

Conectándonos con los Objetivos de la Vida

Puedo ser un estudiante de tecnología en Facebook, un fotógrafo de la National Geographic, un estudiante de ciencias económicas en la universidad de Londres; cualquier persona judía. Durante la semana paso de un proyecto a otro, me preparo para las fiestas del fin de semana para relajarme y retornar con fuerzas renovadas la semana siguiente. Incluso si soy tan rico que no necesito trabajar y mi vida puede definirse como "soy una buena persona" —ayudo a cada anciano a cruzar la calle, dono millares de dólares para erradicar la pobreza, el analfabetismo y las enfermedades...- ¿Para qué es todo esto? ¿Para qué estamos en este mundo?

Si no estoy anclado a los objetivos finales de la vida, estoy perdiendo el barco. ¿Cómo puedo obtener claridad al respecto? Aquí es donde entra en juego el Shabat. Shabat es un día fundamental en cada semana que nos permite detenernos para ganar una perspectiva clara respecto a por qué estamos acá.

Cuando el Shabat llega al mundo y nosotros participamos en su observancia, con las comidas las comidas festivas, los cánticos, las plegarias y toda clase de placeres, nos estamos conectando con uno de las más fuertes y significativas fuerzas y experiencias judías. El Shabat es la piedra básica de la creencia judía. Cuando observamos el Shabat intrínsecamente estamos dando testimonio de que D'os creó el Universo y de que Él supervisa y guía la historia de la humanidad.

Esta clase analizará de qué manera la observancia del Shabat enseña y refuerza los fundamentos de la creencia judía. Esta clase también explicará el concepto de la *menujá* en Shabat –un descanso físico profundo integrado con una experiencia espiritual- tanto al evitar realizar *melajá*, labores creativas, como al disfrutar las mitzvot especiales del día (que serán analizadas con mayor profundidad en la segunda clase de Morashá sobre el Shabat). Finalmente, esperamos poder transmitir el profundo impacto que el Shabat ha tenido y continúa teniendo en la vida del pueblo judío.

Esta clase tratará de responder a las siguientes preguntas:

- Mi idea de un fin de semana incluye deportes, escribir en la computadora y fiestas. ¿Qué tiene que ver el Shabat conmigo?
- Si en Shabat no estoy cansado, entonces ¿por qué debo descansar? ¿Por qué no se puede tomar un día libre simplemente en el momento en el cual necesitamos recuperar nuestras fuerzas?
- De qué trabajo descansamos en el Shabat? ¿De presionar el interruptor de la luz?
- Por qué el Shabat es la piedra fundamental de la creencia y de la práctica judía? ¿Por qué está incluido en los Diez Mandamientos?
- ¿Cómo se entiende la menujá del Shabat, una experiencia de descanso espiritual y meditativo?
- De qué manera el Shabat constituye la clave del futuro judío?

Esquema de la Clase:

Introducción. ¿Por Qué no Tomarse un Descanso Virtual de Veinticuatro Horas los

Miércoles?

Sección I. El Shabat y los Fundamentos de la Creencia Judía

Parte A. La Creación del Mundo Parte B. El Éxodo de Egipto

Sección II. El Shabat, un Día Libre – ¿De Qué?

Parte A. El Concepto de Melajá

Parte B. La Detención de la Creación

Parte C. Melajá, el Mishkán y el Por Qué de todos los Detalles

Parte D. Un Microcosmos del Universo

Sección III. El Concepto de Menujá - Descanso

Parte A. La Menujá Completa la Creación Parte B. La Perspectiva de la Menujá Parte C. El Alma Adicional del Shabat

Sección IV. La Conciencia del Shabat

Parte A. Un Sentido de Propósito y Perfección

Parte B. La Sensibilidad Espiritual Parte C. El Impacto del Shabat

INTRODUCCIÓN. ¿POR QUÉ NO TOMARSE UN DESCANSO VIRTUAL DE VEINTICUATRO HORAS LOS MIÉRCOLES?

Tal como explica el Kuzari, el judaísmo introdujo al mundo el concepto universalmente aceptado de una semana de siete días. La culminación de la semana para el pueblo judío es el Shabat —un día de descanso, conexión con D'os y renovación. Subsecuentemente, otras religiones adoptaron el principio del Shabat, tomando un día de la semana en el cual no se trabaja. Desde entonces hasta la actualidad, con el advenimiento de la conectividad electrónica, algunos incluso llegaron a proponer la adopción de un "Shabat secular" para aislarse a sí mismos de los medios de comunicación que nos rodean constantemente y que se infiltran en cada aspecto de nuestras vidas.

Esta semana me tome un día libre: apagué todas las computadoras, dejé el teléfono celular en mi maletín de trabajo, descolgué el teléfono de casa. Estuve completamente desconectado durante veinticuatro horas. La razón para este cambio fue la predecible caída de la gota que derramó el vaso. Algunos meses atrás al viajar en avión desde Europa de regreso a casa, pasé mi tarjeta de crédito por la ranura del teléfono del asiento, revisé mis e-mails y me robé a mi mismo uno de mis últimos dos santuarios.

En ese momento, el único lugar que me quedaba para escaparme era irme a dormir. Sin embargo había adquirido la costumbre de dejar mi laptop al lado de la cama para poder revisar los e-mails antes de dormirme y apenas me despertaba. Había aprendido cómo convertir mi Asistente Personal Digital en un modem, la mejor manera de tener acceso a la Web desde mi laptop mientras viajaba en un tren. Por supuesto también usaba ese Asistente Personal Digital de la manera convencional, atendiéndolo cuando me llamaban. Soy un adicto a la tecnología, pero después de la experiencia en el avión, decidí hacer algo al respecto. Así comenzó mi "Shabat Secular" —un término que encontré dando vueltas por los blogs — un día a la semana en el cual estar liberado de las pantallas, campanas y silbidos. Un día "a la antigua", no sólo para descansar sino para liberarme.

Y obviamente, apenas comencé a buscar encontré otras personas que sentían la necesidad de "apagarse", de tomar la decisión de reconectarse con cosas reales y no virtuales, una vacación moderada pero cuidadosamente observada lejos del marketing omnipresente y de la terrible carga de mantenerse en contacto. Esto no es sorprendente, dice David Levy, profesor de la escuela de información en la Universidad de Washington. "Lo que está ocurriendo es una locura" me dijo, asegurándome que usó este término intencionalmente. "Vivir una buena vida requiere un cierto balance, un poco de tranquilidad" (Basado en: "I Need a Virtual Break" –Necesito un Descanso Virtua, por Mark Bittman, nytimes.com, 2 de marzo, 2008).

¿Por qué no disfrutar de un "Shabat secular"? Cada persona puede determinar los parámetros de aquello que se adecua más a sí misma, de acuerdo a sus necesidades particulares y a sus actividades, para tomarse el descanso que desea. Un médico puede tomarse libres los miércoles, un peluquero, los lunes. Y por cierto, si esa semana ocurre algo muy importante, puedo ir a mi oficina y tomarme un par de días libres la semana siguiente para compensar. ¡Tal vez incluso lleguen a pagarme horas extras! Si es así, entonces ¿por qué el pueblo judío se preocupa tanto respecto a cuándo y de qué manera se debe observar el Shabat?

SECCIÓN I. EL SHABAT Y LOS FUNDAMENTOS DE LA CREENCIA JUDÍA

El Shabat revolucionó al mundo. Así como el judaísmo nos enseña que los lugares (por ejemplo una sinagoga) y los objetos (por ejemplo, un rollo de la Torá) pueden estar imbuidos de santidad, también el tiempo puede estarlo. Pero el tema es aún más profundo. Tal como veremos en la Sección III, el Shabat es el objetivo mismo de la Creación. Al observar el Shabat estamos proclamando que D'os creó el universo, nos entregó la Torá y está directamente involucrado en el curso de la historia del mundo. En consecuencia, el Shabat manifiesta la esencia del judaísmo y de la vida judía. La gran importancia del Shabat se ve reflejada en la Torá por el hecho de estar incluido entre los Diez Mandamientos, los cuales se repiten dos veces. La primera vez es para enseñar que Dios creó el mundo en seis días y en Shabat descansó y la segunda vez es para recordarnos que Dios nos redimió de Egipto.

1. Shemot (Éxodo) 20:2-14 – El Shabat es el cuarto de los Diez Mandamientos.

- 1) Yo soy el Eterno, tu D'os que te sacó de Egipto de la casa de servidumbre.
- 2) No tendrás otros dioses fuera de Mí.
- 3) No pronunciarás el Nombre del Eterno, tu D'os en vano.
- 4) Recuerda el Shabat para santificarlo.

א) אָנֹכִי יְהֹוָה אֱלֹהֶיךָ אֲשֶׁר הוֹצֵאתִיךָ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם מבִּית עבדים:

> ב) לֹא יִהְיֶה לְךָ אֱלֹהִים אֲחֵרִים עַל פָּנָי: ג) לֹא תִשָּׁא אֶת שֵׁם יְהֹוָה אֱלֹהֶיךָ לַשְּׁוְא ד) זָכוֹר אֶת יוֹם הַשַּׁבָּת לְקַדְּשׁוֹ:

- 5) Honrarás a tu padre y a tu madre.
- 6) No asesinarás.
- 7) No cometerás adulterio.
- 8) No robarás.
- 9) No darás falso testimonio.
- 10) No codiciarás.

ה) כַּבֵּד אֶת אָבִיךַ וְאֶת אִכֶּן ו) לֹא תִרְצַח ז) לֹא תִנְאָף ח) לֹא תִנְנֹב ט) לֹא תַעֲנָה בְרַעֲךָ עֵד שָׁקֶר: י) לֹא תַחָמֹד

PARTE A. LA CREACIÓN DEL MUNDO

La primera expresión de los Diez Mandamientos nos enseña que debemos guardar el Shabat porque D'os descansó el séptimo día después de haber creado al mundo en seis días.

1. Shemot 20:8-11 – Descansamos porque D'os descansó de su acto de creación del mundo.

Recuerda el Shabat para santificarlo.

Seis días trabajarás y harás en ellos toda tu labor

Pero el séptimo día es un Shabat para el Eterno, tu D'os, en él no harás ninguna labor, ni tú ni tu hijo, ni tu hija, ni tu sirviente ni tu sirvienta, ni tu ganado, ni el converso que esté en tu casa

Porque en seis días D'os hizo el cielo y la tierra, el mar y todo lo que hay en ellos, y descansó el séptimo día; por eso D'os bendijo el Shabat y lo santificó

זָכור אֶת-יום הַשַּבֶּת לְקַדְשוֹ

ששת יָמִים תַּעֲבד וְעַשִּיתַ כַּל-מְלַאּכְתֵּךָ

וְיוֹם הַשְּׁבִיעִי שַׁבָּת לַהּ׳ אֱלֹהֶיךֵ: לֹא-תַעֲשֶׂה כָל-מְלָּאכָה אַתָּה וּבִנְּדָ וּבִתָּדָ עַבְדְּדָ וַאֲמָתְדָ וּבְהֶמְתֶּדָ וְנֵרְדָ אֲשֶׁר בִּשְׁעַרֶידַ.

כִּי שֵׁשֶׁת-יָמִים עָשָׂה ה' אֶת-הַשְּׁמַיִם וְאָת-הָאָרֶץ אֶת-הַיָּם וְאֶת-כָּל-אֲשֶׁר-בָּם וַיָּנַח בַּיוֹם הַשְּׁבִיעִי; עַל-כֵּן בַּרַךְ ה' אֵת-יוֹם הַשַּׁבַּת--וַיִּקַדִּשֵׁהוּ.

¿De qué manera la observancia del Shabat en la actualidad refleja una conexión con un hecho que ocurrió tanto tiempo atrás?

2. Rambán (Najmánides), ibíd. – Recordar el Shabat nos ayuda a tomar conciencia del hecho de que el mundo tiene un Creador.

Es una mitzvá recordar constantemente el Shabat cada día y día para no olvidarlo y no confundirlo con otro día. Al recordarlo debemos tener siempre conciencia del acto de la Creación, en todo momento, y reconocer que el mundo tiene un Creador... Ésta es la base primordial de la creencia en D'os

שהיא מצוה שנזכור תמיד בכל יום את השבת שלא נשכחהו ולא יתחלף לנו בשאר הימים, כי בזכרנו אותו תמיד יזכור מעשה בראשית בכל עת, ונודה בכל עת שיש לעולם בורא ... וזה עיקר גדול באמונת האל:

3. Rambán, Bereshit (Génesis) 26:5 – La observancia del Shabat es equiparada al cumplimiento de toda la Torá. El objetivo de la Torá es que tomemos conciencia de la existencia de D'os, y el Shabat resalta el origen Divino del mundo.

El Shabat es equiparado con toda la Torá, porque su observancia testifica el acto de la Creación.

מפני [ששבת] שהיא שקולה ככל התורה כולה (ירושלמי ברכות פ"א ה"ה), שהיא מעידה על מעשה בראשית:

4. El Shabat, Rab Aryeh Kaplan, NCSY, NY, 1974, página 12 – La observancia del Shabat demuestra nuestra fe en D'os

La palabra hebrea para fe es emuná (אומן). Ésta proviene de la misma raíz que umán (אומן) – un artesano. La fe no puede ser separada de la acción. ¿Pero mediante qué acto en particular podemos demostrar nuestra creencia en D'os como el Creador? ...

El único ritual que puede hacerlo es la observancia del Shabat.

PARTE B. EL ÉXODO DE EGIPTO

Tal como lo ilustran con claridad las fuentes siguientes, el hecho de observar el Shabat constituye un recuerdo del acto de la Creación de D'os y en consecuencia sirve como una manera de demostrar nuestra fe en D'os. Pero la Torá también afirma que el Shabat recuerda el Éxodo de Egipto. ¿Qué es lo que le agrega a la mitzvá este aspecto del Shabat?

1. Devarim (Deuteronomio) 5:12-15 – En la repetición de los Diez Mandamientos, el Shabat se enseña dentro del contexto del éxodo de Egipto.

Guardarás el Shabat para santificarlo, tal como te lo ha ordenado el Eterno, tu D'os... Recordarás que fuiste esclavo en la tierra de Egipto y que el Eterno tu D'os te sacó de allí con mano poderosa y brazo extendido. Por esta razón el Eterno tu D'os te ordena que observes el Shabat.

ששת ימים תעבד ועשית כל מלאכתך ... וזכרת כי עבד היית בארץ מצרים ויצאך יקוק אלהיך משם ביד חזקה ובזרע נטויה על כן צוך יקוק אלהיך לעשות את יום השבת:

¿Por qué el Shabat se conecta con la orden de recordar que fuimos esclavos en Egipto? ¿De qué manera esto complementa la primera razón para observar el Shabat que aparece en los Diez Mandamientos —el hecho de que D'os descansara después de crear al mundo?

2. Rambam (Maimónides), Moré Nevujim (La Guía de los Perplejos) 2:31 – El Shabat confirma la existencia de D'os al recordar la Creación y nos ayuda a valorar nuestra libertad física de la esclavitud al recordar el éxodo.

Sobre este mandamiento se han dado dos razones diferentes porque hay dos objetivos diferentes. En los Diez Mandamientos [en Shemot], se da la siguiente razón para diferenciar al Shabat: "Porque en seis días [D'os creó el mundo, etc.]". Pero en Devarim la razón que se da es: "Debes recordar cuando fuiste esclavo en Egipto... Por esta razón el Eterno tu D'os te ha ordenado que observes el Shabat".

Esta diferencia puede explicarse fácilmente. En el primer caso se da la razón del honor y de la distinción del día: "por eso D'os bendijo el Shabat y lo santificó" (Shemot 20:11), y la causa es que "en seis días... etc.".

וכבר באו בזאת המצוה שתי עלות מתחלפות מפני שהם לשני עלולים מתחלפים, וזה שהוא אמר בעלת הגדיל השבת בעשרת הדברות הראשונות, אמר, כי ששת ימים עשה וגו', ואמר במשנה תורה וזכרת כי עבד היית במצרים וגו' על כן צוך ה' אלהיך וגו',

וזה אמת, כי העלול במאמר הראשון הוא כבוד היום והגדילו כמ"ש, על כן ברך ה' את יום השבת ויקדשהו, זהו העלול הנמשך לעלת כי ששת ימים וגו'. Pero el hecho de que D'os nos haya dado las leyes del Shabat y el mandamiento de observarlo es consecuencia del hecho de haber sido esclavos en Egipto, donde no podíamos elegir en qué trabajar o en qué momento hacerlo y cuando tampoco podíamos descansar.

Por ello D'os nos ordenó abstenernos de trabajar en Shabat y descansar con dos objetivos: (1) que confirmemos la realidad de la Creación, lo cual claramente señala la existencia de D'os y (2) que recordemos la bondad de D'os al liberarnos de la esclavitud en Egipto.

אמנם תתו לנו תורת השבת וצוותו אותנו לשומרו הוא עלול נמשך לעלת היותנו עבדים במצרים, אשר לא היינו עובדים ברצוננו ובעת שחפצנו ולא היינו יכולים לשבות.

וצונו בתורת השביתה והמנוחה לקבץ ב' הענינים, האמנת דעת אמתי, והוא חדוש העולם המורה על מציאות השם בתחלת המחשבה ובעיון הקל, וזכור חסדי השם עלינו, בהניחנו מתחת סבלות מצרים.

¿De qué manera el hecho de que D'os creara al mundo y que posteriormente participara en el Éxodo hace más de 3500 años es relevante para nuestras vidas en la actualidad?

3. Rambán, Devarim 5:15 – Reconocer que D'os llevó adelante el éxodo nos hace tomar conciencia de que Él está íntimamente involucrado también en el curso de nuestras propias vidas.

Si tienes alguna duda respecto a si el Shabat demuestra o no el hecho de que D'os creó al mundo, Su deseo y Su poder, entonces considera aquello que has visto con tus propios ojos: el éxodo de Egipto, lo cual te provee una prueba y un recuerdo. De esta manera, el Shabat es un recuerdo del éxodo y el éxodo es un recuerdo del Shabat, porque cuando uno recuerda [el éxodo] focaliza su atención en el hecho de que D'os inició todos esos milagros y esas maravillas y que todo ocurre de acuerdo a Su Voluntad, porque Él es Quien creó todo.

אם יעלה בלבך ספק על השבת המורה על החדוש והחפץ והיכולת תזכור מה שראו עיניך ביציאת מצרים שהיא לך לראיה ולזכר. הנה השבת זכר ליציאת מצרים, ויציאת מצרים זכר לשבת כי יזכרו בו ויאמרו השם הוא מחדש בכל אותות ומופתים ועושה בכל כרצונו, כי הוא אשר ברא הכל במעשה בראשית...

Por lo tanto, al observar el Shabat reconocemos que D'os es el Creador del mundo y el director del curso de los asuntos cotidianos de la historia del mundo.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN I:

- La Torá nos dice que el Shabat tiene el objetivo de recordar el acto de la Creación de D'os, siendo nuestro descanso un reflejo de Su descanso.
- ➢ Observar el Shabat concretiza nuestra creencia en la Creación y nuestra fe en la existencia de D'os.
- El Shabat también recuerda el éxodo. Bajo esta perspectiva, nos ayuda a valorar nuestra libertad y además consagra nuestra creencia no sólo en el rol de D'os como Creador del mundo, sino también como Su director.

SECCIÓN II. EL SHABAT, UN DÍA LIBRE - ¿DE QUÉ?

Nos dicen que debemos descansar en Shabat. ¿Qué significa exactamente "descansar"? Se nos prohíbe trabajar, ¿pero a qué clase de trabajo se refiere? ¿Qué tan difícil puede ser presionar el interruptor de la luz? ¿Por qué no se puede simplemente disfrutar de una comida de Shabat en la oficina y después de eso seguir trabajando? A continuación ofrecemos un ejemplo de esto último:

Para el editor de una revista, los viernes implican sesiones de trabajo que duran toda la noche. Por ello su esposa y sus tres hijos cada semana llegan a la oficina, se apropian de una pequeña sala de conferencias y realizan allí una cena privada de Shabat. "Nadie se quejó. Generalmente los niños se portan muy bien y esto ayuda a humanizar el lugar de trabajo" —dijo el editor. (Melinda Beck, New Strategies Might Help You Get Home for Dinner, -Nuevas Estrategias que Pueden Ayudarlo a Llegar a Casa para Cenar- Wall Street Journal, 1 de marzo 2000).

La definición del judaísmo de "trabajo" en relación al Shabat tiene muy poco que ver con la definición a la cual estamos acostumbrados respecto a la jornada de 8 horas. El "trabajo" que está prohibido en Shabat es aquél al cual la Torá se refiere como "melajá". En esta sección analizaremos el significado de este término y de qué manera se aplica al descanso en Shabat.

PARTE A. EL CONCEPTO DE MELAJÁ

1. Shemot 20:9-10 – La Torá utiliza el término "melajá" para referirse a la clase de actividad que está prohibido realizar en Shabat.

Durante seis días trabajarás y harás toda tu melajá. Pero el séptimo día es el Shabat para el Eterno, tu D'os. No harás nada que constituya una **melajá**. [Esto te incluye a] ti, tu hijo, tu hija, tu esclavo, tu sirvienta, tu animal y el forastero que se encuentre dentro de tus portales.

ששת ימים תעבד ועשית כל מלאכתך: ויום השביעי שבת ליקוק אלהיך לא תעשה כל מלאכה אתה ובנך ובתך עבדך ואמתך ובהמתך וגרך אשר בשעריך:

La melajá se define como *melejet majshevet*, labor especializada, tal como lo describen las dos fuentes siguientes.

2. Ibíd. 35:30-33 – *Melejet Majshevet* se refiere al trabajo que fue necesario realizar para la construcción del *Mishkán* (el Tabernáculo).

Y Moshé les dijo a los hijos de Israel: 'Vean, el Eterno ha llamado por nombre a Betzalel hijo de Uri hijo de Jur, de la tribu de Iehudá. Lo ha colmado con Espíritu Divino. En sabiduría, en raciocinio y en conocimiento [para permitirle realizar] toda clase de **melajá**. Para confeccionar diseños, para trabajar en oro, en plata y en cobre; en el corte de piedras para engarzar y en el tallado de la madera; para realizar toda clase de *melejet majshevet*.

וַיֹאמֶר מֹשֶׁה אֶל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל רְאוּ קָרָא ה' בְּשֵׁם בְּצַלְאֵל בֵּן אוּרִי בֵּן חוּר לִמְשָׁה יָהוּדָה:

וַיְמֵלֶא אֹתוֹ רוּחַ אֱלֹהִים בְּחָכְמָה בִּתְבוּנָה וּבְדַעַת וּבְכָל מְלָאכָה:

וְלַחְשׁב מַחֲשָׁבֹת לַעֲשֹׁת בַּזָהָב וּבַכֶּסֶף וּבַּנְחשָׁת: וּבַחֲרשֶׁת אֶבֶן לְמַלֹּאת וּבַחֲרשֶׁת עֵץ לַעֲשׁוֹת בְּכָל מלאכת מחשבת:

3. Targum, ibíd. – *Melejet majshevet* implica un "trabajo especializado"

[*Melejet majshevet* es] hacer toda clase de trabajo especializado.

למעבד בכל עיבידת אומנון.

4. Or HaJaim, Shemot 20:11 – La *Melajá* no implica necesariamente esfuerzo.

"Y Él descansó el séptimo día".

Hay 39 *melajot* prohibidas, incluyendo algunas que no requieren ningún esfuerzo para realizarlas. Por ejemplo, transportar un objeto de un área privada hacia una pública o viceversa, o muchos otros ejemplos...

Y una persona puede preguntarse: "¿Qué esfuerzo demanda hacer esto?"

Por ello el versículo dice: "**Seis días** D'os **creó**... y Él **descansó**".

Esto nos enseña que el esfuerzo y el cansancio no tienen nada que ver con esto. ¿Acaso no está escrito respecto a D'os: "(D'os) no se cansa ni desfallece..." (Isaías 40)?

(Claramente, el esfuerzo no es un factor a tener en cuenta, sino que más bien esto significa) cualquier cosa que es llamada *melajá*...

וינח ביום השביעי.

...מ' מלאכות [ח"א] שיש בהם מלאכה שאין בה שום ... טורח כלל בעשייתה כמו שתאמר המוציא כלי מרשות היחיד לרשות הרבים או להפך וכדומה לזה רבים ...

ויאמר אדם מה טורח יש בדבר זה...

לזה אמר הכתוב כי ששת ימים וגו' וינח וגו' פירוש ודוק והשכיל בטעם ותדע כי אין הדבר לצד הטורח לבד והרי מי שנאמר בו (ישעי' מ') לא ייעף ולא ייגע ...

ולזה כל ששם מלאכה עליה...

5. Rab Samson Rafael Hirsch: Joreb 21:144, Soncino Press – El trabajo que está prohibido en Shabat es el desarrollo creativo del mundo físico.

La palabra "*Melajá*" aparece en las escrituras doscientas veces y nunca se refiere a una tarea física. La *Melajá*, que está prohibida en Shabat, es concebida como el cumplimiento de un propósito inteligente a través de las habilidades practicas de un hombre: por ejemplo, cualquier producción, creación, transformación de un objeto para un objetivo humano; pero sin esfuerzo físico

Incluso si uno se agota durante todo el día, todo el tiempo que no se produzca nada acorde al significado del término *Melajá*, y siempre que la actividad no haya consistido en un ejercicio constructivo de la propia inteligencia, no se ha producido ninguna *Melajá*. Por otra parte, si se ha engendrado, sin realizar el mínimo esfuerzo, incluso el cambio más pequeño en un objeto para utilizarlo con un propósito humano, entonces uno ha profanado el Shabat, y socavado su ser judío...

PARTE B. LA DETENCIÓN DE LA CREACIÓN

Si melajá se refiere a las labores especializadas y no tiene nada que ver con el esfuerzo, entonces ¿por qué la Torá nos dice que debemos descansar en el Shabat? A continuación veremos que el hecho de evitar realizar actividades físicas creativas es un paralelo al descanso de D'os después de Su trabajo de la Creación del mundo.

1. Bereshit 2:1-3 – El uso del término en el relato de la Creación.

Así fueron concluidos los cielos y la tierra y todas sus huestes. Y D'os concluyó en el séptimo día Su *melajá* (labor) que había hecho. Y descansó D'os en el séptimo día de la *melajá* que había hecho. Y D'os bendijo al séptimo día y lo santificó, porque Él descansó en Shabat de toda Su *melajá*, la que D'os había creado para hacer.

ויכלו השמים והארץ וכל צבאם:ויכל אלהים ביום השביעי מלאכתו אשר עשה וישבת ביום השביעי מכל מלאכתו אשר עשה: ויברך אלהים את יום השביעי ויקדש אתו כי בו שבת מכל מלאכתו אשר ברא אלהים לעשות:

2. Rab Shlomo Wolbe, Alei Shor, Volumen II página 383 – El cese de la *melajá* expresa que dejamos de controlar el universo.

El Rab Samson Rafael Hirsh escribe (en su trabajo *The Nineteen Letters - Las Diecinueve Letras*) que la raíz de la prohibición contra la *melajá* en Shabat es que el hombre renuncia en Shabat a su control sobre el universo. Sólo D'os, Quien creó el universo, está a cargo en este día. El hombre no tiene permiso de hacer nada que sea creativo o transformador, ni siquiera un simple acto como apretar un botón para encender una luz.

הג"ר שמשון רפאל הירש כתב כי שורש איסור מלאכות בשבת הוא לבטל מעשה האדם כלפי השי"ת, כלומר: בשבת מופקעת בעלות האדם על הבריאה, והקב"ה שברא את העולם הוא ה"בעלים" היחידי עליו ביום זה עד שאין לאדם רשות לכל מלאכה יוצרת, כלחיצה על כפתור להדליק אור...

PARTE C. MELAJÁ, EL MISHKÁN Y EL POR QUÉ DE TODOS LOS DETALLES

Las treinta y nueve categorías de labores que están prohibidas en Shabat se derivan de la proximidad existente entre los versículos relativos a la construcción y a la manutención del Mishkán y aquellos versículos que se refieren a la observancia del Shabat (El Mishkán funcionó para el pueblo judío como un Templo transportable hasta que el Beit HaMikdash se construyó en Jerusalem). Por lo tanto, está prohibido realizar en Shabat esas actividades relativas a la construcción y al mantenimiento del Mishkán.

1. Shemot 25:8 – El mandamiento de construir el Mishkán.

Háganme un *Mikdash* (Tabernáculo) y voy a morar entre ellos [el pueblo judío].

ועשו לי מקדש ושבנתי בתוכם:

2. Ibíd. 31:12-16 – Cuando Moshé terminó de trasmitirles a los judíos los detalles del Tabernáculo, se repite la orden de cuidar el Shabat.

Y D'os habló a Moshé diciendo: "Habla a los hijos de Israel diciendo: 'Aj' 'Sin embargo observareis mis Shabatot, porque es un signo entre Mi y vosotros por vuestras generaciones; para que sepáis que Yo soy D'os, Quien los ha santificado. Y observareis el Shabat...

Seis días se trabajará, pero el séptimo es el Shabat de descanso, sagrado para el Eterno. Y los hijos de Israel respetarán el Shabat..." וַיֹאמֶר ה' אֶל מֹשֶׁה לֵאמֹר וְאַתָּה דַּבֵּר אֶל בְּגֵי יִשְׂרָאֵל לֵאמֹר אַךְ אֶת שַׁבָּתֹתַי הִשְׁמֹרו כִּי אוֹת הִוֹא בֵּינִי ובִינֵיכֶם לְדֹרֹתֵיכֶם לָדַעַת כִּי אֲנִי יְהֹוָה מְקַדִּשְׁכֶם:

שׁשֶׁת יָמִים יֵעָשֶׂה מְלָאכָה ובַיוֹם הַשְּׁבִיעִי שַׁבַּת שַׁבָּתוֹן קרש לִיהֹוָה (שַׁמָרוּ בִנִי ישַׂרָאֵל אֲת הַשַּׁבַּת...

וֹשְמַרָתֵם אֵת הַשַּׁבַּת...

3. Rashi, ibid. – El trabajo en el Tabernáculo debe suspenderse en Shabat.

Aunque Yo te indiqué ordenarles participar en la *melajá* del Tabernáculo, no pienses que puedes suspender la observancia del Shabat (trabajando en Shabat) a causa de esta tarea particular.

"Sin embargo, cumplirás mis Shabatot..." A pesar de que serán extremadamente diligentes respecto a esta melajá (en la construcción del Tabernáculo), no suspendan el Shabat por su causa. El término 'aj' viene a indicar que en Shabat no hagan la melajá necesaria para el Tabernáculo.

ואתה דבר אל בני ישראל - ואתה אע"פ שהפקדתיך לצוותם על מלאכת המשכן אל יקל בעיניך לדחות את השבת מפני אותה מלאכה:

אך את שבתתי תשמרו - אע"פ שתהיו רדופין וזריזין בזריזות מלאכה שבת אל תדחה מפניה כל אכין ורקין מיעוטין למעט שבת ממלאכת המשכן:

4. Malbim, Shemot 35:2 – Todo lo que se hacía en el Tabernáculo se considera melajá.

Al decir que el trabajo en aquellas actividades involucradas en la construcción del Tabernáculo debían cesar en Shabat, la Torá implícitamente nos dice que todas las actividades involucradas en su construcción se consideran *melajá*.

אלה הדברים ר"ל אלה הדברים שצוה ה' לעשות במשכן בששת הימים לא תעשם בשבת שהם קרויים מלאכה... מבואר שכל הדברים שנעשו במשכן בששת הימים קרוים מלאכה...

Pronto veremos una lista de las treinta y nueve categorías de trabajo que no pueden realizarse en Shabat. ¿Por qué es necesario seguir los detalles de la observancia del Shabat? ¿Acaso nuestra experiencia del Shabat no sería más significativa si no se restringieran nuestras actividades? Tal como veremos en las fuentes siguientes, podemos decir que no sólo que nuestra observancia del Shabat da testimonio del hecho de que D'os creó al mundo y continúa guiándolo, sino que también el hecho de cumplir las mitzvot con todos sus detalles nos ayuda a desarrollar nuestro potencial como seres humanos, refina nuestro carácter y construye una relación con D'os.

5. Maharal, Tiferet Israel, Capítulo 4 – Las mitzvot hacen realidad nuestro potencial como seres humanos.

Los caminos y los actos que llevan a una persona a tener éxito en la vida son las mitzvot de la Torá, porque sin ellas esto permanecería en su estado potencial. Las mitzvot pueden compararse con una cuerda: son el medio para ayudar a elevar a una persona...

הדרכים והפעולות אשר הם מביאים אל ההצלחה הם מצות התורה, שבזולתם היה נשאר בכח... והם הם כמו החבל שמעליו את האדם...

6. Rambam, al final de Hiljot Temurá (Las Leyes de Temurá) – Las mitzvot son las instrucciones de D'os y el consejo para vivir y mejorar nuestros rasgos de carácter.

Y todo esto [las mitzvot] es para [ayudarnos] a superar nuestras inclinaciones negativas y corregir nuestros rasgos de carácter; y la mayoría de las leyes de la Torá son instrucciones del Gran Consejero [para ayudarnos] a corregir nuestros rasgos de carácter y mejorar nuestros caminos.

וכל אלו הדברים כדי לכוף יצרו ולתקן דעותיו ורוב דיני תורה אינן אלא עצות מרחוק מגדול העצה לתקן הדעות ולישר כל המעשים.

7. Rab Osher Jaim Levene, Set in Stone, página 31, Targum – Cada mitzvá que cumplimos intrínsecamente nos conecta con D'os.

El judaísmo no es tanto una religión como es una relación. Solamente a través del cumplimiento de las mitzvot el hombre puede llegar a construir una relación profunda, duradera y significativa con D'os... El hecho de que la mitzvá constituye el proceso mismo de entablar el nexo [con D'os] podemos encontrarlo dentro de la misma palabra מצוה, "mandamiento" la cual está íntimamente relacionada con la palabra צוותא, que implica una conexión o una unión.

8. Aish.com – Una analogía entre las mitzvot y el Internet: así como los detalles son cruciales en el mundo físico, así también lo son en el mundo espiritual.

¿Alguien puede llegar a buscarle cinco patas al gato y diferenciar entre "yahoocom" y "yahoo.com"? ¿No es un poco ridículo que no recibas mi e-mail sólo a causa de un pequeño punto?

No, no es nada ridículo. Porque el punto no es simplemente un punto. Representa algo. Ese punto tiene significado más allá de los píxeles que lo forman en la pantalla. A mí puede parecerme insignificante, pero eso se debe simplemente a mi falta de conocimiento sobre la manera en que funciona la Web.

(Para un análisis más detallado sobre la naturaleza y el propósito de las mitzvot, ver la clase de Morashá sobre Las Mitzvot y Por Qué son Tan detalladas).

Por lo tanto, la observancia del Shabat no sólo ayuda a permitirnos desarrollar nuestro potencial como seres humanos, a refinar nuestro carácter y a construir una relación con D'os, sino que es un requisito previo para poder experimentar el descanso del Shabat – la *menujá* (que analizaremos en la siguiente sección), lo cual es el objetivo mismo de la Creación.

A continuación ofrecemos una lista de las treinta y nueve categorías principales de labores (*avot melajot*), que están prohibidas en Shabat. Estas melajot se encuentran enumeradas en la Mishná en el Talmud Bavli (el Talmud de Babilonia), Shabat 73a. Se encuentran agrupadas de acuerdo a su función en el Mishkán. Estas categorías tienen aplicaciones en todas las áreas de la vida.

9. Basado en Rab Shimón Eider, Halajot de Shabat; y Rab David Ribiat, Las treinta y nueve melajot – Las treinta y nueve categorías de melajá.

Las once primeras se llaman aquellas que son "necesarias para hacer el pan". Estas melajot se realizaban en el Mishkán para preparar semanalmente las hogazas de pan de la ofrenda *Lejem HaPanim* – El Pan de la Proposición.

- 1. חורש arar
- 2. זורע sembrar
- 3. קוצר segar
- 4. מעמר cosechar
- 5. דש trillar
- 6. זורה aventar
- 7. בורר seleccionar
- 8. טוחו moler
- 9. מרקד cernir
- 10. של amasar
- 11. אופה hornear

Las siguiente trece melajot son relativas al procesamiento de la lana que se utilizó en el Mishkán.

- 12. אוו esquilar
- 13. מלבן blanquear
- 14. מנפץ peinar el material crudo
- 15. צובע teñir
- 16. טווה hilar
- 17. מיסך proceso de tejido
- 18. עושה ב' בתי נירין proceso de tejido
- 19. אורג proceso de tejido
- 20. פוצע proceso de tejido
- 21. קושר atar un nudo
- 22. מתיר desatar un nudo
- 23. חופר coser
- 24. קורע על מנת לתפור rasgar con el objetivo de coser

Las siete melajot siguientes se efectuaban en el procesamiento de los cueros de los animales (de los *tejashim* que en la actualidad han desaparecido), para realizar el cubrimiento superior del Mishkán.

- 25. צד cazar
- 26. שוחט carnear
- 27. מפשיט desollar
- 28. מעבד curtir
- 29. משרטט marcar líneas
- 30. ממחק raspar para borrar
- 31. מחתך cortar de acuerdo a un tamaño o a una forma

Las tablas que actuaban como el marco del Mishkán estaban escritas para indicar qué tabla encajaba con la siguiente, de esta manera cuando el Mishkán era desarmado y vuelto a ensamblar cada tablón permanecería en el mismo lugar. Si se cometía un error, la marca se borraba y se corregía.

- 32. כותב escribir
- 33. מוחק borrar

Las dos melajot siguientes se efectuaban cuando se acomodaban los tablones y cuando se los quitaba de sus bases.

- 34. בונה construir
- 35. סותר demoler
- 36. מכה בפטיש El golpe de martillo (el toque final o la terminación de la melajá). El herrero golpeaba con su martillo sobre el bloque (yunque) o sobre el objeto que se había terminado de realizar para enderezarlo al terminar su melajá.

Las dos melajot siguientes se relacionan con el fuego sobre el cual se ponía a hervir agua para preparar las tinturas en el Mishkán, o para preparar el carbón que era necesario para el fundido.

- 37. מכבה extinguir un fuego
- 38. מבעיר encender un fuego

La última melajá se efectuaba al transferir los tablones desde y hacia una carreta (un dominio privado) al suelo (un dominio público).

39. הוצאה – llevar o mover un objeto de un dominio a otro.

Las leyes del Shabat se observan a menos que esté en peligro una vida humana. En tales circunstancias, es una mitzvá transgredir las leyes del Shabat para salvar la vida de la persona.

10. Shulján Aruj, Oraj Jaim 328:2 con el comentario de la Mishná Berurá – *Pikuaj Nefesh*: La obligación de salvar una vida en Shabat.

Quien encuentra a una persona enferma cuya vida está en peligro tiene la obligación de profanar el Shabat en su beneficio. Es de alabar a quien actúa con diligencia en este sentido...

Mishná Berurá

Se le debe administrar atención médica pues está escrito en la Torá: "Vivirán por ellos" (Vaikrá/ Levítico 18:5), y no está escrito morirás por ellos (por cumplir los mandamientos).

מי שיש לו חולי של סכנה, מצוה לחלל עליו את השבת; והזריז, הרי זה משובח...

משנה ברורה: פי' לעשות לו רפואה והטעם משום דכתיב (ויקרא יח:ה) וחי בהם, ולא שימות בהם.

PARTE D. UN MICROCOSMOS DEL UNIVERSO

¿Por qué la Torá eligió la construcción del Tabernáculo como la fuente a partir de la cual definir qué se considera melajá en Shabat?

1. Midrash Tanjuma, Pikudei 2 – El Mishkán es paralelo al universo.

Rabi Iaakov, el hijo de Rabi Asi dijo: "¿Qué significa la expresión: 'Oh Eterno, amo habitar en Tu casa [es decir, en el mundo] y en el lugar de residencia [lit. Mishkán] de Tu gloria'? Significa que [el Mishkán] es paralelo a la Creación del mundo".

א"ר יעקב בר' אסי למה הוא אומר ה' אהבתי מעון ביתך ומקום משכן כבודך בשביל ששקול כנגד בריאת עולם.

Puesto que la construcción del Mishkán constituye un paralelo de la Creación del mundo, aquél que lo construyó debió tener acceso a la sabiduría Divina. De hecho, vemos que Betzalel, el arquitecto del Mishkán, recibió este don como regalo.

2. Talmud Bavli, Berajot 55a – Betzalel fue dotado con la sabiduría de la Creación.

Rabi Iehudá dijo en nombre de Rav: "Betzalel sabía cómo combinar las letras con las cuales fueron creados los cielos y la tierra".

אמר רב יהודה אמר רב: יודע היה בצלאל לצרף אותיות שנבראו בהן שמים וארץ.

3. Rabi Moshé Shapiro (Disertación en Jerusalem) – El Tabernáculo como un microcosmos del universo.

En verdad el Tabernáculo fue una recreación del universo. D'os creó el mundo en un estado puro e inmaculado, pero los seres humanos lo corrompieron y lo distorsionaron. El Tabernáculo (y posteriormente el Templo en Jerusalem) tenía el propósito de actuar como un rincón del mundo en el cual ese estado inmaculado original de la realidad podía ser preservado. De esta manera, la construcción del Tabernáculo por parte del pueblo judío es un paralelo del acto de la Creación de D'os. Cualquier clase de actividad que estuvo involucrada en su construcción es por lo tanto considerada la clase de actividad creativa que la Torá nos pide que evitemos realizar en Shabat.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN II:

- La clase de "trabajo" del cual descansamos en Shabat es llamado en hebreo *melajá*, y se refiere a labores físicas especializadas que mejoran creativamente el mundo físico. Poco tiene que ver la cantidad de esfuerzo involucrado en la realización de la tarea.
- Puesto que también D'os descansó de la misma clase de trabajo el séptimo día de la Creación, nuestro descanso es una afirmación de nuestra creencia en la Creación.
- Los tipos de actividades específicas que se definen como melajá de Shabat se derivan de las labores que fueron necesarias para la construcción y el mantenimiento del Mishkán.
- Debido a que el Mishkán mismo era un microcosmos del universo, el hecho de descansar y no realizar las labores que se realizaron para el Mishkán representa de manera directa un paralelo del descanso de D'os de Su propio trabajo de Creación.

SECCIÓN III. EL CONCEPTO DE MENUJÁ - DESCANSO

Una vez pasé Shabat en el hotel Holiday Inn en Kowloon, Hong Kong, donde me dieron una habitación en el décimo primer piso del hotel. No usé el ascensor debido a la restricción respecto a encender o apagar circuitos eléctricos, y en cambio utilicé las escaleras diseñadas para el uso del personal de servicio del hotel. Resoplando y tambaleando, al llegar al décimo piso por las escaleras, me encontré con uno de los mozos del hotel quien me preguntó por qué no usaba el ascensor. Le respondí: "Porque hoy es Shabat, nuestro día de descanso". Nos miramos un instante, él sonrió nerviosamente y partió rápidamente, antes que pudiera explicarle de qué manera subir once pisos por escaleras se considera "descanso" (Tomado de "Gateway to Judaism", del Rab Mordejai Becher, ArtScroll, página 95).

Nosotros ya definimos qué es lo que se considera trabajo. ¡Incluso subir tantos pisos por escalera no se considera "trabajo"! Entonces, ¿qué es el descanso? También aquí, la noción popular del descanso tiene poco que ver con lo que la Torá llama "menujá". No se nos dice que debemos sentarnos en una mecedora todo el día y descansar en este sentido de la palabra. La menujá en realidad constituye una realidad espiritual superior, un estado de satisfacción interior — un descanso que se logra específicamente al evitar realizar la melajá. Esto requiere un alejamiento del mundo físico y disfrutar la totalidad de la experiencia del Shabat.

PARTE A. LA MENUJÁ COMPLETA LA CREACIÓN

1. Bereshit 2:2 – D'os completa la creación del mundo.

Y al terminar D'os el día séptimo toda la obra que había hecho, descansó el día séptimo de todo el trabajo realizado.

ויכל אלהים ביום השביעי מלאכתו אשר עשה וישבת ביום השביעי מכל מלאכתו אשר עשה:

Los comentarios relativos a este versículo señalan una dificultad básica en su comprensión. Si D'os creó el mundo en seis días, entonces ya había terminado de crear el séptimo día. La expresión "al terminar D'os el día séptimo toda la obra que había hecho" aparentemente parece indicar que también ese día hubo una creación adicional. ¿Qué fue creado el séptimo día?

Debido a esta dificultad en el texto, la primera vez que la Torá fue traducida al griego éste versículo fue mal

traducido deliberadamente para el público no judío.

2. Bereshit Rabá 10:9 – El versículo que describe el primer Shabat fue mal traducido deliberadamente.

Ésta es una de las partes del texto que [los Sabios] cambiaron para [el rey egipcio-griego] Ptolomeo, [escribiendo en cambio:] "Y Él terminó el sexto día y descansó el séptimo día".

וזה אחד מן הדברים ששינו לתלמי המלך, ויכל אלהים ביום הששי וישבות ביום השביעי.

Pero la tradición judía siempre tiene su propia respuesta. ¿Qué fue creado el séptimo día de la Creación? ¡La menujá!

3. Rashi, Bereshit 2:2 – ¿Qué era lo que le faltaba al mundo y que debía completarse? La creación de la menujá.

¿Qué le faltaba al mundo [el séptimo día]? *Menujá* (descanso). Cuando llegó el Shabat, llegó la *menujá*; el trabajo [de la Creación] quedó completo y terminado.

מה היה העולם חסר? מנוחה, באת שבת באת מנוחה, כלתה ונגמרה המלאכה.

Claramente, la *menujá* es una realidad espiritual que D'os Mismo introdujo en el mundo en Shabat. Esta idea revolucionaria es la esencia misma de Shabat, algo que los griegos no habrían podido entender.

4. Rashi, Meguilá 9a – La traducción tuvo el propósito de evitar enfrentar al rey griego con la dificultad original del texto.

[Los Sabios tradujeron mal el versículo] para que [Ptolomeo] no pudiera argumentar que D'os realizó melajá en Shabat, ya que la Torá afirma: "Él concluyó el séptimo día". Él [Ptolomeo] no hubiera aceptado la explicación de los Sabios...

שלא יאמר אם כן עשה מלאכה בשבת, דהא כתיב ויכל ביום השביעי, והוא לא יקבל עליו מדרש חכמים...

5. Rab Jonathan Sacks, Radical Then, Radical Now, página 130 – El descanso en relación a un esfuerzo espiritual creativo es un fenómeno singular del judaísmo.

El Shabat fue una institución completamente nueva en la historia de la humanidad y en un comienzo nadie podía entenderlo... ¿Qué era lo que no podían entender? Todas las religiones tienen sus días sagrados. Pero ninguna había tenido un día cuya santidad se manifestara a través de la prohibición de trabajar. Los escritores griegos y romanos ridiculizaron a los judíos por esta causa. Séneca, Plutarco y Tácito dijeron que los judíos eran un pueblo holgazán que se tomaba un día libre porque no deseaban trabajar. Ni los griegos ni los romanos pudieron entender la idea de que el descanso es un logro, que el Shabat es la calma del judaísmo en el corazón de un mundo en movimiento, y que *esto* es precisamente lo que D'os había creado el séptimo día.

6. Rab Eliahu Dessler, Mijtav M'Eliahu, Volumen II, página 13 – La menujá le da al mundo los medios para alcanzar lo Divino.

La creación del mismo día de Shabat fue la finalización de toda la Creación. El Shabat es una creación en sí misma, un mundo de *menujá*

שבריאת יום השבת עצמו היא גמר מעשה בראשית. השבת היא בריאה בפני עצמה – עולם המנוחה. אין (descanso). *Menujá* no se refiere a pereza, lo cual en realidad es una manera de destrucción y de muerte. Más bien, esta *menujá* consiste en un quiebre con lo material, con la existencia física. Es un descanso del alma que es la esencia de la existencia espiritual, y es una condición previa para llegar a alcanzar la revelación de lo Divino en este mundo. Esto mismo es la culminación de la creación.

המכוון למנוחה עצלנית, מתה, שהיא כליון, אלא למנוחה מן הגשמיות. מנוחת-הנפש הזאת היא עצם חיי הרוחניות, והיא ההשתלמות לקראת גילוי השכינה בעולם הזה, זוהי שלימות הבריאה.

7. Rab Aryeh Kaplan, Shabat: el Día de Eternidad – Descansar en Shabat crea shalom (paz).

Mientras más se parece algo a D'os, más cerca está de Él y más forma parte de Él. De hecho, el objetivo fundamental del judaísmo es lograr imitar a D'os de esta manera. D'os habita en la eternidad, en un reino que se encuentra más allá del cambio y del tiempo. Él mismo le dijo a Su profeta (Malaji 3:6): "Yo soy el Eterno, Yo no cambio". Por lo tanto, la serenidad y la tranquilidad son una imitación de los atributos de D'os. En el séptimo día, D'os agregó esta dimensión de tranquilidad y armonía al mundo. Ya no se encontraba en un proceso de cambio, y por lo tanto podía tomar parte en la serenidad Divina. De esta manera se volvió sagrado y bendito. El Shabat de esta manera se convirtió en un día de eternidad. Así el mundo pudo participar en la intemporalidad Divina.

En un sentido, D'os descendió al mundo en el Shabat de la Creación. Es interesante prestar atención al hecho de que la palabra Shabat tiene relación con la palabra hebrea *shevet*, que significa habitar. En el Shabat, D'os convierte al mundo en Su lugar de residencia. De esta manera, el Shabat provoca una armonía integral entre D'os y Su mundo. En vez de continuar cambiando al universo, D'os lo llevó a estar en armonía con Él mismo.

El Zohar, la Kábala, nos dice que el misterio del Shabat es la unidad. En Shabat, D'os creó la armonía entre Él y el universo. Cuando la persona observa el Shabat, comparte la eternidad Divina. Entra en un estado de armonía tanto con D'os como con el mundo. De esta manera, la persona logra un estado de paz con toda la creación. Esto explica de inmediato por qué el concepto de paz es tan importante en el Shabat. Uno de los saludos más comunes en Shabat es: "Shabat Shalom", porque la principal idea del Shabat es la paz; no solamente paz entre la persona y sus semejantes, sino paz entre el hombre y toda la Creación.

PARTE B. LA PERSPECTIVA DE LA MENUJÁ

Vimos entonces que la menujá no se refiere simplemente a descansar; es una realidad espiritual más elevada de paz y serenidad que resulta al cesar de realizar las actividades creativas. Podemos decir todavía más: para lograr un verdadero estado de menujá en Shabat es necesario lograr un corte mental con todo el trabajo de la semana. Esto se logra al considerar todos nuestros emprendimientos completos, valorando la tremenda santidad intrínseca del Shabat y comportándonos de manera diferente a lo que hacemos durante toda la semana. Además, cuando alguien entiende que la Creación es perfecta, que D'os tiene un plan maestro para cada uno y que todo lo que ocurre tanto a nivel cósmico como personal es parte de Su plan y en consecuencia en última instancia es para bien, sólo entonces la persona puede lograr la verdadera paz mental que constituye la menujá de Shabat.

1. Rashi, Shemot 20:9 – En Shabat la persona debe sentir como si todo su trabajo ya se hubiera completado.

"En seis días harás toda tu melajá."

ששת יָמִים תַּעֲבֹד וְעָשִיתָ כָּל מְלַאּכְתַך

Rashi

Cuando llega el Shabat, debes sentir como si hubieras terminado todo tu trabajo, y ni siquiera pensar en tus asuntos.

כשתבא שבת יהא בעיניך כאילו מלאכתך עשויה, שלא תהרהר אחר מלאכה.

2. Rambán, Shemot 20:8 – El descanso es un reflejo de la santidad del día.

El significado de "para santificar el Shabat" es que debemos recordarlo para que sea sagrado ante nuestros ojos. Esto significa que debemos descansar específicamente porque el día es sagrado, como un medio para lograr alejarnos de los asuntos mundanos que ocupan nuestras mentes y de nuestras búsquedas efimeras, para poder otorgarles a nuestros espíritus el placer de acuerdo al camino de D'os; y acudir a los Sabios y a los profetas para oír las enseñanzas de D'os.

וטעם לקדשו - שיהא זכרונגו בו להיות קדוש בעינינו... והטעם, שתהא השביתה בעינינו בעבור שהוא יום קדוש, להפנות בו מעסקי המחשבות והבלי הזמנים, ולתת בו עונג לנפשינו בדרכי ה', וללכת אל החכמים ואל הנביאים לשמוע דברי ה' ...

3. Rab Eliahu Dessler, Mijtav M'Eliahu, Volumen II, página 14 – El poder del Shabat supera cualquier preocupación mundana porque ése es el objetivo espiritual de la Creación.

Esto es lo que se le pide a la persona: que su conexión con el Shabat sea tan grande que incluso si antes de la llegada del Shabat uno se encuentra profundamente involucrado en negocios importantes, una vez que entra el Shabat ya no tendrá ningún deseo de pensar sobre ese negocio. En comparación con la poderosa santidad del Shabat, todas las cosas del mundo son consideradas absolutamente insignificantes. Porque todo el esfuerzo de la persona (durante la semana) sólo es la preparación para lograr un objetivo, y el Shabat es el objetivo espiritual de la Creación misma.

אך דבר זה נדרש מהאדם, שהתדבקותו בקדושת השבת תהיה כה גדולה שאף אם יעמוד בערב שבת באמצע עסק גדול ומטריד מאד, משיכנס השבת לא ימצא בנפשו שום נטיית רצון להרהר בו כלל. כי לעומת עוצם קדושת השבת כל דברי העולם הזה כאין וכאפס נחשבים לו: כי כולם כאחד אינם אלא הכנות לתכלית, והשבת הרי היא התכלית הרוחנית של הבריאה עצמה.

4. Talmud Bavli, Shabat 113a-b – El Shabat crea un completo cambio de escenario.

Tus ropas de Shabat no deben ser las mismas ropas que usas en la semana... la manera en la cual caminas en Shabat no debe ser la misma manera en que caminas durante la semana... tu conversación en Shabat no debe ser la misma conversación que mantienes durante la semana...

שלא יהא מלבושך של שבת כמלבושך של חול... שלא יהא הילוכך של שבת כהילוכך של חול... שלא יהא דבורך של שבת כדבורך של חול...

5. Bereshit 1:31 y 2:2 – Al concluir el sexto día, D'os proclamó que toda la Creación era muy buena.

Y vio D'os todo lo que había hecho y he aquí que era muy bueno. Y hubo tarde y hubo mañana, el día sexto.

Y (así) fueron acabados el cielo y la tierra y todas sus huestes (las estrellas). Y al terminar D'os el séptimo día toda la obra que había hecho, descansó el séptimo día de todo el trabajo realizado.

וירא אלהים את כל אשר עשה והגה טוב מאד ויהי ערב ויהי בקר יום הששי:

ויכלו השמים והארץ וכל צבאם: ויכל אלהים ביום השביעי מלאכתו אשר עשה וישבת ביום השביעי מכל מלאכתו אשר עשה:

¿Por qué al completar Su trabajo de la Creación el sexto día D'os proclamó que la creación era "muy buena", en contraste con los días anteriores (con excepción del segundo día), cuando Él sólo afirmó que era "bueno"?

6. Basado en el Rab Samson Rafael Hirsch, Bereshit 1:31 – La totalidad de la Creación es un mundo perfecto.

No debería llamarnos la atención [en el versículo anterior] si allí, en la fase final de la Creación sólo dijera: "Y vio D'os que era bueno". Pero el versículo dice "he aquí" – הנה, lo cual siempre introduce algo que aún no habíamos visto. A primera vista se nos hubiera ocurrido aplicar la palabra agregada "muy" – מאד.

Si "he aquí" siempre implica una idea nueva y si la palabra "muy" se agrega a esta nueva concepción de "bueno", debe haber algo en el texto que motive este nuevo matiz de nuestro juicio. Esta nueva concepción es obviamente la palabra "todo." ¿Qué viene a enseñarnos la palabra "todo"? Cada creación por sí misma es buena, pero sólo ahora, cuando la serie de creaciones ha sido terminada, y cada una puede ser considerada en relación con el todo, "todo" no sólo es "bueno" sino que es "muy bueno". "todo" no es sólo la concepción de pluralidad, un "todo" en el cual todas las cosas están incluidas, sino "todo" como una concepción de la unión de la pluralidad como una sola unidad.

La raíz de la palabra hebrea "todo" – ללי פל בליל . כלל en el lenguaje de los Sabios implica un anillo, un aro, una corona, la idea de algo redondo, un círculo. Un círculo es una expresión de toda la esfera que puede ser controlada desde el punto de vista personal. Por ello todas las expresiones para los conceptos de completitud y perfección en hebreo tienen relación con la palabra "círculo". Por esta razón también », no se refiere tanto a la suma de muchas partes sino más bien está designando la totalidad de una concepción. También aquí: D'os vio la perfección de todo lo que Él había creado, vio de que manera todo encajaba de manera armoniosa entre sí, la unión de todo lo que Él había creado, Él consideró a cada parte en conexión con el todo y "he aquí que era muy bueno".

Si miramos algo separado del todo, podemos pensar que es imperfecto. Por ello todo lo creado, todo lo que tenía existencia, visto en conexión con todo lo demás, era muy bueno. Todo lo que es malo posólo parece ser malo cuando lo vemos separado, por sí mismo, en una fracción de tiempo y espacio. Pero de hecho el mal desaparece y se convierte en "muy bueno" –incluso el *ietzer hará* (la Inclinación al Mal), el sufrimiento, la muerte –apenas ampliamos nuestras mentes y vemos el todo, en nuestra relación espiritual Divina, no sólo en relación con este mundo sino también con el Mundo Venidero. Si pudiéramos ver aunque sea de reojo toda la imagen de la manera en la cual D'os maneja los hechos entrelazando unos con otros en todos los tiempos y en todas las esferas, tal como Él lo ve, entonces sin duda estaríamos de acuerdo con su veredicto: "He aquí que es muy bueno".

Esta perspectiva respecto a la Creación y a la vida nos lleva a valorar la menujá de Shabat de una manera adicional.

7. Rab Itzjak Berkovits, The Jerusalem Kollel, Bereshit 1:31 – Comprender que el mundo en su totalidad es perfecto nos permite relajarnos en Shabat.

En Shabat, recitamos el Salmo 92 para el día del Shabat, cuyo tema no se refiere de manera explícita al Shabat. El Salmo discute la pregunta filosófica de la justicia Divina en relación a las personas rectas que sufren y a los malvados que florecen. ¿Por qué se recita este Salmo en Shabat? ¿Qué conexion tiene con el Shabat?

En el Shabat necesitamos ser capaces de sentir la menujá en la Creación. Menujá implica valorar de qué manera funciona la vida, que todo es de la manera que debe ser. Cualquier cuestionamiento que tenemos [respecto a la Justicia Divina] se debe a que estamos considerando solamente un pequeño fragmento de la existencia, sacando algo de contexto al formular esa pregunta. Tal como explica el Rab Hirsh [más arriba] la alabanza de "muy bueno" sólo aparece en la narración de la Creación en la Torá en el momento en el cual se completó la creación. El Midrash Rabá trae tres opiniones respecto a qué se refieren las palabras "muy bueno": a la muerte, al ietzer hará y al Guehinom.

D'os vio *todo* lo que Él había hecho. En cada una de las diez alocuciones de la creación, hay un "bueno". "Bueno" refleja que allí hay un bien, pero podemos tener muchísimas preguntas, porque incluso en los otros días de la Creación hay elementos que podemos pensar que están incompletos o que son dañinos. Sin embargo, al finalizar la Creación, junto a esos componentes aparentemente negativos —la muerte, el ietzer hará y el guehinom- nosotros pronunciamos: "Y los cielos y la tierra... fueron completados". Ahora la Creación está completa. Ya no cabe lugar a preguntas. El sufrimiento de los rectos sólo es una pregunta sin tener en cuenta el Mundo Venidero. Y lo mismo ocurre en relación al florecimiento de los malvados.

Ahora podemos entender la menujá del Shabat. Conmemoramos el descanso de D'os en el Shabat porque eso manifiesta que la creación es completa y perfecta. El Shabat es la totalidad, la imagen completa. La menujá del Shabat implica alejarnos a nosotros mismos del mundo que está lleno de detalles que son difíciles de entender y colocarnos en la perspectiva de la totalidad de la Creación; comprendiendo que todo es perfecto. En última instancia, todo funciona de la manera que debe ser. La menujá del Shabat implica estar en paz con D'os y con Sus actos. No entendemos las respuestas como detalles, pero entendemos la imagen completa. Entendemos que todo cabe exactamente en ella. Entonces nos relajamos respecto a los temas que nos preocupan, sabiendo que todo se solucionará y encontrará su lugar y de esta manera disfrutamos la menujá del Shabat.

PARTE C. EL ALMA ADICIONAL DEL SHABAT

En Shabat D'os nos otorga un alma adicional que nos permite disfrutar mejor de las elevadas dimensiones espirituales y de los placeres físicos del día, contribuyendo de esta manera a la menujá del Shabat.

1. Talmud Bavli, Beitzá 16a – En Shabat tenemos un "alma adicional".

Rabi Shimon ben Lakish dijo, "El Santo Bendito Sea le da al hombre un alma adicional (*neshamá ieterá*) en Erev Shabat, y al finalizar el Shabat Él la vuelve a llevar".

דאמר רבי שמעון בן לקיש נשמה יתירה נותן הקדוש ברוך הוא באדם ערב שבת ולמוצאי שבת נוטלין אותה הימנו 2. Rashi, ibíd. 16a – El alma adicional nos otorga una capacidad extra para disfrutar.

Neshamá ieterá (Un alma adicional) – una mayor habilidad para descansar y alegrarse, y la capacidad adicional para comer y beber más.

נשמה יתירה - רוחב לב למנוחה ולשמחה, ולהיות פתוח לרוחה, ויאכל וישתה ואין נפשו קצה עליו:

El alma adicional permite elevar la espiritualidad incluso a través de actos tales como comer y beber. Aún más, el Shabat nos otorga una oportunidad para incrementar la espiritualidad a través de nuestras plegarias y del estudio de la Torá. De hecho, el Ben Ish Jai escribe (Parashat Beshalaj) que el estudio de la Torá en Shabat puede lograr 1,000 veces más que lo que se puede llegar a lograr durante la semana.

3. Rab Itzjak Berkovits, The Jerusalem Kollel – El alma adicional en Shabat contribuye a nuestra menujá al permitirles a nuestros actos físicos establecer una conexión espiritual aún mayor.

El "Mesilat Iesharim" enseña que fuimos creados con el propósito de disfrutar de nuestra conexión con D'os. Cada Shabat recibimos un regalo especial de D'os: el alma adicional, la cual nos ayuda a disfrutar de esa conexión en este mundo. Se considera que Shabat tiene una parte del sabor del Mundo Venidero. En el Mundo Venidero tendremos claridad respecto a que nuestra conexión con D'os nos brinda enorme regocijo. Mientras tanto, en este mundo, el alma adicional que recibimos en Shabat nos permite experimentar enorme regocijo al reconocer que Él creó para nosotros un mundo hermoso, y así también tener placer a través de actos tales como comer y beber. Tal como explica Rashi [como vimos antes], estamos utilizando nuestros actos físicos para poder establecer una mayor conexión espiritual.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN III:

- Si bien D'os creó el mundo en seis días, Su Creación no estaba completa sin la adición de la menujá, el descanso. La menujá de Shabat fue el toque final que D'os le dio a Su Creación.
- Con la menujá, D'os agregó una dimensión de santidad a la Creación que es accesible para aquellos que descansan de la misma manera que descansó D'os.
- Podemos llegar a esta santidad alejándonos física y mentalmente del desarrollo creativo del mundo físico para poder centrar nuestra atención en aspectos espirituales.
- El Shabat requiere el entendimiento de que nuestro mundo es perfecto, que D'os tiene un plan y que en definitiva todo resulta de la manera que es mejor para todos. Con esa paz mental, la persona puede relajarse de sus inquietudes sobre los temas que lo están preocupando y disfrutar de la menujá del Shabat.
- En Shabat D'os nos otorga un alma adicional que nos permite disfrutar mejor tanto de la dimensión espiritual más elevada del día como de los placeres físicos en los cuales la persona participa en el Shabat. Todo esto contribuye a nuestra menujá del Shabat.

SECCIÓN IV. LA CONCIENCIA DEL SHABAT

La menujá completa la Creación, y nosotros la creamos alejándonos de lo mundano y de las actividades físicas creativas. La atmósfera que se crea ante el cese de la melajá y el espíritu de la menujá del Shabat nos da un elevado sentido de conciencia respecto al significado, las relaciones y la espiritualidad. En última instancia, se le adjudica al Shabat el mérito de mantener la existencia del pueblo judío, reflejando su inapreciable valor. A veces, es necesario que nos recuerden verdaderamente cuál es su valor.

Un hombre pobre llamó una vez a la puerta de un jasid pidiendo caridad. El jasid no tenía dinero para entregarle a ese hombre, pero vio que sobre la mesa se encontraba el anillo de oro de casamiento de su esposa. Él decidió que la situación de ese hombre era tan desesperada que merecía que le entregara ese anillo. Consultó con su esposa y ella estuvo de acuerdo en que se lo dieran.

Sin embargo, poco tiempo después la esposa del jasid se desesperó y salió corriendo de la casa, tratando de encontrar al hombre pobre. El jasid, pensó que no había sido correcto presentarle a su esposa semejante dilema y salió corriendo detrás de ella para disculparse, prometiéndole que ganaría suficiente dinero como para poder comprarle un anillo nuevo y pidiéndole que le permitiera a esa persona quedarse con el anillo que le habían dado.

"No es por eso que salí a buscar a esta persona" —le respondió su esposa. "Temí que no comprendiera el verdadero valor del anillo y que en su desesperación por obtener dinero lo llegue a vender por mucho menos de lo que vale" (Basado en una idea del Rab Baruj Leff, "Shabbos in My Soul", Targum Press).

PARTE A. UN SENTIDO DE PROPÓSITO Y PERFECCIÓN

El Shabat eleva el mundo físico al proveer un objetivo y un contexto para nuestra semana de trabajo. De esta manera, el Shabat infunde nuestra existencia física con significado y propósito.

1. Talmud Bavli, Berachot 57b – El Shabat nos otorga un sentido del objetivo primordial del mundo.

El Shabat es una sexagésima parte [del sabor] del Mundo Venidero.

שבת אחד מששים לעולם הבא.

2. Rab Akiva Tatz, Vivir Inspirado, páginas 157-158 – Poder ver el objetivo nos ayuda a valorar el proceso.

Shabat contiene muchas ideas, pero la más básica de todas es quizás que representa el propósito final, el *tajlit* de un proceso. La semana es un período de trabajo, de construcción; el Shabat es el *cese* de esa construcción, lo cual enfatiza el significado y el sentido de logro que esa construcción ha generado. No es simplemente descanso, inactividad. Es la celebración del trabajo que ha sido completado. Siempre que la Torá menciona el Shabat, primero menciona seis días de trabajo: la idea aquí es que el Shabat solamente ocurre después, *a causa* del trabajo.

Cualquier proceso debe tener un propósito final que le de sentido. Si el trabajo nunca alcanza un logro, el trabajo es insensato. Si un inventor construye una máquina que se mantiene enteramente a si misma —se aceita, se limpia y se llena a si misma de combustible-, ello sería algo muy ingenioso, siempre que la máquina *produzca* algo. Una máquina cuyo único producto sea el mantenimiento de si misma, sería ridícula.

El resultado justifica el trabajo, el objetivo justifica el proceso. El placer de la libertad y el relajamiento que acompaña la consecución de un objetivo es el resultado directo de la satisfacción de saber que el trabajo ha sido terminado. Ésta es la verdadera felicidad, la felicidad del logro. Shabat es una experiencia maravillosa si la persona sabe que tiene en su haber una semana de trabajo realizado; es entonces que el descanso es pleno y completo...

PARTE B. LA SENSIBILIDAD ESPIRITUAL

El Shabat tiene una porción del sabor del Mundo Venidero también en otros sentidos. Al "saborear" el Shabat tomamos conciencia de la dimensión espiritual de la existencia.

1. Rab Akiva Tatz, Vivir Inspirado, página 159 – El Shabat nos ayuda a tomar conciencia de otra dimensión.

Pero hay mucho más que eso. No sólo comenzamos la semana descansados e inspirados por el Shabat con el objetivo en mente de llegar a un estado más elevado la próxima semana, sino que durante toda la semana debemos permanecer conscientes de que nuestra vida entera sigue este mismo modelo: nacidos de una dimensión trascendente, habiéndosenos dado aquí tiempo suficiente para trabajar, para dar, para lograr, nuestro objetivo ves regresar a esa dimensión superior teniendo en nuestro crédito toda una vida de arduo trabajo. Esta vida es como una semana; el descanso es el gran Shabat del futuro. Cada semana llega Shabat para enseñarnos este hecho: que en último término, tarde o temprano, llegará el final a la etapa del trabajo y el Shabat permanente comenzará.

La ilusión de inmortalidad que nos permitimos tener es muy poderosa: tengo una vida para siempre. Pero en realidad nunca pasan más de siete días antes de que se nos recuerde: acuérdate del Shabat.

El Shabat nos ayuda a tomar conciencia de una realidad que está más allá de nosotros mismos y de esta manera nos impulsa a considerar cuál es el propósito de la vida.

2. Talmud Bavli, Berajot 14a – La persona debe soñar por lo menos una vez cada semana.

Rab Iona dijo en nombre de Rabi Zeira que aquel que duerme durante siete días sin soñar ni una vez es llamado "malo".

אמר רבי יונה אמר רבי זירא: כל הלן שבעת ימים בלא חלום נקרא רע.

¿Por qué condenar de esta manera a una persona por causa de algo que aparentemente está fuera de nuestro control?

3. Atribuído al Gaón de Vilna, Sedei Eliahu sobre Berajot 14a – Los sueños pueden despertarnos y ayudarnos a comprender que la vida misma es algo pasajero. El Shabat nos otorga la oportunidad de considerar el propósito más profundo de la vida.

Esto no se entiende. ¿La persona tiene o no tiene la capacidad de elegir si sueña o si no sueña? ¿Cómo es posible que algo así sea el indicador del nivel moral de una persona, ya sea para bien o para mal?

לכאורה תמוה האם תלוי בבחירתו של אדם שיחלום לו, ומה הטעם שיהיה זאת בחינה על דרך מדרגת האדם אם הוא טוב או רע? La respuesta es la siguiente. Como es sabido este mundo, con todos los placeres que tiene para ofrecer, es como un sueño fugaz, algo absolutamente vano. ¿Qué valor tiene una vida de inseguridades, de preocupaciones ante la posibilidad de la muerte, sin saber si uno va a vivir o va a morir? Es exactamente como un sueño fugaz [el cual es una preparación para el Mundo Venidero].

Si la persona acepta el hecho de que la vida es como un sueño, entonces sin ninguna duda colocará sus prioridades en los asuntos espirituales y dejará en segundo plano sus propios deseos. Pero la gente se olvida de esto y se sumerge en las vanidades de este mundo. Durante toda la semana la persona está ocupada tratando de ganarse la vida y no tiene tiempo para pensar sobre el propósito de su vida. Pero en Shabat, cuando la persona está libre de tales preocupaciones, si en ese momento falla en considerar cuál es el sentido de la vida, si no comprende que este mundo es un mero corredor hacia la vida eterna en el Mundo Venidero, entonces esto se considera un pecado.

Éste es el significado de "Aquél que duerme durante siete noches..." Esto implica que si alguien pasa siete días, incluyendo el Shabat, sin soñar; es decir, sin comprender que este mundo es como un sueño, entonces es llamado "malo". Cada siete días la persona debe considerar el propósito de la vida y realizar un balance espiritual de su alma.

ויש לומר דהנה ידוע דעולם הזה עם כל תענוגיו הוא כחלום יעוף והבל הבלים, כי חיי האדם במה נחשב הוא שימיו ושנותיו אינם בטוחים וכל יום ידאוג שמא ימות למחר, ואינו יודע אם יחיה או ימות, והמה כחלום יעוף.

והנה אם ישים האדם אל לבו כי בהעולם הזה כל ימי חייו הוא רק חלום, אזי בלא ספק ישים מלאכת ה' לעיקר ומלאכתו עראי, אך האדם שוכח זאת, ועל כן הוא שקוע בהבלי עולם הזה, והנה בכל ימי השבוע הוא טרוד במשא ומתן בפרנסתו ואין לו פנאי כל כך לחשוב חשבונו של עולמו בדבר תכליתו אך ביום השבת אשר אז הוא פנוי מעסקיו אם גם אז לא ישים אל לבו לחשוב בדבר תכליתו בעולם הזה אשר זאת רק מבוא לחיי עולם הבא אזי לחטא ועון יחשוב לו כמובן,

וזאת כוונתו הלן ז' ימים, רוצה לומר אם עובר על האדם שבעת ימים ובכלל הזה גם יום השבת בלא חלום שלא נתן אל לבו שהעולם הזה הוא חלום נקרא רע, כי כל שבעת ימים צריך האדם לחשוב חשבונו של עולמו בחשבון הנפש.

PARTE C. EL IMPACTO DEL SHABAT

Observar el Shabat y la conciencia que esto nos otorga tiene un profundo impacto sobre la vida judía y sobre la supervivencia del pueblo judío. Y continúa siendo tan crucial ahora como lo fue en todos los tiempos.

1. Rab Mordejai Becher, Gateway to Judaism, páginas 96-7 – El Shabat cuida a los judíos.

El Shabat crea un santuario en el tiempo en el cual somos obligados a suspender nuestras actividades normales y volver a evaluar la importancia de nuestras preocupaciones cotidianas. Se nos otorga la oportunidad de volver nuestra atención hacia aquellas áreas de nuestras vidas que a menudo son descuidadas. El Shabat es el momento en el cual toda la familia se reúne sin las presiones de la escuela y del trabajo y sin la intromisión del teléfono o de la televisión. Una expresión común, que se difundió en el siglo veinte, afirma: "Más que lo que los judíos cuidan el Shabat, el Shabat cuida a los judíos".

2. Rab Jonatan Sacks, Radical Then, Radical Now, páginas 133-135 – El Shabat mantiene la vida judía.

El Shabat mantiene a cada una de las grandes instituciones del judaísmo. En la sinagoga nos volvemos a conectar con la comunidad, rezando sus plegarias, celebrando sus alegrías, definiéndonos como parte de un "nosotros" antes que del "yo". Oír y estudiar la porción de la Torá de la semana, viajamos hacia el pasado para unirnos a nuestros antepasados en el Monte Sinaí, cuando D'os nos habló y nos dio Su texto escrito, Su contrato de matrimonio con el pueblo judío. Pasamos tiempo –sagrado y sin disturbios- en casa con nuestra familia, esposa e hijos, sabiendo que nuestro matrimonio está protegido bajo el tabernáculo de paz de D'os.

En una oportunidad llevé a la máxima experta británica en educación infantil a una escuela judía en la cual vio por primera vez a niños pequeños representando una mesa de Shabat. Los padres de cinco años daban bendiciones a los hijos de cinco años y daban la bienvenida a los huéspedes de cinco años. Ella, una mujer no judía, estaba embelesada. Les preguntó a los niños qué era lo que más les gustaba del Shabat. Los niños le respondieron: "Es el momento en el cual papá y mamá no están apurados". Después, esta mujer me dijo: "Ustedes les están dando a estos niños el mayor regalo posible, el regalo de la tradición. Y eso está salvando el matrimonio de sus padres".

... Dentro del ciclo de la semana [el Shabat] crea un delicado ritmo de acción y reflexión, hacer y disfrutar, correr y detenerse. Sin esa pausa los judíos nunca hubieran podido continuar su travesía. Incluso en la actualidad, sin el Shabat, nos arriesgamos a viajar sin ver a dónde vamos.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN IV:

- El Shabat tiene una porción del sabor del Mundo Venidero en cuanto que nos brinda una sensación de completitud y nos otorga un marco dentro del cual valorar el objetivo de todos nuestros esfuerzos.
- El Shabat también nos permite saborear el mundo espiritual, tomar conciencia de que hay otra dimensión de existencia más allá de aquello que experimentamos con nuestros sentidos físicos.
- El Shabat mantiene la vida judía también en el sentido práctico al proveer el tiempo y el espacio personal para centrar nuestra atención en las cosas importantes de la vida. El Shabat le provee un ritmo a nuestra semana y un contexto a nuestras vidas.

RESUMEN DE LA CLASE:

MI IDEA DE UN FIN DE SEMANA INCLUYE DEPORTES, ESCRIBIR EN LA COMPUTADORA Y FIESTAS. ¿QUÉ TIENE QUE VER EL SHABAT CONMIGO?

Si no estoy anclado a los objetivos fundamentales de la vida, entonces estoy perdiendo el barco. ¿Cómo podemos obtener claridad? Aquí entra en juego el Shabat. El Shabat es el día fundamental de cada semana que me permite detenerme y adquirir una perspectiva clara respecto a la razón para la cual estoy aquí. Es posible dedicar tiempo durante el resto de la semana para escribir en la computadora y para practicar deportes. Y respecto a las fiestas... ¡Experimenta una comida de Shabat con tu familia y con amigos!

SI EN SHABAT NO ESTOY CANSADO, ENTONCES ¿POR QUÉ DEBO DESCANSAR? ¿POR QUÉ NO SE PUEDE TOMAR UN DÍA LIBRE SIMPLEMENTE EN EL MOMENTO EN EL CUAL NECESITAMOS RECUPERAR NUESTRAS FUERZAS?

El hecho de observar el Shabat no tiene nada que ver con el cansancio o con la necesidad de tomarse unas vacaciones. La creación del mismo día de Shabat fue la culminación de toda la Creación. El Shabat es una creación dentro de si misma, un mundo de menujá. La menujá implica un quiebre con la existencia física y material. Se trata de un relajamiento espiritual y de paz. Todavía más, en Shabat recibimos un alma adicional que nos permite que los actos físicos logren una mayor conexión con lo espiritual.

¿DE QUÉ TRABAJO DESCANSAMOS EN EL SHABAT? ¿DE PRESIONAR EL INTERRUPTOR DE LA LUZ?

De manera contraria a la creencia popular, el "descanso" que buscamos en Shabat tiene poco que ver con evitar el cansancio físico. Por el contrario, la clase de labores que están prohibidas en Shabat, llamadas melajá, tienen que ver con el esfuerzo inteligente y exclusivamente humano de adelantar el desarrollo del mundo físico.

Las categorías de trabajos prohibidos de realizar en el Shabat se derivan del trabajo que fue necesario realizar para la construcción del Mishkán. Puesto que el Mishkán mismo era un microcosmos del universo, el trabajo que evitamos realizar es el mismo que dejó de realizar D'os durante los siete días de la Creación.

¿POR QUÉ EL SHABAT ES LA PIEDRA FUNDAMENTAL DE LA CREENCIA Y DE LA PRÁCTICA JUDÍA? ¿POR QUÉ ESTÁ INCLUIDO EN LOS DIEZ MANDAMIENTOS?

El Shabat es un testimonio de la creencia en D'os tanto como Creador del universo como de Director sobre todos los asuntos humanos. Puesto que D'os descansó el séptimo día de la Creación, nuestro descanso cada siete días es una afirmación de nuestra creencia en este hecho.

El Shabat también recuerda el éxodo, siendo nuestro descanso una implementación del descanso que D'os nos ha otorgado.

Ambas ideas están expresadas en los Diez Mandamientos para enfatizar la importancia fundamental que tiene el Shabat dentro del judaísmo.

¿CÓMO SE ENTIENDE LA MENUJÁ DEL SHABAT, UNA EXPERIENCIA DE DESCANSO ESPIRITUAL Y MEDITATIVO?

La menujá sólo puede crearse través del cese de la melajá. Pero esto implica más que la mera inactividad: para poder valorar verdaderamente la menujá del Shabat, necesitamos separarnos mentalmente de nuestras luchas mundanas.

Todavía más, la menujá involucra el reconocimiento de que el universo de D'os es perfecto y de que todo lo que ocurre tanto a nivel personal como cósmico es parte de Su plan, y que por lo tanto en última instancia es para bien.

¿DE QUÉ MANERA EL SHABAT CONSTITUYE LA CLAVE DEL FUTURO JUDÍO?

El Shabat es la piedra básica de cada institución judía importante: del matrimonio y la familia, de la sinagoga y de la comunidad. El Shabat nos provee una sensibilidad espiritual y un contexto dentro del cual podemos entender el propósito de nuestra existencia.