

Selección de Artículos para

# PESAJ





#### INDICE:

- p. 2 ¿Por Qué Celebrar con Hierbas Amargas?
- p. 5 Mi Cable de iPod Perdido
- p. 6 ¡Deja Ir a mi Pueblo! ¿Adónde?
- p. 8 De Padre a Padres Una Carta de Pesaj
- p. 10 La Magia de Pesaj
- p. 11 Planeando tu Seder Familiar
- p. 13 Aire Caliente
- p. 15 El Plato de Seder Enterrado
- p. 17 Mi Faraón
- p. 18 La Hagadá, Gratitud en Acción
- p. 20 Encontrando Libertad

Este documento contiene el Nombre de Dios. Por favor tratarlo con el debido respeto.



Por Sara Yoheved Rigler

## Sí, es verdad, Dios nos sacó de Egipto... ¡pero Él nos puso ahí en un principio!

Moisés, quien sacó a los israelitas de Egipto, estaba obsesionado con el sufrimiento. La primera declaración de la Torá sobre Moisés adulto es: "Moisés creció y salió hacia sus hermanos y vio su sufrimiento..." [Éxodo 2:11] Moisés no se aventuró hacia afuera del palacio del Faraón en una misión de búsqueda de información. De acuerdo al comentarista clásico Rashi, Moisés salió para

contemplar el sufrimiento de los esclavos: "Dirigió sus ojos y su corazón para sentir dolor por ellos".

Moisés, mimado por una educación en un palacio, no podía tolerar atestiguar el sufrimiento infligido sobre los esclavos hebreos. Cuando vio a un capataz egipcio golpeando a un hebreo, intercedió y mató al capataz. Al día siguiente, en lugar de relajarse en el palacio y felicitarse por un trabajo bien hecho, estaba de nuevo atraído hacia la escena del sufrimiento israelita.

De acuerdo a la tradición judía, Moisés es el autor del Libro Bíblico de Job, el texto clásico que lidia con la pregunta de por qué sufren los justos. Esta pregunta es esencialmente judía, dado que asume que la vida no es azarosa, que no está sujeta a los caprichos del destino, que hay un Dios de justicia y misericordia que está dirigiendo el asunto. Quizás es por eso que Moisés, quien experimento la revelación Divina directa más claramente que cualquier otra persona en la historia, estaba tan preocupado por el sufrimiento. Sabía que Dios nunca infligiría dolor gratuito.

El Libro de Job descarta las muchas explicaciones ofrecidas por los amigos de Job, incluyendo el argumento de que todo el sufrimiento es un castigo por el pecado. Al final, Dios mismo le habla a Job. Pero en lugar de darle respuestas, le presenta preguntas, preguntas que señalan la insignificante escala del entendimiento humano en comparación a la infinitud Divina. En lugar de responder la pregunta de por qué sufren los justos, el Libro de Job afirma que este enigma cósmico no puede ser comprendido completamente por seres mortales.

La Torá relata que Moisés, el más humilde de los seres humanos, le hizo a Dios un pedido lleno de desfachatez. Pidió: "Hazme conocer Tus caminos" [Éxodo 33:13]. Rashi cita el Talmud, de que Moisés estaba preguntándole a Dios por qué permite que los justos sufran y que los malvados prosperen. Dios respondió: "No podrás ver Mi rostro, pues ningún ser humano puede ver mi rostro y vivir". En cambio, Dios hace una concesión mística. Pone a Moisés en la grieta de una roca mientras Su gloria pasa sobre él, y luego le permite ver Su espalda. Una de las interpretaciones: En retrospectiva, a veces



podemos ver los resultados saludables del sufrimiento, pero no desde el frente, cuando todavía está ocurriendo. No mientras los humanos "viven" en este mundo material y limitado.

#### Pastel de Calabazas con Rábano Picante

Imagina una mesa de acción de gracias en un lugar típico. La familia se ha reunido alrededor de ella para celebrar la supervivencia de los Peregrinos a través de su primer escabroso invierno en el nuevo mundo. Allí, junto al pavo y la salsa de arándanos, hay un bol con nieve, simbolizando el frío feroz que soportaron los Peregrinos. Junto a eso está el emblema de un cementerio, para recordar los 45 (de los 102) Peregrinos que murieron durante ese primer invierno. Y el pastel de calabaza está adornado con rábano picante para que nadie olvide cuánto sufrieron los Peregrinos.

Nadie estropearía la celebración del día de acción de gracias con los símbolos de sufrimiento, pero esto es precisamente lo que hacemos los judíos en Pesaj. La mesa del Seder incluye: "agua salada" que simboliza las lágrimas que los esclavos hebreos derramaron, "jaroset" simbolizando el mortero utilizado en la agobiante labor de construir, y "hierbas amargas", alimentos para experimentar de nuevo el amargo sufrimiento de nuestros ancestros. Incluso la matzá, "el pan de la libertad", también es aludida como "el pan de la aflicción", la comida de esclavos empobrecidos. La Hagadá, la historia de la redención, dedica largos pasajes a descripciones detalladas de la servidumbre y del sufrimiento en Egipto. ¿Qué clase de celebración de nuestra redención es esta?

De hecho, el Seder refuerza la interrogante que es el enigma de la celebración de Pesaj: Celebramos que Dios nos sacó de Egipto, ¿pero quién sino Dios nos puso en Egipto en primer lugar? Las Diez Plagas tenían el objetivo de enseñarle tanto a los israelitas como a los egipcios que Dios tiene control absoluto sobre la naturaleza y que Dios dirige el mundo minuciosa y detalladamente. Dios podría haber detenido el inmenso sufrimiento de los judíos en Egipto mucho antes de lo que lo hizo. La pregunta empecinada que han hecho los judíos desde la época de

Moisés -¿ Cuál es el propósito del sufrimiento?- revolotea sobre el Seder como una presencia misteriosa.

Claramente, el Seder trata sobre la conexión entre el sufrimiento y la redención. El Seder es la excitante declaración de que la redención es una consecuencia del sufrimiento. El sufrimiento rompe con lo superfluo y superficial, y pone al desnudo lo más importante. Quienes sufren, descubren niveles de fortaleza y trascendencia que no sabían que poseían. Por supuesto, los seres humanos tienen libre albedrío. Una persona puede elegir responder al sufrimiento con amargura y resentimiento. Pero para la persona que elige de otra manera, el sufrimiento puede conducir a la grandeza.

De hecho, los sabios se refieren a los años de tortura en Egipto como el "kur habarzel - el crisol de hierro", empleando la metáfora de la vasija que utilizan los orfebres para refinar la plata. Hace muchos años, un grupo de mujeres estudiando el libro bíblico de Malají se sorprendió con el versículo: "[Dios] se sentará como un refinador y un purificador de plata, y purificará [al pueblo judío]" [Malají 3:3]. Curiosa sobre cómo el proceso de fundido de plata aplica al trato que Dios le da al pueblo judío, una mujer fue a observar a un orfebre en su trabajo.

Mientras el orfebre sostenía una pieza de plata sobre el fuego, explicó que necesitaba sostener la pieza en donde las llamas eran más fuertes, para quemar todas las impurezas. La mujer, recordando el versículo bíblico, le preguntó si tenía que sentarse todo el tiempo durante el cual la plata estaba siendo refinada. El orfebre respondió que no sólo tenía que sentarse y sostener la plata todo el tiempo, sino que también tenía que mantener su cuidadosa atención sobre ella, porque si la plata era dejada en la llama por mucho tiempo, se destruía.

"¿Cómo sabes cuándo está completamente refinada?", preguntó la mujer.

"Es fácil", contestó. "Cuando puedo ver mi imagen en ella".

La metáfora del profeta era clara: Dios sostiene al pueblo judío en la parte más caliente del fuego del sufrimiento



para poder purificarnos completamente, pero está con nosotros durante todo el proceso y nunca quita sus ojos de nosotros ni permite que seamos destruidos. Y la purificación estará completa sólo cuando Dios pueda ver su imagen reflejada en nosotros.

#### ¡No en una Boda!

Mijal Franklin, la hija de nuestros vecinos, fue asesinada en un ataque terrorista. La amorosa y gentil niña de 21 años había terminado su último día de colegio y estaba parada cerca de una parada de ómnibus de Jerusalem cuando fue volada por un terrorista suicida árabe. Hasta ahora, ocho años después, no puedo escribir sobre la muerte de Mijal sin llorar.

Cinco años después del asesinato de Mijal, su hermano menor David se casó. Como invitada a la boda, conocía mi papel: iba a sonreír, actuar felizmente, y bajo ninguna circunstancia iba a mencionar la tragedia familiar. Parada cerca de la jupá durante la ceremonia, fui sorprendida al escuchar que el novio quería hablar. Mientras le llegaba el micrófono a David, todo mi cuerpo se tensionó. Sabía que iba a hablar sobre su hermana asesinada. Cerré mis ojos y emití una plegaria silente: "¡Aquí no! ¡No ahora! ¡No mancilles la alegría de tu boda con la tinta negra de la terrible muerte de Mijal!". Sentí que mis rodillas comenzaron a colapsar, pero era demasiado tarde.

"Quiero mencionar bajo mi jupá a mi hermana Mijal, quien no está aquí a mi lado en este día tan importante. Mijali fue asesinada en un ataque terrorista en Jerusalem hace cinco años. Siento su ausencia".

Ahí estaba: las hierbas amargas en el medio de la celebración de Pesaj. Después que David habló, le devolvió el micrófono al rabino. La ceremonia continuó y concluyó. Luego pasó algo admirable. Una explosión de alegría hizo erupción como un manantial, como viniendo desde la profundidad de la tierra. Terminó siendo la boda más alegre a la que alguna vez asistí. La gente bailaba con exaltación, sonrisas felices iluminaban las caras de todos. El júbilo era palpable. Y el pináculo de la euforia llegó cuando, en el medio del círculo de mujeres, la novia bailó con Sara, su nueva suegra (la madre de Mijali), y

con su madre, una sobreviviente de Auschwitz. Las tres hicieron un círculo de sufrimiento y alegría entrelazados que nos elevó a todos a otra dimensión.

No puedo explicar cómo pasó. Sólo sé que pasó.

#### La Espalda de Dios

El Seder nos enseña que el sufrimiento causa redención. Pero, como aprendió Moisés, sólo podemos ver "la espalda de Dios". Sólo en retrospectiva, con el paso del tiempo, incluso de épocas, el sufrimiento es interpretable, y a veces, incluso no es del todo interpretable en este mundo físico. La mayoría de las madres cuyos bebés fueron brutalmente arrancados de ellas por los soldados egipcios y tirados al Nilo no vivieron para atestiguar el Éxodo de Egipto. Y para aquellas que lo atestiguaron, ¿salieron de Egipto con una sensación de triunfo o con el semblante afligido que a veces reconocemos en los sobrevivientes del Holocausto? Sin dudas, para muchas hizo falta la Partición del Mar y la Revelación en Sinaí para convencerlas de que las profundidades de su profundo sufrimiento las había convertido en el pueblo capaz de experimentar las alturas de la Redención y de la Revelación. Sólo mirando hacia atrás pudieron discernir que el dolor era parte de un proceso purificador y redentor que lo hizo comprensible, y valioso.

Al sentarnos en nuestras mesas del Seder este año, con la perspectiva de más de 3300 años que nos separan del Éxodo, celebramos a la nación judía que nació tanto a través del sufrimiento de Egipto como de los milagros de la Redención. Apreciamos que los dos juntos son los padres que nos engendraron.





Por Sara Debbie Gutfreund

### En Egipto, el pueblo judío estaba colgando de un delgado hilo. También lo estaba yo.

Un día perdí mi cable de iPod. Lo había dejado en la mesa de noche de un hotel, enrollado al lado del teléfono. Pero cuando llamé al hotel, ellos dijeron que no pudieron encontrarlo. Y entonces comencé a entrar en pánico. No podía encontrar una tienda en Israel que vendiera el cable perdido. Ni una sola tienda. Y fue entonces cuando me di cuenta que era adicta a mi iPod. Sin mis clases descargadas no podía hacer ninguna tarea. Sin mis canciones, no podía correr.

Luego me di cuenta del problema más profundo: Estaba todo tan callado, que se podía realmente pensar. Y ya no estaba acostumbrada a pensar mucho. Con una casa llena de niños, un trabajo, y mi rutina diaria de ejercicios, ime las había arreglado para dejar de pensar!

Entonces el hotel llamó para decir que habían encontrado el cable del iPod y que me llegaría en unos cuantos días. Ahí fue cuando me di cuenta que también había creado una vida que tampoco era propicia a la espera. Con todos nuestros mensajes instantáneos, comidas instantáneas y mi personalidad naturalmente impaciente, no me gustaba esperar. Por nada. ¿Cómo iba a soportar el siguiente par de días sin música y sin clases?

Miré a mi iPod sin batería con consternación, y comencé a vivir lo que ahora llamo "síndrome de abstinencia de iPod". Esto se caracteriza por largos periodos de silencio rotos por pensamientos desconocidos y a veces indeseados. Como: ¿Quién soy yo? ¿Estoy cumpliendo lo que me propuse hacer con mi vida? Y si no lo estoy

haciendo, ¿Qué me está deteniendo? Y ¿Si me considero una persona relativamente espiritual, entonces por qué cuesta tanto esperar?

Este pequeño cable puede ser tan pequeño que incluso el personal de limpieza no podía encontrarlo, pero sin él, el iPod no funciona. Y comencé a pensar en cómo este cable es similar a la "conexión con el significado" en nuestras vidas. Por ejemplo, en nuestras relaciones con nuestros esposos e hijos, podemos crear todas las rutinas externas y los accesorios de una casa feliz, pero si olvidamos el propósito más profundo de construir nuestros hogares, entonces comenzamos a sentirnos desconectados. Cuando trabajamos, podemos cumplir toda una lista de tareas, pero si olvidamos porqué estamos trabajando en un principio, entonces todos los proyectos son tan sólo armazones vacíos.

Y al igual que mi pequeño cable de iPod, los objetivos más profundos detrás de nuestras acciones difícilmente pueden ser vistos. Son muy sutiles y necesitan reexaminación constante. ¿Quiénes somos? ¿Por qué estamos vivos? ¿Qué clase de hogares estamos intentando construir? ¿Hacia dónde vamos? La respuestas a estas preguntas le dan vida a todo lo que hacemos, y reexaminarlas es crucial para recargar nuestras vidas.

#### La Conexión de Pesaj

En Egipto, el pueblo judío se había hundido y había llegado al último nivel de desconexión, el 49avo nivel de impureza. Pero aun existía ese pequeño y casi invisible cable de significado. Cuando llamamos a Dios con todo nuestro corazón para que nos salvara, esa última línea de conexión recargó nuestras almas. En un nivel muy profundo nosotros aún sabíamos quienes éramos y hacia dónde queríamos ir. Ni siquiera sabíamos las palabras con las cuales expresar nuestro anhelo, pero sabíamos lo suficiente como para llorar. Sabíamos que debíamos pedir por la reconexión. Sabíamos que el dolor más grande era la distancia del significado, y por eso emitimos un rezo sin palabras para ser reconectados con nuestros destinos verdaderos.



Desde que nació mi primer hijo hace muchos años, pienso en la noche del Seder como en los embriagadores momentos que vienen justo después del parto. (Después de todo, los Sabios explican que nuestros años en Egipto fueron como un embarazo, y el éxodo fue el nacimiento de la nación judía). Podemos sentir la libertad de alguien que pacientemente se ha aferrado a ese cordón umbilical de conexión incluso en el oscuro y silencioso vientre. Sostenemos al bebé por el cual sufrimos, y nos damos cuenta de que nuestro dolor no solamente tuvo un significado, sino que valió la pena cada segundo de incomodidad.

En la noche del Seder sostenemos un cable que recarga nuestras vidas mientras hablamos sobre nuestras propias redenciones personales. Vemos como cada experiencia en nuestra vida fue una parte crucial para nuestro crecimiento. Nos damos cuenta de que cada detalle en nuestras vidas tiene un propósito y nos acerca más a la meta.

Lo que recuerdo más claramente de los Sedarim en mi infancia es la forma en que toda mi familia se encendía cuando llegábamos a la canción "Dayeinu". Cuando yo era pequeña siempre pensé que la razón por la que todos disfrutaban de esa canción en particular era porque tenía una melodía tan pegajosa. Pero a medida que comencé a entender la letra, me di cuenta que mis abuelos y bisabuelos estaban enfocados en el significado de la canción. Ellos se sentaban alrededor de la larga y hermosa mesa cubierta con un mantel blanco, y sus caras brillaban de alegría. Si Él tan sólo nos hubiese sacado de Egipto, hubiera sido suficiente. Si Él tan sólo nos hubiese dado Shabat, hubiera sido suficiente... todo es suficiente.

No podía entender el brillo en los ojos de mi abuela mientras cantaba esas líneas, porque no veía como podría haber sido suficiente para Dios solamente habernos sacado de Egipto. ¿Por qué era suficiente? Pero cada año, entendía esas palabras mejor. Si estamos profundamente conectados con nuestros objetivos finales, entonces cada experiencia que tenemos es en sí misma suficiente. Incluso si no podemos ver el siguiente paso en nuestro camino podemos apreciar el significado de donde estamos ahora. Y en los momentos oscuros y silenciosos

cuando estamos perdidos y confundidos, podemos recordar que incluso si nos alejamos tan sólo un paso más allá de nuestras propias limitaciones, eso es suficiente para comenzar el proceso de recargar nuestras vidas.



Por Emuna Braverman

# La libertad física no es suficiente. Pesaj nos brinda la oportunidad de "libertad con un objetivo".

Todos reconocemos el peligro de sacar las cosas fuera de contexto. Apuesto a que todos hemos tenido la experiencia personal de haber sido citados de manera incorrecta – ya sea ante un amigo (comenzando de esta manera una pelea), o en una entrevista en un periódico, etc. Es difícil confiar completamente en lo que lees. ¡Lo más gracioso que escuche últimamente fue un beisbolista quejándose de que estaba mal citado en su propia autobiografía!

Aún si la cita es precisa, puede estar fuera de contexto, y esto la distorsiona completamente.

Con respecto a Pesaj, las palabras de Dios también han sido sacadas de contexto, dando una imagen distorsionada sobre la festividad.

A todos nos suena familiar el grito de socorro de Moisés "Deja ir a mi pueblo". ¿Pero cuántos de nosotros sabemos que en realidad no son sus propias palabras? ¡Son las palabras de Dios! Y más importante aún, ¿cuántos de nosotros conocemos el resto de la cita?



Dios le ordenó a Moisés que le dijera a Paró: "Deja ir a mi pueblo para que Me sirvan". No sólo "deja ir a mi pueblo", sino deja ir a mi pueblo con un objetivo.

Y no cualquier objetivo, sino que servir a Dios.

Pesaj no es un grito de socorro para todos los pueblos oprimidos del mundo. No es sobre el "cordero liberado" (como dice una Hagadá que vi), sobre feminismo ni sobre los iraquíes. La opresión es una cosa terrible y deberíamos trabajar definitivamente para luchar en su contra, pero no es sobre lo que trata Pesaj.

Pesaj es sobre el pueblo judío forjando una relación con Dios. No es sobre libertad física. La libertad física es sólo el prerrequisito. Como lo señaló Abraham Maslow al discutir la jerarquía de necesidades del hombre, necesitamos que nuestras necesidades físicas sean atendidas antes de que podamos explorar con más profundidad.

El objetivo es la libertad sicológica y espiritual que conduce a la habilidad individual y colectiva de consagrarnos a Dios. Alguna gente puede alcanzar esta libertad aún mientras están esclavizados – Natan Sharansky aprendió hebreo en una celda de la KGB – pero la mayoría de nosotros necesitamos primero libertad física. En Pesaj, celebramos el regalo de Dios de la libertad que nos da la energía y la motivación para crecer espiritualmente. Una vez que se logra la libertad física, comienza el trabajo real.

Hay una generosidad particular en este regalo. La libertad sin objetivo nos deja confundidos. A veces un criminal liberado vuelve a la cárcel, algunos rusos han vuelto a la ex Unión Soviética. Sin un objetivo, no sabemos qué hacer con nuestra libertad. Sin un objetivo, el aprisionamiento puede ser más cómodo. Demasiadas alternativas y opciones pueden abrumarnos. A pesar de que decimos que la libertad de la dictadura egipcia hubiese sido suficiente (¡dayeinu!), el verdadero regalo que Hashem nos dio es el objetivo de nuestra libertad, un objetivo que es un fin. Queremos utilizar nuestra libertad para servir a Dios.

En Pesaj queremos liberarnos de los impedimentos sicológicos en nuestra relación con Dios. El Jametz, la levadura, representa uno de esos obstáculos –está hinchado, inflado, como nuestros egos— y nuestros egos se interponen en el camino de todas nuestras relaciones, evitando que pongamos las necesidades de los demás en primer lugar o que nos subyuguemos a un poder más elevado.

Y también hay otros obstáculos que nos impiden ser verdaderos con nosotros mismos y con nuestra gente. Quizás sea el deseo de la aprobación de los demás, quizás sea nuestra necesidad de cierto estatus o de seguridad financiera, quizás es nuestro impulso por lograr cosas. Todos tenemos alguna combinación de obstáculos.

Como con cualquier cambio, necesitamos comenzar lentamente. Por muchos años trabajé en reconocer que no estoy en control y en relajarme. Pero ha sido difícil abandonar la ilusión. Finalmente me dije a mí misma: "esto no me está llevando a ningún lado, trataré algo más pequeño en donde exista una posibilidad real de tener éxito". Entonces traté de trabajar en no preocuparme por mi peso (¡No sé porqué pensé que existía una posibilidad de tener éxito!) y me encontré con el fracaso de nuevo.

Pero al igual que el pueblo judío resistiendo años de esclavitud tormentosa y perseverando mientras vagaban por el desierto, yo no he renunciado. Sé que hay muchos asuntos que se interponen en el camino de alcanzar mi potencial. Si me preocupo por lo que la gente dice de mí, quizás seré transigente en mi relación con Dios. Si me preocupo por mi estatus financiero, quizás tomaré decisiones no éticas o le enseñaré a mis hijos lecciones perniciosas. Si me enfoco en mis logros, perderé de vista la Fuente de todos mis talentos.

Voy a enfocarme en la gratitud – que todo lo bueno que tengo en mi vida proviene de Dios, lo que a su vez, me inspirará a querer servirle con más devoción. Con tantas guerras en el mundo y con gente viviendo en la miseria y bajo dictaduras crueles, es un buen momento para



apreciar lo que tengo. Después de todo, eso es exactamente de lo que trata la canción Dayeinu.

El objetivo de Pesaj es liberarnos de esos impedimentos para que podamos desarrollar con todo nuestro corazón nuestras relaciones con los demás y con Dios para que podamos vivir de acuerdo nuestras creencias. "Deja ir a mi pueblo" es un comienzo importante. "Para que Me sirvan" es el destino definitivo. Si podemos enseñarnos a nosotros mismos y a nuestros hijos una sola cosa sobre Pesaj este año, entonces, enseñemos su verdadero objetivo.



Por Rav Yaakov Salomón

En un mundo dominado por la abundancia de distracciones, Pesaj les brinda a los padres una oportunidad para conectarse con sus hijos en una manera sumamente significativa y mágica.

Yo asumo que:

- 1. Ustedes aman a sus hijos.
- 2. Sólo quieren lo mejor para ellos.
- 3. Cuando ellos están felices ustedes se revitalizan.
- 4. Cuando ellos están deprimidos, en una rutina, o confundidos, ustedes se preocupan, posiblemente hasta pierden el sueño.
- Desearían poder hacer más por ellos, mejorar la relación que tienen, pero no saben cómo, o nunca encuentran el tiempo para hacerlo.

Si no se sienten identificados con estas cosas, entonces pueden cerrar esta página y volver a sus iPods o a sus ensaladas.

Pero si estos supuestos son correctos, entonces, quiero compartir un mensaje que no es ni nuevo ni revolucionario, pero es un importante recordatorio que todos podemos utilizar.

Nuestros hijos están creciendo en un mundo muy, muy loco. Todos lo sabemos. Es un mundo en donde bien y mal parecen ser sinónimos, en donde hay más matrimonios que se disuelven que los que perduran, en donde las adicciones son normales, en donde no puedes esperar en la cola del supermercado o escuchar la radio sin sonrojarte, y en donde la gente utiliza Internet para alquilar sus frentes como espacio publicitario. Y en el medio de esta porquería estás intentando criar niños sanos, felices, productivos, NORMALES. ¡Buena suerte!

Cuando son niños, eliges con mucho cuidado sus escuelas, sus amigos, sus ropas y su música. Los llevas al parque (menos a menudo de lo que deberías) y los vendas y abrazas cuando se caen. Y esperas lo mejor. Puede que hasta reces un poquito... sólo por si acaso. Pero no son niños por mucho tiempo, ¿cierto? No, ya no. Tu espacio para la influencia efectiva está disminuyendo rápida y firmemente.

En resumidas cuentas. ¿Qué puede hacer una madre (o un padre)? ¿Qué puedes hacer para que sus aritos permanezcan en sus lóbulos, sus corazones en lugares sagrados, y sus valores intactos?

La respuesta es, en parte, Pesaj.

Más que ninguna otra festividad, Pesaj es para los niños. Les brinda a los padres una oportunidad de conectarse con sus hijos de una manera sumamente significativa y mágica. Es una oportunidad que no quieres perderte.

Más allá de tu nivel de interés, observancia o compromiso, es muy probable que vayas a un Seder (quizás a dos, a menos que residas en Israel). De alguna



manera el Seder, a través de los años, se ha convertido en el emblema de la judería occidental. El Seder es lo único que queda. Si eres judío, vienes. Se ha convertido en la insignia del Club Judío. Puedes gruñir y lamentarte, puede que le tengas pánico y que te irrite, pero se siente mal si no vas. Por lo tanto, vas.

Y si vas todos los años a lo de tu abuela o a lo de tu tía con una cara que dice: "Voy a hacer de esto lo mejor que pueda", estás en buena compañía. Ese es el mantra de la mayoría. Es una pena.

Existen Sedarim de todas las formas, tamaños y coreografías, de largos a más largos, animados con canturreos, significativos con debates. Por ahora, tú sólo sigues la corriente. Entiendes poco, tu reloj parece necesitar con desesperación una pila nueva, y estás contento de que por fin te acordaste de comer antes de venir. ¿Pero adivina qué? No tiene por qué ser así. Este año, puedes dejarle la amargura a las hierbas. En serio.

¿Mi consejo? Pon tu fatiga, tu apatía y tu aburrimiento a un lado y enfócate en los niños. Haz que sea su noche... una noche que puedan y deberían recordar. Dedícales esas pocas horas enfocándote en sus necesidades, en sus intereses y en sus ideas. Dependiendo de su edad, por supuesto, hay innumerables maneras de estimularlos. Escucha sus preguntas y hazles otras. Cuéntales historias y observa sus expresiones. Valora toda observación y deléitate en su asombro.

Como ocurre con cualquier esfuerzo, gran parte del éxito de esta operación depende del nivel de tu preparación y de tu inversión. Si esas dos palabras te asustan, con certeza eres normal. Yo sé. Las inversiones siempre deben ser planeadas con el cuidado apropiado y la preparación será buena siempre que no hayas tenido que prepararte para ella. Pero en un mundo dominado por la diversidad de las distracciones, los niños están simplemente muriendo por un poco de atención. Y si no la obtienen de ti, la encontrarán en otro lado – casi siempre en lugares que te espantan.

Entonces la clave es la preparación. Lee una parte de la Hagadá en español unos días antes del Seder. Haz una

lista (bueno, una lista mental) de preguntas que tienes sobre ella. Estudia un comentario sobre el mismo tema – hay literalmente miles (¿alguien dijo Google?). Llama a un tío y pídele que te cuente una historia del Seder de antaño del abuelo. Encuentra un sitio de internet (como aishlatino.com y otros) que ofrecen una gran cantidad de ideas, recetas y actividades prácticas que pueden mejorar la experiencia del Seder de Pesaj de tus hijos.

Pesaj posiblemente celebra el evento más trascendental de la historia judía – la liberación del pueblo judío de la esclavitud en Egipto. ¡Este evento es tan grandioso que Dios lo utiliza para identificarse a Sí mismo en el primero de los Diez Mandamientos! Yo soy el Señor, tu Dios, Quien te sacó de la tierra de Egipto, de la casa de esclavitud. Al no utilizar la descripción más obvia de que Él es el Creador del mundo, Dios declara en ese momento y para toda la eternidad que Él es mucho más que el arquitecto del universo. Está, de hecho, involucrado en el destino diario de Sus creaciones. Ahora, ese es un mensaje poderoso para darle a todos los que están sentados alrededor de la mesa del Seder.

Mi suposición (esperanza) es que los beneficios y el disfrute que esta dedicación y esta preparación generarán serán tan grandes que decidirás extenderlos durante todos los días de Pesaj. Es el momento perfecto para tomarse un poco de tiempo libre de tu trabajo e invertir en tus hijos. Hoy en día le llamamos 'hacer lazos'. Visiten un parque, un museo, o un asilo de ancianos. Hagan algún truco viejo, pasen una hora construyendo algo de yeso, de vidrio, o de lo que se te ocurra, u horneen una torta de Pesaj para ustedes y para el abuelo.

Por generaciones, tus ancestros entendieron que el lazo creado en Pesaj es una inversión única e invaluable.

Utilizalo al máximo.

Tus hijos te amarán por ello.





Por Yael Zoldan

### Pesaj está llegando y yo perdí de vista lo más importante.

Cuando llega la primavera comienzo a mirar con el ceño fruncido el interior de los armarios y debajo de las camas. "Pesaj está llegando", murmuro para mí misma, y suspiro.

"Pesaj está llegando", repito, "y tengo más trabajo de lo que un ser humano podría llegar a hacer". Luego suspiro de nuevo, dramáticamente.

Ni siquiera percibo a mi hijo, que ha estado observándome, hasta que lo escucho decir: "Bueno, al menos ya no estamos en Egipto. ¿No es cierto, mamá?".

Lo miro por un segundo, avergonzada por lo que acaba de presenciar. Pesaj está llegando y yo perdí de vista lo más importante.

En el pasado, cuando tenía su edad, antes de saber sobre limpieza, cocinar e ir de compras, Pesaj era un tiempo maravilloso. La casa estaba fregada e inmaculada y se sacaban los platos de una-vez-al-año. Los utensilios se pulían tan brillosos que podía ver mi reflejo al revés en las cucharas. En la cocina había galletas de bizcochos, tortas de nuez, chocolates y merengues. En la mesa, mi Hagadá artesanal saldría finalmente de su bolsa plástica. Yo me estremecía por la excitación.

El Seder era mágico. Quedarse despierta hasta tarde, comer con los adultos, todos los ojos sobre mí cuando cantaba "Ma Nishtaná". Por una vez, a nadie le molestaban mis preguntas constantes. Nadie me callaba, o me susurraba: "Más tarde querida". Por una vez, toda

pregunta era importante, toda respuesta era bien pensada. Bebía de una copa de plata, como mi padre, como mi abuelo. ¡Sumergía mi dedo meñique en el jugo de uva diez veces y nadie me frenaba! Incluso cuando derramaba, recostada sobre mi almohada, a nadie le importaba.

Mi padre se veía majestuoso con su larga bata blanca, su kitel. "Ha Lajmá Anía, Este es el Pan Pobre", entonaba y yo sentía un escalofrío bajando por mi columna vertebral. ¿Cuántos padres por cuántos años han dicho estas mismas palabras? ¿Cuántos niños se han sentado igual que yo, con los ojos abiertos, maravillados y escuchando? ¡Y la historia! Había héroes y villanos, reyes y esclavos. Mi mente se arremolinaba con la magia que había en todo.

El maror en mi matzá era amargo y picante. Sabía que lo sería porque me había parado junto a mi padre cuando lo rallaba a mano en un bol. Él usaba antiparras y aún así las lágrimas fluían por su cara. Pero en el Seder, él siempre me daba el doble de dulce jaroset de nuez que de maror, y me guiñaba el ojo cuando lo pasaba.

Luego tomábamos sopa de pollo caliente y carne hervida y kugels. Yo tragaba con dificultad esperando por el afikomán. ¡Qué alegría! ¡Qué poder asombroso en las manos de una niña de ocho años! ¡Pedir lo que quisieras, lo que sea! En ocasiones me excitaba tanto que no podía pensar en nada para pedir. Y además, ¿Qué más podía querer que este momento y esta noche?

Pero la mejor parte era invitar al profeta Eliahu. Yo respiraba hondo y abría la puerta. Afuera, la noche era negra y silenciosa. Pero yo creía que sentía una brisa y que su espíritu entraba. "¡Baruj Habá! ¡Bienvenido!" gritábamos y mirábamos el vino brillando en su copa.

Para entonces, mis ojos se cerraban y yo me recostaba sobre el hombro de mi madre. "¡Leshana Habá Birushaláim, el año que viene en Jerusalem!" cantábamos y ¡Shoin! ¡Shoin! ¡Shoin! ¡Ahora! ¡Ahora! ¡Ahora! Golpeábamos nuestros puños contra la mesa, con tanta autoridad que sabía que el mesías escucharía y vendría. ¡Hoy a la noche!



¡Qué afortunada me sentía de ser judía en las noches del Seder! Saber que la historia había ocurrido para mí. Los sapos, los piojos, la oscuridad y la furia de Dios cayendo sobre sus cabezas sólo para que yo pudiera estar sentada aquí esta noche, en mi bata de terciopelo castaño, y hacer las preguntas y escuchar las respuestas. Sólo para que pudiera escuchar cómo los malos fueron castigados y los buenos fueron salvados y vivimos para contar la historia y esperar a que el Mesías nos redima de nuevo.

Pero llegó la mañana siguiente y no vino. Y pasaron los años y todavía no ha venido. Y yo me puse a hacer el trabajo pesado de mover el refrigerador y de revestir los cajones y de fregar la cocina. ¿Cuándo dejé de esperar? ¿Cuándo dejé de querer? En algún punto del camino me olvidé del objetivo. Perdí la magia.

Me olvidé cómo se sentía saber que éramos elegidos. Que una nación pequeña y combativa fue cogida por la mano de Dios para ser Sus preciosos hijos. Que seguimos a Sus mensajeros y que dejamos el único hogar que conocíamos por la promesa de algo mejor. Que el humilde judío en Egipto, pobre, esclavizado, abatido, creyó de alguna manera que podía ser grandioso, que con Dios de su lado podría elevarse de nuevo.

En el trabajo pesado de nuestras vidas, en el caos y la confusión de nuestra cultura, me olvidé que nosotros también podemos elevarnos, si tan sólo creemos que Dios está de nuestro lado. Que también somos elegidos, que todavía somos especiales. Me olvidé. Ahora miro hacia atrás, hacia los tiernos ojos de mi hijo y todo vuelve a mí. No se trata de limpiar la cocina, es sobre contar la historia. Es sobre el milagro y la magia. Entonces, este año decido que dejaré de suspirar. Vendré a la mesa con los ojos abiertos de nuevo de par en par y escucharé la historia que se renueva cada año gracias a nuestros hijos, escucharé sus preguntas y escucharé nuestra fe en las respuestas.

Este año, traeré la magia de vuelta.



Por Doron Kornbluth

# Brindarle a tus hijos la experiencia del Seder que tú deseas que tengan requiere anticipación.

Para los niños, Pesaj es uno de los mejores momentos del año. Para los padres, es una de las oportunidades más grandes del año. Es un tiempo tan ocupado – limpiar la casa, cocinar la comida, preparar para los invitados, leer sobre la festividad, etc. También puede ser una época extremadamente emocional, con sentimientos de familia saliendo a la superficie, y una época espiritual, con los temas de libertad y redención entrando en nuestra vida diaria.

¿Cómo podemos aprovechar esta increíble oportunidad para crear recuerdos judíos duraderos para nuestros hijos?

He dividido mis sugerencias en tres áreas: objetivos, actitudes y actividades:

#### **Objetivos**

Como adultos, nuestros objetivos pueden incluir: aprender algo nuevo, continuar algunas tradiciones familiares, conectarnos más profundamente con el contenido judío o, para muchos, ¡simplemente sobrevivir! Además de esos, ¿cuál es tu objetivo de 'crianza judía' para los Sedarim de Pesaj? ¿Qué quieres que obtengan tus niños?

Como lo veo yo, los objetivos principales para tus hijos más jóvenes son (a) darles una experiencia judía excitante y divertida, (b) enseñarles lo básico de la



historia de Pesaj y (c) desarrollar en ellos la apreciación por el valor de la libertad.

Para los niños más adultos, nuestros objetivos principales son (a) involucrarlos en discusiones importantes con las que se puedan relacionar, (b) darles el sentimiento de ser una parte importante del pueblo judío y (c) reforzar las tradiciones familiares favoritas que hacen que el Seder sea memorable para todos.

Te aliento a hacer tu propia pequeña lista de objetivos. Lo importante es planear objetivos realistas por adelantado para que puedas conducir el Seder enfocado y con confianza.

#### **Actitudes**

Piensa en el tiempo antes de Pesaj el año pasado. ¿Qué actitudes hacia la festividad crees que tus hijos vieron en ti? Puede que los niños no absorban las cosas que les decimos, pero siempre perciben nuestras actitudes. Que Pesaj les parezca a tus hijos "uno de los mejores momentos del año para esperar con ansias" u "otro ritual judío que tienen que respetar" dependerá de las actitudes que vean en ti. Asegúrate que tus hijos adquieran los mensajes de excitación, expectación y orgullo judío en lugar de una obligación muy molesta, estresante e inquietante. Mientras que es importante que la limpieza de Pesaj sea hecha adecuadamente, también es importante que la sensación en tu casa previa a la festividad sea una que tus hijos querrán algún día en sus propios hogares. Cuando las cosas se ponen frenéticas en el apuro previo a Pesaj, es importante no gritarles a los niños ("¡Vuelve para acá con ese sándwich!").

¿Cómo limpiar bien la casa y tener toda la comida lista a tiempo? El tema está más allá del alcance de este artículo (y más allá de la mayoría de los mortales), pero evitar la tentación de posponer todo puede mantener controlado el nivel de estrés (de paso, eso también lo pueden hacer un par de copas de vino). Además, hay que tener cuidado con las otras causas de estrés en la época de la festividad como por ejemplo las altas expectativas, la ropa nueva que los niños deben mantener limpia y los recurrentes

"desafíos" (visita de los suegros) que son un generoso aporte en beneficio de nuestro crecimiento personal.

Durante el año, a menudo la vida judía es sobre hacer sacrificios, terrorismo en Israel y obligaciones comunitarias. Pero no en Pesaj. Esta es la noche en la que Dios mismo nos sacó de la esclavitud y profesó Su amor por nosotros. Esta es una noche en la que todos somos reyes – una noche de esperanza y redención, una noche de apreciación y confianza. Si puedes proyectar esas actitudes (¡aunque sea un poquito!), entonces, se meterán en tus hijos.

#### **Actividades**

El enemigo de Pesaj es la pasividad. Los rabinos que compilaron la Hagadá involucraron a los niños a propósito, y también lo deberíamos hacer nosotros. En lugar de que una persona lea la Hagadá mientras todos los demás se sientan en silencio durante toda la noche, todos deberían participar y disfrutar.

#### ¿Cómo podemos hacer esto?

Haz muchas preguntas (y da premios o recompensas como incentivos). Ejemplos son: ¿Cómo es esta noche diferente de las demás? ¿Por qué las cosas son diferentes? ¿Por qué comemos sólo matzá? ¿Qué es libertad? ¿Por qué comemos Maror, las hierbas amargas? ¿Por qué sumergimos nuestras comidas en agua con sal dos veces? ¿Por qué nos inclinamos? Deja que tus niños sepan que hay respuestas para estas preguntas y que tus tradiciones son significativas. Si no conoces las respuestas a preguntas como estas, aprovecha la oportunidad para leer este año. Hay excelentes Hagadot disponibles. Hay clases a las que puedes asistir en tu ciudad y, por supuesto, siempre tienes internet [Nota del Editor: Nuestro sitio favorito para Pesaj es la sección de festividades de Aishlatino.com].

Pero aún más importante que hacerles preguntas a tus hijos es alentarlos y recompensarlos cuando ellos hacen buenas preguntas. De eso se trata Ma Nishtaná. La educadora Rebeca Rubinstein sugiere recorrer la mesa y que todos, sin pensar demasiado, completen la frase:



"Libertad es..." Muchos niños típicamente responderán: "¡No tener que ir a la escuela!". "¡Hacer lo que queramos!". "¡Quedarnos despiertos hasta tarde!". Esa es una buena manera de conocer a tus hijos, y de hacerlos pensar en lo que la libertad es realmente: la habilidad de hacer lo que deseamos hacer, aquello que es profundamente importante para nosotros.

#### Ideas Divertidas para el Seder

Una de las cosas principales en las que debemos pensar es en cómo hacer que el Seder sea divertido para los niños. Aquí hay unas cuantas ideas.

- Relata partes de la historia con errores (El Rey de Egipto se llamaba "Juanito") y haz que los niños escuchen atentamente y que corrijan.
- Prepara accesorios para las plagas (pelotas plásticas para el granizo, langostas de juguete, anteojos de sol para la oscuridad, etc.).
- Durante Jad Gadia, que alguien [¡o todos!] hagan efectos de animales – los chicos lo disfrutarán mucho.
- Utiliza una banana (o algo similar) para simular que el teléfono está sonando y que Paró está llamando. Ten una conversación o haz que los niños lo hagan.
- Ten un cuestionario a mano, con premios para las respuestas.
- Entrega premios o recompensas a la gente que pregunta o responde buenas preguntas y para quien encuentra referencias a la libertad en la Hagadá.
- Pídeles a los niños mayores, con anticipación, que preparen reportes chistosos de noticias que pueden dar unas pocas veces durante toda la noche sobre los "últimos acontecimientos" en la salida de Egipto.

Con un poco de planeamiento, los Sedarim de Pesaj pueden ser el mejor momento del año judío. Mantén en mente que el principal objetivo judaico es lograr que los niños se involucren en el Seder, haciendo preguntas y divirtiéndose. Y no olvides que si estás relajado y feliz, y

eres positivo, los niños internalizarán esas sensaciones también.



Por la Rebetzin Tzipora Heller

# La limpieza de Pesaj nos puede liberar de nuestro enemigo más peligroso: nuestro frágil ego.

Mis recuerdos de los Sedarim de mi niñez incluyen la versión clásica de la Hagadá de esa época, el vino más común, y el deseo apasionado de transmitir algo de quienes somos sin saber quiénes somos en realidad. Comimos matzá y tomamos vino tan espeso que quizás podría haber quedado parado verticalmente gracias a su propio contenido de azúcar.

Más que nada, recuerdo una sensación de que estaba ocurriendo algo de gran importancia y significancia, pero no estábamos seguros de lo que era. Sólo unos pocos años después, cuando comencé a asistir al colegio judío, me di cuenta de que el Seder es la dramática culminación del proceso que debería haber comenzado semanas antes. Era como ser arrojados en el Palacio de Buckingham con nuestros sucios uniformes escolares, en el medio de un paseo, y recibir una invitación para una entrevista con la Reina diez minutos más tarde.

Al igual que todas las ocasiones importantes, el Seder requiere preparación interna tanto como externa. La preparación para Pesaj es bedikat jametz: revisar la casa en profundidad para asegurarnos de que no hay comida leudada o migajas. Hoy en día, yo comienzo a limpiar un mes antes de la festividad. Toda la casa es revisada, todo cajón, ropero y rincón. Para quien no tiene experiencia,



pareciera que soy una lunática obsesiva compulsiva medicada atrapada en un ritual de limpieza anual.

Sin embargo, por dentro siento una euforia creciente, porque mi limpieza física no es nada menos que un ataque a mi ego, que es el impedimento principal en mi relación con Dios.

¿Cómo puede la vigorosa persecución de migajas eliminar el ego? La respuesta requiere una perspectiva espiritual del Éxodo. La esclavitud y la liberación de nuestros ancestros es el prototipo espiritual de todos los exilios y las redenciones, no sólo del pueblo judío colectivamente, sino también de cada individuo.

Estamos comprometidos en la lucha por la redención a diario. Todos tenemos conflictos en nuestro interior. Batallamos con la bajeza, con el negativismo, con el deseo, con el egoísmo que nos impide convertirnos en quienes podemos ser. La palabra hebrea para Egipto es Mitzraim, y su raíz significa "angosto". Lo que sea que nos angosta – que nos hace insignificantes espiritual y emocionalmente, es nuestro Egipto personal.

Cuando nos preguntamos por qué no somos liberados, a menudo señalamos limitaciones externas. Deseamos que nuestros padres nos hubieran amado incondicionalmente, que nuestra educación nos hubiera provisto las herramientas para enfrentarnos a la vida real, que nuestros empleadores, nuestra pareja y nuestros amigos abrieran las puertas en lugar de cerrarlas.

Sin embargo, cuando examinamos nuestra realidad interna con más honestidad, reconocemos que los factores externos no pueden cargar con la culpa por nuestro potencial no materializado. Todos conocemos personas que han expandido sus mundos internos en contra de enormes desventajas. El verdadero opresor que estrangula nuestro potencial de crecimiento es el ego. La limpieza de Pesaj es un antídoto para la opresión del ego.

Para que el pan leude debe haber fermentación, catalizada por la levadura. Ocurre una oxidación, y se desarrollan burbujas de aire. Nada es agregado a la masa, pero ésta se agranda, hinchada por el aire caliente.

La fuerza del ego es comparada a la levadura en la masa. El ego nos persuade a creer que las cosas y los incidentes de poco valor son inmensamente significativos. Una fiesta a la que nos somos invitados, una broma a costa nuestra, el último artefacto electrónico que nuestro amigo tiene pero nosotros no podemos darnos el lujo de comprar – todo es agobiante en nuestra consciencia.

La razón por la que somos ofendidos con tanta facilidad es que nuestro sentido de suficiencia es tan insustancial como lo es el aire caliente en el pan. Buscamos llenar nuestros espacios vacíos con objetos, títulos, y con imágenes transitorias de juventud y elegancia. Una sustancia tan efímera se desinfla con facilidad a medida que las vicisitudes de la vida colisionan con nuestro ego, al igual que las tortas horneándose cuando nuestras madres nos advierten: "No vengan a la cocina".

Adoptamos posturas y hacemos compras para satisfacer el hambre de nuestro ego insaciable. Nos esclavizamos a nosotros mismos.

En Pesaj comemos matzá, que es llamada "el pan de la libertad". La matzá está hecha con una mezcla de harina y agua que no ha leudado. Esto simboliza la sustancia real y el espíritu que nos hace humanos: el alma eterna e invulnerable que no ha sido corrompida por el ego. Esta es nuestra definición de verdadera identidad.

Antes de Pesaj, ¿cómo nos deshacemos de nuestro jametz, de nuestra identidad inflada? En lugar de alcanzar este objetivo sólo mediante introspección (lo que a menudo nos hace estar aún más absorbidos en nosotros mismos), también atacamos las manifestaciones físicas del jametz.

La auto-transformación en el judaísmo está basada en el principio de que los seres humanos cambian desde afuera hacia adentro. Lo que hacemos, en lugar de lo que pensamos, define quienes somos. Así, podemos estar llenos de pensamientos, aspiraciones, e intenciones de ser generosos, pero sólo cuando ponemos dinero en la mano del mendigo comenzamos a ser personas generosas. Es por eso que la mayoría de los mandamientos de la Torá son físicos. La mano programa



a la mente y al corazón con más efectividad que de manera inversa.

Nuestra eliminación de jametz previa a Pesaj afecta a nuestro espacio interior mucho más permanentemente que a nuestro espacio exterior. Pesaj nos puede llevar mucho más allá del vino, de la matzá y de la calidez familiar. Puede liberarnos de nuestro enemigo más subversivo – nuestro frágil ego.



Por Rav Benjamin Blech

### El trágico destino de la sorprendente reliquia de un sobreviviente.

"Recuerden que fueron esclavos una vez en Egipto..."

El Éxodo y los milagros de la historia de Pesaj ocurrieron hace mucho tiempo, pero todavía son parte de nuestra conciencia contemporánea gracias al poder de la memoria. Thomas Cahill, el literato católico que escribió el best seller The Gifts of the Jews (Los Regalos de los Judíos), concluyó que fue la Torá junto con sus mandamientos de recordar los acontecimientos, lo que le dio al mundo el concepto del tiempo y la reverencia por el pasado. Pesaj le habla a todas las generaciones, recordándonos no sólo nuestro pasado sino también dándole forma a nuestro futuro.

Pero no todos recuerdan y, trágicamente, algunos eligen olvidar, como quedó demostrado en el increíble incidente que ocurrió con el plato de Seder de Samuel.

Hace unos años, yo estaba dando vueltas en una tienda de antigüedades en East Side en Nueva York, cuando de pronto vi un objeto demasiado familiar. Lo reconocí inmediatamente, aún antes de ver el apellido grabado en su borde. ¿Cómo podría no reconocerlo siendo que estuve tan involucrado en su historia? Después de todo, mi elogio de Samuel, un milagroso sobreviviente del infame campo de concentración de Auschwitz, se enfocaba en este objeto.

Qué historia había sido. Los alemanes habían rodeado a todos los judíos en su pequeña ciudad para deportarlos. Algunos creían que estaban siendo meramente transportados a otro sitio para ser empleados como mano de obra. Pero Samuel sabía que iban a ser asesinados. Entendió que los nazis querían eliminar a todo judío así como cualquier reminiscencia de su legado religioso.

Entonces Samuel se arriesgó. Si hubiese sido atrapado, hubiese pagado con su vida. Pero hizo lo que tenía que hacer para que algo permaneciera — si ni un judío en el mundo quedaba con vida, alguien lo encontraría, reflexionaría y recordaría. Se alejó 26 pasos, correspondiendo al valor numérico del nombre de Dios, desde el manzano al lado de su casa y enterró su tesoro cuidadosamente — un Plato de Seder de plata.

Deseaba poder haber escondido mucho más. Quería tanto preservar un rollo de Torá. Pero tenía tan poco tiempo, tan poco espacio para esconder un objeto tan valioso. En retrospectiva, por su simbolismo, su elección pareciera casi divinamente inspirada – la vasija principal utilizada para conmemorar el festival de la libertad. Samuel pensó, con lo que consideró luego que era demasiado optimismo, que podrían ocurrir milagros de nuevo en los tiempos modernos. Y desde ese momento en adelante no volvió a pasar un día en el infierno de los campos de concentración en el que su mente no volviera a su Plato de Seder en su especial lugar de escondite.

Samuel nunca pudo explicar cómo, de entre toda su familia y sus amigos, fue el único que sobrevivió. En el fondo de su corazón, una vez me confió, que puede haber sido porque vio la continuación de su existencia en la Tierra como una misión sagrada – volver a sus raíces y descubrir su propio símbolo de supervivencia. Increíblemente, en caminos que desafían toda la lógica y



que Samuel sólo me sugirió a mí, este escape del genocidio del siglo 20 estaba reunido con su recuerdo de la liberación de la opresión del antiguo Egipto. Samuel volvió a su casa, encontró su árbol, contó sus pasos, cavó en donde recordaba haberlo enterrado y recuperó exitosamente su Plato de Seder. El Plato se convirtió también en un símbolo de su propia liberación. Con él celebró docenas de Pesaj, hasta su muerte.

Ese plato de Seder es lo que vi, con completa incredulidad, a la venta en el negocio. Pregunté de dónde era ¿Qué estaba haciendo a la venta cuando llevaba tantos recuerdos preciosos? "Sí, quiero comprarlo", le aseguré al vendedor, "pero necesito saber cómo llegó aquí".

"Fue parte del contenido de una herencia que vendieron unos hijos", contestó el vendedor. "Verá, el difunto era religioso pero sus descendientes no lo son. Por lo tanto dijeron que no necesitaban artículos como éste para nada".

El mismo símbolo que santifica la memoria fue descartado por aquellos que olvidaron su pasado.

Si tienes un ser amado que sufre de Alzheimer sabes lo horrible que puede ser vivir sin la conciencia de los eventos que ocurrieron antes. No tenemos un nombre para una condición similar que describa la ignorancia de nuestro pasado colectivo. Pero el abandono voluntario de la memoria histórica es igualmente destructivo.

Cómo desearía que la severidad de la falta de sentimentalismo de los descendientes de Samuel fuese sólo una aberración, una demostración sumamente inusual de insensibilidad con pocas posibilidades de ser repetida por otros. Pero la triste verdad es que somos parte de una cultura de "tirar a la basura" que le da la misma importancia a los autos usados, a los muebles viejos y a los viejos tesoros familiares. Lo que ha servido en el pasado no interesa hoy si su único valor son sus asociaciones.

Los objetos personales han perdido su encanto porque ya no reverenciamos el significado de las memorias. ¿Y qué - me preguntan a menudo — si mis abuelos utilizaron esto en toda festividad? No tenemos lugar, no lo necesitamos. ¡Como si una función utilitaria fuese la única razón para aferrarse a algo que nos permite preservar nuestro pasado!

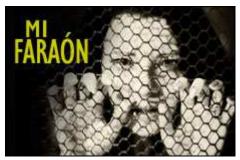
El anillo con el que casé a mi esposa puede que no sea el más caro, pero rezo que continúe en mi familia como un legado del amor que compartimos, posiblemente para ser utilizado de nuevo por mis nietos. La copa que utilizo para santificar todo Shabat puede reflejar la pobreza de mi juventud, pero espero que sea preservada en el futuro como testimonio de la importancia de los valores religiosos en nuestro hogar. Si lo que nosotros hemos atesorado es considerado sagrado por mis hijos, entonces posiblemente lo que fue la razón de nuestras vidas también será conmemorado con reverencia.

"A menos que recordemos", escribe tan hermosamente el novelista inglés Edward Morgan Foster, "no podremos entender".

Es por eso que lloro por mi amigo Samuel, cuya familia se ha convertido en un huérfano en la historia, separada de su pasado.

Y es por eso que continúo contando la historia de Samuel en Pesaj, porque creo que captura el mensaje esencial de esta historia. Dios nos ordenó recordar, porque sólo atesorando los mensajes del pasado podremos entender el presente y esperar un futuro con más bendición.





Por Batsheva Friedberg

### Durante los últimos siete años fui esclava de un desorden alimenticio.

La Hagadá nos cuenta que todo individuo tiene la obligación de verse a sí mismo como si él hubiese sido redimido de Egipto. Yo me puedo relacionar con eso. Durante los últimos siete años estuve esclavizada en mi lucha con un desorden alimenticio. Había tenido un malvado Faraón murmurando cosas negativas y destructivas en mis oídos. Mi Faraón me ha dicho que no soy lo suficientemente buena, que soy un fracaso, y ha dañado severamente mi sentido de identidad. Mi Faraón me ha hecho sentir que no merecía las necesidades básicas y las alegrías de la vida. Mi Faraón me ha privado de relaciones, sentimientos, y ha puesto mi salud en peligro.

Durante los últimos siete años, he sido esclava de un número en la balanza, de una imagen distorsionada en el espejo, y del dolor constante en mi corazón. He sido esclava de la depresión, atrapada en las ataduras del desprecio a mí misma y en las cadenas de la incertidumbre. He pasado los últimos siete años entrando y saliendo de hospitales, confundida y sola.

Siete celebraciones de Pesaj han Ilegado y se han ido, y yo conmemoré cada una como una esclava. Pero este año, no voy simplemente a conmemorar Pesaj, estaré reviviéndolo. Me estoy preparando para Ilegar a la redención que es intrínsecamente parte del mes judío de nisán. Estoy lista para que Dios me redima de mi Egipto personal, para que me envuelva en Su dulzura y en Su

infinita bondad. Estoy lista para liberarme de lo que encierra, estoy lista para vivir.

Recuerdo cuando mis padres me arrastraban frenéticamente de un doctor a otro, desesperados por que alguien me "arreglara", que me sacara del infierno en el que estaba atrapada. Me senté en la oficina de otro doctor a esperar el mismo discurso familiar sobre la importancia de la nutrición y de la salud, un discurso totalmente desconectado del dolor extremo en el que estaba. En cambio, me sorprendió. Entró a su oficina, se sentó y me miró directo a los ojos. "¿Has tenido suficiente ya?", me preguntó. Y ya estaba. Me sentí confundida. ¿Qué significaba eso? ¡Por supuesto que ya había tenido suficiente! ¿Creía que esto era algo que yo había elegido con deliberación? ¿No entendía que sin importar lo mucho que intentara, sin importar cuántas lágrimas derramara, o cuánta fuerza tratara de reunir, era como empujar en contra de una inmensa pared de acero que no se movía?

Ahora lo veo con más claridad. Lo que yo no entendía entonces era que mientras que yo no estaba eligiendo conscientemente subyugarme al dolor extremo y al sufrimiento, de todas maneras, mi desorden estaba ayudándome de cierta forma. Sumergirme en un mundo en donde pensar sobre y obsesionarme con la comida era lo único que hacía, me daba la habilidad de bloquear todo lo demás. Cuando me hacía pasar hambre hasta el punto del entorpecimiento no sentía el dolor constante de nunca ser lo suficientemente buena, o la intensa desilusión cuando la gente importante de mi vida me defraudaba. Cuando estaba en el mundo del desorden alimenticio podía bloquear los sentimientos de culpa que llevaba conmigo, el sentimiento de ser malentendida, y la enorme sensación de soledad que sentía.

Aunque esconderme en mi desorden alimenticio me protegía de los sentimientos que no quería sentir, también bloqueaba los sentimientos buenos. Encerrada en la pequeña celda que había creado, periódicamente miraba hacia afuera y veía a mis amigas viviendo sus vidas. Veía a la gente riendo, conectándose con los demás, realmente viviendo. Un día me di cuenta que escondiéndome en la sombra y sentándome en la



oscuridad también me estaba privando de la luz del sol. Y a pesar de que me llevó mucho tiempo verlo, me di cuenta que también en mi vida había luz solar para ser disfrutada.

Era una elección que tenía que hacer, y todavía es una elección que tengo que hacer cada mañana cuando me despierto y antes de cada comida que como. Me di cuenta de que, tristemente, es posible estar viva y al mismo tiempo no vivir. Por siete años estuve viva (a veces apenas), pero no estaba viviendo. Ahora me enfrento constantemente a la pregunta de si realmente quiero vivir, y esa elección es tan aterradora, porque elegir vivir significa elegir sentir también cosas dolorosas. Tengo que elegir constantemente entre no sentir nada y sentir todo.

Estoy llegando a aceptar que quizás no siempre sé exactamente quién soy, puede que no siempre ame lo que veo cuando miro el espejo, y la gente puede herirme. Lentamente me estoy dando cuenta de que en ocasiones sentiré miedo, y no seré perfecta en todo. No a todos les voy a gustar, y para alguna gente nunca seré "lo suficientemente buena". Para alguien como yo, esas realidades son extremadamente difíciles de aceptar. Y algunos días es más fácil esconderme en mi celda que aceptarlas.

Para mí, elegir la vida significa aceptar las realidades de mi vida en lugar de esconderme de ellas. Cuando siento la calidez en mi alma después de conectarme con Dios, la aceptación incondicional y el amor que recibo de mi marido, una buena risotada con una amiga y la luz del sol en mi rostro, entonces, vale la pena.

Cuando limpie para Pesaj este año, estaré limpiando mi alma del dolor que me ha esclavizado y que me ha distanciado de Dios. Cuando me siente en la mesa del Seder este año, miraré a la matzá, el pan de la esclavitud, y voy a tener sentimientos cuando la coma. Voy a sentir los años de dolor y sufrimiento que he soportado, las cadenas que me han atrapado. Cuando tome las cuatro copas de vino, cerraré mis ojos y sentiré los milagros de Dios, los regalos que me da, y la belleza de una vida en libertad.

Puede que hoy no vea pirámides siendo construidas en mi ciudad, pero veo mucha esclavitud. Veo a mis preciosos hermanos y hermanas esclavizados por la superficialidad de nuestro mundo. Veo a quienes son esclavos de su ira, de su dolor y de sus pasados. Veo a tantos que están llorando en silencio, buscando la redención desesperadamente. Y, tristemente, veo a aquellos que ni siquiera saben que son esclavos. Este Pesaj nos desafío a todos a preguntarnos "¿Cuál es mi Egipto?". ¿Qué es lo que está evitando que yo alcance mi potencial, que sea feliz, y que me conecte con Dios?

Que todos podamos acceder al poder espiritual de Pesaj y experimentar la redención de nuestras esclavitudes personales, y la final también.



Por Rav Noaj Orlowek

# Fíjate en los detalles de la Hagadá y encontrarás el mejor texto de estudio sobre cómo ser agradecido.

La Hagadá no es sólo sobre el Éxodo de Egipto. Mira debajo de la superficie y encontrarás un rico texto implícito que imparte lecciones esenciales sobre gratitud en general y sobre cómo agradecerle a Dios por la benevolencia Divina.

El nombre de la Hagadá viene del verbo hebreo: "lehaguid", "relatar". Hay otros verbos que significan "relatar", pero "lehaguid" implica relatar poniendo atención en los detalles.



En la noche del Seder recapitulamos los pormenores de lo que realmente ocurrió. Nos detenemos y reflexionamos sobre los detalles.

Cuando cantamos "Dayeinu", enumeramos lo que pareciera ser una cuenta detallada de todo lo que Dios hizo por nosotros para sacarnos de Egipto. Después de cada línea, decimos "dayeinu", hubiese sido suficiente si eso hubiese sido todo lo que Dios hizo por nosotros. ¡Pero espera!, ¡hay más! El siguiente verso enumera otra cosa. Decimos "hubiese sido suficiente"... demostrar que reconocemos y apreciamos el beneficio de cada cosa que Dios hizo por nosotros.

En nuestro Seder, siempre uno de los invitados se queja: "Pero en realidad no hubiese sido suficiente si Dios hubiese dividido el mar para nosotros pero no nos hubiese cruzado a tierra seca. ¡No hubiésemos sido salvados, y todo el objetivo de sacarnos de Egipto hubiese sido anulado!".

La lista detallada de "Dayeinu" no es para afirmar que los pasos que siguen a cada ítem son prescindibles. Dayeinu no es una afirmación intelectual, sino una actitud, un sentido de completitud, de haber recibido tanto que uno se siente satisfecho.

La consciencia de Dayeinu es lo opuesto a la actitud "Él/ella/ellos no hicieron lo suficiente por mí". Una vez tuve una conversación con un joven que estaba lleno de quejas sobre sus padres. Le pregunté: "Cuando eras niño, ¿te cuidaban cuando estabas enfermo?".

Respondió: "Obvio, todos los padres lo hacen".

"¿Te proveyeron con ropa, libros, juguetes, una bicicleta, y tu propia computadora?".

"Obvio, ¿pero qué importa?" contestó. "Hay muchas cosas que no me dieron".

La base de toda relación amorosa –con los padres, con la pareja, o con Dios— es la apreciación. Y la base de la apreciación es darse cuenta y ser agradecidos por cada cosa específica que recibimos. "Dayeinu".

Justo antes de cantar "Dayeinu", la Hagadá relata un desacuerdo entre Rabí Yosi HaGalili, Rabí Eliezer y Rabí Akiva sobre cuántas facetas hubo en las Diez Plagas y exactamente cuántos milagros ocurrieron en la partición del Mar de los Juncos.

En muchos Seders, esta sección produce como respuesta un malhumorado: "¿A quién le importa?" (especialmente entre quienes están hambrientos esperando la cena). Diez plagas, 50 plagas, 200 plagas. ¿Cuál es la diferencia?

El secreto de la gratitud es la especificidad. Digamos que por su aniversario de bodas, David le da a su esposa Rut una caja con forma de corazón atada con una hermosa cinta y llena de chocolates de diferentes formas y sabores. ¿Cómo hace David para saber si Rut realmente está agradecida? Si le agradece no sólo por los chocolates, sino también por la caja y la cinta, y mientras come cada uno de los chocolates señala: "O, este tiene forma de mariposa". "Mira este, parece una joya". "Este tiene sabor a moca, mi favorito". Así David está seguro de que su gratitud es genuina.

La autoestima de un niño no se promueve con cumplidos generales. El niño desecha: "Oh, que hermoso dibujo que has hecho", porque es una respuesta estereotipada, no es una alabanza real. Si quieres que se sienta bien por tu cumplido, sé específico: "Me gusta el color rojo con el que dibujaste las flores, es tan brillante. Y la mariposa con los puntos verdes y azules es la mariposa más feliz que vi en mi vida". Los niños, que son expertos en discernir lo que es genuino, saben que la apreciación real se enfoca en los detalles.

Los sabios mencionados en la Hagadá conocían este secreto hace 2,000 años. Mientras más detalles señalamos, podemos ser agradecidos por más cosas. Si hubo cincuenta milagros adicionales en la partición del mar, eso significa que podemos agradecerle a Dios cincuenta veces más.

Pesaj es sobre desarrollar una relación amorosa con Dios. Dado que las relaciones amorosas están basadas



en la gratitud, la Hagadá destaca todos los detalles del Éxodo, para que nos sintamos abrumados por la gratitud hacia Dios.

La relación que recibe este estímulo en Pesaj debe ser sostenida durante el año. Es por eso que el judaísmo ordena tres rezos al día, y las bendiciones que deben ser dichas antes y después de todo lo que un judío come o bebe. Cuando un judío es agradecido por cada cosa pequeña, se da cuenta de que nada es pequeño. Incluso un vaso de agua es una manera de conectarse con Dios, que lo creó. Amar a Dios significa ser agradecido por la forma asombrosa en que cada dedo se mueve, por el sistema inmunológico que funciona 24 horas al día, por la protección diligente, e incluso por los servicios provistos por los pequeños pelos de la nariz. Dayeinu.



Por Slovie Jungreis-Wolff

#### Saliendo de nuestro propio Egipto.

El marido y la mujer se sientan uno al lado del otro, pero podrían haber estado sentados tranquilamente en diferentes continentes. Pidieron encontrarse conmigo después de una conferencia para discutir sus 'asuntos'. Podrías cortar la tensión en el aire con un cuchillo. Ni siquiera se podían mirar. Esta pareja que había traído hijos al mundo y que pasó 13 años construyendo una vida juntos, ahora difícilmente podían tolerar respirar el mismo aire.

"Él se olvidó de mi cumpleaños. De nuevo. Viene a casa tarde y a duras penas tiene algo para decirme o para decirle a los niños".

"Ella se sienta con su Blackberry cada vez que salimos. Cruzo la puerta y se comporta con desinterés. Me denigra frente a los niños".

"Déjenme que les pregunte algo", les dije a ambos. "¿Se aman? ¿Quieren hacer que esto funcione?".

Hay un silencio. Pasa un momento. La calma en el cuarto se siente pesada y opresiva.

"Yo lo amo", dice ella finalmente. "Quiero que esto funcione. ¿Pero qué hay sobre él? Necesita cambiar".

Veo como su mandíbula se aprieta. "Quiero estar casado", dice él. "Y quiero que nuestros hijos crezcan en un hogar lleno de amor. ¿Pero por qué soy el único que debe cambiar? ¿Qué hay sobre ella?".

¿Es posible salir de esta escena dolorosa con un matrimonio aún intacto? ¿Están el marido y la mujer destinados a sufrir para siempre, incapaces de vivir juntos en paz?

Esta pareja ha estado viviendo su propio Egipto. A través de sufrimiento y profunda desilusión, ¿cómo podrían los dos salir alguna vez de este embrollo como una unidad?

#### Removiendo el Jametz

Pesaj está acercándose. ¿Sobre qué trata realmente esta festividad? ¿Por qué debemos limpiar nuestros hogares de toda levadura, mejor conocida como jametz, antes de que comience la festividad?

En la noche anterior al Seder, realizamos una búsqueda a la luz de una vela. Buscamos en todo rincón y grieta, exploramos arriba y abajo, hurgamos en cajones y debajo de las camas, asegurándonos de haber sacado de nuestras casas todo rastro de jametz.

Después de la búsqueda, decimos una plegaria:

"Todo tipo de levadura que pueda estar todavía en mi posesión, que no he visto o quitado, o de la que no estoy



al tanto, que sea considerada anulada y sin dueño, como el polvo de la tierra".

A la mañana siguiente toda la levadura remanente en la casa es sacada y quemada, incluyendo toda levadura encontrada en la búsqueda la noche anterior. Tiramos el jametz a las llamas y nos acercamos a Pesaj libres de él.

La festividad tiene una energía espiritual increíble. No es sólo el jametz físico de lo que nos tenemos que librar y quemar. Si queremos experimentar genuinamente la libertad que trae Pesaj, comenzamos erradicando los rasgos negativos que nos han agobiado. Nuestro 'jametz espiritual' son los defectos que han dañado nuestras relaciones y que nos han impedido conectarnos con los demás y con Dios. Se nos encarga buscar en los rincones y en las grietas de nuestros corazones y ser totalmente honestos con nosotros mismos:

¿Soy egocéntrico?

¿Soy despiadado?

¿Soy sarcástico y negativo?

¿Me enojo con facilidad?

Nuestros cuerpos son hogares para nuestras almas. Pesaj nos trae la fortaleza y la oportunidad para limpiar y para comenzar de nuevo.

Pero hay un rasgo que imposibilita nuestra 'limpieza espiritual del alma'.

#### Pan Vs. Matzá

El pan, que leuda, representa al individuo cuya arrogancia se ha llevado lo mejor de él. Esta es la persona que cree que no se equivoca. Es constantemente superior. Cree que el error siempre está en la otra persona.

"Mi esposa es una amargada, mi esposo es imposible, mis hijos son difíciles, mi jefe está demente, y mi suegra me vuelve loco". Es curioso como el error nunca es encontrado en 'mí'.

Para salir de nuestro Egipto personal y llegar a saborear la libertad de Pesaj, debemos liberarnos de los defectos en nuestro carácter que nos agobian. Podemos hacer esto tomando la lección de la matzá.

Plana y sin pretensiones, la matzá nos enseña a ser humildes. La humildad es la clave para limpiar de nosotros el jametz espiritual que se ha colocado en nuestros corazones. Cuando somos capaces de enfrentar nuestros defectos con honestidad y reconocemos nuestras deficiencias, podemos comenzar genuinamente el proceso de 'limpieza del alma'.

#### Eliminando las Migajas

"Escuchen", le digo a la pareja. "Los dos quieren que esto funcione. Eso es grandioso. Pero los dos quieren que esto funcione culpando al otro. El matrimonio implica trabajo duro y dedicación, pero debe ser tu trabajo, tu dedicación. Haciendo simplemente una lista de todas las quejas y tirándole la responsabilidad al otro, no habrán logrado nada. Es arrogante creer que sólo el otro está equivocado. Necesitamos hablar sobre cómo cada uno de ustedes puede traer amor y paz de nuevo a este matrimonio".

Por primera vez en la noche, el marido y la mujer se miraron entre sí y sonrieron.

"Entonces, ¿por dónde comenzamos?", preguntó ella.

"Pesaj es la clave," contesté. "¿Saben que antes de que Pesaj comience necesitamos vaciar nuestros bolsillos de todas las pequeñas migajas que pueden haberse ubicado allí?

"Hoy a la noche, vamos a vaciar nuestros bolsillos. Han estado llevando esos pequeños conflictos, esas migajas que se han situado en su interior. Relajémonos y empecemos de nuevo. Luego hablaremos sobre lo que cada uno de ustedes puede hacer para construir confianza y comprensión. Pero primero deben perdonar y relajarse. ¿Acaso el amor no se trata de eso?".



Este Pesaj, démonos el regalo de la libertad. Libérate a ti mismo de todos estos rasgos negativos que te han agobiado. Aproxímate al día con la humildad para escuchar a quienes has amado pero también herido. Busca en cada rincón y en cada grieta de tu corazón y elimina de ti el jametz espiritual que te ha hecho

desconectarte. Vacía tus bolsillos de esas migajas molestas. Es la hora de dejar Egipto y entrar a la Tierra Prometida.

Todo lo que tú y tu familia necesitan para crecer espiritualmente, entender y disfrutar este Pesaj encuéntralo en AishLatino.com

www.AishLatino.com/Pesaj

