

Resumen de la Parashá Metzará

Levítico 14:1-15:33



La sección Metzará (quien sufre de una afección cutánea) comienza a describir el proceso a través del cual el *metzará* recuperado es purificado por el Cohen con un procedimiento especial que incluye dos palomas, agua de un manantial, una vasija de barro, un pedazo de madera de cedro, una cinta de color púrpura y un ramo de mirto. Una casa también puede ser afectada por la *tzaráat* a través de la aparición de manchas rojizas o verdosas en las paredes. En un proceso que dura como mucho diecinueve días, un Cohen determina si la casa puede ser purificada o debe ser demolida.

La emisión de una descarga seminal u otra en un hombre y la menstruación u otra descarga de sangre en una mujer indican un estado de impureza ritual que necesita de un proceso de purificación a través de la inmersión en una *mikve* - baño ritual

<https://es.chabad.org>

TRANSFORM-ACCIÓN. Transformando las palabras de la Parashá en acciones diarias.

No Esperar

La Torá nos cuenta que para purificar a una persona que había sido impurificada con *tzaráat* debía ser "traído al Cohen".

La Torá es precisa. El versículo no dice que la persona manchada debía "dirigirse al Cohen" o "ir hacia el Cohen", sino que "será traído al Cohen".

Una de las enseñanzas que podemos extraer de aquí es que cuando vemos alguien que necesita ayuda, no debemos esperar a que esa persona se acerque a quien puede ayudarlo, sino que debemos hacer todo lo posible para acercarlo, aconsejarlo y guiarlo en el camino adecuado para solucionar su dificultad.

Limpieza de Pésaj para principiantes.

Nivel mamá.



5 consejos para que incluso la peor ama de casa pueda llegar al Séder sin signos obvios de TEPT (Trastorno por estrés posttraumático)

Si amas limpiar, organizar, fregar, sacar brillo y desempolvar, este artículo no es para ti. Simplemente ignóralo y regresa a divertirse con tus productos de limpieza favoritos.

Pero si eres como yo y la idea de limpiar toda la casa y revisar los armarios y cajones por todo un mes te aterroriza y buscas cualquier otro proyecto para distraerte de esta masiva tarea hasta el último minuto, sigue leyendo.

Yo no disfruto limpiar y organizar y no soy una buena ama de casa, pero mi cerebro es más bien lineal y orientado a soluciones, así que con el correr de los años he desarrollado trucos probados que permiten incluso a la peor ama de casa llegar al Séder de Pesaj sin signos obvios de TEPT (Trastorno por estrés posttraumático).

1. Consigue ayuda:



Delega todo lo que puedas y contrata la mayor cantidad de ayuda profesional que puedas pagar. Ahora no es el momento de ahorrar; velo como un sustituto de terapia por trauma.

Si estás planeando tener estudiantes o personas solteras para el Séder o para otras cenas en Pesaj, pídeles por adelantado si podrían contribuir con unas cuantas horas en las semanas antes de Pesaj para ayudarte a limpiar un cajón o unos cuantos estantes de tu despensa.

No me refiero a tus hijos o a tu esposo cuando digo "delega". Ellos pueden y deben limpiar sus propios cuartos o posesiones, pero ellos no reemplazan a una persona de limpieza en quien puedes realmente confiar para hacer el trabajo con tus especificaciones exactas.

2. Despeja tu mente:



Asegúrate de salir al menos una vez al día a una actividad que no tenga nada que ver con limpiar: haz ejercicio en el gimnasio, ve a una clase de Torá, reúnete con una amiga para un café. No te sientas culpable por esto y no dejes que comentarios como: "Oh, seguramente te vas de tu casa para Pesaj", te pongan nerviosa.

3. Ponte espiritual:



Utiliza la limpieza de Pesaj como una metáfora para búsquedas más espirituales. Mientras friegas tu refrigerador o limpias un cajón, imagina que estás limpiando tu mente de mugre y excesos, de malas tendencias, trivialidad, enojo, celos, etc. (Yo nunca he hecho esto, pero me parece que la idea tiene mucho potencial). Si no eres tan espiritual, quizás simplemente imagina que eres un esclavo en Egipto ¡y cuán maravilloso será cuando Dios te redima!

4. Ponte intelectual:



Baja la mayor cantidad de clases que puedas en tu mp3 u ordenador y escúchalas mientras limpias, pones cloro, hierves, quemas con soplete, cocinas y horneas. Hasta este día yo asocio los últimos días antes de Pesaj con la fuerte y resonante voz de Rav Avigdor Miller sonando en la vieja grabadora que mi padre ponía en la cocina para sobrevivir los pesados trabajos de *casherización*. Y si prefieres buena música de fondo en vez de clases, ¡hazlo!

5. Enfócate:



Es clave recordar que el foco de la limpieza de Pesaj está en remover el *jametz* y no en realizar una limpieza de primavera. Sobrevivirás esto y después de Pesaj podrás hacer otros trabajos que no pudiste terminar.

Si priorizas y te mantienes organizada, eso te dará una sensación de control, muy necesaria para la salud mental. Saca tu calendario y cuenta en reversa desde la noche del Séder la cantidad de días que tienes para tener toda la cocina completamente "transformada" para el día antes. (Transformada es ese estado de éxtasis cuando la cocina está completamente libre de *jametz*, con ollas y sartenes, platos y cubiertos de Pesaj todos afuera de sus zonas de almacenaje de todo el año, toda la comida de Pesaj e ingredientes comprados y accesibles, todas las superficies en contacto con comida cubiertas, todos los hornos limpios y *casherizados*).

Entonces... ¿sabes qué? Dale un pequeño vistazo a mi propio calendario de limpieza:

<https://aishlatino.com/limpieza-de-pesaj-para-principiantes/>

Concurso de conocimientos

Esta Keara (plato para el Seder de Pesaj) no tiene escrito el nombre de los elementos que van en sus 6 recipientes.



Mirad la imagen y luego debéis responder cual es el nombre de cada uno de ellos. No importa el orden, solo el nombre. Luego compartes tu respuesta en el chat o en nuestros diferentes grupos de redes sociales y ya veremos quien acertó.

Ya quisiera que hubiera premio al ganador, pero nos divertiremos y aprenderemos mucho. Vamos!

ENCENDIDO DE VELAS EN ZARAGOZA

Viernes, 8 de abril: 20:18 hrs (18 min antes de la puesta de sol).
Puesta del sol: 20:36 hrs. Anochecer (3 estrellas) 21:18 hrs.

Shabbat termina al día siguiente con la aparición de 3 estrellas a las: 21:20. Algunos esperan 72 minutos después: 21:50 hrs.
Los horarios cambian en cada región cada semana.

<http://www.chabad.org>

Material recopilado por: Carlos Asahel Rocha Bejarano. Fuentes relacionadas en azul. Supervisado por Timna Segal - Asociación Sefarad Aragón.



Actividades de acercamiento a la cultura e historia judía

Clases por Skype: Todos los lunes: Tanaj 19:00 hrs. Hebreo 20:00 hrs.
Los martes: Judaísmo 18:00 hrs. Cultura judía 19:00 hrs.

Clases presenciales en Zaragoza

Todos los miércoles: Cultura judía 18:30. Hebreo 19:30.

Sefarad Aragón - Zaragoza/España - sefarad.aragon@gmail.com