



Selección de Artículos para

# SUCOT

de  aishlatino.com

## INDICE:

- p. 2 – ABC de Sucot**
- p. 4 – Dame Refugio**
- p. 6 – Elegiendo la Felicidad**
- p. 9 – Refugio de Fe**
- p. 12 – Invencible**
- p. 14 – Sucot y el Secreto de la Felicidad**
- p. 17 – La Experiencia de la Sucá**
- p. 19 – Mi Palacio, Mi Sucá**
- p. 21 – Ushpizin, los 7 Invitados**
- p. 23 – Leyes de las 4 Especies**

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



por Rav Shraga Simmons

A continuación de las Altas Fiestas está Sucot, una festividad de siete días (ocho en la Diáspora) caracterizado por las sucot que construimos al aire libre y las “Cuatro Especies” que agitamos juntas cada día.

Sucot es una festividad de gran alegría, en la que expresamos nuestra completa confianza en Dios, y celebramos nuestra certidumbre de haber recibido “un buen juicio” para el año siguiente.

Durante toda la semana de Sucot, comemos, dormimos y socializamos en la sucá, recordándonos que:

1. Los israelitas vivieron en cabañas durante los 40 años de deambular por el desierto.

2. Dios es nuestra verdadera protección – así como protegió a los israelitas en el desierto con las Nubes de Gloria (Éxodo 13:21).

\* \* \*

### Las Cuatro Especies

En Sucot, se nos ordena agitar las “Cuatro Especies”, cada una denotada por su belleza especial:

1. Etrog – la cidra, una fruta con fragancia que posee una gruesa cáscara blanca. A menudo es recolectado del árbol cuando todavía está verde, y luego madura y se torna amarillo brillante.

2. Lulav – la rama de palmera, que es definida como bella por tener una forma recta y hojas firmemente unidas.

3. Hadás – la rama de mirto, que tiene un hermoso patrón de tres hojas saliendo desde el mismo punto a lo largo de toda de la rama.

4. Aravá – la rama de sauce, que debe tener hojas alargadas con una punta fina.

Juntamos todas las ramas – dos ramas de sauce a la izquierda, una rama de palmera en el centro, y tres ramas de mirto a la derecha. Las levantamos junto con el Etrog y las agitamos en todas las direcciones, como un símbolo del dominio de Dios sobre toda la Creación.

Las cuatro especies son agitadas todos los días (a excepción de Shabat) en la sinagoga, durante la recitación de las plegarias de alabanza de Halel. La recitación de Halel es seguida por Hoshanot, en donde todos circulan alrededor de un rollo de la Torá puesto sobre la Bimá.

“Embellecer” la mitzvá consiguiendo las mejores especies disponibles es una tradición especial. En última instancia, hay requisitos específicos para que sean válidas para

cumplir la mitzvá. Como los detalles son muchos y técnicos, ¡no se recomienda que busques las tuyas en el bosque! (Particularmente el Etrog, que puede ser fácilmente confundido con un limón). Compra un set completo de un distribuidor confiable; tu tienda local de libros de judaísmo debería tener un "Set de las Cuatro Especies" con un sello rabínico certificando su validez.

\*\*\*

### La Sucá

Construir tu propia Sucá es una excelente actividad para compartir con tu familia y amigos. La Sucá debe tener al menos 70x70 cm. Puede estar construida en un patio, en el balcón de un departamento, o hasta en la espalda de un elefante.

Tu Sucá necesita tener al menos dos paredes completas y una pequeña parte de una tercera. Las paredes pueden ser de cualquier material, siempre y cuando sean lo suficientemente robustas para soportar un viento normal. Las paredes deberían ser de al menos 96 cm de alto, pero no más altas de 9,6 metros.

No hace falta que construyas paredes especialmente para la Sucá; puedes utilizar el costado de un edificio, o hasta un cerco de arbustos. Y si puedes encontrar un área que ya está cerrada por dos o tres paredes, ¡entonces tu trabajo será mucho más fácil!

El material del techo (Sjaj) debe estar hecho de algún material que crece del suelo – por ejemplo ramas y hojas (pero no metal). Si estás utilizando tablas, no pueden tener más de 40 cm de ancho. Además, el material debe estar desconectado del suelo en la actualidad (es decir, no puede ser un árbol que todavía está plantado con sus raíces en el suelo). Esto significa que nada puede estar colgando por encima de la Sucá – ni un árbol, ni una canaleta, ni un equipo de aire acondicionado, etc.

El techo debe estar lo suficientemente cubierto para dar más sombra que sol durante el día, pero debería ser lo suficientemente abierto para que las estrellas sean visibles a través de él durante la noche. El material del

techo sólo puede ser agregado después de que está ubicada la cantidad de paredes requerida.

Como la Sucá es designada como tu "hogar" por los próximos siete días, es costumbre decorarla. Mucha gente cuelga frutas y flores desde el techo, y pega posters de Jerusalén y otros temas judíos en las paredes.

También es tradicional "recibir" a los siete pastores de Israel (Abraham, Itzjak, Yaakov, Moshé, Aharón, Yosef y David) como invitados (ushpizin) en nuestra Sucá durante toda la festividad.

\*\*\*

### Más Tradiciones de Sucot

Es una mitzvá especial regocijarse en Sucot. Por esta razón, los días intermedios de Sucot se caracterizan por celebraciones llamadas Simjat Beit HaShoeva, conmemorando las libaciones de agua que eran ofrecidas en el Templo durante Sucot.

La festividad de Sucot está relacionada directamente con el "agua", ya que es el día del juicio universal respecto a las bendiciones de lluvia e irrigación para el año venidero.

Sucot también es un tiempo de bendición universal para todos los pueblos –simbolizados por las 70 ofrendas adicionales que se ofrecían en el Templo durante la festividad, que correspondían a las 70 naciones del mundo.

El Libro de Eclesiastés, escrito por el Rey Salomón, es leído en Shabat durante Sucot. El tema de Eclesiastés es la vana persecución de placeres mundanos en contraposición a la búsqueda espiritual eterna. En realidad, la frágil construcción de la Sucá nos recuerda que las posesiones materiales son transitorias.

El séptimo día de Sucot es llamado Hoshaná Rabá, que se caracteriza por la procesión de los siete circuitos alrededor de la Bimá, con las Cuatro Especies en la mano. La procesión culmina con el aporreo de la rama de sauce en el piso. Hoshaná Rabá es conocido como el día

del sello final del juicio que comenzó en Rosh Hashaná. En Hoshaná Rabá, algunos tienen la costumbre de leer el Libro de Deuteronomio y permanecer despiertos toda la noche estudiando Torá.

\*\*\*

### Sheminí Atzeret y Simjat Torá

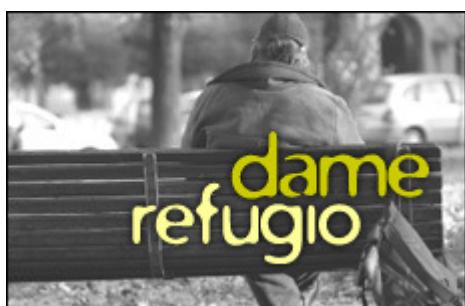
Inmediatamente después de Sucot hay una festividad más llamada Sheminí Atzeret, literalmente el "Octavo Día de Asamblea". Este es un tiempo para cesar la ajetreada actividad de la temporada de fiestas y simplemente saborear la relación especial con Dios antes de meternos en la temporada de invierno. Es una festividad separada de Sucot, por esta razón, recitamos la bendición de Sheejeianu nuevamente, y la obligación de morar en la Sucá ya no aplica.

En Sheminí Atzéret se recita Yizkor en la sinagoga.

El día siguiente es Simjat Torá, que celebra la finalización – y nuevo comienzo – del ciclo anual de lectura de la Torá. En la sinagoga, se sacan del Arca todos los rollos de Torá, y la congregación baila "siete circuitos" en medio de gran alegría y cantos.

En Israel, Simjat Torá se celebra el mismo día que Sheminí Atzéret.

¡Que tengas una alegre Sucot!



por Sara Debbie Gutfreund

¿Son los vagabundos realmente tan distantes?

"Yo sé lo que ustedes piensan cuando me ven", dice el hombre vagabundo. "Pero deberían saber que yo era exactamente como ustedes. No hace mucho tiempo yo era un estudiante en la Universidad de Columbia. Tenía amigos y familia y clases. Pero como pueden ver, no utilicé lo que tenía. No quise lidiar con la vida en sus propios términos".

Él se levanta la manga de su harapienta camisa para mostrarnos las delatoras líneas de sufrimiento que forman una telaraña a lo largo de su brazo. Estamos sentados ahí en una esquina, mirando fijamente la oscuridad del Central Park y luego los montones de nieve en la acera. Miramos a todos lados menos a sus ojos mientras él abre la comida caliente que le trajimos. Nuestro aliento se eleva en el aire frío mientras la pregunta no dicha revolotea en silencio entre nosotros.

¿Por qué sigues estando aquí? ¿Por qué no lo intentas nuevamente? Encuentra una salida más allá de el innombrable horror de ser un vagabundo en las calles de Manhattan. Pienso esto para mi misma, y estoy bastante segura de que mis amigos también lo están pensando. Pero nadie habla. Me muevo incómoda, dando patadas al suelo para mantenerme en calor. ¡Y solamente he estado afuera por media hora! El frío se filtra en las capas de mi chaqueta de esquí y se mete dentro del calor de mis guantes.

John lleva puesta solamente una chaqueta delgada y pantalones llenos con periódicos. ¿Cómo sobrevive de esta forma? Intento imaginármelo en el campus de una universidad con su mochila llena de libros, regresando a un dormitorio temperado. ¿Cómo puede haber pasado de ahí a este lugar en tan solo un par de años? Como si estuviera leyendo mi mente, él termina la sopa y me mira directamente a los ojos.

"Sabes, en realidad no es tan malo. Me acostumbré después de unos cuantos meses. Las personas pueden acostumbrarse a cualquier cosa después de un tiempo". Él se encoge de hombros y sonríe. Luego nos pregunta si tenemos más paquetes de comida.

"Vengan, les mostraré donde están mis amigos. Ellos viven en el borde del parque, por allá..."

### Eso Nunca Podría Pasarme a Mí...

Cuántas veces descartamos el sufrimiento del otro por el pensamiento: Eso nunca podría pasarme a mí. Rav Noaj Weinberg, de bendita memoria, solía decir siempre que si escuchas acerca de una experiencia negativa que le ocurrió incluso a un conocido, debieras preguntarte: ¿Qué puedo aprender de esto? Si tu amigo está atravesando por un divorcio, ten miedo de que eso también podría pasarte a ti. Trabaja en tu matrimonio. Aprende de los errores de otros tanto como de los tuyos.

Hace algunas semanas estábamos atascados en el tráfico en el camino de regreso de vacaciones. Luego de estar sentados una hora en el camino con varias ambulancias pasando, nos dimos cuenta de que un serio accidente de autos había ocurrido justo frente a nosotros. Las personas comenzaron a salir de sus autos y a caminar por alrededor. Algunas personas comenzaron a fumar mientras otras paseaban por ahí buscando un baño. Justo momentos antes del choque, yo había comentado cuán peligrosamente estaban conduciendo algunas personas. Había autos pasando con casi nada de espacio frente a ellos; había conductores que estaban conduciendo tan cerca de nuestro auto que ni siquiera podíamos ver sus autos. ¿Y para qué? ¿Para regresar a casa de las vacaciones 20 minutos antes?

Cuando el tráfico finalmente comenzó a moverse, pasamos la horrible escena de lo que resultó ser un accidente fatal. Había sangre y vidrios por todos lados. Los autos estaban destrozados por la mitad. Sin embargo, tres minutos después de haber pasado frente a este accidente, la mayoría de los conductores a nuestro alrededor comenzaron a volverse impacientes una vez más. Yo no podía creerlo. Un auto con una familia completa dentro de él intentó pasar a un camión justo frente a nosotros y realmente no había espacio. ¿En qué podía estar pensando este padre que conducía el auto después de haber presenciado un accidente fatal? Pero yo sabía que era lo que estaba pensando: "Eso nunca podría pasarme a mí".

Pero pasa, y podría pasarte a ti. Y eso es lo que aprendí, sentada ahí en ese nevado día de invierno en el borde del Central Park.

Nuestras vidas son tan frágiles; tratamos con tanta fuerza de no pensar cuán rápidamente nuestras vidas pueden cambiar de un momento a otro. Y la verdad es que eventualmente necesitamos aceptar que la mayoría de los aspectos de nuestra vida no están bajo nuestro control. Desde el momento en que nacemos, recibimos una lista completa de cosas que no escogimos: nuestros padres, nuestra apariencia, nuestra inteligencia, nuestro estatus socioeconómico, nuestra salud...

Y mientras crecemos, nos damos cuenta de que esta lista se hará más larga cada año. No elegimos mucho de nada finalmente. Pero hay una elección clave que sí depende de nosotros: Qué hacemos con lo que tenemos. ¿Elegimos creer en Dios y avanzar ante la adversidad? ¿O nos revolvemos en la auto-compasión por todas las cosas que no podemos controlar? ¿Escogemos una vida de verdad e integridad y crecimiento? ¿O nos escondemos tras los montones de excusas que tienen sentido hasta que alguien con mayor coraje sobrepasa un obstáculo idéntico?

¿Qué hacemos con lo que tenemos? ¿Qué hacemos después de que nos graduamos primeros de nuestra clase? ¿Qué hacemos con la impresión que causa una sensacional puesta de sol? ¿Qué hacemos cuando finalmente llegamos a la cima de la montaña? ¿Qué hacemos con las ideas brillantes que acabamos de aprender o con los inspiradores rezos que calmaron nuestros corazones rotos? ¿Qué hacemos con la dulzura y la realeza de Rosh Hashaná? ¿Dónde ponemos la introspección y los pensamientos que cambian la vida que se elevaron tanto durante lom Kipur?

Y ese es el regalo de la sucá. Justo después de que termina lom Kipur, se nos ordena construir algo que refleje la cercanía y la confianza en Dios de las semanas anteriores. Se nos otorga la oportunidad de utilizar todo lo que tenemos: nuestros cuerpos, nuestra riqueza, nuestro anhelo espiritual; se nos otorga la oportunidad de

construir una estructura que transforma nuestra energía potencial en realidad. Y entonces cuando las paredes y el techo y todas las decoraciones están en su lugar, podemos sentarnos bajo las estrellas y recordar que las casas que están a nuestras espaldas no son nuestros verdaderos refugios.

Así como las paredes de nuestra sucá son tan vulnerables ante la lluvia y el viento, así mismo deberíamos recordar nuestras propias vulnerabilidades. No escogemos los escenarios de nuestra vida, pero sí podemos escoger en quién nos convertiremos. Y de cierta forma, todos somos vagabundos hasta que utilizamos las herramientas que recibimos y construimos refugios suficientemente profundos y grandes para personificar la infinita luz de nuestras almas.



## Eligiendo la **FELICIDAD**

Por Judy Gruen

Es irónico que de todas las festividades judías, solamente Sucot sea señalada como la “temporada de nuestra felicidad”. ¿Por qué no Pesaj, cuando fuimos finalmente liberados del yugo Egipcio? ¿Por qué no Purim, cuando el complot genocida de Haman en nuestra contra fue frustrado? ¿Cómo puede ser que se nos ordene ser felices en esta festividad, especialmente cuando se nos dice que dejemos nuestras cómodas casas y vivamos en una sucá?

De hecho, Sucot revela que nunca encontraremos verdadera felicidad incluso en las posesiones materiales más resistentes, como nuestras casas. Y sabemos de eventos económicos dolorosos y tumultuosos cuando rápidamente la riqueza material puede desaparecer. Durante Sucot, celebramos la única “riqueza” que es

permanente: nuestra conexión espiritual con Dios y Su perdurable amor por el pueblo judío. Esto nos ayuda a entender que la felicidad no depende de “tener”; sino que depende de nuestras actitudes.

Durante Sucot, recordamos las Nubes de Gloria de Dios que protegieron a los judíos durante 40 largos años de deambular por el desierto. Estas Nubes de Gloria, y el maná que nos alimentaba, eran una prueba tangible del cuidado y la protección de Dios. Esta conexión cercana y personal entre el pueblo judío y Dios es la fuente de felicidad real y trascendental, y tenemos una oportunidad especial de aprovecharla, incluso cuando estamos sentados en una endeble sucá.

¿Es posible aferrarnos a la felicidad de Sucot y hacerla parte de nuestras vidas durante todo el año? Tal Ben-Shahar, Doctor en Filosofía, un experto en felicidad quien enseña psicología positiva y educación en el Centro Interdisciplinario en Herzlia, Israel, piensa que es posible.

Como estudiante universitario en Harvard, Ben-Shahar era destacado académicamente, deportivamente y socialmente. Sin embargo, no era feliz. Teniendo en cuenta todo lo que tenía a su favor, de todas maneras “no tenía sentido”, recuerda él. “Debería haber sido feliz, y estaba desconcertado. Me di cuenta que algo estaba faltando, y decidí inspeccionar mi vida”. Como parte de su búsqueda, Ben-Shahar se cambió de especialidad de ciencia computacional a filosofía y psicología. En el proceso, encontró no solamente la clave para la felicidad, sino una carrera de ayudar a otros a encontrarla también.

Ben-Shahar continuó estudiando para obtener un doctorado en conducta organizacional de Harvard y durante cuatro años enseñó uno de los cursos electivos más populares de la universidad, sobre psicología positiva. Como profesor en Harvard, Ben-Shahar encontró que los estudiantes hoy en día comparten las mismas luchas que él tuvo alguna vez, y que ser próspero y suficientemente inteligente para asistir a una de las universidades más prestigiosas del mundo no era garantía para la felicidad.

"La felicidad y la infelicidad no discriminan", explica él. "Están distribuidas equitativamente a lo largo de la sociedad, edad y sectores económicos. Pero Estados Unidos lidera el paquete en términos de la presión que se les pone a los estudiantes para que obtengan buenas calificaciones y para que piensen siempre en el futuro. Los adultos en el mundo laboral enfrentan una presión similar. Pero con todo este énfasis en el futuro, muchas personas terminan perdiéndose el presente".

Además de sus cursos, Ben-Shahar es el autor de *The Pursuit of Perfect* (La Búsqueda de la Perfección). A través de sus libros y charlas, él comparte lo que ha aprendido alcanzando la escurridiza meta de la felicidad. Muchos de sus consejos van en contra de aclamados valores de la sociedad Estadounidense, como el éxito material.

"Trabajar más horas puede darnos más dinero, pero pagaremos el 'precio más alto' si lo hacemos", explica él. "La realidad es que, paga adicional y elogios profesionales no nos hacen más felices. Más tiempo de calidad para saborear la alegría que tenemos si lo hace. Todos sentimos más presiones de tiempo hoy en día, y parte de ello es por factores económicos, pero parte de ello también involucra las decisiones que tomamos sobre como pasamos nuestro tiempo".

Numerosos estudios han consistentemente confirmado muchos de los secretos para alcanzar la felicidad, y Ben-Shahar indica que todos ellos están incorporados en la estructura de la vida judía. Uno de ellos es un día de descanso. "Sabemos que las personas que se toman un día de descanso son más felices y más productivas que aquellas que no lo hacen, porque tenemos que 'recrearnos' si queremos crear. Esto no es solamente un valor, sino también una herramienta para el éxito".

La segunda es la gratitud. "Investigaciones muestran que personas que expresan hakarat hatov, gratitud por lo que tienen, son más felices y también más generosas", observa él. Y desde el momento en que un judío se despierta, tiene oportunidades ilimitadas de expresar gratitud, desde decir "modé aní" al levantarse de la cama, hasta hacer una bendición después de ir al baño por un

cuerpo saludable, bendiciones por alimentos, e innumerables otras bendiciones incluidas en las bendiciones diarias, incluso por cosas "pequeñas" como ser capaces de ver y pararnos derechos.

Practicar rituales y tener un sentido de espiritualidad también hace a las personas más felices, indica Ben-Shahar. "Ir a la sinagoga es valioso, tanto como lo es pasar tiempo con la familia alrededor de la mesa del comedor. Los rituales son parte de la vida de la mayoría de las personas felices".

Algunos filósofos en generaciones anteriores predijeron erróneamente que la ciencia y la innovación tecnológica se convertirían en el nuevo dios. Y si bien estas cosas trajeron riqueza, no trajeron felicidad para aquellos que compraron la idea. "Viktor Frankel llamó a vivir sin Dios un 'vacío existencial'", dice Ben-Shahar, agregando que los seculares a los que les gusta destacar la famosa cita de Nietzsche que "Dios está muerto" malinterpretan completamente su significado. "Nietzsche no dijo esto con satisfacción, sino con angustia. Él se dio cuenta de que una vida sin Dios significaba para muchos un profundo vacío existencial". Rav Najum Braverman, Director Ejecutivo de Jerusalem Partners y autor de *The Bible for the Clueless but Curious – A Guide to Jewish Wisdom for Real People* (La Biblia para los Que no tienen Idea de Nada pero son Curiosos – Una Guía de Sabiduría Judía para Gente Real), observa que estos indiscutidos ingredientes para la felicidad: gratitud, comunidad, cuidar un día de descanso, y una base espiritual, están todos comprendidos en un marco de vida que trasciende el yo. "Vivir solamente por ti mismo y para ti mismo es una torcida y rebajada forma de vivir", explica él. "Es por eso que la felicidad no es una meta, es una consecuencia de vivir bien. Cuando se trata de una meta, es solamente otra forma de egoísmo: es todo acerca de mí, y si ese es el caso, nunca podrás encontrarla. Los valores y las prácticas judías mantienen a las personas enfocadas en algo más amplio que sus propios egos, y de vivir tan impetuosamente como sus propias emociones puedan dictar. Vivir en una comunidad que proporciona contexto y ofrece relaciones interpersonales significativas con valores compartidos, es un camino asegurado a la felicidad".

Pero una vida feliz no es una vida sin dolor, concuerdan ambos profesores. "Las únicas personas que no experimentan emociones dolorosas son los muertos o los psicópatas", explica Ben-Shahar. "Una vida llena tiene tristeza, enojo, envidia, miedo y decepción. Si no nos damos a nosotros mismos permiso para vivenciar emociones dolorosas, ellas se intensifican, se vuelven tóxicas y nos enferman. Cuando las dejamos fluir a través de nosotros, se debilitan y se disipan".

Sin embargo, la vivencia de la felicidad es algo muy subjetivo, en parte porque nosotros escogemos como responder ante el dolor y la decepción. "Yo creo que las personas deben aprender a obtener lo mejor de las cosas que sí ocurren", indica Ben-Shahar. "Las personas fuertes buscan y crecen a partir de situaciones difíciles. Tú puedes escoger estar destrozado por los eventos, o puedes obtener beneficio de ellos".

A la larga, Ben-Shahar dice, la felicidad es el resultado de innumerables decisiones que tomamos, incluyendo estar agradecidos incluso durante tiempos difíciles: "¿Me enfoco en el hecho de que tengo mi salud y comida en la mesa, o me enfoco en el hecho de que tengo que vender mi Ferrari? Enfócate en el yesh versus el ein (lo que tengo versus lo que no tengo)". Hay pocas oportunidades mejores para este tipo de enfoque que durante Sucot, cuando comemos, y posiblemente también dormimos, en pequeñas cabañitas que fueron construidas para la contemplación, y no para obtener premios de construcción.

El Rav Braverman agrega que vivir una vida con sentido nos ayuda a sobrellevar las pérdidas, incluso las pérdidas incomprensibles. "Cuando la Mishná formula la famosa pregunta, ¿Eize hu ashir? (¿Quién es rico?) significa que a cada uno le han asignado una porción diferente en la vida, con pruebas individuales y oportunidades. Cuando dejas de pelear en contra de tu porción, puedes verla como la oportunidad que es".

Si quieras asegurarte de que la alegría de Sucot dure más que la decoración de tu sucá, prueba alguna de las herramientas para la felicidad de Ben-Shahar: agradece,

ejercítate, medita, aprende técnicas de terapia cognitiva, simplifica tu vida, fíjate metas, identifica tus fortalezas y encuentra tu pasión. ¿No es suficiente? Aquí hay algunas más de su sitio web:

1. Date permiso para ser humano. Aceptando emociones tales como el miedo, la tristeza, o la ansiedad como naturales, tenemos mejores posibilidades de superarlas. Rechazar nuestras emociones nos lleva a la frustración y a la infelicidad.
2. La felicidad está en la intersección entre placer y significado. Ya sea en el trabajo o en la casa, la meta es realizar actividades que sean tanto significativas personalmente como agradables. Asegúrate de que tienes reforzadores de felicidad a lo largo de la semana que te provean placer y significado.
3. La felicidad depende mayormente de nuestro estado de ánimo, no de nuestro estado financiero o social. Nuestro bienestar es como elegimos interpretar los eventos externos. Por ejemplo, ¿vemos el fracaso como catastrófico, o lo vemos como una oportunidad de aprendizaje?
4. ¡Simplifica! Estamos intentando incorporar más y más actividades en menos y menos tiempo. Hacemos concesiones de nuestra felicidad intentando hacer demasiado.
5. Recuerda la conexión mente-cuerpo. Ejercicio regular, sueño adecuado, y hábitos alimenticios saludables llevan tanto a la salud física como mental.
6. Expresa gratitud, cada vez que sea posible. Demasiado a menudo damos por sentado nuestras vidas. Aprende a apreciar y saborear las cosas maravillosas de la vida, desde las personas hasta la comida, desde la naturaleza hasta una sonrisa.



Por David Gottlieb y Akiva Tatz

En el año 2002, David Gottlieb, un judío secular y sacerdote practicante de Budismo Zen, inició una relación por correspondencia con el Rav Akiva Tatz, un reconocido autor, conferencista e internacionalmente reconocido experto en ética médica. Gottlieb tenía un problema. Su esposa era judía conservadora practicante y él estaba involucrándose cada vez más en el Budismo y distanciándose de la tradición judía.

Lo que siguió luego de la consulta inicial de Gottlieb al Rav Tatz fue una correspondencia que duró más de un año y resultó, en el año 2004, en la publicación de "Letters to a Buddhist Jew" (Cartas a un Judío Budista). Una intensa exploración personal de la vida y la fe, el libro presenta una extensa conversación entre un rabino basado en judaísmo tradicional y un judío buscando sentido dentro de sus límites. A continuación presentamos un extracto del libro que examina la relevancia de Sucot, y las prácticas antiguas en general en el mundo actual.

\* \* \*

David: Agitar el lulav y el etrog, vivir en cabañas; la dedicada lectura de parashiot de la Torá acerca del brutal salvajismo en la guerra, sacrificios, plagas y tormentos que recaen sobre nuestros enemigos; algunos aspectos de la vida judía y la observancia, y las historias en base a las cuales nos conducimos, parece arrogante, bizarro y bélico. Y si bien el pueblo judío dotó al mundo occidental no con mucho, sino con todo su código moral, es extraño que aún adhiramos a las costumbres y contemos las historias de un antiguo y agrario conglomerado de tribus nómadas cuando el mundo ha cambiado tanto.

Gran parte del judaísmo parece impenetrable y arcaico, tanto que se transforma en el último lugar en el que muchos judíos buscarían una conexión vital con lo Divino. Un libro que recientemente recibió mucha atención en los Estados Unidos ["Nothing Sacred: The Truth About Judaism" (Nada Sagrado: La Verdad Acerca del Judaísmo), por Douglas Rushkoff] afirma que el judaísmo se está muriendo porque los rituales han congelado la verdad espiritual de la religión en ámbar inaccesible, y lo que ha quedado ha sido expropiado por agencias judías utilizando la crisis Israelí/Palestina como excusa para recaudar dinero para perpetuarse a sí mismas. Esta visión es completamente poco representativa de gran parte de la visión de mi generación sobre el judaísmo contemporáneo.

\* \* \*

Akiva: Querido David, tú tocas dos puntos: primero, el tiempo deja a ciertas "tradiciones" sin sentido, y segundo, cosas brutales y terribles son inapropiadas para perpetuar; y estás asumiendo algo: que alguna vez fuimos un "conglomerado agrario de tribus nómadas" y que nuestras tradiciones descienden de ahí.

Lo que tú llamas "tradiciones" son mitzvot, mandamientos – tu citas sucá, lulav y etrog; estos son mandamientos bíblicos. Hay dos clases de mitzvot: aquellas entre el hombre y Dios, y aquellas entre el hombre y el hombre. Asumo que no tienes problemas con aquellas entre el hombre y el hombre; no señalaras ninguna de ellas – amabilidad, caridad, prestarle dinero a quien lo necesita, y más. (Todos estos son mandamientos de la Torá, tanto como lo son la sucá y el lulav). Así que asumo que el problema son las mitzvot entre el hombre y Dios. ¿Pero por qué deberían ser menos relevantes ahora de lo que eran cuando fueron entregadas? Tú escoges el ejemplo de la sucá; revisemos brevemente la mitzvá y veamos si ha perdido algo de relevancia con el paso del tiempo.

Voy a sugerirte que muy por el contrario de lo que tú asumes, esta mitzvá es más relevante en tiempos modernos de lo que nunca fue. ¿Qué hay detrás de este mandamiento? ¿Cuál es el significado y cuál es la meditación que debería acompañar su realización?

Vivir en cabañas es en esencia un ejercicio de negación de ego; ayuda a construir fe en la Fuente espiritual y no en el dominio material. La sucá requiere un techo que es muy insustancial, como seguramente sabes – debe ser suficientemente endeble para permitir que pase la lluvia; y es bueno si también puedes ver las estrellas a través de él.

De hecho, uno de los significados según la raíz de la palabra en hebreo sucá es “ver a través”. Cuando dejas tu vivienda permanente (el proverbial “techo sobre tu cabeza”) y te mudas a una cabaña que casi no tiene techo, estás desarrollando la habilidad de ver a través de lo material y percibir lo superior. La tentadora ilusión es que nuestra seguridad deriva de lo material; la sucá enseña que la seguridad proviene de otra parte.

Los textos cabalistas llaman a la sucá el “refugio de fe”. La festividad de Sucot acontece en la temporada de la cosecha; el mensaje es que precisamente cuando traes tu cosecha a casa, justo en el momento cuando puedes sentirte más independiente, seguro de ti mismo, más rico y poderoso, la Torá te está diciendo: “Cuidado, no te alejes de la real Fuente de todo aquello que tienes”. En Sucot leemos Kohelet (Eclesiastés) – “Todo es vanidad”; no inviertas demasiado en este mundo. Ese es el tema constante de todos los comentarios.

Así que vivir en cabañas sirve para sensibilizarte en relación al mundo superior, para metafóricamente dirigir tu mirada hacia arriba, a través de la delgada cobertura de la sucá, y obtener seguridad a partir de eso y no del techo de concreto de tu mansión. Esta es una experiencia tangible de dejar lo material y pasar a una existencia diferente.

¿Es esto menos relevante hoy en día de lo que era antes? Podría ser que es incluso más relevante ahora. Con el desarrollo de la tecnología, con la conquista del medioambiente material, viene la tentación de asumir que estamos en control, que nos estamos acercando al dominio de nuestro mundo. Mientras dominamos más áreas de lo físico ampliamos el peligro. El mayor peligro aquí no es solamente la sensación falsa de control, la

peligrosa ilusión de que podemos controlar cualquier cosa en este mundo, sino que al mismo tiempo estamos ampliando nuestro ego y esa es la verdadera fuente de todo desastre.

Cuando vives en una casa sólida con tecnología que aparentemente garantiza tu seguridad, tienes mayores probabilidades de olvidar de donde viene tu verdadera protección. La cultura moderna cultiva un sentido de autosuficiencia y poder humano, un pensamiento de “estamos en control”. Necesitamos al menos el mismo esfuerzo para controlar eso que en épocas antiguas.

Tú escogiste el ejemplo de la sucá, pero podríamos mostrar la relevancia de todas las mitzvot. Las razones y beneficios que obtenemos no son las razones supremas de las mitzvot; ellas son solamente elementos con los que podemos relacionarnos. Las razones supremas están más allá de nosotros; dado que las mitzvot son entregadas por la suprema Fuente de realidad, por supuesto que son relevantes hoy. Pero incluso en el nivel limitado que nosotros podemos captar podemos mostrar su eterna relevancia.

¿Qué otras festividades son irrelevantes en la época moderna? ¿Pesaj, que enseña el mensaje de la liberación? ¿Shavuot, la entrega de la Torá? ¿Purim – aprender a ver la Mano oculta detrás de lo natural? ¿Janucá – la guerra contra la ideología Griega anti-espiritual que busca destruir nuestra identidad espiritual? ¿Tishá B'Av – duelo y arrepentimiento ocasionado por todos los holocaustos y destrucciones, distantes y recientes?

¿Qué mitzvot? No me digas que la comida casher está relacionada sólo a la salud, y que ahora que nuestra comida es segura y saludable la cashrut es irrelevante. La comida casher no tiene nada que ver con la salud (toda la Torá tiene beneficios marginales que acompañan su observancia, pero son solamente marginales). La comida no casher desensibiliza espiritualmente, no es poco sana. La Torá es fundamentalmente un camino espiritual, no una guía social y médica.

Una distorsión popular de la Torá sugiere que las leyes de Shabat son por el bien del “descanso”, y todas las cosas que ya no requieren el esfuerzo que requerían antes están ahora permitidas. Pero Shabat no tiene nada que ver con descansar en el sentido físico; lo que está prohibido en Shabat es la actividad creativa, no el trabajo. El grado de esfuerzo es irrelevante, y siempre lo ha sido. Shabat es un día de abstenerse de crear, un día de consolidar los logros de la semana, una anticipación del mundo venidero en donde toda la creación cesa, una experiencia del destino que le da al trayecto su significado.

Eso es tan relevante como siempre. Y en cuanto a los beneficios marginales, la simple alegría de la reunión familiar en Shabat, sin interrupción, es invaluable. El tiempo de calidad que el matrimonio y la familia necesitan sin interrupciones que trae Shabat, es impagable; las personas que no han experimentado esto no tienen idea de lo que se están perdiendo.

De esa parte de las 613 mitzvot que podemos cumplir hoy en día, ¿Qué ha anulado el tiempo? ¿Amabilidad, caridad, visitar a los enfermos, proveer tratamiento médico, hacer prestamos sin interés, regresar objetos perdidos, regulaciones de construcción segura (un mandamiento explícito de la Torá)?

¿Y que prohibiciones no son relevantes hoy en día? Crueldad con los animales, leyes de escrupulosa honestidad en los negocios (la Torá prohíbe incluso poseer pesas y medidores imprecisos) – ¿Qué dejó de ser aplicable para nosotros? ¿Adulterio? ¿Asesinato? ¿Robo? ¿Celos? ¿Perjurio?

¿Las leyes de separación menstrual? El Talmud indica que una de las razones por las cuales nos sepáramos de nuestras esposas durante algunos días cada mes es para mantener una chispa de entusiasmo en el área sensual de nuestros matrimonios, que de otra forma caerían muy a menudo en aburridos y cansados ecos del apetito que alguna vez despertaron. ¿Dejó de ser el matrimonio un desafío?

Las leyes que prohíben aislamiento de hombres solteros y mujeres solteras (ijud) están diseñadas para prevenir el imprevisto desarrollo de relaciones extramaritales; ¿Qué sociedad ha escapado a ese problema?

¿Estás pensando en las leyes específicas que aplican a los Cohanim, las leyes que definen su particular estatus espiritual? ¿Pero por qué debería la modernidad cambiar eso? Si tienes problemas entendiendo porque los Cohanim deben ser el foco de leyes especiales en primera instancia, eso vale la pena discutirlo, pero no tiene nada que ver con las mitzvot que el tiempo ha cambiado.

Quizás te refieres a las mitzvot de las mujeres. Pero nuevamente, las mitzvot especiales que aplican a las mujeres aplican hoy en día como siempre – el tiempo no ha cambiado la naturaleza esencial de la mujer. Y nuevamente, si luchas con la diferencia entre los roles únicos del hombre y de la mujer en la Torá, eso también es tema para mayor análisis, pero el tiempo no ha cambiado sus fundamentos.

Por supuesto, hay aquellos que dicen que algunas mitzvot nunca fueron relevantes – pero eso no tiene nada que ver con cambios que haya causado el tiempo; ese es un problema de simple y pura negación de la Torá. Para alguien que niega las mitzvot así, el tiempo no es un problema.

Los avances científicos y tecnológicos no disminuyen la importancia de la sabiduría espiritual. ¿Piensas que yo podría funcionar hoy en día en medicina sin la dirección de la Torá porque la medicina moderna hace que sea innecesaria? ¿Cómo podría funcionar sin ella? El aborto era practicado hace dos mil años y es practicado hoy; nuestro problema no es técnico, nuestro problema es moral y espiritual, y la tecnología moderna no ha cambiado eso. Cada aspecto de medicina requiere conocimiento espiritual; la Torá guía este proceso paso a paso.

¿Qué detalles no son necesarios? Por ejemplo, el Código de Ley Judía afirma explícitamente que ningún doctor tiene permitido tratar a un paciente si hay un doctor más

calificado disponible. Hay una obligación primordial de la Torá de darle al paciente el mejor tratamiento posible. Este no es el lugar para examinar los detalles y excepciones de las leyes, pero te puedo asegurar que aplica hoy como siempre lo ha hecho, y es igualmente necesario. Como un doctor judío necesito saber qué está permitido y qué está prohibido tanto como mis ancestros que eran doctores lo necesitaban en sus días.

¿Así que la modernidad tiene una razón para la desaparición de las mitzvot? No lo creo, David.

En cuanto a la espiritualidad y rituales congelados: no es el ritual lo que está matando a la espiritualidad judía; no hay tal cosa como un ritual en el judaísmo, y no hay tal cosa como simbolismo, si esos términos se refieren a prácticas vacías e imágenes. Cada acción, incluso la costumbre más simple en la práctica de la Torá, es solamente un cuerpo que contiene un alma viviente. No tenemos ritos, rituales o símbolos que no sean la expresión física de una incommensurable profundidad, así como el cuerpo vivo es el mínimo aspecto de un alma cósmica, solamente la expresión física de esa alma.

No tenemos sentimentalismo tampoco; en el judaísmo todo el sentimiento sirve a un espíritu infinito. No hay nada más básico en la Torá que esto; todo el mundo es una expresión de la dualidad de forma y materia, alma y cuerpo, Torá y mitzvá, pensamiento y acción, significado y expresión. Por supuesto tú sabes que esa dualidad es tanto doble como simple – alma y cuerpo, Torá y mitzvá, esencia espiritual y el “ritual” o símbolo que expresa esa esencia son todos ejemplos de una dualidad que se resuelve en profunda unidad, la unidad de Creador y Creación.

Extraído de “Letters to a Buddhist Jew”.  
Con agradecimientos a World Jewish Digest.



Por Sara Yojeved Rigler

Por más de 3000 años, la sucá simbolizó vulnerabilidad, en contraste a la casa, que simbolizó seguridad. Luego vino el desastre de hipotecas de menor categoría, y de repente “la casa” pareció aterradoramente vulnerable. Con el sistema financiero americano y los mercados del mundo temblando como una sucá en un huracán e instituciones que nosotros pensamos que eran tan inexpugnables como fortalezas de repente colapsando como débiles cabañas, la sucá puede de hecho probar ser lo más invencible.

La festividad de Sucot es sobre vulnerabilidad y fe. La parte de la vulnerabilidad es clara: nos mudamos de nuestras sólidas casas a estructuras temporarias, con techos orgánicos a través de los que se pueden ver las estrellas. Somos expuestos al calor, al frío y a la lluvia. No importa qué tan grande o lujosa sea la sucá, morar en la sucá deja clara nuestra vulnerabilidad a las vicisitudes de la vida.

Los sabios del Talmud discuten si la mitzvá de la Torá de vivir en la sucá es recordar las cabañas físicas en las que los israelitas moraron durante sus 40 años vagando en el desierto o las míticas “Nubes de Gloria” que rodeaban y protegían a los israelitas en el desierto.

Los sabios entendieron que las cabañas eran una declaración del amor de Israel por Dios, dado que lo siguieron a un desierto sin medios de supervivencia. Las Nubes de Gloria, por otro lado, eran una declaración del amor de Dios por Israel, dado que protegían a los que vivían dentro de ellas del duro sol del desierto, de serpientes y escorpiones, y de ojos espías de posibles atacantes. Ya sea que se considere una entidad física o

espiritual, la sucá representa la relación de amor entre Dios y el pueblo judío.

De la misma manera, nosotros vivimos en dos esferas: la física y la espiritual. Las dos son reales y las dos demandan nuestra atención.

La naturaleza de la realidad física es que es transitoria, perecedera y vulnerable. Los cuerpos envejecen y son susceptibles a enfermedad y lesión. Los edificios, hasta los rascacielos, pueden ser destruidos por huracanes, terremotos o terroristas. “Seguridad financiera” es un oxímoron, hemos atestiguado como las inversiones más seguras y confiables fueron a bancarrota.

De cara a la peor crisis económica desde la Gran Depresión, muchos de nosotros nos sentimos tan vulnerables como moradores de sucá. Gente que ha perdido sus trabajos, sus casas o el valor de sus inversiones, puede experimentar muy bien una angustia existencial. ¿En qué podemos confiar? ¿Y qué es lo que depara el futuro?

La ansiedad y el miedo generado por la vulnerabilidad financiera es diametralmente opuesto a la emoción producida por la vulnerabilidad de la sucá. Sucot, más que ninguna otra fiesta del calendario judío, es el festival de la alegría. Mientras que es una mitzvá regocijarse en todos los festivales, sólo Sucot es designado en la liturgia como “el tiempo de nuestro regocijo”.

¿Cómo puede ser alegría el resultado de la vulnerabilidad?

### Terapia de realidad

La fiesta de Sucot es un ejercicio de fe. Fe verdadera no es la creencia de que porque Dios dirige el mundo todo va a salir como a nosotros nos gustaría. Fe verdadera es la creencia de que como Dios dirige el mundo, de cualquier manera que terminen siendo las cosas, estas serán una expresión de Su amor por nosotros y serán por un bien mayor.

Cuando dejamos nuestras casas para vivir en la sucá, dejamos detrás la ilusión de seguridad fomentada por nuestros cómodos hogares. Después de todo, nuestras casas pueden ser invulnerables a la lluvia, pero no son invulnerables a la ejecución del banco. Toda seguridad física es una ilusión. En este sentido, Sucot es una semana de terapia de realidad.

En cambio, la sucá ofrece el confort (y la alegría) de vivir con la Presencia Divina. Las míticas Nubes de Gloria rodean la sucá, creando un lugar de inmanencia Divina. La naturaleza de la realidad espiritual es que es eterna, imperecedera e invencible.

Sí, puede que la lluvia empape a la sucá, pero la dimensión espiritual de la sucá no se ve afectada, igual que un diamante en un aguacero. “La conciencia de la sucá” es la conciencia de la proximidad de Dios. Después del purgatorio de Rosh Hashaná y lom Kipur, Sucot viene como una recompensa para el alma, la única recompensa que ofrece la esfera espiritual: un sentimiento de estar cercano a Dios.

### El resultado es la alegría absoluta.

¿Pero puede la alegría espiritual opacar la desazón y la desesperanza de la pérdida física y financiera? Imagina que comienza un fuego en tu casa en el medio de la noche. Tú despiertas a la conflagración. De repente, el bombero irrumpie en tu habitación y te lleva fuera de la casa a un lugar seguro. En estado de shock, miras como toda tu casa y todas tus posesiones se elevan en llamas. ¿Pero dónde están los miembros de tu familia, tus padres, cónyuge o hijos? ¿Han sido consumidos por el fuego, o fueron rescatados? En el caos y la oscuridad, tienes pánico por tus seres amados.

Luego, alguien se apura a llegar a tus brazos. Elevas la mirada para ver a la gente que más amas en el mundo. Están sanos y salvos. ¿No opacaría la alegría espiritual que sientes en ese momento la desazón y la desesperanza de perder todas tus posesiones?

### Una visita al Rab Weinberg

Una relación íntima con Dios puede opacar cualquier pérdida física o financiera. ¿Cómo se esto? Porque hace un tiempo pasé cinco minutos con el rabino Noaj Weinberg zt"l.

El rabino Weinberg zt"l, fundador y decano de Aish HaTorá, fue diagnosticado con cáncer, a la edad de 78 él atravesó radiación y quimioterapia durante mucho tiempo.

Aquella vez, cuando estaba terminando Rosh Hashaná, mi amiga Pamela me dijo: "Voy a ver al Rab Weinberg zt"l. Él pasó Rosh Hashaná en su oficina en Aish HaTorá aquí en la ciudad vieja, ¿quieres venir?".

Yo aproveché la oportunidad. Me había encontrado personalmente con el Rosh Ieshivá zt"l sólo dos veces en el pasado, pero había estado rezando por su recuperación.

Varios de sus nietos estaban jugando en la escalera que lleva a su oficina. La puerta estaba abierta. Pamela le preguntó a alguien si el rabino Weinberg zt"l estaba allí, y fuimos invitadas a pasar.

El rabino Weinberg zt"l estaba parado allí apoyándose en un bastón. No lo hubiese reconocido. Su cuerpo una vez robusto estaba encorvado y débil. Su distinguida tupida barba blanca estaba delgada y dispersa. Su imagen atemporal había sido reemplazada por la cara de un hombre mayor.

Pamela rápidamente nos presentó a las dos: "Yo soy Pamela, y ella es Sara Rigler".

"¿Cómo está usted?", le pregunté, con el corazón roto por su declive físico.

"¡Oh! Acabo de leer su artículo sobre la mujer que salvó a sus hijos del fuego", respondió el rabino Weinberg zt"l, alejando la conversación de si mismo. "Me dio jizuk (fortaleza)". Se rió con una alegría efervescente que venía de ningún lugar visible.

**Pamela y yo expresamos preocupación por su salud.**

"¿Sabe cuál es la cosa más importante que hay que saber en el mundo?", preguntó él, completamente ocupado con sus visitantes no invitados, aún mientras se paraba tembloroso apoyado en el bastón.

Nosotras meneamos nuestras cabezas.

"¡Saber que Dios te ama!", pronunció él triunfante. "¿Sabes que Dios te ama?", le preguntó a Pamela. Ella asintió y dijo: "Sí".

"¿Sabes que Dios te ama?", me preguntó a mí. Yo asentí y dije: "Sí".

Fue un encuentro con la fe perfecta. No es que Dios, Quien dirige el mundo, hizo que las cosas pasaran como el rabino Weinberg zt"l hubiese querido que pasen. Sino que Dios, Quien dirige el mundo, hizo todo lo que hizo por amor al rabino Weinberg zt"l; él entendió que de alguna manera, de alguna forma inescrutable, el cáncer y los deterioros físicos eran regalos de amor. Porque la realidad máxima e invencible es el amor de Dios, el cual el rabino Weinberg zt"l sintió tan intensamente que nos lo quería comunicar a Pamela y a mí. La cercanía a lo Divino iluminaba su cara y animaba su ancha sonrisa. Su cuerpo estaba totalmente vulnerable y tristemente deteriorado, pero su fe y alegría eran invencibles.

Fue un momento sucá por excelencia.



Por Rebetzin Tzipporah Heller

El equipaje de alguien inevitablemente sale primero por la cinta transportadora. Las probabilidades (comparado a ganarse la lotería) que ese sea su equipaje no son tan bajas, especialmente en un vuelo local. A pesar de esto,

luego de años mirando pasar el equipaje de otra gente mientras inútilmente esperaba mi insulsa valija, la única vez que salió primera, estaba en un estado de incredulidad. ¡Ni en mi sueño más salvaje pensé que yo sería la afortunada!

Rápidamente archivé esa experiencia en mi expediente de "felicidad" y dejé que su jugoso dulzor empañara mi descontento interior. El problema, por supuesto, fue que a los 20 minutos yo estaba de vuelta en el estado irritable e impaciente de recién salida de un avión, que es tan familiar y cómodo como un zapato viejo. La felicidad verdadera se había zafado otra vez de mí.

La sociedad occidental está infundida con el derecho a la búsqueda de la felicidad. La perseguimos con una fuerza implacable. ¿Acaso la encontraremos? No estoy tan segura. Seguramente, nadie es feliz cuando tiene hambre, frío, dolor, o está privado de compañía. Pero la parte complicada es que estar saciado, abrigado, sano y rodeado de nuestros semejantes homo sapiens no garantiza necesariamente la felicidad.

Orjot Tzadikim, uno de los trabajos clásicos de la ética judía, nos presenta una teoría interesante: La felicidad nunca es sobre tener (posesiones, status, amigos, etc.); es sobre ser. Básicamente es sobre abandonar el rol de forastero en el universo, y hacerse empíricamente consciente del amor, sabiduría y providencia constantes de Dios. El resultado es un sentimiento continuo de serenidad y contento que es independiente de factores externos.

De ninguna manera esto significa escapismo o negación. Significa aceptar el hecho de que estamos aquí para elevarnos y elevar el mundo que nos rodea, y que necesitamos la inspiración y los desafíos que Dios nos provee para que esto suceda.

### Benditos con Oportunidades

Cuando miramos honestamente y nos preguntamos cuándo fueron nuestros momentos más altos de felicidad, aquellos que dejan una huella para toda la vida, ¿qué es lo que descubrimos? Casi inevitablemente nos encontramos reviviendo momentos de logro y de conexión real. Sin embargo, la dulzura del logro nunca puede separarse realmente de los desafíos que tenemos que

enfrentar cuando nos comprometemos con nosotros mismos a hacer algo significativo. Tanto el desafío como la inspiración son regalos de Dios. La clave para la felicidad es aprender a reconocer Sus regalos, de ambas formas de lo que llamamos "contento" y lo que llamamos "descontento."

Escuchemos la voz de un hombre, un miembro de un kibutz religioso:

Cuando la guerra (el Holocausto) terminó no teníamos nada. Yo quería construir. Yo tenía suficiente destrucción, suficientes cenizas. Conocí a mi esposa la misma semana en que llegué al kibutz. Nos entendimos uno al otro, necesitábamos curarnos, y la única forma de aliviarnos vendría al construir.

Nos casamos muy pronto. Yo no tenía nada para darle a ella que fuera realmente mío, y no tenía dinero para comprarle nada. Así es que le compré una escoba con unas pocas monedas que obtuve por hacer algunos trabajos esporádicos. Fue mi anillo de compromiso, mi anillo de matrimonio; era mi única posesión real. Nosotros atesoramos esa escoba hasta el día de hoy. Cada vez que la veo, me acuerdo de donde vengo y cuanta bendición tengo por haber tenido la oportunidad de construir mi familia.

Nunca encontraremos la felicidad cuando todo lo que vemos es la superficie de la vida, sin examinar su núcleo. El número que simboliza esta idea es el número siete. ¿Por qué el siete? Todos los objetos físicos tienen seis lados – los cuatro lados, más la parte de arriba y la de abajo. Describimos esto como "superficie." Debajo de la superficie está la dimensión interna del objeto en estudio. Y es el interior, no la superficie, lo que le da la forma.

Similarmente, la superficie de la vida no es su esencia. Siete es el número que nos dice que podemos y debemos tener ambas, la superficie y la esencia, para realmente tener la integridad que la vida ofrece, y la serenidad que es su hijo natural.

### Nube de Gloria

Shabat, las festividades, y el año sabático (Shmitá) todos giran en torno al siete. De éstos, sólo Sucot es llamada "la temporada de nuestra felicidad". ¿Por qué Sucot?

Interesantemente Sucot no celebra un gran evento histórico que haya ocurrido en una fecha específica (como el Shabat que es el día en que Dios descansó, o Pesaj que es el Éxodo de Egipto). Sucot celebra nuestra supervivencia en el desierto mientras vivíamos en chozas por 40 años. Todos los requerimientos de una sucá (transitoriedad, un techo hecho de materiales tomados de la tierra, un techo que no está totalmente cerrado, las estrellas deben estar visibles, etc.) le permiten retener su status de choza.

Mientras vivíamos en chozas, estábamos rodeados de nubes de gloria Divina que fueron enviadas para protegernos de cualquier posible daño. La Torá nos dice que nuestro camino estaba determinado no por las habilidades de navegación de alguien, sino que por las direcciones tomadas por los pilares de las nubes que nos guían durante el día, y los pilares de fuego por la noche. Vivíamos constantemente entre ambos desafíos – como es simbolizado por la fragilidad de la sucá misma, y de la inspiración dada por las nubes.

Una sucá es definida como algo que tiene más sombra que luz. Sin embargo, debemos aún poder ver las estrellas. La luz es tenue, pero es aún claramente visible. Esa es la realidad por la cual nosotros vivimos, y a través de la cual finalmente logramos felicidad y realización.

### Siete Formas

¿Cómo traemos la alegría de la sucá a nuestras vidas y la mantenemos ahí? Podemos hacerlo cambiando la forma en que pensamos. Cuando vemos la vida de una forma que incluye a Dios en nuestros pensamientos cotidianos, podemos cambiar nuestra disposición para abrazar los desafíos en vez de retraernos temerosamente, y estar abiertos a dar y a recibir amor.

Orjot Tzadikim nos presenta siete ¿le sorprende? formas de pensar que pueden cambiar nuestras vidas.

1. Saber que donde sea que estemos, y no importando que elecciones negativas hicimos en el pasado, Dios es compasivo y nos ama más de lo que nosotros nos amamos a nosotros mismos. Mientras estemos vivos, hay

oportunidades de encontrar amor y experimentar desafíos.

2. Aprender a reconocer la Dirección final de todo lo bueno que nosotros experimentamos. Es Dios quien nos provee con una familia y amigos, y antes que nada, es Su viviente presencia entre nosotros la que inspira nuestra propia expresión. Cuando nos preguntamos qué es lo que más nos gusta de la persona que más amamos, inevitablemente la respuesta será “el/ella es leal, confiable y recto”; “el/ella es sensible, cuando estamos juntos me siento entendido/a”; “el/ella es cariñoso/a y generoso/a”. Ninguno de estos rasgos describen una característica física. Todas son expresiones de la luz infinita de Dios dentro de nosotros.

3. Dejar de pensar que Dios te debe una pareja/trabajo/hogar porque tú vives una vida decente. Créalo o no, Dios estaba a cargo mucho antes de que estuvieses en la escena, y continuará haciéndolo cuando dejes este mundo. En vez de pensar en términos de derecho, aprende a pensar honestamente. Somos constantemente los receptores de regalos que nunca podremos pagar.

4. Deja de culpar a otras personas por los desafíos de tu vida. Dios los diseñó para ti. Nadie puede aumentar ni disminuir la calidad ni cantidad de los desafíos que enfrentarás. Para parafrasear el Talmud, Dios tiene muchos osos y muchos leones.

5. Saber que nuestros corazones son un libro abierto. Dios nos “lee” y no es engañado por ninguno de los juegos de nuestra mente. La felicidad depende en gran medida de cuanta integridad tenemos cuando enfrentamos la vida.

6. Aprende a tomar la responsabilidad. Nuestra necesidad de ser estimulados por la inquietante y caótica naturaleza de este mundo es a veces deshecha por nuestro profundo sopor espiritual.

7. Apreciar que la necesidad de ganarse la vida hace aflorar nuestra creatividad, que la tentación de avanzar económicamente desarrolla nuestra moralidad, y que el enfrentar nuestras limitaciones nos trae más cerca de la humildad y de tener una relación honesta con Dios.

Todos estamos juntos en esto. Tenemos distintos desafíos en nuestras vidas y diferentes caminos que nos pueden llevar a la inspiración. Pero estamos ligados unos a otros. Esta idea es simbolizada por las cuatro especies que juntamos en Sucot. Ellas crecen en diferentes climas, y tienen distintas cualidades – el etrog (cidra) es el corazón, el lulav (palma) la espina dorsal, los hadasim (mirto) los ojos, las aravot (sauce) los labios. Pero en Sucot, las sostenemos en el aire, juntas como una, en reconocimiento del Poder que nos une a compartir el destino.

La alegría que sentimos cuando enfrentamos la vida con fe, tiene el poder no sólo de cambiarnos como individuos y como judíos, sino que también cambiar la faz del mundo entero. Los 70 toros sacrificados en los tiempos antiguos en el Templo durante la semana de Sucot simbolizaban las 70 naciones originarias de donde surge la civilización. Cada una, en su propia forma, encontrará al Dios de Israel, y descubrirá las fuentes de alegría dentro de sus almas colectivas.

Que llegue pronto el día que toda la humanidad se una bajo el estandarte del Único, Quien nos sostiene a todos, y que descubramos la verdadera alegría de la vida.



Por Rebetzin Tzipporah Heller.

Al dejar la engañosa permanencia en nuestras casas y vivir en una cabaña temporal, nos apartamos de la ilusión más perjudicial, que imposibilita a nuestra visión interna el ver la presencia de Dios.

Las especificaciones para construir una Sucá son misteriosas y fascinantes. El techo debe ser construido de material (el cual es llamado sjaj) que viene de una fuente viva. Ramas, bambú en sus variadas formas, y hojas de

palmera son elecciones populares.

Debe estar arreglado de manera tal que la cantidad de sombra sea mayor que la cantidad de sol que puede entrar en la Sucá. El sjaj debe estar dispuesto de forma que nos deje ver las estrellas.

Además, la Sucá misma debe ser construida de manera que sea intrínsecamente una estructura temporal. Aunque puede tener paredes permanentes (puede tener cuatro, pero ritualmente puede ser apta incluso con dos paredes y media), su techo debe ser de carácter provisario. El techo, por lo tanto, debe ser reconstruido cada año.

A lo largo de la fiesta, se requiere que pasemos el mayor tiempo posible en la Sucá, y que la tratemos como nuestra casa. Esto frecuentemente nos pone a reflexionar en el hecho que para esta época del año el clima es algo frío, y si la fiesta hubiese sido fijada unos meses después, encontraríamos en la Sucá un lugar sombreado y cómodo para sentarnos en el agradable clima.

Examinemos cada detalle de estas leyes para poder aprovechar la alegría que esta, la más feliz de todas las fiestas, nos puede traer.

### **Viendo la Presencia de Dios**

La fiesta en sí celebra el hecho que mientras viajamos los cuarenta años por el desierto, estuvimos rodeados de la presencia de Dios. La manifestación física de Su amor y protección envolventes eran las nubes que nos rodeaban. Las leyes acerca de la construcción de la Sucá están ahí, para proveernos la oportunidad de revivir la experiencia de sentir la fuerza de vida de Dios rodeándonos, sin las distracciones que nos apartan de Él.

Al dejar la engañosa permanencia en nuestras casas, nos apartamos de la primera y más perjudicial ilusión, que bloquea nuestra visión interna de ver la presencia de Dios. Ésta ilusión consiste en que la seguridad material protege nuestra vulnerabilidad. Pero nada material es eterno; la sensación de seguridad y estabilidad que viene de las posesiones es pasajera. La única posesión duradera que cualquiera de nosotros tiene es nuestra esencia. Sin embargo, la ilusión de la permanencia es una a la que estamos poco dispuestos a renunciar, porque, sin

ella, nos sentimos como si estuviésemos abandonados a un destino desconocido.

Las piedras sólidas, los ladrillos y el cemento de nuestras casas crean una atmósfera de seguridad que no es real. La inestabilidad propia de la Sucá nos fuerza a encontrarnos con la realidad. Pero en la inestabilidad misma de la Sucá se encuentra su seguridad, ¡porque ahí nos damos cuenta que no estamos solos! La realidad que enfrentamos no tiene que aterrorizarnos.

El sjaj simboliza que el mundo en el que vivimos es uno en el que Dios está con nosotros. Aunque haya más oscuridad que luz, todavía vemos las estrellas.

La Sucá es una alegoría de nuestro mundo, que nos plantea muchas más preguntas que las respuestas que la sabiduría humana puede proveer. Sin embargo, lo que hace de este mundo un lugar de significado en vez de uno de desesperación, es el hecho que podemos ver lo que las estrellas expresan – resplandor e iluminación. Anhelamos el significado y lo encontramos cuando enfocamos nuestra visión interna en las estrellas.

El Talmud nos dice que no es coincidencia que la época del año en la que celebramos nuestra confianza en Dios sea el otoño (boreal). La época de Sucot parece casi arbitraria. Despues de todo, nuestra estancia en el desierto duró cuarenta años, y no una semana particular en el año. La época de Sucot, no menos que la estructura física de la Sucá, es una afirmación integral de nuestra identidad. No estamos dejando nuestras casas para relajarnos del calor del verano, estamos dejando nuestras casas para experimentar la vulnerabilidad. Es sólo entonces que no estamos ciegos ante el amor de Dios.

### Las Sendas de los Justos

Sentirse querido no es siempre fácil. Todos tenemos momentos en nuestras vidas en los cuales nuestra fe es profundamente probada. Perdemos de vista las invisibles nubes de gloria y fuego que nos rodean. El clásico trabajo de musar del siglo XVIII, "La Senda de los Justos," explica cuán frecuentemente no vemos "las estrellas" y presenta cuatro caminos diferentes para solucionarlo.

Una manera de despejar nuestra visión es reconocer que Dios es mucho más compasivo de lo que somos nosotros.

Es sólo a través de Su misericordia que sobrevivimos física y emocionalmente a todos los absurdos errores de juicio que nos han llevado al borde del desastre. Siempre hemos estado envueltos en Su nube. Cuando meditamos sobre la compasión que hemos experimentado como resultado de Su presencia en nuestras vidas en el pasado, tenemos una nueva imagen del presente y del futuro. La esperanza repentinamente parece pragmática y realista, mientras la desesperación puede verse como el ingenuo mecanismo de escape que realmente es.

Otra manera de despejar nuestra visión es estar conscientes que todos los actos de bondad que han hecho por nosotros amigos y parientes, en el fondo son actos de Dios. No hemos pagado por nada – ni por el aire que respiramos, ni por la tierra en la cual estamos parados – ni por los medios a través de los cuales otros seres humanos nos pueden ayudar. La inspiración de su altruismo proviene de Dios; lo que ellos hacen por nosotros es un regalo de Dios.

Nunca podremos comenzar a devolver lo que hemos recibido no sólo de los humanos, sino que de Dios. Debemos estar dispuestos a ser lo suficientemente vulnerables para sentir gratitud. Este pensamiento contrarresta la mentalidad del "merecer" que nubla nuestra capacidad de reconocer la bondad.

La tercera forma para despejar nuestra visión es redefinir la palabra "posible". Siempre debemos tener en mente que con Dios todo es realmente posible, porque Dios no está limitado por ninguna restricción. Nada puede ocurrir en contra de Su voluntad, y nada puede impedir a Su voluntad cumplirse. Observar el movimiento incesante de las constelaciones y su eterna belleza puede traernos de vuelta a esta comprensión. Estamos en la mano de Dios así como ellas lo están. Aunque las personas en nuestras vidas puedan afectarnos, a la larga no son más que Sus agentes.

La última reflexión en la recopilación del Rab Luzzatto es que enfrentar desafíos es el motivo de la vida. Nosotros los judíos no estamos diseñados para "viviendas permanentes". Nosotros fuimos diseñados para la Sucá. La idealización de la complacencia nunca se ha llevado bien con nosotros. Cuando somos obligados a viajar por la vía rápida, podemos estar estimulados o asustados. Es una elección que todos hacemos en los momentos en los

cuales nuestra fe es probada. Mientras más podemos ver la eternidad de la Sucá, más podemos aceptar nuestro paso por cualquier tipo de "desierto" por el que Dios quiera que viajemos.

Estos cuatro caminos pueden transformarnos.

Lo que es aún más impactante es estar realmente en contacto con la mitzvá de la Sucá en su sentido literal. Nuestra naturaleza es tal, que estamos menos predisuestos a ser conmovidos por pensamientos y comprensiones que por acciones, porque las acciones frecuentemente redefinen nuestra capacidad de comprender nuevas, y aún no probadas, pautas.

Que este año nos traiga la alegría de aprender a sentir y a reconocer lo que ha sido cierto todo el tiempo. Estamos en la Sucá de Dios y siempre lo hemos estado.



Por Sara Yoheved Rigler

Luego de tres extenuantes años en un orfanato de Calcuta, me estaba dando el gusto de tomar unas vacaciones en el Himalaya antes de regresar a Estados Unidos. Mi destino era Simla, una de las legendarias "estaciones de montaña" de India a los pies de los Himalayas, un cielo para los hindúes ricos y los extranjeros intentando escapar del calor de las planicies de la India.

Cuando nuestro desvencijado autobús llegó a la cima de la última montaña antes de Simla, fuimos recibidos por una vista horrorosa: masas de personas, en automóviles, autobuses y carretillas, estaban dejando la ciudad. Las alarmantes averiguaciones hechas por mi compañero de asiento revelaron la causa: una tormenta de nieve fuera de estación había llegado al pueblo y cortado el

suministro de electricidad. Las temperaturas glaciales combinadas con la falta de calentadores eléctricos estaban alejando a todos los turistas.

Me senté ahí horrorizada. Durante mis cuatro largos viajes a India, había soñado con una habitación con una vista al Himalaya. Mi fecha de regreso en cinco días más no dejaba ninguna posibilidad de posponer estas vacaciones. Mientras el bus lentamente se abrió paso entre las calles cubiertas de nieve, decidí: frío o no, yo me quedaba en Simla.

Con la ayuda de mi copia de India por \$10 al día, rápidamente encontré un hotel asequible, limpio y al estilo hindú. El encargado se disculpó porque el calentador eléctrico no funcionaba, mientras me apilaba cuatro mantas en mis manos.

El frío me mantuvo despierta toda la noche. Poco después del amanecer, salí esperando calentararme con los primeros rayos del sol de mañana. Un hombre bajo con bigote me abordó. “¿Le gustaría quedarse en el palacio de un Maharajá?”.

Yo respondí con una risa irónica “¿Dónde está el Maharajá?”.

“Él y su familia están viviendo en Londres”, respondió él con seriedad. “El Maharajá ha transformado parte de su palacio en un hotel, las más grandiosas acomodaciones de todo Simla. Ya que los otros turistas se han ido, le doy un precio de oferta a usted por una habitación”.

Su precio de oferta era el triple de lo que yo estaba pagando en mi congelado hotel. Negué la invitación con mi cabeza.

Él me entregó un folleto: “Woodville tiene diez habitaciones elegantemente amobladas con modernos baños incorporados con agua caliente y fría, y un fino salón de billar...Pueden hacerse preparativos especiales con notificación por adelantado para acomodar a sirvientes personales”.

Le devolví el folleto, murmurando entre dientes, “No está a mi alcance”.

Luego el jugó su carta triunfal. “En cada habitación hay una chimenea”.

Decidí acortar mi estadía de cuatro a dos noches, le negocie un poco más el precio, recuperé mi valija, y en cinco minutos estábamos en una carretilla camino al palacio.

Entrar por el grandioso hall de entrada del palacio fue como ingresar en una fantasía: los pisos de parqué, las alfombras orientales, las esculturas propias de un museo, las pinturas al óleo de distinguidos ancestros con turbante enmarcadas en dorado, las lámparas, las cortinas. Un sirviente de uniforme tomó mi valija y me guió dos pisos para arriba por la grandiosa escalera hacia mi habitación. Ahí, otro sirviente encendió el fuego en la chimenea. “¿Falta alguna cosa, Memsahib?”, preguntó con una reverencia.

Yo solamente podía mover mi cabeza en señal de asombro.

Antes de irse, me entregó una campana. Debido a que el timbre eléctrico no estaba funcionando, yo tendría que tocar la campana para convocar a un sirviente cuando necesitara cualquier cosa. Resultó ser que yo era el único huésped. Los seis sirvientes no tenían nada más que hacer que atenderme.

Luego de una lujosa siesta en mi cama de cuatro columnas, decidí darme un baño. Los sirvientes trajeron baldes de agua humeante; calentada, sin duda, en una estufa a kerosén en la cocina. Luego se sirvió la cena en el comedor imperial. Un banquete gourmet vegetariano con arroz pillau, dal, puris, chapattis rellenos, chutneys y una selección de vegetales al curry, fue servido en platos de plata.

Luego Su Majestad, es decir yo, decidió leer un libro. Apenas decidí que biblioteca quería ocupar, un sirviente encendió un estruendoso fuego en la chimenea. Unas cuantas horas después, decidí dar un paseo. El suelo cubierto de nieve no me sedujo; en vez de eso deambule de habitación en habitación. El palacio era mío.

Durante la cena esa noche, mi mesa estaba iluminada por un candelabro de plata. El desfile de exóticos platillos concluyó con un pudín de arroz con sabor a cardamomo. Para regresar a mi habitación por la oscura escalera, llevé el candelabro hacia arriba en mi mano derecha y levanté la amplia falda de mi largo vestido tibetano con mi mano

izquierda. De la noche a la mañana, me había convertido en la princesa de una película de Disney.

A la mañana siguiente una sirvienta trajo el desayuno a mi habitación en una bandeja. Medité, me bañé, escogí una de las salas de estar para leer mi libro, dormí una siesta, medité nuevamente, y leí nuevamente. Para cuando terminó la cena de esa noche, ya había tenido suficiente.

En vez de ascender nuevamente la grandiosa escalera, empujé la puerta a través de la cual desaparecían los sirvientes, y me encontré en la simple cocina de estilo hindú. En medio de la gran, casi vacía, habitación, los seis sirvientes estaban sentados en cucilllas, amontonados alrededor de una estufa a kerosén, la única fuente de calor de la habitación. Tan pronto como uno de ellos notó mi presencia comenzó a ponerse de pie, pero le hice un movimiento para que se quedara sentado.

No habiendo dominado el arte de sentarme en cucilllas, me senté con las piernas cruzadas en el piso frío, y comencé a conversar con ellos en una mezcla de inglés e hindi. Les pregunté acerca de sus familias, las cuales vivían en aldeas distantes, acerca de las diferentes estaciones en Simla, acerca de las personas que frecuentaban el hotel-palacio, acerca del Maharajá y su familia. Los sirvientes eran una compañía cordial, alternando entre lo cómico y lo sabio. Sentada ahí en pleno piso, pasé la hora más feliz de mi estadía en el palacio.

### **La Sucá**

Una Sucá es el opuesto de un palacio. Simple, usualmente pequeña e incluso apretada, una sucá es por definición una estructura temporal y vulnerable. No provee protección contra los elementos, y es penetrada por el frío y por el calor. La lluvia empapa a los ocupantes de la sucá, los vientos fuertes pueden botarla, y los judíos en Europa y América a menudo cenán en la sucá temblando y con sus abrigos puestos. Mientras que la mayoría de los judíos decoran sus sucot con frutas, decoraciones de papel, o proyectos de arte de los niños, incluso la sucá más decorada nunca cruza el umbral hacia la ostentación o el lujo. La mayoría de las sucot incluso nunca cruzan el umbral del confort real. Sin embargo, misteriosamente, Sucot es la festividad más alegre del calendario judío.

¿Qué hace a un judío regocijarse en su sucá incluso más que un Maharajá en su palacio?

La mitzvá de vivir en una sucá por siete días es en recuerdo de las sucot que el pueblo judío habitó durante sus 40 años de vagancia en el desierto después del Éxodo. En un nivel más profundo, la sucá representa a las Nubes de Gloria que rodearon a los errantes israelitas. Las místicas Nubes de Gloria protegían al pueblo del sol del desierto, de serpientes y escorpiones, y de que fueran detectados por naciones enemigas. Las Nubes de Gloria son, de hecho, sinónimo de la Shejiná, la inminente presencia de Dios. Durante la festividad de Sucot, un judío viviendo en una sucá está por lo tanto rodeado por la Shejiná misma.

El momento de la festividad es crucial. Un judío que realmente se compromete con la teshuvá, arrepentimiento, entre Rosh Hashaná y Iom Kipur, experimenta una limpieza espiritual en el Día de Expiación. Las transgresiones son como una pared de concreto que obstruye nuestra “conexión satelital” con Dios. La expiación de Iom Kipur destruye esa barrera de concreto, para que podamos experimentar una “señal” sin impedimentos de la Presencia Divina. El techo de la sucá, el cual debe ser suficientemente poroso para poder ver las estrellas, permite una recepción total de la Shejiná.

### **Conexión Vertical y Horizontal**

La festividad de Sucot es una celebración de la conexión con Dios y también con otros judíos. Los mandamientos de Sucot incluyen vivir en la sucá y además tomar “las cuatro especies”: el lulav, el etrog, el mirto, y la rama de sauce. Cada una de estas especies representa un tipo diferente de judío. Para poder cumplir con la mitzvá, deben estar tocándose una con otra en un ramo unificado. Sucot es la festividad de la unión judía.

Rosh Hashaná y Iom Kipur son los días del judío solitario parado frente a Dios. Pesaj es una festividad familiar, en donde los padres son encargados de narrar la historia del Éxodo a sus hijos. Sucot es una festividad de comunidad. La gente va visitando la sucá de los otros con un espíritu festivo de camaradería, y en cada noche de la festividad de una semana de duración, los judíos se reúnen en una simjat beit hashoevá para bailar y regocijarse en masa.

La celebración en comunidad es integral al judaísmo. Maimónides escribió que un judío que se aísla a sí mismo de la comunidad judía, incluso si es que él observa todas las mitzvot, es considerado hereje. La comunidad en el judaísmo no es solamente una ventaja social; es una realidad mística. La Shejiná, o Presencia Divina, está asociada a Kneset Israel, la identidad colectiva del pueblo judío.

De este modo, la compañía Divina y la humana convergen en la sucá. Este es el secreto de la desbordante alegría de la festividad.

Mientras que los centros comerciales intentan convencernos de que la felicidad resulta de las adquisiciones materiales, el judaísmo enseña que la felicidad resulta de la conexión. En Sucot, dejamos nuestras casas llenas de posesiones, dando la espalda a nuestro confort y lujo, y entramos en la total simplicidad y espiritualidad de la sucá. Carente de todas las comodidades materiales, pero rica en conexión, la sucá es el lugar de la verdadera felicidad.

Es por eso que una sucá humilde engendra más alegría que el palacio de un Maharajá.



Por Joel Padowitz

¿Qué es el Jardín del Edén? Es el lugar en donde las almas que se lo merecen, habiendo dejado este mundo, disfrutan la luz de la presencia divina mientras esperan la entrada al Mundo Venidero – esto es la era post mesiánica (Talmud –Shabat 152b; Derej Hashem 1:3:11).

El Zohar, el libro más importante del misticismo judío, explica que la Sucá genera una energía espiritual tan intensa, que la presencia divina se manifiesta realmente

de una forma similar al Edén. Durante Sucot las almas de siete patriarcas de Israel – Abraham, Isaac, Iaakov, Moisés, Aarón, Iosef, y el Rey David – dejan el Gan Eden para participar en la luz divina del Sucot terrenal (Zohar – Emor 103a).

Cada día de Sucot, las siete almas están presentes, pero cada una toma su turno para guiar a las otras seis. Colectivamente estos invitados trascendentales son conocidos como Ushpizin, la palabra en arameo que significa “invitados”. Para recibir a estas ilustres almas, muchos tienen la costumbre de recitar una larga invitación mística al ingresar a la Sucá por primera vez. Adicionalmente, muchos invitan a los Ushpizin cada vez que participan de una cena en la Sucá. Algunos judíos sefaradíes incluso tienen la costumbre de dejar aparte una silla decorada cubierta por un fino mantel y libros sagrados.

### **Siete Patriarcas**

Profundizando, encontramos que los Ushpizin caen dentro de un tema recurrente en la filosofía judía – que el tiempo se mueve de acuerdo a patrones establecidos y que la historia avanza hacia una meta final (Derej Hashem 4:7:2).

El Rey David escribe: “Mil años en Tus ojos son como un día” (Salmos 90:4). Cada día de Sucot corresponde a uno de los días de la semana, y a cada uno de los siete milenios de historia humana – comenzando por Adán y llegando a la era mesiánica (Talmud – Sanedrín 97a; Derej Hashem 1:3:9). Acompañada por los siete patriarcas, Sucot es la festividad que representa el concepto del pueblo judío trabajando en conjunto para traer la paz y la perfección al mundo (Sfas Emes).

Más aún, los textos judíos explican que cada uno de los siete Ushpizin corresponde a un camino espiritual fundamental (sefirá) a través de los cuales el mundo es nutrido y perfeccionado metafísicamente (Derej Hashem 3:2:5, Zohar Jadash, Toldot 26c; cf. Zohar 2:256a).

- Abraham representa el amor y la bondad.
- Isaac representa la moderación y la fuerza personal.
- Iaakov representa la belleza y la verdad.

- Moisés representa la eternidad y el dominio a través de la Torá.

- Aarón representa la empatía y la receptividad al esplendor divino.

- Iosef representa la santidad y la base espiritual.

- David representa el establecimiento del reino del cielo en la tierra.

Cuando actuamos de formas que manifiestan uno de estos atributos espirituales, la luz divina (como dirigida a través de ese particular conducto trascendental) brilla hacia el mundo y lo acerca más a su completitud (Derej Hashem 4:2:2,5). Como dice el Talmud: “Con la misma taza de medición con que una persona mide, son medidas [las influencias espirituales] para él” (Sotá 8b).

### **Alimentando a los Pobres**

Aparte de los asuntos espirituales elevados, el énfasis primario del judaísmo se mantiene en las acciones humanas. El Zohar (Emor 103a), luego de explicar a los Ushpizin, continúa:

“Uno debe también llenar de alegría a los pobres, y la porción [que de otra forma hubiera sido separada para estos Ushpizin] del invitado debe ser para los pobres. Si una persona se sienta en la sombra de la fe e invita a aquellos invitados y no da su porción [a los pobres], todos permanecen distantes de él... Uno no debería decir “Primero me saciaré a mí mismo con comida y bebida, y le daré las sobras a los pobres”. Sino, lo primero de todo debe ser para los invitados. Si uno llena de alegría a sus invitados y los satisface, Dios se regocija de él. Abraham, Isaac, Iaakov y los demás los rodean...”.

Similarmente, Maimónides trae este concepto como un asunto de obligación religiosa: “Mientras uno come y bebe, está obligado a alimentar al extraño, al huérfano, y a la viuda, junto con los otros pobres desafortunados... [quien no lo hace] no está disfrutando de una mitzvá, sino de su estomago” (Leyes de Iom Tov 6:18).

Que la inspiración de los santos invitados Ushpizin nos ayude a cumplir el potencial de la festividad de Sucot — ¡disfrutar y elevarnos a nosotros y al mundo a nuestro alrededor!



Por Rav Shraga Simmons

La Torá dice:

"Deberás tomar... la bella fruta (Etrog), una hoja de palmera (Lulav), ramitas de mirto y ramas de sauce – y regocíjense durante siete días frente al señor tu Dios" (Levítico 23:40).

En Sucot, atamos todas las ramas juntas -- dos sauces en la izquierda, una hoja de palmera en el centro, y tres mirtos en la derecha. Tomamos este manojo en nuestra mano derecha, y luego lo levantamos junto al Etrog. Luego los agitamos todos juntos, tres veces en cada dirección: al frente, derecha, atrás, izquierda, arriba y abajo. (Los Sefaradim y Jasidim tienen una costumbre diferente para el precepto). Esta mitzvá debe ser realizada durante el día, cada uno de los siete días de Sucot (excepto en Shabat).

Antes de agitar las cuatro especies, decimos la siguiente bendición:

"Baruj ata Ado--noy, Elo--heinu Melej Ha'olam, Asher kid'shanu be'mitzvotav, ve'tzivanu al ne-tilat lulav".

Bendito eres Tú, Dios nuestro, Rey del universo, que nos santificaste con tus preceptos, y nos ordenaste tomar el Lulav.

Para ser válidos para la mitzvá, las cuatro especies deben cumplir con ciertos requisitos. Dado que los detalles son muchos y muy técnicos, ¡no se recomienda que busque en el bosque por su propia cuenta estas especies! (particularmente el Etrog, que puede ser fácilmente confundido con el limón). Una mejor idea es comprar un set completo de un distribuidor fiable. Su librería judía

local puede tener un "set de cuatro especies" con un sello rabínico certificando su validez.

Para ser un comprador informado, aquí hay algunos requisitos básicos que deben cumplirse:

#### **Etrog**

- Debe ser, preferentemente, de color amarillo en vez de verde.
- La cáscara no puede estar perforada en ningún punto, ni puede faltarle ninguna de sus pieles internas.
- La cáscara no puede ser demasiado suave, con fisuras, seca o despelejada.
- Incluso un pequeño punto negro en la parte superior lo invalida.
- La forma debe ser preferentemente como una torre – ancha en la parte inferior y estrecha en la parte superior.
- Si el Etrog creció con un tallo saliente (llamado pitom), entonces el tallo no puede ser cortado. (Sin embargo, si el Etrog creció en primer lugar sin el tallo, es todavía casher)

#### **Mirto**

- Usted necesitará tres ramas de mirto.
- Un mirto casher tiene un patrón de tres hojas que salen desde el mismo punto en la rama. Este patrón de tres hojas debe repetirse hasta por lo menos la mitad de la longitud de la rama.

- Cada rama debe tener por lo menos 11 pulgadas (29 cm.) de largo.
- Las ramas no pueden secarse.

#### **Sauce**

- Usted necesitará dos ramas de sauce.
- El tallo debe ser preferiblemente de color rojo.
- El tallo debe tener por lo menos 11 pulgadas (29 cm.) de largo.
- Las hojas deben ser rectangulares, y no redondeadas.

- Las hojas deben tener un borde suave, no dentado.

**Lulav**

- Vea la parte superior de la rama y asegúrese de que el centro de la hoja no esté dividido, sino que esté cerrado (por lo menos la mitad inferior).
- La parte superior no se puede cortar.

- La rama no se puede secar.

- Debe tener por lo menos 16 pulgadas (39 cm.) de largo.
- Cuanto más derecha esté la rama, mejor.

*Encuentra más artículos como estos en:  
[www.AishLatino.com](http://www.AishLatino.com)*

***Jag Sameaj***

*El equipo de AishLatino.com*

The logo for aishlatino.com features the word "aishlatino" in a lowercase, blue, sans-serif font. The letter "a" has a small orange flame icon above it. ".com" is in a larger, blue, lowercase font. Below the main text, the tagline "Tu Vida, Tu Judaísmo." is written in a smaller, blue, sans-serif font.