

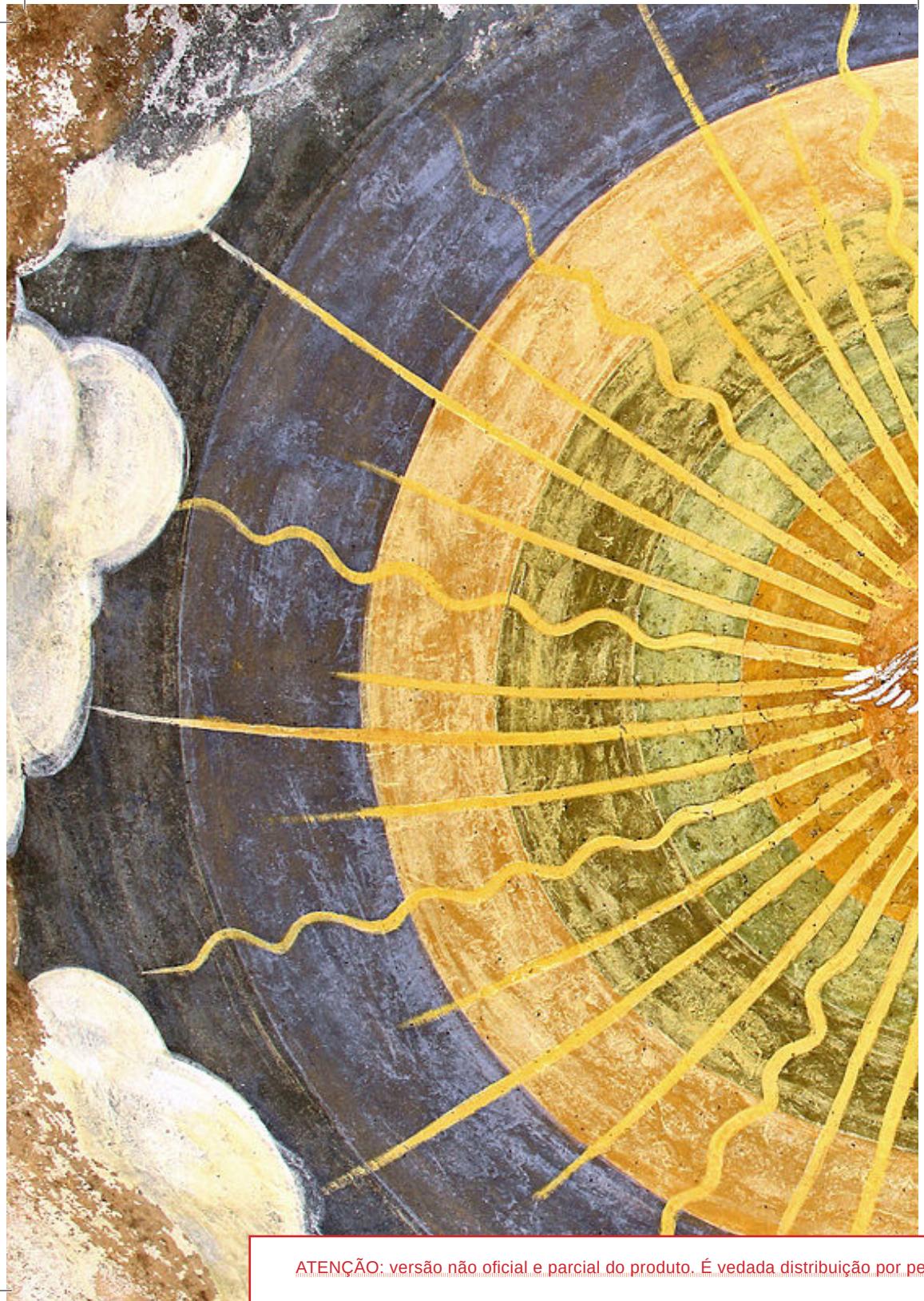
UM SHABAT PARA TODOS



Sidur de Kabalat Shabat Cultural Humanista
do Movimento Juvenil Habonim Dror



para pessoas não envolvidas no projeto e, para pessoas sem envolvimento com o projeto.



ATENÇÃO: versão não oficial e parcial do produto. É vedada distribuição por pessoas.

Sumário

agradecimentos	5	brachot humanistas para a chalá	77
introdução	6	brachá de agradecimento final	80
com quem utilizar este Sidur	9	canções modernas em hebraico	82
como utilizar este sidur	10		
canções iniciais	1		
o acendimento das velas	2		
quem acende as velas	17		
o tapar dos olhos	19		
o movimento das mãos	20		
a brachot para o acendimento das velas	20		
Birkat HaNerot - bênção das velas	22		
Birkat HaNerot - bênção das velas	22		
Birkat HaNerot - bênção das velas	24		
Birkat HaNerot - bênção das velas	25		
Birkat HaNerot - bênção das velas	26		
Birkat HaNerot - bênção das velas	27		
Birkat HaNerot - bênção das velas	28		
recebendo o Shabat	28		
brachá de boas-vindas Kibbutz Mishmarot	29		
Iedid nefesh	29		
Lechá Dodi	30		
os salmos adaptados	32		
os salmos adaptados	36		
Maariv - oração da noite	38		
Kadish dos enlutados	38		
proposta humanista para o Kadish	54		
músicas e reflexões sobre o luto	56		
A Bênção das Crianças	60		
Birkat Habanim - a bênção dos filhos	66		
Birkat Habanot - A bênção das filhas	68		
Kidush, vinho e chalá	70		
outras brachot humanistas para o vinho	72		
	74		

apoio

Agência Judaica para Israel;

Departamento de Diáspora da Organização Sionista Mundial



הסוכנות היהודית
לארץ
ישראל
AGÊNCIA JUDAICA
PARA ISRAEL

Cada um de nós, juntos.



הרשות הציונית העולמית
World Zionist Organization
ה מִחְלָקָה לְתַפּוֹצָה
Department of Diaspora Affairs

coordenação geral

Felipe Kaufman Gorodovitsw v



agradecimentos

participaram da elaboração deste Sidur

Alan Garber

Bruno Pels Aizman

Esther Zolfan Vizzone

Dan Griner Taublib

Danilo Bines

Helena Jablonsky Herson

Itay Peceniski

Leonardo Mayer Fontenelle

Luana Papelbaum Micmacher

Luiz Bines

Leonardo Ávila Litvin

Lucca Zalcbergas

Natasha Nigri

Renata Kibrit

Tabata Berberian Szachnowicz

introdução

O Judaísmo Cultural Humanista é uma vertente secular do judaísmo, existente há mais de uma centena de anos. Nos últimos tempos, foram ordenados rabinos laicos, foram instituídas formas de festejos não religiosas, e cada vez mais se difunde o modelo de identificação com o judaísmo pelo viés cultural. No entanto, nada disso é tão recente como parece: os kibutzim, por exemplo, já realizavam bnei/bnot-mitzva, chaguim e outras cerimônias de forma não religiosa há muitos anos. Essa forma de vivência judaica é tão antiga como qualquer uma das correntes existentes no judaísmo atual, todas fruto da modernidade. O Habonim Dror Brasil, entendendo a si mesmo como um representante do judaísmo cultural humanista no país, tem a honra de apresentar o primeiro sidur de Kabalat Shabat humanista da história da comunidade judaica brasileira.

“Não foram os judeus que guardaram o Shabat, mas sim o Shabat que guardou o povo judeu”. Esta frase, do pensador sionista Ahad Há'am, define a relação do povo judeu com seu dia especial. Dar um significado ao Shabat ao longo de dois mil anos nos diferenciou das civilizações nas quais nos encontrávamos em minoria. A relação do povo judeu com o Shabat é única, e se difere significativamente da relação de outros povos e culturas com seus dias santos. Os judeus sempre possuíram uma série de práticas civis a serem realizadas especificamente no Shabat, que determinaria que a semana fosse vivida em função deste dia. O Shabat representava o para quê viver.

Se recorrermos à história, veremos que a importância do Shabat é ainda mais relevante para toda a história da humanidade. O Shabat representa, possivelmente, a primeira lei trabalhista da história. Os judeus eram um povo que não apenas se davam o direito de não trabalhar um dia por semana, como tinham proibido obrigar a seus escravos e animais a trabalhar neste dia especial. Nem mesmo sua terra poderia ser arada durante o Shabat, pois esta também necessitaria de descanso. Nada mais adequado ao movimento Habonim Dror, que surgiu no seio do movimento sionista socialista, que prega até hoje um Estado judeu igualitário para seus cidadãos, sem diferenças sociais e com respeito aos nossos semelhantes. O nosso Shabat é o Shabat dos trabalhadores, que combate a opressão e que valoriza o ser humano—por isso, humanista.

Nossa cerimônia de Kabalat Shabat não é, de forma alguma, anti-religiosa. A corrente cultural humanista entende a religião judaica como um elemento de suma importância na cultura judaica, e não só não a despreza, como a partir dela aprende, e com ela constrói em conjunto. O divino, no nosso Shabat, é uma perspectiva privada: há os que creem e os que não creem. Nada é proibido, nem nada é obrigatório. Nossa senso comum é que, independente da crença no Todo Poderoso, é o ser humano quem tem o livre arbítrio para construir o mundo onde vive. Cabe ao homem e à mulher transformar a natureza, com o objetivo de criar um ambiente justo e harmonioso. A responsabilidade é nossa, queiramos ou não.



[pessoas não envolvidas no projeto e, para pessoas sem envolvimento com o projeto.](#)



Para finalizar, o nosso Shabat dá ênfase ao sionismo e ao Estado de Israel, indiscutivelmente a maior conquista do povo judeu nos últimos dois mil anos. O Estado de Israel representa a autodeterminação judaica, a grande experiência de emancipação dos judeus ao longo da história. Elementos da cultura israelense serão vistos ao longo deste sidur, como canções, poesias e referências. O idioma hebraico será utilizado com frequência, pois é um de nossos elos de ligação com o movimento sionista. O sionismo representa a encarnação do espírito humanista secular judaico, o surgimento do novo hebreu nos primeiros anos do século XX e segue sendo a inspiração de nossos chaverim. Somente a partir do sionismo poderia surgir uma vertente secular exitosa do judaísmo. Foi necessário criar um novo homem judeu, uma nova mulher judia, para emancipar-se para sempre do estigma perseguido e derrotado que nos puseram os nossos algozes ao longo da história.

Mas nós estamos aqui, mais distantes do que nunca do desaparecimento. Reconstruindo o nosso Shabat, produzindo cultura judaica para todos os gostos, e reafirmando a nossa posição. Nós somos judeus principalmente porque escolhemos ser judeus, e cantaremos e nos emocionaremos a cada Kabalat Shabat e a cada manifestação cultural judaica. Porque Shabat é liberdade, é o dia que estamos livres das amarras das obrigações cotidianas. É o dia que podemos escolher o que queremos fazer. E nós escolhemos - também - santificar o Shabat e o ser humano, dono da sua própria liberdade. Porque assim decidimos ser. E, desta maneira, abençoamos o Shabat.

Ale Ve'agshem
João Koatz Miragaya

com quem utilizar este Sidur

o Minián

Em qualquer cerimônia ou serviço litúrgico judaico realizado em congregação, é necessário que haja um minián, ou seja, que haja um mínimo de 10 pessoas adultas presentes, para que se possa iniciar a oração. O número tem origem na Torá, na história de Sodoma e Gomorra. Diante do desejo divino de eliminar as duas cidades devido à má conduta da população, Avraham negocia com Deus para que não as destruísse caso ele conseguisse encontrar ali pessoas justas. O número vai abaixando, até chegar a um mínimo de 10 tzadikim (justos) para que as duas cidades se mantivessem de pé.

Ao contrário do que poderia parecer intuitivo, a palavra minián não significa algo como “mínimo”, ou quem sabe “dez”. O termo significa literalmente “contagem”, cuja raiz vem do verbo limnot, contar. Analisando pelo ponto de vista da tradução, por tanto, a condição primordial para que se inicie uma tfilá é a contagem, ou minián. Isso pode ser lido como uma necessidade de se olhar em volta, perceber quem (ou quantas) são as pessoas que estão ao nosso redor, para só assim poder iniciar o serviço. O judaísmo, apesar da existência de práticas e costumes que podem ser individuais, exige que haja um coletivo. Não por acaso, o povo judeu, desde a destruição do Segundo Templo, sempre se agrupou em kehilot. A existência de comunidades judaicas foi certamente um dos fatores centrais que possibilitou a continuidade de um povo por milhares de anos, mesmo sem um território ou soberania. Que o nosso minián seja esta contagem que representa a percepção de todos que estão junto conosco, porque o nosso Kabalat Shabat só funciona assim: em grupo.

como utilizar este sidur o serviço de Kabalat Shabat

Este sidur existe para fomentar a prática do Judaísmo Cultural Humanista para o Habonim Dror e para toda a comunidade judaica no Brasil, valorizando ainda mais o marco do Shabat. O Kabalat Shabat marca a entrada do dia do descanso do povo judeu. A cultura judaica criou a primeira lei trabalhista da história, o dia que os trabalhadores descansam, e dão descanso a seus empregados, animais e a sua terra. A cerimônia tradicional de Shabat agradece a Deus por ter dado ao povo escolhido este dia sagrado, e, por isso, grande parte da cerimônia é dedicada a louvar o Eterno. O humanismo entende que o ser humano é o elemento central, e, sendo a cultura tudo o que é criado pelos humanos, o judaísmo cultural humanista visa enaltecer o que o homem e a mulher judeus criaram e criam, praticaram e praticam.

O Kabalat Shabat Humanista não precisa ser tão longo como os serviços religiosos tradicionais. Em um Kabalat Shabat se cantam vários salmos e canções tradicionais, se fazem brachot diversas, entre outras coisas, e nós podemos tanto proporcionar algo assim, como fazer algo mais reduzido. Este sidur deve funcionar como uma ferramenta para que todos que o utilizarem possam construir sua cerimônia de Shabat de uma maneira mais significativa. É válido lê-lo na íntegra, e também é válido selecionar algumas rezas, músicas ou textos que mais se adequem à proposta de quem estiver coordenando e participando do serviço de Shabat.

A estrutura do Kabalat Shabat tradicional se divide em duas partes principais, o recebimento do Shabat em si, e o serviço litúrgico noturno, chamado Maariv. Do primeiro, fazem parte os salmos, as velas e músicas que dão boas-vindas ao Shabat, como o Lecha Dodi, enquanto o segundo é composto por brachot do serviço diário que também são lidas no Shabat - Barechu, Shemá, Amidá, Aleinu - além de algumas brachot específicas do Shabat, como o VeShamru e o Kidush.

No nosso Kabalat Shabat, mantivemos esta estrutura central de iniciar dando boas-vindas e seguir com o serviço noturno. Mais especificamente, começamos com algumas canções, seguidas pelo acendimento das velas, que traz consigo muitas reflexões, e em seguida alguns salmos, músicas e brachot de recepção do Shabat. O Maariv neste sidur contém versões humanistas das principais rezas, e culmina em um Kidush ressignificado, acompanhado de diversas possibilidades de brachot para o vinho e o pão. O sidur termina com músicas modernas em hebraico, que podem ser cantadas conjuntamente de acordo com o tom que se queira dar ao Kabalat Shabat, e com textos diversos que julgamos relevante incluir no sidur, falando de judaísmo, de Shabat ou do Povo Judeu. Assim como todo o restante, os textos podem ser lidos em voz alta, mas também podem servir apenas para a reflexão silenciosa daqueles e daquelas que se interessarem por explorá-los.

O Kabalat Shabat do Habonim Dror tem como um dos seus objetivos funcionar como uma grande peulá, na qual as pessoas possam aprender, refletir e contribuir para o aprendizado dos outros. Assim, a leitura de partes do sidur pode efetivamente ser abreviada para permitir que se realize alguma discussão, haja-se palestrantes ou que se faça alguma atividade para os presentes.

Por fim, queremos frisar que o elemento mais importante do nosso Kabalat Shabat é você, que lê essas palavras agora. Nossa prática judaica é focada nas pessoas, e queremos aos poucos construir uma Kehilá humanista, uma comunidade que nos cerque. Você é nossa(o) maior convidada(o) para todos os serviços de Kabalat Shabat, e também pode levar este sidur e esta ideia para outros meios de convívio judaico, seja em casa, seja com a família ou com amigos.

Shabat Shalom
Ale Ve'Hagshem!

canções iniciais

Eifo Ori

Esta canção foi composta pelo Rabino Sherwin Wine, considerado o primeiro rabino humanista e um dos grandes responsáveis pelo desenvolvimento desta corrente judaica. Escolhemos iniciar nosso Sidur de Kabalat Shabat com um poema que fala de luz, esperança e força. A luz é um elemento central do Shabat, sejam as luzes do dia e da natureza, das velas ou aquela que está dentro de nós mesmos. Shabat também é tempo de interromper a correria do dia-a-dia, refletir sobre o mundo e sobre o futuro - é tempo de nutrir esperança. Por fim, o Shabat é um momento para olharmos para nós mesmos e também para aqueles que estão ao nosso redor, encontrando assim toda a força da qual necessitamos para seguir em frente.

איפה אורי, אורי ב'
איפה תקוותי, תקוותי ב'
איפה כוח, כוח ב'
וגם בך, גם בך

Eifo ori, ori bi
Eifo tikvati, tikvati bi
Eifo kochi, kochi bi
Vegam bach, vegam bechá

Onde está minha luz, minha luz está em mim
Onde está minha esperança, minha esperança está em mim.
Onde está minha força, minha força está em mim
E também em ti, e também em ti.

Shalom Aleichem

Rabbi Yosei Bar-Yehuda diz: dois anjos ministradores acompanham uma pessoa na noite de Shabat, da sinagoga à sua casa, um anjo bom e um anjo mau. E quando ela chega em casa e encontra uma vela acesa, a mesa posta e a cama feita, o anjo bom diz "Que seja a vontade de Deus que assim seja no próximo Shabat", e o anjo mau responde, contra sua vontade, "Amém". E se a casa da pessoa não está preparada para o Shabat dessa forma, o anjo mau diz "Que seja a vontade de Deus que assim seja no próximo Shabat", e o anjo bom responde, contra sua vontade, "Amém" - Talmud Babilônico, Shabat 119b. A partir dessa passagem do Talmud, que inspirou o cântico Shalom Aleichem, é possível perceber que os anjos aos quais saudamos, damos boas vindas, pedimos pela bênção e desejamos uma boa partida se tratam dos anjos que nos acompanham nesse caminho na noite de Shabat adentro.

De início, poderíamos supor que existe uma dicotomia entre os dois anjos do conto - um que em tese seria responsável pela manutenção de uma boa realização de Shabat, com direito a velas, a uma refeição e à cama feita, e outro que, ao invés de abençoar, amaldiçoaria o não cumpridor dos requisitos sabáticos básicos com a inércia de continuar não realizando um Shabat tal qual ele "deveria ser" nas semanas seguintes. A manutenção e a inércia, no entanto, não são preceitos festejados - no caso, cantados - pelo judaísmo, na medida em que estamos sempre em transformação. Por toda a história, a tradição judaica foi se presentificando de formas diversas, passando por pequenas e grandes mudanças.

Se toda semana acendemos as velas de Shabat, é porque acreditamos na transformação que pode vir, inclusive de uma semana para a outra. O fogo representa uma possibilidade de mudança, já que ele faz parte de processos de metamorfose, sendo ao mesmo tempo uma força de destruição e de construção. Assim sendo, a vinda dos anjos nos esconde, entre bênçãos e maldições, valores judaicos anti inerciais.

Após serem apontadas as consequências de se receber a aprovação do anjo bom, a palavra que introduz o que aconteceria caso "a casa não estivesse preparada" é a preposição "e". Isso nos abre o olhar para que a atuação desses anjos não seja excludente, mas sim complementar. A presença de uma vela acesa, uma mesa posta e uma cama feita são condições tidas como elementares para a realização do Shabat, já encontradas em casa quando a pessoa chega, o que não demonstra necessariamente um trabalho ativo. A bênção por continuar assim pelo anjo bom representa a manutenção do mínimo - que não falte o mínimo no próximo Shabat e que, principalmente, ele não deixe de ser celebrado. Para que haja a "maldição" do anjo mau, é preciso que a pessoa não esteja preparada para receber o Shabat - nesse sentido, receber o Shabat torna-se um processo ativo e de constante necessidade de reinvenção do sujeito em questão - e sem estar totalmente completa para receber o Shabat, na próxima semana assim continuará, para que nunca deixe de mudar e melhorar.

Essa maldição torna-se, portanto, uma bênção, na medida em que não existe uma plenitude humana para receber o Shabat - nem para realizar qualquer ato humano. Nunca estamos completamente prontas ou prontos para um processo.

Vamos nos transformando e nos construindo junto a ele. Assim, não existe uma completude sabática que seja suficiente, e permaneceríamos em busca constante por mais preparo para recebermos o Shabat da melhor forma possível.

Essa sensação de insuficiência é, simultaneamente, bênção e maldição. Bênção porque provoca uma possibilidade de crescimento e ampliação contínuos, uma potência por novas formas de existir. É saudável a busca por um Shabat cada vez mais completo e significativo. Maldição por gerar a insaciade que, quando não equilibrada, acaba por transformar o sujeito em um eterno insatisfeito, pra sempre em busca de algo que não possui no presente, seja na forma de sentimento, de relação ou de objeto. A insatisfação com seu próprio Kabalat Shabat é um fardo demaisado grande para ser reforçado semana após semana.

Dessa forma, ao cantarmos Shalom Aleichem, estamos convidando os anjos para o nosso Shabat e nos dispondo a receber duas bênçãos - a bênção pela manutenção do mínimo - seja para realizar um Shabat ou para que possamos viver em paz - e a bênção pela possibilidade de crescer em um processo, em progredir no sentido de ampliar as formas de existir, para realizarmos um Shabat quanto para experimentarmos novos sentimentos e relações. Tanto o Talmud quanto a canção deixam claro, todavia, que os anjos apenas nos abençoam (ou amaldiçoam). Se quisermos a manutenção ou a mudança do Shabat ou de qualquer outra prática cotidiana, somos nós quem precisamos agir.

Shalom Aleichem

שלום עליכם מלאכי השרת מלאכי עליוון
מלך מלכי המלכים קדוש ברוך הוא
בואכם לשalom מלאכי השלום מלאכי עליוון
מלך מלכי המלכים קדוש ברוך הוא
ברכוני לשalom מלאכי השלום מלאכי עליוון
מלך מלכי המלכים קדוש ברוך הוא
באתכם לשalom מלאכי השלום מלאכי עליוון
מלך מלכי המלכים קדוש ברוך הוא

Shalom aleikhem malakhé hasharet malakhé el-yon
mimélekh malkhé hamelakhim haqadosh baruch hu.
Boakhém leshalom malakhé hashalom malakhé el-yon,
mimélekh malkhé hamelakhim haqadosh baruch hu.
Barekhúni leshalom malakhé hashalom malakhé el-yon,
mimélekh malkhé hamelakhim haqadosh baruch hu.
Tsetekhém leshalom malakhé hasharet malakhé el-yon,
mimélekh malkhé hamelakhim haqadosh baruch hu.

Paz sobre vós, anjos servidores, anjos do Altíssimo,
Do supremo rei dos reis, o Santo, bendito é ele.

Que sua vinda seja em paz, anjos da paz, anjos do Altíssimo,
Do supremo rei dos reis, o Santo, bendito é ele.

Abençoem-me com a paz, anjos da paz, mensageiros do Altíssimo,
Do supremo rei dos reis, o Santo, bendito é ele.

Que sua partida seja em paz, anjos servidores, anjos do Altíssimo,
Do supremo rei dos reis, o Santo, bendito é ele.

o acendimento das velas

a vela e a vela

Na Torá, é muito comum a repetição de diversas ordens, ensinamentos, ameaças e bençãos. Como tudo presente nos cinco livros tem seu motivo para lá estar, conclui-se que, mesmo quando os versos se mostram idênticos - ou praticamente iguais - há diferentes lições e segredos contidos em cada uma das aparições.

De forma análoga, ao aplicarmos essa lógica à cerimônia de Shabat, devemos nos questionar sobre as diferenças entre as duas velas que usamos durante o serviço. Elas são visualmente parecidas, acesas durante a mesma reza e nos oferecem uma luminosidade similar. Mais do que isso, a tradição ortodoxa nos revela que as velas representam as mitzvot e a luz delas seria a Torá (entenda-se como todo o conhecimento sagrado judaico). Por que não usamos apenas uma vela, então?

Apesar de ser apenas um, Deus tem vários nomes – como Eterno, Senhor, Deus de Abraham, Rei dos Reis, Rocha de Israel – que representam suas diferentes facetas e passam diferentes mensagens. As velas do Shabat tampouco têm só um nome. Cada uma delas têm uma denominação distinta: Shamor e Zachor. A diferença entre elas, obviamente, não está apenas na forma como são chamadas, e sim nos ensinamentos que elas passam.

A vela de Zachor, cujo shoresh é o mesmo de רזכ ל (lizkor - lembrar), remete ao quarto mandamento: "Recorda o dia do Shabat para santificá-lo" – Éxodo 20:8. O ensinamento dessa vela está tradicionalmente ligado a todas as ações que devemos fazer durante o Shabat, desde nos vestir bem e ter uma refeição especial até discutir a parashá e realizar o Kidush.

Já a vela de Shamor, que vem do verbo hebraico רומשל (guardar), está

ligada à mitzvá anunciada em Deuteronômio 5:12: "Guarda o dia de Shabat para santificá-lo". Para guardarmos o Shabat, é proibida, segundo a tradição ortodoxa, a realização de diversos trabalhos e ações, que vão desde arar e fiar até dirigir um carro ou ligar uma luz. Ou seja, enquanto a Zachor nos diz o que devemos fazer no Shabat, a Shamor nos lembra do que devemos evitar.

Para o Judaísmo Cultural Humanista do Habonim Dror, são extremamente importantes e válidas todas estas "tarefas" tradicionais, que carregam significado e ensinamentos milenares e sagrados para o povo judeu. Com isso em mente, e com grande respeito a todos que cumprem tais preceitos, cabe acrescentar novos ensinamentos para cada vela, principalmente para os judeus que não guardam o Shabat da forma tradicional.

Para a vela de Zachor, consideramos importante adicionar algumas tarefas adequadas ao Shabat: devemos esperar por sua chegada, querer a sua vinda, e fazer de tudo para que seja um dia importante para a nossa vida enquanto judeus. Em complemento aos deveres tradicionais, devemos buscar nos conectar mais com o judaísmo, tanto com a interpretação da parashát hashavua quanto com a leitura de fontes judaicas atuais. É também de suma importância passar esse dia com pessoas queridas e próximas, porém temos o papel, enquanto judeus, de convidarmos aqueles distantes (tanto de nossa amizade quanto do judaísmo), para fortalecermos os laços humanos e judaicos, tanto os nossos quanto e dos convidados. São essas outras formas de se cumprir o significado da vela de Zachor, porém não são o suficiente. O Shabat também pede pela abdicação de certas ações.

É muito delicado acrescentar restrições para o Shabat sem usar do viés religioso. No entanto, para trazer novos significados à vela de Shamor, consideramos vital sob a ótica cultural humanista a tentativa de evitar desde pequenos estresses até grandes brigas. Se desejamos Shabat Shalom para os outros, precisamos tentar nos abster de qualquer situação que nos afaste da tão buscada paz desse dia. Para guardar o Shabat, precisamos nos guardar daquilo que nos é venenoso espiritualmente e que corrói nossa rotina. Devemos também tentar evitar atrapalhar o descanso e a atmosfera de sacralidade – seja ela como for – que outros judeus constroem para si nesse dia.

Cada vela carrega um significado específico e magnífico para o nosso Shabat, sendo ambas essenciais. Para esse dia, é importante fazermos algo de diferente do resto da semana, e deixarmos de fazer certas coisas que fazemos sempre. Pouco adianta apenas nos lembarmos do Dia do Descanso e realizarmos as obrigações nele contidas caso não estejamos dispostos a abrir mão – por um dia, que seja – dos vícios do cotidiano que atrapalham a sacralidade do sétimo dia. Da mesma forma, apenas obedecer às restrições impostas no Shabat, sem todas as tarefas prazerosas que a vela de Zachor nos revela, nos resulta em um dia infeliz, sem a elevação espiritual alegre à qual deveríamos ter acesso. Cada judeu escolhe individualmente o que mudar em sua rotina no Dia Santo, e as duas velas estão presentes na cerimônia de Kabalat Shabat justamente para nos incitar a refazer, semana a semana, a seguinte pergunta: o que devemos fazer e deixar de fazer nesse dia para que ele se torne o mais especial possível?

quem acende as velas

A mulher é tradicionalmente responsável por realizar o acendimento das velas de Shabat. As possíveis razões para essa ser uma tarefa feminina são muitas, que vão desde a ideia de que Eva teria tirado parte da luz do mundo ao cometer o pecado do fruto proibido (e, portanto, seria papel das mulheres tentar restaurá-la) até interpretações mais profundas, como de que, já que as mulheres dão a luz a seus filhos, são elas as responsáveis por dar a luz do Shabat ao povo judeu. Por mais que algumas justificativas sejam mais compreensíveis do que outras, entendemos que, para a reza das velas (assim como para a do vinho) não é necessária a divisão de tarefas por gênero. Todos deveríamos tentar trazer o fogo, a luminosidade e os ensinamentos das velas de Shabat para os nossos amigos, entes queridos e para a sociedade.

o tapar dos olhos

A reza das velas é uma das poucas presentes na tradição judaica em que realizamos alguma ação com o objeto em questão antes de fazermos a reza propriamente dita. Com a chalá, por exemplo, abençoamos ao pão e só depois o comemos. O que nos faz agir de forma tão diferente com as velas? A resposta está em uma das mais conhecidas leis religiosas do Shabat: é proibido fazer fogo durante o Dia do Descanso, então não se poderia acender as velas nesta data. Por conta disso, as famílias e congregações mais tradicionalistas acendem as velas do Shabat logo antes de iniciarem a cerimônia. Como a benção das velas “inaugura” o Shabat, o fogo previamente aceso não estaria contra os princípios haláchicos.

Os olhos seriam tapados assim que o pavio fosse aceso, para que não se visse o fogo das velas e, portanto, não se “completasse” a mitzvá. Com o término da oração, pode-se olhar para as velas. Dessa forma, ao menos simbolicamente consegue-se manter a ideia de realizarmos a benção antes do ato.

Mesmo para aqueles que não seguem as leis religiosas de Shabat, consideramos válido que todos realizem o gesto de se tapar os olhos durante essa bênção, para que simbolizemos a necessidade de se refletir, ponderar e dar o devido valor a tudo o que fazemos antes de propriamente agirmos.

o movimento das mãos

Após acender-se as velas, é também comum que as mulheres presentes realizem três vezes um movimento circular com as mãos, como se estivessem puxando algo para si. A simbologia desse gesto está ligada à ideia de trazer a luz das chamas em sua direção, para que a absorvam. Por que, todavia, teríamos interesse em tomar parte dessa luz para nós? É necessário que se entenda que o fogo das velas de Shabat está tradicionalmente conectado ao conceito de mitzvot, enquanto a luminosidade gerada por ele simboliza a

Torá (entenda-se tudo o que é sagrado no judaísmo). Segundo essa lógica, entendemos que a constante prática de mitzvot nos levaria à conexão com o sagrado. Na nossa prática de Judaísmo Cultural Humanista, quisemos acrescentar novos elementos que seriam simbolizados pelo fogo e pela luz das velas, sem descartar todos os antigos ensinamentos.

As chamas, além de representarem as mitzvot, seriam uma analogia aos diversos valores e conhecimentos (judaicos ou não) pelos quais nos guiamos durante a semana. Nossas ações, assim como o calor do fogo, são diretamente sentidas tanto por nós, quanto pelo outro. A luminosidade gerada, por sua vez, estaria conectada a algo mais profundo, porém consequência de tudo o que a chama das velas nos representa: a sabedoria. A Torá, muito mais do que um mero apanhado de valores, é uma grande fonte de ensinamentos. Da mesma forma, nossos valores e conhecimentos seriam subutilizados caso não aprendêssemos deles e não os transformássemos em algo maior. A sabedoria, assim como a luz, não pode ser tocada, e passa muitas vezes desapercebida por aqueles não atentos ao aprendizado.

Por tudo isso – e também pelo fato de sermos educadores – decidimos acrescentar um pequeno, porém importante detalhe no gesto realizado ao se acenderem as velas: além de trazermos a luz para nós mesmos, em busca de aprendizado e sabedoria, fazemos também o movimento no sentido oposto, como a tentarmos oferecer a luminosidade para os outros presentes. Mais do que isso, podemos pegar parte da nossa própria luz interna e usá-la para educar ao outro, enquanto recebemos a luz das outras pessoas.

a brachot para o acendimento das velas

Assim como o mesmo texto, a mesma vela ou a mesma cerimônia adquire diferentes significados dependendo do tempo, do contexto e de quem os interpreta, propomos aqui diversas brachot, com diferentes origens, para a mesma prática - Hadlakat Nerot, o acendimento das velas. Muitas delas foram criadas como possibilidades de brachot das velas para o Judaísmo Humanista, e optamos também por incluir, dentre as diversas possibilidades, a brachá tradicional. Os presentes no serviço de Kabalat Shabat que utiliza este sidur têm total liberdade para escolher a brachá ou as brachot que lhes convier, proferindo-as em voz alta.

Birkat HaNerot - bênção das velas

לְקוֹק בָּר - Rav Kook

Tzarich she'kol ish iedá ve'iavin
She'betoch tocho dolek ner,
Ve'ein nero she'lo kaner chavero,
Ve'ein ish she'ein lo ner.

צריך שכל איש ידע ויבין
ששבתוך תוכו דולק בר
אין נהר שלו כנור חברו
אין איש שאינו לו בר

Ve'tzarich she'kol ish iedá ve'iavin
She'alav laemel
U'legalot et or ha'ner, barabim
Leadliko laavuká gdolá
U'leahir et haolam kulô

צריך שכל איש ידע ויבין
שעלוי לעם
ולגלוות את אור הנר ברבם
לפקליקו לאבוקה גדולה
וללהיר את העולם כלו

É necessário que cada pessoa saiba e compreenda
Que dentro de si há uma vela acesa,
E que sua vela é distinta da dos demais.

E que não existe quem não a tenha.

É necessário que cada pessoa saiba e compreenda
Que a si corresponde trabalhar.

Para descobrir a luz que está dentro de cada um,
Para acender com todas as luzes uma grande tocha,
E assim iluminar o mundo inteiro.



pessoas não envolvidas no projeto e, para pessoas sem envolvimento com o projeto.

Birkat HaNerot - bênção das velas

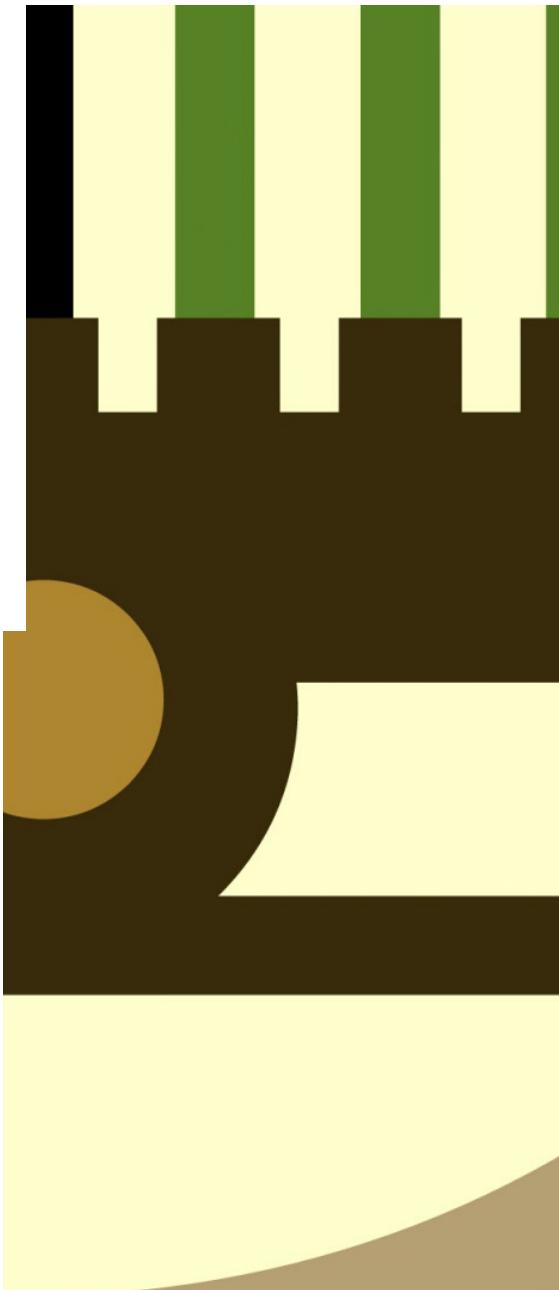
לידראג. ד. א. גורדון – Aaron David Gordon |

לֹא יִהְיֶה נִיצָּחָן שֶׁל הַאֲוֹר
עַל הַחֹשֶׁךׁ כֹּל עוֹד לֹא
בָּעָמֹד עַל הַאֲמֹת הַפְּשָׁוֶתָּה,
שָׁבָמָקָם לְהַלִּיכָם בְּחֹשֶׁךְ
עַלְיוֹן לְהַגְּבִיר אֶת הַאֲוֹר.

Não haverá vitória da luz
Sobre a escuridão até que não
Compreendamos a simples verdade,
Que em vez de combater a escuridão,
devemos aumentar a luz.

Birkat HaNerot - bênção das velas

Sheor Hanerot - Kvutzá Shnat 2015 - HD Brasil



שאור הנרות הללו
יעליהם את כל המלנכוליה ואת העצבות
מליבי ומלבו
של כל אחד ואחת מבני האנושות
שהאהבה בתוכנו
ובין כל העמים תפאר ותעניק

She or hanerot halalu
Yaalim et kol hamelancolia ve'et haatzvut
Milibi vermilibo
Shel col echad veachat mibnei haenoshut.
She haahava betocheinu
Ubein kol haamim tifrach vetaamik.

Que a luz dessas velas
Elimine toda a melancolia e a ansiedade
Do meu coração e dos corações
De todos e todas que formam a
humanidade.
Que o amor entre nós
E entre todos os povos se espalhe e seja
mais profundo.



Birkat HaNerot - bênção das velas

Baruch Heamal - Garin Aliá 2015 - Habonim

Dror Amlat

ברוך העמל
אשר נתן לנו את שושן השבת.
ברוכה ארצנו
שמקיים ביצת את עמננו
כפי שלקדו נרות השבת הללו.

Baruch heamal

Asher natan lanu et sason haShabat.

Brucha artzeinu

She mekabetzet et ameinu

Kfi she likdu nerot haShabat halalu

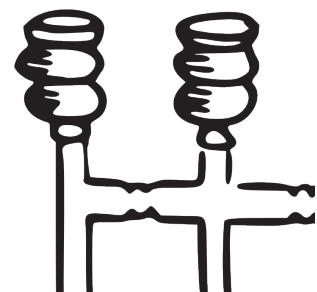
Bendito seja o trabalho

Que nos deu a alegria do Shabat.

Bendita a nossa terra

Que une o nosso povo

Como fizeram estas velas de Shabat.



Birkat HaNerot - bênção das velas

Nevarech et haor - Kehila Koleinu (Habonim Dror Australia)

נברך את האור כאשר נקבץ בצוותא להדליק נרות של שבת.

באור נברך את החיים.

ברוך האור בעולם,

ברוך האור באדם,

ברוך האור של צדק ושלום

ברוך האור של שבת.

Nevarech et haor caasher nikabetz betzavta lehadlik nerot shel Shabat.

Beor nevarech et hachaim.

Baruch haor baolam

Baruch haor baadam

Baruch haor shel tzedek veshalom

Baruch haor shel Shabat

Abençoemos a luz enquanto nos juntamos para acender as velas de Shabat.

Que com luz possamos abençoar a vida.

Abençoada seja a luz no mundo

Abençoada seja a luz no ser humano

Abençoada seja a luz da justiça e da paz

Abençoada seja a luz do Shabat



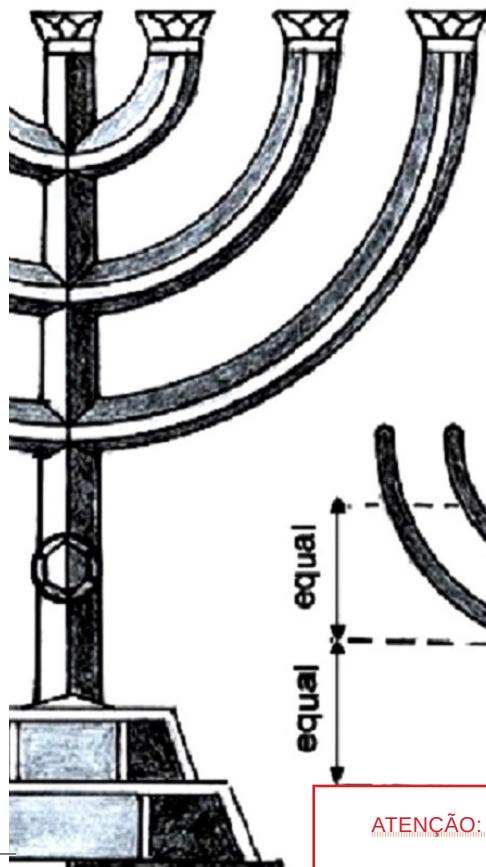
Birkat HaNerot - bênção das velas

Brachá tradicional

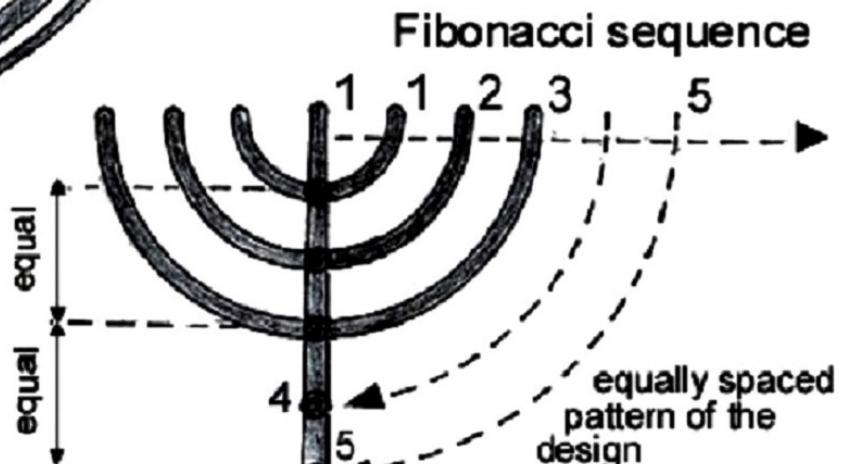
ברוך אָהָר אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְשָׁנוּ בְמִצְוֹתָיו וָצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שַׁבָּת

Baruch ata Adonai Eloheinu melech haolam, asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu
lehadlik ner shel shabbat.

Bendito sejas tu, ó Eterno nosso Deus, Rei do Universo, que nos santificou com os seus
mandamentos, e nos ordenou acender a vela de Shabat.



The Temple's Menorah



ATENÇÃO: versão não oficial e parcial do produto. É vedada distribuição por pes-

recebendo o Shabat brachá de boas-vindas

Kibbutz Mishmarot

ברוך בואר, שבת בואר ברוך
הbayi na עמך את המרגוע את השלווה
שלآخر שבוע רב פנים של המולות عمل
את החלל, שבתוכו אפשר, לרוקם אינסוף של חלומות
ביחד ולבד, את שעת המחלילות
שבה נוכל לשמעו את פעימות לבו של הזולות
שבת, ברוך בואר
ברוך בואר, ברוך נרך

Baruch boech, Shabat, boech baruch
Havihi na imech et hamargoa, et hashalvá
Sheleachar shavua rav panim shel hamulat amal,
Et hechalal, shevetochó efshar, lirkom einsof shel chalomot,
Beiachad ulevad, et shaat hamechilot
Sheba nochal lishmoa et peimot libo shel hazulat.
Shabat, baruch boech,
Baruch boech, baruch nerech.

Bendita é a tua chegada, Shabat
Bendita tua chegada.
Traz, por favor, contigo a tranquilidade, a calma,
Que depois de uma semana multifacetada, cheia de trabalho,
O espaço, que nele se possam ter infinitos sonhos,
Juntos e individualmente, o momento do perdão,
Em que podemos escutar os batimentos do coração do nosso próximo.
Shabat, bendita é a tua chegada.
Bendita é a tua chegada, bendita tua vela.

Iedid nefesh

A versão original desta oração tem como autor Elazar Azikri, que a compôs no século XVI, inspirado nos poemas do Shir HaShirim, livro que compõe a última parte do Tanach. Enquanto a versão tradicional fala de uma relação próxima entre o ser humano e Deus, tratando-a quase como uma amizade, para este sidur resolvemos reinterpretá-la. Aqui, o Iedid Nefesh se direciona de fato a um grande amigo ou amiga, a alguém que está sempre ao nosso lado e cuja relação de afeto é valorizada. Se o judaísmo tradicional nos instrui a usar a kipá para lembrarmos do que há acima de nossas cabeças, ao recitar esta brachá, sugerimos que todos coloquem as mãos sobre os ombros uns dos outros, para que jamais esqueçamos do que há ao nosso lado - nossos amigos, nossa kvutza, nossa família.

ידיד נפש חבק עמו קרבנה

משר עברך אל רצונך

ירוץ עברך כמו אייל

יתגלה את כל ראייך

כי יערב לו ידידותך

מנפת צוף וכל טעם

הגלגה נא ופירוש חביב עליינו

את סוכת שלומך

תאייר ארץ מחייך

נגילה ונשמחה בר

Maher ahob ci ba mowad

וחנני כימי עולם

Iedid nefesh chabek im



ATENÇÃO: versão não oficial e parcial do produto. É vedada distribuição por pes-

kirvá

Meshoch avdach el retsonach

Iaruts avdach kemo aial

Itgale et kol raaiech

Ki ieerav lo iedidutach

Minofet tsuf vechol taam

Amigo de alma, abrace com proximidade

Me aproxima da tua vontade.

Corro como uma gazela,

Para descobrir o teu olhar.

Pois a tua companhia é mais agradável

Do que qualquer gosto e sabor

Higale na ufros chaviv aleinu

Et sukat shelomach

Tair erets michiucheck

Naguila venismechá bach

Maher ahuv ki ba moed

Vechoneni kimei olam

Por favor, aparece, amado,

Estende sobre nós a tenda da tua paz.

Ilumina o mundo com o teu sorriso,

Para que possamos nos alegrar em ti.

Apressa-te, meu querido, porque chegou a hora

E concede-me a tua graça para sempre.



Lechá Dodi

A canção Lechá Dodi tem sua autoria atribuída a Shlomo Levi Alkabetz, um rabino cabalista do século XVI, que teria deixado seu nome na letra da música, o qual podemos ler ao juntar a primeira letra de cada estrofe. A canção original possui 9 estrofes, mas muitas congregações leem apenas algumas delas. Neste sidur, sugerimos a leitura da 2^a, 4^a, 5^a, 6^a e 9^a estrofes, dispostas abaixo com as respectivas traduções. A última estrofe faz um convite à noiva Shabat, e por isso é costume levantar-se e voltar-se para a porta de entrada durante essa estrofe, virando novamente para frente no último refrão. Além disso, a versão neste sidur traz uma sutil mudança no último verso da 3^a estrofe (ou a 5^a na versão completa), que se adequa a interpretação descrita a seguir.

Uma das canções mais conhecidas do Shabat, Lechá Dodi inicia-se com um convite: o amado - dodi - deve ir ao encontro de sua noiva - kalá . Mas quem são os personagens dessa canção? Tradicionalmente, o dodi é visto como sendo Deus e a kalá é o Shabat, ou melhor, a Shabat, representada na canção como uma figura feminina. No entanto, uma interpretação adicional a essa canção pode celebrar não só o casamento entre Deus e Shabat, mas também entre o próprio povo judeu e este dia. Em todo casamento, assim como na relação entre povo, Deus e Shabat, a convivência entre as partes pode sofrer desgastes, desentendimentos e brigas. Mas esses momentos de tensão, discordâncias ou discussões acaloradas, desde que haja uma vontade mútua de sustentar a relação, podem trazer descobertas de novos caminhos antes de conhecidos. Afinal, no Shabat, como em um casamento, a energia está intrínseca ao espaço coletivo que se cria entre as partes, e todos saem ganhando com a união ali celebrada.

לכה דודי לקראת כלה פni שבת נקבלה

לקראת שבת לכו ונלכה
כי ה'יא מקור הברכה
מראש מקדם נסוכה
סוף מעשה במחשבה תחלה

Lechá dodi licrat kalá penê Shabat necabelá

Hitnaari meafar kumi
Livshi vigidê tifartech ami
Al-iad ben Ishai beit halachmi
Korvá el nafshi guealá

לכה דודי לקראת כלה פni שבת נקבלה

התנער'י מעופר קומי
לבשי בגד' תפארתך עמי
על יד בן יש'י בית הלחמי
קרבה אל נפשי גאה

Lechá dodi licrat kalá penê Shabat necabelá

Hitoreri hitoreri
Ki ba orech kumi ori
Uri uri shir daberi
Kavod HaAdam alecha hagshama

לכה דודי לקראת כלה פni שבת נקבלה

התעוררי התעוררי
כי בא אורך קומי אורי
עור' עורי שיר דברי
כבד האדם עליך הגשמה

Lechá dodi licrat kalá penê Shabat necabelá

Lo tevoshi velo tikalmi
Ma tishtochachi umá tehemi
Bach iechesu anié ami
Venivnetá yir al tilá

לכה דודי לקראת כלה פni שבת נקבלה

לא תבושי ולא תכלמי
מה תשתחח' ומה תהמי
בר' יחס'ו עני' עמי'
ונבונתך עיר על תלה

Lechá dodi licrat kalá penê Shabat necabelá

Boi veshalom ateret baalá
Gam besimchá uvetsarlá
Toch emunê am segulá
Bo'i kalá, bo'i kalá

לכה דודי לקראת כלה פni שבת נקבלה

בואי בשלום עטרת בעלה
גם בשמחה ובצהלה
תוך אמוני עם סgalah
בואי כלה בואי כלה

Lechá dodi licrat kalá penê Shabat necabelá

לכה דודי לקראת כלה פni שבת נקבלה

Vem, meu amado, ao encontro da noiva, receber a
presença do Shabat

A receber o Shabat, venham e iremos
Porque é a fonte de toda a bênção
Desde os tempos mais antigos foi ungido
Último feito, pensado do princípio

Vem, meu amado, ao encontro da noiva, receber a
presença do Shabat

Levanta-te e sacode a poeira
Vistam, meu povo, as roupas de esplendor
Através do filho de Yishay, o de Beit Lechem
Minha alma aproxima-se para a redenção

Vem, meu amado, ao encontro da noiva, receber a
presença do Shabat

Acorde, acorde!
Que veio sua luz! Levanta-te minha luz!
Levante-se, levante-se, e cante uma canção
Honrar ao ser humano e a vocês a realização

Vem, meu amado, ao encontro da noiva, receber a
presença do Shabat

Não constranja-se e não envergonhe-se!
O quê te abaterá e o quê te desconsolará?
Em você meu povo aflito encontrará abrigo
E a cidade será reconstruída sobre sua colina.

Vem, meu amado, ao encontro da noiva, receber a presença
do Shabat

Venha em paz coroa de seu esposo
Também com alegria e júbilo
Entre os fiéis do povo estimado
Venha ó noiva, venha ó noiva

Vem, meu amado, ao encontro da noiva, receber a presença
do Shabat

os salmos adaptados

Salmo 9-19

כִּי לֹא לְנֶצֶח, יִשְׁכַּח אָבִיו; תִּקְוֹת עֲנִים, תָּבֹד לְעֵד

Ki lo lanetzach ishachach evion; tikvat aniim, tovad laad.

Pois o necessitado não será esquecido para sempre, nem a esperança dos pobres será frustrada perpetuamente.

Salmo 97-11

אוֹר, זָרָע לְאָדִיק; וְלִישְׁרִי-לֵב שְׁמַחָה

Or, zarazarua latzadik uleishrei-lev simchá

A luz é semeada para o justo, e a alegria para os retos de coração

Salmo 133-1

הִנֵּה מָה-טוֹב, וּמָה-גָּעִים-- שְׁבַת אֶחָdim גָּמִיד

Hine ma tov umanaim shevet achim gam iachad

Oh! quão bom e quão suave é que os irmãos se sentem e estejam juntos

Salmo 92:1-5 Salmo 92:13-15

צדיק כתמר יפרך זמור שיר ליום השבת
כארץ לבנון ישגה טוב להודות לעולם
שתולים בילדינו ולזמר בשמחה ביום
בחצרות העולם יפריכו להגיד בבוקר חלומותינו
עוד יונבון בשבה ואמנוננו בלילה
דשנים ורעננים יהיו עלי עשור ועלי נבל
להגיד כי ישר יהיה העולם עלי הגיון בכינור
צורי ולא עולתה בו כי שמחתני חבבי בפעלכם
במעשי ידיכם ארנן

Mizmor shir leyom haShabat	Tsadik katamar ifrach
Tov lehodot laolam	Keerez balevanon isguê
Ulezamer besimchá beyom	Shetulim beyeladeinu
Lehagid baboker chalomoteinu	Bechatsrot haolam iafríchu
Veemunateinu baleilot	Od ienuvun besseivá
Alei assór vaalei navel	Deshenim veraananim ihiú
Alei higaion bechinor	Lehaguid ki iashar ihiê haolam
Ki simachtani chaverai befoaleichem	Tsuri velo avlata bo
Bemaasei iadeichem aranen	

Uma canção para o dia de Shabat
Bom é agradecer ao mundo,
E cantar com alegria ao dia
Proclamar pela manhã os nossos sonhos
E a nossa fé nas noites
Com a música do saltério e do alaúde
Com a lira e com o som das canções
Porque me alegro, meus amigos,
com seus atos
Canto extasiado com os feitos de suas mãos

Que o justo floresça como a tamareira
E cresça como o cedro no Líbano
Plantado em nossas crianças
Eles devem florescer nos pátios do mundo
Eles ainda darão frutos, mesmo na velhice
Permanecerão frescos e cheios de seiva.
Declarar que o mundo será justo
Minha rocha, e nele não haverá injustiça.

Maariv - oração da noite

Eli Eli / Maariv aravim

O serviço litúrgico noturno, chamado de Tfilat Arvit ou Maariv, inicia-se tradicionalmente com uma convocação para a reza, uma convocação da comunidade para o Shabat, conhecida como Barechu. Logo em seguida, canta-se o Maariv Aravim (literalmente, o “anoitecer das noites”), uma brachá que abençoa a passagem do tempo e os ciclos da natureza, e agradece a Deus por sua sabedoria em organizar o mundo da forma como ele é.

Para este sidur, optamos por substituir o Barechu pelo poema Eli Eli, famoso na literatura judaica, escrito por Hannah Senesh, uma das heroínas do judaísmo contemporâneo. Para convocar a todos nós para este momento de transição entre a semana e o Shabat, escolhemos um poema que evidencia a sinergia, senão a simbiose, entre o Judaísmo Humanista e as raízes da tradição judaica, exaltando os fenômenos da natureza com a mesma naturalidade que a reza humana. Em sequência ao Eli Eli, lemos um Maariv Aravim que marca a passagem dos ciclos da natureza, enaltecedo-a e valorizando sua grandiosidade, sem necessariamente agradecê-la, para que assim possamos sempre prestar atenção ao ambiente que nos cerca, preservando-o e protegendo-o com carinho e admiração.

אלֵי, אלֵי
שלא יגמר לעולם
החול והים,
רשוש של המים,
ברק השמיים
תפילהת האדם

שנשבח את הטבע אשר בכוו מעריב ערבים
ובתבונה מושגעה עתים ומחליף את הזמן
ומסזר את הכוחם במשמעותיהם ברקיע
בונא ים ולילה, גולן אור מפני חשך וחשך

מן אורה
ומעריב ים ומביא לילה, מבדיל בין ים ובין לילה
שנשבח את הטבע המעריב ערבים

Eli Eli,
Shelo igamer leolam
Hachol vehaiam,
Rishrush shel hamaim,
Berak hashamaim,
Tfilat haadam.

Sheneshabeach et hateva asher bekochu ma'ariv aravim.
Uvitvunah meshaneh itim umachalif et hazmanim,
Umessader et hakochavim bemishmeroteihem barakia.
Borê yom valaila golel or mipnei choshech vechoshech mipnei or
Umaavir yom umevi laila umavdil bein yom uvein laila.
Sheneshabeach et hateva hamaariv aravim

Meu Deus, meu Deus,
Que não se acabe para sempre:
A areia e o mar,
O barulho do mar,
O raio dos céus,
A reza da pessoa.

Que enalteçamos a natureza, que com sua força anoitece as noites,
Com discernimento muda os tempos e realiza a sucessão das estações,
Organiza as estrelas ordenadamente no céu.
Cria o dia e a noite, revela a luz a partir da escuridão e a escuridão a partir da luz,
Faz transcorrer o dia e traz a noite, diferencia entre o dia e a noite
Enalteçamos a natureza, que anoitece as noites.

Shemá Israel

O Shemá Israel é uma das rezas mais importantes da liturgia judaica, como está escrito no Talmud-Sukkot 42a, que diz que ao aprender a falar, uma criança já deve aprender o primeiro verso do Shemá. Originalmente, proferia-se apenas um verso [Deuteronômio 6:4], e passou-se a cantar também os versos seguintes a este na Torá, até o versículo 9. Este é o trecho que incluímos aqui neste sidur. Posteriormente, foram adicionados mais dois parágrafos: Deuteronômio 11:13-21, que fala sobre como Deus recompensará aqueles que cumprirem Seus mandamentos, e punirá severamente aqueles que não o fizerem; e Números 15:37-41, onde Deus instrui Moisés sobre vestir o tsitsit [as franjas do Talit, xale ritual judaico] para lembrar dos mandamentos divinos. Abaixo está uma adaptação secular humanista para a primeira parte do Shemá Israel.

O primeiro parágrafo do Shemá enfatiza a mensagem mais importante do judaísmo, que seria o monoteísmo, a crença em um Deus único. Em um mundo como o de hoje, qual será a mensagem mais importante do judaísmo? A maior parte da população mundial é monoteísta, e isso não parece estar resolvendo os grandes problemas da humanidade. O monoteísmo tornou-se uma crença extremamente comum no mundo ocidental, e relativamente comum também no mundo oriental, ambos repletos de desigualdades, preconceitos, violência, e outras tantas questões, cuja solução não nos parece passar necessariamente por uma proliferação da crença monoteísta. Escolhemos, portanto, aproveitar este momento tão solene e relevante que é o Shemá, para relembrar a nós mesmos de que o judaísmo carrega uma mensagem de bondade, e que cabe a nós levar essa mensagem adiante.

Essa mensagem nos é lembrada em um Midrash conhecido, no qual uma pessoa interessada no judaísmo pede aos dois grandes sábios Hillel e Shamai, que descrevam resumidamente todo o judaísmo. Shamai responde que seria impossível, que o conhecimento judaico é grande demais para caber poucas palavras, enquanto Hillel diz “Ame ao próximo como a ti mesmo - e agora vá

estudar". É com essa frase que iniciamos este Shemá, com a esperança de que, como nos instrui a reza, seu significado esteja sempre em nosso coração, ao nos deitarmos e levantarmos e que seja passado para nossos filhos. Assim, teremos a certeza da continuidade e preservação do judaísmo, e teremos convicção no amor ao próximo.

שמע ישראל, מסרינו הוא לב טוב, מסרינו אחד
ברוך האדם קבוד, עמיינו לעולם ועד

ואהבת לרעך כמוך, בכל לבך ובכל נפשך ובכל מזרכך: וכי הבדרים האליה אשר אני מצוך
הימים על לבך: ושננתם ללבך ודברת בם. בשכחתך בלביתך ובלבתך בשכחה ובקומה:
וקשרתם לאות על זכר. וכי לטעפת בין עירך: וכתבתם על מצוזות ביתך ובשעריך

Shemá Israel, mesreinu hu lev tov, mesreinu echad.

Baruch haadam kevod, ameinu leolam vaed.

Veayahta lereachá camocha, bechol levavechá uvchol nafshechá uvchol meodécha.
Vehayú hadevarim haéle asher anochí metzavechá hayom al levavécha. Veshinantam
levanécha vedibartá bam, beshivtechá bevetécha, uvlechtechá vadérech uvshochbechá
uvcumécha. Uc'shertam leot al yadécha vehayu letotafót ben enécha. Uchtavtam al
mezuzot betécha uvish'arécha.

Ouve, Israel, nossa mensagem é de bom coração, nossa mensagem é única.

Bendito seja o ser humano glorioso, nosso povo é para toda a eternidade.

Amarás o próximo como a ti mesmo, com todo o teu coração. E estas palavras ficarão
sobre teu coração. Inculca-las-ás diligentemente em teus filhos e falarás a respeito delas,
estando em tua casa e andando por teu caminho, e ao te deitares e ao te levantares. Ata-
las-ás como sinal sobre tua mão e serão por filactérios entre teus olhos. Escreve-las-ás
nos umbrais de tua casa e em teus portões.

VeShamru

Esta canção, presente na liturgia tradicional do Kabalat Shabat, é composta por versículos da Torah (Êxodo 31:16-17) que descrevem o Shabat como um pacto duradouro entre Deus e todas as gerações do povo judeu e, portanto, deve ser sempre guardado pelos filhos de Israel. Este pacto de fato acompanhou os judeus em todos os tempos e lugares onde estiveram presentes, fazendo do Shabat um dia para o descanso, físico, mental e espiritual, com uma rotina diferenciada. "Como manter o judaísmo relevante nos dias de hoje" é um questionamento central para os judeus da nossa geração, e a ideia do Shabat ajuda a respondê-la. A célebre frase de Ahad Haam, presente na introdução deste sidur, diz que "mais do que os judeus guardaram o Shabat, o Shabat guardou o povo judeu". Esta relação de troca se mostra extremamente relevante. Que os judeus continuem a guardar o Shabat, seja como for: um dia de descanso, um dia para a família, um dia dedicado ao movimento juvenil, um dia de estudo, ou de pouco esforço, mas acima de tudo, que seja um dia significativo.

וְשִׁמְרֻוּ בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת הַשְׁבָּת
לְעֶשֶׂרֶת אֶת הַשְׁבָּת לְדָרְכָם בְּרִית עוֹלָם
בֵּין גַּבָּן בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֹתָהּ הִיא לְעוֹלָם
כִּי-שְׁשַׁת יָמִים עֲשָׂה יְהוָה אֱתָה-שְׁמָיִם וְאֶת-הָאָרֶץ
וּבַיּוֹם הַשְׁבִּיעִי שְׁבָת וְיַעֲפָשׁ

Veshamru bnei Israel et haShabat,
Laassot et haShabat ledorotam berit olam
Beiní uvein benei Israel ot hi leolam
Ki sheshet iamim assá Adonai et hashamáim veet haarets
Uvaiom hashvií shavat vainafásh

E guardarão os filhos de Israel o Shabat
Para fazer o Shabat através das gerações como um pacto duradouro.
Deve ser sempre um símbolo eterno entre mim e o povo de Israel.
Que por seis dias Deus fez os céus e a terra
E no sétimo dia descansou.

Amidá

A Amidá, também chamada de Grande Oração ou Shmone Esrê, possui um papel central em grande parte dos serviços litúrgicos judaicos. Ela é formada por 19 princípios, cada um com um tema definido, e no Shabat costuma-se ler 7 parágrafos dentre estes 19: Antepassados, Poderes, Santificação do Nome, Santificação do Dia, Aceitação das tfilot, Gratidão e Paz.

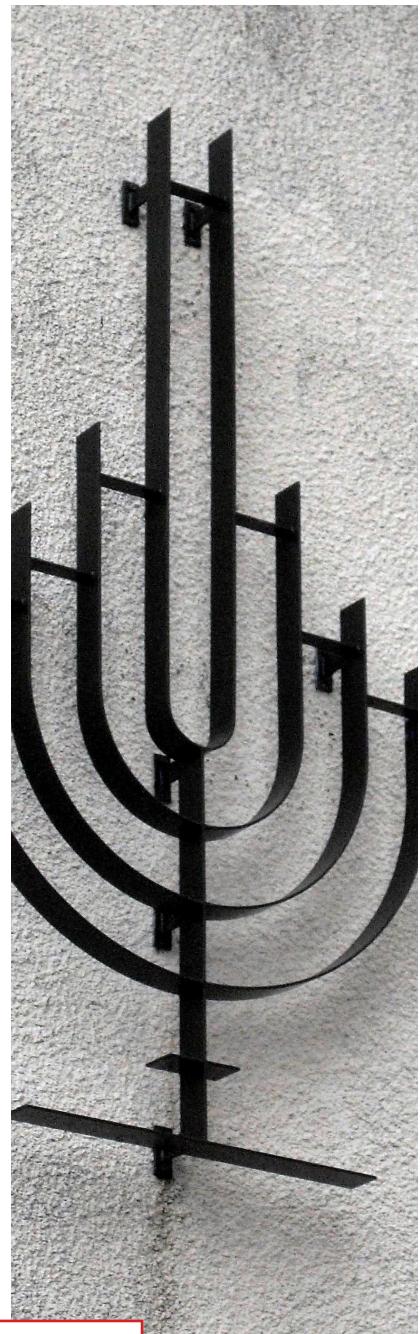
É uma reza muito antiga, datando pelo menos dos últimos séculos antes da era comum, e sua estrutura mudou ao longo do tempo. Ao longo dos primeiros séculos depois da era comum, a Amidá não possuía uma estrutura fixa sempre com o mesmo texto para cada um dos 19 temas - que na época eram 18, daí a origem do nome "Shmone Esrê" para esta oração. Os temas eram os mesmos, mas, como não havia um texto pronto, cada congregação poderia utilizar as próprias palavras, ou mesmo cada pessoa, uma vez que toda a Grande Oração é lida em silêncio. Com isso, valorizava-se a kavaná, a intenção de cada um ao proferir mentalmente as palavras, quaisquer que fossem. Mais além, adotou-se o conceito de keva, uma estrutura fixa, lendo-se sempre o mesmo texto, que é lido em sinagogas até os dias atuais. Valorizamos a keva, a existência de uma estrutura litúrgica para ser conduzida coletivamente, mas especificamente para a Amidá deste sidur, queremos resgatar a ideia da kavaná. Para cada um dos 19 princípios, sugerimos uma bênção, ou uma reflexão, mas a ideia é que isso seja apenas um ponto de partida para que cada pessoa possa divagar em seus próprios pensamentos, questionando-se sobre suas intenções, desejos e considerações em relação a cada tema durante este momento.

A tradição judaica atribui a origem de certas partes da Amidá à oração de Hannah, personagem bíblica, que rezou para um milagre que lhe permitisse ter um filho, e para que ele tivesse sabedoria e piedade. Eli HaCohen, sumo sacerdote da época, ao vê-la orando, prática não usual no judaísmo daqueles tempos, questionou-a como se estivesse bêbada. Ela, frente tal equívoco e desrespeito, lhe diz para que não a julgue, e que ela fora movida por muito sofrimento e raiva. Segundo a narrativa, Hannah, em seguida, foi abençoada com um filho, Shmuel, que se tornaria um dos maiores profetas do Tanach. Além de ser uma das mulheres mais fortes e justas da sua geração, Hannah tornou-se um símbolo da prece sincera, aquela que é repleta de bondade e esperança. Assim como ela “falava a seu coração, e tão-somente se moviam os seus lábios, porém não se ouvia a sua voz” (I Shmuel 1:13), nós também devemos realizar a Amidá em silêncio, falando com nossos próprios corações. Que possamos nos inspirar, durante a Amidá e sempre, na figura de Hanna, mantendo vivo seu importante legado, como uma mulher que desafiou um homem poderoso que a julgava erroneamente, e que deu origem a todo um universo de orações no mundo judaico, desafiando também o modelo de relação com Deus estabelecido em sua época, antecipando em séculos o que se tornaria nosso hábito, a reza.

É sugerido que seja tocada a música Adam Betoch Atzmo, composta por Shalom Chanoch, durante a reflexão silenciosa da Amidá.

Adam Betoch Atzmo - Shalom Chanoch

אדם בתוך עצמו הוא גור	Adam betoch atzmo hu gar
בתוך עצמו הוא גור.	Betoch atzmo hu gar
לפעמים עכוב או מר הוא	Lifamim atzuv o mar hu
לפעמים הוא שר	Lifamim hu shar
לפעמים פותח דלת	Lifamim poteach delet
לקבל מכר	Lekabel makar
אבל	Aval
אבל לרוב	Aval larov
אדם בתוך עצמו נסגר	Adam betoch atzmo nisgar
ואת, ואת	Veat, veat
כמה טוב שבאת	Kama tov shebat
בליעדייך ריק הבית	Biladaich rek habait
והלילה קר	Vehalaila kar
از אני שומר עליך	Az ani shomer alaich
כמה שאפשר	Kama sheepshar
עם כל זאת, האם	Veim kol zot, haim
אמצא אותך מחר?	Emtza otach machar?
אדם קרוב אצל עצמו	Adam karov etzel atzmo
אדם בתוך עצמו הוא גור.	Adam betoch atzmo hu gar
אדם בתוך עצמו הוא גור	Adam betoch atzmo hu gar
בתוך עצמו הוא גור.	Betoch atzmo hu gar
או באיזו עיר סוערת	O beeizo ir soeret
או באיזה כפר	O beeize kfar
לפעמים סופה עוברת	Lifamim sufa overet
וביתו נשבר	Uveito nishbar
אבל	Aval
אבל לרוב	Aval larov



אדם גם לעצמו הוא זר

ואת, ואת
כמה טוב שבאת
בלעדיך ריק הבית
והלילה קר
از אני שומר עלייך
כמה שאפשר
ועם כל זאת, האם
אם מצא אותך אחר?

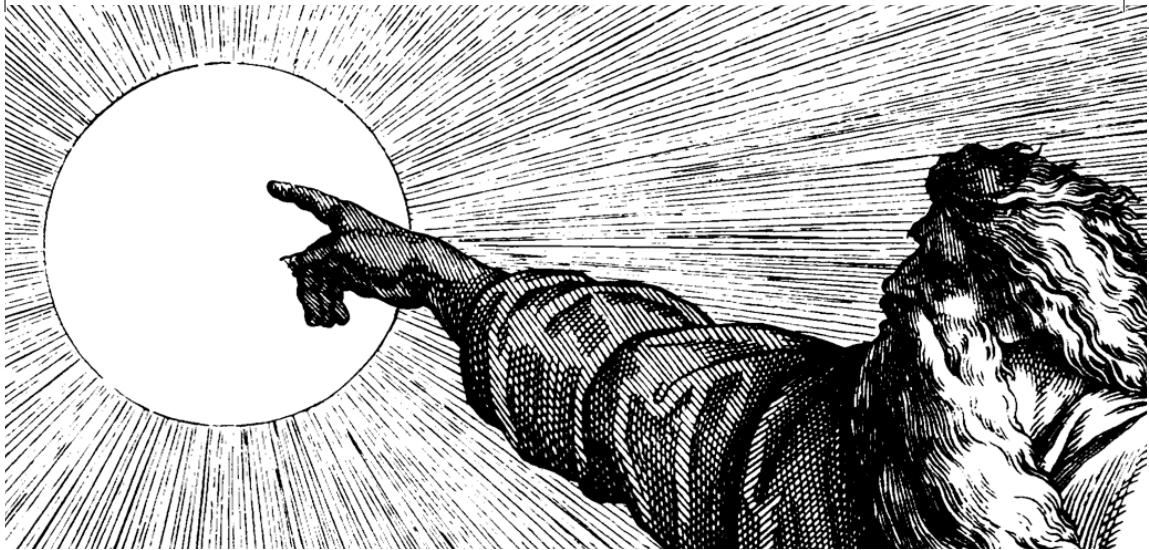
אדם קרוב אצל עצמו
אדם בתוכו עצמו הוא גר

Adam gam leatzmo hu zar

Veat, veat
Kama tov shebat
Biladaich rek habait
Vehalaila kar
Az ani shomer alaich
Kama sheepshar
Veim kol zot, haim
Emtza otach machar?

Adam karov etzel atzmo
Adam betoch atzmo hu gar





Uma pessoa vive dentro de si mesma
Vive dentro de si mesma
Às vezes triste ou está amarga
Às vezes ela canta
Às vezes abre a porta
Para receber um conhecido
Mas
Mas na maioria das vezes
Uma pessoa se fecha dentro de si mesma

E você, e você
Que bom que você veio
Sem você a casa é vazia
E a noite fria
Então eu cuido de você
O quanto for possível
E levando tudo isso em conta, será
Que a encontrarei amanhã?

Uma pessoa está próxima de si mesma
Uma pessoa vive dentro de si mesma

Uma pessoa vive dentro de si mesma
Vive dentro de si mesma
Ou em alguma cidade agitada
Ou em alguma vila
Às vezes uma tempestade passa
E sua casa se quebra
Mas
Mas na maioria das vezes
Uma pessoa também é um estranho a
si mesmo

E você, e você
Que bom que você veio
Sem você a casa é vazia
E a noite fria
Então eu cuido de você
O quanto for possível
E levando tudo isso em conta, será
Que a encontrarei amanhã?

Uma pessoa está próxima de si mesma
Uma pessoa vive dentro de si mesma

1 – Dos Patriarcas e das Matriarcas - Birkat Avot

Que possamos honrar nossos pais, mães e responsáveis com humanidade frente aos outros. Recordar-nos que todos têm a quem honrar, e muitos querem ser honrados pelos seus descendentes. Retribuir com amor o amor que recebemos de nossos cuidadores desde a primeira infância. Educar, sobretudo, as nossas crias para um mundo mais justo, mais igual, mais livre, de paz e humanidade.

2 – Do Todo-Poderoso - Birkat Guevurot (Heroísmo)

São heróis todos os que resistiram com bravura os períodos de dominação estrangeira pelo qual passou o povo judeu ao longo da história. Todo Poderoso é o homem judeu e a mulher judia que não perderam a fé, mesmo nos momentos de maior privação. A estes bravos resistentes devemos nossa existência.

3 – Da Santidade do Nome - Birkat Hashem

Oferece louvor e respeito à forma como cada ser humano enxerga a Santidade. Que possamos ser livres em nossas crenças. Que a ideia de divindade e de transcendentalidade possa inspirar a todas e a todos que nelas buscam amparo a agirem sempre com afeto e bondade.

4 – Da Sabedoria - Birkat Hadaat

Que a concepção de sabedoria se espelhe na construção de uma maturidade ao longo de uma vasta vivência. Que possamos tornar-se em um conhecedor capaz de aprender com as situações com discernimento. Que a sabedoria seja utilizada com equilíbrio e sensatez sempre atrelada com a humildade concreta. Que alcancemos o dom de discernir qual é o melhor caminho a seguir

5 – Do Arrependimento - Birkat Teshuvá

Perdoar os que cometem a atitude mais humana que existe: o erro. A ética judaica nos oferece a imperfeição e a possibilidade de fazer tshuva – arrepender-se. Se errar é humano, arrepender-se e perdoar são inexoravelmente parte desta mesma humanidade. O livre arbítrio e a sabedoria nos dão o poder de perdoar e a capacidade de aprender com nossos erros para que não voltemos a errar. Que possamos perdoar e aprender com nossos erros e com os erros alheios, para que, ainda que imperfeitos, tornemo-nos humanos melhores.

6 – Do Perdão - Birkat Shlach

Que possamos ter a atenção para pedir perdão. Que possamos perdoar as pessoas que nos ofendem e machucam. Que possamos entender que, o perdão tem seu próprio tempo, seu próprio ritmo e seus próprios níveis, e que tenhamos a sabedoria de respeitar esse tempo; e de compreender se nos demanda mais urgência ou mais paciência. Que nem o rancor nem a angústia da culpa possa nos destruir e insensibilizar. Que não soframos nada além daquilo que nos sensibiliza. E que as relações após o perdão, mesmo que não voltem a ser como antes, estejam cheias de vida.

7 – Da Redenção - Birkat Gueulá

Oferece louvor àqueles que dedicam suas vidas a salvar seu próprio povo. Que a busca pela autodeterminação seja concretizada por todos os povos, e que a autodeterminação do povo judeu encaminhe o nosso povo para um futuro repleto de esperança.

8 - Da Cura - Birkat Refuá

Que possamos descobrir a cura das enfermidades mundanas, sejam estas de cunho patológico ou psicossocial. Que atuemos em busca do bem-estar social, da vida saudável pela prevenção, e da cura ao que nos atormenta. Que a ciência seja priorizada na nossa sociedade, que receba investimentos e seja valorizada. E que esta ciência seja sempre preocupada com o ser humano e com as vidas de nossos semelhantes.

9- Dos anos - Birkat Hashanim

Que possamos construir templos no tempo e valorizar a passagem dos anos. Que o tempo sirva para trazer experiência e aprendizado, e que não nos tire a leveza e a chama da juventude. Que seja respeitado o tempo da natureza, que seus ciclos sejam preservados e o meio ambiente possa prosperar. Que estes ciclos beneficiem a colheita do agricultor, sem que haja danos à terra, e que haja orvalho e chuva sobre a face da terra.

10 - Da Reunião das Diásporas - Birkat Kibutz Galuiot

Valorizamos a atitude dos chalutzim que dedicaram suas vidas à construção do Estado de Israel, para que as diásporas se reúnam na nossa terra. Que cada judeu traga de sua diáspora seus valores, seus costumes, sua cultura e seu conhecimento. Sejamos plurais. Absorvamos toda a riqueza que esta união entre os distintos traz à nossa casa, ao nosso povo, às nossas almas.

11 - Do retorno à justiça - Birkat Hashavat Mishpat

Que sejamos contemplados com uma Justiça que evoque os valores de igualdade, mas respeitando sempre suas

diferenças. Que a Justiça proteja os mais fracos da opressão, e que forneça igualdade de tratamento entre os semelhantes. Que despreze a vingança e o revanchismo, e que contemple o ideal de tikun olam: conserto do mundo. Uma Justiça dos homens e das mulheres, que busque inexoravelmente a paz, a igualdade e a liberdade.

12 - Do combate aos inimigos e o mal - Birkat Hamanim

Que sejamos precursores no caminho para o bem e no combate ao mal. Que reconheçamos a capacidade humana da malfeitoria, mas também sua capacidade de benfeitoria. Que nos utilizemos de ferramentas pacíficas e educativas para traçarmos uma trilha de bondade, empatia e respeito. Que alcancemos uma coexistência estável e duradoura entre todas as instâncias relacionais. Que, com esses recursos e objetivos, combatamos aos inimigos e ao mal. Para que não haja destruições morais, físicas e verbais entre humanos e entre a natureza, apenas construções.

13 - Dos justos - Birkat Hatzadikim

Para todos aqueles que agem e mentalizam de forma coerente e digna do eterno. Para todos aqueles que fazem da Justiça uma ferramenta justa, imparcial e piedosa, buscando em seu objetivo final a coerência com seus valores humanos, levando em conta a sua natureza. Que o eterno possa nos julgar perante as nossas ações trazendo a justiça aos que precisam.

14 - Da construção de Jerusalém - Birkat Binián Yerushalaim

Jerusalém simboliza o surgimento da nação judaica unificada. A capital do Rei David, que centralizava as 12

tribos e de onde emanava cultura judaica, política e justiça a todo o povo, tem seu inquestionável lugar simbólico para o movimento de autodeterminação nacional do povo judeu. Desde então entoamos "no ano que vem, em Jerusalém", nossa eterna capital, onde podemos conviver com outros povos democraticamente e com igualdade.

15 - Que faz brotar a essência e força de David - Birkat Meshich ben David

Que a força e a glória do Rei David estejam presentes em cada um de nós. Que a salvação seja pelos nossos feitos, com a coragem de redentores de nossas gerações que somos. Que cada um de nós assuma a responsabilidade por salvar vidas e o mundo inteiro. O Messias somos todos nós.

16 - Oração

Que todo homem e mulher que buscarem amparo na oração tenham suas angústias confortadas. Que seja respeitada a angústia natural do ser humano perante àquilo que foge de seu controle. Que a reza siga criando o ser humano que cria a reza.

17 - Do serviço divino/trabalho - Birkat Avodá

Valorizamos a conquista pelo trabalho (kibush ha'avoda - כיבוש העבודה), que permitiu que surgisse o novo homem hebreu e a nova mulher hebreia. O trabalho nos aproxima da identificação com a terra, nos tira da inércia e dá razão à vida. É o trabalho que produz riqueza, e não o capital. O novo hebreu surgiu pelo trabalho hebraico, a partir do qual pudemos construir nosso Estado e retomar nossa unidade como povo.

18 - De louvor - Birkat Hahodaá

Por todas as vezes em que eu soube reconhecer o mérito alheio, pelas vezes em que soube louvar e dar a devida honra àquele que dela foi merecedor. Por uma kvutzá com mais elogios e desejos de crescimento conjunto. Por uma sociedade com mais palavras de apoio e reconhecimento, do que de culpa e demonização. Pelo respeito e pela exaltação que engrandeçam o próximo, sem cegá-lo pelo ego. Por uma forma de louvor sensata, pois se assim não for, transformar-se-á em idolatria.

19 - Da paz - Birkat Hashalom

Faça com que a sua paz transforme as vidas de seus próximos e todos, que traga bem-estar, benção, vida, graça e misericórdia para todos de casa. Expanda seu coração, liberte e liberte-se. Pois o fulgor de um dos sentimentos mais intensos da vida traz luz e justiça para todos. Que a paz recaia sobre todos na Terra e abra a mente de muitos.

Kadish dos enlutados

A palavra "Kadish" vem do aramaico e significa, literalmente, "sagrado". No serviço religioso de Kabalat Shabat, o Kadish possui, além do significado de suas palavras, uma função estrutural para a liturgia. Ele separa os diversos blocos de rezas, e possui três versões diferentes: o Kadish Shalem, o Chatzi Kadish e o Kadish Iatom [Kadish completo, meio Kadish e Kadish dos enlutados]. Os três possuem uma estrutura e letra semelhantes, com algumas pequenas variações. Enquanto quase todas as rezas em todos os serviços judaicos são lidas em hebraico, a língua milenar do povo judeu, o Kadish é uma exceção: ele é lido em aramaico. Quando ele foi composto, provavelmente nos primeiros séculos da era comum, este era o idioma corrente para a maioria dos judeus, sendo o hebraico restrito apenas ao estudo e prática religiosos. Portanto, o Kadish, tamanha a sua importância, era uma das rezas mais acessíveis, pois todos eram capazes de compreendê-la.

O texto do Kadish é, integralmente, uma santificação do nome de Deus. Cabe a reflexão, portanto, sobre o motivo de ele ser atribuído também aos momentos de luto e lembrança dos entes queridos, uma vez que não menciona nada diretamente relacionado a isso. E é aí que se encontra a beleza e a solenidade do Kadish. No luto judaico, é importante que aquele ou aquela que perdeu alguém não esteja sozinho, que haja sempre uma iniciativa coletiva de apoio, de ajuda ao próximo. O luto, no judaísmo, é repleto de atitudes singelas e que se perpetuam por gerações. O processo de luto, no judaísmo, faz com que a pessoa saia de casa, encontre outras pessoas; faz com que enxergue-

se a vida. Tais elementos visam servir como um conforto para a pessoa enlutada, para que a tristeza inevitável não a impeça de seguir em frente.

Para recitar o Kadish, é necessário um mínimo de 10 pessoas presentes, oferecendo, desta forma, apoio, mostrando que, apesar da perda, a pessoa não está sozinha, e reforçando a ideia de coletivo - ou, como valorizamos imensamente no Habonim Dror, a ideia de kvutzá. Por tudo isso, o Kadish homenageia aqueles que partiram sem falar sobre a morte, mas sim sobre vida, sobre comunidade, sobre a possibilidade de seguir em frente. A ideia de elevação da alma da pessoa que faleceu é relevante porque, independentemente da crença na existência de algo após a morte, ao recordar e valorizarmos o legado deixado por aqueles que já partiram, estamos mantendo viva a sua existência.

Escolhemos incluir neste sidur uma proposta diferente de leitura em hebraico, que fala com uma linguagem mais direta sobre as ideias descritas acima, que consideramos ser a essência do Kadish. Junto a ela, está a brachá tradicional, uma vez que entendemos que a forma como cada um enxerga seu processo de luto deve ser respeitada, e é natural que se busque amparo em elementos religiosos e na tradição em momentos como esse.

proposta humanista para o Kadish

Enaltecido e santificado seja o ser humano - Amém.

No mundo por nós construído, que sejam feitas as nossas vontades.

Ainda em nossos dias e na vida de toda a casa de Israel, rápida e prontamente. E digam amém.

Possa ser nosso grande nome abençoado, para sempre e em toda a eternidade.

Abençoado e louvado, glorificado, enaltecido e exaltado, honrado, adorado e aclamado seja nosso santificado nome. Bendito sejamos.

Além de todas as bênçãos, hinos, louvores e consolações que são proferidos no mundo. E digam amém.

Possa haver a paz dos céus em abundância, e vida para nós e para todo Israel, e para todos os humanos. E digam amém.

Aquele que faz a paz nas alturas, que estenda paz sobre nós e sobre todo Israel e sobre todos os humanos. E digam amém.

Kadish Iatom tradicional



para pessoas não envolvidas no projeto e, para pessoas sem envolvimento com o projeto.

יתגדל ויתקדש שם רבא [כולם עונים:] אמן
בעלמא די ברא כרעתה ימליך מלכותה
בחיכון וביומיכון ובחיי דכל בית ישראל
בעגלא ובזמן קרבב אמרו אמן

כולם עונים:] יהא שם רבא מברך לעלם ולעולם עולם אי]

יתברך וישתבח ויתפאר ויתרומם ויתנשא ויתהדר ויתעלה ויתהلال שם דקדשא [כולם עונים:]
בריר הוא
לעלא מן כל ברכתא ושרכתא, תשבקתא ונחמתתא, דאמירן בעולם, ואמרו אמן [כולם עונים:]
אמן
יהא שלמא רבא מן שםיא וחיטים עליינו על כל ישראל, ואמרו אמן [כולם עונים:] אמן
עשה שלום במרומי הוא יעשה שלום עליינו על כל ישראל, ואמרו אמן [כולם עונים:] אמן

Itgadal veitkadash shemê rabá [todos respondem:] amén
Bealmá di vrá chirutê veiamlich malchutê
Bechaiechon uveiomechon uvchaiê dechol beit Israel
Baagalá uvizman kariv veimrú [todos respondem:] amén

[todos respondem:] Lehê shemê rabá mevorach lealam ulealmei almaiaá

Itbarach veishtabach veitpaar veitroman veitnassê veithadar veitalê veithalal shemê
dekudeshá [todos respondem:] berich hú
Leelá min kol birchatá veshiratá tushbechatá venechematá daamiran bealmá veimrú¹
[todos respondem:] amén
Lehê shelamá rabá min shemaiá vechaim tovim aleinu veal kol Israel veal kol ioshvei
tevel veimrú [todos respondem:] amén
Osse shalom bimromav hu iaassê shalom aleinu veal kol Israel veal kol ioshvei tevel
veimrú [todos respondem:] amén



Enaltecido e santificado seja Seu grande nome - assim seja
no mundo que Ele criou conforme Sua vontade. Possa Ele estabelecer Seu reinado
ainda em nossos dias e na vida de toda a casa de Israel,
rápida e prontamente. E digam amém.

Possa ser Seu grande nome abençoado, para sempre e em toda a eternidade.

Abençoado e louvado, glorificado, enaltecido e exaltado, honrado, adorado e aclamado
seja Seu santificado nome. Bendito seja.

Além de todas as bênçãos, hinos, louvores e consolações que são proferidos no mundo.
E digam amém.

Possa haver a paz dos céus em abundância, e vida para nós e para todo Israel, e para
todos os humanos. E digam amém.

Aquele que faz a paz nas alturas, que estenda paz sobre nós e sobre todo Israel e sobre
todos os humanos. E digam amém.

músicas e reflexões sobre o luto

Yamim shel Sheket - Dias de Silêncio

O silêncio é como a saudade. Pode ter um significado que represente um vazio e uma sensação de desamparo. O vazio de não termos ninguém que consiga nos ouvir, ou de não conseguir ouvir ninguém, sobrando apenas o silêncio. O vazio da perda, da falta, de quando não podemos mais olhar nos olhos de pessoas queridas, tocá-las, abraçá-las, sobrando apenas a saudade. Mas a saudade, assim como o silêncio, também pode representar a plenitude. A plenitude de quando não há mais ruídos que poluam o ambiente, a tranquilidade que vem após a tempestade, real ou metafórica, o silêncio da paz. A saudade que nos deixa com um sorriso no rosto, mesmo ao lembrar daqueles que nos fazem falta. A saudade que nos permite seguir a vida plenamente, mantendo sempre na memória um lugar de aconchego para as pessoas que já se foram, mas sem deixar que isto nos engula em sofrimento.

A música Iamim Shel Sheket (Dias de Silêncio) foi lançada pelo grupo Lola em um momento de esperança em Israel, na época da retirada das tropas israelenses do sul do Líbano e da tentativa do acordo de Camp David II, ocorridos em maio e julho de 2000, respectivamente. Não se trata de uma canção política, mas traz uma esperança de paz, seja na sociedade israelense, seja no mundo, seja no coração de cada indivíduo. A música fala do silêncio como uma sensação de plenitude, onde é possível abrir a porta, descansar na varanda, ver os passarinhos. E isso não significa que não haja tristeza, e sim que não podemos deixá-la nos impedir de seguir caminhando. Chora-se pelo ontem, mas olhando para o céu, com esperança no futuro. Na tristeza ou na esperança, estaremos sempre em pares. Jamais sozinhos. Mesmo o próprio sentimento de solidão, em momentos de dificuldade, será compartilhada.

Que este silêncio que parece ensurcedor e a saudade que parece nos rasgar por dentro se transformem, sendo capazes de nos encher de luz. Que possamos transformar o vazio e o desamparo em plenitude. Que possamos transformar o luto em luta para seguir em frente. Que aqueles que já se foram vivam para sempre em nossos corações, pois assim sua memória e seu legado estarão preservados. Que possamos homenagear os mortos com amparo, com empatia, com apoio mútuo, com a vida.

הנה הם באים ימים של שקט
אחרי הרעש הגדול והנורא
אפשר לנוח קצת על המרפא
ולאסוף את שברי הסערה

Hine hem baim yamim shel sheket
Achrei haraash hagadol vehanora
Efshar lanuach ktzat al hamirpeset
Uleesof et shivrei haseara

הנה הם באים ימים של שקט
כבר שכחתי איך שהם נראים
אפשר עכשו לפתח את הדלת
לשוח אל הרוח ציפורים

Hine hem baim yamim shel sheket
Kvar shachachti eich shehem nirim
Efshar achshav liftoach et hadelet
Lishloach el haruach tziporim

הנה הם באים ימים של שקט
נצח אל החלון לראות
אם כלו כבר הימים
אולי כבר יש באופק אדמה
זוגות זוגות
נצח זוגות זוגות
נבייט אל השמיים
נחכה ביחד לונה

Hine hem baim yamim shel sheket
Netze el hachalon lirot
Im kalu kvar hamaim
Ulai kvar yesh baofek adama
Zugot zugot
Netze zugot zugot
Nabit el hashamaim
Nechake beyachad layona

הנה הם באים ימים של שקט
אחרי שכבר איבדנו את הכל
תשב איתי עכשו על המרפא
תבכה איתי ביחד על אטמול

Hine hem baim yamim shel sheket
Achrei shkvar ibadnu et hakol
Teshev iti achshav al hamirpeset
Tivke iti beyachad al etmol

הנה הם באים ימים של שקט
נצח אל החלון לראות...

Netze el hachalon lirot...

הנה הם באים...
שנינו כאן ביחד על ההר
הימים כבר ירדו ויש גם קשת
אפשר לgom, סוף העולם עבר.

Hine hem baim ..
Shneinu kan beiachad al hahar
Hamaim kvar yardu veyesh gam keshet
Efshar lakum, sof haolam avar.

Aí vêm dias de silêncio
Depois do grande e terrível barulho
Dá pra descansar um pouco na varanda
E juntar os cacos da tempestade

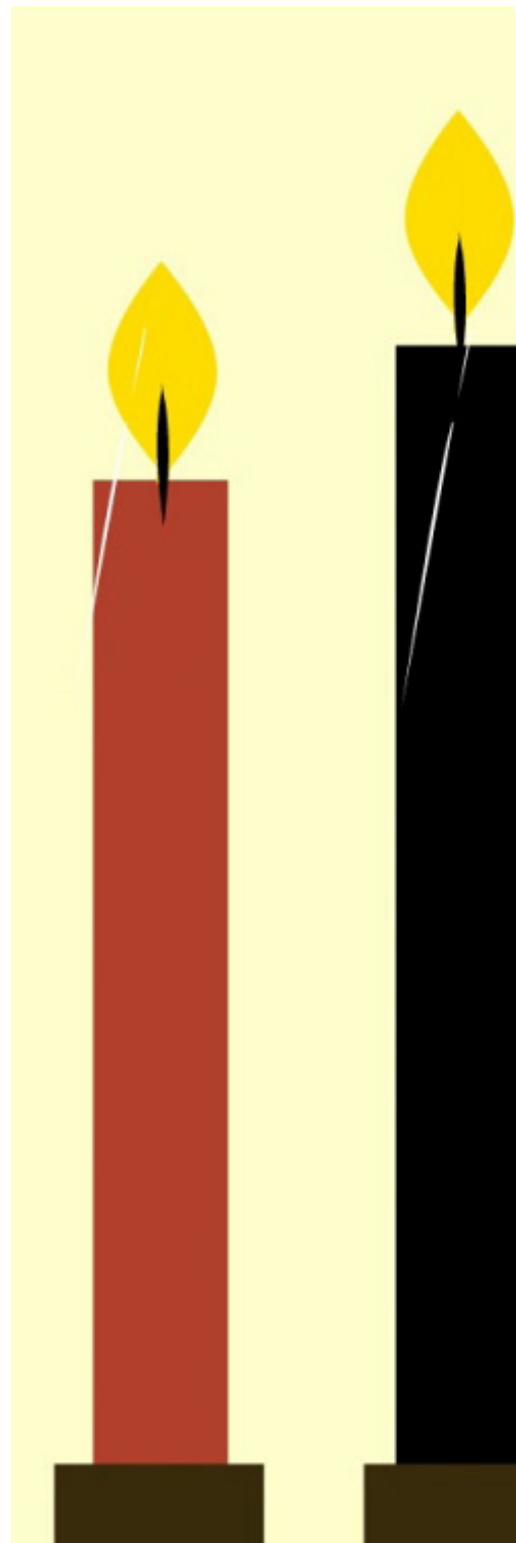
Aí vêm dias de silêncio
Já esqueci como eles são
Dá pra abrir a porta agora
Mandar passarinhos ao vento

Aí vêm dias de silêncio
Vamos sair para a janela ver
Se já acabou a água
Talvez já haja terra no horizonte
Pares, pares
Sairemos em pares, pares
Olhemos para o céu
Esperemos juntos a pomba.

Aí vêm dias de silêncio
Depois que já perdemos tudo
Sente-se comigo na varanda
Chora comigo pelo ontem

Aí vêm dias de silêncio
Vamos sair para a janela ver...

Aí vêm...
Nós dois juntos sobre o monte
A água já desceu e tem também arco-íris
Dá pra levantar, o fim do mundo passou



Shir LaShalom - A Canção para a Paz

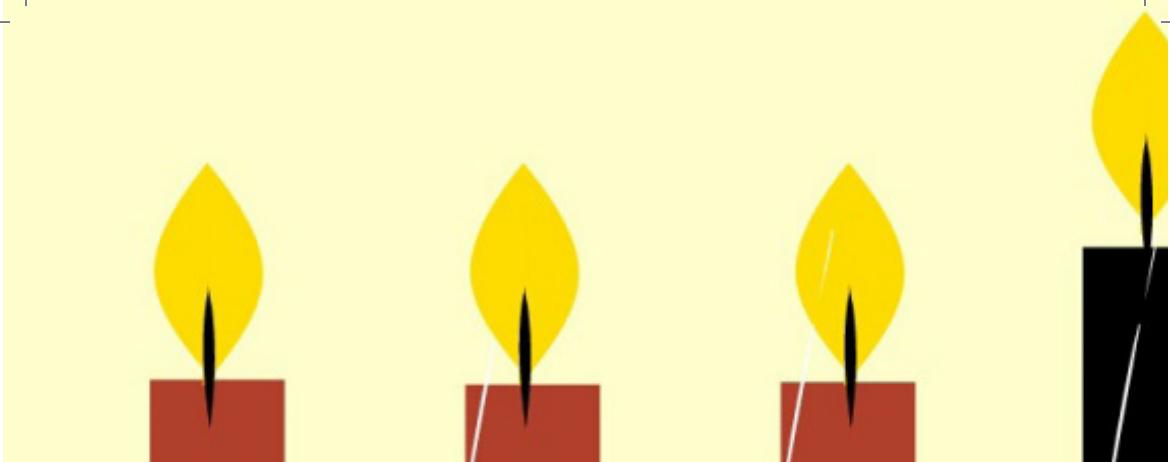
Shir Lashalom é considerada a primeira canção de protesto do país. Apesar do resto do país estar inebriado pela vitória de 1967, a Canção para a Paz urgia os ouvintes "cantar uma canção para o amor e não para as guerras."

Yanke'le Rotblit escreveu a canção após a guerra dos seis dias, onde perdeu sua perna ao longo dos combates pelo bairro de Abu-Tor (Jerusalém). A canção foi escrita como uma alternativa à guerra e seus resultados destruidores, e é cantada por mortos, dirigida aos vivos.

A canção foi primeiramente gravada em 1969 pela banda militar Nachal. A letra pacifista não foi de agrado de todos, e a canção foi boicotada/afastada pelo general da autoridade do Centro, Rechavam Ze'evi, e pelo general da autoridade do Sul, Ariel Sharon, por receio de que ferisse a moral do povo. Por um certo período de tempo a canção foi até mesmo proibida de ser tocada por causa da frase "Não olhem para trás, deixem os que se foram" por atingir as famílias que perderam parentes.

Em 4 de Novembro de 1995 aconteceu na Praça Rabin (então Praça Reis de Israel) uma grande manifestação em prol da paz. Miri Aloni cantou, e convidou Itzhak Rabin a cantar com ela. Após o término da canção, Rabin desceu do palco pelas escadas em direção a seu carro e então seu assassino lhe disparou três balas. Rabin feriu-se gravemente e morreu na sala de operações do hospital. No bolso de seu paletó foi encontrada a letra da canção manchada de sangue.

A canção, apesar de fúnebre, tem um tom positivo e otimista. Pede que nós, como sobreviventes, louvemos as vidas dos que se foram, e que não esperemos chegar o dia em que não se matem mais inocentes desnecessariamente, mas que o façamos chegar.



תנו לשמש לעלות
לבוקר להAIR
הזכה שבתפילותות
אותנו לא תחזר

מי אשר כבה נרו
ובעפר נתמן
בכי מר לא עירו
לא יחוירו לכאן

אישאותנו לא ישיב
MBER TACHTIT AFL
כאן לא יעילו
לא שמחת הניצחון
ולא שירי הלה

לכן, רק שיר שיר לשלום
אל תלחשו תפילה
モトב תשירו שיר לשלום
בצעקה גדולה

Tnu lashemesh laalot
Laboker lehair
Hazaka shebatfilot
Otanu lo tachzir

Mi asher kava nero
Ubeafar nitman
Bechi mar lo yairo
Lo yachziro lekan

Ish otanu lo yashiv
Mibor tachtit afel
Kan lo yoilu
Lo simchat hanitzachon
Velo shirei halel

Lachen rak shiru shir
lashalom
Al tilchashu tfila
Mutav tashiru shir
lashalom
Bitzeaka gdola

Deixem o sol nascer
A manhã iluminar
A pureza das orações
Não nos trará de volta

Aquele cuja vela se apagou
E na terra foi enterrado
Um choro amargo não o
acordará
Não o trará de volta

Ninguém nos trará de volta
Do fundo de um poço
escuro
Aqui não servirá
Nem a alegria da vitória
Nem cantos de louvor

Apenas cantem, uma
canção para a paz
Não sussurem uma oração
É bom que cantem, uma
canção para a paz,
Num grito forte



תנו לשמש לחדר
מבعد לפרחים
אל תביטו לאחר
הנינו להולכים

Tnu lashemesh lachador
Mibaad laprachim
Al tabitu leachor
Hanichu lahohlim

Deixem o sol penetrar
Através das flores
Não olhem para trás
Deixem os que se foram

שאו עיניהם בתקווה
לא דרך כוונות
שירו שיר לאהבה
ולא למלחמות

Su einaim betikva
Lo derech kavanot
Shiru shir laahava
Velo lamilchamot

Levantem seus olhos com
esperança
E não através de intenções
[ou miras]
Cantem uma canção ao

- אל תגידו יומ יבו
הביאו את הימים!
כי לא חלום הוא
ובכל היכרות
הריעו לשalom!

Al tagidu yom yavo
Haviu et hayom
Ki lo chalom hu
Ubechol hakikarot
Hariu lashalom

amor,
E não às guerras

Não digam: o dia virá
Tragam este dia
Porque ele não é um sonho
E em todas as praças
Aplaudam a paz

לכן, רק שירו שיר לשalom...

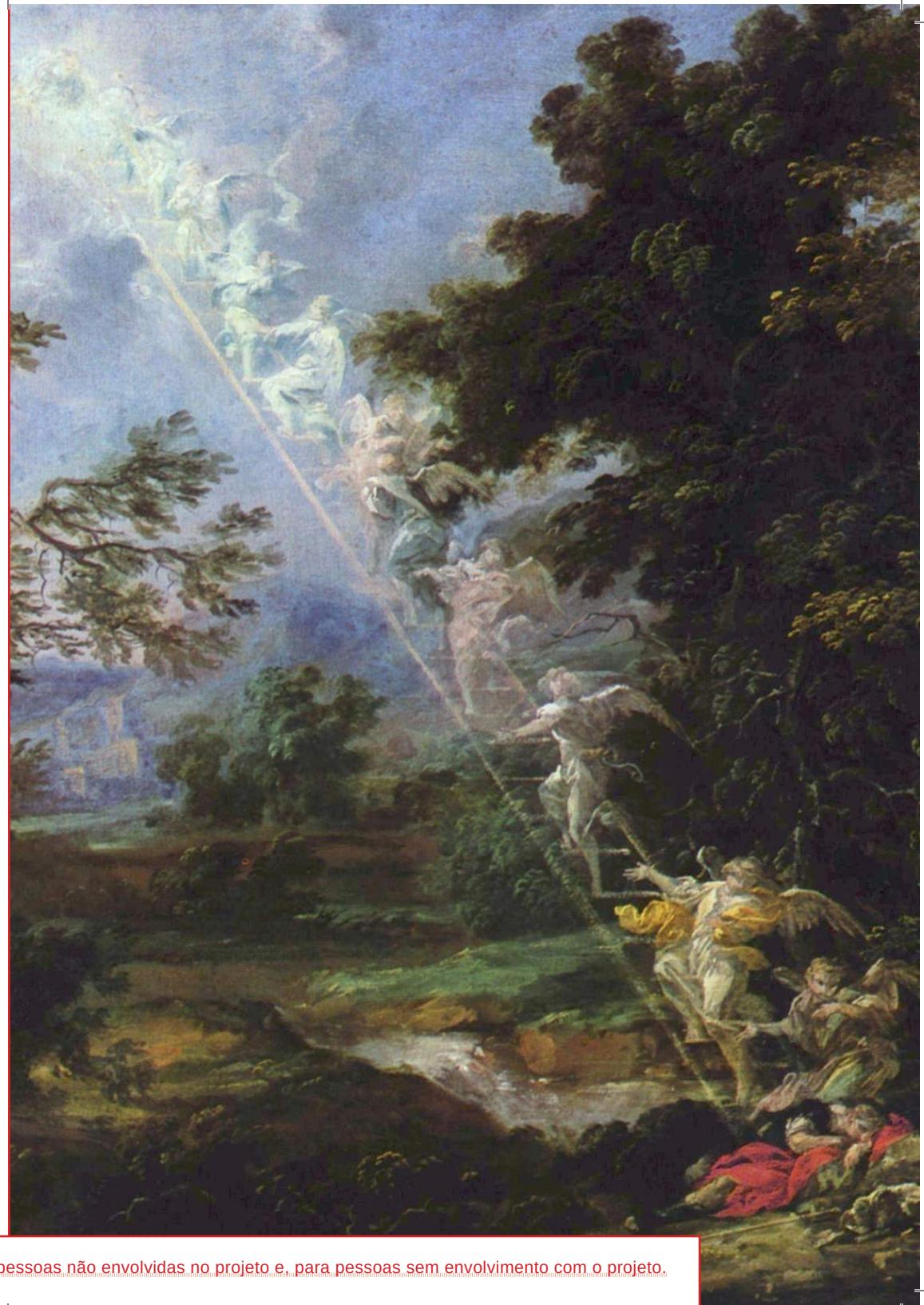
Lachen rak shiru shir
lashalom...

Então apenas cantem, uma
canção para a paz...

A Bênção das Crianças

Na parte final do serviço de Kabalat Shabat, os pais abençoam seus filhos e/ou filhas. As brachot tradicionais homenageiam Efraim e Menashe, para os filhos, e as quatro matriarcas, para as filhas, desejando que as crianças sejam como estas personagens e que Deus as abençoe. Efraim e Menashe foram abençoados por seu avô, Yaakov, com a promessa de que "por vocês Israel invocará bênçãos" (Bereshit 48:20). Este foi o primeiro caso de irmãos hebreus que conviveram em harmonia, ao contrário de Isaac e Ishmael, Jacó e Esaú, ou José e seus irmãos. Além disso, mesmo tendo sido criados no Egito, foram capazes de preservar a essência do judaísmo. Sarah, Rebeca, Rachel e Leah, por sua vez, não apenas deram origem a todo o povo judeu, como provaram-se, em diversas situações, mulheres fortes e determinadas, fazendo jus à vasta herança que lhes é atribuída: o próprio judaísmo.

Neste sidur, optamos por ampliar ainda mais estas referências, trazendo uma gama ainda mais ampla de figuras bíblicas: os doze filhos de Yaakov, e catorze mulheres mencionadas no Tanach. Inspiremo-nos nas fontes judaicas para abençoar nossos filhos, e desejar-lhes sempre o melhor. Acreditamos que a beleza das palavras e a sinceridade ao proferi-las dão ainda mais significado a esse sentimento tão forte e tão poderoso que é o amor de um pai ou uma mãe por seus filhos e filhas.



para pessoas não envolvidas no projeto e, para pessoas sem envolvimento com o projeto.

Birkat Habanim - a benção dos filhos

versão ressignificada da benção dos filhos, por Rodrigo Baumworcel

בָּנִי	Beni,
כָּבָכָר יַעֲקֹב	Ke'bechor yaakov
אַתָּה מָקוֹר כְּבוֹדִינוֹתִי	Ata mekor kochotai
עֲבוּרָה אֲקָם וְאַלְחָם	Avurchá akum Ve'Alachem
יֹם אַחֲרֵי יֹם	Yom acharei Yom
שְׁחִירָה יְהוּ כְּשָׁמְעוֹן וְלֹויִ	She'Chaiéchá yhiu Ke'Shimon Ve'Levi
וְתַשִּׁיג כָּל מְטוֹרָתִיךְ	VeTasig kol Matarotechá
תְּדַע בָּנִי	Tedá beni,
כִּיהוּדָה אַתָּה בֶן אַרְיָה	Ke'Yehuda Ata ben arieh
יּוֹם אֶחָד תְּהִי מֶלֶךְ	Ve'Yom echad tehiye melech
תַּצָּא לִים	Tetzé La'yam
תָּבִין אָתוֹ כְּמַרְחָבָ רָקִיעַ	Tavin oto Ke'Merchav Rakia
בָּנִי,	Beni,
אֶל תִּשְׁכַּח אֶת הַמָּקוֹם שֶׁלְךָ	Al tishkach et Ha'Makom Shelchá
הַבָּסִיס שֶׁלְךָ	Ha'Basis shelchá
הַחַיִם יְהוּ קָשִׁים	Ha'chaim ihyu kashim
וּבְכָל זָאת תַּצְלִיחַ כִּיְשָׁכָר	Ube'chol zot tatzliach Ke'Issachar
כְּמוֹ יַעֲקֹב הַזָּהָיר אֶת גָּד	Kmo Yaakov ezhir et Gad
תְּדַע לְחִזּוֹר	Tedá lachzor
שִׁיחַוּ לְךָ חַיִם מְעוּשָׂרִים כִּאֲשֶׁר	She'ihyu lechá chaim meusharim ke'Asher
מְאוּשָׂרִים כִּנְפָתִילִ	Meusharim ke'Naftali
מְבָרְכִים אֹתְךָ	Mevarchim otchá
תַּצְמַח כִּיּוֹסֵף	Titzmach ke'Yosef
וְתַהְיָה חָלֵק מְהַמְּלָכָת כְּבָנִיָּמִן	Ve'tihye Chelek me'ha'malkut ke'Beniyamin

Filho,

Como o primogênito de Jacob,

Tú és minha fonte de força,

Para acordar e batalhar dia após dia.

Que a sua energia seja comparada a de Simão e Levi,

E você possa alcançar todos seus sonhos.

Tenha certeza filho,

Que assim como Judá,

Tu és filho de um leão,

E tem a possibilidade de ser Rei um dia.

Saiba velejar e entender o mar como Zebulun,

Mas não se esqueça de seu porto seguro.

Não se esqueça,

Que por mais dura que seja a vida,

Merecemos um descanso como Jacob deu a

Issachar.

Filho,

Como Jacob alertou Dan,

Fique sempre atento.

Trilhe seu caminho,

Mas como Gad,

Saiba retornar.

Que a sua vida seja rica como a de Asher,

Solta e feliz como a de Naftali.

Desejamos a você uma vida frutífera como a de José,

E de sucesso como a de Benjamin.

Birkat Habanot - A bênção das filhas

versão ressignificada da bênção dos filhos, por Rodrigo Baumworcel

בת'	Biti
ראשונת האמהות	Ke'rishonat haimaot
ששנות חייך רבות וגלן שעון ליטובה	Sheshnot chaiech rabot veculan shavin letova
שנדיבותך תהיה כר'בקה	Shenedivutech tihie ke'rivka
ובחריך את מסלולך	Vebichri et maslulech
שלפי מצוקות	Shelefi metzukot
עינך רכוות כלאה	Einech rachot ke'Leah
תידי בת'	Tidí biti,
כרחך	Ke'Rachel
תהי תמיד מוקפת באהבה	Tihi tamid mukefet beahava
אותגاري את העולות כיוחבד שפרה ופועה	Atgeri et haavelot ke'Yocheved Shifra ve'Pua
תגעי להישגים כמו אלה של דבורה	Tagi'i le'hissagim kmo ele shel Dvorah
אל תשכח את המקום שלך	Al tishkechi et ha'makom shelach
אל תשכח	Al tishkechi
אפילו כשחיהם קשים	Afilu kshe'chaim kashim
לעולם לא תהיי פחתת מאיש	Leolam lo tihi pachot me'ish
כאיוב קראאה לימיימה קציעה וקרן הפור	Ke'Yiov here le'Iemimá Ktzia veKeren Hapuch
בת'	Biti,
שיהיה לך הריגשות חזוק ומנהיגות	She'ihie lach ha'regishut, chozek ve'manhigut
של מרים	shel Miriam
שתשתמשי מילים ושתיקות עם החוכמה	She'tishtamshi milim ve'shtikot im ha'chochma
והכנות של חנה	veha'kenut shel Hannah
כדי שיגרשו את העצב מפניך	Kdei she'igarshu et ha'etzev mi'panaich
مبرכיכים אותך שתתעש כירות	Mevrachim otach she'taasi ke'Rut
ותהפכ כי לביתך את מקום ליבך	Ve'taafchi le'beitech et makom libech

Filha,

Como a primeira das matriarcas,
Que os anos de sua vida sejam muitos e igualmente
para o bem

Que a sua generosidade seja como a de Rebeca,
E você possa escolher que caminhos trilhar
Que frente às adversidades
Seus olhos sejam suaves como os de Leah

Tenha certeza, filha,
Que assim como Rachel,
Estarás sempre cercada de amor

Desafie as injustiças como Yocheved, Shifrá e Puá
Alcance conquistas pelo mundo como as de Deborah
Mas não se esqueça de seu porto seguro.

Não se esqueça,
Que por mais dura que seja a vida,
Você jamais será menor do que um homem
Como Jó mostrou a Jemima, Kézia e Keren Hapuk,

Filha,
Que você tenha a sensibilidade, força e liderança
de Miriam

Que use palavras e silêncios com a sabedoria
e sinceridade de Hannah

Para que eliminem a tristeza de seu semblante
Desejamos a você que faça como Rute
E transforme em lar o lugar de seu coração

Kidush, vinho e chalá

o Kidush adaptado

יום השישי: ייכלו השמיים והארץ
וכל האנשיים שבה
יכל אלוהים ביום השביעי מלאכתו אשר
עשה.
ומאז יום השביעי האדם הוא המשפיע
על כל מלאכתו אשר עשה
יברך האדם את יום השביעי ויקדש אותו
כי בו קידש האדם את עצמו ואת רצונו.
ברוך אתה אשר מגדל את פרי הגפן.

ברוך העם אשר בחר במצוותינו
ורצח לשמש דוגמה
ושבת נקדש באהבה וברצון
זכרון למעשה המהפרך, תחילה למאבק על
החרות זכר ליציאת מצרים
כי בנו בחורת ואותנו קדשת עם כל העמים
ושבת קדשנו באהבה וברצון
את ירושת הדורות
ברוכה קבוצתנו שבוחרת בשבת.

Yom hashishi: Vaichulu hashamaim
vehaaretz vechol haanashim shebá
Vaichal elohim bayom hashvii melachto
asher assá. Umeaz hayom hashvii haadam
hu hamashpia
al col melachto asher assá.
Vaivarech haadam et yom hashvii
vaikadesh otó,
Ki vó kidesh haadam et atzmó veet
ratzonotaiv

Baruch atá asher megadel et peri hagafen
Baruch haam asher bachar bemitzvotai
Vé ratza leshamesh dugma.
VeShabat nekadesh beahava uveratzon
Zicaron lemaasse hamaapecha, techila
lemaavak al hacherut zecher litziat
mitzrayim
Ki vanu bacharta veotanu kidashta im col
haamim
VeShabat kidashnu beahava uveratzon
et ierushat hadorot
Brucha kvutzatenu shebocheret baShabat.

Sexto dia: E acabaram de criar-se os céus e a terra e toda a humanidade vindoura. E terminou Deus no 7º dia a obra que fez, e a partir do 7º dia o homem é quem influencia toda a obra que fez. E abençoou o homem o 7º dia e santificou-o, porque nele o homem santificou a si e a sua vontade própria.

Abençoado sejas tu, que faz crescer o fruto da videira.

Abençoado seja o povo que se escolhe suas boas ações e se quer fazer de exemplo. E o Shabat santifiquemos com amor e agrado. Em lembrança a obra da revolução, pois que é a primeira das lutas por liberdade, em memória da saída do Egito. Porque Tu nos escolhestes e nos santificaste com todos os povos. E o nosso Shabat é sagrado com amor e agrado, na herança das gerações. Abençoado seja o nosso grupo, que escolhe o Shabat.

outras brachot humanistas para o vinho

Birkat HaIain - bênção para o vinho

Nakdish Atzmenu - Kehilá Koleinu (Habonim
Dror Australia)

נקדיש עצמנו לברוא קהיל בריא. פרי הגפן - אתנו
נשתה "לח'ימ!"

**Nakdish atzmeinu livroh kahal bari. Pri
hagafen - ito nishte lechaim!**

Que nos dediquemos a criar um público
saudável. O fruto da vinha - com ele bebemos
à vida.

Birkat HaYain - Bênção para o vinho

Beheiotenu- Kvutza Shnat 2015 HD Brasil

בחיותנו עם הצלות והין נשמח את ליל השבת
הזה

**Beheiotenu im azulat vehaiain nesameach et
leil haShabat haze**

Uns com os outros e com o vinho, alegraremos
esta noite de Shabat

Birkat HaYain - Bênção para o vinho

Brachá Tradicional

ברוך אתה ה' אלוהינו מלך העולם בורא פרי הגפן

**Baruch ata Adonai, eloheinu melech haolam, bore peri
hagafen**

Bendito sejas Tu, ó Eterno, nosso Deus, rei do universo, que cria
o fruto da vinha.

Birkat HaYain - Bênção para o vinho

Kshenishte min haYain- Autor desconhecido

כשנשתה מִן הַיָּין נָהִיה לְרָגֵעַ לִישָׁוֹת אַחַת, לְקַבּוֹצָה אַחַת - שֶׁהָיָ
כָּפֵן: מָוְרָכֶת מַעֲנְבִּים רַבִּים וְשׁוֹנוֹתִים הַמְּסִירִים אֶת הַקְּלִיפּוֹת
מְעַלְּיָהָם וּנְמַסְכִּים אֶחָד עַל הַשְׁנִי. אִזְהָה כִּי, יְיָ!

**Kshenishte min haiain nihie lerega leieshut achat, lekvutza
achat - shehi kagefen: murkevet meanavim rabim veshonim
hamessirim et haklipot mealeihem venimsachim echad al
hasheni. Eize kef, iain!**

Ao beber o vinho criaremos um momento no qual somos uma
só entidade, um só grupo - que é o Gefen: está composto de
muitos tipos diferentes de uva, que eliminam duas próprias
cascas e se entregam uma a outra. Que diversão, o vinho!

Birkat HaYain - Bênção para o vinho

Nistakel betirush - Autor desconhecido

נסתכל בתירוש ובכבעו,
ניריח את ריחו,
נקשיב לצליל נשיקת הכוויות
ונטעם את טעמו.
שתבווא עליינו השבת
בכבע, בניחוח, בצליל ובטעם...
שבת שלום!

Nistakel betirosh uvetzvao,
Nariach et richo,
Nakshiv letzlil neshikat hakossot,
Nitaam et taamo.
Shetavo aleinu haShabat
Betzeva, benichuach, betzlil ubetaam..
Shabat shalom!

Observemos o vinho e sua cor,
Sintamos seu aroma,
Escutemos o som do choque entre os copos,
Degustemos seu sabor.
Que nos chegue um Shabat
Com cor, com cheiro, com som e com sabor...
Shabat shalom!

brachot humanistas para a chalá

Birkat HaChalá - Bênção para o pão

Mi iten taam - Kibbutz Misra

אֶז, יְמַלֵּא שְׁחֹק פִּינוּ וְלְשׁוֹנוּנוּ רִינָה.
נְבָרֶךְ עַל פַּת וְעַבְדָּבָר,
מַתְנָתָת אָדָם וְאַדְמָה,
מִי יִתְןּוּ טָעֵם, לֹא יִפּוֹג לְעוֹלָם.

Az, imale schok pinu uleshonenu rina.
Nevarech al pat veanaav,
Matanat adam veadama,
Mi iten taam, lo iafug leolam.

Então, que nossas caras se enchem de alegria e nossas línguas de melodia.
Abençoeis o pão e a uva,
Presentes do ser humano e da terra,
Quem lhes dá sabor, jamais expirará.

Birkat HaChalá - Bênção para o pão

Shebechol Shabat - Kvutzá Shnat 2015 HD Brasil

שְׁבָכֶל שַׁבָּת וּבְכֶל יּוֹם לְכָל בְּנֵי אָדָם יִהְיֶה פַת לְשׁוּבָע

She bechol Shabat ubechol iom lecol bnei adam ihie pat lessova.

Que em todo Shabat e todos os dias, para todo ser humano haja pão para saciar sua fome.

Birkat HaChalá - Bênção para o pão

Brachá Tradicional

ברוך אתה ה' אלוהינו מלך העולם המוציא לחם מן הארץ

Baruch ata Adonai, eloheinu melech haolam, hamotzi lechem min haaretz

Bendito sejas Tu, ó Eterno, nosso Deus, rei do universo, que tira o pão da terra

Birkat HaChalá - Bênção para o pão

Sav tissov beineinu- Kibbutz Bustan Hamachanot Haolim

וב תיסוב בינוינו חلت המשפחה.

כל אחד יבצע לו מן הפת

כפח שיעורו ורצינו.

יפתח איש את ליבו, ויביא את שרצו הוא לחלק בדברים עם המשפחה

ברוך הרוג ברכך המקום.

Sav tissov beineinu chalat hamishpacha.

Kol echad ivtza lo min hapat,

Kepach shehuro veratzenu.

Iftach ish et libo, veievin et sherotze hu lachlok

Bedvarim im hamishpacha.

Baruch harega, baruch hamakom.

Dará voltas ao nosso redor a chala familiar.

Cada um partirá o pão, como queira e calcule.

Cada pessoa abrirá seu coração, e dirá o que quer compartilhar com a família. Abençoad o momento, abençoad o lugar.

Birkat HaChalá - Bênção para o pão

Nevarech et hachalá - Rabbi Binyamin Biber

נברך את הלחם

כאות לטוב שבעולם.

ונציא לחם מן הארץ

שכלום יאכלו

Nevarech et hachala

keot latov shebaolam.

Notzi lechem min haaretz

shekulam iochlu.

Abençoemos a chala

como símbolo do bem que há no mundo.

Que tiremos o pão da terra

para que todos possam se alimentar.

brachá de agradecimento final

Betodá, bebrachá, beahavá uveshalom

Kvutzá Shnat 2015 HD Argentina

מודים לך לפני שבת יקרה
על הגדנות זו להפגש בשקט ובשלווה.

מודים אנחנו איש לרעהו
שבהתקרבות בלילה ההזה
לתהילך בניית משחו גדול יותר וגדל כמוני
אנו מתמסרים לאהבה, לח'בה ולהוקה.

חכמים אלה שייצרו הפלחים
כדי לאפשר לנו ליצור
את עצמנו ולחפש משמעותנו
כדי לאפשר לנו לשתף
את קיומנו עם אהובינו.

ברוך יהיה כל מה שנעשה ממן, שבת
שהיום יהיה כל טוב לנו ולכל האנושות.

שבת אהבה, שבת שלום.

Modiim lach lefanaich Shabat iekará,
Al hizdamnut zo lehipagesh besheket
uveshalvá.

Modiim hanachnu ish lereu,
Sheba'hitkarvut balaila haze
Letaalich bniat masheu gadol ioter
vegadol kamonu,
Anu mitmasrim leahavá, lachibá
velaokará.

Chachamim ele sheiatzrú ha'pulchanim
Kedei leafsher lanu litzor
et atzmeinu velechapes mashmauteinu,
Kedei leafsher lanu leshatef
Et kiumeinu im ahuveinu.

Baruch ihie kol ma shenaasse mimech,
Shabat,
Shehaiom ihie kol tuv lanu velekol
ha'enoshut.

Shabat ahava, Shabat Shalom.

Lhe agradecemos, oh Shabat,
Que nos permite reunir-nos em paz e calma.

Agradecidos estamos, uns com os outros,
Que ao nos aproximarmos juntos esta noite
À construção de algo maior e tão grande como nós,
Nos entregamos ao amor, ao carinho, ao reconhecimento.

Sábios aqueles que criaram os ritos
Para permiti-nos que criemos
A nós mesmos e busquemos o nosso sentido,
Para permitir que compartilhemos
A nossa existência com aqueles a quem amamos.

Bendito seja todo aquele que te respeite, Shabat,
que hoje tudo de bom tenhamos nós e toda a humanidade

Shabat de amor, Shabat de paz.

canções modernas em hebraico

Ani Ve Ata - Arik Einstein

אני ואתה נשנה את העולם,
אני ואתה אז יבואו כבר כולם,
אמרו את זה קודם לפני
לא משנה
אני ואתה נשנה את העולם.

אני ואתה ננסח מהתחלת
'יהיה לנו רע, אין דבר זה לא נורא
אמרו את זה קודם לפני
זה לא משנה
אני ואתה נשנה את העולם.

Ani veata neshane et haolam
Ani veata az iavou kvar culam
Amru et ze kodem lefanai,
Lo meshane
Ani veata neshane et haolam

Ani veata nenassee mehatchala
Ihie lanu ra, ein davar, ze lo norá
Amru et ze kodem lefanai,
Ze lo meshane
Ani veata neshane et haolam

Eu e você mudaremos o mundo
Eu e você e depois virão os outros
Já disseram isso antes,
Não importa
Eu e você mudaremos o mundo

Eu e você tentaremos desde o princípio
Será difícil para nós, mas não é terrível
Já disseram isso antes,
Isso não importa
Eu e você mudaremos o mundo

Kanfei Ruach - Rav Kook (Beny Landau)

בן אדם, אלה, למעלה עלה
עליה למעלה, אלה בן אדם
עליה, למעלה עלה

Ben Adam, alêh lema'aláh alêh
Alêh lema'aláh, alêh ben Adam
Alêh, lema'aláh alêh

כי כח עז לך
יש לך כנפי רוח,
יש לך כנפי רוח,
כנפי נשרים אבירים

Ki coach az lecha
yesh lecha kanfei ruach
yesh lecha kanfei ruach
kanfei nesharim avirim

אל תכחש בם
פָּנָים יְכַחַשׁוּ לְךָ
דרוש אוטם
דרוש בן אדם
וימצאו לך מיד.

Al tekachesh bam
pen yakechashu lecha
Drosh otam
Drosh ben Adam
Veyimatzu lecha mi'iad

Ser humano, suba, suba para o alto.
Suba para o alto, suba ser humano
Suba, suba para o alto

Pois você tem força
Você tem asas de “vento” (espírito)
Você tem asas de “vento” (espírito)
Asas como que de águias

Não as ignore
Para que elas não ignorem você
Demande-as
Demande-as, ser humano
E elas serão encontradas por ti imediatamente

Shir Tikvah - Aviv Geffen

בואו נצעד לחלום	Bou nitzad lachalom	Vamos avançar para o sonho
בל' גזע ולאות	Bli geza veleom	Sem raça e nação
בואו ננסה	Bou nenassê	Vamos tentar
עד שיהיה טוב	Ad sheihie tov	Até que esteja bem
עד שיהיה	Ad sheihie	Até que esteja
נקבור את הרובים	Nikbor et harovim	Enterremos os fuzis
ולא את הילדים	Velo et hayeladim	E não as crianças
בואו ננסה	Bou nenasse	Vamos tentar
עד שיהיה טוב	Ad sheihie tov	Até que esteja bem
עד שיהיה	Ad sheihie	Até que esteja
נכbos את השלום	Nichbosh et hashalom	Conquistemos a paz
ולא את השטחים	Velo et hashtachim	E não os territórios
از בואו ננסה	Az bou nenasse	Então vamos tentar
עד שיהיה טוב	Ad sheihie tov	Até que esteja bem
עד שיהיה	Ad sheihie	Até que esteja
לחופש הנצח'	Lashofesh hanitzchi	Para a liberdade eterna
(ילדים שלי) (וגם שלכם	Layeladim sheli (vegam shelachem)	Para meus filhos (e os seus também)
از בואו ננסה	Az bou nenasse	Então vamos tentar
עד שיהיה טוב	Ad sheihie tov	Até que esteja bem
עד שיהיה	Ad sheihie	Até que esteja



pessoas não envolvidas no projeto e, para pessoas sem envolvimento com o projeto.

Ihie Tov - David Broza

אֵין מִבֵּית מַחְלוֹן	Bou nitzad lachalom	Eu olho pela janela
וְזֹה עֹשֶׂה לִי דֵי עַזְוב	Ani mabit mahachalon	E isso me faz ficar triste
הַאֲבִיב חָלָף עַבְרָ לֵי	Veze ose li dei atzuv	A primavera se foi
מֵי יְדַע אֵם יְשֻׁב	Haaviv chalaf avar lo	Ninguém sabe se voltará
הַלִּיצָן הִיא לְמַלְךָ	Mi yodea im yashuv	O palhaço virou rei
הַנְּבִיא נָהִיה לִיצָן	Haleitzan haya lemelech	O profeta virou palhaço
וְשַׁחַתִּי אֶת הַדָּרֶךְ	Hanavi nihya leitzan	E esqueci o caminho
אָבֶל אֵין עוֹד כָּאן	Veshachachti et haderech	Mas ainda estou aqui
	Aval ani od kan	
וְיִהְיָה טֹוב, יִהְיָה טֹוב, כֵּן		E ficará bem, ficará bem sim
לְפָעָמִים אֵין נִשְׁבָּר	Vihye tov, ihye tov ken	Às vezes eu quebro
אֵז הַלִּילָה	Lif'amim ani nishbar	Então hoje à noite
הַו הַלִּילָה	Az halaila,	Ah, hoje à noite
אֵיתֶךָ אֵין נִשְׁאָר	O halaila	Com você eu ficarei
	Itach ani nishar	
לְדִים לֹבְשִׁים כְּנֹפִים		Crianças vestem asas
וְעַפְתִּים אֶל הַצְּבָא	Yeladim lovshim knafaim	E voam para o exército
וְאַחֲרֵי שְׁנָתִים	Veafim el hatzava	E depois de dois anos
הַמ חֹזְרִים לֹא תְשׁוּבָה	Vaacharei shnataim	Eles voltam sem resposta
אָנָשִׁים חַיִים בָּמְתָחָה	Hem chozrim lelo tshuva	Pessoas vivem em tensão
מְחַפְשִׁים סִבְתָּה לְנָשָׂוּם	Anashim chaim bemetach	Procuram motivo para respirar
וּבֵין שְׁנָהָה לְרַצְחָה	Mechapsim siba linshom	E entre ódio e assassinato
מְדֻבְּרִים עַל הַשְּׁלוֹם	Uvein sin'a leretzach	Falam sobre a paz
	Medabrim al hashalom	
וְיִהְיָה טֹוב...	Vihye tov...	E ficará bem...
שֵׁם לְמַעְלָה בְּשָׁמַיִם		Lá em cima no céu
עֲנָנִים לּוּמְדִים לְעוֹף	Sham lemala bashamaim	Nuvens aprendem a voar
וְאֵין מִבֵּית לְמַעְלָה	Ananim lomdim lauf	E eu olho pra cima
וּרְאוֹה מְטוֹסֵחַ טָוָף	Vaani mabit lemala	E vejo um avião sequestrado

משלוֹת ווּגְנָרְלִים
שְׁחִילְקָו לְנוּ אֶת הַנֶּפֶשׁ
לְשָׁלָהָם וְשָׁלָנוּ
מַתִּי נָרָא אֶת הַסּוֹף

הַנֶּה בָּא נְשִׁיאָ מִצְרָיִם
אֵיךְ שְׁמַחְתִּי לְקָרְאָתָנוּ
פִּירְמִידּוֹת בְּעַנְיִנִים
וְשָׁלוֹם בְּמִקְטָרָתוּ
וְאִמְרָנוּ בָּאוּ נְשִׁילָהָמָה
וְנוֹחִיהָ כְּמוֹ אֲחִים
וְאֵיךְ הָאָמָר קְדִימָה
רָקְ תַּצְאִוּ מְהַשְּׁתָחִים

וְיַהְיָה טוֹב...

אֲנִי מַבִּיט מִהְלָלוֹן
לְרָאֹות אֶם כָּל זֶה אָמִיתִי
מַבִּיט מִהְלָלוֹן
וּמְלַמֵּל אֶת תִּפְלִיטִי
עוֹד נָגֹר זָבָעָם כְּבָשׁ
וּנְמַרְיַבֵּץ עַם גָּדִי
אָרְךָ בִּינְתִּים אֶל תּוֹצִיאִי
אֶת יָדָךְ מַכְפִּידִי

וְיַהְיָה טוֹב...

אֲנִי מַבִּיט מִהְלָלוֹן
אֹלֵי מַגְיַע יוֹם חֲדָשָׁ

Veroe matos chatuf
Memshaloֹt vegeneralim
Shechilku lanu et hanof
Leshelahem veleshelau
Matai nir'e et hasof

Hine ba nasi Mitzraim
Eich samachti likrato
Piramidot baeinaim
Veshalom bemiktarto
Veamarnu bo nashlima
Venichye kmo achim
Veaz hu amar kadima
Rak tetz'u mehashtachim

Vihye tov...

Ani mabit mehachalon
Lir'ot im kol ze amiti
Mabit mehachalon
Umemalmel et tfilati
Od nagur zeev im keves
Venamer irbatz im gdi
Ach beintaim al tozi'i
Et yadech mikaf yadi

Vihye tov...

Ani mabit mehachalon
Ulai maguia yom chadash

Governo e generais
Que nos dividiram a paisagem
"O deles e o nosso"
Quando veremos o fim?
Aí vem o presidente do Egito
Como fiquei feliz com sua vinda
Pirâmides nos olhos
E paz em seu cachimbo
E disseram: vamos fazer as pazes
E vivamos como irmãos
E então ele disse ok
Apenas saiam dos territórios

E ficará bem...

Eu olho pela janela
Para ver se tudo isso é verdade
Olho pela janela
E murmuro minha prece
Ainda viveremos o lobo com a
ovelha
E o tigre se deitará com o carneiro
Mas por enquanto não tire
Tua mão de minha mão

E ficará bem...

Eu olho pela janela
Talvez está chegando um novo dia

Yerushalaim shel zahav - Naomi Shemer

אור הרים צלול כין	<i>Avir harim tzalul kayain</i>	O ar da montanha é límpido
וريح אורהנים	<i>Vereach oranim</i>	com o vinho
ニsha ברוח הערביים	<i>Nisa beruach haarbaim</i>	E o perfume dos pinheiros
עם קול פעמוניים	<i>Im kol paamonim</i>	Carregado na brisa do anoitecer
ובתרדמת אילן ואבן שבואה בחלומה	<i>Uvtardemat ilan vaseven</i>	Com os sons dos sinos
העיר אשר בدد יושבת ובלביה חומה	<i>Shvua bechalomah</i>	
<i>Hair asher badad yoshevet</i>		E em seu sono uma árvore, e uma pedra
<i>Uveliba choma</i>		Está capturada em seu sonho
ירושלים של זהב	<i>Yerushalaim shel zahav</i>	A cidade que está solitária
ושל נחושת ושל אור	<i>Veshel nechoshet veshel or</i>	E em seu coração um muro
הלא לצל שירין	<i>Alo lechol shiraich</i>	
...אני כינור	<i>Ani kinor</i>	Jerusalém de ouro E de bronze e de luz
איכה יבשו ברות המים	<i>Eicha yavshu borot hamaim</i>	Eis que para todas as suas
כיכר השוק ריקה	<i>Kikar hashuk reka</i>	canções
ואין פוקד את הר הבית	<i>Veein poked et har habait</i>	Sou um violino
בעיר העתיקה	<i>Bair haatika</i>	
ובמעורות אשר בסלע	<i>Uvamearot asher basela</i>	Como podem ter secado as cisternas
מילילות רוחות	<i>Meyalelot ruchot</i>	A praça do mercado está
ואין יורד אל ים המלח	<i>Veein yored el yam hamelach</i>	vazia
בדרכו יריחו	<i>Bederech Yericho</i>	E não há quem visite o Monte do Templo
ירושלים של זהב...	<i>Yerushalaim shel zahav...</i>	Na cidade velha
		E nas grutas na montanha Os ventos uivam E ninguém mais desce para o Mar Morto

אך בבואי היום לשיר לך ולך לקשר כתרים קטונתי מצער בנייך ומאחרון המשוררים.	Ach bevoi hayom lashir lach Velach likshor ktarim Katonti mitzeir banaich Umeachron hameshorerim	Pelo caminho de Jericó Jerusalém de ouro...
כי שמר צורב את השפטים כński'ת שרף אם אשכחך ירושלים אשר כולה זהב	Ki shmech tzorev et hasfataim Keneshikat saraf Im eshkachech Yerushalaim Asher kula zahav	Mas com o chegar do dia cantaremos E te exaltaremos Sou menos digno que o mais jovem de seus filhos E que o menor de seus poetas
ירושלים של זהב...	Yerushalaim shel zahav...	Pois seu nome faz arder os lábios Como o beijo de um serafim
חרצנו אל בורות המים לשוך ולכיך שפוך קורא בהר הבית בעיר העתיקה.	Chazarnu el borot hamaim Lashuk velakikar Shofar kore behar habait Bair haatika	Se eu me esquecer de ti, Jerusalém Que é toda de ouro Jerusalém de ouro...
במערות אשר בסלע אלפי שימושות זורחות נשוב נרד אל ים המלח בדרכך יריחו.	Uvamearot asher basela Alfei shmashot zorchart Nashuv nered el yam hamelach Bederech Yericho	Voltamos para as cisternas Para o mercado e para a praça Um shofar chama do Monte do Templo Na cidade velha
ירושלים של זהב...	Yerushalaim shel zahav...	E nas grutas na montanha Milhares de sóis brilham Voltaremos a descer para o Mar Morto Pelo caminho de Jericó
		Jerusalém de ouro...

HaChaim Yafim - Achinoam Nini

סתם, חיוך ללא סיבה
תום, ימים של אהבה
שיר ישן לאור ירח
וريح משכר שלך
וכך אוטך אני זוכר

gal שוטף את העולם
 חום הולך ונעלם
 צחוק מאיר את השמיים
 מזכיר שהמשחק נגמר
 והחיים יפים כל כך
 לה לה לה....

בר אסתכל מתחור עיניו
 אחבק אותךivid
 ננצח במשחק
 בין מציאות לחולומות
 בין האושר לדמעות
 תמיד אוהב אותך מאוד

Stam, chiuch lelo siba
Tom, yamim shel ahava
Shir yashan leor yareach
Vereach meshaker shelach
Vekach otach ani zocher

Gal shotef et haolam
Chom holech veneelam
Tzchok meir et hashamaim
Mazkir shehamischak nimshach
Vehachaim yafim kol kach

La la la...

Bach estakel mitoch einav
Achabek otach veyachad nenatzeach bamischak
Bein metziut lechalomot
Bein haosher ladmaot
Tamid ohav otach meod

Por nada, um sorriso sem motivo
Inocência, dias de amor
Uma canção antiga à luz da lua
E o seu cheiro inebriante
E assim eu lembro de você

Uma onda passa pelo mundo
Calor que vai sumindo
Um sorriso ilumina o céu
Lembra que o jogo segue
E a vida é tão bonita

La la la...

Em você olharei de dentro dos olhos dele
Abraçarei você e juntos venceremos o jogo
Entre realidade e sonhos
Entre a felicidade e as lágrimas
Sempre te amarei muito

עם הקסם שבלב
בוא נשכח את הכאב
רק עוד רגע ובינתיים
זכור שהמשחק נמשך
והחיים יפים כל כך
לה לה לה...

רק עוד רגע ובינתיים
זכור שהמשחק נמשך
והחיים יפים כל כך.

Im hakesem shebalev
Bo nishkach et hakeev
Rak od rega uveintaim
Nizkor shehamischak
nimshach
Vehachaim yafim kol kach

La la la...

Com a magia que está no coração
Vem, esqueçamos a dor
Apenas mais um momento e
enquanto isso
Lembremos que o jogo segue
E que a vida é tão bonita

La la la...

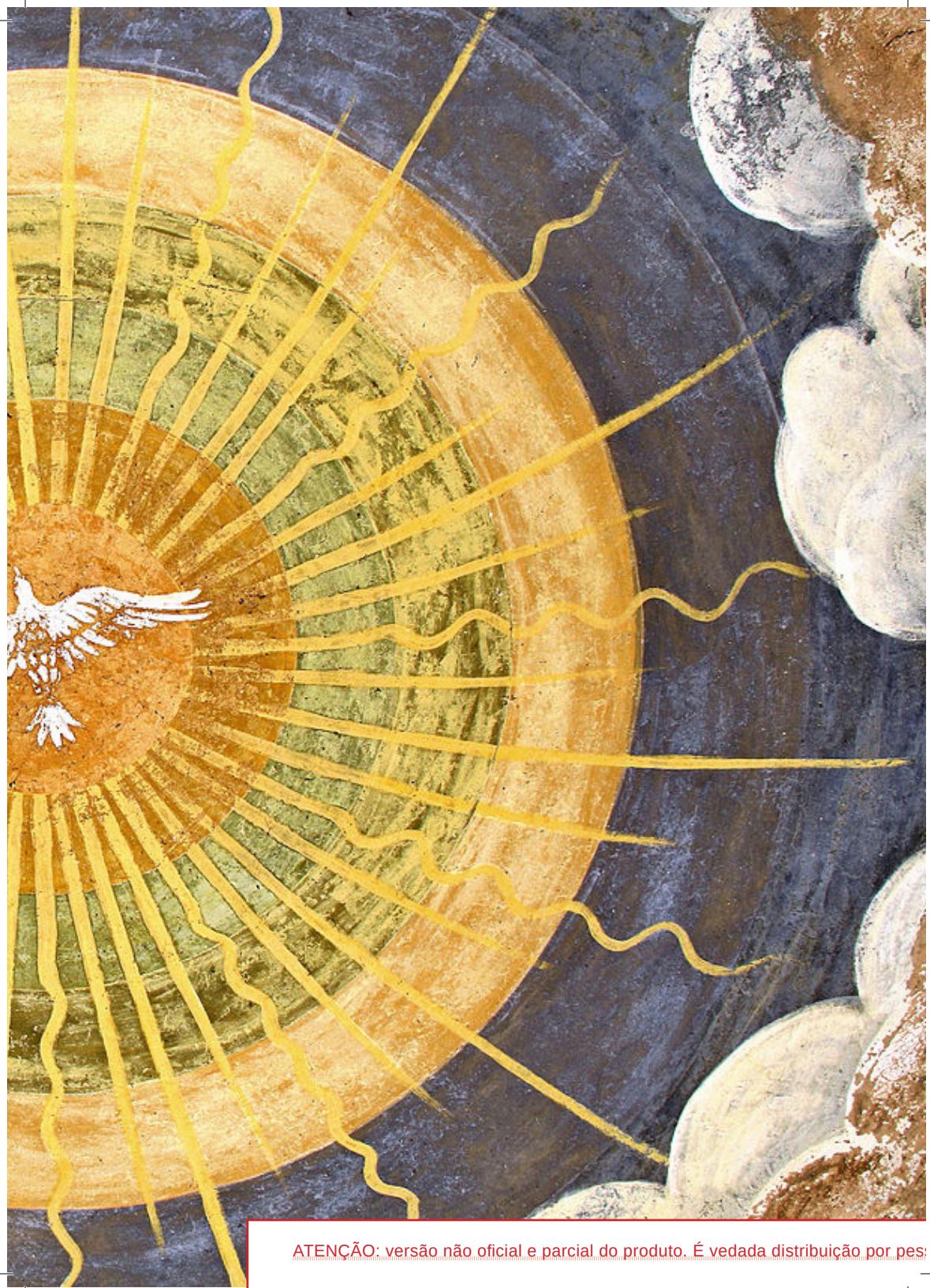
Apenas mais um momento e
enquanto isso
Lembremos que o jogo segue
E que a vida é tão bonita

Salam - Mosh Ben Ari

עוד יבוא שלום עליינו	Od yavo shalom aleinu	Ainda virá a paz sobre nós
עוד יבוא שלום עליינו	Od yavo shalom aleinu	Ainda virá a paz sobre nós
עוד יבוא שלום עליינו ועל כלום	Od yavo shalom aleinu, Veal kulam	Virá a paz sobre nós, E sobre todos
סאלם, עליינו ועל כל העולם		
סאלם, סאלם	Salam, Aleinu ve'al kol haolam	Paz, sobre nós e sobre todo o mundo
סאלם, עליינו ועל כל העולם	Salam, salam.	Paz, paz
ואלם, סאלם.	Salam, Aleinu ve'al kol haolam	Paz, sobre nós e sobre todo o mundo
	Salam, salam.	Paz, paz



para pessoas não envolvidas no projeto e, para pessoas sem envolvimento com o projeto.



ATENÇÃO: versão não oficial e parcial do produto. É vedada distribuição por pessoas.