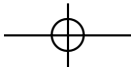
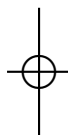
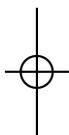
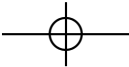


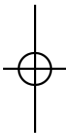
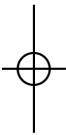
לקט לשבת  
CABALAT SHABAT  
*Textos seleccionados de shabat*





**edição brasileira**© Hedra 2019  
**primeira edição** Primeira edição  
**edição** Jorge Sallum  
**coedição** Felipe Musetti  
**assistência editorial** Luca Jinkings e Paulo Henrique Pompermaier  
**capa** Lucas Kröeff  
**ISBN** XX-XXX-XXXX-XXX-X  
**corpo editorial** Adriano Scatolin,  
Antonio Valverde,  
Caio Gagliardi,  
Jorge Sallum,  
Oliver Tolle,  
Renato Ambrosio,  
Ricardo Musse,  
Ricardo Valle,  
Silvio Rosa Filho,  
Tales Ab'Saber,  
Tâmis Parron

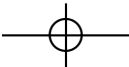
*Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, em vigor no Brasil desde 2009.*

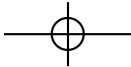


*Direitos reservados em língua portuguesa somente para o Brasil*

EDITORA HEDRA LTDA.  
R. Fradique Coutinho, 1139 (subsolo)  
05416-011 São Paulo SP Brasil  
Telefone/Fax +55 11 3097 8304  
editora@hedra.com.br  
www.hedra.com.br

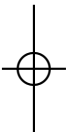
Foi feito o depósito legal.





לקט לשבת  
CABALAT SHABAT  
*Textos selecionados de shabat*

1ª edição

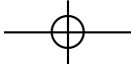


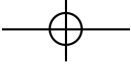
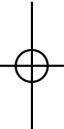
「

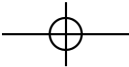
hedra

」

São Paulo\_2019







Sumário

Nota da organizadora, *por Fabiana Gampel Grinberg* . . . . . 7

Introdução ao *cabalat shabat*, *por Gabriel Neistein* . . . . . 9

CABALAT SHABAT . . . . . 11

Bênção das velas. . . . . 12

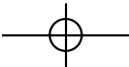
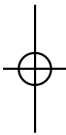
Iedid Nefesh. . . . . 14

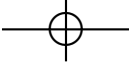
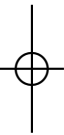
Lechá Dodi. . . . . 16

Shalom Aleichem . . . . . 18

Kidush . . . . . 20

Benção da chalá . . . . . 22





## Nota da organizadora

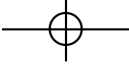
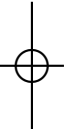
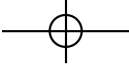
*Fabiana Gampel Grinberg*

Essa publicação surgiu a partir da realização de uma cerimônia de *cabalat shabat* acessível e inclusiva, proposta pelo Instituto Brasil-Israel (IBI), na qual participantes judeus e não-judeus encontrem uma forma de expressão, contemplação e exercício de significação própria. Como produtora do IBI, me incumbi da tarefa de reunir nesta coletânea bênçãos e poemas rituais tradicionalmente recitados no recebimento do *shabat*. São textos de boas-vindas à noite da sexta-feira, que materializam a preservação da tradição judaica ao passo que a revisitamos.

Em formatação bilíngue, este pequeno guia se propõe a acolher um ponto de vista amplo da espiritualidade, vasta e abundante demais para se restringir a um modo de expressão rígido — que não se atém ao pé da letra dos registros religiosos. Nossa proposta de *cabalat shabat* e a mensagem do texto de abertura dessa *leket* é sobre aprender e compartilhar o que é significativo para cada um como indivíduo, dentre as muitas maneiras de celebração do judaísmo e de sua herança. *Abençoado seja o Espírito do Universo, Fonte da Eternidade, que nos dá a habilidade de questionar.*

Este trabalho só foi possível graças à amizade da Suzana Salama, do Gabriel Neistein e da Marília Neustein.

Todá rabá!





## Introdução ao *cabalat shabat*

Gabriel Neistein

Do hebraico, טאלאַט (cabalat) vem de הללאת (cabalá), ou seja, receber. A origem da cerimônia de cabalat shabat nasce na mística de Isaac Luria, cabalista de Tzfat (ou Safed) do século XVI, e simboliza o recebimento da schechiná. Apresentada sob a figura de uma noiva em Lechá Dodi, é uma presença serena que conduz a paz nas sinagogas e espaços privados.

Em caráter introdutório à noção do *shabat*, reúno duas passagens. A primeira, que segue abaixo, é uma pequena história chassídica recolhida por Martin Buber em suas viagens pelos shtetls:

*Semana após semana, com a chegada do shabat, os irmãos Rabi Zússia e o Rabi Elimelech eram tomados de grande sentimento de santidade. Uma vez disse o Rabi Elimelech ao Rabi Zússia:*

— *Irmão, às vezes tenho medo de que meu sentimento de santidade no shabat não seja verdadeiro, que seja apenas imaginação.*

— *Irmão – disse Zússia – eu também tenho, às vezes, este medo.*

— *O que vamos fazer? – perguntou Elimelech.*

*Zússia respondeu:*

— *Vamos cada um de nós, num dia qualquer da semana, preparar uma refeição, exatamente igual ao jantar de shabat, sentar-nos entre os chassidim e dizer palavras dos ensinamentos.*

*Assim fizeram: prepararam uma completa refeição de shabat, vestiram roupas limpas, puseram os gorros de pele, comeram no meio dos chassidim e disseram palavras dos ensinamentos. Então desceu sobre eles um imenso sentimento de santidade, como se fosse shabat.*<sup>1</sup>

Podemos interpretar, a partir do pequeno conto, que a espiritualidade está ao alcance humano através da prática, dos encontros e dos compartilhamentos significativos da temporalidade. Desse modo nos envolvemos em santidade.

Em seguida, transcrevo uma passagem do livro *O shabat*, de Abraham J. Heschel:

*Este exato momento pertence a todos os homens vivos, tal como me pertence. Nós partilhamos o tempo, nós possuímos o espaço. Pelo fato de eu possuir o espaço, sou um rival de todos os outros seres; através da minha existência no tempo, eu sou um contemporâneo de todos os outros vivos.*

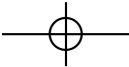
1. *Histórias do Rabi*, Martin Buber (Tradução M. Arnsdorff, T. Belinky, J. Guinsburg, R. Mautner, R. Schivartche, R. Simis), Editora Perspectiva, 2000).

*O significado do shabat é, antes, o de celebrar o tempo, e não o espaço. Seis dias da semana vivemos sob a tirania das coisas do espaço; no Shabat tentamos nos tornar harmônicos com a santidade no tempo. É um dia em que somos chamados a partilhar no que é eterno no tempo, para fugir dos resultados da criação, para os mistérios da criação; do mundo da criação para a criação do mundo.<sup>2</sup>*

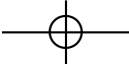
O recebimento do shabat e sua vivência durante a noite da sexta-feira e dia do sábado podem ser entendidos como uma catedral indestrutível da arquitetura do tempo para os judeus, conforme diz Heschel no mesmo livro citado acima. Guardar o *shabat* é também guardar o tempo, que implica em manter-se alheio às ações dos outros seis dias da semana, permitindo à alma o descanso necessário.

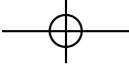
---

2. *O shabat seu significado para o homem moderno*, Abraham Joshua Heschel (Tradução Fany Kon & Jacob Guinsburg), Editora Perspectiva, 2000.



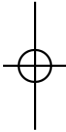
Cabalat Shabat



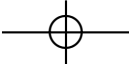


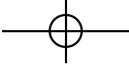
BÊNÇÃO DAS VELAS

בְּרוּךְ אַתָּה אֲדֹנָי  
אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו  
וְנִצְּנֶנּוּ לְהַדְלִיק נֵר שַׁבָּת<sup>1</sup>



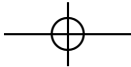
1. Baruch atá Adonai,/ Eloheinu melech haolam,/ asher kidshanu bemitzvotáv,/ vetzivanu lehadlic ner shel shabat.





Abençoada seja  
a Eterna Fonte de Luz,  
que nos ilumina como a chama  
das velas de Shabat.





IEDID NEFESH

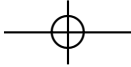
יְדִיד נֶפֶשׁ, אָב הָרַחֲמָן  
מִשׁוֹחַ עֲבָדְךָ אֶל הַצֹּדֵק  
יְרוּץ עֲבָדְךָ כְּמוֹ אֵל  
יִשְׁתַּחֲוֶה מוֹל הַדֶּרֶךְ  
כִּי יַעֲרֹב לוֹ יְדִידוֹתֶךָ  
מִנִּפְתַּת צוּף וְכָל טַעַם<sup>2</sup>

הַדּוֹר, נָאָה, זִיו הָעוֹלָם  
נִפְשֵׁי חוֹלֵת אֲהַבְתָּךְ  
אָנָּה אֵל נָא, רָפָא נָא לָהּ  
בְּהִרְאוֹת לָהּ נֵעִם זִיוֶךָ  
אֲז תִּתְחַזֵּק וְתִתְרַפֵּא  
וְהָיְתָה לְךָ שִׂמְחַת עוֹלָם<sup>3</sup>

וְתִיק יִהְיֶמוּ נָא רַחֲמֶיךָ  
וְחוּס נָא עַל בֶּן אוֹהֶבְךָ  
כִּי זֶה כָּמָה נִכְסוּף נִכְסַּפְתִּי  
לְרֹאוֹת בְּתַפְאֶרֶת עֲזֶךָ  
אָנָּה אֵלִי, מַחְמַד לִבִּי  
חִוּסָהּ נָא, וְאֵל תִּתְעַלֵּם<sup>4</sup>

הִגְלָה נָא וּפְרֵשׁ, חֲבִיב  
עָלִי אֶת סִכַּת שְׁלוֹמְךָ  
תֹּאִיר אֶרֶץ מִכְבוֹדְךָ  
נִגְלָה וְנִשְׁמַחָה בְּךָ  
מַהֵר אֲהוּב, כִּי בָּא מוֹעֵד  
וְחִנְיִי כִּימֵי עוֹלָם<sup>5</sup>

2. Iedid nefesh av harachaman,/ meshoch avdecha el retzonecha,/ iarutz avdecha kemo aial,/ ishta-chavè el mul hadarecha./ Ki ierav lo iedidotecha,/ minofet tzuf vechol taam.  
3. Hadur naè ziv haolam,/ nafshi cholat ahavatecha,/ Ana El na, refá na la,/ beharot la noam zivechá./ Az titchazek vetitrapê,/ vehaietah la simchat olam.  
4. Vatik iehemu na rachamecha,/ vechusá na al ben ahuvecha,/ ki ze cama nichsof nichsafti,/ lirot betiferet uzechá,/ ana eli machmad libi,/ vechusá na veal titalam.  
5. Higaleh na ufrós chavivi alai,/ et sucát shelomecha/ Tair eretz mikvodecha,/ nagila venismechah bach./ Maher ahuv ki va moed,/ vechoneinu kimei olam.

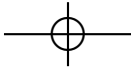


*Amado da minha alma,*  
me chame em sua direção,  
Correrei como um animal,  
pois quero apreciar toda a sua majestade.  
E receber seu afeto é para mim,  
mais doce que todo o mel.

*Fonte de toda a glória que há no mundo,*  
Minha alma arde de amor por Você,  
Por favor, cure-a,  
mostre-me toda a beleza de seu esplendor.  
Então serei fortalecida,  
e será minha toda a alegria.

*Fonte da Eternidade,*  
Me acolha como uma criança,  
Pois tanta é a minha vontade,  
de admirar todo seu poder.  
Este é o desejo do meu coração,  
não se esconda.

Revele-se, *Fonte Eterna do Amor,*  
e estenda sobre mim um manto de paz,  
Que a *Eterna Fonte de Luz* ilumine todo o mundo,  
que todos possam brilhar de alegria.  
Depressa, *meu amado,* esta é a hora,  
se aproxime e me abrace pela eternidade.



LECHÁ DODI

לְכָה דוּדִי לְקִרְאָת כָּלָה  
פְּנֵי שַׁבַּת נִקְבְּלָה<sup>6</sup>

שָׁמֹר וְזָכוֹר בְּדִבּוּר אֶחָד  
הַשְׁמִיעֵנִי אֶל הַמִּיְחָד  
ה' אֶחָד וַשְּׁמוֹ אֶחָד

לְשֵׁם וּלְתִפְאֳרֹת וּלְתִהְיֶלָה<sup>7</sup>

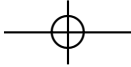
לְקִרְאָת שַׁבַּת לְכוּ וּנְלַכָּה  
כִּי הִיא מְקוֹר הַבְּרָכָה  
מֵרֹאשׁ מִקֶּדֶם נְסוּכָה  
סוּף מַעֲשֵׂה בְּמַחֲשָׁבָה תִּחְלָה<sup>8</sup>

מִקֶּדֶשׁ מְלֶךְ עִיר מְלוּכָה  
קוֹמִי צְאִי מִתּוֹךְ הַהִפְכָּה  
רַב לָךְ שַׁבַּת בְּעֵמֶק הַבְּכָא  
וְהָיָה יִחְמוּל עָלֶיךָ חֲמֵלָה<sup>9</sup>

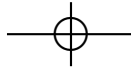
הַתְּעוֹרְרִי הַתְּעוֹרְרִי  
כִּי בָּא אוֹרֶךְ קוֹמִי אוֹרִי  
עוֹרִי עוֹרִי שִׁיר דְּבָרִי  
כְּבוֹד ה' עָלֶיךָ נִגְלָה

בְּאִי בְּשָׁלוֹם עֲטָרֶת בַּעֲלָה  
גַּם בְּשִׁמְחָה וּבְצִהְלָה  
תּוֹךְ אֲמוּנָיִי עִם סִגְלָה  
בּוֹאִי כָלָה בּוֹאִי כָלָה<sup>10</sup>

6. Lechá dodi licrat calá,/ penei shabat necabelá.  
7. Shamor vezachor bedibur echad,/ Hishmianu el hameiuchad./ Adonai echad ushemó echad,/ Leshem uletiferet veletehila.  
8. Licrat shabat lechu venelchá/ Ki hi mecor haberachá,/ merosh mikedem nesuchá,/ sof maassê bemachshavá tehilá.  
9. Hitoreri, hitoreri,/ Ki va orech cumi ori,/ Uri uri shir daberi,/ Kvod Adonai alaich niglá.  
10. Boi veshalom ateret baalá,/ Gam besimchá uvetsarlá,/ Toch emunei am segulá,/ Boi calá, boi calá.







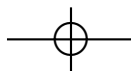
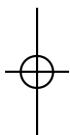
Vem, *meu amado*,  
encontrar a noiva.  
Venha receber a presença,  
do shabat.

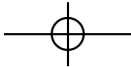
*Guardar e Lembrar* são  
duas palavras em uma expressão,  
O *Eterno* nos revela que é *Um*,  
que *Seu nome é Único* e por isso cantamos.

Vamos receber o shabat,  
que é a origem de todas as bênçãos,  
Desde o início do tempo,  
o último feito é o primeiro pensamento.

Desperta, acorda,  
pois resplandece o brilho,  
Levanta e entoa a melodia,  
os raios da luz nos aquecem.

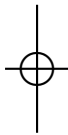
Venha em paz, noiva,  
com música e alegria,  
Te recebemos com apreço,  
venha noiva, venha noiva.



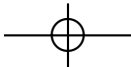


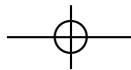
SHALOM ALEICHEM

שְׁלוֹם עֲלֵיכֶם מַלְאֲכֵי הַשָּׁרֵת מַלְאֲכֵי עֲלִיּוֹן  
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמַּלְכִּים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא<sup>11</sup>  
בּוֹאֲכֶם לְשָׁלוֹם מַלְאֲכֵי הַשָּׁלוֹם מַלְאֲכֵי עֲלִיּוֹן  
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמַּלְכִּים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא<sup>12</sup>  
בְּרִכּוֹנִי לְשָׁלוֹם מַלְאֲכֵי הַשָּׁלוֹם מַלְאֲכֵי עֲלִיּוֹן  
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמַּלְכִּים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא<sup>13</sup>  
צֵאתְכֶם לְשָׁלוֹם מַלְאֲכֵי הַשָּׁלוֹם מַלְאֲכֵי עֲלִיּוֹן  
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמַּלְכִּים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא<sup>14</sup>



11. Shalom alechem malachei, hasharet malachei Elion,/ mimelech malchei hamelachim hacadosh Baruch Hu.  
12. Boachem leshalom malachei, hashalom malachei Elion,/ mimelech malchei hamelachim hacadosh Baruch Hu  
13. Barechuni leshalom malachei, hashalom malachei Elion,/ mimelech malchei hamelachim hacadosh Baruch Hu.  
14. Tsetechem leshalom malachei, hasharet malachei Elion,/ mimelech malchei hamelachim hacadosh Baruch Hu.



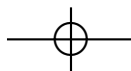
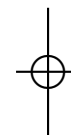
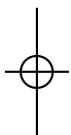


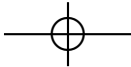
Estejam em paz, anjos protetores, mensageiros do infinito,  
da suprema *Divindade*, do que é soberano, do que é abençoado.

Que venham em paz, os anjos da paz, mensageiros do infinito,  
da suprema *Divindade*, do que é soberano, do que é abençoado.

Abençoem-me com a paz, anjos da paz, mensageiros do infinito,  
da suprema *Divindade*, do que é soberano, do que é xabençoado.

Que partam em paz, os anjos protetores, mensageiros do infinito,  
da suprema *Divindade*, do que é soberano, do que é abençoado.





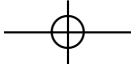
KIDUSH

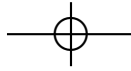
וַיְכַלּוּ הַשָּׁמַיִם וְהָאָרֶץ וְכָל צָבָאָם  
וַיְכַל אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה  
וַיִּשְׁבֹּת בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְכַל מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה  
וַיְבָרֶךְ אֱלֹהִים אֶת יוֹם הַשְּׁבִיעִי וַיְקַדֵּשׁ אֹתוֹ  
כִּי בּו שָׁבַת מְכַל מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר בָּרָא אֱלֹהִים לַעֲשׂוֹת<sup>15</sup>  
בָּרוּךְ אַתָּה אֲדֹנָי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם בּוֹרֵא פְרִי הַגֶּפֶן<sup>16</sup>

בָּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְרָצָה בָּנוּ. וְשַׁבֹּת קִדְּשׁוּ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הַנְּחִילָנוּ  
זִכְרוֹן לַמַּעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית  
כִּי הוּא יוֹם תְּחִלָּה לְמִקְרָאֵי קֹדֶשׁ וַיְבָרֵךְ לִיצִיאַת מִצְרָיִם<sup>17</sup>

כִּי בָנוּ בְּחֶרֶת וְאוֹתָנוּ קִדְּשָׁתָּ מְכַל הָעַמִּים וְשַׁבֹּת קִדְּשָׁךְ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הַנְּחִילָתָנוּ  
בָּרוּךְ אַתָּה אֲדֹנָי מְקַדֵּשׁ הַשַּׁבָּת<sup>18</sup>

15. Vaichulu hashamaim vехаaretz vechol tzevaam,/ Vaichal Elohim baiom hashvii melachtó asher asá,/ Vaishbot baiom hashvii micol melachtó asher asá,/ Vaivarech Elohim et iom hashvii vaicadeish oto,/ Ki vo shavat micol melachtó asher bará Elohim laasot.  
16. Baruch atá, Adonai Eloheinu, Melech haolam, borê peri hagafen.  
17. Baruch atá, Adonai Eloheinu, Melech haolam, asher kideshanu bemitzvotav veratza/ vanu, ve shabat codsho beahavá uveratzon hinchilanu, zikaron lemaasê vereishit./ Ki hu iom techila lemikraei codesh, zecher litziat Mitzrayim.  
18. Ki vanu vacharta, veotanu kidashta, micol haamim,/ Ve shabat codshechá beahava uveratzon hinchaltanu,/ Baruch atá, Adonai, mecadêsh ha shabat./



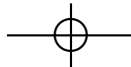
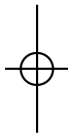


Os céus e a terra e todos que vivem lá foram criados,  
Completou-se no sétimo dia a obra da *Fonte da Criação*,  
E no sétimo dia contemplou-se todo o trabalho de então,  
E este dia foi escolhido e abençoado,  
pois foi quando houve descanso  
de tudo o que havia para ser criado.

Abençoada seja a *Eterna Fonte da Vida* que faz crescer o fruto da videira.

Abençoada seja a *Eterna Fonte de Força*, que nos permite escolher nossas ações,  
Recebemos o shabat com amor, como herança e como memória da *Eterna Fonte da Criação*. Escolhemos o shabat como a lembrança do refúgio de nossas lutas, como na luta pela liberdade na saída do Egito.

Abençoada seja a *Eterna Fonte da Vida* que cria o amor, a alegria, a música e o prazer e nos presenteia com o shabat.



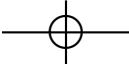


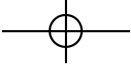
BENÇÃO DA CHALÁ

בָּרוּךְ אַתָּה אֲדֹנָי  
אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
הַמּוֹצִיא לֶחֶם מִן הָאָרֶץ<sup>19</sup>

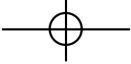


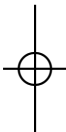
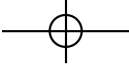
19. Baruch atá Adonai,/ Eloheinu melech haolam,/ hamotzi lechem min haaretz.





Abençoada seja,  
Eterna Fonte da Vida,  
que nos nutre com o alimento da terra.





Adverte-se aos curiosos que se imprimiu este livro em nossas oficinas, em 21 de dezembro de 2018,  
em tipografia Libertine, com diversos softwares livres, entre eles, Lua<sup>A</sup>TeX, git & ruby.  
(v. 7fe4979)

