JABAD ARGENTINA חב"ד

בס"ד

LA ENSEÑANZA SEMANAL

פרשת השבוע

PARA PENSAR, COMPARTIR CON AMIGOS Y LLEVAR A LA PRÁCTICA

PARSHAT SHLAJ

20 JUNIO, 2025
24 SIVAN, 5785

 # 1534 **SHABAT MEVARJIM**

CINCO MANERAS DE CRITICAR CON MAYOR EFICACIA

Hanna Perlberger

"En la juventud, uno aprende a hablar; en la madurez, a callar. Este es el problema del hombre: que aprende a hablar antes de aprender a callar."

Rabí Najman de Breslov

En las relaciones personales, la proporción es mayor. Un comentario crítico o negativo debe compensarse con 3:5 comentarios positivos.

El pueblo judío acababa de partir del Monte Sinaí tras recibir los Diez Mandamientos y se disponía a entrar a la Tierra de Israel.

El pueblo no sabía a qué se enfrentaba, así que le pidió a Moshe que designara a un grupo de hombres para que espiaran la tierra.

Después de 40 días, los espías regresaron y emitieron un informe elogioso: *"Es una tierra que mana leche y miel. Aquí están sus frutos"*.

Y luego dijeron la palabra: **pero**, tras lo cual pintaron una imagen tan negativa de la tierra que la gente, asustada, lloró toda la noche, sellando así su destino.

No solo no entrarían en la tierra, sino que futuras calamidades (como la destrucción del Primer y el Segundo Templo) ocurrirían en el aniversario de esa fecha.

A menudo mezclamos elogios con críticas y nos preguntamos por qué el oyente se ofende.

Si también dije algo bueno, ¿por qué el drama?

Sea cual sea la razón, una proporción de 1:1 (elogios/críticas) destruirá la calidad de tus relaciones.

¿Podemos criticar? Si, y a veces debemos, pero sin dañar la relación.

En el ámbito empresarial, el "Principio de Losada" nos dice que, a menos que un comentario negativo o crítico se compense con 3 comentarios positivos, el ambiente laboral se considera tóxico.

En las relaciones personales, la proporción es mayor. Un comentario crítico o negativo debe compensarse con 3:5 comentarios positivos.

Mi consejo:

- Si tienes que decir algo crítico, intenta contrarrestarlo con varios comentarios positivos.
- Si tienes que decir dos cosas contradictorias, cambia el orden para que el comentario amable siga al "pero".
- Intenta callar después del cumplido. No arruines el cumplido.
- No arruines los cumplidos que recibes. Cuando recibo un cumplido sobre una comida que preparé, a menudo lo desvío con un "pero", como "pero el pollo está muy seco". No te menosprecies ni hagas que la persona que te hace el cumplido se sienta ridícula por ello.
- Transforma conscientemente el "pero" de "destructivo" a "constructivo". "He oído que tu profesor es un perfeccionista

▶▶ *continúa en pág. siguiente*

HORARIOS PARA EL ENCENDIDO DE LAS VELAS DE SHABAT

Buenos Aires	17.33	Concordia	17.39	Bariloche	18.05	Corrientes	17.51
Rosario	17.45	Córdoba	18.03	Mendoza	18.18	Resistencia	17.52
Tucumán	18.18	Salta	18.23	Mar del Plata	17.20		
Bahía Blanca	17.36	S. Fe	17.49	S. Juan	18.21		

Los horarios corresponden a 18 minutos antes de la puesta del sol.

LA PARSHÁ EN PROFUNDIDAD

de las Palabras del Rebe de Lubavitch

"Y sucedió que al día siguiente vino Moshé... y he aquí que el bastón de Aarón... había brotado... y floreció... y produjo almendras". Esta fue una de las señales mediante las cuales Di-s demostró que había elegido a Aarón para el sacerdocio (de quien descienden todos los cohanim).

Pero, ¿cuál es el significado especial de las almendras en relación al sacerdocio?

De todas las frutas que existen en el mundo, las almendras son las primeras en madurar. El intervalo entre la aparición de las flores en el árbol y el momento en que los frutos han madurado y están listos para comer es el más corto de cualquier variedad de fruta.

El Alter Rebe, Rabí Shneur Zalman, fundador de Jabad explicó que las almendras simbolizan a los cohanim, que bendicen al pueblo judío con la bendición sacerdotal.

De la misma manera que la almendra es rápida en la maduración, también lo es la bendición de los cohanim, que se cumple de manera rápida y sin demora.

El Talmud afirma: "Los cohanim son rápidos y diligentes". Los cohanim se asemejan a las almendras, ya que no solo cumplen con sus deberes sacerdotales, sino que lo hacen con rapidez y celeridad.

Cuando Di-s reveló su santa Torá, les dijo a cada uno de los hombres y mujeres judíos: *"Y ustedes serán para mí un reino de sacerdotes".*

Cada judío es comparado con un cohen, y por lo tanto debe derivar una lección del servicio sacerdotal:

El Santo, Bendito sea, confía a todos y cada uno de los judíos una misión Divina en la vida: observar la Torá y las Mitzvot en el mundo físico y transmitir este conocimiento a la siguiente generación, proporcionando a sus hijos una verdadera educación de acuerdo a la Torá.

¿Cómo vamos a cumplir esta misión? Como las "almendras", es decir, con diligencia y presteza, sin dejar pasar la oportunidad de hacer una mitzvá (mandamiento) adicional.

Un iehudí jamás debe dejar de lado hasta más tarde una mitzvá que pueda realizar ahora mismo. En realidad, debe correr para cumplir con la Voluntad Divina.

Además, cuando actuamos con prontitud, Di-s promete que los frutos que producen nuestras buenas obras serán rápidos en llegar. Al igual que la almendra, no tendremos que esperar mucho tiempo para ver sus resultados.

Adaptado del Volumen 4 de Likutei Sijot

Tributo al Rebe

27 DE SIVÁN

LUNES 23 DE JUNIO 19.30 H

PALACIO LIBERTAD

CONSEGUÍ TU ENTRADA GRATUITA EN **TRIBUTOALREBE.COM**

UN MOMENTO

Los diez espías dijeron que el pueblo judío no podría conquistar la Tierra de Israel. Iehoshua y Caleb dijeron que "si Di-s así lo desea, nos traerá a la tierra".

Como la ley de un minian se aprende de los diez espías, evidentemente hay un elemento positivo en su reclamo.

Ellos deseaban permanecer en el desierto, sin las distracciones de la siembra y la cosecha, para estudiar y buscar una relación profunda con Di-s, aislados del mundo terrenal.

Iehoshua y Caleb argumentaron que la relación más profunda proviene de realizar los mandamientos a través de la sumisión a la Voluntad de Di-s en lugar de la razón.

Esto transforma el mundo en un lugar de morada de Divinidad.

(De Reflections of Redemption por Dovid Yisroel Ber Kaufmann o.b.m)

▶▶ *viene de pág. anterior*

exigente, pero te va a ayudar a mejorar". "No sé cómo puedo lidiar con esto, pero sé que me hará más fuerte". Usa el "pero" para centrarte en el aspecto positivo de una situación difícil.

Ejercicios:

- Presta atención al "pero" e infunde amabilidad consciente en tus relaciones, creando un legado de positividad.
- Piensa en una discusión reciente. ¿Qué podrías haber dicho diferente para cambiar el resultado de esa interacción? ¿Qué puedes decir ahora para ayudar a rectificar?
- Esta semana, di uno de esos elogios a diario y luego anota cualquier cambio que notes en esa persona.
- La forma en que nos hablamos es tan crucial como la forma en que hablamos a los demás.

para recibir la enseñanza por e-mail gratis:
contenidos@jabad.org.ar

JUDAÍSMO PRÁCTICO

LAS 7 MITZVOT RABÍNICAS (Parte 1)

Iejezkel Posner

Di-s otorgó al pueblo judío 613 Mitzvot en la Torá. Hay siete Mitzvot adicionales que los profetas y Rabinos de los antiguos tribunales judiciales iniciaron durante el primer milenio después de la entrega de la Torá en el Monte Sinaí. También instituyeron decretos adicionales con el propósito de preservar los 613 mandamientos originales.

Cuando un tribunal rabínico instituye una nueva mitzvá o decreto, y esta es aceptada por el pueblo judío, se convierte en parte de la Torá.

La Torá declara: «Conforme a la ley que ellos [los tribunales rabínicos] te instruyen, y conforme al juicio que te dicen, harás; no te desviarás de la palabra que te dicen, ni a la derecha ni a la izquierda».

Por lo tanto, la Torá nos ordena obedecer las instrucciones de los grandes tribunales rabínicos.

1. Decir Halel

La mitzvá de recitar Halel consiste en recitar los Salmos 113-118, que alaban a Di-s, en ocasiones especiales.

El Halel se recita en Sucot, Sheminí Atzeret (Simjat Torá), Janucá, Pésaj y Shavuot para mostrar nuestra gratitud a Di-s por los milagros que conmemoramos.

Una de las formas de expresar nuestra gratitud es recitar el Halel. Por extensión, existe una antigua costumbre de recitar un Halel cortado en Rosh Jódesh (y los últimos seis días de Pésaj).

2. Bendiciones

Los rabinos redactaron diversas bendiciones (brajot) de alabanza y gratitud a Di-s para ser recitadas en diversas ocasiones. Existen bendiciones para antes de comer, beber o percibir fragancias.

Hay bendiciones que se recitan antes de realizar una mitzvá. Cada categoría de alimento u olor, y cada mitzvá, tiene su propia bendición prescrita.

Se recitan bendiciones al presenciar un fenómeno natural espectacular, como ver una estrella fugaz.

También se recitan bendiciones al pasar de un vino mediocre a uno excelente, al regresar a un lugar donde ocurrió un milagro, ya sea para uno mismo o para los antepasados, al ver a un amigo después de un largo tiempo, al entrar en un cementerio, al ver a una persona hermosa, al ver ciertos animales, etc.

LO QUE SIEMPRE QUISE PREGUNTAR

¿ESTÁ MAL QUE UN JUDÍO DIGA "CRUZO LOS DEDOS" PARA TENER BUENA SUERTE?

Y si es así, ¿hay un equivalente judío a cruzar los dedos?

Cruzar los dedos es una práctica cristiana. Se originó en la Inglaterra medieval, cuando los cristianos creían que el símbolo de la cruz tenía el poder de proteger del mal y traer buena fortuna.

Si se topaban con una bruja y no tenían una cruz a mano, la forma más fácil de formar una, era doblar un dedo sobre otro.

En estos días, la mayoría de los que cruzan los dedos no lo asocian con ninguna creencia religiosa. Pero no es una actitud judía.

Y no creo que haya una versión judía de cruzar los dedos. Además, no creemos que la buena fortuna provenga de los signos y gestos.

Oramos a Di-s, hacemos buenas obras y tenemos fe en el futuro.

El lenguaje que usamos da forma a nuestra forma de pensar. Entonces, en lugar de decir "mantengo los dedos cruzados, conseguiré el trabajo", di "si Di-s quiere, obtendré el trabajo".

Si no está destinado a ser, no cambiará con la contorsión de los dedos. Y si es la voluntad de Di-s, ninguna "bruja" puede interponerse.

¿EL JAMSE ES JUDIO?

Es un amuleto que representa una mano abierta simétrica, y que suele usarse con fines decorativos en el hogar o como joya.

En árabe significa "cinco"- representa los cinco dedos de la mano y las cualidades protectoras asociadas.

Muy extendida entre judíos sefardíes. También es común entre musulmanes y cristianos de países árabes.

Muchos judíos se abstienen de usar la Jamsa o colgarla en sus hogares.

Pero, muchos rabinos sefardíes enseñaban que era un símbolo judío legítimo para protegerse del mal de ojo.

Si esta era la costumbre en tu comunidad, puedes seguir usándola con confianza.

Es importante tener en cuenta que el Talmud nos asegura que el mal de ojo solo te afecta si le das crédito y te preocupas; si lo ignoras, no te afecta en absoluto.

MENSAJE PARA LA VIDA

RAMAS

www.jabad.org.ar

Algunos piensan en las personas como autos en la ruta: cada uno con su propio origen y destino, relacionándose con otro sólo para adelantarlo o para negociar un giro a la derecha.

Para los autos, la cercanía es peligrosa, la soledad, libertad.

Las personas no son autos. Los autos están muertos. Las personas viven. Los seres vivos se necesitan entre sí, se nutren uno al otro, comparten destinos y los alcanzan juntos.

Cuando estás vivo, la cercanía es calidez, la soledad, un gélido desamparo. Las personas pertenecen a familias. Las familias constituyen comunidades.

Cada uno tiene su lugar en este árbol de la vida, cada uno su fuente de nutrición y de este punto depende la supervivencia misma del árbol.

Las comunidades forman los diversos pueblos del mundo. Y todos esos pueblos constituyen un solo y magnífico cuerpo con una sola alma llamado humanidad.

Algunos cortan este cuerpo en seis billones de fragmentos y lo vuelven a juntar en una sola masa.

Quieren que cada persona haga lo suyo y se relacione de igual a igual con cada otro individuo del planeta.

No ven el objeto en diferenciar a la gente. Sienten que tal diversidad es un estorbo.

Pero somos como hojas que crecen de ramitas que se extienden de otras ramas medianas a otras ramas más grandes y así hasta que alcanzamos el tronco y nuestras raíces.

Cada uno tiene su lugar en este árbol de la vida, cada uno su fuente de nutrición y de este punto depende la supervivencia misma del árbol.

Ninguno camina solo. Cada uno carga las experiencias de sus antepasados, junto con sus problemas, traumas, victorias, esperanzas y aspiraciones.

Nuestros pensamientos surgen de sus pensamientos, nuestro destino forjado por sus logros.

En la cima más elevada que alguna vez hayamos conquistado, allí están ellos, sosteniendo nuestra mano, empujándonos a seguir, poniendo el hombro para apoyarnos.

Y nosotros compartimos esos hombros, esa conciencia, esa herencia que compartimos con nuestros hermanos y hermanas de nuestro pueblo.

Por eso tu propio pueblo es tan importante: si quieres encontrar paz con cualquier otra persona en el mundo, tienes que empezar con tus propios hermanos y hermanas.

Hasta ese momento, no has encontrado paz dentro de ti.

Y sólo cuando hayas encontrado paz, podrás ayudar a encontrar paz para el mundo entero.

Cada judío es un hermano o hermana de una gran familia de miles de años.

Donde un judío camina, caminan mártires y sabios, héroes y heroínas, leyendas y milagros, todos te acompañan desde Abraham y Sara, los primeros judíos que desafiaron el mundo entero con sus ideales.

Allí caminan las lágrimas, la sangre, el coraje milenario, legado de aquéllos que vivieron, anhelaron y murieron por el mundo venidero, de la manera en que fue creado para existir.

Su destino es nuestro destino. En nosotros ellos se trascienden. Porque somos todos uno.

Cuando un judío hace un acto de bondad, todas nuestras manos se extienden con la suya. Si un judío cae, todos tropezamos.

Si uno sufre, todos sentimos el dolor. Cuando uno se regocija, todos nos sentimos animados. En nuestra unidad hallaremos nuestro destino.

Porque somos un solo cuerpo, respirando con un único pulmón, palpitando con un solo corazón que dibuja una sola conciencia.

ESTA EDICIÓN DE "LA ENSEÑANZA SEMANAL" SE IMPRIME LEILUI NISHMAT
HaShliaj Reb Jaim ben Reb Shmuel Guershon Nison z"l Gurevich השליח ר' חיים ב"ר שמואל גרשון ניסן ע"ה גורביץ

"RABI ISRAEL BAAL SHEM TOV ENSEÑÓ QUE DE CADA COSA QUE UNO VE O ESCUCHA DEBE TOMAR UNA ENSEÑANZA PARA SU SERVICIO A DI-S"

JABAD ARGENTINA חב"ד
Agüero 1164 | Buenos Aires
(5411) 4963-1221
www.jabad.org.ar info@jabad.org.ar

No portar en Shabat fuera de la sinagoga. Este folleto contiene citas sagradas, trátelo con el debido respeto.

LA ENSEÑANZA SEMANAL
Director General: Rabino Tzví Grunblatt
Editora Responsable: Prof. Miriam Kapeluschnik