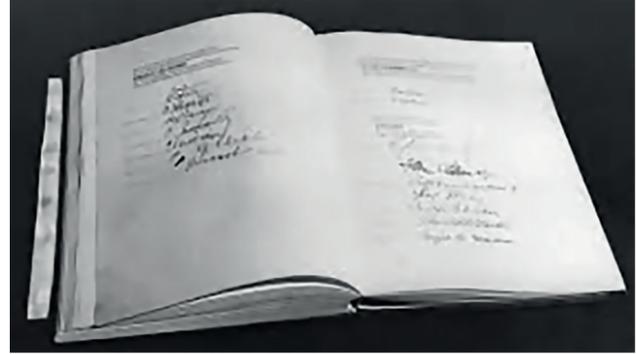
• **6.-Perseverancia** a la larga con el tiempo. Perseverar logrando aunque sea pequeños logros.

CARTA DE LAS NACIONES UNIDAS: LIBERTADES FUNDAMENTALES PARA TODOS

Octubre 24, 1945

Desde su creación el 24 de octubre 1945 para promover la cooperación internacional tras la devastación de la Segunda Guerra Mundial, las Naciones Unidas han consagrado la igualdad de derechos de mujeres y hombres como aspecto fundamental de su razón de ser. Su carta fundacional señala que, como parte de su propósito, se encuentra el desarrollo y promoción de “las libertades fundamentales de todos, sin hacer distinción por motivos de raza, sexo, idioma o religión”. Menos de un año después, durante el periodo de sesiones inaugural de la Asamblea General de las Naciones Unidas en Londres, Reino Unido, Frieda Dalen de Noruega se convierte en la primera mujer delegada en intervenir y Eleanor Roosevelt de los Estados Unidos de América

pronuncia su célebre “carta abierta a las mujeres del mundo” en la que las insta a participar más en los asuntos nacionales e internacionales.



CINCO LIBROS PARA CONOCER A PRIMO LEVI Y, NO OLVIDAR

Jennie C. de Serur

El escritor italiano Primo Levi retrató como pocos el horror de los campos de concentración nazis, al haber sido rehén en uno de ellos durante casi un año; una experiencia terrible que marcó su vida definitivamente hasta su muerte en 1987.

Nacido hace cien años en Turín Italia, el 31 de julio de 1919, Primo Levi, de origen judío, fue deportado a Auschwitz en 1944 desde Italia, donde se había sumado a la resistencia antifascista.

En aquel cerco de alambre espinado se convirtió en testigo de excepción de los crímenes y, tras la liberación, sus escritos dieron la vuelta al mundo,

siendo aún hoy frecuentes en las escuelas italianas como todo un ejemplo de memoria histórica.

Estos son los libros que permiten adentrarse en la figura y visión de uno de los escritores italianos más importantes del siglo XX.

“Se questo é un uomo” (1947, Einaudi).

Traducido en español como “Si esto es un hombre”, es la ópera prima de Levi y la más importante. Fue escrita al regresar a Italia tras pasar once meses internado en el campo de trabajos forzados de Monowitz, anexo al de Auschwitz-Birkenau, cerca de Cracovia.

El escritor sostiene en su prefacio que el objetivo de este libro no es otro que mantener viva la memoria de aquellos crímenes, pues la mera existencia de los campos “debería ser entendida como una siniestra señal de peligro” por las generaciones futuras.

Levi narra con agudeza, precisión y sin paños calientes el sinfín de humillaciones que pasaron las víctimas del Holocausto, hombres, mujeres, ancianos y niños tratados como mercancía por aquel régimen criminal, y las durísimas condiciones de vida en los barracones.

“La tregua” (1963, Einaudi)

Es la continuación de “Se questo é un uomo” y segundo libro de Levi. En sus páginas rememora la auténtica odisea que, como millones de personas, tuvo que vivir para regresar a casa tras la liberación de Auschwitz por parte de las tropas soviéticas.

Comienza con la llegada de cuatro soldados del Ejército Rojo y con la paulatina comprensión de los rehenes de la verdadera dimensión de Auschwitz, del “campo grande” del que dependía Buna-Monowitz.



Y sigue relatando paso a paso el penoso periplo de ocho meses en tren que tuvo que recorrer en su regreso a su Turín natal, no como héroes sobrevivientes del terror nazi, sino ante la indiferencia de una sociedad, la europea, aún traumatizada por la guerra.

“Vizio di forma” (1941, Einaudi)

El Primo Levi más imaginativo aparece en este breve compendio de historietas de ciencia ficción que sigue a “Storie naturali” (1966), otro libro similar firmado bajo el pseudónimo de Damiano Malabaila.

Bajo estética futurista y marcado por un cariz de incertidumbre, el libro, uno de lo más desconocidos, trata temas como la sociedad del futuro, el desarrollo tecnológico, el comportamiento de las masas o el impacto del hombre en la naturaleza.

“Il sistema periodico” (1975, Einaudi)

Primo Levi conjuga episodios de su vida con sus conocimientos de Química y sus experimentos en el laboratorio, vinculando cada uno de sus veintidós capítulos a un elemento de la tabla periódica.

Pero no se trata solo de la autobiografía de un químico, sino que retrata “la historia de una generación” y reconstruye “una formación civil surgida en los años del fascismo, los dramáticos episodios de la guerra o la lucha partisana”, alegaba el editor Giulio Einaudi.

Comienza con el Argón, para describir los usos, costumbres y jerga de sus antepasados, judíos emigrados desde España en el siglo XVI y que se mostraban excéntricos y de hábitos ociosos.

Y termina con la curiosa explicación sobre cómo un átomo de carbono se transforma y acaba en el cerebro de una persona, permitiéndole escribir el punto que pone final al libro.

“I sommersi e i salvati” (1986, Einaudi).

Este ensayo es el último libro que escribe Primo Levi, fallecido un año después, en 1987, y supone todo un legado de reflexiones sobre el Holocausto como forma de violencia inédita, cuarenta años después de su liberación.

Levi hace hincapié en los que llama “zona gris”, el espacio entre víctimas y verdugos poblado por los colaboracionistas, figuras “patéticas” que recibían privilegios en los campos por sus servicios y las que “hay que conocer para conocer al ser humano”, decía.

“Los prisioneros privilegiados eran una minoría en la población de los campos, pero por el contrario representaron una fuerte mayoría entre los sobrevivientes”, zanja el escritor.



Gana la batalla; pierde la guerra

Yuval Noah Harari*

La batalla en Gaza no se trata de quién mata a más personas, sino de quién está más cerca de lograr sus objetivos políticos. En el caso de Hamás son bastante claras y algunas ya se han logrado, mientras que en Israel son vagas hasta el punto de la inexistencia. Algunos logros pueden animarnos, pero la conclusión es la misma: sin un horizonte político, Hamás nos derrotará.

¿Quién gana la guerra entre Israel y Hamás?

Depende, por supuesto, de cómo se defina la victoria. En un partido de fútbol gana el equipo que marque más goles. En una guerra, el ganador no es necesariamente el que mata a más personas, toma más prisioneros, destruye más casas o conquista más territorio: el ganador es el bando que logra sus objetivos políticos. En la guerra de Irak, por ejemplo, los estadounidenses ganaron todas las batallas, ocuparon todo el país, capturaron a Saddam Hussein y derrocaron completamente su régimen, pero la guerra terminó en una derrota política aplastante para los EE.UU. e Irán se convirtió en dueño de Irak y de la país más poderoso de Oriente Medio. La amenaza existencial que se cierne sobre nuestras cabezas hoy es en parte consecuencia de la "victoria" estadounidense en los campos de batalla de Irak. Podría volver a suceder?. Si no conseguimos nuestros objetivos políticos correctos, podríamos ganar todas las batallas y perder la guerra.

Entonces, en la guerra actual, ¿quién está más cerca de lograr sus objetivos políticos? Para responder a esta pregunta, primero hay que saber cuáles son los objetivos políticos de los bandos. Los objetivos de Hamás son bastante claros. En lo inmediato, el objetivo de Hamás el 7 de octubre era sabotear el acuerdo que se estaba forjando entre Israel y Arabia Saudita. Es un poco difícil de recordar, pero en las semanas previas al 7 de octubre se informó que Israel estuvo muy cerca de la posibilidad de una paz histórica con Arabia Saudita, que normalizaría las relaciones entre Israel y la mayor parte del mundo árabe y cambiaría fundamentalmente la posición de Israel. en el mundo. Hamás lo logró

A más largo plazo, el objetivo de Hamás era sembrar semillas de odio en las mentes de millones de personas, para garantizar que durante las generaciones venideras no hubiera paz ni normalización entre Israel y el mundo árabe. Hamás planeó llevar a cabo una masacre particularmente cruel, e incluso se encargó de fotografiar y documentar las atrocidades, para causar a los israelíes el mayor dolor posible. Hamás asumió que Israel respondería a esta masacre con una fuerza tremenda, que también causaría un dolor inmenso a los palestinos. Todo esto era una parte consciente del plan. El nombre que Hamás dio a su ataque indica sus intenciones. El ataque se llamó "Tupan", la inundación. Al igual que el diluvio bíblico que destruyó a la humanidad, Hamás pretendía causar estragos a escala bíblica.

La visión básica del mundo de Hamás no concede importancia al sufrimiento humano, y los objetivos más elevados de la organización están dictados por fantasías religiosas. Según esa creencia, cuantos más palestinos muertos hay, más mártires disfrutaban del cielo

¿A Hamás no le importa el sufrimiento que esta guerra ha infligido y sigue infligiendo a los ciudadanos palestinos? Los partidarios de Hamás ciertamente tienen sentimientos y opiniones diferentes, pero la visión básica del mundo de la organización no concede importancia al sufrimiento humano. Los objetivos más elevados de Hamás están dictados por fantasías religiosas. Para Hamás, los palestinos que mueren en la guerra son mártires, que ahora disfrutaban de placeres celestiales en el cielo. Mientras más personas mueren, más mártires disfrutaban del cielo. Y en lo que respecta a nuestro mundo físico, desde el punto de vista de una organización fundamentalista como Hamás, la sociedad humana en la Tierra sólo puede tener un objetivo: la lealtad intransigente a los principios celestiales de pureza y justicia. Dado que para lograr la paz siempre hay que hacer concesiones en materia de justicia, organizaciones como Hamás rechazan cualquier oportunidad de paz y exigen que la gente luche a cualquier precio por la justicia absoluta y la pureza absoluta.

Esto, dicho sea de paso, explica el fenómeno aparentemente extraño de las organizaciones radicales de izquierda en las democracias occidentales que absuelven a Hamas de cualquier responsabilidad por las atrocidades en Israel y el desastre humanitario en Gaza, y echan toda la culpa únicamente a Israel. La conexión entre la izquierda radical y Hamás es la creencia en la justicia absoluta, la falta de voluntad para aceptar la complejidad de este mundo y la división del mundo entre el bien puro y el mal absoluto. La justicia es un objetivo noble, pero la pretensión de justicia absoluta conduce inevitablemente a una guerra sin fin. No ha habido un solo tratado de paz en la historia de la humanidad que no requiera compromisos y que proporcione justicia absoluta.

Finalmente, el gran plan de Hamás era que su ataque sorpresa y las contramedidas israelíes incendiarían Cisjordania, provocarían un levantamiento de los ciudadanos palestinos de Israel y también arrastrarían a la guerra a Hezbolá, Irán y otras fuerzas, que juntos podrían asestar un golpe a Israel que conmocionaría y tal vez incluso destruiría al país. Esta es la inundación que Hamás desea. Entonces, ¿qué tan cerca está Hamás de lograr sus objetivos?

En cuanto a impedir un acuerdo israelí-saudí y destruir cualquier posibilidad de paz y normalización futuras entre judíos y árabes, Hamás está muy cerca de la victoria. Por el contrario, Hamás ya ha logrado mucho más de lo que esperaba, porque ha logrado sembrar odio no sólo en las mentes de millones de israelíes y palestinos, sino también en las mentes de cientos de millones de personas más en todo el mundo. El antisemitismo va en aumento, mientras que la posición internacional de Israel se encuentra en un nivel sin precedentes, incluso en las democracias occidentales que han sido nuestras amigas durante años. Cada día adicional en que los palestinos mueren o pasan hambre en Gaza, Hamás avanza un paso más en su camino.

En cuanto a arrastrar más fuerzas a la guerra, hasta ahora el éxito de Hamás es mucho más limitado. Pero el tiempo juega a su favor. Hamás ya ha apostado todo el bote y, aunque hasta ahora no ha ganado el gran premio, la ruleta sigue girando. Cada día, una batalla entre Israel y Hezbollah, y cada enfrentamiento en el Monte del Templo, son otra ronda de la ruleta. Una decisión equivocada o un misil que caiga en el lugar equivocado puede hacer realidad el gran plan de Hamás y provocar la inundación.

Israel en el país de las maravillas

¿Y qué pasa con Israel? ¿Nuestros tremendos sacrificios y los logros de las FDI en el campo de batalla nos acercan a nuestros objetivos políticos? Incluso si Hamás ha logrado algunos de sus objetivos, ¿tal vez nosotros también hayamos logrado algunos de nuestros objetivos, de modo que se pueda declarar un empate? Estas preguntas son muy difíciles de responder, porque el gobierno de Netanyahu gestiona esta guerra sin definir objetivos políticos. El gobierno dice repetidamente que el objetivo es eliminar a Hamás. Israel, por supuesto, tiene pleno derecho e incluso la obligación de proteger su territorio y a sus ciudadanos. La eliminación de las capacidades militares de Hamás también es esencial para abrir el camino hacia la paz y la normalización futuras, porque mientras Hamás posea un poder militar significativo, lo utilizará para frustrar cualquier intento serio de llegar a un acuerdo. Siempre que nos acerquemos a un acuerdo "Hamás atacará, como lo hizo el 7 de octubre. Pero incluso si Israel logra desarmar a Hamás, esto es un logro militar, no un objetivo político. Como se dijo, los estadounidenses en Irak eliminaron todo el poder militar de Saddam Hussein y colapsaron su régimen, y aun así sufrió una aplastante derrota política. En 1982, Israel invadió el Líbano para eliminar la amenaza de Fatah. La amenaza de Fatah fue eliminada con éxito, y en su lugar recibimos la amenaza de Hezbollah. ¿Tiene Israel un plan ordenado? ¿Eso explica que derrotar a Hamas conduce a salvar el tratado de paz con Arabia Saudita, a un acuerdo sostenible en Gaza, a la restauración de nuestro estatus internacional o a algún otro objetivo político deseado? Sin un plan así, es imposible tomar decisiones militares como atacar con un cohete o cesar el fuego.

Cuando tenemos que elegir entre un ataque en Rafah y un alto el fuego, me recuerda a Alicia en el país de las maravillas, que llegó a una encrucijada y no estaba segura de si girar a la derecha o a la izquierda. Le preguntó al gato de Cheshire qué camino debía tomar. El gato le dijo: "¿Adónde quieres ir?" "No lo sé", respondió Alicia. "Entonces", decidió el gato, "no

importa el camino que elijas". Si no sabemos adónde queremos ir, ¿cómo sabremos si el camino pasa por un ataque en Rafah o por un alto el fuego?

Entonces, ¿tiene Israel objetivos políticos en la guerra? Parece que no. Algunos miembros del Gobierno están cautivos de sus propias visiones bíblicas y sueños de venganza divina y justicia absoluta. El primer ministro, por su parte, no ha pronunciado un solo discurso desde el inicio de la guerra en el que articule su visión política. Y parece que esta visión se resume en un solo objetivo: salvar su propio pellejo. La guerra del 7 de octubre se prolonga un mes y otro más, y el diluvio de Hamás amenaza con ahogar en sangre a toda la región. Es imposible esperar hasta después de la guerra para establecer un gobierno alternativo. **La guerra es sólo una herramienta para lograr objetivos políticos.** Dejar que un gobierno sin políticas dirija una guerra es una receta que no asegura nada, no importa cuántas victorias se logren en el campo de batalla. Y a qué precio, ¿es imposible traducir una victoria militar en un logro político si no hay una política en el horizonte

Los objetivos políticos también son esenciales para la propaganda israelí. Si Israel decide iniciar una determinada acción militar, hay tres formas principales de justificarla. Se puede argumentar que esto es una venganza por el 7 de octubre. No convencerá a nadie excepto a nosotros mismos, porque incluso nuestros mejores amigos piensan que ya hemos tenido suficiente venganza. Se puede argumentar que todo lo que hacemos es para liberar a los secuestrados. Ya no convence ni siquiera a las familias de los secuestrados, sobre todo cuando sólo tres fueron liberados militarmente. **La alternativa es presentar un plan político al mundo y explicar por qué son necesarias operaciones militares adicionales para realizarlo.** Mientras el gobierno israelí no presente un plan político, la propaganda israelí no tendrá posibilidades de convencer a la opinión pública mundial. Y quién sabe, si finalmente definimos objetivos políticos, tal vez descubramos que no hay necesidad alguna de realizar más operaciones militares para alcanzarlos.

Historiador y Escritor Israelí; edad 48 años.
Profesor de la Universidad Hebrea de Jerusalem

Misión a Israel de WIZO México

Alegre Smeke*

B´H

Queridos herman@s:

Vivir dentro de un conflicto armado fue una experiencia devastadora que me dejó una profunda huella en la vida al experimentarla.

En el contexto de la guerra en Israel, presenciar la violencia, las masacres y las atrocidades cometidas por los terroristas de Hamás y de ciudadanos palestinos, fue extremadamente traumático. Aquí hago un intento de capturar esa experiencia por escrito.

En lo más profundo de Israel, en medio del fragor de la guerra, me vi enfrentando una realidad brutal que ninguna cantidad de preparación previa, podría haberme hecho anticipar lo que viví.

El estruendo de las explosiones se iba convirtiendo en la banda sonora en nuestro recorrido por el Kibutz Kfar Azza y por la explanada donde se cometieron cientos de violaciones y asesinatos en el Festival Nova. Lo que vi y sentí allí superó cualquier imagen de horror que hubiera imaginado o visto en una película.

Los escombros humeantes por las manchas del humo que dejaron huella en muros y techos, los muebles destruidos, colchones rotos, fotos quemadas, electrodomésticos en el suelo, marcas en la entrada de cada casa con los códigos como círculos o rombos que dejaron los militares en clave: a) hay un cadáver B) bomba.

Recuerdos perdidos. Decenas o cientos de orificios de las metralletas en techos y muros me amedrentaron. Percibí de primera mano la deshumanización que los seres humanos son capaces de infligir unos a otros.

Escuche por los israelíes, que ni entre los animales se matan así, por eso les dicen "monstruos".

En la explanada del Festival Nova mientras caminaba entre altares con las fotos sostenidas por una varilla de los asesinados o de los secuestrados adornados con velas sobre la tierra, banderas de Israel cobijan las imágenes y en muchas de ellas recuerdos tangibles tales como muñecas, tableros de computadora, mandil de chef, o guitarras acompañaban algunas fotos.

El dolor y la desesperación se apoderaron de mí mientras las lágrimas brotaban de mis ojos, impotente ante el sufrimiento que me rodeaba. Al caminar entre los altares, aunque Zaka, removió todas los fragmentos de piel y sangre, yo sentía que en las suelas de mis botas yo me traía sangre de tristeza, de pena y dolor de los que sufrieron este ataque sorpresa.

En esta temporada florecen pequeñas flores, poppy seed, de color rojo. Lo que me vino a la mente inmediatamente era la sangre de los heridos y fallecidos.

Las vidas segadas, las familias destrozadas, todo en nombre de una ideología carente de compasión y humanidad. Fue en ese momento, que mi fe en la humanidad se tambaleó, cuestionando como podríamos alcanzar la paz en un mundo tan marcado por la violencia y el odio; me inquietaba y me angustiaba la situación de todos los judíos de todo el mundo.

A partir de ese día ya nunca volví a dormir la noche completa, y mi rostro en las fotos denotaba tristeza a pesar del maquillaje.

A pesar de la oscuridad que me rodeaba también presencié actos de valentía y solidaridad que me devolvieron un destello de esperanza.

Presencié, vi y conviví con un Pueblo unido ayudándose mutuamente, ofreciendo consuelo y apoyo en medio del caos.

Todos lo único que piden es el regreso de los secuestrados.

-Nos falta algo, no estamos completos-, palabras de todos con los que platicábamos o convivíamos.

Esta muestra de humanidad me recordó que, incluso en los tiempos más oscuros, la luz de la compasión y la empatía pueden brillar. Me admiré de la resiliencia de los evacuados, de los heridos y de los deudos. Su solidaridad y amor a su tierra, a nuestro querido Eretz Israel es inquebrantable.

Cada día era lucha por la supervivencia, una lucha por mantener la cordura en medio del caos.

Fueron días sombríos que quedarán grabados en mi memoria por siempre.

Mi tiempo en Israel durante mi Misión WIZO, me marcó profundamente.

Las imágenes de la masacre, las atrocidades cometidas por Hamás seguirán persiguiéndome por el resto de mi vida.

Llevaré conmigo el recuerdo de las convivencias con los evacuados, como el Shabat en el hotel Acacia en Jerusalem donde un grupo de 12 parejas de abrieron su corazón platicando su vida, ya por más de 4 meses, parejas que no se conocían y ahora son una sola familia.

De la visita al Hospital Ichilov, me quedó el asombro con los relatos de valentía y coraje de los soldados heridos, muchachos jóvenes de entre 19 y 29 años.

Las conversaciones con mi familia, empleados de los mercados, con los guías, y con las taxistas me dejaban boquiabierto por su entereza y amor a su tierra.

Me quedo con los que se aferraron a su humanidad en medio de la inhumanidad.

En medio del sufrimiento, he aprendido que la esperanza puede surgir de las cenizas. Que a pesar de todo, la vida sigue y que por los miles de años de la existencia del Pueblo Judío debemos mantenernos firmes, unidos y abrazados.

Me despido no como la Alegre de antes, ya que una parte de mí se rompió y creo que nunca olvidaré.

Am Israel Jai.

*Directora de Patrocinios WIZO México
Consejera de Iberoamérica de WIZO Mundial

CINCO MESES EN CAUTIVERIO

Se cree que aproximadamente 100 de los 134 rehenes viven

Eliyahu Sharabi

Ofer Kalderon



Michel Nisenbaum

Carmel Got

Omri Miron

Elad Katir

Shlomi Ziv

Dror Or

Louis Mor

Gadi Moses

Or Levy

Eitan Morn

Tal Shoham

Chen Yablanka

Madav Popplewell



Daniella Gilboa



Karina Ariev



Doron Steinbrecher



Shlomo Mansour



Elkana Bohbot



Alex Danzig



Evyatar David



Gali y Ziv Berman



Guy Gilboa-Dalal



Sagui Dekel-Chen



Eden Yerushalmi



Tsachi Idan



Eitan and Yair Horn



Gali Tarshansky



Maxim Kharkin's



Bipin Joshi



Ron Benjamin



Agam Berger

Elkayim Libman

Liri Elbag

Rom Braslavski

Sasha Trupanob

Nimrod Cohen

Matan Zangauer

Tamir Nimrod

Segev Kalfon

Bar Kupestein

Almog Meir-Jan

Ariel Konio

Almog Mira

Omer Shem Tov

Amit Buskila

Andrey Koslov

Idan Shtivi

Omer Neutra

Arbel Yahud

Omer Wenket

Avinathan Or

Hersh Goldberg

Yosef Ohana

Yarden Bibas

Ori Danino

Uriel Baruch

Ran Givili