La mujer, tan influyente en la formación de los valores y actitudes de su familia, trae las bendiciones en su casa a través de esta mitzvá e inspira la fe en Di-s en aquéllos alrededor suyo. Esta mitzvá es símbolo de toda la práctica cuidar kashrut–en la cual la mujer de la casa juega un rol crucial–dando énfasis en elevar lo físico y mundano al reino de la santidad.

Las mujeres judías tradicionalmente han cocinado sus propias jalot, en preparación para el Shabat, valorando la oportunidad de realizar esta mitzvá tan especial.

Cuando el pueblo judío entró a la tierra de Israel, se le ordenó dar a los *Cohanim,* la tribu sacerdotal que servía en el Santo Templo, la "jalá" —una porción que debía ser separada de la masa cada vez que se horneaba pan.

Además de su función práctica como un regalo al Cohen, la mitzvá de "separar Jalá" tiene un profundo mensaje espiritual. La Jalá es la porción de Divinidad en nuestro pan, en nuestra vida. A través de Jala demostramos nuestra creencia de que todo nuestro sustento proviene directamente de la mano de Di-s. No podemos utilizar la masa a menos que hayamos separado Jalá, de la misma forma que una porción de nuestros ingresos debe ser reservada para caridad.

La Torá se refiere a Jalá como *reishit* —lo primero y lo mejor —de la masa. Así, también, nuestro servicio espiritual puede ocupar solamente una pequeña porción de nuestras vidas, en cantidad, pero debe ser "la primeras y la mejor", a la cual le dedicamos los primeros momentos de nuestro día, nuestras energías más renovadas, y nuestros más aguzados talentos.

Extraído de chabad.org