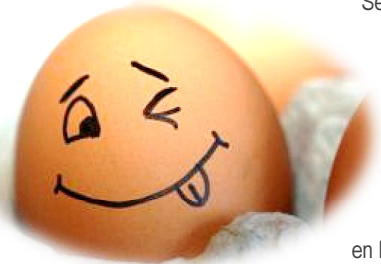


lipoproteínas de baja densidad, lo que se conoce como "colesterol malo".

Sin embargo, los huevos más saludables son por lo general más caros, afirma la doctora Shapira. El precio del alimento para pollos varía de región en región, y en muchas áreas, los alimentos para gallinas ricos en ácido graso omega 6 resultan mucho más baratos de adquirir para los avicultores.

Para demostrar los efectos que una alimentación más sana tiene sobre la producción final de huevos de gallina, la doctora Shapira diseñó un alimento para gallinas rico en antioxidantes y magros en ácidos grasos omega 6, basado en trigo, cebada y sorgo. Se alimentó con esta dieta a polluelos que todavía no habían acumulado ácidos grasos en el tejido muscular, y después se analizó la composición de los huevos. Luego de que los investigadores lograron obtener huevos con un bajo nivel en omega 6 y a la vez rico en antioxidantes, se entregó este alimento a personas que se habían ofrecido para participar de



esta experiencia, con la consigna de que debían consumir dos de estos huevos por día. Se comparó los resultados de los participantes con los de otras personas que, a su vez, debían consumir dos huevos comunes y corrientes por día.

Se dieron enormes diferencias en el resultado de ambas dietas. El consumo diario de dos huevos de producción industrial, ricos en omega 6, provocaron un incremento del 40 por ciento en el nivel de oxidación por colesterol malo en los participantes.

Por otro lado, gracias a los huevos "más sanos", estamos en condiciones de comer más de dos huevos por día, esto es, el consumo que normalmente se aconseja, y con todo mantener un nivel saludable de colesterol, afirma la doctora Shapira.

La gran desventaja radica en que estos huevos no se producen en forma masiva. Hasta el momento, los consumidores sólo pueden comprar productos de almacén.

✧ Universidad de Tel Aviv

-“Estar preparado es importante, saber esperar lo es aún más, pero aprovechar el momento adecuado es la clave del éxito para la vida”.

-“Dichoso el hombre a quien al final de la vida no le queda sino lo que ha dado a los demás”.

-“Si algo te detiene, no te rindas, cambia de lugar, mira otro ángulo y encontrarás la solución”.



BOLETIN EN RECUERDO DE:

Zoe Abigail Martínez Z"L

SHABAT SHALOM



Luarca Administración

Administración de Propiedades

BS"D



CENBEHATI



Cenbehati@gmail.com

CENBEHATI

CENTRO DE ESTUDIOS NETZARITA BENEY HATIKVAH
ALIANZA NETZARITA AMI DE ARGENTINA

BS"D

Parashat Tzav (25) (Ordena)



Torah: Vayikráh 6:1(8)-8:36
Haftará: Yirmiyahu 7:21-9:22
Código Real: Matityahu 4:1-6:34

Nerot



(Ciudad de Buenos Aires)

8 Nisán 5775 (28/03/2015)
Kabalat Shabat....: 18:34
Havdaláh.....: 19:32

Resumen por el Jajam Dan Avraham Hayyim

De la Toráh de Moshé:

En la parashah previa se dieron los diferentes tipos de sacrificios que debían presentarse delante de HaShem y el tipo de persona que debía hacerlo. En la sección de la Torah para hoy, tenemos las instrucciones que debían seguir los sacerdotes en relación con las diferentes ofrendas previamente mencionadas. Así pues, estas instrucciones son exclusivamente para la familia sacerdotal.

Recuerda que no todos los mandamientos de la Toráh son responsabilidad de todos. Hay mandamientos para los reyes, y solamente los reyes tienen la



responsabilidad de guardarlos. Hay mandamientos para los hombres, y solamente los hombres son responsables de obedecerlos. Hay mandamientos para las mujeres y exclusivamente las mujeres tienen el honor de seguirlos y así sucesivamente: mandamientos para los justos de las naciones, mandamientos para los levitas y hay mandamientos para los cohanim (sacerdotes) como es el caso de nuestra parashá.



De los Profetas

El profeta Jeremías revela uno de los secretos más extraordinarios de la razón por la cual el hombre ha sido creado: "Que se honre el hombre en esto: en conocerme (tener una relación íntima conmigo) que Yo soy YHWH...". El nombre propio de Di-s (YHWH) está ligado al atributo de gracia y misericordia. De ahí que el profeta explica: "Que se honre el hombre en esto, en conocerme, que Yo Soy el Eterno (YHWH) que hago misericordia...". Y aunque el Juicio y la Rectitud Jurídica son importantes, ambos están siempre abrazados por el atributo de la bondad del Altísimo. David Hamélej que conocía personalmente este atributo divino, dijo en aquellos días de crisis nacional: "Prefiero caer en las manos del Eterno y no del hombre, porque el Eterno es misericordioso".

El liderazgo nacional de los días de Jeremías tenía puesta exclusivamente su confianza en su sabiduría política, en la fuerza del ejército y en la valentía de sus generales.

Pero el profeta sale al encuentro de esta presunción humanista y nos recuerda, sobre todo a nosotros en este tiempo, que la alabanza del hombre no debe darse ni alrededor de la intelectualidad y sabiduría de nuestros políticos, ni el formidable poder militar que tenemos, ni en la valentía de nuestros muchachos que portan armas, sino, sobre todas las cosas, en el Eterno, en buscar la mejor relación posible con el

HaKadosh Baruj Jú, porque, como dirá el Ribí en sus rezos finales: "Este es el secreto de la vida eterna, tener una relación íntima contigo, el Único Di-s verdadero".

De la enseñanza del Ribí

Este Shabat la sección del Código Real que se corresponde con la Parashát Tzav nos presenta al Ribí ubicándose estratégicamente en la región de la Galilea y comenzando su proclama pública anunciando la inminente cercanía de la edad mesiánica con el arribo del Reino de Di-s.

La llegada de la edad mesiánica forma parte de la escatología judía y sirve como un puente profético necesario para introducirnos finalmente al mundo de la resurrección final de todos los muertos que inicia las edades eternas o el mundo por venir.

La importancia de la edad mesiánica estriba en el hecho de que permitirá al Mesías terminar el trabajo inconcluso de la redención que incluye la preparación final de este mundo para la manifestación en toda su gloria, del Reino de Di-s y Su justicia cuando se cumplirá entonces la palabra del profeta que dijo: "En aquél día el Eterno será Uno y Su Nombre será Uno".

Con la mira de rectificar el pecado de Adám y mostrar al mundo entero lo que habría sido el plan original del Eterno de Adám haber elegido por la obediencia, el mesías usará este día profético, que será todo Shabat, para enseñar cada uno de los mandamientos de la Toráh en una profundidad y elocuencia tal, que todos los hombres reconocerán al Di-s Uno y Único de Israel.

Por ello, la edad mesiánica es un período de un día profético, el Shabat planetario más anhelado por los profetas aunque irá precedido de los días finales de esta presente, conocido como la "era pre-mesiánica" donde tendrán lugar los últimos y más confusos momentos vividos alguna vez por la humanidad.

El Maestro propuso a Israel iniciar esa edad mesiánica en sus días, lo cual estaría dependiente de que el pueblo hiciera teshuvá y se volviera al Eterno de sus malos caminos. De rechazar la oferta, la redención entonces será larga y difícil, como los dolores de parto de una mujer que espera la llegada de su hijo. Este anuncio de la cercanía y llegada de la edad mesiánica es uno de los factores escatológicos más importantes de la teología judía.

La edad mesiánica será el tiempo donde el Mesías establecerá de forma práctica y evidente, el reconocimiento universal de su Di-s, del Di-s de Israel. En la edad mesiánica el Mesías llevará al mundo entero de regreso a la fuente espiritual de la existencia que perdimos el día que Adám eligió mal su destino. El Maestro comienza su servicio profético anunciando: "El Reino de Di-s (la edad mesiánica) se ha acercado, haced teshuvá (volvemos a Di-s de vuestra insensibilidad espiritual, de vuestros malos caminos)".

La noticia de la inminencia de la llegada del dominio y gobierno de Di-s era una buena noticia para los judíos, pero una mala noticia para los romanos y para todos los que estaban ligados a los romanos política y económicamente en aquellos días. En las condiciones que se daba la vida en Israel para esos tiempos, anunciar la implantación del Reino de Di-s significaba que había llegado el momento para echar a los romanos de la tierra y declarar que no era el César sino el Eterno, el Rey de Israel.

Las implicaciones políticas del mensaje de Yeshua fueron evidentes prometiendo a su pueblo judío que si cumplían con el requisito impuesto por el Cielo (la teshuvá), él se encargaría de introducir la edad mesiánica en sus días. Tal propuesta tenía connotaciones mesiánicas únicas en su clase y consecuentemente el mensaje del maestro producirá, eventualmente, una conmoción social, política y espiritual en Israel como nunca antes había ocurrido.

Un joven rabino, de apenas 30 años de edad, con una simple frase, movió al país desde la cabeza hasta los pies y la expectación mesiánica, ya pre-existente alcanzó con él su punto de ebullición más elevado. ¿Sería el mesías o tendríamos que esperar a otro?

Shabúa Tov para todos y que disfrutes una semana alegre y próspera. ✨ Torahdiario.org

"La verdad es la "luz" con la cual podrás encontrar tu camino en la oscuridad.

Enciéndela". ✨Extraído de "La Silla Vacía"

Para Reflexionar

"La Bolsa Perdida"

Se cuenta que en una gran ciudad de Europa, vivía un hombre muy avaro, el que un día al salir de su trabajo, perdió una bolsa con quinientos ducados. Tan afligido se sentía, que no demoró ni un segundo en ir y poner un aviso en la entrada de la sinagoga para ofrecer una generosa recompensa al que la hubiese encontrado.

Un hombre, tan pobre como honrado, encontró la bolsa y no dudó en llevársela al avaro. Al recuperar éste su bolsa, se arrepintió de la recompensa, diciéndole al pobre hombre:

"En la bolsa tenía mil ducados y aquí no hay más que quinientos. ¿Dónde está lo que falta?"

El pobre hombre, que entregó la bolsa sin sacar ni una sola moneda de ella, no pudo probar su inocencia y tuvo que regresar a su casa con las manos vacías. Al saberlo su esposa, le pidió que fuesen a ver al Rabí.

Dos eran las razones de la visita: la conducta del avaro, ya que no cumplió con la promesa de la recompensa, y peor todavía era, el haber calumniado al pobre hombre.

El Rabí, mientras se pasaba las manos por su larga barba blanca, reflexionaba. Por fin, citó al rico avaro.

"¿Qué cantidad de dinero había en tu bolsa?" - le preguntó.

"Mil ducados."

"¿y cuánto había en la que te entregó este hombre?"

"Sólo había quinientos."

"Entonces, esta bolsa no es la que tú has perdido. Devuélvela a este hombre y espera a que te traigan la tuya."

Con estas palabras el Rabí despidió a los querellantes. Y el avaro, con dolor en su alma, tuvo que

entregar la bolsa al pobre, pues no se debe ofrecer lo que no estamos dispuestos a cumplir.



Actualidad y Ciencia

Estudiando nuestros alimentos

El huevo, uno de los productos más consumidos en el desayuno en los Estados Unidos, ha sido por mucho tiempo objeto de controversias. ¿Es acaso un alimento sano o tiene mucho colesterol? La respuesta depende de lo que consuma la gallina, afirma una investigadora de la UTA.

La doctora Niva Shapira, de la Escuela de Profesionales de la Salud de la UTA, afirma que no todos los huevos son iguales. De acuerdo con las investigaciones que llevó a cabo, cuando se alimenta desde temprano a las gallinas con una dieta baja en ácidos grasos omega 6, esto es, una dieta rica en trigo, sorgo y cebada, y magra en soja, maíz y girasol, éstas producen huevos que provocan un menor daño a la salud a causa de la oxidación. Es este, a fin de cuentas, el factor más importante que determina el

impacto fisiológico del producto final en nuestra mesa.

La oxidación del colesterol, ¿estándar de la industria?

Los huevos con un alto contenido de ácido graso omega 6 exacerbaban la tendencia del colesterol a oxidarse, con lo que se forma una placa peligrosa en las arterias. Las investigaciones de la doctora Shapira demuestran que los huevos de las gallinas con una alimentación más sana contribuyen a disminuir la oxidación de