

# KESHER

AÑO 25 / N° 86 / KISLEV 5785 / VERANO 2024/25

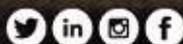


הנה לא ינום ולא יישן שומר ישראל  
"El Guardián de Israel no dormita ni duerme"  
(Salmos 121:4)

Trend  
CAPITAL

*Jag Sameaj*

**HAPPY  
HANUKKAH**



@TrendCapitalSA

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

[www.trendcapital.com.uy](http://www.trendcapital.com.uy)

[informacion@trendcapital.com.uy](mailto:informacion@trendcapital.com.uy)

+598 2601 3781



## destaque

4	<b>EDITORIAL</b> CÓMO MANTENER EL EQUILIBRIO EN UN MUNDO TAMBALEANTE -Rabino Eliezer Shemtov
7	<b>CARTA DEL REBE</b> EL POR QUÉ DE LA MENORÁ PÚBLICA
12	LOS DOCE PASOS PARA MEJORAR LA AUTOESTIMA DE SUS HIJOS -Yaakov Lieder
14	ANSIEDAD Y FE -Tzvi Freeman
18	UN JUDÍO EN UN JEEP -Tuvia Bolton
20	EL ESPEJO -Chana Sharfstein
26	LO QUE EL REBE DIJO (Y NO DIJO) SOBRE EL HOLOCAUSTO -Yanki Tauber
28	¿QUÉ ES LA EMUNÁ? -Tzvi Freeman

### NUESTRA TAPA



Estamos viviendo momentos muy intensos. Mientras escribo estas líneas, hay una revolución desencadenándose en Siria que nadie sabe en qué va a terminar. Israel ha logrado neutralizar gran parte de sus enemigos que juraron su destrucción. Solo con la perspectiva del retrovisor

sabremos qué significa todo esto.

Las fuerzas de oscuridad amanecen cada día con una nueva amenaza. Por otro lado, hay cada vez más claridad y compromisos renovados para defender y ampliar la luz milenaria que recibimos al pie del Monte Sinaí.

Nuestra tapa ilustra el secreto de nuestra supervivencia milenaria: actuación en el plano terrenal, motivada por la confianza en que el "Guardián de Israel no dormita ni duerme" (Salmos 121:4).

### KESHER

Publicación de Beit Jabad Uruguay. Guayaquí 3193 / 11300, Montevideo-Uruguay. Tel.: (+598) 27090405

E-mail: revista.kesher@jabad.org.uy.

Director: Rabino Eliezer Shemtov

Traducciones: Marcos Jerouchalmi

Se imprime en MERALIR S.A. D.L.: N° 369.704, Guayabo 1672

Agradecemos a [www.chabad.org](http://www.chabad.org) por habernos autorizado a reproducir varios de los artículos publicados en este número.

Si sabe de alguien que quiere recibir la revista Késheh en forma gratuita y no la recibe, o si usted cambió de dirección, le rogamos que nos lo haga saber de inmediato al Tel.: 2709 0405 o al celular: 096105050.

Los artículos de opinión y la *kashrut* de los avisadores son responsabilidad de quienes los firman y no necesariamente coinciden con la posición de Beit Jabad Uruguay.

# Cómo mantener el equilibrio en un mundo tambaleante

► Por **Rabino Eliezer Shemtov**  
Director General de Jabad Uruguay

*Jaime decide viajar a París. Llega al aeropuerto JFK para hacer check-in con tres valijas y pide que envíen una a Londres, otra a Hong Kong y la tercera a Montevideo.*

*"Escúcheme, Sr.," dice la mujer del otro lado del mostrador. "Aquí no es una empresa de transporte de carga; aquí transportamos pasajeros y las valijas que los acompañan a su destino. No hacemos el servicio que Ud. pide."*

*"¡Cómo no!" responde, indignado. "¡La última vez que viajé de Nueva York a París me hicieron exactamente eso!"*

Llama sumamente la atención el hecho de que en el mundo en que vivimos, que cuenta con sistemas de comunicación tan desarrollados en cuanto a su alcance en el tiempo y el espacio —puedes comunicarte, tanto dando como recibiendo información, con billones de seres humanos al instante desde prácticamente cualquier parte del mundo— la gente se sienta tan sola y las sociedades tan fragmentadas.

Cada uno lucha por su beneficio personal y no ve la necesidad de preocuparse ni ocuparse del prójimo y del bien común. En la jerga kabalística esto se llama un mundo de "Tohu", caos, de desconexión. En criollo: "Cada loco con su tema".

¿Cómo se hace para lograr la armonía en un mundo tan caótico y lograr un mundo de "Tikún", de equilibrio?

Un buen punto de partida es empezar por casa. La armonía a nivel personal inspira la armonía a

nivel familiar, a nivel comunitario, a nivel país, y eventualmente en el mundo entero.

Puede parecer demasiado ambicioso, pero el Rebe, que su mérito nos escude, nos trazó el camino. Veamos algunas de las propuestas audaces que nos regaló, empezando por las Campañas de *Mitzvot*.

Poco antes de que estallara la Guerra de los Seis Días, en el año 1967, cuando nadie se imaginaba que Israel saliera con una victoria tan fulminante de la situación bélica que la amenazaba, el Rebe, en un discurso público en ocasión de *Lag Baomer* habló de que "el Guardián de Israel no dormita ni duerme"<sup>1</sup> y que Di-s protege a los habitantes de Israel con un cuidado especial, citando el versículo bíblico: "Los ojos de Di-s, tu Di-s, están puestos sobre ella desde el principio del año hasta el final del año"<sup>2</sup>.

Citando el versículo bíblico<sup>3</sup> y el pasaje tamúdico<sup>4</sup> según los cuales el cumplir con la orden Divina de colocarse los *Tefilín* impone terror en los enemigos de Israel, el Rebe lanzó la "Campaña de *Tefilín*", explicando que cada vez que un hombre judío se coloca los *Tefilín* ayuda a fortificar la defensa del pueblo judío, especialmente la de los judíos que se encuentran en peligro. "Todo el pueblo judío es como un solo organismo", dijo. "Cuando se inyecta una medicina en una parte del cuerpo, afecta a todo el cuerpo", señaló.

Los seguidores del Rebe en el mundo entero salieron en campaña para incentivar a cuanto más jóvenes y hombres judíos a "dar una mano", colocándose los *Tefilín* para aumentar la protección de nuestros hermanos y hermanas en la Tierra de Israel.

Fue una iniciativa realmente revolucionaria, o como dirían hoy: **disruptiva**. Logró que la gente saliera del cascarón y se conectara con el prójimo, consigo mismo, con su pasado, con su futuro, con su presente, y con su Creador.

Desde aquel entonces —hace casi medio siglo ya— millones de judíos se han reconectado como consecuencia de haberse cruzado en la calle con algún *Jabádnik* desconocido que les preguntaba: "Perdón, ¿eres judío?".

La propuesta no era buscar transformar a la gente que no era religiosa. El objetivo fue —y sigue siendo— proveerle de la oportunidad de conectarse de una manera esencial, incuantificable y eterna. No se puede comparar la situación de

# *Poseidón Laguna*

EL PRIVILEGIO DE VIVIR SOBRE EL AGUA



## **APARTAMENTOS DE PRIMER NIVEL EN PLAYA MANSA**

**AMPLIAS UNIDADES CON VISTA FRANCA  
AL MAR Y LA LAGUNA**



**AMPLIOS PLANES DE FINANCIACIÓN  
AMENITIES DENTRO DE LA ICÓNICA CASA POSEIDÓN**

Contactanos para más información

 +598 93 470-303

[info@poseidonlaguna.com](mailto:info@poseidonlaguna.com)

[www.poseidonlaguna.com](http://www.poseidonlaguna.com)

**Saludan**  
Alberto y Perla

uno que se ha colocado los *Tefilín* aunque sea una sola vez con la del que nunca se los ha colocado.

Uno de los significados de la palabra *Tefilín* es justamente “conexión”. Colocados en la cabeza, y en el brazo a la altura del corazón, nos conecta la cabeza con el corazón y el brazo; sincroniza nuestros pensamientos, sentimientos y acciones<sup>5</sup>.

La visión del Rebe no termina con el pueblo judío; *empieza* por ahí. Según la visión del Rebe, citando frecuentemente a Maimónides, el pueblo judío fue cargado en el Monte Sinaí también con la responsabilidad de fomentar la conciencia de Di-s entre todas las naciones y enseñarles y motivarles en cuanto al cumplimiento de las Siete Leyes de los Hijos de Noé, código Divino que define la conducta ética universal.

¿Cómo se hace —prácticamente— para consensuar a una nueva generación de una ética personal y social?

Un Minuto de Silencio.

En los años '80 el Rebe promovió la iniciativa de Minuto de Silencio que buscaba inculcar en el alumnado de las escuelas públicas, donde reina una laicidad absoluta, una conciencia ética y moral.

Si bien la laicidad de la educación pública impide dar algún contenido religioso, no hay ningún motivo por el cual no permitir un minuto de silencio al principio de cada día, durante el cual el alumno piensa de manera totalmente privada sobre su razón de ser y cómo mejor aportar a la sociedad. El Estado no puede meterse en cuanto al contenido de ese minuto, pero sí puede indicar que es importante tener esa instancia durante la cual pensar sobre el norte de su vida y su sistema de valores éticos. En cuanto al contenido, el alumno debe recurrir a sus padres, mentores o tutores. Un valor agregado de esta iniciativa es que permite y obliga de alguna manera que los padres se involucren más en la educación y formación de sus hijos.

Hay estudios hechos que muestran que en los estados de los EE.UU. en los cuales dicha iniciativa se haya implementado, hay un descenso en la incidencia de la delincuencia juvenil. La correlación se entiende: cuando uno tiene claro cuál es su valor

**Jag Janucá Sameaj**  
Daniel Ascher y Familia

personal y razón de ser y trabaja por desarrollarse en ese sentido, no le queda tiempo ni espacio para distraerse con agredir al prójimo<sup>6</sup>.

Nos encontramos en vísperas de *Janucá*, la Fiesta de las Luminarias. El mensaje central de las velas de Janucá es que la luz triunfa sobre la oscuridad y que siempre hay que incrementar la cantidad de luz que irradiamos. Si bien en cuanto a lo material es una virtud conformarme con poco, en cuanto a los logros espirituales nunca debo conformarme. El Rebe nos enseñó que en relación a los resultados de nuestros esfuerzos espirituales, siempre debemos estar contentos; nunca satisfechos.

Quiero concluir citando al Presidente de la República, Dr. Luis Lacalle Pou, en su discurso en la Cumbre de Presidentes del Mercosur, el 6 de diciembre de 2024: “Lo único que puedo querer para mi país... es que al presidente Orsi le vaya mucho mejor de lo que nos fue a nosotros.”

¿Por qué dijo lo que dijo?

Se me ocurren dos posibilidades: el presidente sabe trascender intereses personales y partidarios en pos de un beneficio mayor; entiende que el beneficio mayor repercute también en un mayor beneficio personal.

Sea como fuere, es un ejemplo digno a emular y hago eco a su deseo por el éxito del nuevo gobierno.

Con deseos por una celebración de *Janucá* inspiradora y unas vacaciones reparadoras,

<sup>1</sup> Isaías 5:7

<sup>2</sup> Deuteronomio 11:12

<sup>3</sup> Deuteronomio 28:10

<sup>4</sup> Menajot 35b

<sup>5</sup> Después de haber lanzado la campaña de Tefilín, el Rebe lanzó nueve campañas más: Estudio de Torá, Mezuzá, Tzedaká, Libros Judaicos en casa, Velas de Shabat y las Festividades, Kashrut, Pureza familiar, Educación judía y Amor al prójimo. Además de las características y aportes especiales que cada una de estas iniciativas tiene, sirven también para fortificar la armonía personal y social de una manera u otra.

<sup>6</sup> Para ver más sobre el tema: [chabad.org/3961883](http://chabad.org/3961883)



CARTA DEL REBE

# El por qué de la Menorá Pública

**Rabino Menachem Mendel Schneerson,**  
el Rebe de Lubavitch, que su mérito nos proteja

(Traducción libre)

Por la Gracia de Di-s  
25 de Jeshván de 5742  
Brooklyn, N.Y.  
L.E. Jaffe, Esq.  
777 Terrace Avenue  
Hasbrouck Heights, N.J. 07604

Saludos y Bendiciones:

No cabe duda de que ha recibido mi mensaje telefónico en respuesta a su carta del 18 de noviembre sobre el asunto de colocar una *Menorá de Janucá* en propiedad pública en Teaneck. Para dejar constancia, también reiteraré aquí por escrito, aunque sea en forma breve.

El tema en general no es una idea nueva que requiera investigación sobre su constitucionalidad, reacción pública, etc. Todo esto ya se ha sopesado completamente hace años, resultando en un abrumador apoyo a la idea y en la construcción real

de una gigantesca *Menorá de Janucá* en propiedad pública en Manhattan, en la Ciudad de Nueva York, la más grande en los EE.UU., así como en Washington, la capital de la Nación, como también en Filadelfia, el lugar de nacimiento de la Independencia de América. Los candelabros de *Janucá* están exhibidos en muchas ciudades de los EE. UU.

Así, se ha reconocido desde hace mucho tiempo en los EE.UU. que la erguida de una *Menorá de Janucá Pública* es algo positivo debido a su mensaje universal de libertad del espíritu humano, libertad de la tiranía y opresión, y de la victoria definitiva del bien sobre el mal, tal como “una pequeña luz

disipa mucha oscuridad." Estas aspiraciones y principios humanos fundamentales, simbolizados visiblemente por el encendido de las *Luces de Janucá*, seguramente son compartidos por la gran mayoría de los estadounidenses.

De hecho, tan entusiastamente ha sido bienvenida la *Menorá Pública de Janucá* que sus inauguraciones han sido honradas con la participación personal del Presidente de los Estados Unidos en Washington, y de los más altos funcionarios y dignatarios municipales y estatales donde la *Menorá de Janucá* aparece anualmente.

Como abogado, usted sabe, por supuesto, la fuerza del precedente, especialmente uno que ha recurrido muchas veces, en cada Tribunal de Justicia.

Por cierto, la mencionada *Menorá Pública de Janucá* ya se ha convertido en una vista familiar, ya que generalmente ha recibido buena cobertura por parte de los medios de comunicación.

Aprecio sinceramente su esfuerzo personal en este asunto.

Con estima y bendición,

/Firma: M. Schneerson/

By the Grace of G-d  
25 Cheshvan, 5742  
Brooklyn, N. Y.

L. E. Jaffe, Esq.  
777 Terrace Avenue  
Hasbrouck Heights, N.J. 07604

Greeting and Blessing:

No doubt you have received my telephone message in reply to your letter of Nov. 18 on the matter of placing a Chanukah Menorah on Public property in Teaneck. For the record I will also reiterate it here in writing, briefly at any rate.

The subject matter in general is not a new idea requiring investigation as to constitutionality, public reaction, etc. All this has already been fully weighed years ago, resulting in overwhelming support for the idea, and in the actual erection of a gigantic Chanukah Menorah on public property in Manhattan, in the City of New York, the largest in the USA, also in Washington, the Nation's capital, as well as in Philadelphia, the birthplace of America's Independence. Chanukah Menorahs are on display in many cities throughout the Union.

Thus it has long been recognized in the USA that the erection of a public Chanukah Menorah is a positive thing because of its universal message of freedom of the human spirit, freedom from tyranny and oppression, and of the ultimate victory of good over evil, just as "a little light dispels a lot of darkness." These fundamental human aspirations and principles, as visibly symbolized by kindling of the Chanukah Lights, are surely shared by the vast majority of Americans.

Indeed, so enthusiastically welcome has the Public Chanukah Menorah been that its Inaugurals have been graced by the personal participation of the President of the United States in Washington, and of the highest City and State officials and dignitaries wherever the Chanukah Menorah made its annual appearance.

As an Attorney at Law you know, of course, the force of a precedent, especially one that has recurred many times, in every Court of Law.

Incidentally, the Chanukah Menorah has already become a familiar sight, since it has usually received good coverage by the media.

Your personal effort in this matter is sincerely appreciated.

With esteem and blessing



Shejenu vekimanu veigianu  
lazman hazé

“B”H por  
cada milagro”



**AVÍCOLAS  
DEL OESTE**

## **AVÍCOLAS DEL OESTE** **POLLOS KOSHER**

### **PÍDALOS EN**

5 Océanos, Macromercado, Devoto, Géant y  
Supermercados Disco



Saludamos a la Comunidad  
Judía del Uruguay por el  
festejo de Janucá 5785

Producción Kasher bajo supervisión del Rabino Eliezer Shemtov

# El noble generoso y los dos charlatanes

► Por **Menachem Posner**

Un indigente caminaba por el camino, desanimado y triste. Habían pasado años desde que su esposa había sonreído. Di-s los había bendecido con una casa llena de niñas, hermosas, sabias e ingeniosas—cada una una joya. Desde el momento en que su hija mayor alcanzó la edad adecuada, los casamenteros empezaron a tocar a su puerta con propuestas de jóvenes, estudiosos de la *Torá*.

Pero, por desgracia, cuando oían que no había dinero para una dote, le dieron la espalda. “Tus hijas son maravillosas,” dirían, “pero ¿cómo podemos esperar que un joven se una a una familia que no puede siquiera contribuir con unas pocas monedas para la celebración de la boda y el asentamiento de la joven pareja en un nuevo hogar?”

Como último recurso, salió a mendigar, esperanzado de que sus compatriotas judíos—“los misericordiosos, hijos de misericordiosos”—tendrían compasión de su familia y lo ayudarían en su momento de necesidad.

Pero se equivocaba. No era que fueran tacaños o desconsiderados. Era solo que ellos también estaban sumidos en la pobreza y apenas tenían suficiente para mantener a sus propias familias. Y aquellos que tenían más estaban sobrecargados, atendiendo solicitudes de ayuda de lejos y cerca.

Ahora, de regreso a casa, su mente estaba en su bolsillo vacío y la inminente decepción de su esposa. Apenas notando su entorno, se

apoyó contra un gran árbol, masajeando su espalda contra su amplio tronco.

“¡Eh, tú!” oyó. “¿Qué estás haciendo aquí? ¿No sabes que estás en propiedad privada?”

Al mirar hacia arriba, se dio cuenta de que aparentemente había vagado por los terrenos de una gran mansión, y que estaba cara a cara con el póritz, el señor feudal que tenía poder casi ilimitado en su reino.

“Oh, lo siento mucho, Su Señoría,” fue rápido en decir. “Simplemente estaba deambulando, sintiéndome tan solo y deprimido por mi lamentable situación, y me detuve para aliviar mi espalda dolorida contra su árbol. Por favor, perdóneme por disfrutar de ese simple placer, y continuaré mi camino.”

“Espera un momento,” dijo el póritz, no de manera cruel. “Pareces un hombre que ha sufrido en la vida. Por favor, cuéntame más. Quizás pueda ayudarte...”

“Oh, Su Señoría es demasiado amable,” dijo el hombre desesperado. “Me sentía tan solo. Soy padre de hijas y busco desesperadamente medios para ayudarles a casarse, pero ¿por qué debería importarle a un viejo judío pobre y sus problemas?”

“Querido hombre,” dijo el póritz, “por favor toma esta bolsa de monedas, y casa a tus hijas con alegría. Soy un hombre viejo y tengo todo el dinero que jamás necesitaré—es la alegría de dar lo que me falta en la vida. Ahora ve en paz.”

**Saluda**  
Familia Cosac - Farber

Aún dudando de si todo había sido un sueño, el pobre hombre tropezó de regreso a casa. No pasó mucho tiempo antes de que la noticia de la milagrosa cadena de eventos se esparciera por el pueblo.

“Qué buena fortuna,” dijo un hombre a otro. “Aquí está nuestra oportunidad de enriquecer. Vamos a esa misma propiedad y probemos nuestra suerte.”

Dirigiéndose a los amplios terrenos, rápidamente localizaron un árbol adecuado y comenzaron a frotar con vigor.

¡Y efectivamente, el terrateniente pronto vino a preguntarles!

“Oh, Señor,” dijeron, “¡Por favor tenga piedad! Nos sentimos tan tristes, tan solos y tan desesperanzados que decidimos apoyarnos contra su árbol por un tiempo, aprovechando la oportunidad para masajear nuestras espaldas.”

“Ustedes son charlatanes, los dos,” tronó

**Saluda**  
Familia Glass Marjovsky

el *póritz*, que había sido general y todavía sabía cómo dar una orden. “¡Salgan de inmediato!”

Mientras salían humildemente del jardín, uno de ellos reunió la temeridad para cuestionar al *póritz*. “¿Cómo es,” preguntó, “que cuando nuestro amigo estaba aquí, lo saludaste tan amablemente, pero cuando vinimos y te contamos una historia similar, nos descubriste?”

“Es muy simple. Cuando un hombre está verdaderamente solo y necesita rascarse la espalda, no tiene otra opción que apoyarse contra el tronco de un árbol. Pero hay dos de ustedes. Podrían haberse frotado las espaldas entre sí. Eso me dio a entender que no estaban tan necesitados como se hacían ver.”

*Al relatar esta parábola, los jasidim concluirían: Mientras uno tenga un amigo, ninguna situación es realmente desesperante. ◀*



**Am Israel Jai**

# Los doce pasos para mejorar la autoestima de sus hijos



► Por **Yaakov Lieder**

La autoestima es un ingrediente muy importante para una vida exitosa y feliz. Una persona puede ser bendecida con inteligencia y talento pero si carece de autoestima, puede resultar un obstáculo para alcanzar el éxito en sus tareas, relaciones y virtualmente en todas las áreas de la vida.

Los primeros años en la vida de un niño son el fundamento de una sana autoestima.

Como padres, no podemos controlar todo lo que nuestro hijo ve, oye o piensa, ni como esto contribuirá a la imagen de sí mismo, pero podemos hacer mucho. Tenemos al niño en sus primeros años de vida; Dios nos dio un regalo especial — un ser humano nuevo con la “pizarra limpia.” Durante estos años, lo que entra en la mente de nuestros hijos es muy impactante, y deja una marca de por vida. Por ello, los padres tienen una oportunidad única, irreplicable de abrir “la cuenta bancaria de la autoestima” en la cuál el niño almacenará muchas cosas positivas sobre sí mismo. En los años y décadas por venir, esta “cuenta bancaria” se enfrentará con las experiencias negativas de la vida, que son inevitables.

¿Cómo comenzamos la cuenta bancaria

de nuestros hijos? ¿Cómo podemos, como padres, aumentar la autoestima de nuestros hijos? Aquí hay algunas sugerencias:

## 1. Demuestre amor y afecto a su hijo.

Todas nuestras acciones con nuestros hijos, desde la infancia, se deben hacer con afecto y amor. Un bebé que fue tratado con amor y afecto tendrá la sensación subconsciente de que es lo suficientemente digno e importante para ser amado.

## 2. Felicite a su hijo.

Dé a su hijo tantos elogios como sea posible, siempre que haga algo correctamente. Dígale, “Estoy muy orgulloso de ti. Eres muy especial. Me gusta la manera que lo has hecho.”

## 3. Haga sus elogios creíbles.

Es importante, sin embargo, que los elogios sean creíbles. Los elogios exagerados como, “Eres el mejor del mundo; eres la persona más agradable que existe” pueden ser contraproducentes. El niño desarrollará un ego exagerado, y esto puede afectar la relación con sus amigos, y a la larga, tendrá un efecto negativo en su autoestima.

## 4. Fije metas para su hijo.

La meta debe ser alcanzable — vestirse solos, conseguir una mejor calificación en la próxima

Jag Sameaj  
Salo y Mónica Stolicz

Para elevación de la Neshamá de  
**Jaim Ben Zeev Z"L**  
Familia Grobert

prueba. Fije metas que sean acorde a la edad y las capacidades de su hijo (fijar una meta inalcanzable tiene un efecto negativo). Mientras el niño se esfuerza en lograr la meta, acompañelo y felicítelo a cada paso del camino. Una vez que su hijo alcance la meta, felicite su logro y refuerce su imagen personal de emprendedor.

**5. Critique la acción, no a la persona.** Cuando su hijo haga algo negativo, dígame, "Eres un niño bueno y especial, no debes hacer esas cosas" en vez de decir, "eres malo."

**6. Tome en cuenta los sentimientos de su hijo.** Cuando su hijo sufra un golpe a la autoestima, es importante considerar sus sentimientos. Por ejemplo, si su hijo se siente ofendido por un comentario hecho por un amigo o un profesor, dígame "Sí, sé que te ofendió lo que dijo esa persona" o "Sé que sientes que tu amigo no te quiere". Solo después que su hijo sienta que sus sentimientos son importantes y tomados en cuenta, él estará abierto para que usted alimente su autoestima mostrándole toda la gente que si lo quiere y respeta, y las cosas positivas que otros han dicho sobre él.

**7. Siéntase orgulloso de su hijo.** Habitualmente, debemos recordar decir a nuestros hijos cuan afortunados y orgullosos somos de ser sus padres.

**8. Hable positivamente de su hijo en**

presencia de la gente importante en su vida, como abuelos, profesores, amigos etc.

**9. Nunca compare a su hijo con otros.** Nunca le diga: "¿Por qué no eres como Pablito?". Y cuando tales comparaciones son hechas por otras personas, tranquilice a su hijo y dígame que él es especial y único a su manera. "

**10. Asegúrese que cuando otros traten con su hijo sepan cuales son sus puntos fuertes.** Al principio del año escolar, hable con los profesores de su hijo y dígame cuáles son sus puntos fuertes y las áreas en las cuales él o ella sobresalen, de modo que el profesor tenga una perspectiva positiva de ellos y continúe fortaleciendo estos puntos.

**11. Dígame a su hijo regularmente que lo ama incondicionalmente.** Cuando fallan, o hacen algo incorrecto, recuerde decirles, "¡Eres especial para mí, y yo te amo siempre, sin importar lo que pase!"

**12. Mejore su propia autoestima.** Usted necesita verse a sí mismo positivamente. Los padres que carecen de suficiente autoestima tendrán dificultades para mejorar la autoestima de sus hijos. Un buen padre es un padre que sabe que él o ella no son perfectos pero se valoran por lo que son, siempre intentando crecer y mejorar. ◀

SINCE 1957

**BERGSTEIN**

LEGAL | TAX & ACCOUNTING | REAL ESTATE

*Donde el derecho  
es una forma de vivir*

[www.bergsteinlaw.com](http://www.bergsteinlaw.com)

# Ansiedad y Fe

► Po **Tzvi Freeman**



**P**regunta:

Quiero abandonar el judaísmo. Permítame explicarle por qué:

El año pasado me diagnosticaron una enfermedad llamada trastorno de ansiedad generalizada. Esta enfermedad me pone extremadamente nervioso y me provoca terribles ataques de pánico. Me recetaron medicamentos muy fuertes para controlar la ansiedad y tengo que llevar pastillas conmigo en todo momento. Sin embargo, ni siquiera los medicamentos la controlan.

Más recientemente, las cosas han empeorado y mis problemas de ansiedad han progresado hasta convertirse en depresión. Tengo que tomar antidepresivos y ansiolíticos todos los días y voy al psicólogo con regularidad. Nada de esto ha ayudado. En todo caso, estoy empeorando en vez de mejorar.

Esto me hace cuestionar la existencia

de Di-s. Si Di-s realmente existe, entonces no puede ser justo, como afirma el judaísmo. Nunca he hecho daño a nadie. Nunca he hecho nada que me haga merecedor de tan graves problemas de salud. Nunca he matado a nadie. No soy una persona violenta. Ayudo a la gente cuando puedo. Básicamente, soy una buena persona. No he hecho NADA MALO.

Esto me lleva a una de dos posibilidades:

1) Di-s no existe.

2) Di-s existe, pero su brújula moral está tan torcida que tendría problemas para encontrar un estación de servicio. En ese caso, no quiero seguirlo.

Así que, volviendo a mi pregunta original. Quiero salir, ya no quiero ser parte de la religión judía. No ha hecho nada por mí. ¿Cómo salgo?

D.

**Janucá Sameaj**  
Aldo Kisin y Familia

**Jag Sameaj**  
Familia Berenstein - Zylbersztejn

**Respuesta:**

Querido D.,

Sé lo que es la ansiedad y el pánico. Es feo. Lo he visto arruinar vidas prometedoras. También lo he visto conquistado y vencido. Y sé que para ganarle a la ansiedad, los psicotrópicos no son suficientes. La ansiedad solo se puede superar con un profundo y poderoso sentido de fe.

La fe se ha convertido en una mala palabra. Tal vez deberíamos usar otra: la convicción. Una convicción profunda e interior que ni siquiera un aullante viento ártico podría hacer tambalear. Es un don que tenemos por herencia, transmitido desde Abraham, seleccionado y perfeccionado a lo largo de cien generaciones. Nos ha llevado en alas de águila a través de los peores tiempos para ser la nación orgullosa e indestructible que somos hoy. Que rechaces esa convicción ahora es equivalente a que

un enfermo se niegue a tragar su medicina porque le duele la garganta.

Separemos dos cuestiones: Di-s y tu fe en Él. Di-s no necesita tu aprobación para ser Quien es. Abandonarlo no cambia nada, así como un ser creado no puede comprender a su Creador, tampoco puede afectarlo. El hecho de que tengas o no fe en Él solo puede cambiarte a ti, a tu estado de salud y al rumbo que toma tu vida.

Tú especialmente tienes que escuchar esto, porque las palabras que me escribes son las de la víctima pasiva. Nada conduce más a la ansiedad que una sensación de impotencia, como si estuvieras toda la vida en el asiento del pasajero. El primer paso para vencer la ansiedad debe ser retomar las riendas de tu vida en tus propias manos.

Reafirmar tu propia convicción interior logra justamente eso. Dice: "No me importa cómo se vean las cosas ni lo que el mundo

**CARNE PREMIUM**  
**CampoSur**  
**LÍNEA KOSHER**

**PRODUCTOS KOSHER**  
Producción Kosher bajo supervisión del Rabinato de la Kehilá

**URUGUAY KOSHER**  
BSH  
JALAK

**JAG JANUCÁ SAMEAJ**

**HAMBURGUESAS**   **FRANKFURTERS**   **CHORIZOS**   **NUEVO** **SALCHICHA PARRILLERA**   **NUEVO** **SALAMÍN**

Pídalos en: Macro Mercado, Disco, Devoto, Geant y Tienda Inglesa

Av. Artigas Km 19.200 - La Paz - Canelones - Uruguay - Tel.: 2364 0000\* - ventas@camposur.com.uy - www.camposur.com.uy

**Saluda**  
M.M. y Familia

**Saluda**  
Familia Rotemberg - Smaisik

parezca estar haciéndome. Sé con todo mi corazón y mi alma que hay un Director de Todas las Cosas que me lleva de la mano, que conoce mi alma desde dentro y me guía por la vida de la manera que es mejor para mí.

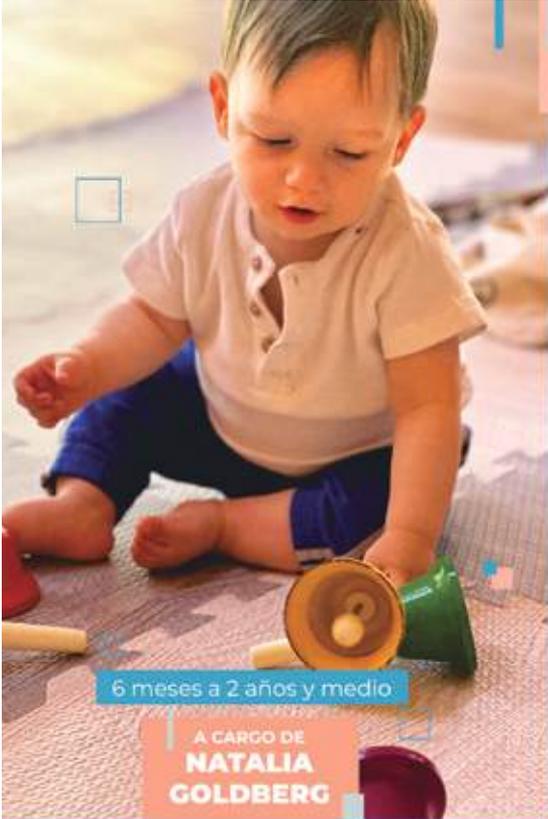
Puede que no tenga la menor idea de que todo esto me beneficia, pero no necesito entenderlo para que funcione. Solo necesito aferrarme y seguir hacia adelante”.

Tan pronto que hayas hecho eso, habrás tomado el control del tablero de mandos en tus manos. Dejarás la carretera en manos de Él y tratarás con sensatez cada incidente a medida que se presente. Tienes una sociedad; no estás solo. Y cuando el pánico aumenta, te arrastra o te asalta, le

devuelves la sonrisa y dices: “Esto también pasará”, y pasa. Y luego sigues adelante.

Por supuesto, siempre puedes elegir ir solo. Puedes creer que el universo es un monstruo enorme y hostil y tú, la víctima solitaria e inocente que se traga por dentro. Pero si quieres sobrevivir y aprovechar todos los talentos y oportunidades que Dios te ha dado, saca de debajo de la frazada la fe que tienes en tu corazón, heredada de generaciones anteriores: que la Esencia de Toda la Realidad es buena, y que estás íntimamente relacionado con ese bien esencial, y que por lo tanto, ya sea que puedas percibirlo o no, todo lo que te sucede es para bien.

Elige la vida. ◀



**Mamá y yo**

**TALLER**

**MAMÁ Y YO**

Un espacio para encontrarnos en la música y el juego entre grandes y chicos

*Un lugar mágico*

**Inscripciones abiertas**  
Cupos limitados

Pocitos

Jueves (dos grupos) de 17.00 a 17.45 h  
y de 18.00 a 18.45 h

Viernes de 9.00 a 9.45 h

Contacto: [silvia@jabad.org.uy](mailto:silvia@jabad.org.uy) - ☎ 096 11 6000

6 meses a 2 años y medio

A CARGO DE  
**NATALIA  
GOLDBERG**

**Saluda**  
Familia Probst

"...Hashem te guardará de todo mal. El guardará tu alma. Hashem cuidará tu ida y tu venida desde ahora y para siempre" (Salmo 121)

**CAMBIO18** Servicios  
Financieros

**QUEREMOS BRINDARTE  
EL MEJOR SERVICIO**

**MOSTRADOR VIRTUAL**  
📞 **099 237 680**

**INGRESÁ A NUESTRA WEB**  
**WWW.CAMBIO18.COM**

**Y CAMBIÁ SIN MOVERTE  
DE TU CASA**

**POCITOS**  
Miércoles

**CARRASCO**  
Lunes y Jueves

**EDADES**  
4 a 10 años

*Mirando al futuro de nuestros chicos.  
Talleres de educación judía  
complementaria.  
Porque aprender sobre judaísmo  
es divertido.  
¡Jabad es tu lugar!*



+Info e inscripciones  
silvia@jabad.org.uy - 096 11 6000



Saluda  
Familia Spritzer

# Un judío en un jeep

► Por **Tuvia Bolton**

**D**urante los últimos días de la campaña israelí de 1982 "Paz en Galilea" en el Líbano, yo formaba parte de un grupo de diez jasidim de Jabad que obtuvieron permiso del ejército para entrar en Beirut y animar a los soldados.

Los soldados nos recibieron como si estuviéramos anunciando el fin de la guerra. Durante toda la noche fuimos de un grupo a otro, cantando, bailando, hablando, riendo y, por supuesto, haciendo Le Jaim.

No había tiempo para dormir. Al amanecer, sacamos nuestros tefilín de nuestras bolsas y comenzábamos a preguntar a los soldados si querían hacer una mitzvá y ponérselos durante un minuto.

A esa hora de la mañana, la mayoría de los soldados todavía estaban dormidos. Caminé buscando "clientes" y me encontré con una fila de unos diez jeeps abiertos con dos soldados sentados en cada uno. Sus mo-

tores estaban en marcha y esperaban en la fría mañana para salir en una misión. Debí haber sido algún tipo de incursión militar, porque estaban armados hasta los dientes y llevaban chalecos antibalas voluminosos y cascos de acero.

Me acerqué al primer jeep y les pregunté si querían ponerse los *tefilín* y un soldado aceptó. Cuando terminó, pasé al siguiente y le hice la misma pregunta al conductor, pero me llevé una sorpresa desagradable.

Se limitó a escuchar, mirando fijamente hacia delante, y ni siquiera reaccionó a mi pregunta. Así que me quedé allí parado y esperé una respuesta.

Después de unos segundos de silencio, se volvió hacia mí y dijo (traducción libre): "¡Quítate de mi vista, parásito religioso! ¡Si no te quitas de mi vista te haré pedazos! ¡Te odio, alimaña!".

Comprendí que la respuesta era no. Traté

50 Años Juntos  
**VIMAX**

- Bolsas en polietileno lisas e impresas
- Bolsas con cierres especiales
- Bolsas de papel
- Bolsas de tnt (tela no tejida)
- Vasos y cubiertos descartables

Convencion 1218/20 Tel: (00598) 29085758\* / [www.vimax.com.uy](http://www.vimax.com.uy)

de forzar una sonrisa y pensar en algo que decir, cuando de repente el conductor del siguiente jeep de la fila me llamó con un tono de voz desesperado: "¡Rabino, Rabino! Ven aquí. Quiero ponerme *tefilín*". Me di la vuelta, feliz de irme, y empecé a caminar hacia el tercer jeep de la fila. "Dime, Rabino", me llamó nervioso después de que yo había dado unos pasos y todavía estaba a bastante distancia de él. "Sí... si me pongo los *tefilín*, ¿D-os me protegerá?"

Era obvio que el hombre estaba muy preocupado. Ayer probablemente estaba sentado en su ferretería vendiendo tubos y herramientas cuando lo llamaron al servicio de reserva, y de repente estaba a punto de entrar en el frente.

"Escucha, amigo mío", le aseguré, "D-os te protegerá tanto si te pones los *tefilín* como si no. No te preocupes. Él te ama porque eres judío. Pero si D-os te protege gratis, ¿por qué no haces algo por Él gratis y te pones los *tefilín*?"

Parece que el soldado del segundo jeep, el que me había insultado, había oído todo esto, porque cuando terminé de ponerle los *tefilín* a este soldado, gritó: "¡Oye, Rabino! ¡Ven aquí!". Me di vuelta y lo vi arremangándose como si quisiera ponerse los *tefilín* y haciéndome señas para que me acercara.

Di unos pasos hacia él. "¿Qué quieres? ¿Qué pasó?"

"¡Escucha!", respondió. "¿Qué te importa? Yo también quiero ponerme *tefilín*".

Lo miré y le hice un gesto israelí con la mano como si dijera: "¿Hablas en serio?". Y él respondió:

"Escucha, amigo mío. Ponerse los *tefilín* para ir al cielo o para ser religioso, eso no es para mí. Pero ponerse los *tefilín* sin ninguna razón... ¡Eso estoy dispuesto a hacer!". Esta es la esencia del alma judía en acción. Un judío puede rechazar todas las razones, todas las explicaciones, incluidas las místicas, para realizar una *Mitzvá*, pero aceptará el acto en



CAROLINA DE CUNTO

[www.carolinadecunto.uy](http://www.carolinadecunto.uy)

@carolinadecnto

091 800 071

Carrasco

sí. Porque un judío quiere inherentemente hacer lo que D-os quiere; él o ella es uno con D-os no sólo espiritualmente, sino también, y más aún, a través de su vida física cotidiana. ◀

**Nota del editor:** *D-os, nuestro Padre que nos ama, cuida y protege a todos Sus hijos. Dicho esto, nuestros Sabios afirman claramente que usar Tefilín ofrece una gran medida de protección adicional contra los enemigos. Esto no sólo es cierto para el soldado que se pone Tefilín, sino para cualquier judío en cualquier parte del mundo que cumple con la mitzvá de Tefilín: está contribuyendo a la protección colectiva de la nación judía.*

# El espejo

► Por **Chana Sharfstein**

El espejo era grande y cuadrado, con un ancho marco de oro, cincelado con bellos diseños de hojas y flores. Todos los que veían el espejo lo admiraban, pero todos también advertían que no era perfecto. En una de las esquinas la base plateada había sido raspada, así que en esa parte el espejo era vidrio. La gente comentaría su belleza para luego decir, "¡Que pena! Qué lástima que el espejo esté dañado." Para sorpresa de todos el dueño del espejo les decía que había sido él mismo quien había raspado, a propósito, la cubierta plateada. ¿Pueden imaginarse ser dueños de un espejo tan costoso, una obra de arte y arruinarla? Pero permítanme contarles la historia del espejo.

Muchos años atrás, en una pequeña ciudad de Polonia, vivía un hombre, llamado Abraham. Era dueño de una pequeña tienda y ganaba apenas dinero suficiente para mantener a su familia. No era un hombre rico pero tampoco era un hombre muy, muy pobre. Tenía tan solo unos pocos clientes. A veces salían sin comprar nada porque Abraham no tenía muchas cosas para que eligieran. Se iban a las tiendas grandes donde podían encontrar lo que deseaban.

Abraham estaba feliz con su vida. A pesar de no ser rico, siempre tenía suficiente

para compartir con otros. Nadie que visitara su hogar se iba hambriento. Cada vez que una persona pobre necesitaba ayuda, Abraham siempre encontraba dinero para darle. Abraham y su esposa vivían una vida muy sencilla. Su hogar era pequeño. La casa realmente necesitaba una mano de pintura, pero nunca había dinero suficiente para ello. Sus muebles eran viejos por la misma razón. Las cortinas de la ventana probablemente habían sido lavadas unas cien veces. Abraham y su esposa no tenían alfombras en su piso. Sus ropas eran sencillas, y no compraban cosas nuevas a menudo. Muchos de sus platos y tazas estaban astilladas y quebradas. La comida que consumían era simple.

Si, no era un hogar muy lujoso. Pero era un hogar genuino. Era un lugar cálido y feliz. Todos se sentían cómodos y relajados allí. Abraham recibía muchas visitas porque todos sabían que era amable y que le gustaba ayudar.

Un día estaba, Abraham, parado en la entrada de su pequeña tienda esperando clientes. De pronto, notó a un desconocido caminando hacia su tienda. Abraham vivía en una ciudad pequeña, así que conocía a toda la gente del lugar. Cuando el desconocido estuvo cerca de su tienda, Abraham

## Saluda

Roberto Rosenblat y Familia

le preguntó cómo podía ayudarlo. “Quizá quiera venir a mi casa y descansar un rato? le dijo. “Si tiene hambre, por favor sea mi invitado. Si tiene sed, por favor venga conmigo por una bebida. ¿Podría ser que necesite dinero? Nosotros lo ayudaremos.”

La invitación de Abraham era tan cálida y amistosa que el desconocido decidió parar en su casa a descansar.

Lo que Abraham no sabía era que éste no era un desconocido cualquiera. Era un muy santo, sabio y famoso Rebe de una ciudad lejana. Estaba en camino a un casamiento y sucedió que pasó por la ciudad de Abraham. El Rebe era un hombre importante y mucha gente en Polonia viajaba grandes distancias para escuchar sus sabias palabras, pedir una bendición o un rezo en tiempos de necesidad. Hubiera sido un gran honor para cualquier hogar tener a este Rebe como huésped.

El Rebe pronto notó la amabilidad y generosidad de Abraham. El conocía a muchas personas ricas que podrían haber ayudado a los pobres con mayor facilidad que Abraham, pero que hacían mucho menos que él. El Rebe disfrutó su corta estadía. Antes de irse bendijo a Abraham con riquezas, para que pudiera continuar ayudando a los pobres y los necesitados con mayor facilidad.

Después de que el Rebe se fué, la tienda de Abraham, de pronto, se volvió un lugar muy ajetreado. Todo el día entraban clientes. Todos encontraban lo que deseaban y los clientes ya no dejaban su tienda para ir a comprar en otra. Con el paso de cada día, Abraham tenía más clientes nuevos y más dinero para llevar a casa. Pronto tuvo que agrandar su tienda para acomodar a todos sus nuevos clientes. Luego de un tiempo, Abraham se convirtió en un gran comerciante, muy importante y rico. Se convirtió en uno de los hombres más ricos de la ciudad. La bendición del Rebe, para que Abraham enriqueciera se había cumplido.

## Saluda

Familia Elenter

Ser rico parece muy bueno cuando uno es pobre. La gente a veces piensa que si fuesen ricos la vida sería hermosa. Pero ser rico puede ser también un problema. Ahora que tenía una tienda grande, Abraham tenía mucho mas trabajo también. Le preocupaba que entraran ladrones a su tienda o a su hogar. Se preocupaba por su negocio. Quería que su tienda siguiera creciendo. Quería un hogar muy hermoso. Quería ropa nueva y elegante. Como estaba ocupado con su tienda, Abraham encontraba menos tiempo para estudiar la *Torá* e ir al *shil* a rezar. Ni siquiera tenía tiempo para molestar con la gente pobre. Abraham solamente podía ser visto con una cita especial. Le dijo a sus secretarios que le dieran dinero a los necesitados que venían por su ayuda, pero Abraham no tenía tiempo para escuchar sus historias o problemas.

Abraham y su esposa construyeron una casa nueva que parecía un palacio. Tenía muchos ambientes y todos eran grandes y hermosos. De las ventanas colgaban suaves cortinas de terciopelo. Los pisos estaban cubiertos de gruesas alfombras. Las paredes estaban empapeladas. La cocina estaba llena de sartenes y cacerolas nuevas. Había mucha loza fina en los aparadores. Todos los muebles eran nuevos y caros. La mesa del comedor era de madera brillante. Los sillones del salón eran suaves y mullidos. De las paredes colgaban pinturas de verdaderos artistas. Y en una pared del salón había colgado un espejo enorme. Era tan grande que cubría casi toda la pared. El espejo tenía alrededor un ancho, grueso marco de oro. Nadie más en la ciudad tenía un espejo tan fino. Todos los que lo veían hablaban de su belleza. Era una verdadera obra maestra.

Había muchos sirvientes en la nueva casa. Pero esta casa era tan elegante que Abraham no quería dejar que entraran mendigos y gente pobre. Desconocidos ya no eran invitados a comer. Los sirvientes abrían la puerta

para darle algún dinero a los necesitados pero eso era todo.

“Abraham está distinto,” decía la gente. “Cambió desde que se volvió rico. ¡Que lástima! Siempre era tan bueno y amable y mírenlo ahora. Ya no tiene tiempo para ninguno de nosotros.” Y sacudían sus cabezas tristemente recordando los buenos viejos tiempos cuando Abraham nunca estaba demasiado ocupado para ayudar a los demás.

Pasó el tiempo. Un día un mensajero vino a visitar a Abraham. Había sido enviado de muy lejos por el Rebe que había bendecido a Abraham con riquezas. La noticia de la buena fortuna de Abraham había llegado a oídos del Rebe y ahora necesitaba de su ayuda. Un hombre judío inocente había sido encarcelado bajo cargos falsos y se necesitaba una gran suma de dinero para su rescate. Abraham, por supuesto, estaba feliz de ayudar. Le dió al mensajero el dinero y lo despidió con buenos deseos de un seguro retorno a casa. También le envió sus saludos al Rebe.

El mensajero había completado su tarea, pero no se sentía feliz. Le había sido difícil hablar con Abraham en persona. Sus secretarios no habían querido dejar entrar a un extraño a la oficina privada de Abraham. Éste le había dado el dinero, pero no lo había invitado a su casa para comer algo y descansar. El mensajero estaba sorprendido. El Rebe había elogiado a Abraham y a menudo hablaba de su hospitalidad y su manera

caritativa. El mensajero no podía entender qué había pasado.

Cuando llegó de vuelta a lo del Rebe, le dió el dinero y le contó todo sobre su viaje. El Rebe, triste, sacudió su cabeza. Él comprendió que Abraham, el hombre pobre, tenía un corazón de oro, pero Abraham, el hombre rico, con todo su oro, parecía tener un corazón como de piedra. El Rebe decidió visitar a Abraham para ver qué se podía hacer.

Cuando el Rebe llegó a la casa de Abraham, éste lo recibió cálidamente y lo invitó a pasar a su hogar. Esta casa era muy diferente a la que Abraham habitaba cuando el Rebe lo había visitado antes. Era grande y hermosa pero estaban ausentes la calidez y la amabilidad que uno había sentido en el sencillo y viejo hogar. El Rebe caminó sobre la pesada alfombra. Vió las costosas pinturas. Miró a los caros muebles y las cortinas hechas con el mas fino y suave terciopelo. Y entonces notó el espejo. Miró su brillante marco de oro. Era el espejo más grande que había visto en su vida.

“¿Bastantes cambios, no es así?” dijo Abraham con una complacida sonrisa en los labios. “Y ese espejo,” continuó “es mi tesoro favorito. De todas las cosas bellas que poseo, la que más me gusta es el espejo. Costó una gran cantidad de dinero, pero valía la pena. Es una verdadera obra maestra, una obra de arte, ¿no es verdad?” dijo,



## **PORTEROS ELÉCTRICOS, CERRAJERÍA, CCTVV, ACCESOS CODIFICADOS**

**CERTEL**

Saludamos a la  
Comunidad Judía  
por este nuevo  
Janucá

**2619 0303 - 099 974422**

### Am Israel Jai

Yehonatan, Jaim Or, Dov Iosef,  
Binyamín, Eytán Moshé

### Saluda

Familia Szabo

volviéndose hacia el Rebe.

“Si,” contestó el Rebe. “Bastantes cambios. Bastantes cambios.” Esto lo dijo suavemente, en una voz baja y seria, su cara lucía triste.

De pronto, El Rebe llamó a Abraham. “Ven aquí,” le dijo y le pidió que se acercara al espejo y se parara enfrente del mismo. Luego el Rebe se alejó un poco y le pidió a Abraham que le dijera que veía.

Abraham estaba perplejo por ésto, pero contestó, “A mí mismo. Eso es lo que veo en el espejo. Mi reflejo—es todo lo que puedo ver.”

“Mira de cerca,” le dijo el Rebe. “¿Qué más ves?”

“Veo mis preciosos muebles reflejados en el espejo. Veo mis cuadros, veo mis alfom-

bras y cortinas. Puedo ver muchas cosas en mi hermoso hogar,” le contestó Abraham.

El Rebe caminó, entonces, hasta la ventana con Abraham. Descorrió las cortinas y le dijo a Abraham que mirara hacia afuera, a la calle. La casa de Abraham estaba en una gran calle y los transeúntes pasaban todo el tiempo. Como era una ciudad pequeña, Abraham conocía a la mayoría de los que pasaban por su casa. El Rebe le hizo muchas preguntas acerca de la gente que veían. Abraham le dijo que la mujer con la cesta era una viuda pobre con muchos niños pequeños. Ella esperaba que gente amable pusiera comida para su familia en la cesta. Le contó al Rebe sobre Bentze, el aguatero, que se estaba poniendo viejo y encontraba difícil cargar el agua. Le señaló a lánkel el sastre, un buen judío que iba al *Shil* todos

Productos **KOSHER**

**macro mercado**

**Carnes - Quesos**  
**Vinos - Lácteos**

Por más Info  
puedes escribirnos

los días, pero que era muy pobre y nunca tenía suficiente dinero para su familia.

Abraham, se estaba preguntando por qué el Rebe le estaba haciendo todas esas preguntas. El Rebe era un hombre serio, nunca tenía tiempo para desperdiciar. ¿Por qué sentía tanta curiosidad por esas personas?

Entonces el Rebe le dijo a Abraham, "¿Es extraño, no es así? Tanto un espejo como una ventana están hechos de vidrio, sin embargo son tan diferentes."

"¿Qué quiere decir?" le preguntó Abraham.

"Bueno," dijo el Rebe, "cuando miraste al espejo sólo podías verte a tí mismo y tus pertenencias. Podías ver mucho más al mirar por la ventana. Ahí podías ver a todos tus vecinos y amigos de toda la ciudad."

"Eso es verdad," dijo Abraham. "Un espejo y una ventana, ambos están hechos de vidrio. La ventana es transparente. La luz puede pasar a través de ella. Es clara y se puede ver todo a través de ella."

El espejo, en cambio, está recubierto de plata de un lado. Los rayos de luz no pueden atravesarlo, por eso un espejo solo puede reflejar lo que está enfrente a él."

"Ahora entiendo," dijo el Rebe inclinando la cabeza. "Ahora entiendo." El pedazo de vidrio sencillo es transparente, se puede ver de un lado al otro, permitiéndote ver a otros y sus vidas. Pero cuando está recubierto con

plata, entonces sólo puedes verte a tí mismo. Hmm, muy interesante. ¿Es realmente bastante fantástico, no? ¿Ahora, te parece que puede funcionar al revés también? ¿Podrías tomar un espejo y rasparle la plata para que pudieras ver a todos en lugar de a tí mismo?

Los ojos de Abraham se llenaron de lágrimas. Se sentía tan avergonzado. Finalmente, estaba comenzando a entender todo lo que le había pasado desde que se había vuelto rico.

Esa noche, Abraham ofreció una gran fiesta en su casa.

Toda la ciudad estuvo invitada, especialmente todos los pobres. Todos pasaron un buen momento. Entonces Abraham pidió que hicieran silencio. Dió un corto discurso y les pidió disculpas a todos. Les dijo a sus invitados que estaba arrepentido de la forma en que había actuado desde que había enriquecido. Su vida sería diferente ahora. Prometió que sus puertas estarían siempre abiertas para todos y que nunca estaría demasiado ocupado para ayudar a quienes lo necesitaran.

Después que se retiraron todos los invitados, Abraham fué hasta su hermoso espejo y raspó la cubierta de plata en una de las esquinas. No paró hasta que esa parte estuvo clara como el vidrio. Sólo entonces estuvo satisfecho. ◀

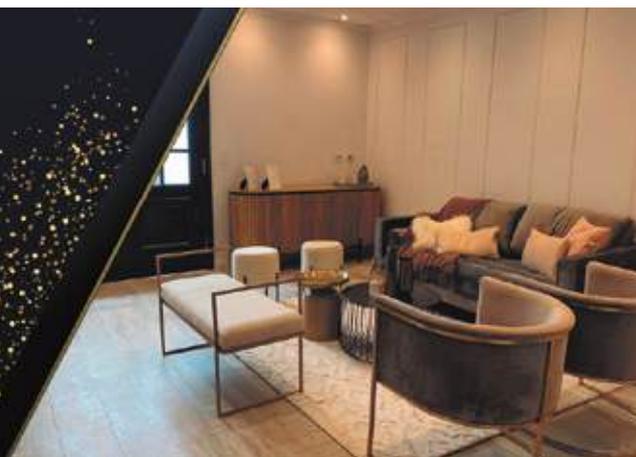
Por Chanah Zuber Scharfstein, de El Llamado del Shofar, editado por Nissan Mindel

## Tu Mikve

UN LUGAR DE  
**CONEXIÓN**

Reservá tu turno y disfrutá  
de espacio de recarga y fortaleza  
para la mujer judía.

Reservas: [meimenujot@jabad.org.uy](mailto:meimenujot@jabad.org.uy)



# VIÑA EDÉN TIENE MUCHO PARA CELEBRAR NACIÓ UN NUEVO INTEGRANTE DE LA FAMILIA KOSHER: CHARDONNAY



VIÑA EDÉN acaba de aumentar la familia produciendo vinos *kosher* de alta gama desde 2021.

Somos la única bodega de Uruguay con 3 certificaciones reconocidas mundialmente, además de ser *kosher le mehadrin* y *kosher le Pésaj*. Nuestros vinos no son *Mevushal*. Siguen la alta exigencia de la *kashrut*, sin perder la calidad, algo muy importante para nosotros. Sumamos a los tannat ya conocidos, dos CHARDONNAY. Se trata de un vino sin madera, muy mineral y fresco que representa muchísimo nuestro terruño. Esta formado por cuarzo blanco y rosado, además de granito.

## VIÑA EDÉN:

Tel.: +598 44103841  
Ruta 12 Km 26,  
Pueblo Edén

📞 +598 9255 2300  
📞 +598 9877 5032

VIÑA EDÉN

# Lo que el Rebe dijo (y no dijo) sobre el Holocausto



► Por **Yanki Tauber**

**E**l Rebe de Lubavitch, que su mérito nos proteja, es ampliamente reconocido como alguien que jugó un papel singular en la definición y rumbo del judaísmo post-Holocausto. Pero, ¿qué dijo y enseñó el Rebe sobre ese evento en sí?

Al igual que millones de su generación, el Rebe de Lubavitch fue personalmente afectado por el Holocausto. Su hermano menor, DovBer, fue asesinado a tiros y arrojado a una fosa común, al igual que decenas de miles de otros judíos en una serie de masacres llevadas a cabo por los alemanes poco después de su ocupación de Dnepropetrovsk en el otoño de 1941. Una querida abuela y otros miembros de la familia también fueron asesinados. La esposa del Rebe perdió a su hermana menor Sheina, quien pereció en Treblinka junto con su esposo y su hijo adoptivo.

En sus escritos y discusiones sobre el

tema, el Rebe rechazó todas las explicaciones teológicas para el holocausto. ¿Qué mayor vanidad —solía decir el Rebe— y qué mayor crueldad puede haber que dar una “razón” para la muerte y tortura de millones de hombres, mujeres y niños inocentes? ¿Podemos presumir de que una explicación lo suficientemente pequeña como para caber dentro de los límites finitos de la razón humana puede explicar un horror de tal magnitud? Sólo podemos admitir que hay cosas que están más allá del entendimiento finito de la mente humana. Haciendo eco de su suegro, el Rebe solía decir: No es mi tarea justificar a Di-s en esto. Sólo Di-s mismo puede responder por qué permitió que sucediera. Y la única respuesta que aceptaremos, dijo el Rebe, es la Redención inmediata y completa que desterrará para siempre el mal de la faz de la tierra y sacará a la luz la bondad intrínseca y la perfección de la creación de Di-s.

A quienes argumentaban que el Holocausto refuta la existencia de Di-s o Su providencia sobre nuestras vidas, el Rebe dijo:



**26 DE MARZO 1065 / 2708 4084**

**Jag Sameaj**  
Familia Bergazyn Schwartz

**Jag Sameaj**  
Familia Lamstein

Por el contrario, el Holocausto ha refutado decisivamente cualquier fe posible en una moralidad basada en el ser humano. En la Europa de antes de la guerra, era el pueblo alemán el que personificaba la cultura, el avance científico y la moralidad filosófica. ¡Y estas mismas personas perpetraron las atrocidades más viles conocidas en la historia humana! Como mínimo, el Holocausto nos ha enseñado que una existencia moral y civilizada solo es posible a través de la creencia y la aceptación de la autoridad Divina.

El Rebe también dijo: Nuestra indignación, nuestro desafío incesante a Di-s por lo que ha ocurrido, esto en sí mismo es un testimonio muy poderoso de nuestra creencia en Él y nuestra fe en Su bondad. Porque si no tuviéramos, en el fondo, esta fe, ¿de qué nos indignamos? ¿De los ciegos mecanismos del destino? ¿De la disposición aleatoria de los quarks que componen el universo? Sólo porque creemos en Di-s, porque estamos convencidos de que existe el bien y el mal y de que el bien debe triunfar y, en última instancia, triunfará, clamamos como lo hizo Moisés: "¿Por qué, Di-s, has hecho el mal a tu pueblo?"

Pero lo más importante del Holocausto para el Rebe no era cómo lo entendemos o no lo entendemos, ni siquiera cómo recordamos a sus víctimas, sino qué hacemos al respecto. Si permitimos que el dolor y la desesperación

nos desanimen de criar una nueva generación de judíos con un fuerte compromiso con su judaísmo, entonces la "solución final" de Hitler se hará realidad, Di-s no lo quiera. Pero si reconstruimos, si criamos una generación orgullosa y comprometida con su judaísmo, habremos triunfado. ◀

**Nota del editor:** *El día 10 del mes judío de Tevet (coincide este año con el 10 de enero) es una fecha sumamente trágica en la historia judía. El 10 de Tevet del año 3336 desde la creación (425 a. e. c.), el emperador babilónico Nabucodonosor sitió Jerusalén, un sitio que resultó en la conquista de la ciudad, la destrucción del Templo Sagrado y el exilio del pueblo de Israel de su tierra. Hasta el día de hoy, el 10 de Tevet se observa como un día de ayuno, duelo, arrepentimiento y retorno a Di-s. Más recientemente, fue elegido también para servir como un "día de kadesh general" para las víctimas del Holocausto, muchas de las cuales se desconocen el día de su martirio (la ley judía estipula que si se desconoce el día del fallecimiento de una persona, se selecciona una fecha apropiada para decir la oración del kadesh en su mérito). En una ocasión, el Rebe dedicó una parte importante de un discurso del 10 de Tevet a hablar sobre el Holocausto y transmitir algunas de las ideas expresadas en este artículo.*

**KOSAK**  
— BROKERS —

La nueva forma de hacer negocios

¡Formá parte hoy!

[www.kosak.com.uy/brokers](http://www.kosak.com.uy/brokers)



/ Líderes en el mercado

/ 50 años de trayectoria

/ Más de 2.500 propiedades

/ Innovación y crecimiento constante

/ Presencia en los canales de venta más importantes de la Región

/ Alta inversión en medios de prensa

A Nuestros Clientes y Amigos de Kasher **Jag Januca Sameaj!**

**Pocitos**

Bvor, España 2080  
Tel.: 2707 1871\*  
[info@kosak.com.uy](mailto:info@kosak.com.uy)

**Carrasco / C. de la Costa**

Carlos F. Soez 0671  
Tel.: 2604 6242  
[carrasco@kosak.com.uy](mailto:carrasco@kosak.com.uy)

**Punta del Este**

Cel.: +598 07 122 319  
[punta@kosak.com.uy](mailto:punta@kosak.com.uy)

**Ciudad Vieja**

25 de Mayo 381  
Tel.: 099 994 576  
[ciudadvieja@kosak.com.uy](mailto:ciudadvieja@kosak.com.uy)

**Buenos Aires**

Tel.: +54 0 11 2452-8180  
[buenosaires@kosak.com.uy](mailto:buenosaires@kosak.com.uy)

# ¿Qué es la Emuná?

## Más allá de la creencia

► Por **Tzvi Freeman**

אמונה  
raíz: אמן

Palabras relacionadas: Verdad, Amén, Confiable, Artesano

ué es

Generalmente se traduce como fe.

Estamos acostumbrados a pensar en la fe como una estrategia para personas que no pueden pensar por sí mismas. "El necio lo cree todo", escribe Salomón, "el sabio entiende". Sin embargo, la *emuná* es una convicción innata, una percepción de la verdad que trasciende la razón en lugar de evadirla. Muy por el contrario, la sabiduría, la comprensión y el conocimiento pueden mejorar aún más la verdadera *emuná*.

Sin embargo, la *emuná* no se basa en la razón. La razón nunca puede alcanzar la certeza de la *emuná*, ya que, hablando ra-

zonablemente, siempre puede aparecer un razonamiento mejor que demuestre que tus razones están equivocadas. En este sentido, la *emuná* es similar a ver de primera mano: la razón puede ayudarte a entender mejor lo que ves, pero resultará difícil convencerte de que nunca lo viste. De la misma manera, la *emuná* perdura incluso cuando la razón no puede alcanzarla.

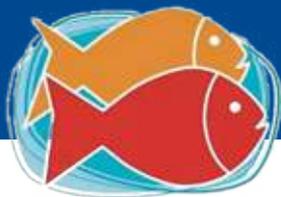
### Cómo comprobarla

En la práctica, una persona puede tener fe porque no está interesada o es incapaz de razonar por sí misma. En ese caso su fe no le pertenece; simplemente confía en los demás. Cuando una persona tiene una *emuná* profunda en alguna verdad, siente que esa verdad es parte integral de su propia esencia y ser.

La prueba de fuego sería un caso de martirio. Una persona con una fe sub-racional puede decidir o no dar su vida por su fe. Una persona con una *emuná* super-racional no ve otra opción: negar su *emuná* es negar la quintaesencia de su ser.

### Cómo obtenerla

Como dijimos, la *emuná* es innata, pero puede fortalecerse a través del estudio, la experiencia y la razón. Sin ese alimento, la *emuná* de una persona puede permanecer divorciada de su actitud y acciones. El *Talmud* describe cómo un ladrón también cree en Di-s: al borde de forzar su entrada, cuando está a punto de arriesgar su vida, y la vida de su víctima, grita con toda sinceridad: "¡Di-s, ayúdame!" El ladrón tiene fe en que existe Di-s que escucha su clamor, pero se le escapa que este Di-s pueda ser capaz de proveer sin exigirle que contradiga Su voluntad robando a otros. Para que la *emuná*



# PESCADERÍA ALTAMAR

SE MUELE PESCADO TODO EL AÑO

Av. Prof. Dr. Euclides Peluffo S/N Loc. 6, BUCEO  
TELS.: 2628 0891 - 094 289856 (Delivery)

DESEAMOS A TODOS NUESTROS AMIGOS JANUCÁ SAMEAJ Y MUCHA PAZ

Leilui Nishmat  
Jaim Moshé Itzjak ben Dov

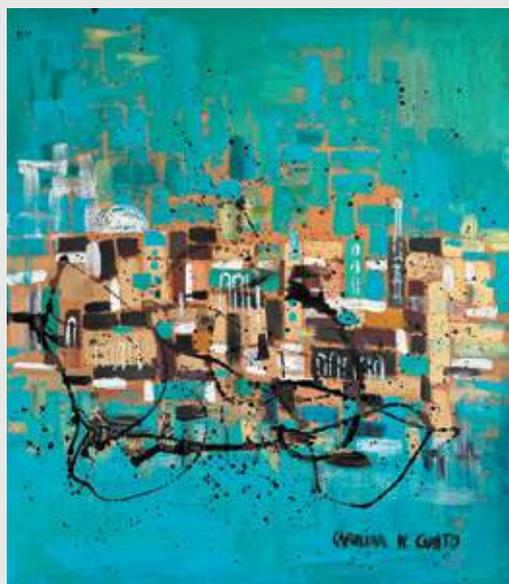
lo afecte de esta manera, necesita estudio y contemplación.

Se dice que los estudios que más enriquecen la emuná son el *Midrash* y la *Kabalá*. Los Kabalistas del período posterior al exilio español (siglo XVI) presentaron estas ideas de una forma más racional.

La escuela Jabad del jasidismo, un enfoque fundado por el Rabino Schneur Zalman de Liadi a fines del siglo XVIII, es una extensión más de esta tendencia, que acerca el mundo de la *emuná* a la razón humana y le permite vislumbrar el mundo trascendente de la *emuná*.

Sin embargo, la mayor vitamina que puedes brindarle a la emuná es el ejercicio. De hecho, en hebreo se llama "*uman*" a un artesano, porque ha practicado su oficio repetidamente hasta que se vuelve algo natural para él.

De la misma manera, la *emuná* crece y se profundiza a medida que te acostumbras a ver todos los fenómenos de la vida como manifestaciones de la presencia y la gloria del Creador. La *emuná* se enriquece aún más al ser puesta a prueba y superar esas pruebas, y al hacer sacrificios en la vida en aras de tu *emuná*. ◀



CAROLINA DE CUNTO

*Obras personalizadas que  
cuentan tu historia*

Arte que trasciende fronteras:  
Expuesto en el icónico  
Carrousel du Louvre de París

Master Art Fair - Punta del Este  
Imperiale Art Gallery - Punta Del Este

Transformá tus recuerdos  
más preciados en Arte  
Envíos internacionales

099118957  
@carolina.de.cunnto.art  
carolinadecunto.uy

B"H

**Transformación digital  
de tus puntos de venta**

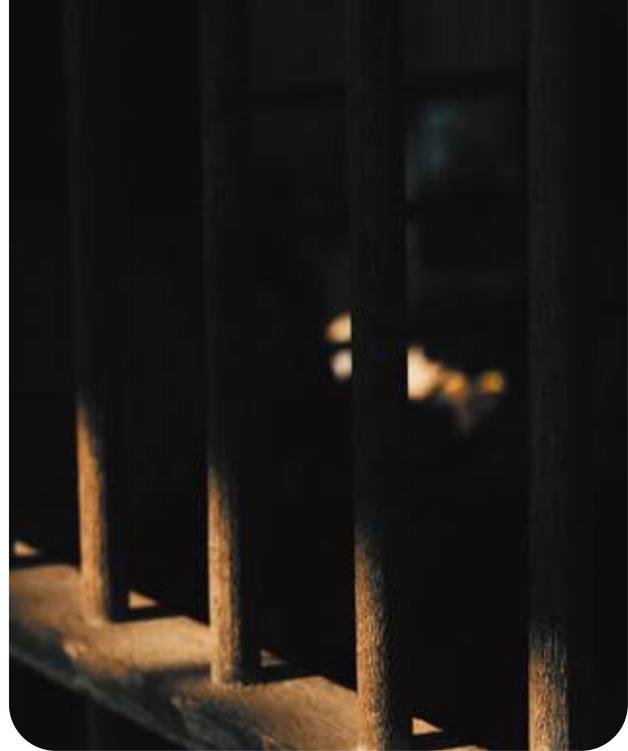
www.real2b.com

# Velas tras las rejas

► Por **Eli y Malka Touger**

**E**l Rabino Shabsi Katz, Rabino de Pretoria, la capital administrativa de Sudáfrica, y capellán judío del Departamento de Prisiones de ese país, mantuvo una relación con el Rebe de Lubavitch durante muchos años.

En diciembre de 1978, fue a visitar al Rebe por tercera vez. En una audiencia privada con el Rebe unos días antes de *Janucá*, el Rebe le preguntó al Rabino Katz qué se estaba haciendo por los prisioneros judíos en Sudáfrica. El Rabino Katz explicó que las condiciones en las cárceles sudafricanas eran mucho más duras que en Nueva York, pero que los prisioneros judíos no estaban obligados a trabajar en *Rosh Hashaná*, *Iom Kipur* o *Pésaj*, y que en *Pésaj* recibían comida certificada como *kósher* para la festividad



por el rabinato de Pretoria.

El Rebe preguntó: “¿Y qué pasa con *Janucá*? ¿Pueden los reclusos encender velas de *Janucá*?”, enfatizando que hay que apreciar lo importante que es para una persona que está sola en una celda encender las velas de *Janucá*. No se puede imaginar la calidez y la esperanza que esto trae, y cómo esto elevará su espíritu en un ambiente tan oscuro.

El Rabino Katz prometió que cuando regresara a Sudáfrica comenzaría a trabajar

**Gráfica Mosca les desea un muy feliz Janucá 5785**

**EMPRESA VERDE**  Reciclamos más del 95% de desperdicios

**APOYO SOLIDARIO**  A emprendimientos ecológicos

**TECNOLOGÍA DE VANGUARDIA**  Ecológica RUV: Reducción de emisiones CO<sub>2</sub>

**UTILIZAMOS PAPEL PIEDRA VIASTONE**  No deforestación No consumo de agua Consumo bajo de energía Reciclable

**mosca.**  
**GRÁFICA MOSCA**

Guayabo 1672   grafica mosca  @graficamosca  graficamosca

[www.graficamosca.com](http://www.graficamosca.com)

LIBROS / REVISTAS / CATALOGOS / FOLLETOS / PACKAGING

## Saluda

Walter Mendlowicz y Familia

en el proyecto, para que el año próximo los reclusos pudieran encender velas de *Janucá*. El Rebe, sin embargo, no estaba satisfecho y preguntó: ¿Qué pasa con *Janucá* de este año?

El Rabino Katz señaló que faltaban sólo unos días para *Janucá*. Como estaba en Nueva York, dudaba que fuera posible hacer algo. El Rebe respondió que tan pronto como terminara su reunión, el Rabino Katz debería usar los teléfonos de la oficina de su secretario para hacer las llamadas que fueran necesarias.

El Rabino Katz luego le recordó al Rebe que en Sudáfrica eran las cuatro de la mañana; a esa hora, no se atrevía a despertar al general a cargo de las instalaciones penitenciarias.

El Rebe no aceptó la respuesta del Rabino Katz, diciendo que, por el contrario, cuando el general viera que el asunto era tan importante que lo habían llamado desde el extranjero en medio de la noche, se impresionaría y apreciaría la necesidad de que los prisioneros judíos encendieran velas este año.

Tan pronto como el Rabino Katz salió de la oficina del Rebe, uno de los secretarios lo condujo a la pequeña oficina lateral. Le mostró los teléfonos y le dijo que se sintiera como en casa.

El Rabino Katz primero llamó a su secretaria en Pretoria para encontrar el número de teléfono de la casa del General Sephton, quien era director de asuntos religiosos de

## Saluda

C.B. y Familia

las prisiones. Al mismo tiempo, le pidió a su secretaria que llamara al general y le dijera que pronto recibiría una llamada desde el extranjero. Así, cuando llamó al general Sephton unos minutos después, el general no se molestó, sino que, en cambio, le preguntó cómo podía ayudar.

El Rabino Katz explicó que acababa de terminar una reunión privada con uno de los líderes de la judeidad mundial, que había expresado su preocupación por los presos judíos en las cárceles sudafricanas. El líder había explicado lo importante que era para los prisioneros encender la menorá de *Janucá*, y cómo esto les traería calor, luz y esperanza.

El general Sephton se sintió conmovido. A pesar de que su oficina iba a cerrar ese día (era el 24 de diciembre), dijo que si el Rabino Katz llamaba a esa hora de la noche desde el extranjero, podía entender lo urgente que era el asunto, y que tan pronto como llegara a su oficina por la mañana enviaría un télex a todas las instalaciones penitenciarias de Sudáfrica diciéndoles que hicieran posible que todos los prisioneros judíos de Sudáfrica encendieran velas ese *Janucá*.

A la mañana siguiente, cuando el Rebe llegó a la sede de Jabad-Lubavitch en 770 Eastern Parkway, el Rabino Katz estaba en el vestíbulo. "¿Nu?", le hizo un gesto el Rebe. Cuando escuchó que la misión se había cumplido, el Rebe le dirigió una amplia sonrisa y le dijo al Rabino Katz que quería verlo después de las oraciones de la mañana.

facilcar

facilcar

[www.facilcar.com.uy](http://www.facilcar.com.uy)

093 396 527 · 093 396 532 · 095 864 999

facilcaruruguay

 AUTOMÓVILES OKM!

todas las marcas!!

 AUTOS USADOS SELECCIONADOS

Auto

AHORA 100% FINANCIADO

**Jag Sameaj**  
Pablo Kalberman y Familia

Cuando el Rabino Katz entró en el despacho del Rebe, el Rebe le dijo que hay cincuenta estados en los EE.UU. y todos, excepto uno, permitían a los presos judíos encender velas de *Janucá*. "¿Lo creerías?", dijo el Rebe, "sólo aquí, en el estado de Nueva York, los presos no pueden encender las velas de *Janucá*!".

El Rebe le pidió al Rabino Katz que se ocupara de que los reclusos de las prisiones del estado de Nueva York encendieran velas de *Janucá* ese año. "Dígales lo que usted hizo, que deberían aprender de Sudáfrica y hacer lo mismo aquí", le aconsejó.

El Rabino Katz no sabía por dónde empezar; Le dijo al Rebe que no sabía a quién contactar primero.

"El Rabino J. J. Hecht ha estado trabajando duro en este proyecto y sabrá a quién recurrir", le respondió el Rebe.

Cuando el Rabino Katz buscó al Rabino Hecht, fue el turno del Rabino Hecht de asombrarse. Señaló que era el 24 de diciembre y ya había pasado el mediodía; nadie estaría en sus escritorios a esa hora. ¿Se podría contactar a los funcionarios en su feriado?

Pero después de que el Rabino Katz le contó sobre su audiencia con el Rebe, y su llamada personal al general Sephton en Sudáfrica, el Rabino Hecht se tranquilizó. Según dijo, su experiencia pasada le había enseñado que si el Rebe le pedía a alguien que hiciera algo de inmediato, las cosas salían bien incluso si

**Saluda**  
Héctor Liberman y Familia

el momento parecía inoportuno.

Después de unas cuantas llamadas, el Rabino Hecht pudo localizar al director del sistema correccional del estado de Nueva York y lo encontró de muy buen humor. El rabino Hecht presentó al Rabino Katz, quien le informó al director que los prisioneros judíos en Sudáfrica encenderían velas de *Janucá* ese año y sugirió que si esto podía suceder en Sudáfrica, seguramente debería suceder en Nueva York. El director estuvo de acuerdo y comentó que si en Sudáfrica, donde los judíos son una minoría, las prisiones les daban permiso para encender velas, no había ninguna razón por la que no debería suceder en Nueva York. Prometió ocuparse del asunto a tiempo para *Janucá*.

El Rabino Katz miró su reloj. Faltaban varios minutos para las tres y el Rebe saldría para las oraciones de la tarde a las 15:15. Se apresuró a regresar a "770" y se posicionó fuera de la habitación del Rebe. Cuando el Rebe salió para las oraciones, vio al Rabino Katz y le hizo un gesto de "¿Nu?". El Rabino Katz indicó que la misión se había cumplido. "¡Quiero verte después de *minjá*!", sonrió el Rebe.

El Rabino Katz se sorprendió. ¿Qué misión lo estaría esperando después de *minjá*? Sin embargo, cuando entró en la habitación del Rebe, el Rebe no tenía otro proyecto para él. En cambio, el Rebe dijo que, como le había hecho un favor personal, le gustaría hacer algo a cambio.

## SHELTON HOTEL

### Punta del Este

Calle 31 entre Av. Gorlero y calle 20  
Tel.: 598 42 482543

[www.shelton-hotel.com](http://www.shelton-hotel.com)



**Saludan**  
Sharon & Yehuda

El Rabino Katz estaba desconcertado. Le dijo al Rebe que había sido un privilegio y un honor hacer lo que había hecho. Había recibido tantas bendiciones y orientación del Rebe a lo largo de los años que ciertamente no esperaba nada más.

El Rebe no aceptó esta respuesta. Entonces el Rabino Katz pensó rápidamente y le pidió al Rebe un Tania (el libro escrito por el fundador de Jabad, el Rabino Schneur Zalman de Liadi, y considerado como la "Biblia del Jasidismo") para su hijo, quien sin duda lo apreciaría. El Rebe le dijo que en breve habría uno en la oficina de sus secretario. Cuando el Rabino Katz regresó para recogerlo, encontró un Tania hebreo esperando al propio Rabino Katz, un Tania hebreo/inglés de lujo encuadernado en cuero para su hijo, "Challenge" (un libro sobre Jabad) para el General Sephton en Sudáfrica, y "Woman of Valor" (una antología de enseñanzas jasídicas sobre mujeres) para la esposa del general.

**Saludan**  
Dina y Benjamín Wolfson

Cuando el Rabino Katz regresó a Sudáfrica, llamó al General Sephton. Antes de que pudiera decir nada, el general le aseguró que había enviado los télex el día que había recibido la llamada de Estados Unidos, y que los prisioneros judíos habían encendido efectivamente las velas de *Janucá* ese año. Cuando el rabino Katz le dijo al general que el Rebe le había enviado regalos, el general le dijo que iría a recogerlos enseguida.

De hecho, al cabo de una hora, el general estaba sentado en la sala de estar del Rabino Katz. Cuando le preguntaron por qué se había apresurado tanto, respondió que cuando una persona que está sentada en Nueva York piensa en alguien que vive al otro lado del mundo, especialmente en alguien encarcelado por un delito, y busca a alguien que le brinde luz y calor, es un líder genuino.

"Y si un líder así me envía algo, lo quiero lo antes posible", dijo el general. ◀

*Feliz*  
*celebración*  
**JANUCÁ**  
**5785**

*encender la luz y mostrar el camino*

**Disco** FRESH MARKET

# La dieta de siete días

► Por **Yaakov Lieder**



En la ocupada vida que tienen los padres que trabajan, la cantidad de tiempo que pasamos con nuestros hijos o nuestras esposas es muy limitado. “¿Cómo puedo hacer que mi tiempo con él sea una experiencia placentera para mi hijo de catorce años?”, me preguntó un preocupado padre. “Cuando tenía cinco años, su rostro brillaba y una gran sonrisa aparecía en su cara cuando yo entraba a su cuarto. Ahora, a los catorce años su rostro también brilla y sonríe de oreja a oreja — no cuando entro a su cuarto, sino cuando salgo. ¿Qué debo hacer?”

“¿Cómo pasa ese tiempo limitado que tiene con él?”, pregunté.

“Lo aprovecho para transformarlo en una experiencia educativa. Le digo que estoy descontento con el desorden en su cuarto. También discuto mi insatisfacción con su corte de cabello, como así también con sus modales, y si queda tiempo, también trato de educarlo diciéndole cuan malos son algunos de sus amigos y cuán molesto me siento que los haya elegido como amigos. Mi hijo se siente bastante molesto con esas discusiones, pero siento que como padre es mi deber educarlo”. Le expliqué al preocupado padre que lo que está haciendo no es educación, sino crítica destructiva, que crea un distanciamiento entre él y su hijo.

Algunos adolescentes salen del cuarto o de la casa cuando sus padres están ahí para evitar las críticas. Se ha creado la idea de que el hablar con los padres es igual a críticas, lo que significa malos sentimientos. Y parte de nuestros instintos naturales es alejarnos de cosas que nos dañan.

Cuando encontramos a determinadas personas o vamos a determinados lugares donde tuvimos malas experiencias, caminar por ese lugar, o hablar con esa persona, a menudo pone en funcionamiento ese vínculo negativo y crea malos sentimientos — aunque no se genere

ahora nada negativo.

Como padres debemos asegurarnos que creamos anclas positivas en las mentes de nuestros hijos. Eso hará que pasen más tiempo en el hogar con nosotros, en lugar de buscar otras personas y otros lugares.

Si pasan mucho tiempo positivo con su hijo, pueden afrontar el pasar parte de ese tiempo corrigiendo su comportamiento. Sin embargo, en casos en que sólo hay una limitada cantidad de tiempo, asegúrense que sea una experiencia placentera, que cree un ancla positiva.

Qué hacer en el caso de que desgraciadamente ya se haya creado un ancla negativo. Un enfoque es realizar una dieta de limpieza de siete días. En esos siete días no tenemos permitido decir ni una palabra de crítica a nuestro hijo. En realidad, no sólo no debemos decirla, sino que ni debemos sentirla, porque a veces el lenguaje de nuestro cuerpo habla más fuerte que las palabras. El punto es concentrarse en las cosas buenas que tiene el hijo, y todo hijo tiene algunas cosas buenas en las que concentrarse.

Si vemos al niño sentado en el piso viendo un video con sus pies en alto, podemos sentarnos en el piso junto a él, entrar a su mundo, gracias a Di-s tiene ojos saludables con los cuales mirar el video, busquen algo bueno para elogiarle, hablen de temas que le interesen, pídanle su opinión, háganle ver que él cuenta.

Los siete días deben ser consecutivos para que la dieta funcione. Si durante los siete días hemos cometido un desliz y quebrado la dieta diciendo o haciendo algo negativo, debemos comenzar a contar nuevamente los siete días. Esperanzadamente, podemos así reemplazar el ancla negativo con uno positivo y podremos retornar a lo que era — o sea ver a nuestro hijo sonriendo radiantemente cuando entramos a su cuarto ¡y no cuando salimos!

Pruébalo — ¡Funciona! ◀



## JANUCÁ NOS INVITA A RECORDAR Y CELEBRAR

*Se tratan de días sagrados para el judaísmo y nada mejor que hacerlo con*

### ACEITE VIRGEN-EXTRA KOSHER ELABORADO EN URUGUAY

**PEDILO YA AL**

+598 9255 2300

+598 9877 5032

@vina\_eden

info@vinaeden.com

www.vinaeden.com

(Kosher leMehadrin lePésaj)

Bajo supervisión del  
Rabino Eliezer Shemtov Uruguay

**VIÑA EDÉN**

 **HAPPY**

*Hanukkah*

  
**Cantegrill**  
JOYAS

#TRASCENDIENDO  
GENERACIONES



# Camp Gan Israel 2025

4 a 8 años

3 al 14 de febrero | 14.00 a 18.00 h

Por mas información: [silvia@jabad.org.uy](mailto:silvia@jabad.org.uy) - 096 116 000



**DONDE USTED  
ENCUENTRA TODO  
EN ARTÍCULOS  
IMPORTADOS Y  
MUCHO MÁS**

Gorlero 1011  
Tel.: 4248 8021  
Cel.: 094 100 145  
@elquijote\_punta  
Punta del Este



## COMPROMISO Y FE

Desde los acontecimientos amargos sufridos por nuestros hermanos y hermanas en Israel el año pasado, no paramos, judíos en todo el mundo, de pensar en ellos y en hacer lo que se pueda para ayudarlos y mandarles fuerzas, como sea.

Desde acá, Jabad Uruguay, iniciamos distintas iniciativas comunitarias y personales, para traer más luz a nuestros hermanos en cuatervierio, sus familiares que los esperan en casa, los demás judíos en Israel que viven bajo fuego y los soldados que ponen sus vidas para protegerlos a ellos todos.

Desde colocación de Tefilín masivas aquí, a obsequiar ya tres pares de Tefilín a soldados. Desde repartir miles de velas de Shabat a mujeres y niñas en nuestra comunidad, a enviar camisetas de fútbol firmadas para niños afectados por la guerra y soldados allí a quienes este mimo les puede traer una sonrisa. Desde mandar cartas, chalecos antibalas y más cosas a soldados allí, a recibirlos aquí en comunidad cuando nos visitaron.

El 7 de octubre este año llevamos a la Embajada de Israel una Torá (ver pág. 40) y escribimos allí, junto a la Sra. Embajadora Mijal Hershkovitz, letras en mérito de los secuestrados, los asesinados y los soldados, que estén bien.

Nos encontramos unos días antes con los liberados rehenes, Luis y Clarita, rehenes liberados de los túneles de Gaza que nos visitaban desde los túneles de Gaza, a quie-



nes les hicimos obsequios de una Mezuzá y un libro, y unos días después, en Iom Kipur, lanzamos "Proyecto 7.10" en bendita memoria de 10 de las almas arrancadas aquel día negro. Ver más en: [onemitzvah.org/107](http://onemitzvah.org/107).

Y dos semanas después, para Sheminí Atzérret, el primer Iortzait - aniversario judío- inauguramos una cortina especial para el Arón Hakódesh de Nuestro Shil, con los nombres de los más de 1500 kedoshim de Sheminí Atzérret 5784, dedicada por la familia Kaplan.

¡Esperamos que muy pronto podamos compartir solo buenas noticias en general, y sobre la situación en Eretz Israel en particular!



## JUGAR Y APRENDER

El Rebe, que su mérito nos proteja, enfatizó repetidamente la importancia central de la educación para los niños, tanto desde un punto de vista espiritual como práctico. Según sus enseñanzas, la educación no sólo debe ser un medio para adquirir formación académica, sino, sobre todo, un proceso para desarrollar el carácter moral y los valores fundamentales que guiarán al individuo a lo largo de su vida.

Estamos convencidos de que el aprendizaje y el disfrute deben ir de la mano, especialmente en los primeros años de vida. En Jabad el aprendizaje no sólo es una actividad para adquirir conocimientos, sino una experiencia que inspira alegría, entusiasmo y propósito en la vida.





## EMISARIOS JÓVENES

Siguiendo el éxito del grupo de "bajurim", estudiantes rabínicos, que nos visitaron tres semanas en el comienzo de julio, tuvimos el placer de contar con un excelente grupo de bajurim que nos acompañó hasta Simjat Torá, aportando desde su lugar a nuestra comunidad, que se vio privilegiada por tenerlos. Visitaban casas, estudiaban y compartían enseñanzas con grupos y con individuos, organizaron charlas, farbrénguens y hasta partidos. Tanto jóvenes universitarios, adolescentes en Marincho (o la icancha!), empresarios, comerciantes en Arenal Grande, familias y los amigos del Minián de Jabad, jóvenes como no tan jóvenes, se enriquecieron con la presencia de Iosi, Shúa, Alter y Doivber.





# HAJNASAT SÉFER TORÁ

El 10 de octubre se llevó a cabo en Nuestro Shil un evento especial: La finalización e inauguración de un nuevo Séfer Torá, en bendita memoria del bebé, Shlomo Menajem Mendel Z"l, Nicolosi, dedicado por sus padres David y Yael שיחי, y su familia.

Un evento muy emocionante, para todos, que combinaba la alegría y esperanza generada por la escritura de este nuevo Séfer mientras al mismo tiempo la sensación del vacío y dolor generados por la partida prematura de Salo Z"l.

La ceremonia comenzó en una carpa montada en el predio de Jabad con la escritura de las últimas letras por familiares y amigos de los Nicolosi como también miembros de toda la comunidad judía del Uruguay, quienes abrazaban y celebraban junto a ellos en este momento tan especial. Al concluir la escritura de la letra final, se alzó el flamante rollo, se vistió y coronó, y se desfiló con una jupá con música por la calle hasta la entrada a su nuevo hogar, el Shil por Guayaquí, donde lo esperaban sus nuevos compañeros: los Sifrei Torá de Nuestro Shil. Y allí bailamos con hakafot, música, lejaim y alegría hasta que todos partieron a sus casas con un pedacito de la tela con la que se confeccionó el manto del "Séfer Torá de Salo".

Deseamos a la familia Nicolosi que Hashem les dé siempre salud, felicidad y najes verdaderos, irradiando y compartiendo con más y más personas la luz especial del pequeño - gran - Shlomo Menajem Mendel Z"l.



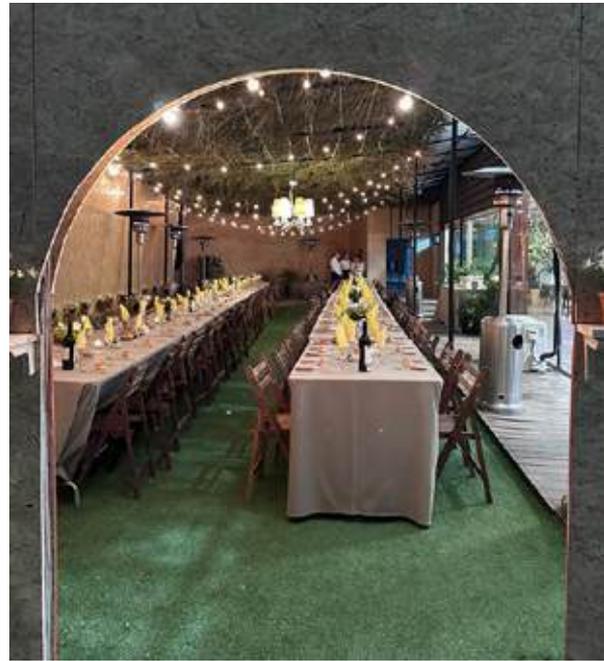


# UN TISHREI LLENO DE LUZ

El hecho de que no hay fotos de todo lo que se vivió en este mes de jaguim, ya que la Halajá no siempre lo permite, expresa la realidad de que es muy difícil de describir, si no imposible, lo que se sintió y vivenció en Rosh Hashaná, Iom Kipur, Sucot y Simjat Torá en Nuestro Shil.

Ver un Shil colmado en cada oportunidad de hombres, mujeres, jóvenes y niños, de todas las edades, disfrutando y aprovechando al máximo cada instancia de rezo, charla y celebración, nos deja el corazón lleno de agradecimiento a Di-s y a cada integrante de esta maravillosa comunidad, como también a todos quienes aportaron para que se haga posible recibir a todos y darles lo mejor - cómo lo hicimos.

Al finalizar Iom Kipur, cada familia recibió de obsequio un hermoso libro: *Tiempo de Sanar*, donado por las familias **Grobert**, **Lissman** y **Sasson**. Como ya es tradicional, la Sucá Móvil hizo sus vueltas por toda la ciudad, ofreciendo a cientos la oportunidad de cumplir con los preceptos de Sucot.





## CELEBRACIONES

Celebrar los momentos de alegría en comunidad, siempre es algo muy especial y seguimos teniendo la bendición de poder acompañar a las familias que nos eligen para compartir sus celebraciones en el ambiente cálido, íntimo y alegre que “Nuestro Shil” siempre ofrece. Además disfrutamos juntos, no sólo la instancia de la fiesta, sino cada encuentro durante todo el proceso de preparación para ese momento clave en la vida judía de cada familia, niño, niña, padre y madre o pareja de novios, que Jabad ofrece. Este año sumamos un curso especial grupal para novios y novias que ya varias parejas están disfrutando. Pronto les compartiremos más información. Mazal Tov especiales a las familias: **Brenner Wolf, Trías Igelka, Sabaj Itman y Petcho Szabo.**



## TIEMPO DE MUJERES

¿Qué mejor que juntarse entre amigas para disfrutar de un encuentro que nutre tanto al alma como al cuerpo, a la mente como al corazón?

Este año las mujeres tuvieron, además de los shiurim semanales en Nuestro Shil los Shabat (sábados) al mediodía, el encuentro con las Rabaniot de Montevideo en la Sucá de Jabad, también tuvieron un encuentro mensual, donde aprendieron sobre los sueños, supersticiones y demás según el judaísmo en clases muy interesantes y enriquecedoras a cargo de la Rabanit Musya Shemtov.





# PRESENTAMOS... ¡EL DOMO!

Un espacio nuevo, hermoso, firme pero artesanal, profesional pero cálido, cerrado pero abierto, que jugará un rol único en nuestra comunidad.

Teniendo en cuenta que hacía falta un lugar donde albergar las distintas actividades semanales, mensuales y anuales para niños, y generar nuevas, en un espacio seguro pero vinculado a la naturaleza, que inspire ganas de ser parte y crecer en un ambiente sano - en todo sentido, es que con mucho amor y dedicación, la familia **Jakter Avayú Lempert Deutsch** dedicó este espacio para "honrar a sus abuelos" con el deseo y convicción de que "el domo" sirva para "guiar a los niños del futuro en el camino de la educación judía y la vida en familia."

Si bien se llevará a cabo una inauguración después de las vacaciones, el domo ya se vio repleto de vida desde que se abrieron sus puertas para Rosh Hashaná este año.

Estamos convencidos de que esta nueva pieza en la construcción de la comunidad judía del Uruguay, será una bendición para cada integrante de ella, y en especial, nuestros niños!

Agradecemos y bendecimos también a las familias, **Ascher, Lempert y Singer** por su apoyo a este magnífico proyecto.





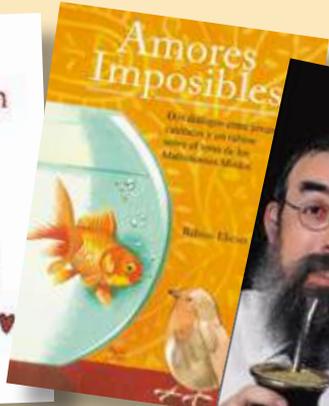
# Cteen: MI SEGUNDO HOGAR

"Cteen no para." "Marincho siempre está lleno". "Gracias por estar allí por nuestros hijos!" "Lo que faltaba en la comunidad!" Son algunas de las frases que nos llegan, y que quizás escuchaste al pasar, de algún familiar o amigo. Porque es verdad.

Día a día, nuestras áreas de juventud "Cteen" (para adolescentes) y "Meirim" (para universitarios) trabajan para que cada joven judío uruguayo tenga un lugar donde sentirse en casa, disfrutar, aprender y crecer. Fuera de los jaguim, cuando se les brindó actividades previas y durante, para aprovecharlos bien, todos los días, entran y salen de "Marincho" (la casa joven de jabad) chicos y chicas de todas las edades que encontraron allí su lugar. Juegos, meriendas, estudio, voluntariado, asados, manualidades, co-working y lo más importante, un lugar de contención, es lo que reciben - y dan nuestros futuros líderes judíos.

En verano, abrirá "Marincho Punta" como hace ya varias temporadas, y tres grupos de jóvenes viajarán, DM, a Israel y EE.UU. en viajes educativos. No por nada una madre nos dijo: gracias a Di-s existe Cteen en Uruguay. Y no lo creemos; lo sabemos.





**SIEMPRE ES  
UNA BUENA  
IDEA REGALAR Y  
REGALARSE  
UN BUEN LIBRO**

Adquiéralos en:  
<http://surl.li/wgedfm>



Jabad  
Uruguay



JUEVES **26 de DIC** 2024

PLAZA TROUVILLE



Sufganiot



Sevivonim



Janucá Guelt



Kits de Janukiot y Velas

**Encontrá una Menorá Pública también en:**

- World Trade Center
- Hebraica y Macabi
- Aeropuerto de Carrasco
- Hogar Israelita
- Barrio S. Nicolás
- Fresh Market Punta Carretas
- Montevideo Shopping
- Tienda Inglesa de Benito Blanco
- Embajada de EE.UU
- Aeropuerto Laguna del Sauce

TE INVITO AL  
ENCENDIDO 5785  
DE LA MENORÁ  
PÚBLICA

ACTO CENTRAL  
29 DIC 2024  
20 HORAS

PLAZA DE LA  
BANDERA

(FRENTE A LOS DEDOS)

PUNTA DEL ESTE

UN EVENTO PARA TODA  
LA FAMILIA





FG

# Fantasy Garden

**SALÓN DE EVENTOS  
BURCATOVSKY CATERING**

**UN LUGAR EN LA CIUDAD CON UN  
ENTORNO NATURAL PARA FESTEJAR**

**091 258 258**

**JAG JANUCÁ SAMEAJ**

**CON SERVICIO KASHER BAJO SUPERVISIÓN DEL RABINATO DE LA KEHILÁ**