

Nº 1075

13 Marzo 2026
Mensaje Vayakel-Pekudei
24 ADAR 5786

Horarios de Shabat:
19:45 hrs. / 20:39 hrs.
Kabalat Shabat: 19:00 hrs.

JADASHOT

חדשות

V 2.0

¡Mazal Tov!



JOYCE SCHIODTZ Y
JAIME GROSSMAN

Matrimonio



EMILIANO
FUENZALIDA PETRO

Bar Mitzvá

**LA VOZ DE NUESTRAS MUJERES FRENTE A
LOS DESAFÍOS DEL PRESENTE**

Lo que nació bajo nuestro alero en Lyon y luego se unió en un esfuerzo conjunto con Wizo Chile, hoy con los años, se ha consolidado como un símbolo de reconocimiento y unidad. Múltiples instituciones se reúnen en la Comunidad Sefaradí para el Día de la Mujer, con el fin de honrar el legado y la voz de nuestras mujeres, verdaderos pilares de continuidad y esperanza. Agradecemos profundamente a Wizo, CJCH, Reshet, NBI, EIM, Círculo de Santiago, Beit Emuná y Bikur Jolim por confiar en este hermoso proyecto. Detalles en pág. 6-7-8.

En tanto en Israel, las sirenas no paran de sonar en casi todas las ciudades, ya sea por ataques de Hezbollah e Irán, tratando de saturar las defensas israelíes y causar el mayor daño posible ¡afortunadamente no lo han conseguido!!

Agradecemos al Dr. Roberto Amon, quien desde Israel gentilmente nos envió un interesante artículo de su autoría. El tema es ¿por qué nos cuesta detenernos? Estamos seguros será de vuestro agrado y lo encontrarán en las pág. 8-9

Mañana por la mañana durante Shajarit, tendremos el Bar Mitzvá de nuestro querido Emiliano, un chico dulcemente especial. Reciban nuestros mejores deseos de Mazal Tov sus padres y hermanos. Info en pág. 4

Al finalizar Shabat, unirán sus vidas bajo la jupá, la pareja formada por Joyce Schiodtz Thibaut y Jaime Grossman Benquis. Vayan para ambas familias nuestros deseos de ¡Mazal Tov! Detalles en pág. 5

La frase de reflexión de esta semana: "Recordar no es mirar atrás, sino sostener el presente con raíces profundas y proyectar un futuro mejor.

Saludosa semana para todos. Que este Shabat nos regale un respiro de serenidad y fortaleza, trayendo paz y tranquilidad a nuestro Pueblo.

Shabat Shalom!

Jeanette Lewandowski Hassón



JADASHOT

חדשות

Editor General

Jeanette Lewandowski H.

Colaboradores

Cindy Weiss K.

Roberto Amon Cabelli

Jael Lambeth

Rabinos

Efraim Rosenzweig

Daniel Zang

Diseño y diagramación

Claudia Sepúlveda G.

Los artículos firmados no representan necesariamente la opinión de la Comunidad Sefaradí



Av. Las Condes 8361, Santiago de Chile



+56 22 202 0330



socios@sefaradies.cl



www.sefaradies.cl



WhatsApp Socios: +56 9 7247 8600

Síguenos en:



Facebook: Comunidad Sefaradí de Chile
@sefaradies



YouTube: Comunidad Sefaradí de Chile

MENSAJE PARASHOT VAYAKEL-PEKUDEI (Éxodo 35:1-40.38)



POR RABINO
EFRAIM ROSENZWEIG

Este Shabat leemos dos parshiot Vayakel y Pekudei. También extraemos un segundo rollo por ser el sábado previo al comienzo del mes de Nisán y por ello este shabat se llama Hajodesh, que significa “el mes”. Con Pekudei concluimos la lectura del libro de Shemot. Podemos dividir el libro de Shemot en tres partes. La primera sección relata los detalles de la servidumbre egipcia y destaca el liderazgo de Moshé, quien logra convencer al faraón de que permita la salida del pueblo hebreo de Egipto. El faraón accedió finalmente a la solicitud de Moshé porque Dios envió diez plagas que causaron gran sufrimiento a los egipcios.

Solamente cuando la plaga afectó la casa del faraón –como fue el caso de la última, la muerte de todos los primogénitos egipcios– se logró doblegar la voluntad del monarca.

Decisión que fue luego alterada, porque el faraón envió a sus soldados y carrozas para que persiguieran a los hebreos por el desierto, pero estas hordas fueron derrotadas cuando se ahogaron en el mar Rojo.

La segunda parte de Shemot se refiere a la revelación Divina en el monte Sinaí y la tercera describe la construcción del Mishkán con información detallada acerca de los elementos que integraron este recinto. Aunque no se debe jerarquizar la importancia de los relatos e instructivos bíblicos, a primera vista el evento en el Sinaí, la revelación de la voluntad de D’os, luce como el episodio central. No obstante, se puede argumentar que la revelación no estuvo circunscrita al Sinaí. Aún en Egipto, los hebreos recibieron un instructivo básico acerca de la importancia del tiempo en el capítulo que ordena Hajodesh hazé lajem rosh jodashim, “este mes será para ustedes el primero de los meses”, una referencia a Nisán, el mes del éxodo. Al mismo tiempo, el pueblo recibió la instrucción de escoger al cordero que sería sacrificada como Korbán Pésaj, hecho que debía consumarse el día 14 de ese mes y, por ello, la Torá designa ese día como Pésaj, mientras que la festividad que usualmente denominamos Pésaj recibe usualmente el nombre de Jag HaMatsot.

Después del evento en el Sinaí, el Mishkán sirvió como la sede para la promulgación de leyes adicionales que no fueron reveladas a Moshé en el monte Sinaí. ¿Por qué se distingue la revelación en el Sinaí si otros lugares también sirvieron para ese propósito? Mientras que en el

Mishkán Moshé recibía directa y personalmente la instrucción Divina, en el Sinaí todo el Pueblo fue testigo de ella, hecho que le dio una validez adicional y permitió que todo el pueblo tuviera una experiencia profética. Además, el grueso de las leyes fue reveladas en el Sinaí.

De tal manera que el Mishkán no era sólo la “residencia” de D’os durante la travesía por el desierto y en los siglos siguientes hasta la construcción del Beit HaMikdash, también era Óhel Moed, el lugar del encuentro entre Moshé y D’os, sitio en el cual fue instruido acerca de un gran número de Mitsvot. El paralelismo entre ambos se evidencia también porque el Mishkán contenía las dos Tablas de la Ley que Moshé había recibido en el monte Sinaí. Tal como el monte Sinaí estaba cubierto por una “nube de gloria”, de igual manera Moshé tenía que penetrar la “nube de gloria” que envolvía al Mishkán.

Antes de entrar en el Mishkán, Moshé tenía que pasar por un período de purificación de seis días y solamente al séptimo día podía introducirse dentro de este recinto sagrado, mientras que su inauguración se celebró el octavo día.

El éxodo de Egipto tenía el propósito de asegurar el acompañamiento de D’os a través de su presencia dentro del campo de los hebreos en el Mishkán. El libro de Shemot empieza con la esclavitud y la redención que marca el final del Galut Mizraim (exilio o esclavitud en Egipto), y concluye con la Gueula: la redención, representada por la presencia de D’os en el Mishkán, en el seno del Pueblo hebreo.

Shabat Shalom!

Conociendo a... **EMILIANO**



Creemos que hay muy poca gente que no sepa o conozca a Emiliano. Su presencia es tan cercana y luminosa, que se ha convertido en parte del pulso habitual de nuestra comunidad. Emiliano es un niño especial, un alma pura que no conoce la maldad y que ama profundamente a la comunidad, la que siente como "su casa".

Cada viernes, al finalizar el servicio de Kabalat Shabat, corre con entusiasmo para cantar junto a los rabinos el Adón Olam, y en ese gesto sencillo y poderoso nos recuerda que la tradición no es solo herencia, sino también alegría compartida.

El Bar Mitzvá de Emiliano Fuenzalida Petro, no es solo un rito de paso; es un acontecimiento que nos envuelve a todos. En él, celebramos su inocencia que se transforma en compromiso y su ternura que se convierte en responsabilidad. Emiliano nos enseña que la pureza y la entrega son fuerzas que sostienen la vida comunitaria, y que la espiritualidad se expresa tanto en la solemnidad como en la alegría. Cuando le preguntan ¿qué quieres ser cuando grande?, el no duda y responde rabino.

Sus padres, Javier —administrador de empresas y actual presidente de las Clínicas de Chile— y Cori, asesora en relaciones internacionales, se conocieron en Chile, más tarde se comprometieron en Cambo-

ya, en Angkor Wat, mientras ella realizaba trabajo social. Posteriormente celebraron su unión en Chile, rodeados de amigos y familia.

Emiliano tiene 16 años, es del signo Escorpión, asiste al 6° A de la Corporación Señales, donde se divierte con sus compañeros. Su frase típica es ¡Que ricooo!!, ya que disfruta de tooodas las comidas. Con sus hermanos, Santiago (20) y Sofía (13) quien el año pasado realizó su bat mitzvá, comparte el amor por la navegación, por los animales, por los asados familiares en la playa o campo o asistiendo a un buen partido de fútbol con el papá.

Hoy, como comunidad, queremos decirle a Emiliano que estamos orgullosos de él. Su Bar Mitzvá es un regalo para todos, porque en su pureza y entrega vemos reflejada la esperanza de nuestro Pueblo. ¡Que D'os te bendiga!

Mensaje de tus papis

"Que este paso, formalice lo que todos vemos en la alegría inmensa que nos regalas, el que te sientes pleno y parte de esta, tu comunidad que tan generosamente te acoge y te quiere.

Pedimos a D'os que te acompañe siempre, que ilumine tu camino y que te dé fuerzas para seguir creciendo con esa pureza que te distingue"

¡Te amamos!!

Conociendo a los novios de esta semana

JOYCE & JAIME

Mañana, al concluir Shabat, unirán sus vidas bajo la jupá Joyce Schiodtz Thibaut y Jaime Grossman Benquis. Tras casi cuatro años de relación, decidieron sellar con este paso un vínculo de amor, compromiso y esperanza compartida.

Joyce, de 32 años, psicóloga de profesión y tercera de cuatro hermanos, irradia sensibilidad y vocación por acompañar y apoyar a otros. Su mirada cálida y su espíritu cercano, han sido pilares en la historia que hoy escribe junto a Jaime de 34 años, ingeniero comercial y segundo de tres hermanos, quienes llevan consigo una historia familiar profundamente ligada a nuestra comunidad. Esa raíz es la que inspira a la pareja a celebrar aquí su unión, honrando la continuidad y el legado familiar. El padre de Jaime, fue director de culto de nuestra comunidad y Miryam, la madre, es voluntaria activa de Jevrá Kedushá, lo que enriquece aún más la dimensión espiritual y comunitaria de su historia.

El destino los reunió en un evento de los Embajadores Kunda, una fiesta en Borde Río, donde fueron invitados por amigos en común. Desde aquel instante, su complicidad se transformó en un polo-
leo que ya suma casi cuatro años, marcado por proyectos compar-

tidos y la experiencia de haber vivido juntos fuera de Chile. Jaime nos confesó que su novia es la mujer perfecta para él, y que la elegiría una y mil veces. Son amigos y cómplices y esta seguro que todo lo que se les viene será hermoso.

Joyce y Jaime disfrutan del deporte, de ver películas y de pasar tiempo juntos. Sus

perritos Polo y Marta son parte inseparable de su hogar, acompañándolos en cada paso de esta historia de amor.

La pareja sueña con formar una familia y esperan tener 2 o 3 hijos, construyendo un hogar lleno de amor, respeto y tradición.

Aunque no asisten regularmente a la sinagoga, afirman que siempre comparten la cena de Shabat en casa de los padres de Jaime. Participan en las celebraciones judías, manteniendo viva la conexión con la tradición y el espíritu comunitario.

Nosotros como comunidad celebramos este paso tan significativo y les deseamos que su matrimonio sea siempre fuente de bendición, unión y luz. ¡MAZAL TOV!



Unidad y reconocimiento marcaron la Conmemoración Intercomunitaria del Día de la Mujer 2026



Las palabras de Mery Nachari y Evelyn Schatloff dieron inicio a una jornada que celebró la fuerza y resiliencia femenina, con reconocimientos a mujeres ejemplares y un cierre artístico lleno de emoción, que no dejó a nadie sentado.

El domingo 8 de marzo, la Comunidad Sefaradí fue anfitriona de la Conmemoración Intercomunitaria del Día de la Mujer 2026, una jornada que se ha consolidado como uno de los hitos más significativos del calendario comunitario.

Tradicionalmente organizada por nuestra comunidad junto a Wizo Chile, esta conmemoración se ha transformado, desde hace tres años, en un esfuerzo interinstitucional que reúne a diversas organizaciones comunitarias. En esta oportunidad participaron EIM, Reshet, CJCH, Círculo de Santiago, Beit Emunah, Bicur Jolim y NBI, quienes trabajaron en conjunto durante meses para dar vida a un evento único.

La actividad, presentada con calidez por Yael y Saúl Leder, se inició con una emotiva brajá por Eretz Israel. La plegaria estuvo a cargo de los rabinos Daniel Zang y Efraím Rosenzweig (Comunidad Sefaradí), Eduardo Waingortin (Círculo de Santiago), Alejandro Bloch (NBI) y Schmuel Sztainhendler (Beit Emunah), quienes, unidos en un mismo espíritu, elevaron sus voces para bendecir a Israel y su Pueblo, y de esta forma dar inicio a una jornada marcada por la fe, la memoria y la unidad comunitaria.

Palabras de bienvenida

En la apertura, Mery Nachari, presidenta de la Comunidad Sefaradí, destacó:

“Durante muchos años esta actividad fue impulsada y encabezada por la Comunidad Sefaradí y Wizo Chile. Y desde hace tres años, con gran orgullo, hemos transformado esta iniciativa en una instancia intercomunitaria, que hoy reúne a múltiples comunidades en un mismo espíritu de unidad.”

Por su parte, Evelyn Schatloff, presidenta de Wizo Chile, subrayó:

“Lo que comenzó como un esfuerzo conjunto entre dos instituciones, se ha convertido en una verdadera conmemoración intercomunitaria, donde la diversidad se abraza y se celebra. Aquí no existen fronteras ni etiquetas, sino un objetivo común: destacar el rol fundamental de nuestras mujeres, reconocer sus aportes y agradecer la riqueza que cada una entrega desde su lugar, desde su espacio y desde su historia.”

Charla central

El eje principal de la jornada fue la conferencia “Conecta con tu propósito”, dictada por la abogada y conferencista Sharoni Rosenberg, quien inspiró a los asistentes con su visión sobre el propósito personal y colectivo. A su intervención se sumó María del Pilar Cruz, autora y especialista en temas de mujeres de tercera edad, aportando una mirada complementaria y enriquecedora.



Reconocimientos

Uno de los momentos más emotivos fue la entrega de reconocimientos sorpresa, a mujeres elegidas por las instituciones organizadoras como ejemplo de valor comunitario:

Taubá Muller: impulsora del proyecto “chilenos por los secuestrados”, que mantuvo viva la memoria y exigencia de justicia por los secuestrados del 7 de octubre de 2023. Su compromiso y disposición permanente la convierten en un ejemplo de entrega y solidaridad.

Ely Rothfeld: jueza de reconocida trayectoria, fundadora del voluntariado Contigo en el Mercaz, transformado en la Fundación Comedor Solidario. Su liderazgo visionario y humano ha sembrado conciencia y esperanza.

Olga Báscoli: profesora del Instituto Hebreo y rescatista de Hatzallah, siempre presente en actividades comunitarias y lista para brindar primeros auxilios. Su vocación de servicio refleja una admirable entrega.

Sarah Russo: participante activa en múltiples iniciativas comunitarias, con especial compromiso hacia la educación judía a través de Fobeju. Su constancia la ha convertido en un pilar de la vida comunitaria.

Además, las mujeres que participaron en la organización de esta actividad quisieron recono-



cer a Mery Nachari, presidenta del directorio de la Comunidad Sefaradí, en agradecimiento a su esfuerzo sostenido por impulsar y consolidar esta conmemoración intercomunitaria.

Cierre

La jornada culminó con un espectáculo musical a cargo de María José Lechuga y Sandra Verdugo, quienes hicieron cantar y bailar a los asistentes con un repertorio de éxitos de los años '80 y '90, junto con tradicionales joras judías. Su presentación no solo aportó alegría y energía, sino que también simbolizó la celebración de la vida, la unión y la esperanza compartida entre las comunidades.

Este cierre festivo reflejó el espíritu de la Conmemoración Intercomunitaria del Día de la Mujer 2026: un encuentro que combinó reflexión, reconocimiento y celebración, y que reafirmó el compromiso de las instituciones participantes por seguir trabajando juntas en la construcción de un futuro más justo, inclusivo y solidario.

La fuerza de las mujeres homenajeadas, las palabras inspiradoras de las líderes comunitarias y la participación activa de todas las instituciones organizadoras dejaron en claro que esta conmemoración es mucho más que un evento: es un símbolo de unidad y un legado que seguirá creciendo año tras año.

VIDEO RESUMEN EN SHORTS DE YOUTUBE
@comunidadsefaradidechile6973



Estimados Socios y Miembros,

Por medio de la presente, se convoca a todos los Socios y Miembros de la Comunidad Israelita Sefaradí de Chile a participar en la Asamblea General Ordinaria y en la Asamblea General Extraordinaria, que se llevarán a cabo en primera y segunda citación de acuerdo con lo expuesto más adelante:

Orden del Día:

1. **Asamblea General Extraordinaria:**
 - o Ratificar formación Fundación.
 - o Modificación Estatutos
2. **Asamblea General Ordinaria:**
 - o Presentación de la cuenta del periodo por parte de presidenta.
 - o Aprobación del Balance y Memoria correspondiente.
 - o Elección de miembros del Directorio.
 - o Varios

Primera citación

Asamblea General Extraordinaria Socios jueves 26 de marzo 2026, 18:00 Hrs. Comunidad Israelita Sefaradí Chile, Av. Las Condes 8361, Santiago

Asamblea General Ordinaria de socios jueves 26 de marzo 2026, 18:30 Hrs Comunidad Israelita Sefaradí Chile, Av. Las Condes 8361, Santiago

Segunda citación

Asamblea General Extraordinaria de socios, domingo 29 de marzo 2026, 10.30 Hrs. Comunidad Israelita Sefaradí Chile, Av. Las Condes 8361, Santiago

Asamblea General Ordinaria de socios, domingo 29 de marzo 2026, 11.00 Hrs. Comunidad Israelita Sefaradí Chile, Av. Las Condes 8361, Santiago

De acuerdo con el Artículo Décimo Primero de nuestros Estatutos, esta citación se realiza con un aviso previo de al menos 25 días mínimos. Se recuerda que solo podrán votar aquellos Socios que tengan sus cuotas al día, conforme a lo estipulado en el Reglamento de Elecciones:

ARTICULO 1° Tendrán derecho a voto todos los socios que se encuentran al día en sus cuotas. Para estos efectos, se entenderá que se encuentran con sus cuotas al día aquellos socios que hubieren pagado, en fecha no posterior a los 15 días corridos anteriores a la Asamblea, la totalidad de sus cuotas sociales vencidas al indicado día 60 antes de la Asamblea. Los socios que no se encuentren con sus cuotas sociales al día podrán asistir a las Asambleas Generales, aunque sin derecho a voto”.

Es fundamental la asistencia de todos, ya que las decisiones que se tomen impactarán en el futuro de nuestra comunidad.

Sin otro particular, saludamos atentamente.



Mery Nachari Galvani
Presidente

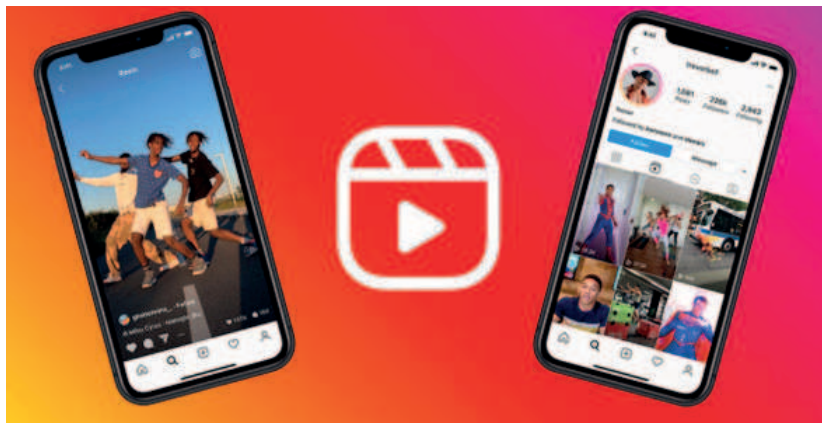


Marcelo Teller Benquis
Secretario General



Saúl Leder Toporovich
Gerente General

EL ESPEJISMO DEL INFINITO:



¿POR QUÉ NOS CUESTA DETENERNOS?

Es un gesto mínimo, el dedo se desliza hacia arriba y aparece algo nuevo: una noticia, un video, una opinión, una imagen, después otra, y otra más. No hay última página, no hay un cierre natural. Solo una promesa silenciosa: lo siguiente podría ser mejor.

Vivimos en la era del contenido interminable. Plataformas como Instagram, Tik Tok y X, han desarrollado un diseño conocido como "scroll infinito": el flujo constante de estímulos que se renueva sin fin a medida que el usuario se desplaza, pero lo verdaderamente infinito no es el contenido "Es la sensación de que nunca se agota", y ahí comienza el espejismo. Esto también ocurre con los Inteligencias Artificiales (IA), hacemos una pregunta, y siempre al final nos sugiere algo más, ejemplo: si quieres puedo comentarte...las IA utilizan el mismo diseño infinito, pero de una manera más sutil.

La arquitectura de una ilusión

Durante siglos, la experiencia humana estuvo estructurada por límites claros. El libro tenía una última página. El diario se terminaba de leer. La programación televisiva concluía a cierta hora, incluso la conversación tenía pausas, pero el entorno digital ha eliminado esas fronteras. No hay señal externa que indique que es momento de detenerse. El flujo continúa mientras nosotros continuemos. Esto obviamente no es causal, las plataformas lo diseñaron y lo explotan. Eliminar el punto de cierre aumenta el tiempo de permanencia. Pero desde la neurobiología, la consecuencia es más profunda: nuestro cerebro necesita límites para regularse. Sin límites externos, la autorregulación depende exclusivamente de nosotros, y eso no siempre es sencillo.

Dopamina: la promesa antes que el placer

Existe la idea que las redes sociales "nos producen placer" porque liberan dopamina. Pero la dopamina no es exactamente el neurotransmisor del placer. Es el neurotransmisor de la anticipación. Se activa ante la posibilidad de una recompensa, de un premio, de algo sabroso, de un placer que podría llegar. Cada vez que deslizamos el dedo, el cerebro interpreta: "Tal vez lo próximo sea interesante", y por cierto no sabemos qué aparecerá. Esa incertidumbre es crucial. Se trata del sistema de recompensa en acción: la misma lógica que sostiene a las máquinas en el casino de juegos. Cuando la recompensa es impredecible, el circuito de la dopamina responde con mayor intensidad. No por lo que recibimos, sino por la expectativa. El contenido incluso puede ser trivial, pero la promesa de que podría no serlo mantiene el movimiento. Por lo tanto, el infinito no está en lo que vemos, sino en la anticipación, en ese vacío que tal vez se llene con algo atractivo, interesante, sorprendente, y eventualmente excitante.

El cerebro primitivo en un entorno nuevo

El sistema límbico, que es una de las partes más antiguas evolutivamente del cerebro, está diseñado para detectar novedad y relevancia. Durante miles de años, esa sensibilidad fue adaptativa: un estímulo inesperado podía significar amenaza o alimento. Hoy, esa misma circuitería neuronal es capturada por notificaciones, videos breves y cambios constantes de estímulo. Mientras tanto, la corteza prefrontal, la corteza cerebral más



reciente y más humana, que es responsable de la planificación y el control inhibitorio, es decir de detenerse, debe trabajar mucho para decidir cuándo hacerlo. Y esto colisiona con un

entorno que está diseñado para estimular el impulso, no la pausa. No es que estemos perdiendo capacidad cognitiva o reflexiva real. Es que la balanza entre impulso y regulación en la vida moderna o postmoderna se inclina permanentemente hacia la estimulación, y el resultado es una mente en alerta continua por estímulos que no exigen una respuesta para la supervivencia.

La desaparición del vacío y del ocio

Hay otro efecto más silencioso. Durante gran parte de la historia humana, el aburrimiento era inevitable. Esperar, caminar, estar en silencio. Esos momentos aparentemente improductivos activaban redes o circuitos cerebrales asociados a la reflexión y a la consolidación de la memoria. Esta es la llamada “red por defecto” que se activa cuando no estamos enfocados en tareas externas. En ese estado emergen recuerdos, asociaciones creativas, elaboración emocional. El desplazamiento constante o infinito digital elimina esos espacios. No dejamos que la mente vanguardie, navegue por nuestra memoria y experiencias. La interrumpimos antes de que lo haga, y por lo tanto el espejismo del infinito no solo captura la atención, sino que coloniza el silencio.

¿Estamos ante una nueva forma de adicción?

El desplazamiento interminable comparte características con las conductas adictivas: recompensa variable, dificultad para detenerse, interferencia con otras actividades, sensación de “solo uno más”, y esto se produce ya que habitamos un ambiente que ha sido diseñado para explotar las vulnerabilidades atencionales normales. El cerebro humano no evolucionó para procesar estímulos infinitos. Evolucionó para entornos con escasez de información, no con sobreabundancia de ella. Entonces el problema no es la existencia del contenido, es la ausencia de fin.

Atención fragmentada

Hay una consecuencia menos evidente pero significativa: la fragmentación de la experiencia. En pocos minutos podemos pasar de una tragedia global a un chiste o meme local, de un debate político intenso a una imagen íntima. El cerebro cambia de contexto constantemente, sin tiempo suficiente para integrar. La atención sostenida es crítica, ya que permite profundidad. En cambio, esta atención fragmentada que va encontrando trozos de experiencia en el camino, solo favorece “la reacción”. Una cultura basada en estímulos breves dificulta la reflexión serena y prolongada, y sin ella, la experiencia pierde profundidad.

¿Cuánta libertad tenemos?

Aquí entonces surge una pregunta incómoda. Si el entorno digital está optimizado para capturar nuestra atención, si la anticipación dopaminérgica se activa automáticamente ante la novedad, ¿cuánto de nuestra conducta es elección consciente? La neurociencia muestra que muchos procesos de toma de decisión comienzan antes de que seamos plenamente conscientes de ellos. El impulso de seguir desplazándose puede anteceder a la justificación racional de porque seguimos pegados al Smartphone. La buena noticia es que la corteza prefrontal es plástica, es decir que la atención puede entrenarse, la pausa puede practicarse, y así la libertad no desaparece.

Recuperar el límite

El desafío por cierto no es demonizar la tecnología, sino reintroducir límites deliberados. Establecer tiempos definidos. Desactivar notificaciones innecesarias. Permitir espacios de vacío, espacios de ocio. El cerebro humano es finito, la capacidad atencional es limitada, y la vida sabemos bien que no es infinita. El contenido, en cambio, sí puede parecerlo, pero el infinito que vemos en la pantalla es una ilusión, no es abundancia real, es un flujo diseñado para no detenerse. El espejismo consiste en creer que el siguiente estímulo finalmente será más atractivo, y nos dejará por fin satisfechos, sin embargo, esa sensación de plenitud nunca llega, porque lo que buscamos no es el próximo contenido, buscamos sentido, significado, y eso no se encuentra deslizando el dedo, se encuentra deteniéndose.



SEFARADÍ
EN ACCIÓN

Actividades de nuestra comunidad

BARUJ DAYAN HAEMET

El miércoles 11 - en el cementerio 2-, el rabino Zang ofició en los funerales de la Sra. Tita Rosa Ester Colodro Hadjes (Z.L.). Reciban nuestras sinceras condolencias sus hijos Daniela, Andrés y Alejandro Márquez Colodro, sus hermanos, Rebeca, Marco y Oro Colodro Hadjes, sus 7 nietos, familiares y amigos cercanos. **Min Hashamaim Tenujamu.**

KABALAT SHABALAT

Te esperamos para compartir en familia Kabalat Shabat a las 19.00 hrs.

SHAJARIT de SHABAT

Mañana sábado 14 de marzo a las 09:00 am te esperamos en nuestra sinagoga en el servicio de Shajarit. Posteriormente, participa del kidush con los interesantes comentarios de la parashá. En caso de no poder asistir, te recomendamos tomar en casa el Sidur y conectarte con D'os, podrás realizar las lecturas y meditaciones personales.

TEFILOT de Shajarit y Estudios

Los lunes y jueves a las 09:00 am, acompáñanos en nuestros rezos matinales, donde nos ponemos tefilin y luego estudiamos parashat hashavúa (lunes) y Haftará (jueves). Sobre todo, si tienes que recordar- por aniversario- a algún ser amado. ¡Juntos somos más!

BAR MITZVÁ

Mañana en el servicio de Shajarit de Shabat, realizará su ceremonia el joven Emiliano Fuenzalida Petro. Reciban nuestras sinceras felicitaciones sus padres Cori y Javier y sus hermanos Santi y Sofí. Quedan todos invitados a acompañar a Emiliano.

ÁRBOL DE LA VIDA

Significativo y tradicional símbolo dentro del judaísmo. Si deseas dejar plasmado en sus hojas el recuerdo de algún ser amado, hazlo saber en secretaria.



TALMUD Torá

Si tus hijos, nietos o sobrinos están en edad de realizar su ceremonia de Bar (t) Mitzvá durante los años 2026/27, ven a conversar con nuestros rabanim, para así inscribirlos en las dinámicas clases junto a los jóvenes morim Jonathan y Federico Zang. Para inscripciones contactarse con la secretaria de la comunidad.

APRENDIENDO HEBREO con Luz Perelman

Desde ahora comenzaremos a aprender palabras y frases básicas del idioma hebreo, que de seguro nos serán de gran ayuda.

Guitarra: Gitara Batería: Tupim
Piano: Psanter Violín: Kinor
Flauta: Khalit

ALMORZANDO con el Rab Zang

Retornaron los educativos, sabrosos y entretenidos almuerzos, donde el menú principal, es sin duda, el apasionante ESTUDIO DE LA TORA. Insíbete y disfruta el agradable momento que te ofrecemos a la hora de almuerzo, cada jueves a partir de las 13:30 hrs en la cafetería del EIM, donde solo pagas tu comida. ¡Te esperamos!



EN ABRIL SE VIENE PESAJ

Tiempo de libertad y memoria. Muy pronto nos reuniremos en torno a la mesa del Seder, para revivir nuestra historia y renovar el compromiso de libertad. Que esta celebración nos encuentre unidos, agradecidos y con la alegría de compartir tradición y futuro en la comunidad.

DIA DE LA MUJER INTERCOMUNITARIA

Agradecemos a quienes participaron de esta conmemoración. Tanto las galardonadas y las invitadas como el ishuv que se hizo presente el pasado domingo, coincidieron en que la actividad intercomunitaria fue un espacio de encuentro, aprendizaje, reconocimiento y unidad, que fortaleció los lazos y dejó en todos, la certeza que juntos seguimos construyendo memoria y esperanza.

ENCUENTRO EN ISRAEL



Daniel Colodro, socio de la Comunidad Sefaradí que hizo aliá y hoy vive en Haifa, se encontro con Alfredo Mizraji, presidente de la Comunidad Judía. Un momento de cercanía que refleja cómo los lazos de nuestra comunidad siguen presentes, tanto en Chile como en Israel.

SAVE THE DATE

PESAJ

SEDER COMUNITARIO

JUEVES 2 ABRIL
20:00 hrs.



COMUNIDAD
SEFARADÍ
DE CHILE



¡RESERVA TU MESA HOY!

 +56 9 7247 8600

 +56 9 5850 4541

eventos@sefaradies.cl

Cupos limitados



COMUNICADO



Estimados socios y amigos:
Les informamos que actualmente se están llevando a cabo trabajos de construcción en nuestro Cementerio Israelita Sefaradí N°2 (Calle La Unión 831).

Agradecemos sinceramente su comprensión y paciencia durante este período. Estamos comprometidos a realizar esta obra de manera responsable, procurando minimizar al máximo las molestias que puedan generarse.

Agradecemos su apoyo.



CONSTRUCCIÓN Y RECONSTRUCCIÓN DE LÁPIDAS

Honramos la memoria de sus seres queridos con **respeto, dignidad y compromiso**, creando lápidas que reflejen el legado y los valores de cada familia, siempre con un acompañamiento cercano, para asegurar que cada detalle deseado sea especial y significativo para su familia.

Nuestros servicios incluyen:

- Revestimientos: Mármol, Granito, Cuarzo, Piedra, Fulget y piezas masisas.
- Diseñamos lápidas individuales y dobles.
- Grabados de textos en Láser y a mano.
- Accesorios: Jai, Maguen David, Mosaicos.
- Trabajos exclusivos en cementerios Ashkenazí y Sefaradí.

Consultas y presupuestos:

 **Celular**
 **WhatsApp +569 7760 9990**



COMUNITARIAS

DICHOS EN LADINO por julia Pesaj

Si te sabes algún dicho en djudeoespañol, sería fantástico si lo mandas a sefaradies@sefaradies.cl, sección Dichos en Ladino de revista Jadashot, para así nosotros publicarlo. ¡Juntos aprendemos más!

"Gato escaldado fuye del agua fría"
(por temor a lo sufrido, se vuelve precavido).

DIAS INTERNACIONALES

Esta semana se conmemoraron los días internacionales de: Cereales, Oficiales de Policía Caídos, Datos Abiertos, Mujer, Juezas, Víctimas del Terrorismo, Fontanería, Riñón, Glaucoma, Censura en Internet, Sueño, Matemáticas, Acción por los Ríos, Número Pi... entre muchos otros.

¡SOCIABILIDAD Y BIENESTAR

Área encargada de brindar apoyo y soporte a nuestros socios, que en ocasiones se ven enfrentados por momentos difíciles de sobrellevar, como también de entregar afecto y dulzura en momentos de felicidad. Contactarse con Saúl Leder, gerente de la comunidad.

REFUÁ SHLEIMA

Si sabes de amigos o conoces a personas que se encuentren delicadas de salud y/o internadas en algún centro médico, llámanos o hazlo saber prontamente; de este modo, nuestros rabinos Zang y Rosenzweig podrán visitarlos, además de rogar al Todopoderoso, por la pronta sanación de su cuerpo.

REFUOT

Cada Shabat, recordamos a nuestros seres queridos que están delicados de salud, pidiendo al Todopoderoso por su pronta mejoría. Invitamos a los familiares y amigos de las personas que están atravesando problemas de salud, a venir a nuestros servicios de los viernes o sábados, para así entre todos, realizar la petición de Refua Shleimá. ¡Juntos somos más!

CORO SEFARAD

Grupo coral que cultiva un amplio registro musical, que va desde las kantikas tradicionales sefaradíes, hasta el maravilloso canto polifónico de Kol Nidrei- Invitamos a todos aquellos con algo de "oreja" y entusiasmo para la música, a acompañarlos, a partir de marzo, en estas aventuras musicales. Ensayos todos los sábados de las 16:30 a las 18:30 en la Comunidad.

EL SABER NO OCUPA ESPACIO

Nada mejor que ampliar nuestro vocabulario. Esta semana les entregamos una palabra poco conocida, que invitamos ingresarla dentro de su léxico y tal vez, algún día les será de utilidad conocerla. **BASOREXIA: Deseo abrumador, repentino e incontrolable de besar a alguien.**

Comité de DAMAS

Encargado del área Culto-Social de la comunidad. Las Damas CIS están siempre listas y dispuestas en apoyar buenas causas. Si deseas colaborar con tu presencia o apoyar en alguna de sus campañas, comunícate con Jeanette Lewandowski al +56 9 6369 7684 ¡Juntos logramos más!

BIKUR Jolim

Alentamos, acompañamos y apoyamos a nuestros socios que se encuentran delicados de salud. Invitamos a quienes deseen integrar el grupo de bikur jolim, a ponerse en contacto con nuestros rabinos Daniel Zang y Efraim Rosenzweig.

Campaña FIDEOS en apoyo a RESHET

Si deseas ayudar a lograr la meta mensual de 100 paquetes de pasta, comunícate con nosotros o ven a dejarlas a la comunidad. ¡juntos somos y hacemos más! Nota: Espirales, spaguetti, tallarines, etc.

AYUDA ESPIRITUAL

Frente a cierto tipo de ansiedades, inquietudes, angustias, intranquilidades, dudas existenciales y/o espirituales, te reconfortará comunicarte con la comunidad y solicitar hablar con nuestros rabinos, quienes seguramente te podrán guiar, para así buscar en conjunto la apropiada solución. ¡Veras que para todo existe alguna salida!



(1898 -1977)

Nació en Moscú dentro de una familia judía. Fue un agrónomo israelí y uno de los primeros miembros del movimiento sionista.

En febrero de 1917, fue reclutado en las filas del ejército del Imperio Ruso, pero desertó después de la Revolución de Octubre, por estar en desacuerdo con este régimen y se mudó a Crimea, donde pasó dos años y medio con la familia de Yonah, su vecina y novia desde la infancia.

Se casó con Yonah en 1920, luego emigraron a Eretz Israel poco después formando parte de la tercera Aliyá.

Recibió el Premio Israel de Agricultura en 1965. Después de su trabajo en el desarrollo de variedades de dátiles y su preservación.

Falleció en Israel en 1977 a edad de 78 años



**FELIZ
Cumpleaños**

MARZO

13 DAVID BONOMO CORTÉZ

14 JESSICA ABUDINEN READI

15 SEBASTIÁN ASSAEL NAHMÍAS

16 MÓNICA ALBALA CHAMUDES
ROBERTO CHAME PALACHI
EMILIO VELASQUEZ CHARNEY

17 CLAUDIO NAHMÍAS KIGUEL

18 RODOLFO KLEIN GUIÑERMAN



CHEESECAKE VEGETARIANO

INGREDIENTES

- 250 gr de galletas saladas (tipo crackers)
- 100 g de mantequilla derretida
- 400 g de queso crema
- 150 g de ricotta o queso fresco suave
- 2 huevos
- 2 cucharadas de crema de leche
- 1 cucharada de harina
- 1 berenjena en rodajas finas
- 1 zapallo italiano en rodajas finas
- 6–8 tomates secos en aceite (picados)
- 50 gr de aceitunas negras sin carozo (en rodajas)
- Hierbas mediterráneas (orégano, tomillo, albahaca fresca)
- Sal y pimienta al gusto



PREPARACIÓN

Triturar las galletas saladas y mezclar con la mantequilla. Presionar en el fondo de un molde desmontable y refrigerar.

Batir el queso crema con la ricotta, añadir los huevos, la crema y la harina. Salpimentar y agregar las hierbas frescas.

Asar la berenjena y el zapallito con un poco de aceite de oliva hasta que estén tiernos. Picar los tomates secos y las aceitunas.

Incorporar parte de las verduras al relleno y verter sobre la base. Decorar la superficie con rodajas de berenjena, zapallito y un toque de tomates secos y aceitunas.

Hornear a 170 °C durante 35–40 minutos, hasta que esté firme. Dejar enfriar y refrigerar unas horas antes de servir.



A un **click**
de Sefaradí

La imagen nos muestra restos de un misil lanzado por Irán y que cayó en una plaza en la ciudad de Tel Aviv.

JEVRA KADISHA Y CEMENTERIO

Este **Viernes 13 de Marzo** recordaremos la bendita memoria de las siguientes personas (Z"l) y les dedicaremos el Kadish de duelo el **Sábado 14 de Marzo**.

FALLECIDOS LOS ÚLTIMOS 11 MESES

Tita Rosa Ester Colodro Hadjes (Z"l)
Marcos Wisch Strauss (Z"l)
Mauricio Levy Testa (Z"l)
Rosa Hasard Behar (Z"l)
Graciela Russo Divach (Z"l)
Ester Araf Estrugo (Z"l)
Ester Benquis Ergas (Z"l)
Jorge Feldman Matarasso (Z"l)
Sofia Heller Cohen (Z"l)
Ester Fortunkevitz Simonetti (Z"l)

Enrique Ergas Ergas (Z"l)
Jaime Cazés Alaluf (Z"l)
Nissim Paz Tchimino (Z"l)
David Alvo Colodro (Z"l)
David Baitelman Spector (Z"l)
Ignacio Isaac Telias Arueste (Z"l)
Paula Israel Neiman (Z"l)
Miriam Gluzman Weinstein (Z"l)
Irene Weissmann Fernández (Z"l)
Salomón Hazan Benquis (Z"l)

Descansen sus almas en Gan Eden...

JEVRÁ KADISHÁ
Comunidad Sefaradí

En caso de sufrir la pérdida irreparable de algún ser querido, contactarse en cualquier horario con:

Mery Nachari
+56 9 9731 9549

A los siguientes Aniversarios de fallecidos entre el **25 de Adar al 2 de Nissan**.

HOMBRES

Alberto Belio Levy (Z"l)
Américo Trebitsch Hess (Z"l)
Arón Enrique Telias Telias (Z"l)
Elías Benveniste (Z"l)
Elimat Hassón Ichah (Z"l)
Fernando Faraggi C. (Z"l)
Isaac Benado (Z"l)
Isaac Pérez Fresco (Z"l)
Jacob Soria Avi (Z"l)
Jana Permut Grimblatt (Z"l)
José Alberto De Mayo Alvo (Z"l)
José Hodara Yahya (Z"l)
Lázaro Arensburg S. (Z"l)
Manfred Hebel Gottlieb (Z"l)

Marcos Shapira Gelman (Z"l)
Mauricio Bitrán Mizraji (Z"l)
Moisés Benquis Taragan (Z"l)
Ricardo Strauss Fischer (Z"l)
Salvador Misraji Koen (Z"l)
Samuel Israel R. (Z"l)
Vitalis Hadjes Ergas (Z"l)

MUJERES

Alegre Camhi Ergas (Z"l)
Ana Palombita Levy Camhi
Andrea Nudman Miguel (Z"l)
Antonia Foncea Bitrán (Z"l)
Berta Asael de Covo (Z"l)
Clara Scherman Piosck (Z"l)
Elisabeth K. de Uziel (Z"l)
Jenny Camhi De Mayo (Z"l)
Judith Ergas Friedman (Z"l)
Matilde Ventura Mordoh (Z"l)
Mery Ventura Mordoh (Z"l)
Presia Navón Calderón (Z"l)
Rebeca Cañas Leiva (Z"l)
Rebeca Mordoh Benquis (Z"l)

El próximo **Viernes 20 de Marzo** recordaremos la bendita memoria de las siguientes personas (Z"l) y les dedicaremos el Kadish de duelo el **Sábado de 21 Marzo - 3 al 9 de Nissan**.

HOMBRES

Abraham Dueñas Strugo (Z"l)
Elías Labi Bouchara (Z"l)
Henry Levy Faraggi (Z"l)
Israelito Jacard Nahtan (Z"l)
Jacob Asriel D. (Z"l)
Jacob Israel Miles (Z"l)
Jacobo Nahmías Camhi (Z"l)
James Lewandowski Kasper (Z"l)
José Alvo Abuaf (Z"l)
León Kucky Lerner (Z"l)
Marcel Cassorla Ergas (Z"l)
Marcos Sabah Notrica (Z"l)
Miguel Gewerc Rosenberg (Z"l)
Miguel Teller Soria (Z"l)
Moisés Benadretti Carmona (Z"l)
Mordo Dinar Farji (Z"l)
Nissim Yojay Taragano (Z"l)
Pablo Mandler Blank (Z"l)
Raúl Sescovich Abramson (Z"l)
Sabetay Mizrahi Behar (Z"l)

Salomón Altalef Curiel (Z"l)
Selmo Cohen Cohen (Z"l)
Sprincie Morgenstern (Z"l)
Teodoro Levy Arueste (Z"l)
Víctor Nachari Misistrano (Z"l)

MUJERES

Amelia Hernández Cañas (Z"l)
Carmela Astorga Riego (Z"l)
Elisa Misrahi Magriso (Z"l)
Esperanza Aroesti Talvi (Z"l)
Juana Grimberg de Suárez (Z"l)
Julia Barki (Z"l)
Lilian Jacobs de Chilcovsky (Z"l)
Lunita Levy T. (Z"l)
Matilde Camhi de Levy (Z"l)
Mireya Weinstein Berestesky (Z"l)
Paulina Becker (Z"l)
Raquel Rabinovici Djimino (Z"l)
Rosa Benadretti Cohen (Z"l)

CEMENTERIO

Para consultas, inquietudes o sugerencias referentes al Cementerio contactar a:

Moisés Hazán Camhi
9 9232 1453
2 2212 0345

MARZO
19 - 31
ROSH JODESH NISAN

Horarios de visita:
CEMENTERIO

De lunes a jueves:
10:00 a 17:00 hrs.

Viernes:
10:00 a 16:00 hrs.

Domingos
NO festivos en luaj
10:00 a 16:00 hrs.

TALLER DE HISTORIA Y ACTUALIDAD

HERMANOS GORING

Familia con luces y sombras



CLAUDIO LANIS POLLAK
Diplomado en historia contemporánea y relaciones internacionales.
Magister en Estudios Políticos.
Magister en filosofía aplicada

MARTES 17

MARZO | 19:00 HRS.

Inscripciones: eventos@sefaradies.cl

SERIE 3000
Socios Comunidad Sefaradí: GRATIS

"Gracias a tu donación, construimos un futuro sustentable"



COMUNIDAD SEFARADÍ DE CHILE

EDICTO DE GRANADA

De la Península Ibérica al Imperio Otomano

Claudio Lanis

Charla: "Historia y vivencias de los Sefaradies en el Imperio Otomano".

Coro Sefarad

Instituto Hebreo

31 marzo
19:00 hrs.

Inscríbete en el formulario para asistir



Sultán Bayezid II



COMUNIDAD SEFARADÍ DE CHILE

SAVE THE DATE

PESAJ

SEDER COMUNITARIO

JUEVES 2 ABRIL
20:00 hrs.



COMUNIDAD SEFARADÍ DE CHILE

¡RESERVA TU MESA HOY!

+56 9 7247 8600

+56 9 5850 4541

eventos@sefaradies.cl

Cupos limitados



UNA NUEVA KEHILÁ SEFARADÍ EMERGE.



COMUNIDAD SEFARADÍ DE CHILE



Tradición, unión y futuro en nuestra nueva sede.

Juntos levantemos un proyecto que será legado para las próximas generaciones.



Sé parte del futuro: una sede moderna para una comunidad con raíces y visión.



Dona hoy y construyamos juntos la nueva casa de nuestra Comunidad Sefaradí.

FUNDACION
Lev

