

*Que pelo mérito do acendimento das velas de Shabat  
Possamos merecer ver acesas e revitalizadas as chamas  
das almas de todo o Povo de Israel.  
Que seja em breve, se Deus quiser.*

*Leilut Nishmat*



**ישראל נושא בְּיִתְשׁוּעָה עַזְלָמִים, לֹא תְבַשֵּׂו וְלֹא תְכַלְמוּ עַד עַזְלָמִי עַד. וְאָכַלְתֶם אֲכֹל וְשַׁבּוּעַ, וְהַלְלַתֶם אֶת שְׁם יְהִיכֶם אֲשֶׁר עָשָׂה עַמְּכֶם לְהַפְלִיא, וְלֹא יְבַשְׂוּ עַמְּיכֶם לְעוֹלָם. וְיַדְעַתֶם כִּי בְּקָרְבֵּךְ יְשָׁרָאֵל אָנִי, וְאַנִּי יְאַלְּהִיכֶם וְאַיִן עוֹד, וְלֹא יְבַשְׂוּ עַמְּיכֶם לְעוֹלָם. כִּי בְּשַׁמְּמָחָה תִּצְאֵו וּבְשַׁלּוּם תִּזְבְּלוּן, הַהְרִים וְהַגְּבוּזֹת יִפְצְּחוּ לְפִנֵּיכֶם רָנָה, וְכֹל עַצְיִתְשָׁדָה יִמְחָאוּ כְּפָר. הַגָּה אֶל יִשְׁוּעָתִי, אָבְטָח וְלֹא אָפְחָד, כִּי עָזִי וְזָמְרָתִי יְהִי, וְיִהְיֶה לִי לִישְׁוּעָה. וְשָׁאַבְתֶּתֶם מִים בְּשַׁשְׁוֹן, מִפְעִינִי הַיְשָׁוָעָה. וְאָמַרְתֶם בַּיּוֹם הַהוּא, הַזָּדוֹן לִי קָרָאוּ בְּשָׁמוֹ, הַזָּדוֹן בְּעָמִים עַלְילָתֵינוּ, הַזָּכִירִי כִּי נִשְׁגַּב בְּשָׁמוֹ. זָמְרוּ יְהִי גָּאותָה עָשָׂה, מִזְדַּעַת זָאת בְּכָל הָאָרֶץ. צְהַלְיָה וּרְנִי יוֹשְׁבָת צִיּוֹן, כִּי גָּדוֹל בְּקָרְבֵּךְ קָדוֹש יְשָׁרָאֵל. וְאָמַר בַּיּוֹם הַהוּא, הַגָּה אֱלֹהֵינוּ זֶה, קָנֵינוּ לוֹ וְיוֹשִׁיעָנוּ, זֶה יְהִי קָנֵינוּ לוֹ, נִגְּילָה וּנְשַׁמְּמָחָה בַּיְשָׁוָעָתָו.**

**בורא ניב שפתים, שלום, שלום לרחוק ולקרוב, אמר ייְהָוָה רַפְאָתָיו. וְרוֹחַ לְבָשָׂה אֶת עַמְּשֵׁי רָאשֵׁי הַשְׁלִישִׁים, לְקָה דָוִיד וְעַמְּךָ בָּנוֹ יְשִׁי, שְׁלָום לְךָ וְשְׁלָום לְעַזְרָךְ, כִּי עַזְרָךְ אֱלֹהֵינוּ, וַיַּקְבִּלְמָדָיו וַיַּתְגִּנֵּם בְּרָאשֵׁי הַגְּדוּד. וְאָמַרְתֶם פָּה לְחִי, וְאַתָּה שְׁלָום וּבִתְחַרְשָׁלָום וְכֹל אֲשֶׁר לְךָ שְׁלָום. יְהִי עַז לְעַמּוֹ יִתְן, יְהִי בָרָךְ אֶת עַמּוֹ בְּשְׁלָום.**

**Yisrael** noshá b'Adonai teshuát olamím, ló tevóshu velo ticalmú ad olmei ad. Vaachaltém achol vessavôa, vehilaltém ét shêm Adonai Elohechém asher assá imachém lehafíl, veló yevóshu amí leolám. Vidatém ki vekérev Yisrael áni, vaaní Adonai Elohechém veein od, velo yevóshu amí leolám. Ki vessimchá tetsêu uveshalom tuvalún, heharím vehaguevaót iftsechú lifnêchem riná, vechol atsei hassadé yimcháu cháf. Hinê, El yeshuatí evtách, veló efchád, ki ozí vezimrát Ya Adonai, vayehí li lishuá. Usheavtém máim bessassón, mimaaienei hayieshuá. Vaamartém bayóm hahú. Hodú l'Adonai kir'ú vishmó, hodú vaamím alilotáv, hazkíru, ki nissgáv shemó. Zamerú Adonai, ki gueút assá, mudáat zót bechol haárrets. Tsahalí varôni, yoshévet Tsiyón, ki gadol bekirbêch kedósh Yisrael. Veamár baióm hahú: Hinê Elohênu zé, kivínu ló vehoshiênu, zé Adonai kivínu ló, naguilá venismechá bishuató.

**Borê** niv sefatáim shalom, shalom larachóc velacarów amar Adonai urefatív. Verúach lavshá ét amassai rosh hashalishím, lechá David veimechá vén Ishái, shalom, shalom lechá veshalom leozirécha, ki azarchá Elohécha, vaiecabelém David vaiteném berashé haguedúd. Vaamartém: co lechái, veatá shalom, uveitechá shalom vechol asher lechá shalo. Adonai óz leamó itén. Adonai yevarech ét amó vashalom.

**Yisrael** Israel será libertado por Adonai com redenção eterna; não serão jamais desonrados nem humilhados. Comerão e se fartarão e louvarão o nome de Adonai, seu Deus, que agiu com vocês maravilhosamente; e Meu povo nunca será envergonhado. E saberão que Eu estou no meio [do povo] de Israel, que eu sou Adonai, seu Deus, e não há nenhum outro; e Meu povo jamais será envergonhado. Pois sairão jubilosamente, e serão conduzidos em paz; as montanhas e as colinas irromperão em cânticos diante de vocês, e todas as árvores do campo baterão palmas. Em verdade, Deus é a minha salvação; confio e não temerei, pois Adonai Deus é minha fortaleza e canto, e Ele tem sido uma ajuda para mim. Extrairão água com júbilo das fontes da salvação. E dirão nesse dia: "Agradeçam a Adonai, proclamem Seu Nome, façam saber Seus feitos entre as nações; relembrarem que Seu Nome é sublime. Cantem a Adonai, pois Ele fez grandes coisas; isto é sabido em toda a terra. Eleva a tua voz jubilosamente e canta, tu, habitante de Tsiyón, pois o Santo de Israel é grande em teu meio. Nesse dia [Israel] dirá: "Realmente, este é nosso Deus em Quem confiamos para que nos salve; este é Adonai em Quem confiamos; alegremo-nos e rejubilemo-nos em Sua Salvação."

**Borê** Adonai, o criador da fala dos lábios, diz: "Paz, paz para quem está longe e para quem está próximo, e Eu o curarei." Um sentimento envolveu a Amassai, o chefe dos capitães, [e ele disse]: "Somos teus, David, estamos do teu lado, filho de Ishai; paz, que a paz esteja contigo e que a paz esteja com teus colaboradores pois teu Deus te ajuda." David os recebeu e os colocou à frente da brigada. E vós direis: "Que assim seja por toda a vida! Que estejas em paz, e [que] teu lar [esteja] em paz, e [que] tudo o que é teu [esteja] em paz." Adonai dará força a Seu povo; Adonai abençoará a Seu povo com paz.

**Hamalách** hagoêl otí micol rá, yevarêch ét hanearím, veicaré vahém shemí, veshêm avotai: Avraham ve'Yitschac, veidgú laró bekérev haárets. Adonai Elohechém hirbá etchém, vehinechém hayom kechochvei hashamáim laróv. Adonai Elohê avoteichém, yossef aleichém cachém, éllef peamím, vivarêch etchém, caasher dibér lachém.

**Baruch** atá baír, uvarúch atá bassadé. Baruch tan'achá umishartécha. Baruch perí vitnechhá uferí admatechá uferí vehemtécha, shegár alafécha veasherterót tsonécha Baruch atá bevoécha, uvarúch atá betsetécha. Yetsáv Adonai itchá ét haberachá ba'assamécha uvechol mishlách yadécha, uverachechá baárets, asher Adonai Elohécha notên lách. Iftách Adonai lechá ét otsaró hatov ét hashamáim latêt metár artsechá beitó, ulevarêch êt col maassê yadécha, vehilvitá goím rabim, veatá ló tilvé. Ki Adonai Elohécha berachechá, caasher dibér lách, vevaavatetá goím rabim, veatá ló taavót, umashaltá begoím rabim, uvechá ló imshólu. Ashrécha Yisrael mi chamôcha, am, noshá b'Adonai, maguên ezsrécha, vaasher chérev gaavatécha, veicachashú oivécha lách, veatá al bamotêimo tindróch.

**Hamalách** Que o anjo que me livrou de todo mal abençoe os jovens, e que meu nome e o nome de meus pais, Avraham e Yitschac, seja proclamado sobre eles, e que eles se multipliquem em abundância, como peixes, no meio da terra. Adonai, vosso Deus, multiplicou-vos, e hoje sois tão numerosos como as estrelas do céu. Que Adonai, Deus de vossos pais, vos faça mil vezes mais numerosos do que sois, e vos abençoe tal como Ele vos prometeu.

**Baruch** Bendito sejas tu na cidade, e bendito sejas tu no campo. Bendita seja tua cesta e tua tigela de fazer massa. Bendito seja o fruto de teu ventre e o fruto da tua terra, o fruto do teu animal, o aumento de teu gado e a cria de tua ovelha. Bendito sejas em tuas idas, e bendito sejas em tuas vindas. Adonai ordenará que a bênção esteja contigo em teus depósitos e em todas as coisas às quais apliques tuas mãos, e Ele te abençoará na terra que Adonai, teu Deus, te dá. Adonai abrirá para ti Seu bom tesouro, os céus, para dar chuva à tua terra em seu momento propício, e para abençoar todas as obras de tuas mãos; tu emprestarás a muitas nações porém não tomarás emprestado. Pois Adonai, teu Deus, te abençoou tal como te prometeu; farás empréstimos a muitas nações, mas não necessitarás pedi-los. Dominarás muitas nações, mas elas não te governarão. Feliz és tu, Israel! Quem é como tu, um povo salvo por Adonai, o escudo da tua ajuda e a espada de tua glória; teus inimigos negarão a sua identidade diante de ti, e tu pisarás sobre seus lugares altos.

**הַמְלָאֵךְ הַגָּאֵל אֶתִּי מִכֶּל רֹעֵעַ יִבְרֶךְ אֶת הַנָּעֲרִים וַיְקָרָא בָּהֶם שְׁמֵי וַיְשַׂם אֶבֶתִי אֶבְרָהָם וַיַּצְחַק וַיִּדְגֹּזֵל רַב בְּקָרְבֵּן הָאָרֶץ וַיֹּאמֶר אֱלֹהִיכֶם הָרְבָה אֶתְכֶם וְהַנֶּכֶם הַיּוֹם כְּכֹוכְבֵי הַשָּׁמָיִם לְרֹב וַיֹּאמֶר אֱלֹהִי אֶבֶתִיכֶם יִסְפַּר עַלְיכֶם כַּכְם אֶלְף פָּעָמִים וַיְבָרֶךְ אֶתְכֶם כַּאֲשֶׁר דִּבֶּר לָכֶם**

**ברוך אתה בעיר, וברוך אתה בשדה.** ברוך טנאך ומישארתך. ברוך פרי בטנה ופרי אהמתך, שיגר אלפיך ועתירות צאנך. ברוך אתה בבאה, וברוך אתה ב匝אתך. יצו יי' אתה את הברכה באسمיך ובכל משלח ידך, וברך הארץ אשר יי' אליהך נתנו לך. יפתח יי' לך את אוצרו הטווב את השמים, לחתת מטר הארץ בעתו ולברך את כל מעשה ידך, והלוית גוים רבים ואתה לא תלווה. כי יי' אליהך ברך כאש'er דבר לך, והעבטתך גוים רבים ואתה לא תעבעט, ומישלך בגוים רבים ובק לך לא מישלו. אשריך ישראאל, מי כמושך, עם נושא בוי, מגן עזרך, ואש'er חרב גאותך, ויכחשו איביך לך, ואתה על במוותיהםו תדרך.

וַיִּתְּנוּ לְךָ הָאֱלֹהִים מַטֵּל הַשָּׁמַיִם וּמִשְׁמֵニִ הָאָרֶץ,  
וְרֹב דָּגָן וִתְּירֵשׁ. יַעֲבֹדְךָ עַמִּים וַיִּשְׂתַחֲווּ לְךָ  
לְאָמִים, הַוָּה גָּבִיר לְאָחִיךְ וַיִּשְׂתַחֲווּ לְךָ בְּנֵי אַמָּה,  
אַרְקִיךְ אַרְזָרְזָר וּמְבָרְכִיךְ בְּרוֹזָה. וְאֶל שְׁדֵי יְבָרֵךְ אַתָּךְ  
וַיִּפְרֹחֵ וַיִּרְבֶּה, וַיִּהְיֶה לְקָהָל עַמִּים. וַיִּתְּנוּ לְךָ אֶת  
בָּרְכַת אֶבְרָהָם לְךָ וְלִזְרָעָךְ אַתָּךְ, לְרַשְׁתְּךָ אֶת  
אָרֶץ מְגֻרֵיךְ, אֲשֶׁר נָתַן אֱלֹהִים לְאֶבְרָהָם. מֵאַל  
אָבִיךְ וַיַּעֲזַרְךָ, וְאֶת שְׁדֵי וַיְבָרֵךְ, בָּרְכַת שָׁמַיִם  
מַעַל, בָּרְכַת תְּהוֹם לְבָצַת תְּחִת, בָּרְכַת שְׁדִים  
וּרְחָם. בָּרְכַת אָבִיךְ גָּבָרוֹ עַל בָּרְכַת הַוָּרִי עַד  
תְּאוֹת גְּבֻעָת עַולְם, תְּהִיאֵן לְרָאשׁ יוֹסֵף וּלְקָדְקָד  
גְּזִיר אָחִיו. וְאֶהָּבָה וַיְבָרֵךְ וַיִּרְבֶּה, וַיְבָרֵךְ פָּרִי  
בְּטַנְךָ וַיְפָרֵךְ אֶדְמָתָךְ, דָּגָנָךְ וִתְּירֵשָׁךְ וַיִּצְהָרָךְ, שְׁגָר  
אַלְפִּיךְ וַעֲשֵׂתָת צָאנָךְ, עַל הָאָדָמָה אֲשֶׁר נָשַׁבָּע  
לְאָבִתְּךָ לְתַתְּךָ. בְּרוֹזָה תְּהִיא מִכְלָה הָעַמִּים, לְאֵין  
יְהִיא בְּךָ עֲקָר וְעֲקָרָה וּבְבָהָמָתָךְ. וְהַסִּיר יְיִ מִמְּךָ  
כָּל חָלֵי וְכָל מִדְוֵי מִצְרָיִם הָרָעִים אֲשֶׁר יָדַעְתָּ לֹא  
יִשְׁיכָם בָּךְ, וַיִּתְּנַנֵּם בְּכָל שְׂנָאֵיךְ:

**Veitén** lechá Ha'Elōhím mital hashamáim umishmanei haárrets, veróv dagán vetirósh. Yaavdúcha amím veishtachavú lechá leumím, hevê guevír leachécha veishtachavú lechá benê imécha, orarécha arúr, umevarachécha baruch. Ve'El Shadai yevarach otchá veiafrechá veiarbécha, vahaíta likehál amim. Veitén lechá ét bircát Avraham lechá ulezar'achá itách, lerishtechá ét érets megurécha asher natán Elohim leAvraham. Me'El avícha veiazréca veét Shadai vivarachéca, birchót shamáim meál, birchót tehóm rovétset táchat birchót shadáim varácham. Birchót avícha gavrú al birchót horái, ad taavát guivót olám, tihíena lerósh Yossef ulecodcód nezír echáv. Vaahevchá uverachechá vehirbécha, uverách perí vitnechá uferí admatécha deganechá vetiroshechá veits'harécha, shegár alafécha veasherterótsonécha, al haadamá, asher nishbá laavotécha látet láach. Baruch tihiyé micol haamím, ló ihiyé vechá acár vaacará uvivehemtécha. Vehessír Adonai mimechá col chóli, vechol madvei mitsráim haráim asher iadáta, ló iessimá mítzráim bách, unetanám bechol son'écha.

**Veitén** Que Deus te dê do orvalho do céu, da gordura da terra, e abundância de cereal e vinho. Povos haverão de te servir e nações se inclinaram ante ti; seja senhor sobre teus irmãos, e que os filhos de tua mãe se inclinem perante ti. Aqueles que te amaldiçoam, que sejam amaldiçoados, e aqueles que te abençoam, que sejam abençoados. E que Deus, o Onipotente, te abençoe e te faça frutífero e numeroso, para que possas te converter em uma congregação de povos. Que Ele te conceda a bênção de Avraham, a ti e a tua descendência contigo, para que possas herdar a terra em que vives, que Deus deu a Avraham. É do Deus de teu pai que te ajudara, do Onipotente que te abençoara com bênçãos do céu nas alturas, com bênção do abismo que jazem aqui embaixo, com bênçãos de peito e ventre. As bênçãos [dadas por Deus] a teu pai superaram as bênçãos [dadas] a meus pais até os limites mais extremos das colinas eternas – que estejam sobre a cabeça de Yossef, sobre a cabeça daquele que foi separado de seus irmãos. Ele te amará, te abençoará, e te multiplicará; Ele abençoará o fruto de teu ventre e o fruto de tua terra, teu cereal, teu vinho e teu azeite, a cria do teu gado e os rebanhos de teus carneiros, sobre a terra que Ele jurou a teus antepassados que te daria. Serás abençoados mais que todos os povos; não haverá em ti macho ou fêmea estéril, nem em teu gado. Adonai removerá de ti toda enfermidade; nenhuma das doenças graves do Egito que tu conheces Ele porá sobre ti, mas as infligirá sobre todos os teus inimigos.

**Havdalá**

Pega-se o copo de vinho na mão direita e segura-se até depois da bênção Borê Peri Haguéfen. Então passa-se o copo para a mão esquerda e pega-se o recipiente com as especiarias aromáticas com a mão direita para a bênção Borê Minê Bessamim. O copo de vinho volta para a mão direita para a bênção Borê Meorei Haésh, e então passa-se o copo para a mão esquerda e observa-se as unhas (da mão direita) à luz

**Hinê** El yeshuati; evtach velô efchad, ki ozi vezim rat Ya, Adonai, vayhi li lishuá. Ush'avtêm máyim bessasson, mimaaynê hayshuá. L'Adonai hayshuá; al amechá birchatécha, sêla. Adonai Tsevaot imánu; misgav lánu, Elohim Yaacov, sêla. Adonai Tsevaot, ashre adam botéach Bach. Adonai hoshía; ha'mélech yaanênu veyom cor'enu. Layhudim hayetá orá, vessimchá, vessasson, vicar; ken tiyhé lánu. Cos yeshuot essá, uvshém Adonai ecrá.

sobre o vinho  
Savri Maranan

**Baruch** atá Adonai, Elohim  
mélech haolam borê peri hagáfen

sobre as especiarias aromáticas  
**Baruch** atá Adonai, Elohim  
mélech haolam, borê minê  
bessamim.

bênção do fogo

**Baruch** atá Adonai, Elohim  
mélech haolam, borê meoré  
haésh.

**Baruch** atá Adonai, Elohim  
mélech haolam, hamavdil ben  
côdesch lechol, ben or lechôshech,  
ben Yisrael laamim, ben yom  
hashevií leshéshet yemê  
hamaassê. Baruch atá Adonai,  
hamavdil ben côdesch lechol.

**Hinê** Eis que Deus é minha salvação; confiarei e não temerei, pois Adonai é minha força e canção, e Se tornou minha salvação. Portanto, hauri com alegria água das fontes de salvação. A salvação cabe a Adonai; Tua bênção está sobre Teu povo, para todo o sempre. Adonai dos Exércitos está conosco; o Deus de Yaacov é nossa Fortaleza, para todo o sempre. Adonai dos Exércitos, louvado é o homem que confia em Ti. Salva, Adonai; responde-nos, ó Rei, neste dia em que chamamos. Para os judeus houve luz, alegria, júbilo e honra; que assim seja para nós. Elevarei o copo da salvação, e em nome de Adonai chamarei.

sobre o vinho  
Atenção Senhores

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus,  
Rei do Universo que cria o fruto da vinha

sobre as especiarias aromáticas  
**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus,  
Rei do Universo, que cria diversos tipos  
de especiarias aromáticas.

bênção do fogo

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso  
Deus, Rei do Universo, que cria as chamas  
do fogo.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso  
Deus, Rei do Universo, que distingue  
entre santo e profano, entre luz e trevas,  
entre Israel e as nações, entre o sétimo  
dia e os seis dias de trabalho. Bendito és  
Tu, Adonai, que distingue entre o santo  
[Shabat] e o comum [os dias das semana].

**הבדלה**

בשעת ברכת בורא מני בשמות צדיק לאחיו הרים בשמאלו והבשים בימינו ובשעת ברכת בורא מאורי האש צדיק לאחיו הרים בימינו. ואח"ב בית בצרנים. ויחור ויאחו הרים בימינו בברכת הבדלה.

**הנה אל ישועתי, אבטח ולא אפחד, כי עזיז וזרמת יה יי,**  
**ויה לי לישועה: ושבתם מים בשנון, ממעיני הישועה:**  
**לי הישועה, על עמק ברכתך סלה: כי צבאות עמנוא משגב לנו אלהי יעקב סלה: כי צבאות אשורי אדם בטח בר: כי הושעיה, המלך יעננו ביום קראנו: ליהודים היתה אורה ישמחה, ישנון ויקר, כן תהייה לנו: כוס ישועות אשא, ובשם יי אקרא:**

על היין  
סברי מרכז:

**ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם, בורא פרי הגפן:**

על הבשים

**ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם, בורא מני בשמות:**

על הנר

**ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם, בורא מאורי האש:**

ברכה בורא מאורי האש בית בד' צפרנו והמה יהו כפויים על האנודל, ולא יראה האנודל

**ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם, המבדיל בין קדש לחול, בין אור לחשך. בין ישראל לעמים, בין יום השבעה לששת ימי המעשה. ברוך אתה יי, המבדיל בין קדש לחול:**

|   |   |
|---|---|
| <i>Em Shabat:</i>                                   | Uretsê vehachalitsênu beyom haShabat hazé<br>Que seja do Teu agrado fortifican-nos neste dia de Shabat                          |
| <i>Em Rosh Chodesh:</i>                             | Vezocherênu letová beyom Rosh haChodesh hazé<br>Lembra-Te de nós para o bem neste dia de Rosh Chodesh                           |
| <i>Em Rosh Hashaná:</i>                             | Vezocherênu letová beyom haZicaron hazé<br>Lembra-Te de nós para o bem neste Da da Lembrança                                    |
| <i>Em Pêssach:</i>                                  | Vezocherênu letová beyom chag hamatsot hazé<br>Lembra-Te de nós para o bem neste dia da Festividade das Matsot                  |
| <i>Em Shavuót:</i>                                  | Vezocherênu letová beyom Chag haShavuót hazé<br>Lembra-Te de nós para o bem neste dia da Festividade de Shavuót                 |
| <i>Em Sucót:</i>                                    | Vezocherênu letová beyom Chag haSucót hazé<br>Lembra-Te de nós para o bem neste dia da Festividade de Sucót                     |
| <i>Em Sheminí Atsérét:</i><br><i>e Simchat Torá</i> | Vezocherênu letová beyom Sheminí Atsérét haChag hazé<br>Lembra-Te de nós para o bem neste dia de Sheminí Atsérét, a Festividade |

**Ki atá Adonai tov umetív lacol, venode lechá al haárrets**  
**Ki Pois Tu, Adonai, és bom e beneficia a todos e nós Te agradecemos pela terra**

|  |  |  |
|--|--|--|
| Após alimentos<br>(dos 5 tipos de cereais)   | Após o vinho   | Após uvas, figos<br>romãs, azeitonas<br>e tâmaras  |
| <b>veal hamichiá.</b><br><b>Baruch atá Adonai</b><br><b>al haárrets veal</b><br><b>hamichiá.</b><br><br>e pelo sustento<br>Bendito és Tu, Adonai,<br>pela terra e pelo sustento. | <b>veal peri hagáfen.</b><br><b>Baruch atá Adonai</b><br><b>al haárrets veal</b><br><b>peri hagáfen.</b><br><br>e pelo fruto da vinha<br>Bendito és Tu, Adonai,<br>pela terra e pelo fruto da vinha. | <b>veal haperot.</b><br><b>Baruch atá Adonai</b><br><b>al haárrets veal</b><br><b>haperot.</b><br><br>e pelos frutos<br>Bendito és Tu, Adonai,<br>pela terra e pelos frutos. |



Bênção de "Borê Nefashot" sobre alimentos diversos  
(frutas, verduras, legumes, ou quaisquer alimentos ou bebidas):

**Baruch atá Adonai Elohênu**  
mélech haolam, Borê  
nefashot rabot vechesronán  
al col má shebaráta  
lehachayot bahem nefesh col  
chai. Baruch Chê haolamim.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Criador de inúmeros seres vivos e suas necessidades, por tudo aquilo que Tu criaste com as quais fazes viver a alma de todo o ser vivo. Bendito é Ele que é a vida dos mundos.

|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>בשנת</b>           | <b>וירצָה וְהַחֲלִיכָנו בַיּוֹם הַשְׁבַת הַזֶּה:</b>               |
| <b>בראש חודש</b>      | <b>וְזָכְרָנו לְטוֹבָה בַיּוֹם רָאשׁ הַחְדָשׁ הַזֶּה:</b>          |
| <b>בראש השנה</b>      | <b>וְזָכְרָנו לְטוֹבָה בַיּוֹם הַזָּפָרְזָן הַזֶּה:</b>            |
| <b>בפסח</b>           | <b>וְזָכְרָנו לְטוֹבָה בַיּוֹם חֶג הַמְצֻוֹת הַזֶּה:</b>           |
| <b>בשבועות</b>        | <b>וְזָכְרָנו לְטוֹבָה בַיּוֹם חֶג הַשְׁבָעוֹת הַזֶּה:</b>         |
| <b>בסוכות</b>         | <b>וְזָכְרָנו לְטוֹבָה בַיּוֹם חֶג הַסּוֹפּוֹת הַזֶּה:</b>         |
| <b>בשמיע' צ ו ש'ת</b> | <b>וְזָכְרָנו לְטוֹבָה בַיּוֹם שְׁמֵינִי עַצְרָת הַחֶג הַזֶּה:</b> |

**בְּאַתָּה יְיָ טֹב וְמַטִּיב לְכָל וּנוֹדָה לְךָ עַל הָאָרֶץ**

|                   |                      |                       |                     |
|-------------------|----------------------|-----------------------|---------------------|
| על חמישה מיני דגן | על היין              | על פירות משבעת המינים | ועל המלחיה.         |
|                   | <b>ועל פרי הגפן.</b> | <b>ברוך אתה ייָ</b>   | <b>ברוך אתה ייָ</b> |
|                   |                      | <b>על הארץ</b>        | <b>על הארץ</b>      |
|                   |                      | <b>ועל הַגָּפָן:</b>  | <b>ועל המלחיה:</b>  |



**ברכה אחורונה על שאר אוכלין וממשקיין:**

**ברוך אתה ייָ אלהינו מלך העולם, בורא**  
**נְפָשׁוֹת רַבּוֹת וְחַסְרוֹן,** **על כל מה שבראת**  
**לְהַחִיּוֹת בָּהֶם נְפָשׁ כָּל חַי, ברוך חי העולם:**

### Bênção posterior a alguns alimentos:

Recita-se a seguinte Berachá após comer alimentos cozidos (ou panificados ao forno) preparados com as cinco espécies de cereal (trigo, cevada, centeio, aveia ou espelta), depois de beber vinho ou depois de comer uvas, figos romãs, azeitonas ou tâmaras. Se comeu algumas destas frutas e também bolo e bebeu vinho, deve-se combinar as três bênçãos em uma única e dizer o seguinte: Baruch ata.. Al hamichiá veal hacalcalá, veal haguéfen veal peri haguefén, veal haêts veal peri haêts, veal tenuvat hassade... Finalizando: Venodê lechá al haárets veal hamichiá, veal perí haguéfen, veal haperot, Baruch ata Adonai, al haárets veal hamichiá, veal perí haguéfen vehaperot.

### **Baruch atá Adonai Elohenu mélech haolam**

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo

| Após alimentos<br>(dos 5 tipos de cereais)                                     | Após o vinho  | Após uvas, figos<br>romãs, azeitonas<br>e tâmaras                                 |
|--|---|---|
| <b>al hamichiá, veal<br/>hacalcalá</b><br><br>pelo sustento e<br>pelo alimento | <b>al haguéfen, veal<br/>peri haguéfen</b><br><br>pela vinha e<br>pelo fruto da vinha | <b>al haêts, veal<br/>peri haêts</b><br><br>pela árvore e<br>pelo fruto da árvore |

veal tenuvat hassadé, veál érets chemdá tová urchavá sheratsíta vehinchálta laavotênu, leechol mipiryá velisboa mituvá. Rachem ná Adonai Elohenu al Yisrael amêcha veal Yerushalaim irêcha, veal Tsiyon mishcán kevodêcha, veal mizbechecha veal hechalecha. Uvnê Yerushalaim ir hacodesh bimherá veyamênu veahalênu letochá. Vessamechênu vá unevarechechá bikdushá uvetahorá.

e pelo produto do campo, [e] pela cobiçada, boa e ampla terra que Tu houveste por bem dar como herança aos nossos antepassados, para comer de seu fruto e satisfazer-se de sua fartura. Tem piedade, *Adonai* nosso Deus, de Yisrael Teu povo e de Jerusalém, Tua cidade e de Tsiyon, a sede de Tua glória e de Teu altar e do Teu Templo. Reconstrói Jerusalém, a cidade Santa rapidamente em nossos dias; e conduza-nos para dentro dela e alegra-nos com ela; e que Te abençoemos em santidade e pureza.

### ברכה אחרונה מעין שלוש

על התבשיל, על חמשה מיני דגן, ועל פירות משבעת המינים שם גפן, תאנה, רמוין, וית ותמרה. ואם אכל פירות משבעת המינים, ומיני מוננות, ושתה יין, יכלול הכל בברכה אחת ויאמר כך: על המקהה ועל הפלבלה, ועל הגפן ועל פרי הגפן, ועל העז ועל פרי העז, ועל תנובת השדה ועל ארץ חמדת כו'. וחותם: ננודה לך על הארץ ועל המקהה, ועל פרי הגפן, ועל הפירות, ברוך אתה יי' על הארץ ועל המקהה, ועל פרי הגפן, והפירות:

### ברוך אתה יי' אלהינו מלך העולם:

|                     |                        |                           |
|---------------------|------------------------|---------------------------|
| על חמשה מיני דגן    | על היזן                | על פירות משבעת המינים     |
| <b>על המקהה</b>     | <b>על הגפן ועל</b>     | <b>על הפלבלה</b>          |
| <b>פָּרִי הַעַז</b> | <b>פָּרִי הַגָּפָן</b> | <b>פָּרִי הַכְּלָבָלה</b> |
|                     |                        |                           |

על תנובת השדה ועל ארץ חמדת טוביה ורחהבה שרצית והנחלת לאבותינו לאכל מפרייה ולשבוע מטוובה. רחם נא יי' אלהינו על ישראל עמך ועל ירושלים עירך ועל ציון מישכו כבודך ועל מזבחך ועל היכלה. ובנה ירושלים עיר הקדש במהרה בימינו והעלנו לתוכה. ושמיחנו בה ונברך בקדשה ובטהרה:

Acréscimos à Bênção Posterior à Refeição Festiva após o Berit Milá - Circuncisão.

Após o parágrafo que começa com Mimarón, pág. 20 recita-se o seguinte:

**1** **Harachamán** hu yevarêch aví hayéled veimó, veizkú legadeló lechanechó ulechakemó. Miyom hasheminí vahalá yeratsé damó, vihí Adonai Elohav imó.

**2** **Harachamán** hu yevarêch báal berít hamilá, asher sass laassót tsédek beguilá, vishalém paoló umasscurtó kefulá, veitnêhu lema'la lema'la.

**3** **Harachamán** hu yevarêch rách hanimol lishmoná, veihiyú yadáv velibó la'El emuná. Veyizké lirót penê hashechiná, shalosh peamím bashaná.

**4** **Harachamán** hu Yevarêch hamal bessár haorlá, ufará umatsáts demei hamilá. Ish hayaré verách haleváv avodató pessulá, im shelash êle ló iaassé lá.

**5** **Harachamán** hu yishlách lánu meshichó holêch tamím, bizchút chatán lamulót damím, levassér bessorót tovót venichumím, leám echád mefuzár emeforád bén haamím.

**6** **Harachamán** hu yishlách lánu cohén tsédek asher lucáh leeilóm, ad huchán kissó cashémesh veiahalóm, vaiálet panáv beadartó vaiglóm. Berití haitá itó hachaím vehashalom.

Conclui-se o Bircat Hamazón (na pág. 21)

**Harachamán** Que o Misericordioso abençoe o pai do menino e sua mãe; que tenham o mérito de criá-lo, treiná-lo e educá-lo para ser um erudito. Desde o oitavo dia em diante seu sangue é aceito. Que Adonai, seu Deus, esteja com ele.

**Harachamán** Que o Misericordioso abençoe o sandec da circuncisão, que feliz cumpriu esta boa ação, com alegria. Que Ele recompense seu ato, duplique sua recompensa e o enalteça cada vez mais.

**Harachamán** Que o Misericordioso abençoe a terra criança que foi circuncidada no oitavo dia; que suas mãos e seu coração sejam fiéis a Deus, e que mereça contemplar a Presença Divina três vezes ao ano.

**Harachamán** Que o Misericordioso abençoe o mohel que realizou a circuncisão. A pería e a metsitsá. Se um homem tímido ou fraco de coração não executa estas três partes da mitsvá, seu serviço é inválido.

**Harachamán** Que o Misericordioso nos envie, pelo mérito do sangue da circuncisão, Seu Mashiach que caminha em perfeição, para trazer boas notícias e consolo a um povo único disperso e espalhado entre os povos.

**Harachamán** Que o Misericordioso nos envie [Eliáhu] o justo sacerdote, que foi levado ao ocultamento até que seu assento, resplandecente como o sol e as pedras preciosas, esteja preparado para ele; que cobriu seu rosto com sua capa e se envolveu; com quem se fez Meu pacto de vida e paz.

הרחמן הוא יברך אביו הילך ואמו. ויזכו לגודלו לחנכו ולהכומו. מיום השמינו והלאה ירضا דמו ויהי יי' אליהו עמו:

הרחמן הוא יברך בעל ברית המילה. אשר שש לעשות צדק בגילה. וישלם פועלו ומשכורתו כפולה. ויתגיה למעלה למעלה:

הרחמן הוא יברך רך הנמול לשמונה. ויהיו ידיו ולבו לאל אמונה. ויזכה לראות פנוי השכינה. שלש פעמים בשנה:

הרחמן הוא יברך המל בשר הערלה. ופרק ומצין דמי המילה. איש הירא ורע הלבב ירצה עבוזתו פסולה. אם שלש אלה לא יעשה לה:

הרחמן הוא ישלח לנו משליחו הולך תמים. בזכות חתנו למילوت דמים. לבשר בשורות טובות ונחותם. לעם אחד מפזר ומפרק בין העמים:

הרחמן הוא ישלח לנו כהן צדק אשר לך לעילום. עד הוכן כסאו כשםיש ויהלום. וילט פניו באדרתו ויגלום. בריתך היה אתה החיים והשלום:

**1 Baruch** atá Adonai Elohênu mélech haolam shehacol bará lichvodó.

**2 Baruch** atá Adonai Elohênu mélech haolam yotsér haadám.

**3 Baruch** atá Adonai Elohênu mélech haolam asher yatsár ét haadám betsalmó betsélem demút tavnító, vehitkín ló miménu binyán adei ád. Baruch atá Adonai yotsér haadám.

**4 Sós** tassís vetaguêl haacará bekibúts banéha letochá besimchá. Baruch atá Adonai messeméach tsiyón bevanéha.

**5 Sámanch** tessamách reím haahuvím kessamechachá yetsirchá begán éden mikédem. Baruch atá Adonai messaméach chatán vechalá.

**6 Baruch** atá Adonai Elohênu mélech haolam asher bará sassón vessimchá chatán vechalá, guilá riná ditsá vechedvá, ahavá veachavá shalom vereút. Meherá Adonai Elohênu ishamá bearei Yehudá, uvechutsót Yerushaláyim, col sassón vecol simchá, col chatán vecol calá, col mits'halót chataním mechupatám, unearím mimishté neguinatám, Baruch atá Adonai messaméach chatán im hacalá.

**7 Baruch** atá Adonai Elohênu mélech haolam boré peri hagáfen.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do universo, que criou todas as coisas para Sua glória.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do universo, Criador do homem.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do universo, que criou o homem à Sua imagem, à imagem [de Sua] semelhança [Ele fez] sua forma, e preparou-lhe, dele próprio, uma edificação eterna. Bendito és Tu, Adonai, Criador do homem.

**Sós** que a estéril [Jerusalém] se alegre e seja feliz com a reunião de seus filhos em seu meio com júbilo. Bendito és Tu, Adonai, que alegra Tsiyón com seus filhos.

**Sámanch** Concede abundante júbilo a estes amados companheiros, assim como outorgaste júbilo ao Teu ser criado no Jardim do Éden de outrora. Bendito és Tu, Adonai, que alegra o noivo e a noiva.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do universo, que criou alegria e felicidade, noivo e noiva, contentamento e júbilo, regozijo e deleite, amor, amizade, harmonia e companheirismo. Adonai, nosso Deus, que em breve se escute nas cidades de Yehudá e nas ruas de Jerusalém o som da alegria e o som da felicidade, o som de uma noiva e o som de um noivo, o som de júbilo dos noivos sob sua chupá, e de jovens de seus jubilosos banquetes. Bendito és Tu, Adonai, que alegra o noivo com a noiva.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo que cria o fruto da vinha

**ברוך אתה ייְהוָה מלך העולם, שהכל ברא לכבודך:**

**ברוך אתה ייְהוָה מלך העולם, יוצר האדם:**

**ברוך אתה ייְהוָה מלך העולם, אשר יצר את האדם בצלמו, בצלם דמותת הבניתו, והתקין לו ממנה בניין עד עד, ברוך אתה יוצר האדם:**

**שוש תשיש ותגאל העקרה, בקבוץ בניה לתוכה בשמחה, ברוך אתה ייְהוָה משמיח ציון בבנייה:**

**שמיח תשמיח רעים האהובים, כשמיחה יציר בגן עדן מקדם, ברוך אתה ייְהוָה משמיח חתן וכלה:**

**ברוך אתה ייְהוָה מלך העולם, אשר ברא ששון ושמיחה, חתן וכלה, גילה רנה, דיצה וחודה, אהבה ואחווה, שלום ורעות, מהרה ייְהוָה משמע בערי יהודה ובחוצות ירושלים, קול ששון וקול שמחה, קול חתן וקול כלה, קול מצחאות חתנים מחתפתם ונערות מממשתה נגינתם, ברוך אתה ייְהוָה משמיח חתן עם הפללה:**

ומברך על הכוון:

**ברוך אתה ייְהוָה מלך העולם, בורא פרי הגפן: ושותין החתן והכלה**

Acréscimos à Bênção Posterior à Refeição Festiva após o Berit Milá - Circuncisão - encontra-se na página 23.

*Em Shabat*

**Harachamán** hu yanchilênu leyom shekuló Shabat umenuchá lechayé haolamím.

*Em Rosh Chodesh*

**Harachamán** hu yechadêsh et hachodesh hazé letová velivrachá.

*Em Yom Tov*

**Harachamán** hu yanchilênu leyom shekuló tov.

*Em Sucót*

**Harachamán** hu yakim lánu et sucat David hanofélet.

*Em Rosh Hashaná*

**Harachamán** hu yechadêsh et hashaná hazót letová velivrachá.

*Em Shabat*

**Harachamán** Que o Misericordioso nos faça herdar aquele dia que será inteiramente Shabat e repouso na vida eterna.

*Em Rosh Chodesh*

**Harachamán** Que o Misericordioso renove para nós este mês para o bem e para a bênção.

*Em Yom Tov*

**Harachamán** Que o Misericordioso nos faça herdar aquele dia que é todo bom.

*Em Sucót*

**Harachamán** Que o Misericordioso restabeleça para nós a Sucá caída de David.

*Em Rosh Hashaná*

**Harachamán** Que o Misericordioso renove para nós este ano para o bem e para a bênção.

**Harachamán** hu yezakênu limót haMashíach ulchayé haolám habá. Magdíl (Em Shabat, Yom Tov, Rosh Chodesh e Chol Hamoêd substuiu-se por: Migdol) yeshuót malcó veossé chéssed limshichó, leDavid ulzáró ad olam. Ossé shalom bimromáv hu yaassê shalom alênu veal col Yisrael, veimrú Amên.

**Yireú** et Adonai kedosháv, ki en machssór lireáv. Kefirím rashu veraêvu, vedorshe Adonai lo iachserú chol tov. Hodú laAdonai ki tov, ki leolám chassdó. Potéach et yadêcha umassbía lechol chai ratsón. Baruch haguéver asher yivtách baAdonai, vehayá Adonai miwtachó.

Se o Birkat Hamazon foi recitado sobre um copo de vinho, o condutor diz a seguinte bênção: (Shevá Berachot encontra-se na pág. 22)

**Baruch** atá Adonai, Elohênu mélech haolam borê peri hagáfen.

**Harachamán** Que o Misericordioso nos conceda o privilégio de alcançar os dias de Mashiach e a vida do Mundo Vindouro. Ele dá grande salvação (Em Shabat, Yom Tov, Rosh Chodesh e Chol Hamoêd: "Ele é uma torre de salvação") para Seu rei e faz benevolência ao Seu ungido, a David e seus descendentes eternamente. Ele que faz em Seus Céus, que faça a paz por nós e por todo Israel, e digam Amên.

**Yireú** Temam a Adonai, vocês Seus sagrados, pois quem O teme não carece de nada. Os jovens leões padecem de necessidade e passam fome, mas àqueles que buscam a Adonai, nenhum bem lhes faltará. Dêem graças a Adonai, pois Sua bondade é eterna. Tu abres a Tua mão e satisfazes o desejo de todo o que vive. Bendito é o homem que confia em Adonai e será Adonai a sua segurança.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo que cria o fruto da vinha.

הרחמן לברית מילה תמצא لكمן ע' 23

בשבת: **הרָחֵם הוּא יִנְחַלֵּנוּ לַיּוֹם שְׁכָלֶוּ שְׁבָת וּמִנּוֹחָה לְחֵי הָעוֹלָמִים:**  
בראש חדש: **הרָחֵם הוּא יִחְדַּשׁ עֲלֵינוּ אֶת הַחְדָשָׁה לְטוֹבָה וּלְבָרָכה:**  
בימים טוב: **הרָחֵם הוּא יִנְחַלֵּנוּ לַיּוֹם שְׁכָלֶוּ טֻוב:**  
בסוכות: **הרָחֵם הוּא יַקְרִים לְנוּ אֶת סְכַת דָּוד תְּנוּפָלָת:**  
בראש השנה: **הרָחֵם הוּא יִחְדַּשׁ עֲלֵינוּ אֶת הַשָּׁנָה הַזֹּאת לְטוֹבָה וּלְבָרָכה:**

**הרָחֵם הוּא יִצְכְּנוּ לִימּוֹת הַמֶּשִׁיחַ וּלְחֵי הָעוֹלָם הַבָּא:**

**מַגְדִּיל** (בשבת ויו"ט ור"ח וחוה"מ אומר: **מַגְדָּול**) **ישועות**  
**מַלְכֹו וְעֶשֶׂה חֶסֶד לְמַשִּׁיחּוּ לְדוֹד וּלְזָרוּעּוּ עַד עַזְלָם:**  
**עֶשֶׂה שְׁלוּם בְּמַרְוָמִיו הַוְאָ יַעֲשֶׂה שְׁלוּם עַלְינּוּ וּעַל כָּל**  
**יִשְׂרָאֵל וְאָמְרוּ אָמֵן:**

**יראו** את י"י קדושיו כי אין מחסור ליראיו: כפירים  
ראשי ורגבען ודורישי יי לא יחסרו כל טוב: הוזו לוי כי  
טוב כי לעולם חסדך: פותח את ייך ומשביע לכל חי  
רצונו: ברוך הגבר אשר יבטח ביי ויה יי מבתו:

(שבע ברכות لكمן ע' 22) וمبرך על הכל:

**ברוך אתה יי אליהינו מלך העולם, בורא פרי הגפן:**

**Harachamán** hu yishlách berachá merubá beváiyit zé veal shulchán zé sheachálnu aláv.

**Harachamán** hu yishlách lánu et Eliyahu hanaví zachúr latóv vivassér lánu bessorót tovót yeshuót venechamót.\*

**Harachamán** hu yevarêch et aví morí báal habáiyit hazé veét imí moratí baalát habáiyit hazé, otám veét betám veét zaram veét col asher lahém, otánu veét col asher lánu, kemó sheberách et avotênu Avraham Yitschac veYaakov bacol micol col, kén yevarêch otánu (benê berit) culánu yáchad bivrachá shelemá, venomar Amên.

**Mimaróm** yelamdú aláv vealênu zechút shetehé le mishmáret shalom, venissá verachaá meêt Adonai, utsedacá me Elohim yishênu, venimtsá chén vesséchel tov beenê Elohim veadám.

\*Os chassidim acrescentam:  
Harachamán hu yevarêch et adonênu morênu verabênu.

**Harachamán** Possa o Misericordioso mandar uma bênção plena sobre esta casa, e sobre esta mesa à qual comemos.

**Harachamán** Possa o Misericordioso nos mandar Eliyáhu, o profeta, que seja lembrado para o bem, que nos trará boas novas, salvação e consolo.\*

**Harachamán** Possa o Misericordioso abençoar meu honrado pai, chefe desta casa, e minha honrada mãe, dona desta casa; a eles, seu lar, seus descendentes e tudo o que é meu; a nós e tudo o que é nosso; como Ele abençoou nossos Patriarcas, Avraham, Yitschac e Yaakov, cada um com sua própria bênção abrangente; assim mesmo possa Ele abençoar a todos nós juntos, com uma bênção perfeita, e digamos "Amên".

**Mimaróm** Do Alto, possa haver [tal defesa de nossos] méritos, tanto por ele como por nós, que nos leve à paz duradoura. Possamos receber uma bênção do Eterno e caridade do Deus de nossa salvação; e possamos encontrar graça e boa compreensão aos olhos de Deus e do ser humano.

\*Os chassidim acrescentam:  
Possa o Misericordioso abençoar o Rebe, nosso Mestre.

הָרְחַמֵּן הוּא יִשְׁלַח לְנוּ בָּרָכָה מְרֻבָּה בְּבֵית זֶה וְעַל שְׁלֹחָן זֶה שֶׁאָכְלָנוּ עַלְיוֹן:

הָרְחַמֵּן הוּא יִשְׁלַח לְנוּ אֶת אֱלֹהֵי הַנֶּגֶב אֶצְבּוּר לְטוֹב וַיְבָשֵׂר לְנוּ בְּשַׁׁׂרְוֹת טֹבּוֹת יְשֻׁׁעָות וְנַחֲמוֹת:

הָרְחַמֵּן הוּא יִבְרֹךְ אֶת אָבִי מֹרֵר בַּעַל הַבֵּית הַזֶּה וְאֶת אִמֵּי מֹרֵתִי בַּעַלְתִּה הַבֵּית הַזֶּה. אֹתָם וְאֶת בֵּיתְכֶם וְאֶת זָרָעָם וְאֶת כָּל אֲשֶׁר לָהֶם. אֹתָנוּ וְאֶת כָּל אֲשֶׁר לְנוּ. כְּמוֹ שִׁבְרָךְ אֶת אָבוֹתֵינוּ אֶבְרָהָם יַצְחָק וַיְעַקְבָּ. בְּכָל מִפְּלָל פָּל. כְּנָן יִבְרֹךְ אֹתָנוּ (בְּנֵי בְּרִית) כָּלָנוּ יְחִיד בָּרָכָה שְׁלָמָה. וּנְאָמַר אָמֵן:

מְרוּם יָלְמָדוּ עַלְיוֹן זְכוֹת שְׁתַהְאָלְמַשְׁמָרָת שְׁלָום. וּנְשָׁא בָּרָכה מֵאָת זָהָר. וְצִדְקָה מִאָלָהִי יִשְׁעָנוּ. וּנְמַצֵּא חָנוּ וְשָׁכֵל טֹב בְּעֵינֵי אֱלֹהִים וְאָדָם:

\*כמו מהחסידים נהוגים לומר:

הָרְחַמֵּן הוּא יִבְרֹךְ אֶת אָדוֹנֵינוּ מֹרֵרנוּ וְרַבְנָנוּ:

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu  
mélech haolám, ha'El, avínu,  
malkēnu, adirênu, boreênu,  
goalênu, yotserênu, kedoshênu  
kedósh Yaacov, roênu  
roê Yisrael, hamélech hatów  
vehametív lacol, bechol  
yom vayom, hu hetív lánu,  
hu metív lánu, hu yetív  
lánu, hu guemalánu hu  
gomelênu hu yigmelênu  
láad, lechén ulechéssed  
ulerachamím, ulerévach  
hatsalá vehatslachá, berachá  
vishuá, nechamá, parnassá  
vechalcalá, verachamím  
vehayim veshalom vechol  
tov, umicol tuv leolám al  
yechassrênu.

**Harachamán** hu yimlóch alenu  
leolám vaéd.

**Harachamán** hu yitbarêch  
bashamáyim uvaárets.

**Harachamán** hu yishtabách ledór  
dorim, veiytpaér bánu láad ulenêtsach  
netsachím, veiyithadár bánu  
láad oleolemê olamím.

**Harachaman** hu yefarnessênu  
bechavód.

**Harachaman** hu yitshbór ol galút  
meál tsavarênu, vehú yolichênu  
komemiyút leartsênu.

**Baruch** Bendito és Tu, ó Eterno, nosso Deus, Rei do Universo, Todo Poderoso, nosso Pai, nosso Rei, nosso Onipotente, nosso Criador, nosso Salvador, nosso Autor, nosso Santo, ó Santo de Yaacov, nosso Pastor, ó Pastor de Israel, ó Rei que é bondoso, e age com benevolência para com todos, dia após dia. Pois Ele agiu para conosco, age para conosco e agirá para conosco com benevolência; Ele derramou, derrama e derramará sobre nós benefícios para sempre, [dando-nos] graça, benevolência, misericórdia e alívio, liberdade e prosperidade, bênção e salvação, consolo, subsistência e alimento e misericórdia e vida e paz e todo o bem. E de qualquer espécie de bem não nos deixe jamais ter carência.

**Harachamán** O Misericordioso reinará sobre nós para todo o sempre.

**Harachamán** O Misericordioso será abençoado no Céu e na Terra.

**Harachamán** O Misericordioso será louvado por todas as gerações; glorificado entre nós por toda a eternidade e honrado entre nós para todo o sempre.

**Harachamán** Possa o Misericordioso nos conceder uma subsistência honrada.

**Harachamán** Possa o Misericordioso quebrar o jugo do exílio (das nações) de sobre nossa nuca, e nos guiar de cabeça erguida para nossa Terra.

ברוך אתה ייְהוָה מֶלֶךְ הָעוֹלָם רַבָּה אָבִינוּ מֶלֶכְנוּ,  
אֲדִירָנוּ בָּרוּאנוּ גֹּאֵלָנוּ יִזְכְּרָנוּ קָדוֹשָׁנוּ קָדוֹשׁ  
יעַקְבָּרְעָנָנוּ רֹעָה יִשְׂרָאֵל הַמֶּלֶךְ הַטּוֹב וְהַמְּטוּב  
לְפָלֵל בְּכָל יוֹם וַיּוֹם, הוּא הַטּוֹב לָנוּ, הוּא מְטוּב  
לָנוּ, הוּא יִטּוֹב לָנוּ, הוּא גָּמְלָנוּ הוּא גָּמְלָנוּ הוּא  
גָּמְלָנוּ לָעֵד, לְחֻן וְלִחְסָד וְלִרְחָמִים, וְלִרְוחַ הַצְּלָה  
וְהַצְּלָה, בָּרָכָה וִישְׁועָה, נְחָמָה פְּרִנְסָה וְכָלְכָלָה  
וּרְחָמִים וְחִיִּים וְשָׁלוֹם וְכָל טּוֹב וּמְכָל טּוֹב לְעוֹלָם  
אל יְחִיסְרָנוּ:

הַרְחָמָן הוּא יְמֶלֶךְ עַלְיוֹן לְעוֹלָם וְעַד:

הַרְחָמָן הוּא יִתְבָּרֵךְ בְּשָׁמִים וּבָאָרֶץ:

הַרְחָמָן הוּא יִשְׂתַּבֵּחַ לְדֹור דֹרוֹת. וַיִּתְפָּאֶר בְּנוּ  
לָעֵד וְלִנְצָחָה נְצָחִים. וַיִּתְהַדֵּר בְּנוּ לָעֵד וּלְעוֹלָמִים  
עוֹלָמִים:

הַרְחָמָן הוּא יִפְרִנְסֶנוּ בְּכָבוֹד:

הַרְחָמָן הוּא יִשְׁבַּר עֹז גָּלוֹת\* מֵעַל צְוֹאָרָנוּ וּ הוּא  
יַזְלִיכָנוּ קָוְמִימִות לְאָרֶצָנוּ:

\*נ"א: עֹז הָגּוּיִם

Se esqueceu de falar Retsê em Shabat, mesmo na Seudá Shelishit e ainda estiver antes do pôr-do-sol, se lembrar antes da bênção Hatov Vehametiv, recita-se o seguinte:

**Baruch** atá Adonai Elohenu mélech haolam shenatán Shabatót limenuchá leamó Yisrael beahavá leót veliverít. Baruch atá Adonai mecadêsh haShabat.

Se esqueceu de dizer Yaalé Veiavó em Yom Tov, deve dizer o seguinte:

**Baruch** atá Adonai Elohenu mélech haolam asher natán yamím tovím leamó Yisrael lessassón ulessimchá ét yom chag (nome da festividade) hazé. Baruch atá Adonai mecadêsh Yisrael vehazemaním.

Em Rosh Hashaná diga:

**Baruch** atá Adonai Elohenu mélech haolam asher natán yamím tovím leamó Yisrael lezicárón ét yom hazicárón hazé. Baruch atá Adonai mecadêsh Yisrael veyom hazicárón.

Em Chol Hamoêd diga:

**Baruch** atá Adonai Elohenu mélech haolam asher natán moadím leamó Yisrael lessassón ulessimchá ét yom chag (nome da festividade) hazé. sem concluir com uma berachá.

:Em Rosh Chodesh diga

**Baruch** atá Adonai Elohenu mélech haolam shenatán rashé chodashím leamó Yisrael lezicárón. sem concluir com uma berachá.

Se o Yom Tov cair (ou Rosh Hashaná ou Rosh Chodesh) no Shabat e não se lembrou de falar Retsê a Yaalé Veiavó, deve combiná-las e dizer:

**Baruch** atá Adonai Elohenu mélech haolam shenatán Shabatót limenuchá leamó Yisrael beahavá leót veliverít veyamím tovím (Em Chol Hamoêd: umoadím) lessassón ulessimchá ét yom chag (nome da festividade) hazé. (Em Rosh Hashaná: veiamím tovím lezicárón ét yom hazicárón hazé). (Em Rosh Chodesh: verashé chodashím lezicárón). E conclua: Baruch atá Adonai mecadêsh haShabat veYisrael vehazemaním. (Em Rosh Hashaná: veyóm hazicárón). (Em Rosh Chodesh: verashé chodashím).

Tudo o que foi dito acima se aplica apenas se a omissão foi percebida antes de começar a berachá a seguir. Se foi percebida após começar a berachá, mesmo que só tenha falado a primeira palavra - Baruch, deve-se repetir o Birkat Hamazon desde o início. Isto se aplica ao Shabat e às festas de Pessach, Shavuot e Sucot e à refeição da noite de Rosh Hashaná; porém, em Chol Hamoêd, Rosh Chodesh, a Seudá Shelishit de Shabat ou das festas, ou a refeição da manhã de Rosh Hashaná, se não lembrou até depois de ter começado a próxima berachá, não deve-se repetir.

שכח ולא אמר רצה בשבת, אפילו בסעודת שלישית, אם הוא קודם שקיעת החמה, ונזכר קודם ברכת הטוב והמטיב, אומר:

**ברוך אתה ייְ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אָשֶׁר נָתַן שְׁבָתוֹת לְמִנּוֹחָה לְעַפּוֹ יִשְׂרָאֵל בְּאֶחָדָה לְאוֹת וְלִבְרִית. ברוך אתה ייְ מקדש השבת:**

ואם טעה ולא אמר יעלה ויhoa ביום טוב אומר:

**ברוך אתה ייְ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אָשֶׁר נָתַן יְמִינִים טֹבִים לְעַפּוֹ יִשְׂרָאֵל לְשָׁשׁוֹן וְלִשְׁמָחוֹה אֶת יוֹם חֶג (פלוני ה'זה). ברוך אתה ייְ מקדש יִשְׂרָאֵל וְהַזְמִינִים:**

בראש השנה אומר:

**ברוך אתה ייְ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אָשֶׁר נָתַן יְמִינִים טֹבִים לְעַפּוֹ יִשְׂרָאֵל אֶת יוֹם הַזְּכָרוֹן הַזֶּה. ברוך אתה ייְ מקדש יִשְׂרָאֵל וְיוֹם הַזְּכָרוֹן:**

בחולו של מועד אומר:

**ברוך אתה ייְ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אָשֶׁר נָתַן מוֹעָדים לְעַפּוֹ יִשְׂרָאֵל לְשָׁשׁוֹן וְלִשְׁמָחוֹה אֶת יוֹם חֶג (פלוני ה'זה: ואינו חותם)**

ובן בראש חודש אומר:

**ברוך אתה ייְ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אָשֶׁר נָתַן רָאשִׁי חֲדָשִׁים לְעַפּוֹ יִשְׂרָאֵל לְזֶכְרוֹן: (ואינו חותם)**

ואם חל י"ט (או ר"ה או ר"ח) בשבת ולא הוכיר לא של שבת ולא של י"ט (או ר"ה או ר"ח) כולין יחד ואומר:

**ברוך אתה ייְ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אָשֶׁר נָתַן שְׁבָתוֹת לְמִנּוֹחָה לְעַפּוֹ יִשְׂרָאֵל בְּאֶחָדָה לְאוֹת וְלִבְרִית (בימים טוב: יְמִינִים טֹבִים) (בחוה"מ: ומזועדים) לְשָׁשׁוֹן וְלִשְׁמָחוֹה אֶת יוֹם חֶג (פלוני ה'זה (בר"ה: יְמִינִים טֹבִים לְזֶכְרוֹן אֶת יוֹם הַזְּכָרוֹן הַזֶּה) (בר"ח: וּרְאַשִׁי חֲדָשִׁים לְזֶכְרוֹן) ברוך אתה ייְ מקדש השבת וְיִשְׂרָאֵל (ביו"ט: והזמנים) (בר"ה: יְמִינִים (בר"ה: זֶכְרוֹן) (בר"ח: וּרְאַשִׁי חֲדָשִׁים):**

וכל זה בשנוכר קודם שהתחילה ברכת הטוב והמטיב. אבל אם נזכר אחר שהתחילה ברכת הטוב והמטיב אפילו לא אמר אלא תיבת בריך בלבד צריך לחזור לראש. במה דברים אמורים בשבת ויום טוב של שלוש רגלים, אבל בחולו של מועד - וראש חדש אם לא נזכר עד שהתחילה הטוב והמטיב אינו חורף. ובן בסעודת שלישית של שבת ויום טוב, ובן בראש השנה ביום, אבל בלילה ראש השנה חורף.

Em Rosh Chodesh, Yom Tov ou Chol Hamoêd insere-se o seguinte parágrafo no meio da terceira bênção:

**Elohênu**, v'Elohê avotênu: yaalê, veyavô, veysiquia, veyerâê, veyeratsê, veiyishamá, veypaked, veiyizacher zichronênu ufidonênu, vezichron avotênu, vezichron Mashiach ben David avdêcha, vezichron Yerushaláyim, Ir Codshêcha, vezichron col amechá Bet Yisrael lefanêcha, lifletá, letová, lechén, ulchêssed, ulrachamim, ulchayim tovim, ulshalom:

**Elohênu** Nosso Deus e Deus de nossos antepassados: possa levantar-se, vir, chegar, ser vista, aceita, ouvida, lembrada e recordada nossa lembrança e nossa recordação, e a lembrança de nossos antepassados, e a lembrança de Mashiach, descendente de David, Teu servo, e a lembrança de Jerusalém, Tua Cidade Santa, e a lembrança de todo Teu povo, a Casa de Israel, perante Ti, trazendo libertação, bem-estar, graça, benevolência e misericórdia, boa vida e paz:

Em Rosh Chôdesh:

**beyom Rosh ha'Chodesh hazê**  
nesse dia de Rosh Chôdesh

Em Pêssach:

**beyom Chag ha'Matsot hazê**  
nesse dia da Festa das Matsot

Em Shavuót:

**beyom Chag ha'Shuvoût hazê**  
nesse dia da Festa de Shavuot

Em Yom Tov (exceto Chol Hamoêd) e Rosh Hashaná:

**be'Yom Tov, micrá côdesh hazê**  
nesse dia bom, que é chamado santificado

Zochrênu, Adonai Elohênu, bo letová; ufocdênu vo livrachá; vehoshiênu vo lechayim tovim. Uvidvar yeshuá verachamim, chus vechonênu, verachêm alênu vehoshiênu, ki Elêcha enênu, ki El mèlech chanun verachum atá.

Lembra-Te de nós, Adonai, nosso Deus, nesse dia, para o bem; recorda-Te de nós nele para nos abençoar; e salva-nos nele para uma vida boa. Por Tua promessa de salvação e misericórdia, poupa-nos e seja pleno de graça para conosco, tem misericórdia de nós e salva-nos, pois nossos olhos se dirigem a Ti, porque Tu és um Deus e um Rei pleno de graça e misericórdia.

**Uvnê** Yerushalayim ir hacodesh bimhera veyamênu. Baruch atá Adonai, bonê verachamav Yerushalayim. Amên.

**Uvnê** E reconstrói Jerusalém, a Cidade Santa, breve em nossos dias. Bendito és Tu, Adonai, que em Sua compaixão reconstrói Jerusalém. Amên.

בר"ח ויו"ט וחוה"מ אומרים כאן יעלה ויבא:

**אלְהַיָּנוּ וְאֱלֹהֵינוּ אֲבֹתֵינוּ יָעֶלֶה וִיבָא, וַיִּגְעַע וַיִּרְאָה וַיִּרְצָח,**  
**וַיִּשְׁמַע וַיִּפְלַקֵּד וַיִּזְכֵּר, זְכָרוֹנָנוּ וַפְקָדוֹנָנוּ, וַזְכָרוֹן אֲבֹתֵינוּ,**  
**וַזְכָרוֹן מֶשֶׁיחַ בָּנוּ דָוד עַבְדָךְ, וַזְכָרוֹן יְרוֹשָׁלָם עִיר קָדְשָׁךְ,**  
**וַזְכָרוֹן כָּל עַמָּךְ בֵּית יִשְׂרָאֵל לְפָנֶיךָ לְפִלְיטָה לְטוֹבָה,**  
**לְחֻן וְלִחְסָד וְלִרְחָמִים וְלִחְיִים טֹבִים וְלִשְׁלוֹם:**

בפטות

**בַּיּוֹם חָג הַסְּפּוֹת הַזֶּה**

בשבמיini עצרת ושמחת תורה

**בַּיּוֹם שְׁמִינִי עַצְרַת הַחֲגָה הַזֶּה**

בראש השנה

**בַּיּוֹם הַזְּכָרוֹן הַזֶּה**

בשלש רגלים (חוין מחול המועד) ובראש השנה

**בַּיּוֹם טֹב מִקְרָא קָדֵשׁ הַזֶּה**

**זְכָרָנוּ יְיָ אֱלֹהֵינוּ בָּזֶה לְטוֹבָה, וַפְקָדוֹנוּ בָּזֶה לְבָרְכָה, וְהַזְּמִינָנוּ**  
**בָּזֶה לְחִים טֹבִים. וּבְדָבָר יְשִׁועָה וַרְחָמִים, חֹסֵד וְחַנְנוּ**  
**וַרְחָם עַלְינוּ וְהַזְּמִינָנוּ כִּי אֶלְיךָ עִינָנָנוּ, כִּי אֶל מֶלֶךְ חַנְנוּ**  
**וַרְחָם אַתָּה:**

**וּבְנָה יְרוֹשָׁלָם עִיר הַקָּדֵשׁ בָּמָהָרָה בִּימֵינוּ. בָּרוּךְ**  
**אַתָּה יְיָ בָּנָה בְּרָחְמֵיו יְרוֹשָׁלָם. אָמֵן:**

**Veal** hacol Adonai Elohênu anáchnu modim lách umvarchim otách, yitbarêch shimchá befí col chai tamíd leolam vaéd, cactuv: Veachaltá vessaváta uverachtá et Adonai Elohécha al haárets hatová asher natán lách. Baruch atá Adonai, al haárets veal hamazón.

**Rachém** Adonai Elohênu al Yisrael amécha, veal Yerushayim irécha, veal Tsiyón mishcán kevodécha veal malchut bet David meshichécha veal habáit hagadol vehakadosh shenikrá shimchá aláv. Elohênu, avínu, reênu (em Shabat e Yom Tov: roênu), zonênu, parnessênu vechalke-lênu veharvichênu, veharvách lánu Adonai Elohênu, meherá micol tsarotenu. Vená al tatsrichênu, Adonai Elohênu, lo lide matenát bassár vadám veló lide halvaatám, ki im leyadechá hameleá, hapetuchá, hakedoshá veharechavá, sheló nevósh veló nicalém leolám vaéd.

Em Shabat

**Retsé** vehachalitsênu Adonai Elohênu bemitsvotécha uvemitsvát yom hashevíi hashabat hagadol veacadosh hazé, ki yom ze gadol vecadosh hu lefanécha. Lishbót bo velanúach bo beahavá kemitsvát retsonécha, uviretsonchá haniach lánu, Adonai Elohênu, sheló tehê tsarárveyagón vaanachá beyom menuchatênu, veharénu Adonai Elohênu benechamát Tsiyón irécha, uveinyán Yerushalayim ir codshécha, ki ata hu báal hayeshuót uváal hanechamót.

**Veal** E por tudo isso, Adonai, nosso Deus, nós Te agradecemos e Te bendizemos; abençoado seja Teu nome pela boca de tudo o que vive, continuamente e para todo o sempre, como está escrito: "Tu comerás e ficarás satisfeito e abençoarás Adonai, teu Deus, pela boa Terra que Ele te deu." Bendito és Tu, Adonai, pela Terra e pelo alimento.

**Rachém** Tem piedade, Adonai, nosso Deus, de Israel, Teu povo, e de Jerusalém, Tua cidade, e de Tsiyon, a sede de Tua glória, e do reino da Casa de David, Teu ungido, e da grande e santa Casa, que é chamada por Teu nome. Ó nosso Deus, nosso Pai, nosso Pastor, nutre-nos, sustenta-nos, mantém-nos e alivia-nos; e dá-nos alívio, Adonai, nosso Deus, brevemente, de todas nossas tribulações. Nós Te imploramos, não nos deixes ter necessidade, Adonai, nosso Deus, das dádivas dos mortais, ou de seus empréstimos; mas só de Tua mão, plena, aberta, santa e ampla, para que nunca sejamos envergonhados ou humilhados.

**Retsé** Consente em fortificar-nos, Adonai, nosso Deus, com Teus mandamentos e com o preceito do sétimo dia, este grande e santo Shabat; pois este dia é grande e sagrado diante de Ti, para que possamos descansar e repousar nele com amor, de acordo com o preceito de Tua vontade. Em Teu favor, concede-nos tal repouso, Adonai, nosso Deus, para que não haja desgraça, mágoa ou lamentação no dia de nosso descanso. Deixa-nos contemplar, Adonai, nosso Deus, o consolo de Tsiyon, Tua cidade, e a reconstrução de Jerusalém, Tua Cidade Santa, pois Tu és o Dono das salvações e o Mestre dos consolos.

וְעַל הַפֶּל ייְהוָה אֱלֹהֵינוּ אֲנָחָנוּ מְזֻדִּים לְךָ וּמְבָרְכִים אֶתְךָ  
יְתִבְרֶךָ שָׁמָךְ בְּפִי כָּל חַי תִּמְאִיד לְעוֹלָם וְעַד. כְּפָתָח  
וְאֲכָלָת וְשְׁבֻעָת וּבָרְכָת אֶת ייְהוָה עַל הָאָרֶץ הַטְּבָה  
אֲשֶׁר נָתָנוּ לְךָ. בָּרוּךְ אַתָּה ייְהוָה עַל הָאָרֶץ וְעַל הַמִּזְוֹן:

רְחָם ייְהוָה עַל יִשְׂרָאֵל עַמְּךָ וְעַל יְרוּשָׁלָם עִירָךָ  
וְעַל צִיּוֹן מִשְׁכָּן כְּבוֹדךָ וְעַל מֶלֶכְתְּ בֵּית דָוד מִשְׁיחָךָ  
וְעַל הַבֵּית הָגָדָל וְהַקָּדוֹשׁ שְׁנִיקָּרָא שָׁמָךְ עַלְיוֹ.  
אֱלֹהֵינוּ אֲבִינּוּ רַעֲנָן (שבת רַזְעָנָן) זָנוּנוּ פְּרִנְסָנוּ וּכְלִכְלָנוּ  
וְהַרְיוּחָנּוּ וְהַרְיוֹחָ לְנוּ ייְהוָה מִתְּהָרָה מִכָּל צְרוֹתֵינוּ  
וּנְאָל תְּצִרְיכֵנוּ ייְהוָה לֹא לִידֵי מִתְּנַת בָּשָׂר וְדָם  
וְלֹא לִידֵי הַלּוֹאַתָּם כִּי אָמַר לִידֵי הַמְּלָאָה הַפְּתֻוחָה  
הַקָּדוֹשָׁה וְהַרְחָבָה שֶׁלֹּא נִבּוֹשׁ וְלֹא נִפְלָם לְעוֹלָם וְעַד:

בשבתו:

רְצָחָ וְחִלְצָנוּ ייְהוָה בְּמִצְוֹתֶיךָ וּבְמִצְוֹת יוֹם הַשְׁבִּיעִי הַשְׁבָּת  
הָגָדָל וְהַקָּדוֹשׁ הַזֶּה כִּי יוֹם זה גָּדוֹל וְקָדוֹשׁ הוּא לִפְנֵיךָ, לְשִׁבְתָּה  
בָּו וְלִנְחָה בָּו בָּאַהֲבָה כְּמִצְוֹת רְצָצָנָה, וּבְרָצָנָה הַנִּיחָה לְנוּ ייְהוָה  
שֶׁלֹּא תְּהָרָה וְיִגְּזֹן וְאֲנָחָה בַּיּוֹם מִנוֹחָתֵנוּ, וְהַרְאָנוּ ייְהוָה  
בְּנִיחָמָת צִיּוֹן עִירָךָ, וּבְבָנֵינוּ יְרוּשָׁלָם עִיר קָדְשָׁךָ כִּי אַתָּה הוּא  
בָּעֵל הַיְשׁוּעָת וּבָעֵל הַנְּחָמוֹת:

Em Chanucá e Purim inserem-se os seguintes textos no meio da segunda bênção:

**Veal** hanissim, veal hapurcan, veal haguevurot, veal hateshuot, veal haniflaot, sheassítia laavotênu, bayamim hahêm, bizman hazê.

**Veal** [Nós Te agradecemos] pelos milagres, pela redenção, pelos poderosos feitos e atos de salvação, bem como pelas maravilhas que Tu fizeste por nossos antepassados naqueles dias, nesta época.

Em Chanucá

**Bimé** Matityáhu ben Yochanan cohen gadol, Chashmonai uvanav, kesheamedá malchut Yavan harshaá al amechá Yisrael, lehashkicham Toratêcha, ul'haaviram mechukê retsonêcha; ve'Atá, berachamêcha harabim, amádta lahêm beet tsaratam: rávta et rivam, dânta et dinam, nacámta et nicmatam; massártá guiborim beyad chalashim, verabim beyad meatim, utme'im beyad tehorim, ursha'im beyad tsadikim, vezedim beyad ossekê Toratêcha. Ulchá assíta shem gadol vecadosh baolamêcha, ul'amechá Yisrael assíta teshuá guedolá ufurcan, kehayom hazê. Veachar cach báu vanêcha lidvir Betêcha, ufinu et Hechalêcha, vetiharu et Micdashêcha; vehidílcu nerot bechatsrot codshêcha, vecaveú shemonat yemê Chanucá êlu, lehodot ul'halel leshimechá hagadol.

**Bimé** Nos dias de Matityáhu, filho de Yochanan, o sumo sacerdote e seus filhos, quando o poder iníquo da Grécia se levantou contra Teu povo Israel, para fazê-los esquecer Tua Torá e forgá-los a transgredir os estatutos de Tua vontade; Tu, em Tua abundante misericórdia, Te ergueste por eles na hora de tribulação: Tu combateste seu combate, Tu julgaste sua causa, Tu vingaste sua vingança; Tu entregaste os fortes na mão dos fracos, os muitos na mão dos poucos, os impuros na mão dos puros, os malvados na mão dos justos, e os iníquos na mão dos que se ocupam com Tua Torá. Para Ti mesmo fizeste um grande e santo nome em Teu mundo, e a Teu povo Israel, Tu deste grande ajuda e redenção, como neste dia. Depois disso, Teus filhos entraram no Santuário interno de Tua Casa, limparam Teu Templo e purificaram Teu Santuário; acenderam velas em Teus pátios sagrados, e fixaram estes oito dias de Chanucá, a fim de agradecer e louvar Teu grande nome.

Em Purim

**Bimé** Mordechai ve'Ester, be'Shushan habirá, kesheamad alehem Haman harashá, bikesh lehashmid, laharog, ul'abed et col hayhudim, mináar vead zaken, taf venashim, beyom echad, bishloshá assar lechôdesh shenêm assar, hu chôdesh Adar, ushlalam lavoz; ve'Atá, berachamêcha harabim, hefárta et atsatô, vekilcálta et machashavtô, vahashevôta lo guemulô beroshô; vetalu ôt veet banav al haets.

**Bimé** Nos dias de Mordechai e Ester, em Shushan, a capital, quando se ergueu contra eles Haman, o malvado, e procurou aniquilar, matar e fazer perecer todos os judeus, do jovem ao velho, crianças e mulheres, num só dia, no 13º dia do 12º mês, que é o mês de Adar, e saquear seus bens [como despojos de guerra]; Tu, em Tua abundante misericórdia, destruíste sua ideia, frustraste seu intento e reverteste sua retribuição sobre sua própria cabeça; e enforcaram-no e a seus filhos na árvore.

בחנוכה ופורים אומרים כאן ועל הניטים:

ועל הניטים ועל הפרקן ועל הגבורות ועל התשועות ועל הנפלאות שעשית לאבותינו ביום זה:

לchanocah: לפורים:

בימיו מתקייחו בן יוחנן כהן גדול חשמונאי ובנו כשלעטמה מלוכות יון הרשעה על עמק ישראאל להשביכם תורחת ולהעבירים מחקיר רצונך ואת ברחמייך הרבה עמידת להם בעית צרתם רבת את ריבם דנתת את דינם נקמת את נקמתם מסורת גבורים ביד חלשים ורבים ביד מעתים וטמאים ביד טהורים ורשותם ביד צדיקים וצדדים ביד עוזקי תורחת ולך עשית שם גדול וקדוש בעולמך ולעופר ישראאל עשית תשועה גדולה ופרקן כהיום זה ואחר כן באו בניך לדביר ביתך ופנו את היכלך וטהרו את מקדשך והדליך גירות בחצרות קדשך וקבעו שמונת ימי חנוכה אלו להודות ולהallel לשמה הגדול:

אם שכח [לאמר ועל הניטים] או בשינוי אצל הרחמן [הוא יוכנו] אמרה: הרחמן הוא יעשה לנו נסים כמו שעשית לאבותינו ביום זה: בימי וכו'... הים בזמן זה: בימי וכו'...

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu mélech haolam, hazán ét haolám culó betuvó, bechén bechéssed uverachamim, hu notén léchem lechol bassár, ki leolám chasdó. Uvetuvó hagadol imánu tamíd ló chassér lánu veal yechessár lánu mazón leolám vaéd, baavúr shemó hagadol, ki hu El zán umefarnes lacol umetív lacol umechín mazón lechol beriyotáv asher bará. Caamur: Potéach ét iadécha umassbía lechol chai ratsón. Baruch atá Adonai, hazán ét hacol.

**Nodê** lechá, Adonai Elohēnu, al shehinchálta laavotênu erets chemdá tová urechavá, veal shehotsetánu Adonai Elohēnu meerets Mitsrayim, ufditánu mibet avadim, veal beritechá shechatámta bivsarênu, veal toratechá shelimadetánu, veal chukécha shehodatánu, veal chayim chen vachéssed shechonantánu, veal achilat mazon shaatá zan umefarnês otánu tamid, bechol yom uvechol et uvechol shaá.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus , Rei do Universo, que alimenta o mundo inteiro com Sua bondade, com graça, com benevolência e com misericórdia. Ele dá alimento a toda a carne, pois Sua benevolência dura para sempre. Por Sua grande bondade que está sempre conosco, nunca nos falta, e que não nos falte, alimento para todo o sempre, por Seu grande nome. Pois Ele é um. Deus que nutre e sustenta a todos, faz bem a todos e providencia alimento para todas Suas criaturas, as quais criou. Como está dito: "Tu abres Tua mão e satisfazes todo ser vivo com favor." Bendito és Tu, Adonai, que alimenta a todos.

**Nodê** Nós Te agradecemos, Adonai, nosso Deus , porque deste como herança a nossos antepassados uma Terra almejada, boa e ampla; e porque nos tiraste, Adonai, nosso Deus , da terra do Egito e nos libertaste da casa da servidão; bem como para Tua aliança que Tu selaste em nossa carne, e para Tua Torá que nos ensinaste, e por Teus estatutos que nos fizeste conhecer; e pela vida, graça e benevolência que derramaste sobre nós; e pelo alimento com o qual nos nutres e sustentas constantemente, todo dia, em toda estação, e a toda hora.

ברוך אתה יי' אלהינו מלך העולם ה'זאת את העולם כלו בטובו בchan בחסד וברחמים הוא נותן לחם לכל בשר כי לעולם חסדו. ובטובו הגדול עמנו תמיד לא חסר לנו ולא יחסר לנו מזון לעולם ועד. בעבור שמו הגדול כי הוא אל זו ומפרנס לכל ומטיב לכל ומכין מזון לכל בריותיו אשר בראש. כאמור פותח את ידך ומישבע בכל חי רצון. ברוך אתה יי' ה'זאת הפל:

נודה לך יי' אלהינו על שהנחלת לאבותינו ארץ חמדת טובה ורחבת ועל שהוציאתנו יי' אלהינו מארץ מצרים ופדייתנו מבית עבדים ועל בריתך שהחתמת בברנו ועל תורה שלמדתנו ועל חקיקך שהודעתנו ועל חיים חן וחסד שהוננתנו ועל אכילת מזון שאתת זן ומפרנס אותנו תמיד בכל יום ובכל עת ובכל שעיה:

Ao fazer a Bênção de Graças com um quorum de três homens (ou mais), o condutor faz o **Zimun** – convite aos presentes (sem quorum, inicia-se com a primeira bênção de Birkat Hamazon neste ponto).

### Rabotai nevarêch! (ou em ídish: Raboissai mir veln ben'tshen!)

Rabotai Senhores, vamos recitar as Bênçãos

Os outros respondem:

### Yehi shêm Adonai mevorâch meatá veâd olâm.

**Yehi** Que o Nome de Adonai seja abençoado de agora e por toda a eternidade.

O condutor repete a resposta e continua:

Com um quorum de três:

### Birshut maranán verabanán verabotái, nevarech sheachálnu misheló.

**Birshut** Com a vossa permissão, estimados senhores, abençoeis Áquele pois de Sua generosidade nós comemos.

Os outros respondem:

### Baruch sheachálnu misheló uvetuvô chaínu.

**Baruch** Bendito seja Áquele pois por Sua generosidade nós comemos e graças à Sua bondade nós vivemos.

O condutor repete a resposta e o Birkat Hamazon tem início.

Os presentes que não participaram da refeição:

### Baruch umevorâch shemô tamíd leolám vaéd.

**Baruch** Bendito seja e louvado seja o Seu Nome continuamente para todo o sempre.

Numa festa de casamento (sheva Brachot), o condutor (diz Rabotai... e) substitui "Birshut..." por:

### Birshut maranán verabanán verabotái, nevarech Elohênu shehassimchá bim'onó sheachálnu misheló.

**Birshut** Com a vossa permissão, estimados senhores, abençoeis nosso Deus em cuja morada há alegria, pois de Sua generosidade nós comemos.

Os outros respondem:

### Baruch Elohênu shehassimchá bim'onó sheachálnu misheló uvetuvô chaínu.

**Baruch** Bendito seja nosso Deus em cuja morada há alegria, pois por Sua generosidade nós comemos e graças à Sua bondade nós vivemos.

O condutor repete a resposta e o Birkat Hamazon tem início.

אם מברכין בוימן אומר המברך:

**הַבְּ לֹן וְגָבְרִיךְ (רְבָוֹתִי נְבָרֵךְ או נְלָא רְבָוֹתִי מֵיר וּוְעַלְןּוּ בְעַנְטְּשָׁן)**

ועוניין המוסכין:

**יְהִי שֵׁם יְהָוָה מְבָרֵךְ מִעְתָּה וְעַד עֲזָלָם:**

אם הם עשרה אומר המברך:

**בְּרִשׁוֹת מְרָנָן וְרַבְנָן וְרְבָוֹתִי נְבָרֵךְ אֱלֹהֵינוּ שְׁאָכְלָנוּ מִשְׁלָלּוּ:**

ועוניין המוסכין ואח"ב המברך:

**בָּרוּךְ אֱלֹהֵינוּ שְׁאָכְלָנוּ מִשְׁלָלּוּ וּבְטוּבוֹ חִינָּנוּ:**

ומי שלא יכולעונה:

**בָּרוּךְ אֱלֹהֵינוּ זֶמְבָּרוּךְ שְׁמוֹ תָּמִיד לְעוֹלָם וְעַד:**

אם הם פחות מעשרה אומר המברך:

**בְּרִשׁוֹת מְרָנָן וְרַבְנָן וְרְבָוֹתִי נְבָרֵךְ שְׁאָכְלָנוּ מִשְׁלָלּוּ:**

ועוניין המוסכין ואח"ב המברך:

**בָּרוּךְ שְׁאָכְלָנוּ מִשְׁלָלּוּ וּבְטוּבוֹ חִינָּנוּ:**

ומי שלא יכולעונה:

**בָּרוּךְ זֶמְבָּרוּךְ שְׁמוֹ תָּמִיד לְעוֹלָם וְעַד:**

בסעודת נשואין אומר המברך:

**בְּרִשׁוֹת מְרָנָן וְרַבְנָן וְרְבָוֹתִי נְבָרֵךְ אֱלֹהֵינוּ שְׁהַשְׁמִיחָה בְּמַעַזְנוּ שְׁאָכְלָנוּ מִשְׁלָלּוּ:**

ועוניין המוסכין ואח"ב המברך:

**בָּרוּךְ אֱלֹהֵינוּ שְׁהַשְׁמִיחָה בְּמַעַזְנוּ שְׁאָכְלָנוּ מִשְׁלָלּוּ וּבְטוּבוֹ חִינָּנוּ:**

*Em Shabat e Yom Tov e dias que não se fala Tachanun recita-se esses Salmos antes de Maim Acharonim:*

**Shir** hamaalót beshúv Adonai ét shiv'át Tsiyón, hayinu kecholmím. Az imalê sechóc pínu, ulshonênu riná, az yomerú vagoyim: Higdil Adonai laasót im ele. Higdil Adonai laassót imánu, hayínu semechím. Shuvá Adonai ét shevitênu caafikím banéguev. Hazoreím bedimá beriná yictsóru. Halóch yeléch uvachó, nossé méshech hazára; bó yavó veriná nossé alumotáv.

**Livnê** córach mizmor shir, yesudató beharerei códesh. Ohév Adonai shaarei Tsiyon micol mishkenót Yaacov. Nichbadót medubár bách, ir ha'Elohim séla. Azkír raháv u'vevél leyodeai; hiné feléshet ve'tsór im cúsh: Zé yulád shám. Ul'Tsiyon yeamár: Ish ve'ish yulad bá, vehú yecho-nenéha elyón. Adonai yispór bichtóv amím: Zé yulad shám séla. Vesharím keholelím, col ma'yanai bách.

**Avarechá** et Adonai bechol êt; tamíd tehilato befí. Sof davar hacol nishmá, et ha'Elohim yerá veét mitsvotáv shemor, ki zé col haadám. Tehilát Adonai yedaber pi, vivarech col bassár shém codsho leolam vaêd. Vaanáchnu nevarêch yá, meatá veád olám Haleluyá.

Antes de abluir os dedos, recita-se:

**Zé** chélec adam rashá me'Elohím, venachalát imró me'El.

Depois de abluir os dedos e passá-los sobre os lábios, recita-se:

**Vaydaber** elai: Zé hashulchán asher lifnê Adonai.

**Shir** Um Cântico de Ascensões. Quando Adonai fizer voltar os exilados de Tsiyon, teremos sido como sonhadores. Então nossa boca estará cheia de riso e nossa língua, de cânticos de júbilo; então eles dirão entre as nações: "Adonai fez grandes coisas por esses". Adonai fez grandes coisas por nós, estávamos alegres. Adonai, faze voltar nossos exilados como rios ao solo árido. Aqueles que semeiam em lágrimas colherão com cânticos de júbilo. Ele caminha chorando, carregando o saco de sementes; certamente retornará com cânticos de alegria, carregando duas espigas.

**Livnê** Pelos filhos de Corach, um salmo, um Cântico, cujo tema básico são os montes sagrados (de Tsiyon e Jerusalém). Adonai ama os pórticos de Tsiyon mais do que todas as moradas de Yaacov. Coisas gloriosas são ditas de ti, cidade eterna de Deus. Eu farei lembrar a Rahav e à Babilônia sobre os meus amados; à Filistéia e a Tiro, bem como a Etiópia, "este nasceu ali". E para Tsiyon será dito: "Essa pessoa e aquela pessoa nasceu ali". E Ele, o Altíssimo, a estabelecará. Adonai contará no registro dos povos: "Este nasceu ali". Séla. Cantores, assim como dançarinos (cantarão o seu louvor e dirão): "Todos os meus pensamentos íntimos são sobre ti".

**Avarechá** Bendirei a Adonai em todos os tempos; Seu louvor está sempre em minha boca. No fim, tudo é sabido; teme a Deus e observa Seus mandamentos, pois esse é todo propósito do homem. Minha boca emitirá o louvor de Deus; que toda carne abençoe o Seu santo Nome para sempre. E nós abençoaremos a Deus de agora e por toda a eternidade. Louvem a Adonai.

Antes de abluir os dedos, recita-se:

**Zé** Este é o quinhão de um homem mau por parte de Deus e a herança destinada a ele por Deus.

Depois de abluir os dedos e passá-los sobre os lábios, recita-se:

**Vaidaber** E disse (o anjo) para mim: Esta é a mesa que se encontra em frente a Adonai.

לשבה ויום מוב ולשאר ימים שאין אומרים בהם תחנון קודם מים אחרים יאמר זה:

**שיר המעלות.** בשוב יי' את שיבת ציון היינו כחלים: אז יפְלָא שוחק פִּנוּ וַלְשׁוֹגָנוּ רָנָה. אז יאמרו בגוים הגדיל יי' לעשיותם אלה: הגדיל יי' לעשיות עפָנוּ. היינו שמחים: שובה יי' את שביתנו כאפיקים בNEGAB: הזרעים בDEMUA ברנה יקצרו: הלוּךְ יילך ובלת נשא מושך הזרע. בא יבא ברנה. נשא אלמתיו:

**לבני קרח מזמור Shir יסודתו בהררי קדש:** אהב יי' שער ציון מכל משכנות יעקב: נכבדות מדבר בפק עיר האלים סלה: אזכור רהב ובעל לידע הנפה פלשת וצר עם כוש זהILD שם: ולציון יאמר איש ואיש ILD בה והוא יכוננה עליון: יי' יספר בכתב עמיים זה ILD שם סלה: ושרים כחלים כל מעוני בה:

**אברכה את יי' בכל עת.** תמיד תהלתו בפי: סוף דבר הפל גשמע. את האלים ירא ואת מצותיו שומר, כי זה כל האדם: תהלה יי' ידבר פ. ויברך כל בשור שם קדשו לעולם ועד: ואני נברך יה מועטה ועד עולם הליליה:

קודם מים אחרים יאמר פסוק זה:

**זה חילק אדם רשות מלאחים ונחלת אמרו מלאל:**

אחרי מים אחרים יאמר פסוק זה:

**וידבר אליו זה השלחן אשר לפניו יי':**

*Em dias de semana que se fala Tachanun recita-se esses Salmos antes de Maim Acharonim:*

**Al naharót Bavél sham yashávnu gam bachínu bezochrênu et Tsiyón.** Al aravim betocháh, talínu kinorotênu. Ki sham sheelúnu shovênu divré shir vetolalênu simchá, shíru lánu mishir Tsiyón. Ech nashír et shir Adonai, al admat nechár. Im eshcachêch Yerushaláim tishcach yemini. Tidbac leshoní lechikí im ló ezkerêchi, im ló aalé et Yerushaláim al rosh simchatí. Zechór Adonai livnê Edom et yom Yerushaláim, haomerím aru aru ad hayessod báh. Bat Bavél hashedudá, ashré sheyeshalém lach et guemuléch shegamalt lánu. Ashré sheyochéz venipêts et olaláich el hassálá.

**Lamenatsêach** biNguinot mizmor shir. Elohim yechonênu vivarechênu yaêr panáv itanu, Sela. Ladaat baárets dark-echa, bechol goyim yeshuatecha. Yoducha amim Elohim, yoducha amim culam. Yis-mechú viranéu le'umim, ki tishpót amim mishor, ule'umim baárets tanchem Sela. Yoducha amim Elohim, yoducha amim culam. Erets naténá yevuláh yevarechênu Elohim Elohênu. Yevarechênu Elohim, v'yireu otô col afsé arets.

**Avarechá** et Adonai bechol êt; tamíd tehilato befi. Sof davar hacol nishmá, et ha'Elohim yerá veét mitsvotáv shemor, ki zé col haadám. Tehilát Adonai yedaber pi, vivarech col bassár shém codsho leolam vaéd. Vaanáchnu nevarêch yá, meatá veád olám Haleluyá.

Antes de abluir os dedos, recita-se:

**Zé** chélec adam rashá me'Elohím, venachalát imró me'El.

Depois de abluir os dedos e passá-los sobre os

lábios, recita-se:

**Vaydaber** elai: Zé hashulchán asher lifnê Adonai.

**Al Nas** (margens dos) rios da Babilônia, ali nos sentamos e também choramos, ao lembrarmos Tsiyón. Sobre os salgueiros dentro dela (Babilônia) penduramos nossas harpas. Pois ali nossos captores pediram palavras de cântico, e aqueles que zombam de nós pediram com regozijo: "Cantem para nós as canções de Tsiyón". Como podemos cantar o cântico de Adonai sobre solo estranho. Se eu te esquecer, ó Jerusalém, que minha mão direita esqueça (seu movimento). Que minha língua adira ao meu palato, se eu não te recordar, se eu não elevar Jerusalém (mais acima) durante minha maior alegria. Lembra, ó Adonai, contra os edomitas o dia da destruição de Jerusalém; quando eles diziam: "Arrasem, arrasem até as suas fundações!" Ó filha da Babilônia, (que está destinada a ser) colocada em ruínas, feliz é aquele que te pagar em retribuição pelo que fizeste contra nós. Feliz é aquele que te agarrar e esmagar teus infantes contra a rocha!

**Lamenatsêach** Para o Condutor, em Neguinot, um Salmo, um cântico. Que Deus nos favoreça e abençoe, que Ele mostre Seu luminoso semblante sobre nós, Sela. Para tornar conhecido Teu caminho na terra, Tua salvação entre todas as nações. (Então) os povos Te reconhecerão, ó Deus; todos os povos Te reconhecerão. As nações se alegrarão e cantarão de júbilo, pois Tu julgarás os povos com equidade e as nações sobre a terra Tu guiarás, Sela. (E, portanto) os povos Te reconhecerão, ó Deus; todos os povos Te reconhecerão. (Então) a terra produzirá seus produtos; e Deus, nosso Deus, nos abençoará. Deus nos abençoará; e todos, dos confins da terra. O temerão.

**Avarechá** Bendirei a Adonai em todos os tempos; Seu louvor está sempre em minha boca. No fim, tudo é sabido; teme a Deus e observa Seus mandamentos, pois esse é todo propósito do homem. Minha boca emitirá o louvor de Deus; que toda carne abençoe o Seu santo Nome para sempre. E nós abençoaremos a Deus de agora e por toda a eternidade. Louvem a Adonai.

Antes de abluir os dedos, recita-se:

**Zé** Este é o quinhão de um homem mau por parte de Deus e a herança destinada a ele por Deus.

Depois de abluir os dedos e passá-los sobre os lábios, recita-se:

**Vaidaber** E disse (o anjo) para mim: Esta é a mesa que se encontra em frente a Adonai.

בימים שאומרים תחנו קודם מים אחרונים אמר זה:

**על נהרות בבל שם ישכנו גם בכינו, בזכרנו את ציון: על עربים בתוכה תלינו כנרותינו: כי שם שאלינו שוביינו דברי שיר ותולינו שמחה, שירו לנו משיר ציון: איך נשיר את שיר יי', על אדמת נכר: אם אשכח רושם, תשכח ימינו: תדקך לשוני לחבי אם לא אזכיר, אם לא עלה את רושם על ראש שמחתי: זכר י לבני אדם את יום רoshם, האמורים ערו עד היסוד בה: בת בבל השודקה, אשרי שישלם לך את גמולך שגמלה לנו: אשרי שיאחז ונפוץ את עלlico אל הפלען:**

**למנצח בנגנת מזמור שיר: אלהים יחננו ויברכנו. יאר פניו אתנו סלה: לדעת הארץ דרך. בכל גופים ישועתך: יודוך עםים אלהים. יודוך עםים כלם: ישמחו וירגנו לאמים כי תשפט עםים מישר. ולאמים בארץ תנחים סלה: יודוך עםים אלהים. יודוך עםים כלם: ארץ נתנה בollowה. יברכנו אלהים אלהינו: יברכנו אלהים. ויראו אותו כל אפסי הארץ:**

**אברכה את יי' בכל עת. תמיד תהлатו בפי: סוף דבר הפל נושא. את האלים ירא ואת מצותיו שמור, כי זה כל האדם: תהלה יי' דבר פ. ויברך כל בשור שם קדשו לעולם ועד: ואני נברך: יה מעטה ועד עולם הלויה:**

קדום מים אחרונים אמר פסוק זה:

**זה חילך אדם רשע מалаים ונחלת אמרו מלא:**

אחרי מים אחרונים אמר פסוק זה:

**וידבר אליו, זה השלוח אשר לפני יי':**

**Shulchan Aruch HaRav:** **1.** Deve se observar escrupulosamente a Seudá Shelishit - a Terceira Refeição de Shabat. Por mais que já se esteja satisfeito, para cumprir esta obrigação, bastaria comer [pão] em uma proporção ligeiramente superior ao tamanho de uma beitsá [54 cm]. (segundo algumas sociedades, bastaria comer pão do tamanho de um zait [27 cm]. Isto tudo se aplica a cada uma das três refeições de Shabat. Se possível, deve-se seguir a primeira opinião, a mais rigorosa.) Entretanto, se lhe é difícil comer pão, não é preciso forçar-se a fazê-lo, pois as refeições de Shabat nos foram impostas com a finalidade de termos deleite e não incômodo. Porém, convém ser prudente e não comer demasiadamente ao meio-dia para estar em condições de comer a Seudá Shelishit. **2.** O horário adequado da Seudá Shelishit inicia-se a partir de meia hora depois do meio-dia, até o pôr-do-sol. Se alguém comeu antes desse horário, não cumpriu a obrigação de Seudá Shelishit. **3.** Segundo algumas autoridades, a obrigação de comer a Seudá Shelishit pode ser cumprida através da ingestão de frutas. Mesmo assim, não se deve seguir esta opinião a menos que não haja outra opção, como por exemplo, se comeu em excesso e não pode comer pão sem que isto lhe cause dor, ou quando Erev (a véspera de) Pessach cai em Shabat. **4.** A obrigação da Seudá Shelishit é tanto para as mulheres como para os homens. Todas as leis do Shabat se aplicam tanto aos homens como às mulheres – isto inclui partir o pão usando dois pães [chalot] em cada uma das três refeições de Shabat [ou incluindo-se na berachá de outra pessoa].

**Mizmor** leDavid Adonai Roí ló echsár. Bin'ót déshe yarbitsêni, al mê menuchot yenahalêni. Nafshí yeshovêv, yanchêni vem'aguelê tsedec lemáan shemó. Gám ki elêch beguê tsalmávet ló irá rá, ki Atá imadí, shivtechá umish'antécha hêma yenachamuni. Taaroch lefanai shulchán négued tsorerai. Dishánta vashémen roshí, cossí revaiá. Ach tov vachéssed yirdefúni col yemê chaiái, veshavtí beVêt Adonai leórech yamím.

**Atkínu** seudatá dim'hemenutá shelemaṭá chedvatá demalcá cadishá. Atkínu seudatá demalcá. Dá hi seudatá diZeér Anpín ve-Aticá cadishá vaChacal Tapuchín cadishín, atián lessaadá bahadé.

**Benê** hechalá, dich'ssfín, lemechezê ziv  
dizeêr anpín. Yehón hachá, behái tacá,  
devê malca beguilufín. Tsevú lachada  
bahai vaada, begó irin vechol gadefín.  
Chadú hashta, behai shaatá, devê raava  
velêt zaafín. K'rívu li, chazu cheli, delêt  
dinín ditkifín. Levar natlín, velo alín, hanê  
calbín dachatsifín. Vehá azmín, atíc yomín,  
lemitsechá adê yehón chalfín. Réu dilê,  
degalê lê, levatalá bechol kelifín. Yeshavê  
lón, benocvehón, vitam'rún begó cheifín.  
Arê hashtá, beminchatá, bechedvatá  
dizeêr anpín.

**Mizmor** Um Salmo de David. Adonai é meu pastor, nada me faltará. Me faz repousar em prados verdejantes; me conduz junto a águas tranquilas. Ele revitaliza minha alma, Ele me guia palas veredas da retidão, pelo Seu Nome. Mesmo se tiver que seguir pelo vale da sombra da morte, não temerei nenhum mal, pois Tu estás comigo; Tua vara [poder] e Teu cajado [apoio], eles me consolarão. Tu prepararás uma mesa para mim diante de meus inimigos; ungiste a minha cabeça com azeite, meu cálice está repleto de fartura. Somente bondade e misericórdia me seguirão todos os dias de minha vida e habitarei na casa de Adonai por muitos e longos anos.

**Atkínu** Preparem a refeição da fé perfeita, que é o deleite do Santo Rei; preparem o banquete do Rei. Este é o banquete de Zeér Anpín, e o Santo Ancião e o sagrado Chacal Tapuchín vêm unir-se a ele no banquete.

**Benê** Vocês, príncipes do palácio, que anseiam contemplar o esplendor de Zeér Anpín; Estejam presentes neste banquete no qual o Rei deixa Sua impressão. Exultem, regozijem-se nesta reunião junto com os anjos e todos os seres superiores; Regozijem-se agora, neste momento extremamente propício, quando não há tristeza. Aproximem-se de Mim, contemplem Minha força, pois não há juízos severos. Eles são expulsos, eles não podem entrar, estes [poderes do mal que se assemelham a] cães insolentes. Convidado pela presente ao "Ancião de Dias" neste momento propício, e [os poderes de impureza] ficarão totalmente eliminados. É Sua vontade revelada anular todos os poderes da impureza; Ele os arremessará a seus abismos e eles se ocultarão nas fendas das rochas. Porque este momento de Minchá é um momento de alegria para Zeér Anpín.

(א) יהא והיר מאר לךים סעודה שלשית ואף אם הו שבע Hari יכול לךים אותה ביותר מבכרציה מעט (ויש אומרים שאפלו' בכויות יוצא ידי חובתו לתחילה בכל אחד מג' סעודות ויש להחמיר לתחילה כסדרה הראשונה אם אפשר לנו) ואם אי אפשר לו לאכול כל אין צריך לצער את עצמו לאכול שסעודות השבת לעונג נצטו' ולא לצעיר אבל החכם עניין בראשו שלא למלאות במנו בסעודת הבוקר כדי ליתן מקום לסעודה שלישית: (ב) ומן סעודה נ' הוא משנייע מן מנהה גודלה עד הערב דהינו משש שעות ומהצה ואילך ואם עשהה קודם לכן לא קיים מצות סעודה שלישית: (ג) ויש מקילין שאפי' בפרוטות יכול לקיים והואין לטבעך כלל על כל זה אלא אם כן אי אפשר כלל בענין אחר כגון שהוא שבע ביתר ואי אפשר לו לאכול פת بلا שצעיר את עצמו וכן ערבית פסח שחול להיות בשבת: (ד) נשים חייבות בסעודה נ' כמו אנשים וכן לבצע על ב' בכורות בכל סעודה שלבל מעשה שבת איש ואשה שוו:

מִזְמוֹר לְדָוֹד, יי' רַעַי לֹא אֲחֵרָה: בְּנָאוֹת דְּשָׁא יְרֵבִיצָנִי, עַל מֵי  
מִגְּחוֹת יְנָהָלָנִי: נֶפֶשִׁי יְשׁוּבָב, יְנָהָנִי בְּמַעֲגָלִי צִדְקָה לְמַעַן שְׁמוֹ:  
גַּם כִּי אָלֵךְ בְּגַיָּא צְלָמֹות, לֹא אִירְאָ רָע, כִּי אַתָּה עַמְּדִי, שְׁבָטָךְ  
וּמְשֻׁעַנְתָּךְ הַמָּה יְנַחְמַנִּי: תַּעֲרֹךְ לִפְנֵי שְׁלָחָנוּ נֶגֶד צְרָרִי, דְּשָׁנָתְךָ  
בְּשֶׁמֶן רָאשִׁי, כּוֹסִי רַוִּיה: אָךְ טֹב וְחַסְדָּךְ יְרִדְפָּנִי כָּל יְמֵי חַיִּי,  
וְשְׁבָתִי בְּבֵית יי' לְאַרְךָ יָמִים:

**אתקינו סעוזתא דמהימנותא שלימטא חדותא דמלכא  
קדישא, אתקינו סעוזתא דמלכא דא היא סעוזתא דזעיר  
אנפין, עתיקא קדישא, וחקל תפוחין קדישין אתון לסעדי**

בְּנֵי הַיכָּלָא, דְּכִסְּפִין, לְמַחְזֵי זַיִן דְּזַעֲיר אֶגְפִּין: יְהוֹן הַכָּא, בְּהָאִ  
תְּפָא, דְּבִיה מַלְכָא בְּגָלוֹפִין: צָבוֹ לְחַדָּא, בְּהָאִ וְעַדָּא, בְּגַוּ עִירִין וְכָל  
גַּדְפִּין: חַדוּ הַשְּׁתָא, בְּהָאִ שְׁעַתָּא, דְּבִיה רַעֲוָא וְלִיתָּה זַעֲפִין: קְרִיבָוּ  
לִי, חַזּוּ חִילִי, דְּלִיתָּה דִּינָוּ דְּתַקִּיפִין: לְבָרָ נַטְלִין, וְלֹא עַלְלִין, הַפִּי  
כְּלַבִּין דְּחַצִּיפִין: וְהָא אַזְמִין, עַתְיקִי יוֹמִין, לְמַצְחָא עַדִּי יְהוֹן חַלְפִין:  
רַעַז דִּילָה, דְּגַלִּי לִיה, לְבַטְלָא בְּכָל קְלִיפִין: יְשֻׁעִי לֹזָן, בְּנוֹקְבִּיהָוֹן,  
וַיַּטְמֹרוּן בְּגַוּ כְּפִין: אַרְיִ הַשְּׁתָא, בְּמַנְחָתָא, בְּחַדּוֹתָא דְּזַעֲיר אֶגְפִּין:

**Assadêr** lis'udata, betsfrá de-Shabatá, vaazamin ba hashtá, Aticá Cadishá.

**Nehorê** yishrê vá, bekidusha rabá, uv'chamra tava, devê techedê nafshá.

**Yeshader** lan shufrê, vencezê vicarê, veiachazê lan sitrê, deitamar bilchishá.

**Yegalê** lan taamê, devitressar nahamê, de'inún at bishmê, kefilá ukelishá.

**Tserorá** dil'ela, devê chaiê chôla, veyitrabê chelá, vetissac ad reshá.

**Chadú** chatsdê chaclá, bedibur uv'calá, umalílu milá, meticá keduvshá.

**Codám** Ribón almin, bemilin setimin, tegalun pitgamin, vetemrun chidushá.

**Leater** petorá, berazá iakirá, amicá utmirá, veláv miltá avshá.

**Ve'ilên** milaiá, iehon lirkiaiá, vetaman man sharia, halo hahú shimshá.

**Revu** yatir isguê, leêla min darguê, veyissáv bat zuguê, dahavát perishá.

**Assadêr** Hei de oferecer louvor no banquete matutino do Shabat, e pela presente convidarei o Santo Ancião.

**Nehorê** Que brilhe ali a excelsa luz mediante o grande kidush e o bom vinho que alegra a alma.

**Yeshader** Que ele envie para nós seu esplendor e contemplaremos sua glória; que Ele nos revele Suas coisas ocultas que se dizem em segredo.

**Yegalê** Que Ele nos revele a razão dos doze pães que simbolizam uma letra de Seu Nome – tanto em sua forma combinada como simples.

**Tserorá** Que estejamos unidos com o Supremo em quem está a vida de todas as coisas; que aumente nossa força, e que [nossa oração] ascenda e se converta [em diadema] sobre Sua cabeça.

**Chadú** Os trabalhadores do campo [os eruditos da Torá], se alegram com a fala e a voz, e falam as palavras [da Torá] que são doces como o mel.

**Codám** Diante do Soberano dos mundos revelarão palavras nos segredos [da Torá], e expressarão novas revelações [da Torá].

**Leater** Para adornar a mesa com os preciosos segredos [da Torá], profundos e ocultos, que normalmente não devem ser revelados.

**Ve'ilên** E estas palavras hão de converter-se em firmamentos. Quem morará neles Nenhum outro senão [a Shechiná, que alegoricamente é chamado] o sol.

**Revu** Ele ascenderá a um nível mais elevado; e Ele tomará para Si Seu Par, [Israel], de quem esteve separado [durante a semana].

**א אסֵדֶר לְסֻעָונִידַתָא, בְצִפְרָא דְשִׁבְתָתָא, וְאַזְמִינָה בָהּ הַשְׁתָתָא, עֲתִיקָא קְדוּשָׁא:**

**ב נְהֹרִיה יְשִׁירִי בָהּ, בְקְדוֹשָׁא רַבָא, וּבְחִמְרָא טַבָא,**  
**דְבִיה תְּחִידִי נְפִישָׁא:**

**ג יְשִׁידָר לֹן שּׁוֹפְרִיה, וְנִיחְזִי בִּקְרִיה, וְיִיחְזִי לֹן סְתִרִיה,**  
**דָאַתְאִמָר בְלִחִישָׁא:**

**ד גָּלָה לֹן טְעִמִי, דְבִתְרִיסָר נְהָמִי, דָאַיְנוֹ אַת בְּשִׁמְמִיה,**  
**כְפִילָא וּקְלִיָשָׁא:**

**ה צְרוֹרָא דְלַעַילָא, דְבִיה חַיִי כָלָא, וּיְתַרְבִי חַילָא,**  
**וּתִיסְק עַד רִישָׁא:**

**ו חַדּוֹ חַצְדִי חַקְלָא, בְדִבּוֹר וּבְקָלָא, וּמְלִילָוּ מְלָה,**  
**מְתִיקָא כְדוֹבְשָׁא:**

**ז קְדָם רְבוֹן עַלְמִין, בְמַלְין סְתִימִין, תְגַלוֹן פְתַגְמִין,**  
**וּתִימְרוֹן חַדְוָשָׁא:**

**ט לְעַטֵר פְתֹורָא, בְרַזָא יְקִירָא, עַמִּיקָא וּטְמִירָא, וְלֹאֹוֹ**  
**מְלִתָה אַוְשָׁא:**

**י אַלְיִין מְלִיאָא, יְהֹוֹן לְרַקְיעָא, וּתְפָנוֹן מְאֹן שְׂרִיאָא, הַלָאָ**  
**הַהְוִיא שְׁמָשָׁא:**

**כ רְבוּ יְתִיר יְסִגִי, לְעַיְלָא מִן דְרַגִיה, וִיסְבַב בַת זּוּגִיה,**  
**דְהַוֹת פְרִישָׁא:**

**Dá** ki seudatá deAticá cadishá.

**Zachór** ét Yom haShabat lecadeshó. Shéshet iamím taavód veassítá col melachtécha; veyóm hashevií Shabat l'Adonai Elohécha, ló taassé chol melachá, atá uvinchá uvitécha avdechá vaamatechá uv'hemtécha, veguerechá asher bish'arécha. Ki shéshet iamím assá Adonai ét hashamáim veét haárrets, ét hayám veét col asher bám, vayanách bayóm hashevií.

**Al kên berách Adonai ét Yom HaShabat vaicadeshêhu.**

Savri maranan:

Sobre o vinho:

**Baruch** atá Adonai, Elohênu mélech haolam borê peri hagáfen.

Sobre o pão:

**Baruch** atá Adonai, Elohênu mélech haolam hamotsí léchem min haárrets.

*Em Shabat Chol Hamoêd Sucót recita-se a seguinte bênção:*

**Baruch** atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav vetsivánu leshév bassucá.

**Da** Esta é a refeição do Santo Ancião.

**Zachor** Lembra o dia de Shabat para santificá-lo. Seis dias trabalharás e farás todo o seu trabalho, mas o sétimo dia é Shabat para Adonai; nenhum trabalho fareis – nem tu, nem teu filho, nem tua filha, nem teu servo, nem tua serva, nem teu animal, nem o forasteiro dentro dos teus portões. Pois em seis dias Adonai fez os céus, a terra, o mar e tudo o que há neles, e repousou no sétimo dia.

**Al Por isso, Adonai abençoou o dia de Shabat e o santificou.**

Atenção senhores:

Sobre o vinho:

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo que cria o fruto da vinha.

Sobre o pão:

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo que extraí o pão da terra.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou morar na Sucá.

## דא היא סעודתא דעתיקא קדיישא:

זכור את יום השבת לקדשו. ששת ימים תעבד ועשית כל מלאכתך. ביום השביעי שבת ל' אליהך, לא תעשה כל מלאכה, אתה ובנה ובתך עבדך ואמתך ובהמתך, וగרא אשר בשעריך. כי ששת ימים עשה י' את השמים ואת הארץ, את הים ואת כל אשר בם, וניח ביום השביעי:

## על כן ברך י' את יום השבת ויקדשוהו:

סבורי מרנן

על הין

**ברוך אתה י' אלהינו מלך העולם,**  
**בורא פרי הגפן:**

על הפת

**ברוך אתה י' אלהינו מלך העולם,**  
**המושיא ללחם מן הארץ:**

שבה חול המועד סוכות כשםךך בסוכה מביך תיבח וו:

**ברוך אתה י' אלהינו מלך העולם, אשר קדשנו במצוותיו**  
**וציינו לישב בסוכה:**

**Mizmor** leDavid Adonai Roí ló ech-sár. Binót déshe yarbitsêni, al mê menuchót yenahaléni. Nafshí yeshovêv, yanchêni vem'aguelê tsédec lemáan shemó. Gám ki elêch beguê tsalmávet ló irá rá, ki Atá imadí, shivtechá umish'antécha hêma yena-chamúni. Taaróch lefanai shulchán négued tsorerai. Dishánta vashémen roshí, cossí revaiá. Ach tov vachéssed yirdefúni col yemê chaiái, veshavtí beVét Adonai leórech yamím.

**Atkínu** seudatá dimhemenuá she-lematá chedvatá deMalcá cadishá. Atkínu seudatá deMalká. Dá hi seudatá de Aticá cadishá vaChacal Tapuchín cadishín, uZér Anpín atián lessaadá bahadé.

**Veshamerú** Venê Yisrael ét haShabat laassót ét haShabat ledorotám, berít olám. Bení uvên Benê Yisrael ót hi leolám, ki shéshet yamím assá Adonai ét hashamáim veét haárets, uvaióm hashevíi shavát vainafásh.

**Im** tashív miShabat raglécha, assót chafatsécha beyóm codshí, vecaráta laShabat óneg, licdosh Adonai mechubád, vechibadtó meas-sót derachécha mimetsó cheftsechá vedabér davár. Az tit'anág al Adonai vehircavticha al bámotê árets, veahachalticha nachalát Yaakov avícha, ki pi Adonai dibér.

**Mizmor** Um Salmo de David. Adonai é meu pastor, nada me faltará. Me faz repousar em prados verdejantes; me conduz junto a águas tranquilas. Ele revitaliza minha alma, Ele me guia pelas veredas da retidão, pelo Seu Nome. Mesmo se tiver que seguir pelo vale da sombra da morte, não temerei nenhum mal, pois Tu estás comigo; Tua vara [poder] e Teu cajado [apoio], eles me consolarão. Tu prepararás uma mesa para mim diante de meus inimigos; ungiste a minha cabeça com azeite, meu cálice está repleto de fartura. Somente bondade e misericórdia me seguirão todos os dias de minha vida e habitarei na Casa de Adonai por muitos e longos anos.

**Atkínu** Preparai a refeição da fé perfeita, que é a alegria do Rei Santo; preparai o banquete do Rei. Este é o banquete do Santo Ancião e o sagrado Chacal Tapuchín e Zeer Anpín vêm para acompanhá-Lo no banquete.

**Veshamerú** E os filhos de Israel observarão o Shabat, estabelecendo o Shabat por todas as suas gerações como um pacto eterno. É um sinal perpétuo entre Mim e os filhos de Israel, pois em seis dias Adonai fez os céus e a terra, e no sétimo dia cessou de trabalhar e descansou.

**Im** Se por causa do Shabat retraires o teu pé, não atendendo aos teus assuntos no Meu santo dia e chamares ao Shabat "deleite", o dia santificado por Adonai, "honrado", e o honrares não seguindo os teus caminhos cotidianos, abstendo-te de te ocupares dos teus assuntos e de falar sobre questões profanas, então te deleitarás em Adonai e Eu te farei montar às alturas da terra e te nutrirei com o patrimônio do teu pai Yaakov, pois assim falou a boca de Adonai.

מְזֻמָּר לְדוֹד, ייְ רַעִי לֹא אֲחֵסֶר: בְּנֹאות דְּשָׁא יְרִבִּיצֶנִי,  
עַל מֵי מְנֻחֹת יְנַהֲלָנוּ: נְפַשִּׁי יְשׁוֹבֵב, יְנַחֲנִי בְּמַעֲגֵלִי אֶצְקָה  
לְמַעַן שְׁמוֹ: גַּם כִּי אַלְךָ בְּגַיָּא צְלָמֹות, לֹא אִירָא רָע, כִּי  
אַתָּה עַמְּדִי, שְׁבַטָּךְ וּמְשֻׁעְנָתָךְ הַפּוֹה יְנַחֲמָנִי: תַּעֲרֹךְ לִפְנֵי  
שְׁלָחֵן נְגַד צְרָרִי, דְּשָׁנָת בְּשָׁמָן רָאשִׁי, כּוֹסִי רָוִיהִי: אֶחָד טֹוב  
וְחַסְדָּךְ יְרִדְפּוֹנִי כָּל יְמֵי חַיִּי, וְשַׁבְתִּי בְּבֵית ייְ ? לְאַרְךָ יְמִים:

אתקינו סעוזתא דמיהימנותא שלימחתא חדותא  
דמלכא קדיישא אתקינו סעוזתא דמלכא דא היא  
סעוזתא דעתיקא קדיישא, וחקל תפוחין קדיישין ועיר  
אנפין אתין לסעודה בהדייה:

וְשִׁמְרוּ בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת הַשְׁבָּת לְעַשׂוֹת אֶת הַשְׁבָּת,  
לְذֹרְתֶּם בְּרִית עֹלָם. בֵּין וּבֵין בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת הַיָּא  
לְעֹלָם, כִּי שָׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה ייְ אֶת הַשָּׁמִים וְאֶת הָאָרֶץ,  
וּבִיּוֹם הַשְׁבִּיעִי שְׁבָת וַיַּנְפֵשׁ:

אם תשב משבת רגלה, עשות חפצך ביום קדשי,  
וקראת לשבת ענג לקדוש ייְ מְכַבֵּד, וככבודתו מעשות  
דריכיך ממצא חפצך ודבר דבר. אז תתענג על ייְ  
וְהַרְכְּבָתִיךְ עַל בְּמַתִּי אָרֶץ, וְהַאֲכַלְתִּיךְ נְחַלָּת יְעַלְבָּ אָבִיךְ  
כִּי פִי ייְ דבר:

**Reshimim** ustimin, begó col almín, berám atic iomín, haló batish batishin.

**Iehê** ravá camê, detishrei al amê, deitanág lishmê, bimtikin veduvshin.

**Assadêr** lideróma, menartá distima, veshulchán im nahama, bitsefona arshin.

**Bechamra** gó chassa, umidanei assa, learús vaarussa, lehatcafa chalashín.

**Naaveid** lehón kitrín, bemílin iakírin, beshavin iturin, deál bagei chameshin.

**Shechinta** titatar, beshit nahamei listar, beavin titcatar (beavin titcatar, beshit nahamei listar) vezinin dichnishin.

**Shevitin** ushevikin, missaavin dirchikin, chavilin dimikin, vechol zinei chavushin.

**Lemivtsa** al rifta, kezeita uchveiata, terein iudin nacta, setimin ufhishin.

**Meshách** zeita dachia, detachanin reichaia, venagdin nachalaia, begava bilchishin.

**Haló** neima razin, umilin dignizin, deleitehón mitchazin, temirin uchevishin.

**Itatarát** cala, berazin lilelâa, begó hai hilula, deirin cadishin.

**Vihê** raava min codam atica cadisha dechol cadishin, utmira dechol temirin setima dechóla deitmashéch talá ilaá minê lemalia reisha dizeir anpín ulehatíl lachacal tapuchín cadishín binehiru deanpín beravá uvechedvata dechóla.

**Reshimim** (O Shabat) está gravado e inscrito em todos os mundos (que foram chamados à existência através do) "Ancião de Dias" mediante a combinação (dos quatro elementos primeiros). **Iehê** Seja Sua vontade que Sua presença descanse sobre Seu povo que se deleitará pelo Seu Nome com coisas doces e mel.

**Assadêr** Coloco ao sul o candelabro místico; coloco ao norte a mesa com os pães.

**Bechamra** Com vinho na taça e ramos de murta para a Noiva e o Noivo, para fortalecer aos fracos.

**Naaveid** Elaboremos para eles coroas de palavras preciosas, setenta coroas que transcendem os cinquenta (Portais).

**Shechinta** Que a Shechiná esteja rodeada dos seis pães a cada lado (da mesa); e a estes correspondam as duas séries de seis pães e os demais artigos (do Bêt Hamicdash).

**Shevitin** As forças impuras que estão distantes da santidade, os anjos da destruição que oprirem (ao homem) e todos os confinados (ao purgatório) descansam e têm sossego (no Shabat).

**Lemivtsa** Para fatiar a Chalá, o tamanho de uma azeitona ou de um ovo, (interpretando) os dois "íuds", seja de acordo à sua leitura simples ou fonética.

**Meshách** As Azeitonas (contêm) azeite puro que, ao ser esprimida com uma pedra de moinho, flui como riacho; assim também o pão contém em seu interior segredos divinos.

**Haló** Discutamos os segredos da Torá, que não estão revelados, escondidos e ocultos.

**Itatarát** Seja a Noiva coroada com mistérios excelsos nesta jubilosa festa dos santos anjos.

**Vihê** Seja a vontade do Ancião mais santo, o mais oculto de todos os ocultos e o mais recôndito de todos, que flua d'Ele o orvalho superior para preencher a cabeça de Zêer Anpin e que o coloque sobre o sagrado Chacál Tapuchín com rosto radiante, boa vontade e imenso deleite.

ר **רְשִׁימִין וְסֶתִּימִין,** בָּגֹן כֵּל עַלְמִין, בָּרֶם עֲתִיק יוֹמִין, הָלָא בְּפִישׁ בְּטִישׁ.

ו **הָא רְעוֹא קְפִיה,** דְּתַשְׂרִיה עַל עַמִּיה, דִּיתְעַנְג לְשָׁמָה, בְּמַתִּיקִין וְדַוְבָּשִׁין.

ז **אֲסִידָר לְדָרוֹמָא,** מְנֻרְתָּא דְּסֶתִּימָא, וְשַׁלְחָן עַם נְהָמָא, בְּצִפּוֹנָא אֲרָשִׁין.

ט **בְּחִמְרָא גּוֹ כָּסָא,** וְמַדְאַנִי אַסָּא, לְאַרְוִיס וְאַרְוָסָה, לְהַתְקִפָּא חַלְשִׁין.

ב **נְעַבִּיד לְהַזּוֹן כְּתָרִין,** בְּמַלְיָן יְקִירִין, בְּשַׁבְעַיִן עַטּוֹרִין, דְּעַל גְּבִי חַמְשִׁין.

ש **שְׁכִינְתָּא תְּתֻעַטָּר,** בְּשִׁית נְהָמִי לְסָטָר, בְּוֹזִין תְּתַקְטָר, ס"א בְּוֹזִין תְּתַקְטָר, בְּשִׁית נְהָמִי לְסָטָר וְזִינִין דְּכִנִּישִׁין.

ש **שְׁבִיתִין וְשְׁבִיקִין,** מְסָאַבְיוֹן דְּרַחִיקִין, חְבִילִין דְּמַעִיקִין, וְכָל זִינִי חַבּוּשִׁין.

ל **לְמַבְצָע עַל רְפַתָּא,** כְּזִיתָא וְכְבִּיעַתָּא, תָּרִין יְזִידִין נְקֹטָא, סְתִּימִין וְפֶרֶישִׁין.

מ **מְשִׁיחָה זִיתָא דְּכִיא,** דְּטַחְנוֹן רִיחִיא, וְנְגִדְיוֹן נְחָלִיא, בְּגֹועַה בְּלָחִישִׁין.

ה **הָלָא נִמְאָרֶזֶן,** וְמַלְיָן דְּגִנִּיזֶן, דְּלִילִתְיָהוֹן מְתַחְזֶן, טְמִירִין וְכְבִּישִׁין.

א **אֲתַעֲטָרָת כָּלה,** בְּרַזְוֹן דְּלִעְלָא, בָּגֹן הָאֵי הַלּוֹלָא, דְּעִירִין קְדִישִׁין.

ו **וַיְהִיא רְעוֹא מַן קְדִים עֲתִיקָא קְדִישָׁא דָכְל קְדִישִׁין, וְטְמִירָא דָכְל טְמִירִין סְתִּימִא**  
דְּלָלָא דִּיתְמַשֵּׁךְ טָלָא עַלְאָה מְגִיה לְמַלְיָה רִישָׁא דְּזַעַר אַנְפִין וְלַהֲטִיל לְחַקֵּל  
תְּפֹחִין קְדִישִׁין בְּנָרוּרִי דָאַפְיִין בְּרַעְוָא וּבְחַדּוֹתָא דָכְלָא.

## 5 Netilat Yadim, Hamotsí e o hino de "Azamêr"

*Após o kidush, todos abluem as mãos, vertendo água de uma caneca ou copo três vezes consecutivas em cada mão até o pulso, iniciando pela mão direita. Ao enxugar as mãos, a seguinte bênção é recitada:*

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav vetsivánu al netilat yadim.

*Sem interromper com conversas, o chefe da família segura as duas chalot (pães) juntas enquanto todos recitam a seguinte bênção:*

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu mélech haolam, hamotsí léchem min haárets.

*Corta-se então uma fatia de pão, mergulhando-a levemente no sal por três vezes antes de ingeri-la, repartindo também uma fatia (mergulhada no sal) para cada pessoa presente. Depois de ingerir o primeiro bocado do pão é permitido conversar novamente e iniciar a refeição festiva da noite. Fazer a bênção sobre duas chalot inteiras nos faz recordar o milagre do maná; e o intricado número de tranças de cada chalá (seis, perfazendo um total de doze) traz à memória o milagre dos doze pães no Templo Sagrado.*

¶ ¶

*Este poema cabalístico, Canção para a Mesa de Shabat, está escrito de tal modo que as iniciais de cada estrofe formam a frase "Ani Yitschac Lúria ben Shelomo" (Eu, Yitschac Lúria, filho de Shelomo), nome de seu autor, conhecido popularmente como Ari Zal ou Ari Hacadosh, um dos mais célebres e influentes cabalistas do século XVI.*

**Azamêr** bishvachin, lemeial gó pitchín, devachacal tapuchín, deinun cadishín.

**Nezamin** lá hashta, biflora chadatá, uvimenartá tautá, denahora al reishín.

**Iemína** ussemala, uveinaiehu chalá, bekishutín azla, umanín ulevushin.

**Iechabéc** la balá, uvissoda dilá, deavêd naiecha lá, iehê catish catishin.

**Tsevachín** af actin, betelín ushevitin, berám anpín chadatin, veruchin im nafhsín.

**Chadú** saguei ietei, beal chada tartei, nehorá lá imtei, uvircháan dinfishín.

**Kerívu** shushvinin, avidu ticunin, leapasha zinin, venunin im rachashín

**Lemeevád** nishmatin, veruchin chadatin, betartein uvitelatin, uvitelata shivshin.

**Veitúrin** shavín lá, umalcá dilelā, deitatar cóla, becadish cadishín.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou sobre a abluição das mãos.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo que extraí o pão da terra.

נותלים ידיים לנטול ומכרכבים:

**ברוך אתה ייְהוָה מלך העולם אשר קדשנו במצוותיו וצונו על נטילת ידיים:**

*ברכת המוציא על לחם משנה:*

**ברוך אתה ייְהוָה מלך העולם,**  
**המושיע ללחם מן הארץ:**

¶

**אומר בשבחין, למייל גו פתחין, דבחקל תפוחין, דאנון קדיישין.**

**גומין לה השטא, בפטורה חדטא, ובמנורתא טבטא,**  
**דנירה על רישין.**

**ימינא ושמאלא, ובינייה כלה, בקשוטין איזלא, ומאנין ולבושין.**

**יחבק לה בעלה, וביסודה דילה, דעבד ניחא לה, יהא כתיש כתישן.**

**אוחין אף עקתיין, בטילין ושביתין, ברם אנפין חדתין,**  
**ורוחין עם נפשין.**

**חדו סגי יית, ועל חדא תרתי, נהරא לה ימיטי, וברכאנ דנפישין.**

**קריבו שושביבין, עבידי תקוניין, לאפסא זיגין, ונוגין עם רחשים.**

**למעבד נשמתיין, ורוחין חדתין, בתראתין ובתלתין,**  
**ובתלתא שבשין.**

**ועטורין שבעין לה, ומולכא דלעלא, דיתעטר פלא,**  
**בקדיש קדיישין.**

**Da** hi seudatá da'Chacal Tapuchin Cadishin.  
**Atkínu** seudatá dimhemenuá shelematá, chedvatá de'Malcá Cadishá. Atkínu seudatá de'Malcá. Da hi seudatá da'Chacal Tapuchin Cadishin, u'Z'er Anpin ve'Aticá Cadishá atyan lessaadá bahadáh.

Segura-se na palma da mão direita um cálice de vinho (contendo no mínimo 86 ml), e recita-se o kidush, de pé, em voz alta:

**Yom** hashishi, vaychulu hashamáyim veħaārets vechol tsevaam. Vaychal Elohim, bayom hashevií, melachtô asher assá, vayishbot bayom hashevií micol melachtô asher assá. Vayvárech Elohim et yom hashevií, vaycadêsh otô, ki vo shavat micol melachtô, asher bará Elohim laassot.

Sobre o vinho:

Savri maranan:

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu mélech haolam borê peri hagáfen

Sobre o pão:

Savri maranan:

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu mélech haolam hamotsí léchem min haárets

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu mèlech haolam, asher kideshánu bemits-votav, verátsa bánu, ve'Shabat codshô beahavá uvratson hinchi-lánu, zicaron lemaassé vereshit; techilá lemicraê côdesh, zécher litsiat Mitsráyim. Ki vánu vachárta, veotánu kidáshta micol haamim, ve'Shabat codshechá, beahavá uvratson hinchaltánu. Baruch atá Adonai, mecadesh ha'Shabat.

Em Shabat Chol Hamoêd Sucót recita-se a seguinte bênção:

**Baruch** atá Adonai, Elohēnu mèlech haolam, asher kideshánu bemits-votav vetsivánu leshév bassucá.

**Da** Este é o banquete de Chacal Tapuchin Cadishin.  
**Atkínu** Preparai o banquete da fé perfeita, que é a alegria do Rei Santo. Preparai o banquete do Rei. Este é o banquete de Chacal Tapuchin Cadishin, e Zeer Anpin e Aticá Cadishá vêm para acompanhá-lo no banquete.

**Yom** O sexto dia; foram terminados os Céus e a Terra e todo seu exército. Deus terminou, no sétimo dia, a obra que fez, e descansou no sétimo dia de toda obra que fez. Deus abençoou o sétimo dia e o santificou, pois nele descansou de toda Sua obra que Deus criou para [o ser humano] realizar.

Sobre o vinho:

Atenção senhores:

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo que cria o fruto da vinha

Sobre o pão:

Atenção senhores:

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo que extraí o pão da terra

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, que nos santificou com Seus mandamentos e em nós achou agrado, e com amor e agrado nos deu Seu santo Shabat, para lembrar a obra da Criação; pois que ele é o primeiro das sagradas convocações, em recordação da saída do Egito. Porque Tu nos escolheste e nos santificaste dentre todos os povos, e Teu santo Shabat, com amor e agrado, nos deste. Bendito és Tu, Adonai, que santifica o Shabat.

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou morar na Sucá.

דָא הִיא סְעוֹדַתָּא דְחַקֵּל תְּפִיחָין קְדִישָׁין:  
אתקינו סעודתא דמיהמענוטא שלימדא חידותא דמלכא קדישא אתקינו סעודתא דמלכא דא היא סעודתא דחקל תפוחין קדישין, זעיר אנפין ועתיקא קדישא אתון לסעדה בהזה:

זֶם הַשְׁבִיעִי: וַיַּכְלֵל הַשְׁמִינִים וְהָאָרֶץ וְכָל צְבָאָם: וַיַּכְלֵל אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְׁבִיעִי, מְלָאכָתוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה, וַיִּשְׁבַּת בַּיּוֹם הַשְׁבִיעִי מִכֶּל מְלָאכָתוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה: וַיָּבֹרֶךְ אֱלֹהִים אֶת יוֹם הַשְׁבִיעִי, וַיִּקְדְּשֵׁת אֶתוֹת, כִּי בָז שְׁבַת מִכֶּל מְלָאכָתוֹ,  
אֲשֶׁר בָּרָא אֱלֹהִים לְעֹשָׂות:

על היין: Sobre o vinho:

סְבִרִי מְרֻנוּן

ברוך אתה יי' אֱלֹהִינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, ברוך אתה יי' אֱלֹהִינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
המוציא לחם מן הארץ:  
בָּרוּךְ פָּרִי הַגְּפָנִים:

ברוך אתה יי' אֱלֹהִינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קָדְשָׁנוּ בְמִצּוֹתָיו  
וַרְצָחָ בְּנוֹ, וַיִּשְׁבַּת קָדְשׁוֹ בְאֶהָבָה וּבְרָצֹן הַנְּחִילָנוּ, זְפָרָן  
לְמַעֲשָׂה בְּרָאשִׁית, תְּחִלָּה לְמִקְרָאֵי קָדְשׁוֹ, זְכָר לִיצִיאָת  
מִצְרָיִם. כִּי בְּנוֹ בְּחִרְתָּ, וְאַוְתָּנוּ קָדְשָׁת מִכֶּל הַעֲמִים.  
וַיִּשְׁבַּת קָדְשׁוֹ בְאֶהָבָה וּבְרָצֹן הַנְּחִילָנוּ. ברוך אתה יי'  
מקדש השבת:

בשבת חול המועד סוכות בשמךך בסוכה מברך תיכף ברכה זו  
ברוך אתה יי' אֱלֹהִינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קָדְשָׁנוּ בְמִצּוֹתָיו וַצְוָנוּ לִישְׁבַּב בְּסֻכָּה:

*Eshet Chayil - "Mulher de Valor" - composto pelo rei Salomão (Provérbios 31:10-31) é um poema acróstico, onde cada versículo começa com uma letra do alfabeto hebraico em sequência. É recitado pelo marido quando retorna da sinagoga na noite do Shabat, em homenagem a "Mulher de Valor", a sua esposa, a mãe, a dama do lar.*

**Eshet chayil mi yimtsá, verachoc mipeninim michra. Batach bah lev ba'lah, veshalal lo yechssar. Guemalatehu tov velo ra, col yeme chayaha. Daresha tsemer ufsistim, vataas bechefets capeha. Hayeta caoniyot socher; mimerchac tavi lachmah. Vatacam beod layla, vatiten teref levetah, vechoc lenaaroteha. Zamema sade vaticachehu; miperi chapeha natea carem. Chagera veoz motneha, vateamets zerooteha. Taama ki tov sachrah; lo yichbe balayla nerah. Yadeha shilecha vakishor, vechapeha tamechu falech. Capah paressa leani, veyadeha shilecha laevyon. Lo tira levetah mishaleg, ki chol betah lavush shanim. Marvadim asseta la; shesh veargaman levusha. Noda bashearim ba'lah, beshivto im zikne arets. Sadin asseta vatimcor, vachagor natena lakenaani. Oz vehadar levushah; vatischac leyom acharon. Piha patecha vechochma, vеторат chessed al leshonah. Tsotiyá halichot betah, velechem atslut lo tochel. Camu vaneha vay'asheruha; ba'lah vayhalela. Rabot banot assu chayil, veat alit al culana. Sheker hachen vehevel hayofi; isha yir'at Adonai hi tit'halal. Tenu la miperi yadeha, vihaleluha bashearim maaseha.**

**Mizmor** le'David, Adonai roí, lo echsar. Bin'ot deshe yarbéseni, al mē menuchot yenahaléni. Nafshi yeshovéy, yanchêni vema'guelê tsêdec lemáan shemô. Gam ki elech beguê tsalmávet, lô irá rá, ki Atá imadi. Shivtechá umish'antêcha héma yenachamúni. Taaroch lefanai shulchan, négued tsorerai; dishânta vashémén roshi; cossi revayá. Ach tov vachêssed yirdefúni col yemê chayai, veshavti be'Vet Adonai leôrehch yamim.

**Eshet** Quem pode encontrar uma mulher virtuosa? Seu valor excede em muito o das joias. O coração de seu esposo confia nela, benefício não lhe há de faltar. Ela o trata com bondade, nunca com maldade, todos os dias de sua vida. Ela procura lá e linho e trabalha de bom grado com suas mãos. Ela é como os navios mercantes; traz seu alimento de longe. Levanta-se enquanto ainda é noite, alimenta seu lar e estabelece as tarefas para suas criadas. Ela avalia um campo e o adquire; de seu lucro planta um vinhedo. Ela cinge seus lombos com a força e dobra os braços. Ela está ciente de que seu empreendimento é proveitoso; sua lâmpada não se apaga à noite. Ela põe suas mãos sobre o fuso, e suas palmas empunham a roca [de fiar]. Ela oferece sua mão ao pobre, e estende suas mãos ao necessitado. Ela não teme por seu lar durante o frio, pois toda sua família está vestida [e aquecida] com lã escarlate. Ela faz sua própria tapeçaria; suas vestes são de fino linho e púrpura. Seu marido é famoso nos portais, quando ele senta-se com os anciões da terra. Ela fabrica roupa branca e [a] vende, ela provê cinturões aos mercadores. Força e dignidade são seus trajes; ela olha soridente para o futuro. Abre sua boca com sabedoria e o ensinamento da bondade está sobre sua língua. Ela observa a conduta de seu lar e não come o pão da ociosidade. Seus filhos levantam-se e a aclamam; seu marido a enaltece [dizendo]: "muitas filhas têm feito obras meritórias, porém tu superaste a todas elas! O encanto é enganoso e a beleza nada vale; uma mulher temente a D'us é a que deve ser louvada. Elogiem-na por suas realizações, e que suas obras louvem-na nos portões."

**Mizmor** Um salmo de David. Adonai é meu Pastor, nada me faltará. Far-me-á repousar em pastos verdejantes, conduzindo-me sobre águas plácidas. Minha alma será restaurada, Ele me guiará nas veredas da justiça por amor de Seu nome. Se tiver que seguir pelo sombrio vale da morte, não temerei nenhum mal, pois Tu estás comigo. Teu poder e Teu apoio - eles me consolarão. Tu prepararás para mim uma mesa diante de meus inimigos; ungiste minha cabeça com azeite; meu cálice transborda de fartura. Somente bondade e misericórdia me seguirão em todos os dias de minha vida, e habitarei na Casa de Adonai por longos anos.

**אֱשֶׁת חַיִל מֵי יָמֶצָא, וְרֹחֶק מִפְנִים מִכְרָה:** בְּטַח בָּה לְבָבָּה, וְשַׁלֵּל לֹא יִחְסֶר: גָּמְלָתָהוּ טֻוב וְלֹא רָע, כֹּל יָמִי חַיִּיה: דְּרָשָׁה צָמֵר וּפְשָׁתִים, וְתַעַשׂ בְּחִפְזָן בְּפִיה: הִיְתָה בְּאֲנִיּוֹת סָזָחָר, מִפְרָחָק תְּבִיא לְחַמָּה: וְתַקְםָ בָּעוֹד לִילָּה, וְתַתְּנוּ טִירָף לְבִתְּהָ, וְחַק לְנַעֲרָתִיהָ: זָמָמָה שְׁדָה וְתַקְהָרָה, מִפְרָי כְּפִיה נְטָעָה בְּרָם: חַגְרָה בָּעָז מִתְגִּנָּה, וְתַאֲמִזָּן זְרוּעָתִיהָ: טָעָמָה בַּיְתָן טֻוב סְחָרָה, לֹא יִכְבֶּה בְּלִילָה גְּרָה: יִדְיָה שְׁלָחָה בְּכִישָׁוֹר, וּכְפִיה תְּמָכוּ פְּלָרָה: כְּפָה פְּרָשָׁה לְעַנִּי, וִידְיָה שְׁלָחָה לְאַבְיוֹן: לֹא תִּרְאָ לְבִתְּהָ מְשָׁלָג, כִּי כָל בִּיתָה לְבָשׂ שְׁגִים: מַרְבִּדִים עַשְׁתָּה לָהּ, שְׁשׁ וְאַגְּמָן לְבוֹשָׁה: נְזָע בְּשֻׁעָרִים בְּעַלָּה, בְּשִׁבְתָּו עַם זָקָנִי אָרֶץ: סְדִין עַשְׁתָּה וְתַמְפָר, וְחִגּוֹר נְתָנָה לְפָנָגָנִי: עַז וְהַדָּר לְבוֹשָׁה, וְתַשְׁחַק לִיּוֹם אַחֲרוֹן: פִּיה פְּתָחָה בְּחַכְמָה, וְתֹורָת חֶסֶד עַל לְשׁוֹנָה: צָזְפִּיה הַלִּיכּוֹת בְּיִתְהָ, וְלִחְם עַצְלוֹת לֹא תָאֵכֵל: קְמוּ בְּגִיה וְיִאֲשֹׂרָה, בְּעַלָּה וַיְהִלֵּלה: רְבּוֹת בְּנוֹת עָשָׂו חִיל, וְאַתְּ עַלְיָת עַל כָּלָנה: שְׁקָר הַחִן וְהַבְּלִ הַיְפִי, אֲשֶׁר יִרְאָת יְהִי הִיא תִּתְהַלֵּל: תַּנוּ לָהּ מִפְרִי יִדְיָה, וַיְהִלֵּלה בְּשֻׁעָרִים מַעֲשָׂיה:

**מִזְמֹר לְדָוִד, יְהִי רָעֵי לֹא אֲחָסָר:** בְּנֹאות דְשָׁא יְרִבְצָנִי, עַל מֵי מִנְחֹות יְנָהָנִי: נְפַשִּׁי יִשְׁׁוּבָב, יְנַחְנֵי בְּמַעְגָּלִי אֶזְקֵק לְמַעַן שְׁמוֹ: גַּם כִּי אֶלָּפָגְנִיא צְלָמוֹת, לֹא אִירְאָ רָע, כִּי אַתָּה עַמְדִי, שְׁבָטִיך וּמְשֻׁעָנָתֶך הַמָּה יְנַחְמָנִי: תַּעֲרֹך לִפְנֵי שְׁלָחוֹן נְגַד צָרִי, דְשִׁנְתָּ בְּשָׁמְןִ רָאשִׁי, כּוֹסִי רָזִיהָ: אֶעָז טֻוב וְחֶסֶד יְרַדְפָּנִי כָּל יָמִי חַיִּי, וְשַׁבְּתִי בְּבֵית יְהִי לְאַרְך יָמִים:

Este cântico é entoado em homenagem a anjos que nos acompanham no regresso da sinagoga ao lar. Quando encontram a casa preparada para o Shabat, a mesa festivamente posta, com velas reluzentes e toda a família vestida em suas melhores roupas abençoam-na, dizendo:  
“Que o próximo Shabat seja igual a este”.

**Shalom** alechém malachê hasharet malachê elion mimélech malchê hamelachim haCadosh baruch Hu.

Entoa-se três vezes

**Boachem** leshalom malachê hashalom malachê elion mimélech malchê hamelachim haCadosh baruch Hu.

Entoa-se três vezes

**Barechúni** leshalom malachê hashalom malachê elion mimélech malchê hamelachim haCadosh baruch Hu.

Entoa-se três vezes

**Tsetchém** leshalom malachê hashalom malachê elion mimélech malchê hamelachim haCadosh baruch Hu.

Entoa-se três vezes

**Ki malacháv yetsavé lách, lishmorchá bechol derachécha.**

**Adonai yishmór tsetchá uvoécha, meatá veád olám.**

Ki Pois ele instruirá aos Seus anjos em teu benefício, para cuidar-te em todos os teus caminhos. Adonai cuidará tua ida e tua vinda, de agora para todo o sempre.

כשבא מבית הכנסת לביתו יאמר זה:

**שָׁלוֹם עֲלֵיכֶם מֶלֶךְ הַשִּׁירָת מֶלֶךְ  
עֲלֵיוֹן מֶמְלָךְ מֶלֶךְ הַמֶּלֶכִים הַקָּדוֹשׁ  
בָּרוּךְ הוּא. ג"פ**

**בָּזָאתֶם לְשָׁלוֹם מֶלֶךְ הַשִּׁלּוֹם  
מֶלֶךְ עֲלֵיוֹן מֶמְלָךְ מֶלֶךְ הַמֶּלֶכִים  
הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא. ג"פ**

**בָּרְכּוּנִי לְשָׁלוֹם מֶלֶךְ הַשִּׁלּוֹם מֶלֶךְ  
עֲלֵיוֹן מֶמְלָךְ מֶלֶךְ הַמֶּלֶכִים הַקָּדוֹשׁ  
בָּרוּךְ הוּא. ג"פ**

**צָאתֶתֶם לְשָׁלוֹם מֶלֶךְ הַשִּׁלּוֹם  
מֶלֶךְ עֲלֵיוֹן מֶמְלָךְ מֶלֶךְ הַמֶּלֶכִים  
הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא. ג"פ**

כִּי מֶלֶךְ יָצַא לְךָ לְשִׁמְרָךְ בְּכָל דָּרְכֶיךָ.  
יְשִׁמְרֶךָ צָאתֶךָ וּבָזָאתֶךָ מִעַתָּה וְעַד עוֹלָם.

Véspera de Shabat

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav**  
**vetsivánu lehadlik ner shel Shabat Kodesh.**

Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou acender a vela do *Shabat Kodesh*.

Véspera de Yom Tov e Yom Tov (após o término do primeiro dia)

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav**  
**vetsivánu lehadlik ner shel Yom Tov. Shehecheyánu**

Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou acender a vela do *Yom Tov*.

Véspera de Yom Tov quando incide na véspera de Shabat

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav**  
**vetsivánu lehadlik ner shel Shabat veshel Yom Tov. Shehecheyánu**

Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou acender a vela do *Yom Tov*.

Véspera de Rosh Hashaná e Rosh Hashaná (após o término do primeiro dia)

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav**  
**vetsivánu lehadlik ner shel Yom Hazikaron. Shehecheyánu**

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou acender a vela do *Yom Hazikaron*.

Véspera de Rosh Hashaná quando incide na véspera de Shabat

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav**  
**vetsivánu lehadlik ner shel Shabat veshel Yom Hazikaron. Shehecheyánu**

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou acender a vela de *Shabat* e do *Yom Hazikaron*.

Véspera de Yom Kipur

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav**  
**vetsivánu lehadlik ner shel Yom Hakipurim. Shehecheyánu**

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou acender a vela de *Yom Hakipurim*.

Véspera de Yom Kipur quando incide na véspera de Shabat

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, asher kideshánu bemitsvotav**  
**vetsivánu lehadlik ner shel Shabat veshel Yom Hakipurim. Shehecheyánu**

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou acender a vela de *Shabat* e do *Yom Hakipurim*.

Bênção de Shehecheyánu (Não é recitada na véspera do sétimo dia e do oitavo dia de Pêssach)

**Baruch atá Adonai, Elohênu mélech haolam, shehecheyánu vekiimanu**  
**vehiguanu lizeman hazé.**

**Baruch** Bendito és Tu, Adonai, nosso Deus, Rei do Universo, Que nos conservou em vida e nos manteve e nos fez alcançar esta época.

Véspera de Shabat

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁנַּעֲשָׂה כִּי**  
**לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שְׁבָת קָדֵשׁ.**

Véspera de Yom Tov e Yom Tov (após o término do primeiro dia)

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁנַּעֲשָׂה כִּי**  
**לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל יוֹם טוֹב. Shehecheyánu**

Véspera de Yom Tov quando incide na véspera de Shabat

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁנַּעֲשָׂה כִּי**  
**לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שְׁבָת וּשֶׁל יוֹם טוֹב. Shehecheyánu**

Véspera de Rosh Hashaná e Rosh Hashaná (após o término do primeiro dia)

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁנַּעֲשָׂה כִּי**  
**לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל יוֹם הַזְּכָרוֹן. Shehecheyánu**

Véspera de Rosh Hashaná quando incide na véspera de Shabat

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁנַּעֲשָׂה כִּי**  
**לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שְׁבָת וּשֶׁל יוֹם הַזְּכָרוֹן. Shehecheyánu**

Véspera de Yom Kipur

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁנַּעֲשָׂה כִּי**  
**לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל יוֹם הַכְּפֹרִים. Shehecheyánu**

Véspera de Yom Kipur quando incide na véspera de Shabat

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁנַּעֲשָׂה כִּי**  
**לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שְׁבָת וּשֶׁל יוֹם הַכְּפֹרִים. Shehecheyánu**

Bênção de Shehecheyánu

(Não é recitada na véspera do sétimo dia e do oitavo dia de Pêssach)

**ברוך אתה ייְהוָה קָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא שֶׁהָחַיוּ וְקִימָנוּ וְהָגִיעָנוּ לְזָמָן**  
**הַזָּה.**

# Índice

## Sexta feira e Shabat à noite

|   |   |
|---|---|
| Bênção das velas de Shabat e Yom Tov .....  | 1 |
| Shalom Alechém.....                         | 2 |
| Eshet Chayil .....                          | 3 |
| Kidush para o anoitecer de sexta feira..... | 4 |
| Netilat Yadaim, Hamotsí e “Azamér” .....    | 5 |

## Shabat durante o dia

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| Kidush para o dia de Shabat..... | 7-8 |
| Assadér.....                     | 9   |
| Seudá Shelishit.....             | 10  |

## Bênção posterior à refeição

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Al Naharót.....                  | 11 |
| Shir Hamaalót.....               | 12 |
| Zimun.....                       | 13 |
| Bircat Hamazon.....              | 14 |
| Shevá Berachot.....              | 22 |
| Harachamán para o Brit Milá..... | 23 |
| Al Hamichiá.....                 | 24 |
| Borê Nefashot.....               | 25 |

## Término do Shabat

|                   |    |
|-------------------|----|
| Havdalá.....      | 26 |
| Veitén lechá..... | 27 |

O Nome de D-us na forma que consta neste livro só deve ser pronunciado quando estiver rezando. Em caso de estudo ou leitura simples, recomenda-se substituí-lo por "Hashem".

contém 70 palavras (dividido em duas partes de 35 palavras)que equivale ao valor numérico da palavra hebraica para vinho (*Yayin*).

## Convidados

Avraham nos deixou um grande legado e serve de exemplo inspirador. Ficava sempre sentado na frente de sua tenda por longas horas em busca de estrangeiros para dar-lhes de comer e beber. Da mesma forma devemos tornar nosso lar um verdadeiro oásis no meio do deserto.

*Hachnassat Orchim*, hospitalidade, sempre fez parte da Tradição Judaica. A mitsvá de preocupar-se com o próximo é um exercício diário a ser aplicado todos os dias do ano. Mas especialmente no *Shabat* é uma mitsvá receber convidados para compartilhar de momentos especiais. Sentimentos positivos e a conversa em torno de temas relacionados com *Torá* são estimulados. Convidar uma pessoa que nunca participou de um *Shabat* e cuja curiosidade dá margem a perguntas é mais do que praticar um ato de bondade: é fazer bem a nós mesmos.

## Havdalá

O *Shabat* chega ao final quando três estrelas são visíveis no céu, a olho nu. Entretanto, antes de se permitir fazer qualquer trabalho deve-se verbalizar o início da nova semana pronunciando as seguintes palavras: “*Baruch Hamavdil ben kodesh lechol*”

(“Bendito é Ele que separa entre o sagrado e o comum”).

Quando o *Shabat* inicia-se na sexta-feira ao entardecer o recebemos com muita honra e alegria. Durante mais de 25 horas nos é concedida uma alma adicional e o espírito ímpar de *Shabat*. Agora que se aproxima o momento de sua partida, não podemos deixá-lo sair desapercebido. Sua retirada também é anunciada com vinho e bênçãos. A *havdalá*, uma cerimônia breve, marca a distinção entre o sagrado e o comum, entre o *Shabat* que finda e os dias da semana que se iniciam.

seguinte. Era o alimento da fé; a certeza de que D'us proveria a cada dia. Na sexta-feira nossos ancestrais recebiam uma porção dobrada de maná, pois no *Shabat* não é permitido carregar algo de fora para dentro do lar (nem de dentro para fora). O maná tinha a propriedade de adquirir o sabor que se desejasse, satisfazendo “todos os gostos”. Era desta forma lembrado diariamente que nosso sustento depende apenas do Altíssimo. Quando o maná caía no solo permanecia fresco, pois estava “forrado” por uma camada de orvalho, tanto em baixo como por cima. Este é um dos motivos pelo qual colocamos as *chalot* sobre uma travessa e as cobrimos com um tecido especialmente decorado de *Shabat*. Conforme descrição na *Torá*, deduzimos que o maná tinha aparência de sementes brancas, o que tornou-se um costume para muitos o de espalhar sobre a *chalá* sementes brancas de gergelim.

### ***Kidush: Por que é recitado?***

Nos Dez Mandamentos, a *Torá* declara: “Lembra-te do dia de *Shabat* para santificá-lo.” Conforme os sábios do *Talmud*, isto significa que devemos santificar o *Shabat* recitando o *Kidush* sobre o vinho, na noite de sexta-feira, quando começa o *Shabat* e novamente durante o dia. Outra razão é que a uva que originou o vinho foi criada por Hashem e possui a qualidade especial de alegrar os corações dos homens. Na verdade, quando o vinho é usado para um fim sagrado, também alegra a D'us, conforme está escrito: “(Vinho) alegra D'us e os homens.”

Ao explicar o significado da ligação do vinho com o *Shabat*, o *Zôhar* afirma que *Shabat* é a “noiva” do povo judeu e, assim como as bodas de uma noiva (chamadas *Kidushin*, santificação) são recitadas sobre o vinho, assim também ocorre com o *Kidush*.

O *Zôhar* observa que o *Kidush* na noite de sexta-feira

## **“Faiscas”**

*O ser humano foi criado no sexto dia para entrar imediatamente no sétimo; é uma ponte eterna entre os seis dias seculares e o sétimo, sagrado. Esta aparente dicotomia é o propósito de sua existência.*

### ***Velas***

Mulheres casadas devem acender ao menos duas velas referentes às expressões *zachor* (lembra) e *shamor* (guarda) pronunciadas por D'us ao proclamar a santidade do *Shabat* nos Dez Mandamentos.

É de vital importância que também meninas, a partir dos três anos de idade, sejam educadas a acender uma vela em seu próprio candelabro, recitando a bênção com a ajuda de sua mãe. Em algumas comunidades há o costume de acender uma vela a mais para cada filho que nasce. Neste caso, uma mãe com três filhos acenderá cinco velas. Uma das razões deste costume é que a chama simboliza a *neshamá* (alma) e para cada alma acrescenta-se uma nova luz.

É um bom costume deixar uma caixa de *tsedacá* separando algumas moedas para depositá-las antes do acendimento das velas de *Shabat*. Costuma-se fazer pedidos pessoais neste momento propício.

### ***Chalot***

Quando os judeus estavam no deserto, após a saída do Egito, não tinham o que comer, pois o pequeno suprimento de *matsá* que haviam levado acabara. D'us mandava então uma porção diária de maná (alimento dos céus) para cada pessoa, mas não podia ser armazenado, nem guardado para ser consumido no dia

# *Fluminando a Sua Vida*

*Pare, respire e dê a si mesmo mais atenção. Perceba o mundo e o poder em sua mão: basta acender uma chama para dar início à paz e a eternidade do Shabat.*

*Durante a semana limpamos toda a casa e preparamos nossas melhores roupas. Antecipamos as compras e a elaboração do cardápio que deverá conter, além de deliciosos pratos, os elementos essenciais para a mesa do Shabat: vinho, chalot (pães trançados de Shabat) peixe, carne, etc.*

*As velas são acesas no horário marcado: vinte minutos antes do pôr-do-sol de cada sexta-feira. Após retornar da sinagoga onde recebemos a Rainha Shabat, o kidush, prece sobre o vinho, é recitado na presença de toda a família e convidados. A chalá é provada após mergulhada no sal, o que exige fazermos antes netilat yadayim (abluição das mãos).*

*Canções, preces, passagens da Torá farão com que as horas despendidas à mesa sejam intensamente agradáveis e passem sem sentir... voando!*

*A repetição semanal deste ritual em nosso lar marca o fim das preocupações materiais e compromissos do dia-a-dia. Apenas ao término, com o completo anoitecer do sábado, o Shabat terá exercido a influência desejada sobre cada um de nós: curará feridas, aliviaria preocupações e trará maior vitalidade em nosso relacionamento familiar e fornecerá forças para enfrentar o mundo lá fora. O ciclo se repetirá a cada semana, nos assegurando maior qualidade de vida, tanto física quanto espiritual.*

*Apresentamos a vocês este breve guia que esperamos seja útil para a sua mesa de Shabat. Que lhes traga mais vida, paz e bênçãos ao seu lar.*



---

*Editora Lubavitch c/o Mossad  
Oholei Yossef Yitschak Lubavitch - Brasil,  
rua Talmud Torá, 296 - S. Paulo - Brasil  
Cep: 01126-020 Tel/Fax: 3333-7700  
Site: [www.lubavitch.org.br](http://www.lubavitch.org.br)  
e-mail: [editora@lubavitch.org.br](mailto:editora@lubavitch.org.br)*

*Copyright © 2011  
Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser utilizada ou reproduzida - em qualquer meio ou forma, sem a expressa autorização, por escrito, da editora.*

*Edição e Layout: Rabino Schmul Osher Begun  
Tradução e Transliteração: Sidur Beit Lubavitch - RJ  
Comentários e explicações: Beit Chabad do Brasil  
Revisão: Daisy T. Maltz*

*Printed in Brazil*

# Basta Uma Chama...

*À medida que os ponteiros do relógio avançam,  
a lista em minha agenda vai sendo riscada ou passada a  
limpo para segunda-feira ser retomada novamente ...  
Fecho o livro, a tela, o capítulo desta semana.*

*Faltam algumas horas para o pôr-do-sol, poucos momentos distanciam  
a semana do verdadeiro descanso.*

*Hoje, meu chefe sou eu: meu expediente acaba mais cedo.  
É sexta-feira, véspera de um dia especial.*

*Os preparativos estão adiantados,  
mas o sol não espera e vai tomado posição no céu,  
deitando-se lentamente, sem cerimônia, no horizonte.*

*As velas já tomaram suas posições e a mesa já está posta.  
Um aroma de chalot e comida saborosa inunda nossa casa.  
As crianças já estão prontas: vestidas, felizes e perfumadas...  
Tudo em seu devido lugar.*

*O fósforo, o fogo, basta apenas um gesto.  
Uma simples chama é capaz de dissipar  
a escuridão do mundo inteiro.  
Neste exato momento vou me unir a centenas de gerações,  
de lares, de mulheres que como eu acenderão apenas  
uma chama e múltiplas velas.*

*Luzes se espalharão por toda a Terra,  
enquanto no Céu os anjos somente observarão.  
D'us, em toda Sua grandeza e Majestade mandará a Rainha,  
mas Ele próprio abençoará nosso lar, marcando o início  
de um outro tempo: o Shabat!*

*Lembrança da  
24<sup>a</sup> Tarde  
Comemorativa Anual  
da Divisão Feminina Chabad*

*21 de Elul/5771 20 de setembro/2011*

