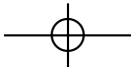
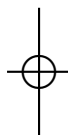
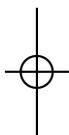
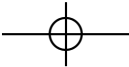


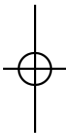
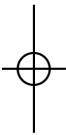
לקט לשבת  
CABALAT SHABAT  
*Textos seleccionados de shabat*





**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

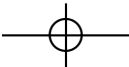
*Grafia atualizada segundo o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, em vigor no Brasil desde 2009.*

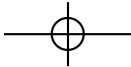


*Direitos reservados em língua portuguesa somente para o Brasil*

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

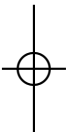
Foi feito o depósito legal.





לקט לשבת  
CABALAT SHABAT  
*Textos selecionados de shabat*

1ª edição

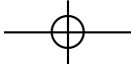


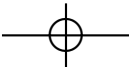
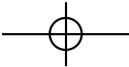
「

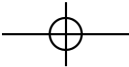
hedra

」

São Paulo\_2019

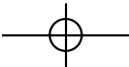
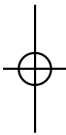


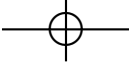
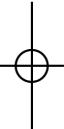




# Sumário

Nota da organizadora, <i>por Fabiana Gampel Grinberg</i> . . . . .	7
Introdução ao <i>cabalat shabat</i> , <i>por Gabriel Neistein</i> . . . . .	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

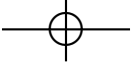
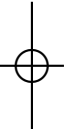
*Fabiana Gampel Grinberg*

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, טאלאט (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>*

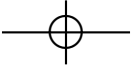
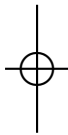
O recebimento do shabat e sua vivência durante a noite da sexta-feira e dia do sábado podem ser entendidos como uma catedral indestrutível da arquitetura do tempo para os judeus, conforme diz Heschel no mesmo livro citado acima. Guardar o *shabat* é também guardar o tempo, que implica em manter-se alheio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





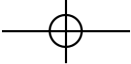
BÊNÇÃO DAS VELAS

אֲדֹנָי אֱתָהּ בְּרוּךְ  
הָעוֹלָם מֶלֶךְ אֱלֹהֵינוּ  
בְּמִצּוֹתָיו קִדְּשָׁנוּ אֲשֶׁר  
שִׁבְתָּ שֶׁל נֵר לְהַדְלִיק וְצִוָּנוּ

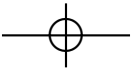


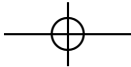
1. Baruch atá Adonai,/ Eloheinu melech haolam,/ asher kidshanu bemitzvotáv,/ vetzivanu lehadlic ner shel shabat.





Bendito sejas tu,  
Eterno nosso D'us, *Rei do Universo*,  
que nos santificaste com teus mandamentos,  
e nos ordenaste acender as velas de shabat.





IEDID NEFESH

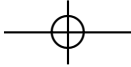
הֲרַחֵמֵן אֵב נֶפֶשׁ, יְדִיד  
רְצוֹנֶךָ אֶל עֲבֹדְךָ מִשֶּׁךְ  
אֵיל כְּמוֹ עֲבֹדְךָ יְרוּץ  
הַדֶּרֶךְ מוֹל יִשְׁתַּחֲוֶה  
יְדִידוֹתְךָ לוֹ יַעֲרֹב כִּי  
טָעַם וְכָל צוּף מִנֶּפֶת<sup>2</sup>

הָעוֹלָם זִיו נָאָה, הַדּוּר,  
אֶהְבֶּתְךָ חוֹלֵת נִפְשִׁי  
לֵה נָא רָפָא נָא, אֶל אֲנִי  
זִיוֶךָ נַעַם לֵה בְהִרְאוֹת  
וְתִתְרַפָּא תִתְחַזֵּק אֲז  
עוֹלָם שִׂמְחַת לְךָ וְהִיתָה<sup>3</sup>

רַחֲמֶיךָ נָא יִהְיוּ נְתִיק  
אוֹהֲבֶךָ בֵּן עַל נָא וְחוּס  
נִכְסְפִתִי נִכְסוּף כְּמֵה זֶה כִּי  
עֲזֹךְ בְּתַפְאֲרַת לְרִאוֹת  
לְבִי מַחְמַד אֵלִי, אֲנִי  
תִתְעַלֵּם וְאֵל נָא, חוּסָה<sup>4</sup>

חֲבִיב וּפְרֵשׁ, נָא הִגִּלָּה  
שְׁלוּמֶךָ סִכַּת אֶת עָלִי  
מִכְבוֹדְךָ אֶרֶץ תֹּאִיר  
כֶּךָ וְנִשְׁמָחָה נִגִּילָה  
מוֹעֵד בָּא כִּי אֶהוּב, מַהֵר  
עוֹלָם כִּימִי וְחַגִּנִי<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.

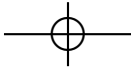


*Amado da minha alma,*  
me chame em sua direção,  
Correrei como um animal,  
pois quero apreciar toda a sua majestade.  
E receber seu afeto é para mim,  
mais doce que todo o mel.

*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 abraça pela eternidade.



LECHÁ DODI

כָּלָה לְקִרְאָת דּוּדֵי לָכָה  
נִקְבְּלָה שַׁבַּת פָּנֵי

אֶחָד בְּדַבּוּר וְזָכוּר שְׁמוֹר  
הַמִּיּוּחַד אֶל הַשְׁמִיעָנוּ  
אֶחָד וּשְׁמוֹ אֶחָד ה'  
וְלִתְהִלָּה וּלְתַפְאֻלָּת לְשֵׁם

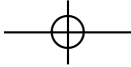
וְנִלְכָּה לְכוּ שַׁבַּת לְקִרְאָת  
הַבְּרָכָה מְקוֹר הִיא כִּי  
נִסּוּכָה מִקֶּדֶם מְרֹאשׁ  
תְּחִלָּה בְּמַחְשָׁבָה מַעֲשֵׂה סוּף

מְלוּכָה עִיר מֶלֶךְ מִקִּדְשׁ  
הַהִפְכָּה מִתּוֹךְ צְאִי קוּמִי  
הַבָּכָא בְּעֵמֶק שַׁבַּת לֶךְ רַב  
תְּמַלֵּא עֲלִיךְ יַחְמוּל וְהוּא

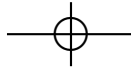
הַתְּעוּרֵרִי הַתְּעוּרֵרִי  
אוּרִי קוּמִי אוּרֵךְ כָּא כִּי  
דַּבְּרִי שִׁיר עוּרִי עוּרִי  
נִגְלָה עֲלִיךְ ה' כְּבוֹד

בְּעִלָּה עֲטָרַת בְּשָׁלוֹם בָּאִי  
וּבְצִהָלָה בְּשִׁמְחָה גַּם  
סִגְלָה עִם אֲמוּנֵי תוֹךְ  
כָּלָה בּוֹאִי כָלָה בּוֹאִי

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.







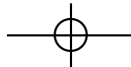
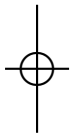
Vem, *meu amado*,  
encontrar a noiva.  
Venha receber a presença,  
do shabat.

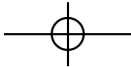
*Guardar e Lembrar* são  
duas palavras em uma expressão,  
O *Eterno* nos revela que é *Um*,  
que *Seu nome é Único* e por isso cantamos.

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.





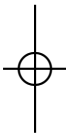
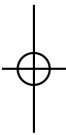
SHALOM ALEICHEM

עֲלִיּוֹן מַלְאָכֵי הַשָּׁרֵת מַלְאָכֵי עֲלֵיכֶם שְׁלוֹם  
הוא בָּרוּךְ הַקָּדוֹשׁ הַמְּלָכִים מַלְכֵי מַמְלָךְ<sup>11</sup>

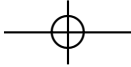
עֲלִיּוֹן מַלְאָכֵי הַשְׁלוֹם מַלְאָכֵי לְשָׁלוֹם בּוֹאֲכֶם  
הוא בָּרוּךְ הַקָּדוֹשׁ הַמְּלָכִים מַלְכֵי מַמְלָךְ<sup>12</sup>

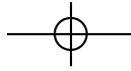
עֲלִיּוֹן מַלְאָכֵי הַשְׁלוֹם מַלְאָכֵי לְשָׁלוֹם בְּרַכּוֹנִי  
הוא בָּרוּךְ הַקָּדוֹשׁ הַמְּלָכִים מַלְכֵי מַמְלָךְ<sup>13</sup>

עֲלִיּוֹן מַלְאָכֵי הַשְׁלוֹם מַלְאָכֵי לְשָׁלוֹם צֹאֲתֶכֶם  
הוא בָּרוּךְ הַקָּדוֹשׁ הַמְּלָכִים מַלְכֵי מַמְלָךְ<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.



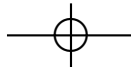
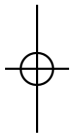


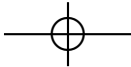
Estejam em paz, anjos protetores, mensageiros do infinito,  
da suprema *Divindade*, do que é soberano, do que é abençoado.

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

צָבֵאִם וְכָל הָאָרֶץ הַשָּׁמַיִם וְיִכְלֹ  
עָשָׂה אֲשֶׁר מְלַאכְתּוֹ הַשְּׁבִיעִי בְּיוֹם אֱלֹהִים וְיִכְלֹ  
עָשָׂה אֲשֶׁר מְלַאכְתּוֹ מְכַל הַשְּׁבִיעִי בְּיוֹם וַיִּשְׁבֹּת  
אֹתוֹ וַיְקַדֵּשׁ הַשְּׁבִיעִי יוֹם אֵת אֱלֹהִים וַיְבָרֶךְ  
15 לְעֲשׂוֹת אֱלֹהִים בָּרָא אֲשֶׁר מְלַאכְתּוֹ מְכַל שְׁבֹת בּו כִּי  
16 הִגָּפֶן פָּרִי בּוֹרֵא הָעוֹלָם מֶלֶךְ אֱלֹהֵינוּ אֲדֹנֵי אֹתָהּ בְּרוּךְ

הָעוֹלָם מֶלֶךְ אֱלֹהֵינוּ ה' אֹתָהּ בְּרוּךְ  
הִנְחִילָנוּ וּבִרְצוֹן בְּאַהֲבָה קִדְּשׁוּ וְשִׁבֹּת בָּנוּ. וְרָצָה בְּמִצְוֹתָיו קִדְּשָׁנוּ אֲשֶׁר  
בְּרֵאשִׁית לְמַעֲשֵׂה זִכְרוֹן  
17 מִצְּרַיִם לִיצִיאַת זִכָּר קִדְּשׁ לְמִקְרָאֵי תַחֲלָה יוֹם הוּא כִּי

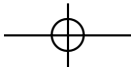
הִנְחִילָתָנוּ וּבִרְצוֹן בְּאַהֲבָה קִדְּשָׁךְ וְשִׁבֹּת הָעַמִּים מְכַל קִדְּשָׁתָּ וְאוֹתָנוּ בְּחֶרֶת בָּנוּ כִּי  
18 הַשְּׁבֹת מִקִּדְּשׁ אֲדֹנֵי אֹתָהּ בְּרוּךְ

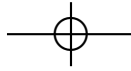
15. Vaichulu hashamaim vехаaretz vechol tzevaam,/ Vaichal Elohim baiom hashvii melachtó asher asá,/ Vaishbot baiom hashvii micol melachtó asher asá,/ Vaivarech Elohim et iom hashvii vaicadeish oto,/ Ki vo shavat micol melachtó asher bará Elohim laasot.

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./



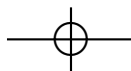
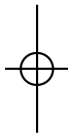


Os céus e a terra e todos que vivem lá foram criados,  
Completou-se no sétimo dia a obra da *Fonte da Criação*,  
E no sétimo dia contemplou-se todo o trabalho de então,  
E este dia foi escolhido e abençoado,  
pois foi quando houve descanso  
de tudo o que havia para ser criado.

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.



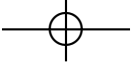


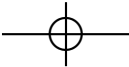
BENÇÃO DA CHALÁ

אֲדֹנָי אֱתָהּ בָּרוּךְ  
הָעוֹלָם מֶלֶךְ אֱלֹהֵינוּ  
יְהָאָרֶץ מִן לֶחֶם הַמּוֹצִיא<sup>19</sup>

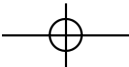


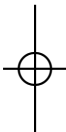
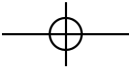
19. Baruch atá Adonai,/ Eloheinu melech haolam,/ hamotzi lechem min haaretz.





Bendito sejas Tu, *Eterno*,  
nosso D'us, *Rei do Universo*,  
que fazes brotar o pão 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.8f1c5ff)

