
SHABAT II

La Experiencia del Shabat

A demás de los aspectos fundamentales del descanso y del cese de las labores creativas que ya vimos en la primera clase de Morashá sobre el Shabat, hay muchos otros aspectos del Shabat que se unen para dar forma a nuestra experiencia total del Shabat: el encendido de las velas, el Kidush, la jalá y las comidas especiales del Shabat. Todos estos elementos del Shabat ayudan a crear la atmósfera única de descanso y de renovación espiritual que deseamos alcanzar en el Shabat. Luego de haber estudiado la filosofía del Shabat, ahora prestaremos atención a esta segunda parte, el lado más vivencial del Shabat.

Esta clase tratará de responder a las siguientes preguntas:

- ☞ ¿Cuál es el significado de los términos “cuidar” y “recordar” el Shabat (*shamor* y *zajor*)?
- ☞ ¿Cuál es el significado del encendido de las velas del Shabat?
- ☞ ¿Por qué en las comidas del Shabat siempre hay dos hogazas de pan y por qué las llamamos “jalá”?
- ☞ Si el Shabat es un día de espiritualidad, ¿por qué entonces se hace tanto énfasis en el disfrute de los placeres físicos (*oneg Shabat*)?

Esquema de la Clase:

Introducción.	Creando la Experiencia del Shabat
Sección I.	Shamor y Zajor
Sección II.	Honrar el Shabat Parte A. La Novia Shabat Parte B. Un Cambio de Ropas y un Cambio de Ritmo Parte C. Los Preparativos Adecuados Parte D. Crear la Atmósfera del Shabat
Sección III.	Las Velas del Shabat Parte A. Tanto Honor Como Deleite Parte B. Alegrar a la Familia Parte C. La Luz Espiritual Parte D. El Rol de la Mujer
Sección IV.	El Kidush Parte A. La Declaración Verbal Parte B. ¿Por Qué con Vino? Parte C. Una Orientación Espiritual
Sección V.	La Jalá Parte A. Lejem Mishne (Las Dos Hogazas) Parte B. El Mensaje del Man Parte C. La Mitzvá de Jalá
Sección VI.	Oneg Shabat – Deleitarse en el Shabat Parte A. Las Comidas del Shabat Parte B. El Alimento del Alma Parte C. Elevar lo Material Parte D. El Deleite Espiritual

INTRODUCCIÓN. CREANDO LA EXPERIENCIA DEL SHABAT

Había un hombre que vivía en los Estados Unidos a principios del siglo XX, cuando era sumamente difícil cumplir el Shabat. La gran mayoría de los negocios estaban abiertos en Shabat, porque todavía no se había puesto de moda el fin de semana de dos días. Los empleadores les decían a sus trabajadores que si no iban a trabajar el sábado tampoco debían presentarse el lunes siguiente.

Este hombre no se asustó; él había decidido que nunca profanaría el Shabat ni iría a trabajar en Shabat sin importar lo que eso le costara. Uno podría pensar que se trataba de un padre y esposo que vivía constantemente estresado, preocupado y deprimido. Pero la realidad era completamente diferente. Aunque su situación económica era imposible de sostener, este hombre vivía con inmensa alegría, a diferencia de muchos de los judíos que de hecho aceptaron sacrificar el Shabat u otras mitzvot pero que sin embargo se quejaban constantemente y les transmitían a sus hijos la idea de que ser judío era algo muy difícil.

En una oportunidad, un amigo lo encontró en la calle, desbordando alegría y buen humor. El amigo se le acercó y le preguntó quién se había comprometido –estaba seguro que toda esa alegría se debía a un festejo familiar. El hombre le respondió que no había ninguna celebración familiar. “¿Y entonces por qué estás tan alegre?” –le preguntó el amigo.

“Te lo dire” –le respondió el hombre-. ¿Te has dado cuenta que dentro de seis días será Shabat?” (Rab Baruj Leff, “Shabbos in My Soul”, página 185.)

¿Qué le provocaba tanta alegría a esta persona respecto al Shabat? Él entendía y valoraba la gran importancia, el significado y la felicidad del día. Una verdadera experiencia de Shabat requiere preparación y un honesto compromiso. Tal como estudiamos en el primer shiur de Morashá sobre el Shabat, el objetivo es extraordinario: la *menujá*, el descanso del Shabat que se logra al evitar realizar *melajot*, labores creativas. Es el objetivo mismo de la creación. Para lograr la *menujá* del Shabat también es necesaria la totalidad de la experiencia del Shabat: el encendido de las velas, el Kidush, las comidas del Shabat, las plegarias del Shabat, el estudio y las conversaciones de Torá. Todos estos elementos infunden la celebración del Shabat con una elevada santidad, espiritualidad y alegría.

SECCIÓN I. SHAMOR Y ZAJOR

La naturaleza de la experiencia del Shabat está determinada por la manera en la cual la mitzvá está expresada en las dos manifestaciones que aparecen de los Diez Mandamientos. La mitzvá de observar el Shabat está compuesta de dos ideas: זָכוֹר, *recordar*, y שָׁמֹר, *cuidar*.

1. **Shemot (Éxodo) 20:8 y Devarim (Deuteronomio) 5:12 – Cumplir el Shabat es el cuarto de los Diez Mandamientos. Se nos exige *recordar* y *cuidar* el Shabat.**

Shemot 20:8
Recuerda el día del Shabat para santificarlo.

Devarim 5:12
Cuida el día del Shabat para santificarlo.

שמות כ, ח: זָכוֹר אֶת יוֹם הַשַּׁבָּת לְקַדְּשׁוֹ...

דברים ה, יב: שָׁמֹר אֶת יוֹם הַשַּׁבָּת, לְקַדְּשׁוֹ...

La mitzvá de *cuidar* el Shabat es una mitzvá negativa que requiere honrarlo evitando realizar *melajá* y cualquier otra práctica que pueda disminuir la santidad del día, lo cual ya hemos analizado en la primera clase de Morashá sobre el Shabat.

¿Qué implica זְכוֹר, *recordar*?

2. Basado en el Rab Samson Rafael Hirsch, Shemot 20:8 – Las lecciones que se aprenden a partir del versículo “*Recuerda el día del Shabat para santificarlo*”.

La misión de no olvidar el Shabat está expresada como un mandamiento positivo: זְכוֹר, *recordar*, una actividad positiva, que tiene el objetivo de hacernos comprender la importancia del día y su significado. Primero derivamos el principio de declarar la gran santidad del día al recitar el Kidush sobre una copa de vino [Talmud Bavli/Talmud de Babilonia, Pesajim 106a]. Además, como este mandamiento no está expresado con el verbo en forma imperativa, no se limita a la duración del Shabat sino que se extiende a toda la semana. La Mejilta también deriva otras dos ideas: (1) מִכֵּאן שְׁמוֹסִיפִין מַחֹל עַל הַקּוֹדֵשׁ, extender la santidad del Shabat tanto cuando comienza como cuando culmina, y (2) לֹא תִהְיֶה מוֹנֵה כְּדֶרֶךְ שְׂאֵחִירִים מוֹנֵה אֱלֹהִים מוֹנֵה לְשֵׁם שַׁבָּת, no llamar a los días de la semana de la misma manera que los otros pueblos, sino más bien contarlos teniendo en cuenta su posición con respecto al Shabat. De esta manera, el pensamiento sobre el Shabat se extiende también a toda la semana (Ver a continuación).

La mitzvá de recordar el Shabat recitando el Kidush antes de las comidas del Shabat, se analizará más adelante, en la Sección IV.

El principio de recordar el Shabat no se limita a la recitación del Kidush. También se aplica a la manera en la cual recordamos al Shabat durante la semana. Por ejemplo, Shamai –el sabio del Talmud- recordaba el Shabat durante la semana comprando comida en su honor:

3. Talmud Bavli, Beitzá 16a – Honrar al Shabat durante la semana reservando la comida más especial para comerla en Shabat.

Dijeron respecto a Shamai el anciano, que cada día de su vida comía en honor del Shabat. Si compraba una buena porción de carne, decía: “esto es para Shabat”. Al día siguiente, cuando encontraba una porción mejor, reservaba la segunda para el Shabat y comía la primera.

אָמְרוּ עָלָיו עַל שְׁמַאי הַזֶּקֶן שֶׁכָּל יְמָיו הָיָה אוֹכֵל לְכַבּוֹד שַׁבָּת מִצָּא מְדַמָּה נָאֵה אוֹמֵר זֶה לְשַׁבָּת מִצָּא אַחֲרֵת נָאֵה הַיְמָנָה מוֹנִיחַ אֶת הַשְּׁנִיָּה וְאוֹכֵל אֶת הָרִאשׁוֹנָה.

De este modo, el Shabat y la manera de honrarlo está siempre presente en nuestras mentes. Aunque la manera en la cual se comportaba Shamai no es algo que exija la halajá, de todas maneras es algo sumamente meritorio porque constantemente le da honor al día que proclama a D’os como el Creador (Rambán/ Najmánides, Shemot 20:8).

En la práctica, nosotros recordamos constantemente al Shabat al referirnos a los días de la semana llamándolos de acuerdo a su relación con la proximidad del Shabat: el primer día hacia el Shabat, el segundo día hacia el Shabat, etc. (Ver El Cántico del Día, Sidur Artscroll Completo, página 163).

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN I:

- ∞ Las dos mitzvot principales del Shabat son zajor y shamor, recordar y cuidar el Shabat. “Recordamos” el Shabat cuando somos conscientes del día, especialmente mediante la recitación del Kidush. “Cuidamos” el Shabat al evitar realizar *melajá*.
- ∞ Tener conciencia del Shabat no se limita al Shabat mismo. Al prepararnos para Shabat durante la semana, e incluso al contar los días de la semana en relación con su proximidad con el Shabat, podemos “recordar” el Shabat durante toda la semana.

SECCIÓN II. HONRAR EL SHABAT

En relación con la mitzvá de *recordar* el Shabat, hay otras actividades para *honrar* al Shabat que datan del tiempo de los profetas.

PARTE A. LA NOVIA SHABAT

El Shabat es comparado con una reina o con una novia, la pareja del pueblo judío. Sobre esta relación se canta con júbilo al darle la bienvenida al Shabat. .

1. **Midrash Rabá 11:8 – El Shabat no tiene ninguna función sin que el pueblo judío lleve a buen término sus mensajes. De la misma manera, la contribución del pueblo judío al mundo sólo puede lograrse a través de la observancia del Shabat.**

El Shabat le dijo a D'os: “¡Amo del Universo! ¡Todo lo que creaste en el mundo tiene una pareja, pero yo no tengo pareja!” D'os le respondió: “El pueblo de Israel es tu pareja”

אמרה שבת לפני הקב"ה רבש"ע לכולן יש בן זוג ולי אין בן זוג א"ל הקב"ה כנסת ישראל היא בן זוגך.

2. **Basado en el comentario del Gaón de Vilna sobre el Sidur, tal como lo explica el Rab Aharón Feldman en el libro “Shabbos in My Soul” del Rab Baruj Leff, s.v. Boi Kalá –¿De qué manera el Shabat fue unido con el pueblo judío?**

¿Por qué le damos la bienvenida a la novia Shabat cuando comienza el Shabat? Esto es algo conocido, basado en el Midrash (citado anteriormente): “...todo tiene una pareja, [sin embargo yo (el Shabat) no tengo una pareja]”. Cada día de la Creación tiene una pareja: El domingo y el miércoles fue creada la luz (el domingo, la luz para los justos y el miércoles el sol, la luna y las estrellas). El lunes y el jueves fue creada el agua (el lunes fue creada el agua y el jueves fueron creados los peces que entraron al agua). El martes y el viernes fue creada la tierra (el martes fue creada la tierra y el viernes D'os creó el reino animal y al hombre, quienes viven en la tierra). Únicamente el Shabat quedó solo

בואי כלה. הענין של כלה ידוע, כמו שנאמר לכל נתתי בן זוג, והיינו ביום א'-ד' נברא בם אור, יום ב'-ה' נברא בם מים, יום ג'-ו' נברא בם ארץ, רק שבת לבד אין לה בן זוג כי אם ישראל לכן הולכין לקראת כלה.

hasta que fue puesto en pareja con el pueblo judío. Por esta razón, los viernes a la noche salimos a recibir a la novia Shabat.

La idea del Shabat como una novia se ha hecho muy conocido a partir de la canción que se ha convertido en un punto destacado del servicio de Kabbalat Shabat: el *Lejá Dodí*.

3. **Estrofa final del *Lejá Dodí*, Sidur ArtScroll completo, página 319 – La llegada del Shabat es comparada con la llegada de la novia al palio nupcial.**

Ven mi amado (D'os) al encuentro de la novia (Shabat) –
A recibir la presencia del Shabat Ven en paz, corona de su esposo (Israel), Con alegría, con canto y alborozo Entre los fieles del pueblo escogido La reina Shabat.

לכה דודי לקראת כלה, פני שבת נקבלה...
בואי בשלום עטרת בעלה
גם בשמחה ובצהלה
תוך אמוני עם סגולה
בואי כלה, בואי כלה

La práctica de recibir a la novia Shabat al final de la canción parte de la fuente siguiente.

4. **Talmud Bavli, Shabat 119a – Los Sabios del Talmud recibían al Shabat como a una novia o a una reina.**

Rabi Janina se envolvía a sí mismo y se ponía de pie en el momento de la puesta del sol en la víspera del Shabat [y] exclamaba: “Salgamos a dar la bienvenida a la Reina Shabat”. Rabi Ianai vestía sus ropas en la víspera del Shabat y exclamaba: “¡Ven novia! ¡Ven novia!”

רבי חנינא מיעטף וקאי אפניא דמעלי שבתא, אמר:
בואו ונצא לקראת שבת המלכה. רבי ינאי לביש מאניה
מעלי שבת, ואמר: בואי כלה בואי כלה.

¿De qué manera se manifiesta la relación entre el Shabat y el pueblo judío?

5. **Bereshit (Génesis) Rabá 11:8 – El pueblo judío actúa como la pareja del Shabat al santificar el día.**

Cuando el pueblo judío estuvo al pie del Monte Sinaí, D'os les dijo: “Recuerden lo que le dije al Shabat, que el pueblo judío sería su pareja. Por ello afirma la Torá: ¡Recuerda el día del Shabat para santificarlo” (Shemot 20:8).

וכיון שעמדו ישראל לפני הר סיני אמר להם הקב"ה:
זכרו הדבר שאמרת לי לשבת כנסת ישראל היא בן זוגך
"זכור את יום השבת לקדשו" (שמות כ, ח).

6. **Basado en el Rab Baruj Leff, “Shabbos in My Soul”, página 184 – El potencial tanto del Shabat como del pueblo judío logra ponerse en acto a través de la relación entre ambos.**

¿De qué manera el pueblo judío es la pareja del Shabat?

El Shabat es un día de descanso de la participación física y de la creatividad. D'os designó al Shabat para que estuviera repleto de santidad y de potencial espiritual. Pero alguien debía poner en acto ese potencial. A esto se refiere [el Midrash que cuenta] que el Shabat se quejó ante D'os diciendo que no tenía pareja – no tenía un compañero para completar su función.

D'os le respondió que el pueblo judío es la pareja del Shabat. El pueblo judío utiliza al Shabat como un día de elevación espiritual, un día para acercarse a D'os dedicando más tiempo a la plegaria, al estudio de la Torá y a la familia. El pueblo judío encontró en el Shabat la posibilidad de recuperar su dirección, encaminándose hacia aquello a lo cual debe aspirar en este mundo.

PARTE B. UN CAMBIO DE ROPAS Y UN CAMBIO DE RITMO

La manera en la cual nos vestimos, la forma en la cual hablamos e incluso nuestras ambiciones deben ser acordes con la santidad del Shabat. El objetivo de estas costumbres, que datan de los tiempos de los profetas, es proteger el espíritu del Shabat.

1. Ishaiahu (Isaías) 58:13-14 – Los profetas describen de qué manera se debe observar el Shabat – con honor y deleite.

Si apartas tu pie por causa del Shabat, si te abstienes de dedicarte a tu negocio en Mi día sagrado, y consideras al Shabat “un deleite”, “el día sagrado del Eterno”, y lo honras, sin ocuparte de tus propias cosas, sin ejercer tu negocio y sin hablar de aquello que está prohibido, entonces te deleitarás en el Eterno, y te haré cabalgar sobre los lugares elevados de la tierra, y te alimentaré con la herencia de Iakov tu padre, porque la boca del Eterno así lo ha dicho.

אם תשיב משבת רגלך עשות חפצך ביום קדשי וקראת לשבת ענג לקדוש יקוק מכבד וכבדתו מעשות דרכך ממצוא חפצך ודבר דבר אז תתענג על יקוק והרכבתך על במתי ארץ והאכלתך נחלת יעקב אביך כי פי יקוק דבר:

2. Talmud Bavli, Shabat 113a-b – ¿De qué manera específica honramos el Shabat?

“Y lo honras, sin ocuparte de tus propias cosas...”

Y lo honras – tu vestimenta del Shabat no debe ser como tu vestimenta de los otros días de la semana, tal como Rabi Iojanán llamó a sus ropas: “aquello que me honra”.

Sin ocuparte de tus propias cosas – la manera en la cual caminas en Shabat no debe ser la misma en la que caminas durante la semana...

Sin ejercer tu negocio – es decir, aquellos asuntos que están prohibidos [en Shabat], pero está permitido dedicarse a asuntos del Cielo [cuestiones religiosas].

Sin hablar de aquello que está prohibido – tus palabras [la conversación] en Shabat no deben ser como tus palabras durante los otros días de la semana.

וכבדתו מעשות דרכך,

וכבדתו - שלא יהא מלבושך של שבת כמלבושך של חול. וכי הא דרבי יוחנן קרי למאניה מכבדותי.

מעשות דרכך - שלא יהא הילוכך של שבת כהילוכך של חול.

ממצוא חפצך - חפצך אסורין, חפצי שמים מותרין.

ודבר דבר - שלא יהא דבורך של שבת כדבורך של חול.

PARTE C. LOS PREPARATIVOS ADECUADOS

Mucho de lo relativo al honor del Shabat tiene lugar antes del Shabat, en los preparativos que realizamos para este día.

1. **Rambam (Maimónides), Hiljot Shabat (Las Leyes del Shabat) 30:1-3, 5 – Honrar al Shabat bañándose, vistiendo ropas limpias y especiales, encendiendo las velas y preparando la mesa.**

Los profetas describen el hecho de honrar al Shabat (*kavod*) y de deleitarse del Shabat (*oneg*), tal como lo afirma el versículo: “Si consideras al Shabat “un deleite”, “el día sagrado del Eterno”, y lo honras... entonces te deleitarás en el Eterno. (Ieshaiahu 58:13-14).

¿Qué es “honrar” al Shabat (*kavod*)? Esto se refiere a la afirmación de nuestros Sabios respecto a que es una mitzvá lavarse la cara, las manos y los pies con agua tibia en Erev Shabat para darle honor al Shabat. Parte del honor al Shabat consiste en vestir ropas limpias. Nuestras ropas de Shabat no deben ser las mismas que utilizamos en los días de la semana. Para honrar al Shabat, se deben encender las velas, poner la mesa y hacer las camas.

ושנתפרשו על ידי הנביאים, כבוד ועונג, שנאמר
“וקראת לשבת עונג, לקדוש ה' מכובד” (ישעיהו
נח,ג)...

איזהו כבוד: זה שאמרו חכמים שמצוה על אדם לרחוץ
פניו ידיו ורגליו בחמין בערב שבת מפני כבוד השבת ...
ומכבוד השבת שילבש כסות נקיה, ולא יהיה מלבוש
החול כמלבוש השבת ... יהיה נר דלוק ושולחן ערוך
ומטה מוצעת שכל אלו לכבוד שבת הן.

PARTE D. CREAR LA ATMÓSFERA DEL SHABAT

El objetivo de efectuar preparativos especiales y actuar de acuerdo con la dignidad del Shabat sirve para crear una atmósfera única y singular del hogar judío: el espíritu del Shabat.

1. **Rab Mordejai Becher, Gateway to Judaism, página 101 – Honramos al Shabat convirtiendo a nuestro hogar en un palacio para recibir a la Reina del Shabat.**

La ley judía reconoce que el ambiente físico tiene un impacto muy poderoso sobre el estado psicológico de la persona. Por ello, en Shabat nos esforzamos en gran medida para crear en nuestros hogares una atmósfera especial.

2. **Rab Berel Wein, Living Jewish, página 109 – La belleza y la dignidad de una mesa de Shabat cuidadosamente servida refleja la grandeza del día.**

Por lo tanto, la mesa de Shabat es más que una simple mesa utilitaria sobre la cual se coloca la comida para comer. En las palabras de los profetas de Israel, la mesa de Shabat se convierte en “la mesa que es colocada delante del Eterno” (Iejezkel/Ezequiel 40:22). En cada hogar judío, el mismo Shabat es un “huésped” honorable, comparado con una reina. En consecuencia, la mesa que se prepara para un huésped tan importante y amado debe reflejar el honor, la felicidad y la satisfacción que los miembros de la familia sienten por recibir a ese invitado en su hogar. Con toda su belleza y su dignidad, la mesa cuidadosamente servida nos habla de la grandeza y de la santidad del mismo día del Shabat.

3. Rab Jaim Shmulevitz, Sijot Musar, Parte I, página 40 – Nos esforzamos para crear una atmósfera de paz que refleje el refinamiento de nuestro carácter.

El Zohar, al hablar sobre el Shabat, explica el versículo: “No enciendas fuego en tus moradas en el día del Shabat” (Shemot 35:3) como una advertencia en contra del enojo y las peleas [entre los judíos en Shabat], porque estos actos son comparados con fuegos ardientes. De acuerdo con el Zohar podemos explicar también otra afirmación de nuestros Sabios. El versículo dice: “Y el séptimo día será un día de completo descanso” (Shemot 31:15). Rashi explica que este término implica un “descanso meticuloso” y no un “descanso temporal”. Un “descanso temporal” significa que la persona no ha cambiado sus rasgos innatos de carácter, por ejemplo, su tendencia a enojarse y a pelear sigue existiendo, pero la persona simplemente no se enoja ni pelea de manera activa (debido a la gran santidad del Shabat y porque tiene una *neshamá ieterá* – un alma adicional). Sin embargo, esto no se considera un descanso completo.

A lo que se refiere la Torá al decir un “descanso completo” es algo permanente: que la persona mejoró sus rasgos de carácter de una manera duradera, extirpando de raíz de su corazón los rasgos de enojo y pelea ...

ואמרו בזוה"ק שהכתוב: "לא תבערו אש בכל מושבותיכם ביום השבת" (שמות לה:ג) – בא להזהיר על הכעס והמחלוקת בשבת שהן כ"הבערת אש"... ולאור הדברים נראה לפרש מאמר הכתוב (שמות לא:טו): "וביום השביעי שבת שבתון וגו'", ופירש"י: "מנוחת מרגוע, ולא מנוחת עראי". "מנוחת עראי" הכוונה שמידותיו של האדם לא נשתנו מיסודן, והוא נשאר כמו שהוא, כעסן ומבוהל ובעל מחלוקת, אלא שרק בפועל אינו כועס [מצד רוממות מעלת השבת והנשמה היתירה], וזה אינו קרוי "שבת שבתון".

הכוונה ב"שבת שבתון" היא למנוחה של קבע, היינו שייטיב האדם את מידותיו לגמרי, ויעקור מלבו את מידת הכעס והמחלוקת....

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN II:

- ∞ El honor que se le concede al Shabat se compara con el honor especial que se le brinda a una novia o a una reina.
- ∞ ¿Cómo honramos al Shabat? 1) lavándonos y cambiando nuestra ropa, 2) con nuestra manera de caminar en Shabat (más lentamente de lo habitual) y 3) evitando dedicarnos a actividades mundanas o a atender a nuestras preocupaciones cotidianas.
- ∞ Al honrar adecuadamente al Shabat se crea en el hogar una atmósfera singular de belleza y dignidad.

SECCIÓN III. LAS VELAS DEL SHABAT

Una de las principales maneras en las cuales honramos al Shabat es encendiendo las velas. Además de disfrutar de la comida del Shabat bajo la luz de las velas, ésta tiene también un profundo significado espiritual, al igual que el hecho de que generalmente sean encendidas por la mujer de la casa.

PARTE A: TANTO HONOR COMO DELEITE

En Shabat, las velas cumplen el propósito de brindar tanto honor como deleite en nuestros hogares.

1. **Rambam, Hiljot Shabat 5:1 – Recibimos al Shabat encendiendo las velas, lo cual incrementa el disfrute de la comida.**

Es una obligación encender las velas en Shabat. Tanto hombres como mujeres deben encender las velas en sus hogares en Shabat. Incluso quien no tiene suficiente dinero para comprar comida debe ir de puerta en puerta pidiendo aceite para encender las velas del Shabat, ya que esto está incluido en la mitzvá de ‘deleitarse’ (oneg) del Shabat. Antes de encenderlas, la persona debe pronunciar la bendición: “Quien nos ha santificado con Sus mandamientos y nos ordenó encender las velas del Shabat”.

הדלקת נר בשבת... חובה. ואחד אנשים ואחד נשים חייבין להיות בבתיהן נר דלוק בשבת. אפילו אין לו מה יאכל שואל על הפתחים ולוקח שמן ומדליק את הנר שזה בכלל עונג שבת. וחייב לברך קודם הדלקה ברוך אתה ה' א-להינו מלך העולם אשר קדשנו במצותיו וצונו להדליק נר של שבת.

2. **Rashi, Shabat 25b – Las velas le dan mayor importancia a la comida del Shabat y manifiestan nuestro honor por el día.**

“Es una obligación [encender las velas antes del Shabat] – Esto da honor al Shabat (*Kavod Shabat*), puesto que una comida importante sólo se come en un lugar bien iluminado.

[הדלקת נר בשבת] חובה - כבוד שבת הוא, שאין סעודה חשובה אלא במקום אור כעין יממא.

La mayoría de las personas acostumbran a encender en Shabat dos velas. ¿Por qué precisamente dos?

3. **Shulján Aruj, Oraj Jaim 263:1; Ramó, ibíd. – Las dos velas corresponden a Recordar (zajor) y a Cuidar (shamor), los dos aspectos (positivo y restrictivo) del Shabat.**

Hay quienes acostumbran a encender dos velas: una correspondiente a zajor y la segunda por shamor.

ויש מכוונים לעשות ב' פתילות אחד כנגד זכור ואחד כנגד שמור.

Las dos velas también aluden al tema general de que el Shabat es “mekor haberajá”, la fuente de todas las bendiciones. Los diversos “dos” del Shabat sirven para resaltar este aspecto.

4. **Bet Iosef, citando al Kol Bo – En Shabat, todo es doble.**

En el Midrash Tanjuma encontré que todo lo relativo al Shabat es doble: dos carneros (que se

בתנחומא מצאתי כל מילי דשבת [כפול] שני(ם) כבשים, מזמור שיר ליום השבת, לחם משנה, זכור

ofrecían como el sacrificio del día); “Mizmor (un cántico) *shir* (otro más) por el día del Shabat”; dos hogazas de pan; zajor y shamor (dos mitzvot). Aparentemente, la costumbre de encender dos velas es consistente con este tema.

ושמור, ונראה שהמנהג על זה להדליק שני נרות.

PARTE B. ALEGRAR A LA FAMILIA

Además de honrar al Shabat con la luz, los Sabios resaltan la importancia de las velas del Shabat para crear una atmósfera de paz en el hogar. El Shabat es un momento familiar, cuando los distintos miembros de la familia, alejados de sus obligaciones de la semana, pueden reunirse alrededor de la mesa. Antes del advenimiento de la luz eléctrica, las velas también evitaban que las personas se tropezaran en la oscuridad. Ésta es una de las primordiales razones por las cuales se instituyó el encendido de las velas del Shabat.

1. Talmud Bavli, Shabat 23b; Rashi, ibíd. – Debe haber suficiente luz como para asegurar una atmósfera tranquila.

[Si la persona puede comprar sólo una cosa] o una vela de Shabat o [vino para] para hacer Kidush, es preferible la vela por *Shalom Bait* [para crear paz en el hogar].

Rashi

Porque a la familia le provoca sufrimiento sentirse en la oscuridad.

נר ביתו וקידוש היום - נר ביתו עדיף, משום שלום ביתו.

רש"י:

שלום ביתו - שבני ביתו מצטערין לישב בחשך.

2. Ohel Rajel, página 123 – La luz simboliza la conexión y la relación con los demás.

La naturaleza de la oscuridad es desconectar y separar los diversos elementos del mundo [porque cuando está oscuro no podemos ver a los demás ni al resto del mundo]... Por otro lado, la luz nos permite ver todo el mundo en el cual nos encontramos. Esto nos permite ver a las personas que están cerca nuestro y el medio ambiente que compartimos, en el cual cooperamos para crear una vida compartida.

טבע החושך שהוא מפריד בין חלקי הבריאה ... לעומת זה האור מעמיד לפני האדם את העולם המלא, שהוא נמצא בתוכו, יחד עם רעיו וסביבתו, ואשר בתוכו הם פועלים יחדיו ויוצרים חיים משותפים.

3. Rabanit Dina Weinberg, en “Jewish Women Speak About Jewish Matters” (Mujeres judías hablan de temas judíos), página 30 – Prepararse, pensar y centrar nuestra atención en el encendido de las velas.

En las cenas románticas se encienden velas. ¿Qué es lo que hace que una habitación tenuemente iluminada sea algo romántico? Las velas – ellas unen a las personas en el nivel de las almas. Es algo que va mas allá de estar comiendo juntos –eso es algo mundano, eso es algo físico. Más bien aquí se trata de dos seres humanos conectándose en un nivel espiritual profundo. Esto es algo muy emocionante. ¡Esto es romántico! Eso es exactamente lo que logran hacer las velas.

Esto también ocurre en Shabat. Las velas nos acercan a unos con otros y también nos acercan a D'os.

Nuestras almas se ven atraídas hacia Él y viceversa. El Shabat es una canción de amor. Es un romance. Es una cita entre D'os y nosotros. (Recuérdalo, en Shabat no te concentres en tu comida - ¡Concéntrate en tu pareja!). Las mujeres somos quienes encienden este romance con D'os. Con esto se relaciona todo el tema del encendido de las velas del Shabat.

Analicemos un poco nuestra mitzvá y la coloquemos en su debida dimensión espiritual. ¿Sientes la luz del Shabat? ¿Sientes que tu alma se ilumina?

Nuestra tradición nos ofrece una guía para ayudarnos a experimentar la dimensión espiritual del encendido de las velas. Hay que comprar candelabros bellos; asegurarse de que la bandeja sobre la cual se encuentran esté lustrada para enfatizar la importancia de la mitzvá. Encender con aceite de oliva es considerado algo muy bueno debido a la luz intensa que produce. En el momento de encender las velas hay que estar vestidas con ropas agradables y –por supuesto- encender a tiempo (los viernes a la tarde, 18 minutos antes de la puesta del sol). Prepárate, piensa y concéntrate en esta grandiosa experiencia.

PARTE C. LA LUZ ESPIRITUAL

El brillo de las velas del Shabat refleja una luz espiritual en nuestros hogares. Es un simbolismo del alma Divina y de la luz del Mundo Venidero. Es esta luz espiritual la que nos permite, un día por semana, crear un refugio espiritual, protegido de los asuntos mundanos de la semana. Es interesante notar que el valor numérico (*guematria*) de la palabra *or*, luz, es equivalente al valor de la palabra *raz*, secreto. La luz, personificada por las velas del Shabat, constituye un profundo secreto de la Creación.

1. **Mishlei (Proverbios) 20:27 – Una vela encendida es una metáfora del alma de la persona.**

El alma de la persona es la vela de D'os, analizando los recovecos interiores.

נר ה' נשמת אדם חפש כל חדרי בטן:

2. **Sefat Emet, Parashat Eikev, 5632 – En Shabat el mundo “brilla” porque la luz interior de todo puede percibirse más fácilmente.**

Todo el mundo tiene una conexión y una relación con la santidad. En Shabat la luz interior de cada cosa se revela, y para verla todo lo que es necesario es el deseo de recibir la luz.

שכל העולם יש לו חיבור ושׂיכות להקדושה ובשבת מתגלה הארה הפנימיות בכל דבר וא״צ רק הרצון לקבל ההארה.

PARTE D. EL ROL DE LA MUJER

Aunque tanto hombres como mujeres están obligados a encender las velas del Shabat, la costumbre es que las enciendan las mujeres. Ésta es una costumbre muy antigua, y sirve para ilustrar el rol especial que tiene la mujer al infundir en su hogar la santidad del Shabat.

El Tur (Oraj Jaim 263:1), basándose en el Midrash, escribe que especialmente las mujeres deben ser cuidadosas en ser quienes enciendan las velas del Shabat para ayudar a rectificar su parte en el pecado de Adam y Javá. Al darle la bienvenida al Shabat, y al hacerlo antes de lo necesario, las mujeres agregan santidad a la semana.

1. **Lisa Aiken, To Be a Jewish Woman (Ser Una Mujer Judía) – Encender las velas de Shabat corrige el pecado de Adam y Javá.**

Cuando una mujer judía enciende las velas del Shabat, ella consagra tiempo de la semana e incrementa la iluminación espiritual del mundo. Cuando Adam y Javá extinguieron la enorme luz espiritual del Jardín del Edén al pecar, quedó en manos de sus descendientes la responsabilidad de volver a encenderla. Esto es lo que en cierta manera logran hacer las mujeres al encender las velas del Shabat.

2. **Zohar I: 48b – Una mujer que enciende las velas del Shabat con alegría brinda paz, salud y felicidad al mundo.**

Una mujer que enciende las velas del Shabat con el corazón alegre, trae paz a la tierra, salud y felicidad para su familia, y es bendecida con hijos que iluminan al mundo con la luz de la tradición... Por lo tanto la mujer debe ser muy cuidadosa al respecto.

ואתתא בעיא בחדוה דלכא ורעותא לאדלקא בוצינא
דשבת, דהא יקרא עלאה היא לה, וזכו רב לגרמה
למזכי לבנין קדישין, דיהון בוציני דעלמא באורייתא
ובדחלתא, ויסגון שלמא כארעא ... בגין כך בעיא
לאזדהרא בה.

Tal como ha sido la costumbre de las mujeres judías durante generaciones, la mujer que enciende las velas aprovecha la oportunidad para usar ese momento de santidad para rezar por el bienestar de sus seres queridos, por los enfermos y por los necesitados.

3. **Plegaria posterior al encendido de las velas del Shabat, Sidur ArtScroll completo, página 297 – Al encender las velas la mujer tiene el poder de pedir por toda su familia.**

Sea Tu Voluntad, Eterno, mi D'os y D'os de mis padres, que Seas misericordioso conmigo (y con mi esposo, con mis hijos y con mis padres) y con toda mi familia; otórganos a nosotros y a todo el pueblo de Israel una vida buena y larga; recuérdanos para bien y para bendición; considéranos para la salvación y la compasión; bendícenos con grandes bendiciones; haz nuestro hogar completo, coronándolo con el sentimiento de Tu Presencia Divina morando entre nosotros.

Hazme merecedora de educar hijos y nietos sabios y con entendimiento, que amen y teman a D'os, personas de verdad, sagradas y apegadas a D'os, que iluminen al mundo con Torá y bondad y que sirvan a D'os. Por favor, oye mis plegarias, por el mérito de nuestras matriarcas Sara, Rivka, Rajel y Lea, y que nuestra vela ilumine eternamente y no se extinga, y deja brillar Tu rostro para que seamos salvados. Amén.

יהי רצון מלפניך ה' א-להי וא-להי אבותי. שתחונן
אותי (ואת אישי ואת בני ואת אבי ואת אמו) ואת כל
קרובי. ותתן לנו ולכל ישראל חיים טובים וארכים.
ותזכרנו בזכרון טובה וברכה. ותפקדנו בפקדת ישועה
ורחמים ותברכנו ברכות גדולות. ותשלים בתינו. ותשכן
שכינתך בינינו.

וזכני לגדל בנים ובני בנים חכמים ונבונים. אוהבי י-י.
יראי א-להים. אנשי אמת. זרע קדש בי-י דבקים
ומאירים את העולם בתורה ובמעשים טובים ובכל
מלאכת עבודת הבורא. אנא שמע את תחנותי בעת
הזאת. בזכות שרה ורבקה ורחל ולאה אמותינו. והאר
נרנו שלא יכבה לעולם ועד והאר פניך ונושעה. אמן:

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN III:

☞ Encender las velas sirve para traer tanto honor como deleite al hogar en Shabat. Crea un clima de intimidad que une a la familia y que garantiza la existencia de *shalom bait*.

- ∞ El hecho de encender dos velas es una alusión a las dos mitzvot del Shabat: shamor y zajor. También sigue el patrón general de “dos” que sirve para resaltar la bendición que constituye el Shabat.
- ∞ La luz, especialmente la luz de las velas, es una metáfora de la espiritualidad.
- ∞ Es sumamente importante que las mujeres enciendan las velas del Shabat para ayudar a incrementar la santidad en el mundo y para corregir el pecado de Adam y Javá.

SECCIÓN IV. EL KIDUSH

Como dijimos antes, el Kidush del viernes a la noche (y nuevamente en la mañana del Shabat) es la declaración oficial de “recordar” y santificar al Shabat. Cuando toda la familia y los invitados se encuentran reunidos alrededor de la mesa de Shabat, el líder de la familia recita el Kidush, un formato consistente en versículos de la Torá relativos al Shabat, una bendición por el vino y otra bendición relativa a la santidad del Shabat.

PARTE A. LA DECLARACIÓN VERBAL

1. **Rambam, Hiljot Shabat 29:1 – La mitzvá de recordar al Shabat es un mandamiento de santificarlo verbalmente declarando la santidad del Shabat sobre una copa de vino.**

Santificar el Shabat con palabras es un precepto positivo de la Torá, tal como dice el versículo: “Recuerda el día del Shabat para santificarlo” [Shemot 20:8]. Esto significa recordarlo con alabanzas y santificación. Debemos recordarlo cuando comienza y cuando termina: cuando comienza con el Kidush y cuando termina con la Havdalá.

מצות עשה מן התורה לקדש את יום השבת בדברים שנאמר זכור את יום השבת לקדשו [שמות כ, ח] כלומר זכרהו זכירת שבח וקידוש, וצריך לזכרהו בכניסתו וביציאתו, בכניסתו בקידוש היום וביציאתו בהבדלה.

2. **Kidush para la Noche del Viernes, Sidur ArtScroll completo, página 361 – El Kidush incluye los temas de D’os como el creador del mundo y el propósito de esta creación: para nuestro beneficio, porque Él nos ama.**

Sexto día. Fueron concluidos los cielos y la tierra, y todas sus legiones. En el séptimo día D’os completó Su trabajo que había hecho, y Se abstuvo el séptimo día de todo el trabajo que El había hecho. D’os bendijo al séptimo día y lo santificó, porque en él D’os se abstuvo de toda la tarea que D’os creó para hacer.

Bendito eres Tú, Eterno, D’os nuestro, Rey del universo, Quien creó la fruta de la vid.

Bendito eres Tú, Eterno, D’os nuestro, Rey del

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

סברי מרנן ורבנן ורבותי:
ברוך אתה ה' א-להינו מלך העולם בורא פרי הגפן:

ברוך אתה ה' א-להינו מלך העולם. אשר קדשנו

universo, Quien nos ha santificado con Sus mandamientos y tiene placer en nosotros, y con amor y gracia nos entregó Su sagrado Shabat como herencia, un recuerdo de la Creación. Porque este día es el prólogo de las sagradas festividades, una remembranza del Éxodo de Egipto. Porque a nosotros nos elegiste y nos santificaste entre todos los pueblos. Y Tu sagrado Shabat nos entregaste como herencia con amor y voluntad. Bendito eres Tú, D'os, Quien santifica al Shabat.

במצותיו ורצה בנו. ושבת קדשו באהבה וברצון הנחילנו. זכרון למעשה בראשית. (כי הוא יום) תחלה למקראי קדש זכר ליציאת מצרים. (כי בנו בחרת ואותנו קדשת מכל העמים) ושבת קדשך באהבה וברצון הנחלתנו: ברוך אתה ה' מקדש השבת:

En un ambiente familiar, generalmente es el padre quien dice el Kidush, aunque puede hacerlo cualquier adulto judío. Después de pronunciar el Kidush, se bebe el vino y se distribuye un poco de vino a todos los presentes alrededor de la mesa.

PARTE B. ¿POR QUÉ VINO?

Aunque está permitido hacer Kidush también con jugo de uva, la mitzvá de Kidush idealmente debe ser cumplida con una copa de vino.

1. **Sefer HaJinuj, Mitzvá 31 [Kidush] – El propósito de esta práctica es reforzar en nuestras mentes el origen y las lecciones del Shabat, y hacerlo en un estado de felicidad incrementado por el vino.**

La idea de esta mitzvá es despertar en nosotros a través de este acto la conciencia respecto a la grandeza del día, plantar en nosotros fe en la Creación del mundo, porque “en seis días D'os creó el mundo...”

Por esta razón se nos ordenó recitar el Kidush con vino, porque la naturaleza de la persona se despierta cuando ella festeja y está feliz.

משרשי מצוה זו, כדי שנתעורר מתוך מעשה זה לזכור גדולת היום, ונקבע בלבנו אמונת חידוש העולם, כי ששת ימים עשה השם וגו'.

ועל כן נתחייבנו לעשות המעשה עם היין, לפי שטבע האדם מתעורר בו הרבה שהוא סועד ומשמח.

PARTE C. UNA ORIENTACIÓN ESPIRITUAL

El Kidush de la noche del viernes sirve para darle una orientación espiritual a la comida de Shabat que está por comenzar. Incluso el mero hecho de mirar la copa de Kidush puede ayudar a establecer el espíritu de santidad que distingue al Shabat como un tiempo de reflexión y relajación.

1. **Rab Itzjak Berkovits, Kolel de Jerusalem – El Kidush en Shabat, cuando todo se detiene, es una oportunidad para recuperar la perspectiva adecuada en la vida.**

El Talmud afirma: “Una persona pierde un porcentaje de visión de uno sobre quinientos al dar grandes pasos y correr durante la semana. Su visión es recuperada si mira la copa del Kidush en la noche del viernes” (Shabat 113b; Mishná Berurá 301:1).

¿Qué significa esto? Obviamente no debe entenderse en el sentido literal. Es una metáfora que nos dice

que si una persona está emocionalmente involucrada excesivamente con sus negocios durante los días de la semana y corre de manera frenética ocupándose de todos sus asuntos; como consecuencia su “visión”, su perspectiva de la vida, se distorsiona.

En Shabat tenemos la oportunidad de recuperar una correcta perspectiva de vida. El mundo exterior, incluyendo los negocios, se detiene y en consecuencia podemos dedicarnos a aquellas cosas que nos son importantes. Esto es lo que significa: “su visión se recupera al observar la copa de vino del Kidush de la noche del viernes”.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN IV:

- ⇒ El Shabat es “anunciado” formalmente en el hogar con la recitación del Kidush, una declaración de la santidad del día de Shabat.
- ⇒ Esta declaración se realiza específicamente con una copa de vino para dar inicio a un estado anímico alegre.
- ⇒ El momento en el cual se recita el Kidush tiene una influencia muy grande; crea la atmósfera del Shabat marcando el comienzo del tiempo santificado y de esta manera vuelve nuestra atención hacia las preocupaciones espirituales alejándonos de los temas mundanos.

SECCIÓN V. LA JALÁ

El objetivo principal del hecho de comer jalá en Shabat es para honrar al Shabat y darle un aire de importancia a las comidas del día. Las tres comidas del Shabat incluyen pan, sobre el cual se recita la bendición tradicional. En esta sección analizaremos la costumbre de comer dos hogazas de pan en la comida del Shabat y veremos por qué este pan especial de Shabat es llamado “jalá”.

PARTE A. LEJEM MISHNE (LAS DOS HOGAZAS)

Se acostumbra a tener en la mesa dos jalot en cada una de las comidas del Shabat. Además del patrón general del “dos” que mencionamos antes, las dos jalot simbolizan la porción doble de man que caía para nuestros antepasados en el desierto los viernes en honor del Shabat.

1. **Shemot 16:22-23, 25-26 – Las dos hogazas de jalá son un símbolo del milagroso man que nutrió al pueblo judío durante los cuarenta años que estuvieron en el desierto del Sinaí. En los días de la semana caía una sola porción de man para cada individuo, pero los viernes caían dos medidas: una para el viernes y otra para el Shabat.**

Y en el sexto día recogieron una doble porción de comida, dos ómer por cada persona; y todos los jefes de la congregación se presentaron ante Moshé para contarle lo acontecido. Y les explicó Moshé: “Esto es lo que dijo el Eterno: Mañana es día de descanso, el sagrado Shabat para el Eterno.

ויהי ביום הששי לקטו לחם משנה שני העמר לאחד
ויבאו כל נשיאי העדה ויגידו למושה: ויאמר אלהם הוא
אשר דבר ה' שבתון שבת קדש לה' מחר את אשר
תאפו אפו ואת אשר תבשלו בשלו ואת כל העדף
הניחו לכם למשמרת עד הבקר: ...

Lo que deseen cocinar, deben cocinarlo hoy y guarden lo que les quede para mañana”...

Entonces dijo Moshé: “Cómanlo hoy, porque hoy es Shabat para el Eterno; pues hoy no lo hallarán en el campo. Durante seis días en la semana lo recogerán, pero el séptimo día, en Shabat, no habrá [man]”

ויאמר משה אכלהו היום כי שבת היום לה' היום לא תמצאהו בשדה: ששת ימים תלקטוהו וביום השביעי שבת לא יהיה בו:

Por esta razón, la manera en la cual se coloca la jalá sobre la mesa, también es en recuerdo del man.

2. Shemot 16:13 y Bamidbar 11:9: El man estaba recubierto por capas de rocío.

Bamidbar 11:9

De noche, cuando el rocío caía sobre el campamento, el man descendía sobre él.

Shemot 16:13

...y por la mañana, una capa de rocío circundó el campamento.

Rashi

El rocío descendía sobre la tierra, sobre él bajaba el man y luego descendía [más] rocío por encima del man, y era como si [el man] estuviera guardado dentro de una caja.

במדבר יא:ט

וברדת הטל על המחנה לילה ירד המן עליו:

שמות טז:יג

...ובבקר היתה שכבת הטל סביב למחנה

רש"י

הטל שוכב על המן ובמקום אחר הוא אומר (במדבר יא ט) וברדת הטל וגו' הטל יורד על הארץ והמן יורד עליו, וחוזר ויורד טל עליו והרי הוא כמונה בקופסא:

3. Rab Berel Wein, Living Jewish, página 108 – El mantel y el cobertor de la jalá simbolizan las capas de rocío que rodeaban al man.

El man que caía en el desierto quedaba cubierto por dos capas de rocío que lo protegían de la arena por debajo y del polvo por arriba. Por ello, nuestra costumbre es colocar las dos hogazas de jalá entre el mantel y un cobertor especial de tela. Generalmente, el cobertor está decorado con bordados en honor al Shabat. Y de esta manera, el mismo mantel se convierte en un símbolo de historia y memoria judía.

PARTE B. EL MENSAJE DEL MAN

Los comentaristas señalan que algunos aspectos de la observancia del Shabat fueron revelados primero al pueblo judío a través de este incidente en el cual cayó una porción doble de man en honor al Shabat (Ver Rashi, Or HaJaim, y Daat Zekeinim). De esta manera, los dos, el man y el Shabat, están íntimamente ligados entre sí.

1. Rab Menajem Mendel Shneerson, Torat Menajem sobre Shemot 16:31 – El Shabat y el man comparten el mismo tema.

El Shabat y el man comparten el mismo tema de descanso y placer:

1. El man era entregado de una forma comestible, de manera tal que el pueblo judío no tenía que

molestarse preparando comida. Similarmente, el Shabat es un día de descanso de las agotadoras actividades de la semana.

2. El man era un alimento particularmente sabroso, tal como el Shabat, que también tiene el objetivo de ser un día de placer.

El man y el Shabat comparten también otro tema sumamente importante: la fe.

2. Shemot 16:32 con Rashi – El mensaje del man es que D'os provee.

Y dijo Moshé: “Esto es lo que ordenó el Eterno: Guarden un ómer de este alimento para ser preservado para todas las generaciones, para que vean el pan con el cual los alimenté en el desierto cuando los saqué de la tierra de Egipto”.

Rashi

En los días de Irmiahu (Jeremías), cuando él los reprendió [diciendo]: “¿Por qué no se dedican a estudiar la Torá?”, ellos le respondieron: “¿Acaso debemos dejar nuestro trabajo y dedicarnos a estudiar la Torá? ¿Cómo nos mantendremos?” Él les llevó la vasija con man y les dijo: “Pueden ver la palabra del Eterno” (Irmiahu 2:31). No dice “oír”, sino “ver”. “Con esto sus antepasados se mantuvieron. El Omnipresente tiene muchos agentes para preparar comida para aquellos que temen de Él” [tomado de la Mejilta].

ויאמר משה זה הדבר אשר צוה יקוק מלא העמר
ממנו למשמרת לדרתיכם למען יראו את הלחם אשר
האכלתי אתכם במדבר בהוציא אתכם מארץ מצרים:

רש"י:

בימי ירמיהו כשהיה ירמיהו מוכיחם, למה אין אתם
עוסקים בתורה והם אומרים נניח מלאכתנו ונעסוק
בתורה, מהיכן נתפרנס, הוציא להם צנצנת המן ואמר
להם (ירמיהו ב לא) הדור אתם ראו דבר ה', שמעו לא
נאמר אלא ראו, בזה נתפרנסו אבותיכם, הרבה שלוחין
יש לו למקום להכין מזון ליראיו:

Cumplir Shabat requiere fe. Uno debe confiar que tomarse un día libre en el trabajo no afectará de manera adversa su negocio o sus ingresos. D'os bendice nuestros esfuerzos en los días de la semana (tal como ocurría con la porción doble del man) para liberarnos y que podamos cumplir Shabat y alejarnos de nuestras luchas mundanas. (Ver Sifte Jajamim sobre Bereshit 2:3)

En su breve ejercicio como director de la mundialmente renombrada Fundación Magellan, Morris Smith logró alcanzar un nivel de éxito que la mayoría de las personas sólo pueden llegar a soñar: él ocupó uno de los puestos más prestigiosos y mejor pagados en Wall Street, controlando billones de dólares en lo que en ese momento constituía la fundación mutualista más grande del mundo. En el año 1990, Smith recibió la Fundación Magellan de manos del legendario Peter Lynch, quien logró transformar una pequeña y poco conocida mutual en la mayor del mundo y una de las más rentables. El desenvolvimiento general de Smith como reemplazo de Lynch se consideró sobresaliente. Bajo su liderazgo, la Fundación Magellan se elevó de los 13 billones de dólares a 20 billones de dólares, quebrando el mercado de valores aproximadamente en siete por ciento durante los dos años que Smith estuvo a cargo.

Smith, un judío observante, se hizo cargo de la fundación en 1990. “Afortunadamente la fundación venía bien y nosotros continuamos con su crecimiento. Inversiones Fidelity cuenta ahora con más de un trillón de dólares en activos, y tuvo mucho éxito en el año 1990”. Smith comenzó su carrera en Inversiones Fidelity en 1982, a los 24 años de edad, después de haberse graduado en la Escuela de Negocios de Wharton con un master en Administración de Negocios. Él comenzó como un analista de inversiones, investigando compañías y realizando recomendaciones de valores. Dos años más tarde, comenzó administrando dinero por primera vez. “Con sólo dos años en Fidelity, ya comencé a gestionar dinero. Después de tan sólo cuatro años, ya tenía un billón de dólares sobre el mostrador de la fundación. Eso era algo fuera de lo común en esos tiempos en el negocio de las inversiones. Fui muy afortunado”.

Incluso cuando Smith tenía su atención centrada en billones de dólares, su primordial objetivo era poner santidad en el mundo y acercarlo a D'os. Él nunca trabajó en Shabat ni en las festividades judías. “En mi vida nunca hubo lugar a dudas, no existía la posibilidad de colocar al trabajo antes que el Shabat” (De Gail Schiller, *Trading Places – Entrevista a Morris Smith*, www.aish.com)

PARTE C. LA MITZVÁ DE JALÁ

Al pan de Shabat lo llamamos jalá, pero en verdad es inexacto llamarlo así. Técnicamente hablando, jalá es la parte del pan que no comemos, es un diezmo, una porción de la masa que se separa de la cantidad que se horneaba y que se entregaba a los cohanim (los sacerdotes) como uno de los regalos sacerdotales en la época del Templo. En nuestros días, que no tenemos el Templo Sagrado en Jerusalem, no se le entrega la jalá al cohén sino que esa porción se quema sobre la hornalla o se descarta de una manera honorable, envolviéndola dos veces. [Está absolutamente prohibido comer la porción que se separa como jalá].

Llamamos jalá a nuestro pan del Shabat porque el hecho de cumplir con la mitzvá de separar la jalá en honor del Shabat tiene un significado especial. A continuación analizaremos esta mitzvá singular y veremos de qué manera se relaciona con el Shabat.

1. Bamidbar (Números) 15:17-21 – La mitzvá de separar una pequeña porción de jalá de la masa.

D'os habló a Moshé diciendo: habla al pueblo judío y diles: “Cuando entren a la tierra a la cual los conduzco, antes de comer del pan producto de la tierra, deberán separar una ofrenda a Hashem. Deben separar la primera porción de toda masa, como ofrenda de *jalá*. Esta ofrenda debe separarse tal como la ofrenda de los cereales. Deberán ofrendar una porción de toda masa como una *terumá* a Hashem por todas las generaciones.

וידבר יקוק אל משה לאמר: דבר אל בני ישראל ואמרת אלהם בבאכם אל הארץ אשר אני מביא אתכם שמה: והיה באכלכם מלחם הארץ תרימו תרומה ליקוק: ראשית ערסתכם חלה תרימו תרומה כתרומת גרן כן תרימו אתה: מראשית ערסתיכם תתנו ליקוק תרומה לדרתיכם:

2. Sefer HaJinuj, Mitzvá #385 – La mitzvá de jalá le permite al pan nutrir tanto nuestro cuerpo como nuestra alma. También le otorga al cohén una fuente disponible de alimento.

Razones de la Mitzvá de Jalá: Puesto que la vida de la persona depende de su alimentación, y la mayoría del mundo vive en base al pan, por ello D'os quiso darnos méritos a través de una mitzvá que se realiza de manera constante sobre el pan que comemos. Todo esto para que sobre el pan recaiga una bendición mediante el cumplimiento de la mitzvá y que así nuestras almas reciban el mérito. De esta manera resulta que el pan mantiene tanto a nuestros cuerpos como a nuestras almas.

Además, esta mitzvá asegura que los cohanim, los fieles sirvientes de D'os, puedan mantenerse sin trabajar duramente, porque la *terumá* [del producto del campo] que ellos reciben de los

משרשי המצוה, לפי שחיותו של אדם במזונות, ורוב העולם יחיו בלחם, רצה המקום לזכותנו במצוה תמידית בלחמנו כדי שתנוה ברכה בו על ידי המצוה ונקבל בה זכות בנפשנו, ונמצאת העיסה מזון לגוף ומזון לנפש.

גם למען יחיו בו משרתי השם העוסקין תמיד בעבודתו והם הכהנים מבלי יגיעה כלל, שאילו בתרומת הגורן יש להם עמל להעביר התבואה בכברה ולטחון אותה, אבל כאן יבוא חוקם להם מבלי צער של כלום.

granos debe ser molida y cernida, pero aquí reciben pan sin ningún esfuerzo.

3. **Ohel Rajel – La mitzvá de separar la jalá reconoce la participación de D'os en nuestros actos y en nuestras vidas.**

En el momento en que se produce en la masa el poder de dar vida a la persona [cuando está a punto de leudar], entonces es una mitzvá separar jalá. La mitzvá principal es declarar sagrada una porción de la masa y de esta manera reconocer la participación de D'os en los actos humanos.

בשעה שמתחדש בעיסה הכוח לחיות אדם אז המצווה להפריש חלה. ותוכן החיוב הוא לקרוא שם הקדושה על חלק מהעיסה ולהכיר בזה את השתתפות הקב"ה במעשה האדם.

Al igual que la costumbre de encender las velas, la mitzvá de separar la jalá se convirtió en una de las marcas distintivas de la mujer judía. El significado de esta mitzvá se relaciona con el poder singular que tiene la mujer judía.

4. **Rabanit Tziporah Heller, “How Jewish Women Can Unleash the Holiness of Bread” (De qué manera las mujeres judías pueden liberar la santidad del pan) (www.aish.com) – El rol de la mujer es imbuir lo físico con lo espiritual.**

Nuestra matriarca Sara logró este nivel... El Talmud nos cuenta que su pan se mantenía fresco desde un viernes hasta el viernes siguiente (Bereshit Rabá 60:16). La fuerza vital que ella era capaz de identificar –la *Shejiná* (la Presencia Divina) – no partía [durante toda la semana]. En su rol como matriarca, Sara sentó las bases para el futuro camino espiritual de todas las mujeres judías. D'os le permitió a Sara experimentar un milagro semana tras semana– dejando una marca imborrable no sólo en ella, sino en cada una de sus futuras sucesoras.

Hay una razón por la cual fue Sara y no Abraham quien experimentó este milagro. Cada género tiene una dirección diferente en su camino espiritual. Mientras que los hombres bajan la luz de arriba hacia abajo, a través del estudio de la Torá como un fin en sí mismo, las mujeres elevan a este mundo llevándolo a reconectarse con la Fuente de la cual proviene. Cuando murió Sara, el milagro ya no tuvo lugar – a pesar de que Abraham continuara separando jalá de la masa.

También en la actualidad, las mujeres tenemos precedencia en el cumplimiento de esta mitzvá. Como dadoras de vida las mujeres pueden tanto rectificar al mundo al unirse a su fuente, o destruir su integridad al no poner en acto su fe en la Presencia de D'os. Ellas son quienes amasan y pueden sentir de qué manera los componentes de la masa, harina y agua –lo físico y lo espiritual- se unen.

Por supuesto que el significado de la jalá tiene mucho en común también con el Shabat. Siendo el día en el cual nos reconectamos con nuestra fuente espiritual, es adecuado hacer pan especialmente para Shabat y separar de él jalá.

5. **Ramó, Oraj Jaim 242:1 – Separar jalá de la masa con la cual se prepara el pan para Shabat forma parte de la mitzvá de honrar al Shabat.**

La costumbre es amasar en el hogar suficiente masa como para poder separar la porción de jalá, y hacer con esta masa el pan que será comido en Shabat o en Iom Tov. Esto forma parte de la

נוהגין ללוח כדי שיעור חלה בבית, לעשות מהם לחמים לבצוע עליהם בשבת ויו"ט, והוא מכבוד שבת ויו"ט, ואין לשנות.

mitzvá de honrar el Shabat y no debemos apartarnos de esta costumbre.

Puesto que durante la semana a menudo se acostumbra a comprar pan en vez de hornearlo, el pan que se hornea en honor del Shabat comenzó a ser llamado jalá, porque la ocasión más común en la cual se observaba esta mitzvá era al hornear pan para Shabat.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN V:

- ∞ Cada una de las comidas del Shabat gira en torno a dos hogazas de jalá simbolizando la porción adicional de man que caía en el desierto para nuestros antepasados en honor del Shabat. La manera en la cual envolvemos la jalá también es en recuerdo del rocío que envolvía al man.
- ∞ La Torá conecta el mensaje del man y del Shabat al revelar las leyes del Shabat a través del man. Los dos comparten los temas de la fe, el descanso y el placer.
- ∞ La mitzvá de separar jalá de una masa santifica nuestro pan y en consecuencia también a nuestras comidas del Shabat. Debido a que durante la semana la costumbre general es comprar el pan hecho, hacemos un esfuerzo adicional por Shabat para hornear pan fresco, y de esta manera poder cumplir también con la mitzvá de jalá.

SECCIÓN VI. ONEG SHABAT – DELEITARSE EN EL SHABAT

Mientras que honramos al Shabat con nuestros preparativos y nuestro cuidado por no profanar el espíritu del día, expresamos nuestro amor por el Shabat al disfrutar de los placeres físicos. A esto se refirió Ieshaiahu cuando dijo que debíamos “Llamar al Shabat un deleite”. La santidad del Shabat nos invita a tomar parte en las delicias de este mundo. Este placer físico es un rasgo dominante de la experiencia general del Shabat.

PARTE A. LAS COMIDAS DEL SHABAT

Preparar comidas especiales y elaboradas y toda clase de delicias es una parte fundamental de la observancia del Shabat.

1. **Rambam, Hiljot Shabat 30:7 – Es una mitzvá comer comidas sabrosas en Shabat.**

¿Cuál es el “deleite del Shabat”? Esto se refiere a la afirmación de nuestros Sabios respecto a que una persona debe preparar comidas especialmente sabrosas y beber bebidas especiales en el Shabat, de acuerdo con sus posibilidades. Mientras más dinero dedica la persona en los preparativos para el Shabat, y mientras más prepare comida sabrosa para ese día, más alabada es.

איזה הוא עונג: זה שאמרו חכמים שצריך לתקן תבשיל שמון ביותר ומשקה מבושם לשבת הכל לפי ממונו של אדם. וכל המרבה בהוצאת שבת ובתיקון מאכלים רבים וטובים הרי זה משובח.

Parte del placer físico del Shabat es comer tres comidas: una el viernes a la noche, la segunda durante el día sábado y la tercera al finalizar la tarde del sábado.

2. **Ibíd. 30:9 – Es una mitzvá comer tres comidas en el curso del Shabat.**

La persona está obligada a comer tres comidas en Shabat: una en la noche, una en la mañana y una en la tarde [del mediodía en adelante]. La persona debe cuidarse de no comer menos de tres comidas; incluso los pobres, cuyas comidas llegan de la caridad, comen tres comidas.

חייב אדם לאכול שלש סעודות בשבת אחת ערבית ואחת שחרית ואחת במנחה וצריך להזהר בשלש סעודות אלו שלא יפחות מהן כלל ואפילו עני המתפרנס מן הצדקה סועד שלש סעודות.

PARTE B. EL ALIMENTO DEL ALMA

Como ya vimos en el primer shiur de Morashá sobre el Shabat, D'os nos otorga en Shabat un alma adicional que nos permite disfrutar mejor de la elevada dimensión espiritual y de los placeres físicos que contribuyen a nuestra menujá del Shabat. Esto transforma nuestro acto de comer en una experiencia espiritual, contribuyendo al disfrute que experimentamos en el día.

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 en la víspera del Shabat y al finalizar el Shabat se 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 poder disfrutar.**

“Un alma adicional” – una mayor capacidad para descansar y disfrutar, y la capacidad extra para comer y beber más de lo habitual.

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

La siguiente historia del Midrash ilustra el efecto del alma adicional que tenemos en Shabat.

3. **Bereshit Rabá 11:4 – En Shabat la comida simplemente tiene mejor sabor.**

Nuestro maestro (Rabi Iehudá HaNasi, el autor de la Mishná) realizó una comida para Antonino (el emperador romano) en Shabat. Le sirvió un plato frío. Antonino lo probó y le gusto. Entonces Antonino organizó una comida en un día de la semana y sirvió un plato caliente. Antonino le dijo a Rabi Iehudá: “¡Lo que tú me serviste era mejor!”. Rabi Iehudá le dijo: “A esta comida le falta un condimento especial que tenía mi comida”. Entonces Antonino le preguntó: “¿Acaso puede faltar algún condimento en la cocina del rey?” Rabi Iehudá le respondió: “Sí, le falta el Shabat. ¿Acaso el rey tiene el Shabat?”.

רבינו עשה סעודה לאנטונינוס בשבת, הביא לפניו תבשילין של צונן אכל מהם וערב לו, עשה לו סעודה בחול הביא לפניו תבשילין רותחין, א"ל אותן ערבו לי יותר מאלו, א"ל תבל אחד הן חסרין, א"ל וכי יש קלרין של מלך חסר כלום, אמר לו שבת הן חסרין אית לך שבת.

PARTE C. ELEVAR LO MATERIAL

En la clase anterior, al hablar sobre la menujá y la detención de la melajá, llegamos a entender que en Shabat establecemos un corte con lo físico. Pero entonces parece algo irónico que específicamente se nos incite en Shabat a disfrutar de los placeres físicos. ¿Acaso esto no es una contradicción? No, no lo es. Porque el placer físico cuando es usado de la manera correcta, se puede convertir en una herramienta para dar realce a la espiritualidad.

1. Rab Shimshon Pinkus, Shabat Malketa, página 138 – Disfrutar de los placeres físicos en Shabat no es una contradicción con la santidad del día, porque el mismo mundo físico se eleva de nivel.

[El hecho de que enfatizamos en Shabat el disfrute físico] requiere una explicación: ¿acaso no sería adecuado que en este día sagrado limitáramos nuestra indulgencia en las cosas materiales y en todos los deseos físicos?

La verdad, sin embargo, es la contraria: los placeres físicos (oneg) son una base importante del Shabat, tal como lo afirma el versículo (Ieshaiahu 58:13), “Si llamas al Shabat ‘un deleite’” – “llamar” implica un nombre, y el nombre siempre representa la esencia de algo...

Sin embargo, en Shabat hay en el mundo un descanso completo. La revelación de la Creación del mundo provoca que la naturaleza sea completamente anulada y el mundo se eleva más allá del nivel de lo natural. La santidad no *penetra* en el mundo. Por el contrario, el mundo descansa de su estatus común y se eleva hacia el nivel del Mundo Venidero.

Por lo tanto, no es necesario evitar comer y beber en Shabat, porque el acto de comer en Shabat no se considera en absoluto como comer en este mundo, sino como comer en el Mundo Venidero, [tal como lo indica la afirmación de los Sabios]: “Los rectos se sientan, con sus coronas sobre las cabezas, y disfrutan del resplandor de la Presencia Divina” (Berajot 17a). En consecuencia, disfrutar la comida no constituye una contradicción con la santidad del día.

והדבר צריך ביאור, שלכאורה היה ראוי ביום קדוש זה לצמצם בענייני העוה"ז ובכל מה שהגוף נהנה ממנו,

ומשמע דוקא שהעונג הוא יסוד גדול בשבת, שכן כתיב (ישעיהו נ"ח) וקראת לשבת עונג, וקראת היינו קריאת שם ושם הרי מגדיר את כל המהות. ...

אבל שבת שהיא היא ההשבתה הגמורה, ומכח גילוי חידוש העולם מתבטל הטבע כולו, והעולם מתעלה מעל הטבע לגמרי. אין כאן חדירה של קדושה אל תוך עולמנו, אלא שהעולם שובת ממצויאותו ועולה לעולם הבא.

א"כ ממילא אין צריך להבטל מאכילה ושתייה, שהאכילה שבו אינה אכילת עוה"ז כלל, אלא אכילת עוה"ב ממש, "צדיקים יושבים ועטרותיהם בראשיהם ונהנים מזיו השכינה", ופשיטא שאכילת עוה"ב אינה סותרת שלימות הקדושה.

2. Rab Mordejai Becher, Gateway to Judaism, página 102 – Combinar en Shabat los placeres físicos y espirituales crea un estado armonioso.

Durante la mayor parte de la semana, vivimos en un estado de tensión y de falta de armonía... [por ejemplo] entre el cuerpo y el alma –porque las necesidades del cuerpo y del alma son diferentes y a menudo opuestas entre ellas. Es muy raro que el hecho de satisfacer los deseos físicos sin ninguna otra consideración pueda lograr nuestro desarrollo y nuestro crecimiento intelectual y espiritual...

Observar el Shabat nos permite trascender estas áreas de tensión y crear un estado de ser armonioso y pacífico... Al combinar los placeres físicos del Shabat (oneg) con los placeres espirituales, dedicándonos a actividades de la mente y del alma en una atmósfera relajada y digna, creamos una situación en la cual tanto el cuerpo como el alma pueden disfrutar juntos.

PARTE D. EL DELEITE ESPIRITUAL

No debemos pensar que la única manifestación del placer en Shabat es la comida. El Shabat es también un momento de placer espiritual.

1. Rab Eliahu Dessler, Mijtav M'Eliahu, Volumen II, página 14 – Los placeres físicos resaltan los placeres espirituales.

Se nos ordenó deleitarnos en Shabat con comidas sabrosas, ropas agradables, una cama hecha, y velas encendidas, como está escrito: “Llamarás al Shabat un deleite”.

¿Qué es [este] deleite? Es tener placer en D'os –es decir, respecto a D'os. El deleite debe provenir solamente de lo espiritual y no de los placeres físicos [por sí mismos]. Tal es el poder de la santidad del Shabat. ¡De esta manera, incluso los placeres físicos son elevados al reino de la espiritualidad!

אך הלא נצטוונו לענג את השבת במאכלים ערבים, בבגדים נאים, במטה מוצעת ובנרות דולקים, וכן כתוב “וקראת לשבת עונג...”

”מאי עונג? ... דהאי עונג על ה' הוא” – פי' אודות ה' – שהעונג יבוא מן הרוחניות לבד ולא מן התענוגים הגשמיים. כה גדולה היא קדושת השבת עד שגם אלה מוכנסים על ידה לתחום הרוחניות,

2. Rab Simja Benyosef, Living Kabbalah, Feldheim, página 21 – El alma adicional nos otorga también mayor sensibilidad espiritual.

Así como hay dos “lados” en la observancia del Shabat –externamente es un día de descanso pero interiormente es un momento de unificación con nuestro Creador-, así también el alma adicional tiene una dimensión interior y otra exterior. Tal como lo explica Rashi, el propósito exterior es agudizar nuestras percepciones sensoriales, lo cual realza la capacidad de ver colores, saborear la comida, apreciar el sonido, etc. Esta dimensión exterior nos ayuda a cumplir con la mitzvá de deleitarse en el Shabat.

La dimensión interior del alma adicional, nos ayuda a focalizar nuestra atención en D'os. Como resultado, se intensifica nuestra capacidad de sentir Su Presencia, particularmente en el momento de la plegaria. Esta capacidad especial de focalizar la atención también da como resultado un mayor nivel de entendimiento, lo cual engrandece en gran medida el placer de estudiar en Shabat...

Puesto que Shabat es también un deleite espiritual, los servicios de las plegarias en Shabat se desarrollan de una manera más lenta y con mayor intensidad, las comidas son interrumpidas rutinariamente para hablar sobre la porción semanal de la Torá o para cantar cánticos de alabanza a D'os y al Shabat, y también se acostumbra a reservar tiempo para el estudio de la Torá. Todo esto contribuye al placer que es el Shabat.

Finalmente, concluiremos esta clase con una sorprendente historia del Talmud que ilustra el valor inestimable del Shabat:

3. Talmud Bavli, Ketubot 103a – Rabi regresaba a su hogar cada erev Shabat desde el Jardín del Edén.

Antes de fallecer, Rabi (Rabi Iehudá HaNasi) llamó a sus hijos. Él dijo: “Enciendan una vela en mi lugar, preparen la mesa en mi lugar, preparen mi cama”... ¿Por qué? Porque él iba a regresar a su hogar cada erev Shabat...

בשעת פטירתו של רבי, אמר: לבני אני צריך, נכנסו בניו אצלו. אמר להם... נר יהא דלוק במקומו, שולחן יהא ערוך במקומו, מטה תהא מוצעת במקומה; ... מאי טעמא? כל בי שמושי הוה אתי לביתה...

¿Por qué Rabi iba a regresar en Shabat a este mundo desde su bien ganado lugar en el Mundo Venidero?

4. Rab Abraham Pam, Atara LeMelej, página 7 – ¡Shabat en este mundo es aún más grandioso que el Mundo Venidero!

Del Talmud citado antes aprendemos algo muy sorprendente – cuán grandiosa es la santidad del Shabat. Tanto, que Rabi dejaba su lugar en el Jardín del Edén ante la Misma Presencia de D’os y vestía su alma con su cuerpo para regresar a este mundo inferior y disfrutar de la santidad del Shabat y honrar al Shabat con el Kidush y la comida. Éste era un gran mérito que se le otorgaba, algo que no se le permitió a otros grandes tzadikim...

En los cánticos del Shabat decimos que el Shabat es “comparado con el Mundo Venidero”. Pero para el nivel que tenía Rabi, vemos que el Mundo Venidero es comparado con el Shabat y no lo contrario. Alguien que alcanza el nivel de Rabi, en vez de recibir una experiencia comparable con el Shabat, recibe el Shabat mismo. ¡Qué idea increíblemente profunda para considerar! Sin embargo, necesitamos recordar que tenemos este mérito (de experimentar el Shabat) solamente mientras estamos en “este mundo”. Después ya no tendremos esa oportunidad.

מהגמ' הנ"ל יוצאים לנו לימודים נפלאים. – גודל קדושת השבת. שרבנו הקדוש עזב את מקומו בגן עדן תחת כנפי השכינה ונתלבשה נשמתו בגופו כדי לחזור לעולם השפל הזה ולהינות מקדושת שבת ולכבד את השבת בקידוש ובסעודה, וזו היתה זכות גדולה כ"כ שאפילו צדיקים גדולים אחרים לא זכו לזה...

בזמירות של שבת אנו אומרים ששבת היא “מעין עולם הבא”. אבל ממדרגת רבינו הקדוש חזינן שעולם הבא היא מעין שבת, לא ששבת היא מעין עוה"ב. ומי שהגיע למעלת רבינו הקדוש, במקום ליתן לו מעין שבת, נותנים לו שבת ממש. מה מאד מפליאה ההתבוננות בענין זה! אבל עלינו לזכור שיש לנו הזכות הזאת רק בעודנו בעולם הזה, אח"כ לא תהיה לנו ההזדמנות הזאת.

El hecho de que Rabi eligiera regresar a este mundo cada Shabat cuando podría haber permanecido en el Mundo Venidero disfrutando de su cercanía con D’os, nos enseña la valiosa oportunidad que tenemos cada Shabat de experimentar esta santidad.

TEMAS CLAVES DE LA SECCIÓN VI:

- ∞ Los profetas nos instruyeron que debemos considerar al Shabat como un deleite, convertir al Shabat en una experiencia placentera siendo indulgentes en comida sabrosa y en bebidas.
- ∞ D’os incluso nos otorgó una capacidad extendida para el disfrute físico en Shabat.
- ∞ Este disfrute físico no se contrapone con la espiritualidad del día; por el contrario, lo realza y sirve para crear un ambiente propicio para la espiritualidad.
- ∞ El Shabat es también un día para el deleite espiritual, cuando nos centramos más en las plegarias, los cánticos y el estudio de la Torá.

RESUMEN DE LA CLASE:

¿CUÁL ES EL SIGNIFICADO DE LOS TÉRMINOS “CUIDAR” Y “RECORDAR” EL SHABAT (SHAMOR Y ZAJOR)?

“Recordamos” el Shabat esencialmente al recitar el Kidush, una manifestación verbal de la santidad del Shabat. Pero la conciencia de la singularidad del Shabat no se limita solamente a esto, todo lo que hacemos durante la semana para el Shabat constituye una manera de “recordarlo”, incluso el hecho de llamar a cada uno de los días de la semana de acuerdo a su proximidad con el Shabat.

Honramos al Shabat (1) cuidando su santidad al evitar realizar incluso aquellas actividades mundanas permitidas, y (2) preparando nuestros hogares y a nosotros mismos para recibir al Shabat con el respeto debido a una reina y a una novia.

¿CUÁL ES EL SIGNIFICADO DEL ENCENDIDO DE LAS VELAS DEL SHABAT?

En la época previa a la electricidad, el hecho de encender las velas proveía la luz necesaria para disfrutar del festejo del Shabat. Además, el hecho de encender las velas para el Shabat le da honor al día creando una sensación de intimidad y de paz en el hogar.

Puesto que la vela es una metáfora del alma, el hecho de encender las velas es otra manera de expresar la santidad del día.

Encender dos velas en Shabat recuerda simbólicamente las mitzvot del día que se relacionan con el número dos, el descanso y la detención del trabajo. También se refiere al tema general del Shabat como una fuente de bendición en nuestras vidas.

¿POR QUÉ EN LAS COMIDAS DEL SHABAT SIEMPRE HAY DOS HOGAZAS DE PAN Y POR QUÉ LAS LLAMAMOS “JALÁ”?

Las dos hogazas de pan, y la manera en la cual se colocan sobre la mesa, simbolizan al man que cayó para nuestros antepasados en el desierto. De esta manera, nos recuerdan el descanso y el placer del Shabat, y al mismo tiempo la fe que debemos tener en D'os para poder cuidar el Shabat con paz mental.

SI EL SHABAT ES UN DÍA DE ESPIRITUALIDAD, ¿POR QUÉ ENTONCES SE HACE TANTO ÉNFASIS EN EL DISFRUTE DE LOS PLACERES FÍSICOS (ONEG SHABAT)?

Los profetas nos llamaron a disfrutar las delicias del Shabat. El propósito de hacerlo es para ayudarnos a valorar más la santidad del día y hacerlo más placentero.

Durante la semana, vivimos en un estado de tensión y falta de armonía, por ejemplo, entre el cuerpo y el alma. La observancia del Shabat nos permite trascender estas áreas de tensión y crear un estado de ser pacífico y armonioso.

**Esta clase fue preparada por el Rab David Sedley y por el Rab Iehoshúa Pfeffer
y editado por el Equipo de Plan de Estudios de Morashá**