	Entrada de Shabat	Salidad de Shabat
Jérusalem	15h54	17h15
Mexico city	17h46	18h40
Miami	17h12	18h07
Madrid	17h36	18h39

Breslev Israël

Rabino Shalom Arush

Parasha Vaietze - Sábado 3 Diciembre 2022 Número 1

Las enseñanzas del Rabino Shalom Arush

Breslev Israël
56 Shivtei Israël, Jérusalem
consejo@breslev.co.il
+972522151821 / 0733801043

La canción de Lea

La Guemará dice : "Rabi Yojanan, que aprendió de Rabi Shimon Bar Yojai, dijo: Desde el día en que Hashem creó el mundo, no hubo una persona que alabara a Hashem, hasta que Lea Lo alabó, como está escrito: "Esta vez alabaré a Hashem" (Guemará, Berajot, 7b). El autor del Even Israel en su explicación sobre la Torá (Parashat Vaietze) plantea la pregunta: "¿Es posible que podamos leer esta Guemará en forma literal?" ¿Realmente es verdad que nadie alabó a Hashem hasta que llegó Lea? ¿Abraham, nuestro antepasado, no alabó a Hashem ? Es increíble, específicamente porque hay un requisito en la ley religiosa de que la persona recite la bendición "Hashem es Bueno y hace el bien", después de dar a luz a un niño, y sabemos que Abraham observó la Torá en su totalidad, incluso las leyes rabínicas como Eruv Tavshilin (Kidushin, 82), ¡ Y ciertamente bendijo a Hashem cuando tuvo un hijo! Muchos estarán familiarizados con el Midrash que dice que Adam cantó, Mizmor Shir Leiom HaShabat (Salmo 92, "¡Es bueno alabar a Hashem!" -cuando vio que sus esfuerzos de arrepentimiento fueron aceptados. ¡Es muy difícil aceptar literalmente que las grandes personas anteriores a Lea no hagan alabado a Hashem ! Además, ¿por qué Lea no alabó a Hashem por sus hijos anteriores? La intención de la Guemará no es que Lea haga sido realmente la primera en alabar a Hashem por todo lo bueno que Hashem le concedió.

Nuestros antepasados seguramente también alabaron a Hashem por toda Su bondad y amabilidad. Además, Lea alabó a Hashem antes de esto por sus hijos a medida que cada uno nacía. Más bien, la intención de la Guemará es enseñarnos que Lea fue la primera en venir a alabar a Hashem por su sufrimiento, o sea, lo aparentemente malo de la vida.

Lea sufrió muchas pruebas y tribulaciones. Primero, todo el mundo decía que ella estaba destinada a casarse con el malvado Esav. Ella derramó incesantes oraciones y súplicas para evitar casarse con él, hasta que sus ojos se cansaron de tanto llorar. Labán, su propio padre, la humilló cuando engañó a Jacob sustituyendo a Lea por Raquel bajo el palio nupcial. Lea tuvo que vivir con la angustia de que su marido se casara con ella sin desearla ni amarla inicialmente.

Por eso, hasta el nacimiento de Judá, Lea sufrió constantemente. Se sentía despreciada en comparación con su hermana Raquel, con quien Jacob había querido casarse en primer lugar. En medio de estos sentimientos negativos, nació Judá, el cuarto hijo de Lea.

Por medio de Judá, Lea recibió una porción mayor de las Doce Tribus que cualquiera de las otras madres. Había cuatro madres que iban a dar a luz a la descendencia de Jacob, por lo que cada una de ellas debería haber tenido tres hijos.

Una vez que Lea vio que daba a luz a un cuarto hijo, se dio cuenta de que todo era realmente para bien. Todo su sufrimiento fue para su beneficio. En virtud de sus humillaciones y tribulaciones, recibió una porción mayor que las otras madres. Por ello, Lea declaró: "¡Esta vez alabo a Hashem ! ¡Te alabo, Hashem, por todo el dolor que he soportado! El dolor y el sufrimiento valieron la pena por mis cuatro hijos, de los que saldrán los levitas, los sacerdotes y los reyes. ¡Gracias, Hashem, por todo el sufrimiento! Gracias".

Además, Judá (Yehuda en hebreo) significa literalmente "el que agradece".

La palabra hebrea para los judíos -iehudim- significa "los que agradecen". Nuestro propio nombre como pueblo significa que nuestra característica nacional es darle las gracias a Hashem. Ahora sabemos lo que significa ser judío. Judío es aquel que agradece constantemente a Dios, desde que abre los ojos a la mañana hasta que los cierra a la noche. Como hijos e hijas de nuestra santa matriarca Lea, tenemos el solemne deber de seguir sus pasos. Es más, toda una vida de agradecimiento no es suficiente para devolverle a Hashem todo lo que nos da.

¡Que siempre vivamos nuestras vidas en gratitud a Hashem y que nunca dejemos de cantar sus alabanzas, ¡Amén!

Rabino Shalom Arush

CADA COSA QUE UNO OBTIENE SIN ESFUERZO NO DURA MUCHO

Rabino Shalom Arush

Consejo de Rabi Najman de Breslev

Sintesis del Likutey Moharan

Torá 5, 8 : La persona debe ejercer el máximo cuidado y limpiar su mente del saber secular y de los pensamientos indeseables del "jametz' (levadura)- para no "fermentar" su propio intelecto con ideologías que no son de la Torá ni con deseos [físicos]. Pues ello embota y contamina la mente, haciendo imposible concentrarse en las plegarias y alcanzar la alegría. También debe cuidarse mucho de los temores externos - lo que significa no temerle a nada excepto a Dios. Pues los temores externos impiden concentrarse en las plegarias y son un impedimento para la alegría. Lo más importante es cuidar la mente del "fermento", es decir, no albergar cavilaciones malsanas ni pensar en deseos [físicos], algo que se asemeja al jametz y que proviene del lado de la muerte. La persona debe repeler esos pensamientos que proceden del lado de la muerte -las fuerzas del Otro Lado- y alejarlos de su mente, para que no puedan entrar en ella. Debe cuidarse y estar muy atenta para que esos pensamientos no penetren en su mente, Dios no lo permita. También es necesario unir el amor a Dios con el temor a Dios. Entonces se podrá purificar la mente y orar con intensa concentración, hasta que la plegaria se transforme en "trueno" y se merezca la alegría.

Breslov Researsh Institute

Consejos para la familia

Acaba con tu matrimonio

Queridos maridos : este artículo está dedicado a ustedes.

En este artículo no les vamos a explicar cómo tener una buena relación de pareja ni cómo superar las dificultades que cada pareja enfrenta. No. En este artículo les vamos a explicar cómo acabar con el matrimonio. Pues bien – básicamente existe una forma de acabar con el matrimonio. Y es prácticamente infalible. Funciona siempre.¿Quieren saber cómo?

Si quieres acabar con tu matrimonio, y de paso con tu esposa, entonces critícala. Pásate el día criticándola. Dile todo lo que hace mal. Dile que la comida no tiene sabor, que ella es una haragana que no mueve un dedo todo el santo día y que no sabe mantener la casa ordenada. Dile que se la pasa gritándoles a los niños y que bien haría en bajar unos cuantos kilitos…

Los expertos coinciden en que la causa número uno de los divorcios en el mundo entero son las críticas. Por eso, estimados maridos, tomen nota: si tu mujer te rezonga, eso es síntoma de que estás haciendo algo mal en tu matrimonio. O un montón de cosas mal, porque todos sabemos que los hombres no están naturalmente preparados para el matrimonio como las mujeres. Por eso, quiero decirles algo. ¿Saben por qué el judaísmo hace que el matrimonio sea una obligación para el hombre y no para la mujer? Yo creo que es porque el matrimonio es tu más grande oportunidad de crecer como persona. El matrimonio obliga al marido a mirar fuera de sí mismo. El marido se ve forzado a poner las necesidades de los demás antes de las suyas propias. Se ve forzado a cargar con el estrés de mantener a su familia. Se ve forzado a nutrir a su esposa y a sus hijos de maneras que les pueden resultar completamente ajenas. Por naturaleza, los hombres son criaturas egoístas. ¡Y no lo digo para juzgarlos!

Pero así es como Hashem los creó. Las mujeres, por naturaleza, son criaturas que nutren, que están más inclinadas a poner antes a los demás que a ellas mismas.

Y otra cosa.

¿Alguna vez te criticaron en tu vida? ¿Y especialmente tratándose de alguien que amabas? ¿Cómo te hizo sentir? ¿Rechazado, solo, no valorado, resentido? Trata durante un minuto de imaginarte lo que sucede cuando criticas a tu esposa. Es como tomar todo el esfuerzo que ella hace y arrojárselo al rostro. No hiciste esto bien. Tendrías que haberte esforzado más. No sabes hacer nada bien. No eres lo suficientemente buena para mí. Esto es lo que le estás diciendo a una mujer que se ha comprometido a compartir su vida contigo, que te ha elegido para que seas el Número Uno de su vida y de cada cosa que ella hace. ¿Y tú le das las gracias por su compromiso de por vida y toda su ayuda con… críticas? El Rabino Shalom Arush en su famosa guía para hombres casados, En el jardín de la paz, está de acuerdo con todos los grandes expertos mundiales. Él les explica a los hombres que jamás, por ningún motivo, deben criticar a sus esposas. Nunca, por nada! Créanme, las mujeres no son estúpidas. Ella quieren ser las mejores en lo que hacen. Pero la vida es abrumadora. Los niños son abrumadores. Los quehaceres son abrumadores. El trabajo afuera es abrumador. Tengan en cuenta que la mayoría de las mujeres crecien en forma muy cómoda, sin tener que limpiar la casa, ni cocinar, ni lavar la ropa día a día. Imagínense lo difícil que es pasar de mimada a esclava!

Ahora, a todo eso, agréguenle los desafíos del embarazo, las noches sin dormir para atender al bebé, darle de mamar, etc., la interminable irritación que les causan sus hijos y todas las otras cosas que tienen que hacer. Yo diría incluso que, los hombres, les deben LA VIDA a sus mujeres. De no ser por ellas, estarían comiendo panchos y pizza todos los días. Lo cual, en realidad, no suena tan mal…Mmmmm, ¡pizza! Las papilas gustativas se me están volviendo locas!!! NECESITO CARBOHIDRATOS YA!!!

Pero volviendo a nuestro tema, queridos maridos, si quieren dejar de arruinar el matrimonio, entonces lean YA En el Jardín de la Paz para hombres.

Y respeten a sus mujeres.

Demuéstrenle aprecio por todo lo que ellas hacen. Denles de regalo una medalla de honor o, mejor aún, un nuevo vestido. Pero nunca, jamás, las critiquen!!

La redacción Breslev Israel

Gracias a las deudas me acerqué a Hashem

Un día vino a verme alguien que me dijo : "En efecto, yo le doy las gracias a Hashem por las deudas que tuve.
Porque en virtud de las deudas empecé a acercarme a Hashem.
De no haber tenido estas deudas, no me habría acercado a El, así que obviamente las deudas fueron por mi propio bien, fueron un regalo!"
Las deudas son en realidad un regalo de Hashem.
Del mismo modo, con cada carencia que uno tiene en la vida, tiene que entender que Hashem vio que únicamente si Fulano es soltero hasta X día, únicamente de esa manera va a poder alcanzar su perfeccionamiento.

Unicamente si hasta el día X tiene esta carencia, o esta dificultad, va a alcanzar su perfeccionamiento.
Por lo tanto yo pregunto: ¿acaso hay que dar las gracias por las deudas y por las carencias o no ?
¡ Y la respuesta es que por supuesto que hay que dar las gracias por las deudas y por las carencias !
¡Por todo hay que dar las gracias!
Es como una persona que viaja en autobús y confía en que chofer sabe dónde está yendo, y sabe cómo conducir.
Esa persona sin lugar a dudas viaja lo más tranquila en su asiento, mirando el paisaje por la ventanilla y disfrutando de cada momento.
Por el contrario, la persona que no tiene emuná es como alguien que viaja nervioso pensando que él es el chofer y que él conoce la ruta y trata de conducir el autobús desde su asiento.
Todo el tiempo está molesto y amargado debido a que el chofer no viaja en la dirección que él quiere y además se preocupa por la forma en que conduce : a veces se queja de que va demasiado rápido, y otras, demasiado lento; primero se queja de que el chofer se metió en un bache y después de que conduce como loco.
Pero en realidad él no sabe adónde viaja y no sabe nada de la vida; solamente vive nervioso y preocupado. Y todo por culpa de que no tiene fe en el chofer, que es el Creador, que dirige el mundo de la mejor forma posible.
Eso mismo fue lo que le dije a un alumno que estudia en la yeshivá, quien tenía muchísimos problemas con sus vecinos, hasta tal punto que se fue del barrio y llegó a la yeshivá. Me refiero a que él no tenía la menor intencion de estudiar en la yeshivá, sino que los problemas hicieron que se fuera de su barrio, así que no tenía dónde estar y entonces llegó a la yeshivá.
Empezó a estudiar los libros sagrados y empezó a escuchar clases de Torá y los compañeros de estudio le dieron palabras de aliento.
El hombre descubrió un mundo totalmente nuevo y entonces empezó a dar las gracias por los problemas a causa de los cuales llegó a la yeshivá.
De todos modos, de vez en cuando se acordaba de sus problemas y venía a verme, quejándose de todo lo que estaba pasando con los vecinos.
Yo le dije así: "De no ser por estos problemas, ¿dónde estarías ahora? ¿Estarías acá?
Por eso, dale las gracias al Creador por todo esto, porque gracias a estos problemas estás estudiando en la yeshivá, como tú mismo admites, que recién ahora empezaste a vivir de verdad". Y tal como enseña Rabí Najman (Likutey Moharán Segunda Parte 13) : "Cuando alguien se enfrenta a una persona, resulta que lo persiguen, y la persona huye todo el tiempo a Hashem, y cuanto más el otro se le enfrenta, más lo está acercando hacia Hashem, porque Hashem se encuentra en todas partes, tal como dice el versículo: Si asciendo a los cielos, estoy allí ; si tiendo mi lecho en la sepultura, allí estoy".

Rabino Shalom Arush

Invitación a Hitbodedut

"En los campos del bosque", Rabino Shalom Arush

Debemos saber que el Creador nos otorgó un gran regalo; un presente tan magnífico y dulce, que es realmente uno de los más grandes regalos que hemos recibido de Él, Bendito Sea: La hora diaria de 'Hitbodedút'.

"La Plegaria Personal en Aislamiento" Quien desea probar el sublime dulzor del Paraíso mismo ya en este mundo y vivir una bella y placentera vida, debe acostumbrarse a practicar una hora de Hitbodedut, "Aislamiento", cada día, tal como aprenderemos en este libro. La plegaria es la redención personal de cada uno. El que logra educarse en el arte de la plegaria —y especialmente de la Hitbodedut— se libera de todo tipo de exilio y es redimido. Con el fin de comprender este tema, meditaremos sobre una pequeña parte del famoso relato del gran Justo, el Rabí Najman de Breslev, titulado "El Señor de la Plegaria" relacionada con nuestro tema (*aconsejamos muy especialmente leerlo en su totalidad, ya que no podemos detenernos sobre todo el cuento) : El Señor de la Plegaria acercaba a las personas al servicio al Creador, les enseñaba a ocuparse sólo de plegaria, cánticos y alabanzas al Creador. El solía entrar en una ciudad, dirigiéndose cada vez a otra persona, hablándole sobre el verdadero sentido de la vida y el objetivo de este mundo, explicándole que no existe ninguna otra finalidad en la vida fuera de servir al Creador. Luego, al que tenía un despertar espiritual gracias a sus palabras, lo llevaba con él a su lugar de residencia, en las afueras de la ciudad.

Cierta vez hubo una tremenda tormenta que trastornó al mundo entero y dispersó a toda la humanidad. Al finalizar, la gente se reunió en distintos grupos buscando cuál debía ser el objetivo en la vida. Sin embargo, cada grupo se equivocó a su manera : Un grupo eligió los honores como su meta, otro grupo la oratoria, el arte de hablar, y otro el asesinato. Un grupo eligió la lujuria como objetivo mientras otro el dinero - que es el peor de los errores. Cada uno de los grupos se extravió más y más de acuerdo con su entendimiento erróneo teniendo explicaciones sin sentido... Soló un grupo no se equivocó : El que eligió a la plegaria como su meta y objetivo. También el rey con su corte y sus santos y puros servidores, se dispersaron por la gran tormenta. Entre los servidores del Rey se encontraba también el Señor de la Plegaria. Con el tiempo, esencialmente gracias al esfuerzo del Señor de la Plegaria, los siervos del rey se fueron reuniendo. Una vez que estuvieron todos juntos, vieron la necesidad de purificar al mundo de todas las equivocaciones y de los apetitos mundanos en los cuales la gente había sucumbido. Y, aunque todos los servidores del rey eran hombres santos y puros de corazón, decidieron mandar para esta misión al Maestro de la Plegaria, ya que tenía la fuerza necesaria para acercarse a los distintos grupos equivocados y ayudarlos a regresar al buen camino. Y así, el Señor de la Plegaria, como emisario de los servidores del rey, viajó a los distintos países donde estaban establecidos aquellos grupos con el fin de corregirlos, purificarlos y hacerlos retornar, a cada uno, de su propia estupidez y error ya que el mundo entero se había confundido, equivocado y extraviado completamente de la verdad.

Esta historia nos enseña el concepto fundamental y más grande de la vida: ¡Solamente la plegaria puede salvar al mundo en general, y a cada uno en particular! De hecho: ¡La redención es la plegaria! ¡Tal como vemos en el relato, que el único que tenía el poder de purificar el mundo entero y de salvar a la gente de las locuras e ideologías falsas era el Señor de la Plegaria! Podemos preguntarnos : ¿Por qué el Señor de la Plegaria era el único que podía rectificar el mundo? ¿Qué lo diferenciaba de los demás Justos, los santos y puros servidores del rey? La respuesta es muy simple: Todo el ser del Señor de la Plegaria estaba completamente inmerso en el rezo y, por lo tanto, era capaz de enseñarles a todos cómo se debe rezar y lograr así su purificación. ¡La redención es la plegaria! El Señor de la Plegaria purificó el mundo enseñando a la gente cómo rezar. Y este será también el caso cuando, pronto y en nuestros días, llegue el verdadero Mesías, por primera y única vez, y rectifique el mundo enseñando a cada uno cómo rezar. ¿Y por qué? Porque, así como está mencionado repetidas veces en los escritos de los Sabios, la tarea principal del Mesías es traer al mundo a la perfección de la fe, y esto es a través de la perfección de la plegaria [...]