Clase 1: Introducción a la Halajá – El Camino de la Vida

1. Desarrollo Temático: ¿Qué es la Halajá?

La palabra **Halajá** proviene de la raíz hebrea *Lelej* (,(ללכת que significa "caminar" o "andar". A diferencia de un "código legal" estático, la Halajá representa el movimiento: es la forma en que el judío camina por el mundo siguiendo la voluntad divina.

- **La Dualidad de la Torá:** Para entender la Halajá, debemos comprender que existen dos componentes inseparables:
    - **Torá Shebijtav (Escrita):** Los cinco libros de Moisés. Es el plano general, los principios abstractos.
    - **Torá ShebealPé (Oral):** La explicación detallada de cómo aplicar esos principios. Sin la Torá Oral, no sabríamos, por ejemplo, qué es el "trabajo" prohibido en Shabat o cómo se escriben los Tefilín.
- **La autoridad de los Sabios:** La Torá misma otorga a los sabios de cada generación la autoridad para interpretar y legislar (*Deuteronomio 17:11*). Esto permite que la Halajá sea eterna pero adaptable a las nuevas realidades (como la electricidad o la medicina moderna).
- **Propósito:** El objetivo de la Halajá es la **Refinación del Carácter** (*Tikún HaMiddot*). No son rituales vacíos, sino un sistema de entrenamiento para convertir cada acto mundano (comer, dormir, trabajar) en un acto de conexión con D-os.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Pirkei Avot 1:1 (La Cadena de la Tradición):** > "Moisés recibió la Torá en el Sinaí y la entregó a Josué, Josué a los Ancianos, los Ancianos a los Profetas..." *Esta fuente establece que la Halajá no es una invención humana, sino una transmisión ininterrumpida*.
- **Talmud Bavli, Brajot 8a:** > "Desde que el Templo fue destruido, el Santo, Bendito Sea, no tiene en Su mundo más que los cuatro codos de la Halajá". *Significado: La presencia divina ya no reside en un edificio físico, sino en el espacio donde el ser humano vive y actúa según la ley*.
- **Maimónides (Rambam), Introducción al Mishné Torá:** Explica cómo se codificaron las leyes desde el Sinaí hasta la redacción del Talmud y los códigos posteriores.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Estructura da Libertad:** A menudo pensamos que las reglas nos quitan libertad. Sin embargo, así como un río necesita riberas para fluir con fuerza y no convertirse en un pantano, el alma necesita la estructura de la Halajá para canalizar su energía espiritual de manera efectiva. **¿En qué áreas de tu vida sientes que un poco de estructura te ha dado más libertad?**
- **Espiritualizar lo Material:** La Halajá no nos pide retirarnos a una montaña a meditar. Nos pide que, en medio del mercado o de la cocina, actuemos con santidad. La reflexión aquí es: **Nada es "laico" o "mundano" si se hace a través del lente de la Halajá.**
- **El Compromiso con la Verdad:** Estudiar Halajá es un ejercicio de humildad intelectual. Es aceptar que existe una Verdad Objetiva superior a nuestras opiniones subjetivas o conveniencias del momento.

4. Resumen para tu cuaderno de estudios

- **Concepto clave:** Halajá = Caminar.
- **Meta:** Santificar la vida diaria.
- **Herramienta:** El equilibrio entre la Torá Escrita y la Tradición Oral.

Clase 2: El Despertar – Mode Aní y Netilat Yadaim

1. Desarrollo Temático: La Restauración del Alma

En el pensamiento judío, el sueño se considera "una sesentava parte de la muerte". Al dormir, el alma asciende y solo queda una chispa vital. Al despertar, no solo abrimos los ojos, sino que experimentamos una **resurrección personal**.

- **Mode Aní (Agradecimiento Inmediato):** Es la primera frase que se dice al despertar, incluso antes de lavarse las manos.
    - *Texto:* "Te agradezco, Rey viviente y eterno, porque me has devuelto el alma con misericordia; inmensa es Tu fidelidad".
    - *Punto Clave:* No contiene nombres de D-os sagrados, por lo que puede decirse con las manos impuras. El énfasis está en la **gratitud** antes que en la petición.
- **Netilat Yadaim (Lavado de Manos):** Después del Mode Aní, lavamos nuestras manos alternadamente (3 veces en cada mano).
    - *Razón Halájica:* Al despertar, un "espíritu de impureza" (*Rúaj Ra*) permanece en las manos.
    - *Razón de Santidad:* Nos preparamos para servir a D-os como los Kohanim (sacerdotes) en el Templo, quienes lavaban sus manos antes de iniciar su labor.
- **Birkot Hashajar (Bendiciones de la Mañana):** Una serie de bendiciones que agradecen por funciones básicas: poder ver, poder erguirse, tener ropa, tener fuerza para caminar.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Talmud Bavli, Brajot 60b:** Establece el orden de las bendiciones que uno debe decir a medida que recupera sus funciones físicas (al abrir los ojos, al vestirse, al calzarse).
- **Midrash Tehilim 92:** > "Nueva es Tu misericordia cada mañana; grande es Tu fidelidad".
    - El Midrash explica que el hecho de que D-os nos devuelva el alma cada día es la prueba de Su confianza en nosotros: Él cree que hoy podemos cumplir nuestra misión.

- **Shulján Aruj, Oraj Jayim 1:1:** > "Uno debe fortalecerse como un león para levantarse por la mañana al servicio de su Creador".
    - La Halajá comienza con la **voluntad**. El primer acto de dominio propio es vencer la pereza de la cama.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Gratitud como Prioridad:** El hecho de que "Gracias" (*Mode*) sea la primera palabra que sale de nuestra boca antes de "Yo" (*Aní*) es una lección de humildad. En hebreo, la estructura es "Agradecido estoy yo", poniendo el agradecimiento por delante del ego.
- **Fidelidad Recíproca:** Decimos "Inmensa es Tu fidelidad" (*Rabá Emunateja*). No estamos hablando de nuestra fe en D-os, sino de la fe de D-os en nosotros. Él nos devuelve el alma porque confía en nuestro potencial para este nuevo día.
- **La Santidad en las Manos:** Las manos son nuestras herramientas de acción en el mundo. Al lavarlas ritualmente al empezar el día, estamos declarando que nuestras acciones hoy serán limpias, éticas y consagradas.

4. Guía Práctica para el Estudiante

1. **Mode Aní:** Se dice sentado o acostado, apenas se cobra conciencia.
2. **Higiene:** No tocar orificios (ojos, nariz, boca) antes de lavar las manos.
3. **El Recipiente:** Se usa un jarro (*Natlá*) y se vierte agua: derecha, izquierda, derecha, izquierda, derecha, izquierda.

Continuamos con la **Clase 3**. Si la Clase 2 trataba sobre el despertar de la conciencia, la Clase 3 trata sobre cómo mantener esa conciencia activa durante todo el día a través de un recordatorio visual y físico.

Clase 3: El Tzitzit – El Recordatorio Constante

1. Desarrollo Temático: Los Flecos de la Memoria

El precepto del **Tzitzit** consiste en colocar flecos rituales en las cuatro esquinas de una vestimenta que tenga cuatro puntas. Hoy en día, esto se cumple principalmente de dos formas: el *Talit Gadol* (usado en el rezo matutino) y el *Talit Katán* (que se lleva debajo de la camisa todo el día).

- **El Propósito del "Ver":** La Torá es explícita: "Y lo veréis y recordaréis todos los mandamientos de D-os". El ser humano es visual; necesitamos señales externas para no perdernos en nuestros impulsos.
- **La Anatomía del Tzitzit:** Cada fleco está compuesto por nudos y vueltas que tienen un significado numérico (*Guematria*).
    - La palabra *Tzitzit* suma 600.
    - Si sumamos los 8 hilos y los 5 nudos de cada esquina, obtenemos **613**, el número total de *Mitzvot* (preceptos) de la Torá.
- **El Hilo de Tejelet (Azul):** Originalmente, uno de los hilos debía ser teñido de azul con la sangre del *Jilazón* (un molusco específico). Aunque la técnica se perdió por siglos y hoy está en proceso de recuperación, el blanco que usamos hoy representa la pureza.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Números (Bemidbar) 15:37-41:** La fuente bíblica donde D-os ordena el uso del Tzitzit como herramienta para "no explorar tras vuestro corazón y vuestros ojos".
- **Talmud Bavli, Menajot 43b:** > "Aquel que tiene Tefilín en su cabeza y en su brazo, Tzitzit en su vestimenta y una Mezuzá en su puerta, tiene la seguridad de que no pecará".
    - El Talmud compara estas Mitzvot con "anclas" que mantienen el barco del alma estable.

- **Midrash Tanjuma (Shelaj 15):** Compara el Tzitzit con un hombre que cae al mar y el capitán le arroja una cuerda. "Mientras te aferres a esta cuerda, vivirás". El Tzitzit es nuestra conexión de rescate con lo divino.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **El "Uniforme" del Alma:** Así como un policía o un médico actúan con una ética específica cuando llevan su uniforme, el Tzitzit es el uniforme del judío. Nos recuerda que representamos algo más grande que nosotros mismos en cada interacción social o de negocios.
- **Controlar la Mirada:** La Halajá enseña que el ojo ve, el corazón desea y el cuerpo actúa. El Tzitzit interrumpe ese proceso al recordarnos el propósito superior antes de que el deseo se convierta en una acción negativa.
- **La Humildad en los Hilos:** El Tzitzit no es una joya de oro ni una corona; son simples hilos de lana. Esto nos enseña que la verdadera grandeza espiritual se encuentra en los detalles sencillos y cotidianos, no necesariamente en el lujo exterior.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Quién lo viste:** Tradicionalmente los varones a partir del Bar Mitzvá (o antes, por educación).
2. **La Bendición:** Se recita al ponerse el Talit, con la intención de cumplir la voluntad del Creador.
3. **Revisión:** Antes de ponerlo, es buena práctica revisar que los hilos no estén cortados o desenredados, asegurando que la Mitzvá sea "Kosher".

Resumen para el estudiante

El Tzitzit no es un amuleto de la suerte, es una **ayuda visual pedagógica**. Su función es convertir la vista en visión: ver un objeto físico para "ver" una responsabilidad espiritual.

Entramos en una de las clases más potentes visual y espiritualmente. Mientras que el Tzitzit es un recordatorio visual externo, los **Tefilín** son un compromiso físico y emocional directo.

Clase 4: Tefilín – Conectando Mente, Corazón y Acción

1. Desarrollo Temático: Los Lazos de Amor y Disciplina

Los **Tefilín** (erróneamente llamados filacterias) son dos cajas de cuero negro que contienen cuatro pasajes de la Torá escritos en pergamino por un escriba experto (*Sofer*).

- **Tefilín Shel Yad (Del Brazo):** Se coloca en el brazo izquierdo (o derecho para zurdos), frente al corazón. Representa la **acción** y las **emociones**.
- **Tefilín Shel Rosh (De la Cabeza):** Se coloca sobre la frente, donde comienza el cabello. Representa el **intelecto** y los **pensamientos**.
- **El Orden de Colocación:** Primero se coloca el del brazo y luego el de la cabeza. La Halajá nos enseña que la acción debe preceder o acompañar al pensamiento; no basta con ser "buena persona de pensamiento", hay que ejecutar el bien.
- **El Significado de los Nudos y Correas:** Las correas forman letras que componen el nombre *Shadai* (D-os Todopoderoso), sellando un pacto físico entre el hombre y el Creador.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Deuteronomio 6:8:** > "Y las atarás como señal en tu mano y serán por recordatorio entre tus ojos".
- **Talmud Bavli, Menajot 44a:** Explica que los Tefilín tienen el poder de prolongar la vida y que aquel que los usa correctamente es llamado "santo".
- **Maimónides (Mishné Torá, Hiljot Tefilín 4:25):** > "La santidad de los Tefilín es inmensa. Mientras los lleves puestos, debes ser humilde, temer a D-os y no distraerte con frivolidades o malas inclinaciones".
- **Shulján Aruj, Oraj Jayim 25:** Detalla las leyes de cómo deben estar construidos: deben ser perfectamente cuadrados y de color negro azabache.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Sincronización del Ser:** A menudo vivimos fragmentados: pensamos una cosa, sentimos otra y terminamos haciendo una tercera. Al atar los Tefilín hacia el corazón y sobre el cerebro, buscamos la **unidad**. La reflexión es: *¿Cómo puedo alinear mis metas intelectuales con mis deseos apasionados para que mis acciones sean coherentes?*
- **Someter el Ego:** El brazo es el símbolo de la fuerza y la cabeza es el símbolo del orgullo. Al "atarlos", reconocemos que nuestra fuerza y nuestra inteligencia no son méritos propios, sino herramientas prestadas por D-os para mejorar el mundo.
- **Un Pacto Diario:** Los Tefilín se comparan con un anillo de bodas. Es un momento de intimidad diaria con lo Divino antes de salir a la batalla del trabajo y la vida social. Por eso, no se usan en Shabat ni festividades, pues esos días ya son en sí mismos una "señal" de conexión.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Condición Corporal:** Se requiere un "cuerpo limpio" y una actitud de respeto. No se deben decir palabras vanas ni distraerse mientras se llevan puestos.
2. **El Momento:** Se usan únicamente de día (desde el amanecer hasta el ocaso), principalmente durante el rezo de *Shajarit*.
3. **Prioridad:** Si alguien solo tiene tiempo para una Mitzvá en la mañana, los sabios discuten la importancia de que sea el Shemá con los Tefilín puestos, pues esto constituye un "testimonio completo".

Resumen para el estudiante

Los Tefilín actúan como un "cable a tierra" espiritual. Nos aseguran que nuestras ideas (cabeza) bajen al corazón (emoción) y finalmente lleguen a las manos (acción).

Con la **Clase 5** cerramos nuestro primer bloque. Hemos pasado del despertar personal (Clase 2) al uniforme del alma (Clase 3) y la conexión mente-corazón (Clase 4). Ahora, llevamos esa santidad al espacio donde más tiempo pasamos: **nuestro hogar**.

Clase 5: La Mezuzá – Santificando el Espacio Privado

1. Desarrollo Temático: El Guardián de las Puertas

La **Mezuzá** no es el estuche decorativo que vemos por fuera, sino el pergamino (*Klaf*) escrito a mano que se encuentra en su interior. Contiene los dos primeros párrafos del *Shemá Israel*, donde se nos ordena escribir estas palabras en las jambas de nuestras casas.

- **Ubicación y Colocación:** Se coloca en la jamba derecha de la puerta (según se entra), en el tercio superior de la altura de la puerta.
- **La Inclinación:** Existe una famosa costumbre (principalmente ashkenazí) de colocarla inclinada hacia adentro. Esto simboliza un compromiso entre dos opiniones de sabios antiguos (Rashi y Rabenu Tam), enseñándonos que **la paz y el compromiso** son la base de un hogar judío.
- **¿Qué habitaciones la llevan?:** Casi todas las habitaciones permanentes (sala, dormitorios, cocina), excepto baños o lugares pequeños de almacenamiento, requieren una Mezuzá para marcar que ese espacio está consagrado.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Deuteronomio 6:9:** > "Y las escribirás en los postes (Mezuzot) de tu casa y en tus portones".
- **Talmud Bavli, Menajot 33b:** Explica las dimensiones y la forma en que debe escribirse el pergamino para ser considerado "Kosher".
- **Maimónides (Hiljot Mezuzá 6:13):** > "Una persona debe tener gran cuidado con la Mezuzá, porque es una obligación constante para todos. Cada vez que entre o salga, se encontrará con la Unidad de D-os... y despertará de su sueño y sus errores en las vanidades del tiempo".
- **El nombre "Shadai":** En el reverso del pergamino se escribe el nombre divino *Shadai*, que los sabios interpretan como un acrónimo de *Shomer Daltot Israel* ("El Guardián de las puertas de Israel").

3. Reflexiones Fundamentadas

- **Del Mundo al Hogar:** Al cruzar el umbral y tocar la Mezuzá, hacemos una pausa consciente. Afuera el mundo puede ser caótico y competitivo; adentro, bajo la protección de la Mezuzá, el hogar debe ser un lugar de bondad, estudio y paz. **¿Qué tipo de energía quieres que entre a tu casa hoy?**
- **La Mezuzá como Filtro:** Así como la Mezuzá protege la entrada, también sirve como recordatorio de qué dejamos entrar en nuestra mente y qué permitimos que salga de nuestra boca dentro del hogar.
- **Propiedad vs. Mayordomía:** Poner una Mezuzá es reconocer que, aunque paguemos la renta o la hipoteca, el verdadero dueño de la casa es D-os. Nosotros somos los cuidadores de un espacio sagrado.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **La Bendición:** Al fijarla, se dice: *"Baruj Atá... asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu likboa mezuzá"*.
2. **Revisión periódica:** La Halajá sugiere revisar los pergaminos **dos veces cada siete años** (o cada año según algunas costumbres), ya que la humedad o el tiempo pueden borrar las letras, invalidando la Mitzvá.
3. **El toque:** Es costumbre tocar la Mezuzá con la mano al pasar y, a veces, besar los dedos que la tocaron, como signo de amor por el precepto.

Resumen para el estudiante

La Mezuzá es el sello de identidad de un hogar judío. No es un amuleto mágico de protección, sino un **dispositivo de conciencia** que nos recuerda quiénes somos y qué valores rigen nuestra vida privada.

Entramos en el **Bloque 2: La Conexión Diaria**. Esta **Clase 6** es vital porque transforma la manera en que interactuamos con el mundo físico y nuestros sentidos.

Clase 6: Berajot (Bendiciones) – El Placer Consciente

1. Desarrollo Temático: La Llave de la Abundancia

En el judaísmo, disfrutar de algo en este mundo sin decir una bendición se considera equivalente a "robar" a D-os. La **Berajá** (bendición) es el reconocimiento de que nosotros no somos los dueños de lo que consumimos.

- **Estructura de una Berajá:** Casi todas comienzan con la fórmula: *"Baruj Atá Adon-ai, Eloheinu Melej Haolam..."* (Bendito eres Tú... Rey del Universo). Esto nos sitúa frente a la Majestad Divina antes de disfrutar.
- **Categorías de Bendiciones antes de comer:**
  - **Hamotzí:** Para el pan (el sustento básico).
  - **Mezonot:** Para derivados de cereales (pasteles, galletas, pasta).
  - **Hagafén:** Para el vino y jugo de uva.
  - **Haetz:** Para frutos que crecen en árboles.
  - **Haadamá:** Para frutos de la tierra (verduras, legumbres).
  - **Sheakol:** Para todo lo demás (agua, carne, huevos, dulces).
- **El concepto de "Amen":** Es la palabra que sella la bendición. Significa "es verdad" o "así sea". Responder Amén a la bendición de otro es como si uno mismo la hubiera pronunciado.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Talmud Bavli, Brajot 35a:** > "Está prohibido al hombre disfrutar de algo de este mundo sin una bendición; y quien lo hace, comete un sacrilegio".
  - El Talmud explica que la bendición es lo que nos da el "permiso" para usar los recursos de la creación.
- **Salmos 24:1 vs. Salmos 115:16:** El Talmud nota una contradicción: Un verso dice *"De D-os es la tierra y todo lo que hay en ella"*, y otro dice *"Los cielos son de D-os, pero la tierra la dio a los hombres"*.
  - **Resolución:** Antes de la bendición, todo es de D-os. Después de la bendición, Él nos lo otorga como regalo.

- **Libro de las Bendiciones (Seder Birkat HaNehenín) del Alter Rebbe:** Un manual detallado sobre qué bendición corresponde a cada alimento moderno y mezclas complejas.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **Mindfulness Judío:** Vivimos en una cultura de consumo rápido ("fast food"). La bendición nos obliga a detenernos por 5 segundos. Es un acto de **atención plena** que eleva el comer de un acto biológico a un acto espiritual.
- **El Valor de los Detalles:** ¿Por qué hay tantas categorías? Porque D-os no creó una masa genérica de comida; creó diversidad. Al distinguir entre un fruto del árbol y uno de la tierra, estamos apreciando la **creatividad divina** y el detalle en la naturaleza.
- **La Gratitud como Antídoto:** Es imposible ser infeliz mientras se es genuinamente agradecido. Entrenar la lengua para bendecir 100 veces al día (la meta ideal judía) reprograma el cerebro para buscar lo bueno en cada situación.

4. Guía Práctica: El Orden de Prioridad

Si tienes varios alimentos frente a ti, existe un orden para bendecir (regla mnemotécnica **Ma-Ga-E-A-Sh**):

1. **M**ezonot (Cereales)
2. **G**afén (Vino)
3. **E**tz (Árbol)
4. **A**damá (Tierra)
5. **Sh**eakol (Todo lo demás)

Resumen para el estudiante

La bendición es la "moneda" con la que compramos el permiso de disfrutar del mundo. Sin ella, somos consumidores; con ella, somos **invitados en la mesa del Rey**.

Entramos en la **Clase 7**, dedicada a la declaración más famosa y profunda del judaísmo. Si la clase anterior trataba de agradecer por lo físico, esta trata de la entrega absoluta de nuestra esencia.

Clase 7: El Shemá Israel – La Declaración de Unidad

1. Desarrollo Temático: El Corazón del Judío

El **Shemá Israel** no es técnicamente una oración o un rezo de petición, sino un "Testimonio". Es la aceptación del *Ol Maljut Shamayim* (el Yugo del Reino de los Cielos).

- **La Estructura:** Se compone de tres párrafos de la Torá:
  - **Shemá (Deut. 6:4-9):** La unidad de D-os y el deber de amarlo.
  - **Vehayá (Deut. 11:13-21):** El concepto de recompensa y consecuencia (nuestras acciones importan).
  - **Vaiomer (Núm. 15:37-41):** El precepto del Tzitzit y el recuerdo de la salida de Egipto.
- **La Unicidad (Ejad):** Cuando decimos "Ejad" (Uno), no solo decimos que no hay otros dioses, sino que **D-os es la única realidad verdadera**. Todo lo que vemos es una manifestación de Su voluntad.
- **Los Tiempos (Zmanim):** La Halajá establece que debe recitarse dos veces al día: "al acostarte y al levantarte". Existen horarios específicos basados en la salida del sol para cumplir con esta Mitzvá cada mañana y cada noche.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Mishná, Brajot 1:1:** El Talmud comienza precisamente con la pregunta: "¿A partir de qué momento se puede recitar el Shemá por la noche?". Esto demuestra que es la obligación diaria prioritaria.
- **Talmud Bavli, Brajot 13a:** Explica que al decir la palabra *Ejad* (Uno), debemos prolongar la letra 'Dalet' lo suficiente para reconocer que D-os reina en el cielo, la tierra y los cuatro puntos cardinales.
- **Zohar (Vaikrá 25b):** Describe el Shemá como una unificación de los mundos superiores e inferiores. Se dice que cuando un judío lo recita con intención, las fuerzas espirituales de bondad se fortalecen en el universo.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **Amar con todo:** La Torá dice: "Amarás a D-os con todo tu corazón, con toda tu alma y con todas tus fuerzas".
    - *Reflexión:* Amar con "todas tus fuerzas" (*Meodeja*) también se interpreta como "con todo tu dinero" o "con cualquier medida que D-os te envíe". Es un amor incondicional, tanto en los momentos de alegría como en los de desafío.
- **El Gesto de Taparse los Ojos:** Es costumbre taparse los ojos con la mano derecha al decir el primer verso.
    - *Reflexión:* Cerramos los ojos al mundo físico (lo que parece dividido y múltiple) para concentrarnos en la verdad espiritual (la unidad absoluta).
- **La Continuidad Educativa:** El Shemá nos ordena enseñar estas palabras a nuestros hijos. El judaísmo no sobrevive por grandes templos, sino por la conversación entre padres e hijos "estando en tu casa y andando por el camino".

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Concentración (Cavaná):** Si uno recita el primer verso sin pensar en lo que está diciendo, no ha cumplido con la obligación y debe repetirlo (con concentración).
2. **Pronunciación:** Se debe ser cuidadoso en pronunciar claramente cada palabra, sin "pegar" las letras finales con las iniciales de la siguiente palabra.
3. **El Shemá antes de dormir:** Además del Shemá del servicio religioso, existe la tradición de recitarlo justo antes de cerrar los ojos para dormir, para que nuestras últimas palabras del día sean de fe.

Resumen para el estudiante

El Shemá es el "grito de guerra" y el "susurro de paz" del judío. Es la reafirmación de que, pase lo que pase en el mundo exterior, existe una unidad subyacente que le da sentido a todo.

Entramos en la **Clase 8**. Si el Shemá (Clase 7) es nuestra declaración de lealtad, la **Amidá** es el encuentro cara a cara. Es el punto más alto de cualquier servicio religioso.

Clase 8: La Amidá – El Diálogo Silencioso

1. Desarrollo Temático: La Audiencia con el Rey

La **Amidá** (que significa "Estar de pie") también es conocida como *Tefilat HaLajash* (La Oración Silenciosa) o *Shemoné Esré* (Las Dieciocho Bendiciones, aunque actualmente son 19).

- **El Protocolo de Entrada:** Antes de empezar, damos tres pasos hacia atrás y tres hacia adelante. Esto simboliza nuestra entrada al "Palacio Real". Nos retiramos del mundo físico para entrar en la presencia divina.
- **Estructura de la Oración:** Se divide en tres secciones:
    - **Alabanza (Primeras 3 bendiciones):** Reconocemos la grandeza de D-os y nuestros ancestros.
    - **Peticiones (13 bendiciones intermedias):** Pedimos por sabiduría, salud, sustento, justicia y la redención.
    - **Gratitud (Últimas 3 bendiciones):** Agradecemos y pedimos por la paz.
- **El Silencio:** Se recita en voz muy baja, de modo que solo uno mismo pueda escucharse. Esto enseña que D-os no necesita gritos; Él escucha los susurros del corazón.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Talmud Bavli, Brajot 26b:** Discute si las oraciones fueron instituidas por los **Patriarcas** (Abraham, Isaac y Jacob) o si corresponden a los **Sacrificios diarios** del Templo. La conclusión es que ambas son correctas: la estructura viene de los sacrificios, pero el espíritu viene de nuestros ancestros.
- **Mishná Brajot 5:1:** > "Los antiguos piadosos solían esperar una hora antes de rezar la Amidá para dirigir sus corazones a su Padre en el Cielo".
- **Shulján Aruj, Oraj Jayim 95:** Establece que durante la Amidá, uno debe tener los pies juntos (imitando a los ángeles) y el corazón dirigido hacia Jerusalén.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Oración como "Servicio del Corazón":** Los sabios preguntan: ¿Qué es el servicio que se hace con el corazón? La respuesta es la Tefilá (oración). No se trata de informar a D-os de lo que necesitamos (Él ya lo sabe), sino de **cambiarnos a nosotros mismos** al reconocer nuestra dependencia de Él.
- **El Poder de la Petición Colectiva:** Aunque la Amidá se dice en privado, casi todas las peticiones están en plural ("Cúranos", "Bendícenos"). Esto nos enseña que no debemos ser egoístas en nuestra espiritualidad; mi bienestar está ligado al de mi comunidad.
- **La Modestia del Susurro:** Al rezar en silencio, imitamos a Janá (en el libro de Samuel), cuya oración fue escuchada porque hablaba desde su alma. La verdadera conexión no necesita espectáculo externo.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Dirección:** En cualquier parte del mundo, nos orientamos hacia la Tierra de Israel, específicamente hacia el sitio del Templo en Jerusalén.
2. **Interrupciones:** Una vez que se inicia la Amidá, está estrictamente prohibido hablar o hacer señas hasta terminar. Es una audiencia privada con el Rey.
3. **Inclinaciones:** Nos inclinamos en cuatro puntos específicos (al principio y al final de la primera bendición, y al principio y al final de la bendición de agradecimiento "Modim").
4. **Cierre:** Al terminar, damos tres pasos hacia atrás (saliendo del Palacio) y decimos *"Oshé Shalom"* pidiendo paz para todo Israel.

Resumen para el estudiante

La Amidá es el momento en que el tiempo se detiene. Es la oportunidad diaria de alinear nuestra voluntad personal con la Voluntad Divina, pidiendo no solo por nuestras necesidades, sino por la restauración del mundo.

Resumen para el estudiante

El Shemá es el "grito de guerra" y el "susurro de paz" del judío. Es la reafirmación de que, pase lo que pase en el mundo exterior, existe una unidad subyacente que le da sentido a todo.

Entramos en la **Clase 9**. Si la clase anterior fue sobre el diálogo íntimo y privado con D-os, esta clase trata sobre el poder de la **colectividad**. En el judaísmo, hay niveles de santidad que simplemente no se pueden alcanzar si uno está solo.

Clase 9: Kedushá y Kadish – La Santidad en Comunidad

1. Desarrollo Temático: El Poder del Diez

El concepto central de esta clase es el **Minián**: un quórum de diez hombres adultos (mayores de 13 años). La Halajá enseña que cuando diez personas se reúnen para rezar, la *Shejiná* (Presencia Divina) reside entre ellos de una manera especial.

- **La Kedushá (Santificación):** Es el momento durante la repetición de la Amidá donde la congregación imita a los ángeles. Decimos: *"Kadosh, Kadosh, Kadosh"* (Santo, Santo, Santo). Elevamos los talones para simbolizar que, por un momento, nos despegamos de la tierra.
- **El Kadish:** Es una de las oraciones más sagradas y conocidas. Contrario a la creencia popular, el Kadish no habla de la muerte, sino de la **exaltación del nombre de D-os**. Se recita en arameo (el idioma del pueblo en la época talmúdica) para que todos pudieran entenderlo.
- **Barjú:** Es la llamada oficial al rezo comunitario. Es el momento en que el individuo se funde con la comunidad para bendecir a D-os.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Levítico 22:32:** > "Y seré santificado en medio de los hijos de Israel".
    - De aquí los Sabios derivan que las "cosas sagradas" (*Davar shebikdushá*) requieren un grupo (Minián).
- **Talmud Bavli, Berajot 21b:** Establece que oraciones como la Kedushá o el Kadish no pueden ser recitadas por una persona que reza sola.
- **Talmud Bavli, Shabat 119b:** > "Aquel que responde 'Amén, que Su gran Nombre sea bendito por siempre' con todas sus fuerzas, se le anulan incluso decretos negativos de 70 años".
    - Aquí "con todas sus fuerzas" significa con toda su **concentración**.
- **Pirkei Avot 3:6:** "Si diez personas se sientan y se ocupan de la Torá, la Presencia Divina posa sobre ellas".

3. Reflexiones Fundamentadas

- **Responsabilidad Mutua:** El Minián nos enseña que cada individuo es indispensable. Si hay nueve sabios y falta una persona sencilla para completar el diez, el rezo santificado no puede realizarse. **Todos somos necesarios para que la santidad baje al mundo.**
- **El Kadish como Consuelo:** ¿Por qué los dolientes dicen Kadish? Porque cuando perdemos a un ser querido, la "presencia" de D-os en el mundo parece disminuir. Al decir Kadish, el doliente declara que, a pesar de su dolor, sigue creyendo en la grandeza divina, restaurando así esa luz perdida.
- **Imitar a los Ángeles:** En la Kedushá, nos paramos con los pies juntos como los ángeles. Esto nos recuerda que, aunque somos seres de carne y hueso con necesidades físicas, tenemos el potencial de actuar con pureza y elevación espiritual.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Responder "Amén":** Es casi más importante escuchar y responder "Amén" que decir la oración uno mismo. El que responde Amén es considerado como si hubiera pronunciado toda la bendición.
2. **Postura en la Kedushá:** Debemos estar de pie con los pies juntos. Al decir "Kadosh, Kadosh, Kadosh", nos elevamos tres veces sobre las puntas de los pies.
3. **No interrumpir:** Está prohibido hablar durante el Kadish o la Kedushá. Incluso si uno está en medio de su propio rezo, debe detenerse y escuchar en silencio.

Resumen para el estudiante

La santidad no es un proyecto individual. Aunque la relación personal con D-os es vital, el judaísmo nos empuja hacia el otro. El **Minián** es el recordatorio de que somos un solo cuerpo espiritual; cuando nos unimos, nuestras voces llegan a lugares donde una voz solitaria no podría alcanzar.

Con la **Clase 10** cerramos el bloque sobre la conexión diaria. Esta clase es el cierre perfecto: después de haber pedido y santificado, aprendemos a concluir un acto físico con un reconocimiento espiritual profundo.

Clase 10: Birkat Hamazón – La Gratitud tras la Satisfacción

1. Desarrollo Temático: La Bendición Posterior

A diferencia de la mayoría de las bendiciones (que son mandatos de los Sabios), el **Birkat Hamazón** (la bendición después de comer pan) es un precepto directamente ordenado en la Torá Escrita.

- **La Condición:** Solo se recita si se ha comido una cantidad mínima de pan (el tamaño de una *Kait* o aceituna, aprox. 28g). El pan representa el sustento humano por excelencia.
- **Las Cuatro Bendiciones:** El Birkat Hamazón que conocemos hoy tiene cuatro secciones históricas:
    - **Hazán (El que alimenta):** Escrita por Moisés cuando cayó el Maná. Agradece por el alimento para todo el mundo.
    - **Al Haáretz (Por la Tierra):** Escrita por Josué al entrar en Israel. Agradece por la tierra y la herencia espiritual.
    - **Boné Yerushalayim (El que construye Jerusalén):** Escrita por los reyes David y Salomón. Pide por el Templo y el reino.
    - **Hatov Vehametiv (El Bueno y el que hace el Bien):** Añadida por los Sabios tras la revuelta de Bar Cojba, reconociendo la bondad de D-os incluso en tiempos difíciles.
- **Mayim Ajaronim:** La Halajá requiere lavar las puntas de los dedos con un poco de agua antes de bendecir, por limpieza y respeto al nombre de D-os.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Deuteronomio 8:10 (La Fuente):** > "Y comerás, y te saciarás, y bendecirás a Adon-ai tu D-os por la buena tierra que Él te ha dado".
    - De aquí se deriva que la obligación nace de la **saciedad**.

- **Talmud Bavli, Brajot 48b:** Detalla quién escribió cada una de las bendiciones y por qué fueron instituidas en esos momentos históricos específicos.
- **Midrash Tanjuma:** Compara a una persona que bendice después de comer con un invitado que, tras una gran cena, agradece al anfitrión antes de retirarse. Aquel que se va sin agradecer es considerado un ingrato.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Prueba de la Saciedad:** Es fácil rezar cuando tenemos hambre y necesidad (como en la Amidá). El verdadero desafío espiritual es recordar a D-os cuando ya estamos llenos y cómodos. La satisfacción suele traer olvido; el Birkat Hamazón es el antídoto contra la arrogancia del éxito.
- **El Pan como Microcosmos:** Para que el pan llegue a tu mesa, se necesitó tierra, agua, sol, un agricultor, un molinero y un panadero. Al bendecir, reconocemos la compleja red de la vida y cómo D-os orquesta todo para que no nos falte nada.
- **Hospitalidad y Mesa:** El Birkat Hamazón incluye una sección de bendiciones para el anfitrión (*Birkat Haoréaj*). Esto nos enseña que la espiritualidad judía no olvida el factor humano: agradecer a D-os no nos exime de agradecer a la persona que cocinó o nos invitó.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Sentado:** Se debe recitar sentado en el mismo lugar donde se comió, para mantener la concentración.
2. **Zimún:** Si tres o más hombres comieron juntos, se realiza un "convite" o llamado especial antes de empezar, elevando la bendición a un nivel comunitario.
3. **Vino:** En ocasiones especiales (como Shabat o bodas), el Birkat Hamazón se recita sobre una copa de vino (*Kos shel Brajá*).

Resumen para el estudiante

El ciclo de la alimentación comienza con una bendición de "permiso" (Clase 6) y termina con una bendición de "gratitud" (Clase 10). Esto convierte el acto de comer —

que compartimos con los animales— en un **acto sagrado** que nos distingue como seres conscientes.

Entramos en el **Bloque 3: Cashrut y Ética**. Con esta **Clase 11**, comenzamos a estudiar cómo la santidad desciende a la cocina. La palabra *Kasher* (o Kosher) simplemente significa "apto" o "adecuado". No es una bendición del rabino sobre la comida, sino un estatus legal basado en las leyes de la Torá.

Clase 11: Animales Permitidos y Prohibidos

1. Desarrollo Temático: Las Señales de Pureza

La Torá establece que no todos los seres vivos son aptos para ser consumidos por el alma judía. Para cada categoría de animal, existen señales físicas específicas:

- **Mamíferos:** Deben cumplir **dos condiciones simultáneas**:
  - Ser rumiantes (masticar el bolo alimenticio).
  - Tener la pezuña totalmente partida.
  - *Ejemplos:* La vaca, la oveja y el ciervo son Kosher. El cerdo (pezuña partida pero no rumia) o el camello (rumia pero no tiene pezuña partida) están prohibidos.
- **Aves:** La Torá no da señales físicas, sino que enumera 24 especies prohibidas (principalmente aves de rapiña o carroñeras). Hoy en día, solo comemos aves sobre las que existe una tradición (*Masoret*) de que son aptas.
  - *Ejemplos:* Pollo, pavo, pato y ganso.
- **Peces:** Deben cumplir **dos condiciones simultáneas**:
  - Tener aletas.
  - Tener escamas (que se puedan quitar sin romper la piel).
  - *Nota:* Los mariscos, pulpos y tiburones no son Kosher.
- **Insectos:** Por regla general, están estrictamente prohibidos. Esto requiere una revisión minuciosa de frutas y verduras para asegurar que no contengan larvas o insectos pequeños.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Levítico (Vaikrá) 11:** La fuente principal donde se detallan las listas de animales.
- **Talmud Bavli, Julín 59a:** Analiza profundamente las señales de las pezuñas y la dentadura para identificar animales Kosher en ausencia de una tradición clara.

- **Rambán (Najmánides):** En su comentario a la Torá, explica que los animales prohibidos suelen tener una naturaleza cruel (depredadores) o hábitos sucios. Al comerlos, el ser humano podría absorber parte de esa naturaleza negativa.
- **Midrash Tanjuma:** "D-os es como un médico que visita a dos pacientes. A uno le permite comer de todo (porque no tiene cura), pero al que ama y quiere salvar, le prescribe una dieta estricta". La Cashrut es la dieta para la salud del alma.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Disciplina del Deseo:** La Cashrut es el ejercicio máximo de voluntad. Nos enseña que "no todo lo que se puede hacer, se debe hacer". Antes de llevar algo a la boca, el judío debe preguntar: "¿Tengo permiso?". Esto crea un filtro de conciencia en el impulso más básico del ser humano.
- **Tú eres lo que comes:** Así como la comida física se convierte en nuestra sangre y tejidos, la "energía espiritual" de la comida se convierte en nuestra sensibilidad moral. Comer animales crueles puede, según la mística judía, "obturar" el corazón (*Timtum Halev*) ante la espiritualidad.
- **Santidad en lo Animal:** Al restringir qué animales comemos, elevamos el acto de la alimentación de una necesidad biológica a un sistema de valores éticos y espirituales.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Revisión de Etiquetas:** En el mundo moderno, no basta con leer los ingredientes. Se busca un sello de supervisión rabínica (*Hejsher*) que garantice que no hubo contacto con productos no Kosher en la fábrica.
2. **Peces:** A diferencia de la carne, los peces no requieren un sacrificio ritual (*Shejitá*) ni un proceso de salado, pero sí deben ser identificados claramente por sus escamas.
3. **Huevo:** Solo se pueden consumir huevos de aves Kosher, y deben revisarse para asegurar que no tengan manchas de sangre (lo cual los invalidaría).

Resumen para el estudiante

La Cashrut no es una "ley de salud" (aunque puede tener beneficios), sino una "ley de santidad". El objetivo es que incluso el acto más terrenal —comer— se convierta en una oportunidad para recordar nuestra conexión con lo Divino.

Entramos en una de las leyes más distintivas del hogar judío: la prohibición de mezclar productos lácteos con productos cárnicos. Esta es la base de por qué las cocinas kosher tienen juegos de loza, cubiertos y ollas separados.

Clase 12: La Separación de Leche y Carne (*Basar Bejalav*)

1. Desarrollo Temático: Las Tres Prohibiciones

La Halajá no solo prohíbe comer la mezcla, sino que establece tres niveles de restricción:

1. **Prohibición de Cocinar:** No se deben cocinar juntos, incluso si no se van a comer.
2. **Prohibición de Comer:** No se consume ninguna mezcla de ambos.
3. **Prohibición de Beneficio:** No se puede vender ni dar de comer a un animal una mezcla de carne y leche que haya sido cocinada junta.

Tiempos de Espera:

- **De Carne a Leche:** Tras comer carne, se espera generalmente **6 horas** (según la mayoría de las tradiciones) antes de consumir lácteos. Esto se debe a que la carne deja un sabor prolongado y partículas entre los dientes.
- **De Leche a Carne:** Generalmente basta con lavarse la boca y comer algo sólido (que no sea pan) o esperar un tiempo breve, a menos que se trate de quesos muy fuertes o añejos.

Utensilios: Debido a que el sabor se absorbe en las paredes de los recipientes cuando hay calor, mantenemos ollas, platos y cubiertos separados para carne y para leche.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Éxodo 23:19, 34:26 y Deuteronomio 14:21:** La Torá repite tres veces la frase: *"No cocinarás al cabrito en la leche de su madre"*. Los Sabios enseñan que la repetición viene a enseñar las tres prohibiciones (cocinar, comer y beneficiarse).

- **Talmud Bavli, Julín 115b:** Analiza cómo la Torá prohíbe incluso mezclas que podrían parecer naturales, expandiendo la definición de "carne" a aves (por decreto rabínico, para evitar confusiones).
- **Rashi:** Explica que esta ley es un *Jok* (decreto que trasciende la lógica humana), aunque tiene profundas implicaciones morales.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Frontera entre la Vida y la Muerte:** La leche representa la vida (el sustento que la madre da a su cría); la carne representa la muerte (el animal que ha perdido la vida). La Halajá nos pide no mezclarlas: debemos ser capaces de distinguir y separar lo que da vida de lo que viene de la muerte.
- **Sensibilidad Moral:** Cocinar a una criatura en el mismo elemento que debía nutrirla es un acto de insensibilidad simbólica. Al separarlos, entrenamos nuestra compasión y respeto por los ciclos de la naturaleza.
- **Orden en el Caos:** Mantener una cocina separada requiere disciplina y organización constante. Esta atención al detalle nos enseña que el servicio a D-os no está solo en la sinagoga, sino en la elección de qué tenedor usar.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Parve:** Existe una tercera categoría llamada *Parve* (neutro), que incluye frutas, verduras, huevos y pescados. Estos pueden comerse tanto con carne como con leche.
2. **Identificación:** Es común marcar los utensilios de leche con color azul y los de carne con color rojo para evitar confusiones.
3. **Error en la cocina:** Si por error se mezcla o se usa un cubierto equivocado, se debe consultar con un Rabino, ya que existen leyes complejas (*Bitul*) sobre si el utensilio o la comida pueden salvarse.

Resumen para el estudiante

La separación de leche y carne transforma el acto de comer en un ejercicio de **distinción**. Nos enseña que para vivir una vida santa, debemos aprender a poner límites y a respetar la identidad de cada elemento de la creación.

Casa de Asamblea Ets Jayim
HALAJA

Esta **Clase 13** es una de las más delicadas y profundas. Trata sobre el respeto a la vida animal y la paradoja de consumir carne. En el judaísmo, el permiso para comer carne no es un derecho absoluto, sino una concesión divina que viene acompañada de estrictas reglas de compasión.

Clase 13: La Shejitá y la Prohibición de la Sangre

1. Desarrollo Temático: Compasión en el Sacrificio

El proceso para que una carne sea Kosher no termina en la especie del animal (Clase 11). El método de sacrificio, llamado **Shejitá**, busca la muerte más rápida e indolora posible.

- **El Shojet:** No es un carnicero común. Es un hombre piadoso, experto en leyes de anatomía y examinado constantemente. Su cuchillo (*Jalaf*) debe estar tan afilado y liso que no tenga ni la más mínima muesca (una muesca causaría dolor al animal e invalidaría el proceso).
- **El Corte:** Se realiza en el cuello, cortando la tráquea, el esófago y las arterias principales de un solo movimiento. Esto causa una caída inmediata de la presión sanguínea en el cerebro, provocando la pérdida de conciencia instantánea (evitando el sufrimiento).
- **La Revisión (Bediká):** Tras la muerte, se revisan los órganos internos (especialmente los pulmones) para asegurar que el animal no tenía enfermedades o lesiones que lo hubieran hecho morir pronto por sí mismo (*Terefá*).
- **La Prohibición de la Sangre:** La Torá prohíbe terminantemente consumir sangre. Para extraerla de la carne, esta debe pasar por un proceso de **Salado (Melijá)** y enjuague antes de ser cocinada.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Deuteronomio 12:21:** > "...degollarás de tu vacada y de tu oveja que el Señor te dio, como yo te he mandado".
    - *Nota:* La Torá escrita no dice "cómo" degollar, solo dice "como te mandé". Esto es una prueba directa de que las instrucciones detalladas fueron dadas oralmente a Moisés (Torá Oral).

- **Talmud Bavli, Julín 9a:** Trata detalladamente sobre la inspección del cuchillo y la pericia requerida para que el acto sea sagrado.
- **Levítico 17:11:** > "Porque la vida de la carne en la sangre está".
    - Esta es la razón mística de la prohibición: no debemos consumir la "esencia vital" o la "personalidad animal" que reside en la sangre.
- **Sefer HaJinuj (Precepto 451):** Explica que estas leyes sirven para refinar nuestra alma, alejándonos de la crueldad y la ferocidad.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **Tza'ar Ba'alei Jayim (Sufrimiento Animal):** La Halajá nos prohíbe causar dolor innecesario a cualquier criatura. Si el sacrificio no es perfecto, la carne se vuelve prohibida. Esto nos enseña que, si vamos a tomar una vida para alimentarnos, debemos hacerlo con el mayor respeto y consciencia posibles.
- **La Sangre y la Crueldad:** Al drenar la sangre, estamos haciendo una distinción: comemos el cuerpo para sostenernos, pero respetamos la "chispa de vida" devolviéndola simbólicamente a su Origen. Evita que el ser humano se vuelva depredador en su instinto.
- **Gratitud por el Sacrificio:** Saber que un animal murió bajo estas estrictas condiciones debería hacernos comer con más propósito. No es "comida barata" o "desechable"; es una vida que se elevó para permitir nuestra existencia.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Hígado:** Dado que el hígado es pura sangre, no se puede limpiar solo con sal; debe ser **asado directamente al fuego** para extraer la sangre antes de poder cocinarlo de otra forma.
2. **Carne "Glatt":** Escucharás el término "Glatt Kosher". Significa que los pulmones del animal estaban totalmente "lisos" (Glatt en idish), sin ninguna adherencia, indicando un nivel superior de salud y calidad halájica.
3. **Compra segura:** Debido a la complejidad de la Shejitá y el salado, un judío nunca compra carne en una carnicería común; siempre debe tener el sello de supervisión rabínica.

Resumen para el estudiante

La Shejitá transforma un acto potencialmente violento en un **acto ritual de compasión**. Nos recuerda que tenemos permiso de usar el mundo físico, pero nunca de abusar de él o ignorar el dolor de otros seres vivos.

Esta **Clase 14** es fundamental porque rompe el mito de que la religión solo ocurre en la sinagoga o en la cocina. En el judaísmo, la forma en que ganas y manejas tu dinero es una de las mayores expresiones de tu conexión con D-os.

Clase 14: Halajá en los Negocios (Joshén Mishpat)

1. Desarrollo Temático: La Santidad del Mercado

La sección del código de leyes judías que trata sobre los negocios y daños se llama **Joshén Mishpat**. Su principio básico es que el dinero de otra persona es tan sagrado como su vida.

- **Honestidad en Pesas y Medidas:** Está estrictamente prohibido poseer balanzas o medidas exactas. La Torá exige "justicia absoluta" en las transacciones.
- **Onaat Mamón (Fraude de precio):** La Halajá establece límites de ganancia justa. Si vendes algo a un precio significativamente superior al del mercado (más de un sexto de diferencia), la transacción puede ser invalidada.
- **Onaat Devarím (Engaño con palabras):** No solo el dinero cuenta. Está prohibido engañar a un vendedor haciéndole creer que vas a comprar algo cuando no tienes intención de hacerlo, o recordar a alguien su pasado negativo para humillarlo.
- **Pago a Empleados (Bal Talín):** Existe una prohibición específica de retrasar el pago de un trabajador. Si un empleado terminó su labor de día, debe recibir su pago antes de que se ponga el sol.
- **Guenivat Daat (Robo de la mente):** Es la prohibición de crear una falsa impresión positiva para ganar un beneficio, incluso si no hay una pérdida monetaria directa para el otro.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Levítico 19:13:** > "No oprimirás a tu prójimo, ni lo robarás. No retendrás el salario del jornalero en tu casa hasta la mañana".
- **Talmud Bavli, Shabat 31a:** El Talmud enseña que cuando una persona llega al Juicio Celestial tras la muerte, la primera pregunta que se le hace es: **"¿Fuiste honesto en tus negocios?"** (*Nasata VeNatata BeEmuná*).

- **Talmud Bavli, Babá Metziá 58b:** Trata sobre el daño emocional y el engaño verbal, afirmando que el engaño con palabras es incluso más grave que el engaño monetario, pues el dinero se devuelve, pero el daño al alma es difícil de reparar.
- **Maimónides (Mishné Torá, Hiljot Deot):** Explica que el judío debe ser más cuidadoso con la propiedad ajena que con la propia.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **El Kidush HaShem (Santificar el Nombre):** Cuando un judío es escrupulosamente honesto en sus negocios, especialmente con personas que no son de su fe, está realizando la Mitzvá más grande: demostrar que la Torá produce seres humanos íntegros. Lo contrario (ser deshonesto) es un *Jilul HaShem* (Profanación del Nombre).
- **Dinero y Emuná (Fe):** Robar o engañar es, en el fondo, una falta de fe. Es creer que D-os no puede darte lo que necesitas y que debes "ayudarlo" mediante el engaño. La honestidad es la prueba máxima de que confías en que tu sustento viene del Cielo.
- **La Responsabilidad Social:** La Halajá nos recuerda que no somos individuos aislados. Si el mercado es corrupto, la sociedad colapsa. El orden legal judío busca crear una red de confianza mutua.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Devolución de objetos perdidos (*Hashavat Abedá*):** Si encuentras algo, tienes la obligación de anunciar el hallazgo y devolverlo si el dueño da señales de identificación.
2. **Competencia Leal:** No se puede interferir en el sustento de otro de manera desleal (por ejemplo, abrir un negocio idéntico justo al lado si el mercado es limitado, según ciertas condiciones).
3. **Contratos y Palabra:** En el judaísmo, la palabra tiene valor legal. Romper una promesa comercial, aunque no haya contrato firmado, es visto con mucha severidad (*Mi ShePará*).

Resumen para el estudiante

Tu oficina, tu tienda o tu lugar de trabajo son tu "segundo Templo". La Halajá en los negocios nos enseña que la espiritualidad no se mide por cuánto tiempo pasas rezando, sino por **cuán limpia está tu mano al recibir y entregar dinero**.

Esta **Clase 15** cierra el bloque de ética y es, quizás, una de las más desafiantes de practicar. Si en la clase anterior cuidamos nuestras manos (el dinero), en esta cuidaremos nuestra lengua. En el judaísmo, el habla no es "aire", es una herramienta creativa que debe usarse con extrema precaución.

Clase 15: Lashón Hará – Las Leyes del Habla

1. Desarrollo Temático: El Poder de la Palabra

El término **Lashón Hará** se traduce literalmente como "lengua mala". Se refiere a decir algo **verdadero** sobre otra persona que sea despectivo o que pueda causarle daño (físico, emocional o económico).

- **Tres tipos de prohibiciones principales:**
  - **Lashón Hará:** Contar algo negativo y cierto sobre alguien.
  - **Motzí Shem Ra:** Inventar o difundir una mentira o calumnia (mucho más grave).
  - **Rejilut (Chisme):** Ir de un lado a otro contando lo que otros dijeron de uno ("Él dijo esto de ti...").
- **Avak Lashón Hará (El "polvo" del chisme):** Son comentarios que, aunque no son negativos directamente, invitan a otros a hablar mal. Por ejemplo: "No quiero hablar de lo que hizo Fulano...", o alabar excesivamente a alguien frente a sus enemigos (provocando que ellos lo critiquen).
- **La trampa del oyente:** La Halajá enseña que **el que escucha** Lashón Hará comete una falta tan grave o más que el que lo dice, pues le da una plataforma al pecado.

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Levítico 19:16:** > "No andarás chismeando entre tu pueblo; no atentarás contra la vida de tu prójimo".
  - La Torá conecta el chisme con atentar contra la vida, porque el daño a la reputación puede destruir a una persona socialmente.
- **Talmud Bavli, Arajím 15b:** > "El Lashón Hará mata a tres personas: al que lo dice, al que lo escucha y a aquel de quien se habla".

- **Salmos 34:13-14:** > "¿Quién es el hombre que desea la vida...? Guarda tu lengua del mal y tus labios de hablar engaño".
- **El Jafetz Jaim:** El Rabino Israel Meir Kegan escribió el libro definitivo sobre estas leyes (llamado precisamente *Jafetz Jaim*). Él organizó sistemáticamente cuándo está permitido hablar (por ejemplo, para advertir a alguien de un peligro real) y cuándo es estrictamente prohibido.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **Palabras que crean mundos:** D-os creó el mundo con palabras ("Hágase la luz"). Nosotros, creados a Su imagen, también creamos o destruimos realidades con lo que decimos. Una palabra hiriente puede marcar a alguien por décadas.
- **El secreto de la autodisciplina:** Controlar la lengua es la prueba máxima de autocontrol. Es mucho más difícil callar un comentario "jugoso" que ayunar o cumplir un ritual físico. La reflexión es: **¿Soy dueño de mis palabras o mis palabras son dueñas de mí?**
- **Privacidad y Dignidad:** El Lashón Hará es una invasión a la privacidad. Cada persona tiene derecho a su reputación. Hablar mal de alguien por la espalda es un acto de cobardía porque la persona no puede defenderse.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **El silencio como refugio:** Si te encuentras en una situación donde se está hablando mal de alguien, intenta cambiar el tema con tacto o, si es posible, retírate físicamente.
2. **El beneficio (LeToélet):** Existe una excepción. Si alguien te pregunta por la honestidad de un socio comercial o la conducta de alguien para una propuesta de matrimonio, tienes la obligación de decir la verdad (sin exagerar), siempre que tu intención sea **ayudar** y no dañar por placer.
3. **La regla de oro:** Antes de hablar de alguien, pregúntate: ¿Es verdad? ¿Es necesario? ¿Es beneficioso? ¿Lo diría si esa persona estuviera presente?

Resumen para el estudiante

Las leyes del habla nos enseñan que nuestra boca es un **órgano sagrado**. Al igual que cuidamos que no entre nada impuro (Cashrut), debemos cuidar que no salga nada impuro. La verdadera santidad no reside solo en lo que comemos, sino en cómo tratamos la dignidad de los demás.

Entramos en el último bloque del curso, dedicado a la "Isla en el Tiempo": **El Shabat**. Esta **Clase 16** es crucial porque nos enseña que la santidad del Shabat no comienza mágicamente al atardecer del viernes, sino que se construye activamente durante la semana.

Clase 16: Preparación para el Shabat (Erev Shabat)

1. Desarrollo Temático: Crear el Palacio en el Tiempo

El Shabat es comparado con una "Reina" o una "Novia". Así como nadie esperaría a una reina con la casa sucia o vestido de diario, el judío transforma su entorno para recibir este día.

- **Kavod Shabat (Honor al Shabat):** Se refiere a las acciones realizadas *antes* de que empiece el día para honrar su llegada.
    - Limpiar la casa, bañarse, cortarse el cabello y preparar la mejor ropa.
    - Involucrarse personalmente: Incluso alguien con ayuda doméstica tiene la Mitzvá de hacer algo por sí mismo (como poner el mantel o cocinar un plato especial).
- **Oneg Shabat (Deleite del Shabat):** Se refiere al disfrute *durante* el día. Comprar la mejor comida, carne, vino y dulces que el presupuesto permita.
- **Encendido de Velas:** Es el acto que marca formalmente la transición.
    - Generalmente lo realiza la mujer de la casa, pero es una obligación para todo hogar.
    - Se encienden al menos dos velas (representando los mandamientos de "Recordar" y "Cuidar" el Shabat) al menos 18 minutos antes de la puesta del sol.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Éxodo 20:8 e Isaías 58:13:** La Torá dice "Recuerda el día de Shabat", y el profeta Isaías añade: "Llamarás al Shabat un deleite (*Oneg*)".
- **Talmud Bavli, Shabat 119a:** Cuenta que los grandes sabios se dividían las tareas: uno picaba la leña, otro salaba el pescado, otro barría. Enseñaban que ningún trabajo es degradante si es para honrar al Shabat.

- **Mecjilta, Itró:** "Recuerda el Shabat todos los días". Los sabios dicen que si encuentras un alimento especial el martes, cómpralo y guárdalo para el Shabat. Así, toda la semana gira en torno a la santidad.
- **Zohar:** Explica que la bendición de toda la semana de trabajo emana de cómo uno trata y respeta el Shabat anterior.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Psicología de la Anticipación:** La felicidad del Shabat no es espontánea; es el resultado del esfuerzo. Al limpiar y cocinar el viernes, estamos enviando un mensaje a nuestro subconsciente: *"Lo que está por venir es más importante que mi rutina diaria"*.
- **Paz en el Hogar (Shalom Bait):** Las velas de Shabat tienen como propósito principal traer luz y paz. La Halajá pone énfasis en que no haya discusiones antes de Shabat. La reflexión es: **¿De qué sirve tener comida deliciosa si el ambiente está cargado de tensión?** La preparación también debe ser emocional.
- **Detener la Inercia:** En un mundo que nunca descansa (correos, redes sociales, noticias), el acto de apagar el teléfono antes de encender las velas es un acto de soberanía sobre nuestra propia vida.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Tosefet Shabat:** Es meritorio agregar tiempo al Shabat, dejando de trabajar unos minutos antes de lo estrictamente necesario para entrar al día con calma.
2. **Preparación de la Mesa:** Se cubre la mesa con un mantel blanco y se colocan dos panes (*Jalot*) cubiertos, recordando la porción doble de Maná que caía en el desierto los viernes.
3. **La Bendición de las Velas:** Se encienden las luces, se cubren los ojos, se recita la bendición y, al abrir los ojos, la santidad del día ya ha comenzado para quien las encendió.

Resumen para el estudiante

El Shabat no es solo un día de descanso; es una **meta**. La Clase 16 nos enseña que la espiritualidad no es algo que "sucede", sino algo que se "fabrica" con nuestras propias manos, escobas y ollas durante la semana.

Esta es probablemente la clase más técnica de todo el curso, pero también la más liberadora. Para entender el Shabat, debemos redefinir qué significa "trabajar". En la Halajá, el descanso no es solo no cansarse físicamente; es cesar de interferir en la creación.

Clase 17: Las 39 Melajot – La Abstinencia Creativa

1. Desarrollo Temático: ¿Qué es una Melajá?

La Torá prohíbe realizar *Melajá* en Shabat. Sin embargo, no define qué es. Los Sabios, mediante la tradición oral, explican que una **Melajá** es cualquier acto que demuestre dominio creativo sobre el mundo físico.

- **El Tabernáculo como Modelo:** La definición de "trabajo" se deriva de las actividades necesarias para construir el *Mishkán* (Santuario móvil en el desierto). Si fue necesario para construir el hogar de D-os, es un acto de creación humana que debemos evitar en Shabat.
- **Las 39 Categorías:** Se dividen en cuatro grupos principales:
    - **El proceso del Pan:** Desde sembrar y cosechar hasta hornear (11 labores).
    - **El proceso de las Vestiduras:** Desde trasquilar lana hasta coser (13 labores).
    - **El proceso de la Escritura:** Preparar el pergamino, escribir y borrar (9 labores).
    - **Construcción y Finalización:** Construir, demoler, encender fuego, apagar fuego y el toque final de un objeto (6 labores).
- **Electricidad y Tecnología:** Aunque no existían en el desierto, el uso de aparatos electrónicos se prohíbe generalmente bajo las categorías de "Encender fuego" (por la chispa o el filamento), "Construir" (cerrar un circuito) o simplemente por ser un acto que rompe el espíritu del descanso (*Uvdin deJol*).

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Mishná Shabat 7:2:** Es la fuente fundamental donde se enumeran las 39 labores principales (*Avot Melajot*).

- **Talmud Bavli, Shabat 49b:** Establece la conexión directa entre el Shabat y la construcción del Tabernáculo: "Las labores prohibidas son aquellas que se realizaban en el Mishkán".
- **Midrash Bereshit Rabá:** "D-os creó el mundo en seis días. ¿Qué le faltaba al mundo? El descanso (*Menujá*). Vino el Shabat y el mundo se completó".
    - *Lección:* El descanso no es ausencia de actividad, es una creación en sí misma.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **Dejar de ser "Dios":** Durante la semana, jugamos a ser creadores: transformamos la materia, encendemos luces, construimos imperios. En Shabat, damos un paso atrás. Reconocemos que el mundo no nos pertenece, sino que somos invitados en él. **¿Qué tan difícil es para ti dejar de controlar tu entorno por 25 horas?**
- **La Dignidad del Ser sobre el Hacer:** Nuestra sociedad nos valora por lo que producimos. El Shabat nos valora por lo que somos. Al prohibir la *Melajá*, la Halajá nos obliga a encontrarnos con nosotros mismos, con nuestra familia y con D-os, sin la distracción de la productividad.
- **La Libertad del "No":** No poder usar el teléfono o el coche parece una restricción, pero en realidad es una liberación de la esclavitud de la disponibilidad constante. Es el único día en que nadie puede "exigirte" un resultado material.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Pikuaj Nefesh (Preservar la vida):** Esta es la regla de oro. Si hay una vida en peligro, todas las leyes de Shabat se suspenden inmediatamente. "El Shabat fue entregado al hombre, no el hombre al Shabat".
2. **Gramá e Indirectos:** La Halajá estudia casos complejos sobre sensores de movimiento o temporizadores. La intención es que la tecnología trabaje *para* nosotros, pero que nosotros no la activemos manualmente.
3. **Preparación de Comida:** Como no se puede cocinar (usar fuego para transformar alimentos), se usa el método de la *Plata* (plancha eléctrica caliente) o el *Keli Rishón* para mantener caliente lo que ya fue cocinado antes de Shabat.

Resumen para el estudiante

Las 39 Melajot no son "castigos" o "cargas". Son los límites que definen un espacio sagrado. Al no transformar el mundo exterior, ganamos la oportunidad de transformar nuestro mundo interior.

Esta **Clase 18** trata sobre cómo convertir el placer físico en una experiencia espiritual. En el judaísmo, la santidad no se logra mediante el ayuno o el ascetismo, sino elevando los actos más básicos, como comer y beber, a través de la gratitud y la conciencia.

Clase 18: El Kidush y las Comidas de Shabat

1. Desarrollo Temático: Santificar sobre el Vino

El Shabat se define por dos mandamientos: *Zajor* (Recordar) y *Shamor* (Cuidar). Mientras que las prohibiciones de la clase anterior cumplen con "Cuidar", el **Kidush** cumple con "Recordar".

- **El Kidush (Santificación):** Es la declaración oral de que el Shabat es diferente a los demás días. Se realiza sobre una copa de vino o jugo de uva, ya que el vino simboliza la alegría y la abundancia.
    - Se recita tanto al inicio (viernes noche) como en el almuerzo del sábado.
- **Léjem Mishné (Pan Doble):** En cada una de las tres comidas de Shabat, bendecimos sobre dos panes (*Jalot*) enteros. Esto recuerda la doble porción de Maná que caía en el desierto los viernes para que el pueblo no tuviera que recolectar en Shabat.
- **Las Tres Comidas (*Shalosh Seudot*):** Es una obligación halájica disfrutar de tres banquetes:
    - La cena del viernes noche.
    - El almuerzo del sábado.
    - La tercera comida (*Seudá Shelishit*) al atardecer del sábado, un momento de introspección y canciones espirituales (*Zemirot*).

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Génesis 2:1-3:** El texto de *Vaiejulú* que se recita en el Kidush. Establece que D-os mismo santificó el séptimo día.
- **Talmud Bavli, Pesajim 106a:** "Recuerda el día del Shabat para santificarlo... Recuérdalo sobre el vino". Aquí los Sabios establecen que la santificación debe ser un acto físico y placentero.
- **Midrash Tanjuma:** Explica que la mesa de Shabat en el hogar sustituye al Altar del Templo. Por eso, la comida debe ser la mejor y la atmósfera debe ser de paz.

- **Zohar:** Describe que en Shabat recibimos una *Neshamá Ieterá* (un "Alma Adicional") que nos permite disfrutar de lo espiritual y lo físico con mayor intensidad.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **El Vino como Transformador:** El vino puede usarse para la embriaguez o para la santidad. Al usarlo para el Kidush, estamos diciendo que el placer físico no es malo, siempre y cuando se use para un propósito elevado.
- **La Cobertura de la Jalá:** Tradicionalmente cubrimos el pan mientras decimos el Kidush sobre el vino. Una hermosa explicación es que lo hacemos para "no avergonzar" al pan (que suele tener prioridad en las bendiciones).
    - *Reflexión:* Si la Halajá se preocupa por la "sensibilidad" de un trozo de pan, **¿cuánto más debemos cuidar de no avergonzar o herir los sentimientos de las personas en nuestra mesa?**
- **La Mesa como Espacio de Diálogo:** Shabat es el único momento de la semana donde la familia está sentada por horas sin distracciones electrónicas. La mesa de Shabat es el corazón de la transmisión de valores.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **La Copa:** Debe estar limpia y contener al menos 86ml (*Reviit*). Se suele llenar hasta el borde para simbolizar una "copa rebosante" de bendiciones.
2. **Lavado de Manos:** Después del Kidush, lavamos nuestras manos ritualmente (*Netilat Yadaim*) antes de bendecir y comer el pan.
3. **Compartir:** Es costumbre que quien hace el Kidush distribuya un poco de vino a todos los presentes, uniendo a la mesa en una sola santificación.

Resumen para el estudiante

El Kidush y las comidas de Shabat nos enseñan que el cuerpo también tiene derecho a celebrar. No servimos a D-os solo con el cerebro, sino con todo nuestro ser, transformando una cena ordinaria en un **banquete real**.

Esta **Clase 19** trata sobre las "barreras de seguridad" que protegen la paz del Shabat. Si las 39 Melajot (Clase 17) son las leyes fundamentales, el concepto de **Muktzé** es la herramienta psicológica y física que nos ayuda a desconectarnos del mundo del esfuerzo y la utilidad.

Clase 19: Muktzé – Protegiendo la Atmósfera de Descanso

1. Desarrollo Temático: El Desapego de los Objetos

La palabra **Muktzé** significa "apartado" o "designado fuera de uso". Es una categoría de objetos que la Halajá prohíbe tocar o mover durante el Shabat.

- **¿Por qué existe el Muktzé?:** Los Sabios instituyeron estas leyes para:
  - Evitar que alguien realice accidentalmente una labor prohibida (si sostienes un bolígrafo, podrías terminar escribiendo sin pensar).
  - Hacer que el Shabat se sienta físicamente distinto (si puedes mover tus herramientas de trabajo, no sentirás que es un día de descanso).
- **Principales Categorías de Muktzé:**
  - **Keli sheMelajtó leIsur:** Herramientas cuyo uso principal está prohibido en Shabat (martillos, bolígrafos, computadoras, billeteras).
  - **Muktzé majamat Jisarón Kis:** Objetos valiosos que uno cuida mucho y no usaría para otra cosa (un bisturí médico, una cámara profesional).
  - **Muktzé majamat Gufó:** Objetos que no tienen utilidad en Shabat y no son "utensilios" (piedras, ramas caídas, dinero).
  - **Base para algo prohibido:** Un mueble que sostiene un objeto prohibido (como una mesa que tiene solo velas encendidas sobre ella).

2. Fuentes Talmúdicas y Libros Relacionados

- **Nehemías 13:15-22:** Una de las fuentes bíblicas donde se describe cómo se cerraron las puertas de Jerusalén para evitar que los mercaderes entraran con sus mercancías, sentando las bases del concepto de apartar lo comercial.
- **Talmud Bavli, Shabat 124a:** Aquí se discute la evolución de las leyes de Muktzé. Originalmente eran muy estrictas y luego se fueron ajustando para equilibrar la santidad con la necesidad humana.

- **Rambam (Mishné Torá, Hiljot Shabat 24:12-13):** Explica que el Muktzé es necesario para que las personas que no realizan trabajos físicos pesados (como comerciantes o escribas) sientan que el Shabat es realmente un día diferente al resto de la semana.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Soberanía sobre las Posesiones:** Durante la semana, somos "dueños" de nuestras cosas y las usamos para producir. En Shabat, al no poder tocar ciertos objetos, declaramos que **no somos esclavos de nuestras herramientas**. El dinero en el bolsillo o el teléfono en la mesa pierden su poder sobre nosotros.
- **Crear una "Burbuja" de Paz:** El Muktzé ayuda a que el hogar no se convierta en una oficina o un taller. Al apartar el martillo o la calculadora, estamos diciendo: "En este espacio, mi valor no depende de lo que puedo construir o calcular".
- **Atención Plena (Mindfulness):** Tener que pensar antes de tocar un objeto te obliga a estar presente. El Shabat requiere una conciencia constante de dónde estás y qué estás haciendo.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Mover con el cuerpo:** Si un objeto Muktzé está estorbando (por ejemplo, alguien dejó una billetera en tu silla), puedes moverlo de forma inusual (con el codo o el pie) si es estrictamente necesario, pero lo ideal es no tocarlo.
2. **Uso para funciones permitidas:** Algunos objetos (como un martillo) pueden moverse si los necesitas para algo permitido (como abrir un coco para comer), pero esto tiene reglas específicas.
3. **El Teléfono Celular:** Es el "Muktzé moderno" por excelencia. Representa escritura, comercio, fotografía y encendido de fuego. Apartarlo es el primer paso para un Shabat con éxito.

Resumen para el estudiante

El Muktzé es el "muro de contención" de la santidad. No es que el objeto sea "malo", es que su función pertenece a los seis días de la creación. Al soltarlo, le damos permiso a nuestra alma para que se enfoque en lo eterno.

Casa de Asamblea Ets Jayim
HALAJA

Hemos llegado a la **Clase 20**, el cierre de nuestro curso. Si el Shabat es un "Palacio en el Tiempo", la **Havdalá** es la puerta de salida. Esta ceremonia nos enseña que el objetivo del Shabat no es quedarse en una burbuja para siempre, sino recargar energías para elevar la semana que comienza.

Clase 20: Havdalá – Llevando la Luz a la Semana

1. Desarrollo Temático: El Arte de Diferenciar

La palabra **Havdalá** significa "Distinción" o "Separación". Así como el Kidush marca la entrada (santificación), la Havdalá marca la salida oficial del Shabat una vez que han aparecido tres estrellas en el cielo.

- **Los Cuatro Elementos de la Ceremonia:**
  - **El Vino (Copa de Bendición):** Representa la alegría que queremos llevar del Shabat a los días hábiles.
  - **Las Especias (*Besamim*):** Se huelen para consolar al alma, que se siente "triste" al perder la *Neshamá Ieterá* (el alma adicional de Shabat).
  - **La Vela Trenzada:** Debe tener al menos dos mechas para formar una antorcha. Celebramos la creación del fuego por Adán al finalizar el primer Shabat de la historia.
  - **La Bendición de la Separación:** El texto central donde agradecemos a D-os por distinguir entre lo sagrado y lo profano, entre la luz y la oscuridad, entre Israel y las naciones, y entre el Shabat y los seis días de trabajo.

2. Fuentes Talmúdicas y Midráshicas

- **Génesis 1:4:** > "Y separó (Vayavdel) D-os entre la luz y la oscuridad".
  - De aquí aprendemos que la capacidad de distinguir es un atributo divino que el ser humano debe imitar.
- **Talmud Bavli, Pesajim 103b:** Discute el orden de las bendiciones de la Havdalá, estableciendo la secuencia que usamos hoy (Vino, Especias, Luz, Separación).
- **Midrash Tehilim:** Cuenta que al final del primer Shabat, el mundo se oscureció por primera vez. Adán tuvo miedo, y D-os le dio la inteligencia para frotar dos piedras y crear fuego. Por eso bendecimos por la luz del fuego el sábado por la noche.

- **Shulján Aruj, Oraj Jayim 296:** Establece que si una persona no puede hacer Havdalá con vino, puede usar una "bebida del país" (*Jamar Mediná*) como café o cerveza, resaltando que lo importante es el acto de distinción.

3. Reflexiones Fundamentadas

- **La Importancia de los Límites:** En un mundo donde todo parece "gris" o relativo, la Havdalá nos enseña que las distinciones son necesarias. Para que algo sea sagrado, debe estar separado de lo común. **¿Cómo puedes mantener tus valores sagrados mientras trabajas en un mundo secular?**
- **El Sentido del Olfato:** Es el único sentido que, según los sabios, "beneficia al alma y no al cuerpo". Al oler las especias, le damos un "remedio" espiritual a nuestra alma para que soporte la transición a la rutina.
- **Derramar el Vino:** Es costumbre llenar la copa hasta que rebose un poco en el plato. Esto simboliza nuestro deseo de que la bendición de Shabat sea tan abundante que "desborde" hacia toda la semana entrante.

4. Guía Práctica y Halájica

1. **Observar las Uñas:** Durante la bendición por la luz, extendemos las manos hacia la vela y miramos el reflejo de la luz en nuestras uñas. Esto simboliza que ahora podemos volver a usar nuestras manos para "crear" y trabajar en el mundo.
2. **Melavé Malká:** Es la comida que se realiza después de la Havdalá. Se llama "Acompañar a la Reina", y su propósito es prolongar la atmósfera de Shabat un poco más antes de sumergirse totalmente en la semana.
3. **Shavua Tov:** El saludo tradicional después de la Havdalá es "Shavua Tov" (¡Buena semana!), deseando que la luz que acabamos de apagar en el vino nos ilumine los próximos seis días.

Resumen del Curso

Hemos recorrido 20 clases, desde las leyes del despertar hasta la despedida del Shabat. La Halajá no es un libro de leyes secas; es el mapa para que un ser humano pueda vivir con conciencia, ética y santidad en cada segundo de su existencia.

Casa de Asamblea Ets Jayim
HALAJA