

ENTRE DOIS MUNDOS

Morte, Luto e Esperança na Prática e na Tradição Judaica

***HAMAKOM YENACHEM ET'CHEM BETOCH SHAAR
AV'LEI TZIYON V'YIRUSHALAYIM!***

“Que D’us o conforte com todos os outros enlutados
de *Tzyion* e Jerusalém”

TENUCHAMU MIN HASHAMAYIM!

“Que o consolo venha dos Céus!”

Sinagoga Beit Lubavitch

R. Gal. Venâncio Flores 221, Leblon, Rio de Janeiro, RJ
Tel: (21) 3543-3770 – rabino@beitlubavitch.org.br

Dedicado a:

Liora bat Chaim Michel

*Michael ben Moshe
Leah bat Moshe*

Shaul ben Gershon HaLevi

*David Michael ben Shaul HaLevi
que ele cresça como um
homem justo e temente a D'us*

Pela elevação das almas de:

*Chaim Michel ben Olga
Claire bat Bela*

*Shlomo Yossef ben Alter Moshe Yaacov
Leah bat Moshe*

*Yierachmiel ben Clara
Miriam bat Chaia*

*Dov ben Tobia
Sara bat Shlomo Yossef
Sima bat Dov*

PREFÁCIO

“Aqueles que nascem, estão destinados a morrer e aqueles que morrem estão destinados a viver”.

(Ética dos Pais 4:22)

Este guia tem o propósito de informar e consolar as pessoas que tenham algum parente ou amigo em seus últimos momentos de vida ou que acabaram de perder um ente querido. As informações nele contidas complementam a orientação espiritual e prática oferecida pelos rabinos - sempre solícitos, mas que nem sempre podem dedicar a estas pessoas o tempo desejado por elas.

A primeira parte fala sobre os momentos finais da vida até o *Yohrtzeit* e a cerimônia do *Yizkor*, enquanto a segunda parte contém instruções práticas sobre o enterro, o luto e o *Kaddish*.

A terceira parte apresenta perguntas e respostas que falam sobre a vida após a morte, com a intenção de mostrar que a morte não é o fim da vida e que a alma não se apaga após o enterro. Ela apenas toma um novo caminho em direção a novas dimensões de seu aperfeiçoamento. A quarta e última parte mostra os *Kaddishim* recitados em situações diversas.

Com exceção dos *Kaddishim* retirados do “Sidur Tehilat Hashem” (Editora Beit Lubavitch) e do artigo que fala das leis sobre a recitação do *Kaddish* escrito pelo Rabino Shamaï Ende, todos os outros capítulos foram compilados e traduzidos do site www.chabad.org. Suas referências são informadas no início de cada um deles.

Para aqueles que desejarem informações mais detalhadas sobre as leis do luto e outros assuntos relacionados a este tema, recomendamos o excelente livro “Chelkat Elimelech - Leis e Costumes do Luto” do Rabino Shamaï Ende (Editora Lubavitch, 2008).

Agradeço aos meus amigos Moritz Trajman pela inspiração para a realização deste trabalho e Mauro Jarczun e Paulo Kauffman pelos importantes comentários e sugestões. Que D’us traga bênçãos em abundância a eles e às suas famílias.

Desejo sinceramente que este trabalho logo se torne obsoleto e desnecessário com a ressurreição dos mortos que ocorrerá com a chegada do Mashiach e da Redenção Final.

Moishe Klajnberg

Adar 5769

Ano de Hakhel - Ano de Birkat HaChamah

ÍNDICE

1ª PARTE: DA VIDA À VIDA	9
INTRODUÇÃO: LIDANDO COM A MORTE	11
O FIM DA VIDA	13
MOMENTOS FINAIS	16
REZAS PARA OS MOMENTOS FINAIS	18
VIDUY – AS PRECES DE CONFISSÃO	24
PRIMEIRAS PROVIDÊNCIAS	27
FUNERAL E ENTERRO	29
SHIVA E LUTO	32
KADDISH & MEMORIAL	37
2ª PARTE: GUIA PRÁTICO DO ENLUTADO	43
UM GUIA CONCISO PARA OS ENLUTADOS	45
A IMPORTÂNCIA DO KADDISH	49
LEIS REFERENTES À RECITAÇÃO DO KADDISH	58
3ª PARTE: MORTE E LUTO - PERGUNTAS E RESPOSTAS	63
O QUE É UMA ALMA?	65
OS JUDEUS ACREDITAM EM VIDA APÓS A MORTE?	67
O QUE ACONTECE DEPOIS QUE MORREMOS?	68
POR QUE EXISTEM POUCAS MENÇÕES DE VIDA APÓS A MORTE NA TORÁ?	74
UM ENTE QUERIDO MORRE, SERÁ ISTO O FIM DO RELACIONAMENTO?	76
QUE HISTÓRIA É ESTA DE REENCARNAÇÃO?	76
POR QUE NÓS RASGAMOS NOSSAS ROUPAS APÓS UMA MORTE?	78
POR QUE O JUDAÍSMO NÃO PERMITE A CREMAÇÃO?	79
QUEM DEVE ENCHER DE TERRA A SEPULTURA?	80
CONFORTANDO O ENLUTADO – QUANDO E COMO	81
QUEM SÃO	82
POR QUE OS ENLUTADOS RECITAM O KADDISH?	83
O QUE EU POSSO DIZER A UM ENLUTADO?	84
4ª PARTE: KADDISHIM	87
KADDISH RECITADO NO CEMITÉRIO NO MOMENTO DO ENTERRO	89
KADDISH YATOM (DOS ENLUTADOS)	90
KADDISH DE RABANAN	92
TRADUÇÃO DO KADDISH	94

1ª Parte

Da Vida à Vida: Morte, Luto e Esperança na Prática e na Tradição Judaica

INTRODUÇÃO: LIDANDO COM A MORTE ¹

A Maneira Judaica

O que é Morte? Responde-se melhor a esta pergunta com outra pergunta: O que é Vida?

Vida é a integração da alma e do corpo – o “ser” e seu veículo físico – em uma única entidade. Morte é a separação do corpo e alma em duas entidades separadas – uma separação do “ser” espiritual daquele que era antes um veículo daquele “ser”.

O “ser” é a alma, não o corpo. O corpo irá inevitavelmente falhar e se desintegrar; a alma é eterna e indestrutível. O alongamento do tempo físico no qual a alma reside dentro e age através do corpo é apenas uma fase – uma importante fase – de sua existência, uma existência que precede a vida física e se estende além dela. A alma da pessoa que conhecíamos e amávamos como um ser físico neste mundo continua a existir após sua morte, continua consciente de tudo que transpira em nossas vidas, e continua a ser o recipiente de nosso amor e ações positivas que fazemos em seu nome.

Mas, também para o corpo, a morte não é o fim. Um princípio fundamental da fé judaica é a crença na *techiat ha-meitim* (“ressurreição dos mortos”) – a crença de que no “Mundo Vindouro” futuro e divinamente perfeito, a alma será restaurada ao corpo reconstruído e revitalizado, de forma que, corpo e alma, mais uma vez fundidos como um ser vivo, apreciarão os frutos do que eles conquistaram juntos em trabalho duro e tribulações de nossa existência atual.

Portanto, enquanto a alma é a encarnação mais elevada e espiritual do “ser”, ao corpo devem ser também concedidos o respeito e a santidade finais, adequados para o recipiente da alma.

Esta compreensão da morte fundamenta a visão judaica da morte e do luto. Todas as leis, costumes, crenças e idéias místicas relacionadas à morte – sua causa e consequência, o tratamento do falecido, o luto e as formas nas quais o falecido é homenageado – são induzidos por uma série de dicotomias. A saber:

- Nós fazemos tudo ao nosso alcance para dar suporte à vida e evitar a morte; pois, cada e todo momento de vida é sagrado, já que ela hospeda a presença da alma no mundo e se constitui numa parte integral de sua missão determinada de forma divina na vida. Por outro lado, o momento da morte é aceito como a vontade do Verdadeiro Juiz que, sozinho, sabe quando a missão da alma no mundo físico foi cumprida.

¹ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282496/jewish/Introduction.htm.

- Nós ficamos de luto pelo trágico eclipse do falecido do mundo de nossas vidas – enquanto continuamos a afirmar a trajetória contínua de sua própria vida.
- Nós mostramos profundo respeito pelo corpo, o necessário e indispensável veículo que possibilita todas as realizações da alma durante a vida – ao mesmo tempo nunca permitindo a nós mesmos imaginar que o corpo que carregamos seja, na verdade, a pessoa por quem estamos de luto.
- Nós tentamos criar homenagens duradouras pelo falecido – engajando-nos em práticas que expressam a crença de que o falecido está verdadeiramente entre nós.

Destas dicotomias, derivam os fundamentos da visão judaica da morte e do luto:

1. **Determinando a ocorrência da morte.** Morte é quando a alma não mais anima o corpo e não quando o corpo não pode expressar a alma.
2. **O que é feito – e o que não é feito – com o corpo.** O corpo deve ser tratado como um objeto sagrado – de uma forma que demonstre sua parceria com os esforços eternos da alma. Ao mesmo tempo, ele não pode ser tratado como se fosse a totalidade ou mesmo o aspecto primário da pessoa.
3. **A profundidade – e os limites – do luto.** Deve-se ficar de luto, mas não se desesperar pela perda deste indivíduo de nossas vidas.
4. **Memória e conexão.** Nós nos engajamos em atividades espirituais que afirmem nosso contínuo relacionamento com o falecido e com o seu caminho de vida que continua.
5. **Não é o fim.** Nós acreditamos que a morte é um estágio temporário e reversível; um estágio da vida, não o seu destino.

O FIM DA VIDA ²

Questões e Dilemas Sobre o Fim da Vida

Valores positivos às vezes conflitam entre si, o que produz algumas decisões difíceis. Em nenhuma outra situação isto é mais verdadeiro do que lidar com as questões que surgem ao final da vida de uma pessoa.

O processo de dissolução da ligação entre corpo e alma não é sempre repentino. Assim como a alma entra no corpo em etapas (concepção, gravidez, nascimento, etc.), também, com frequência, ela o deixa em etapas. A pessoa pode enfraquecer progressivamente; faculdades como visão, audição, cognição ou mesmo consciência podem diminuir ou acabar completamente. Mas, enquanto houver qualquer sinal de vida no corpo, a alma ainda está presente dentro dele, mesmo que o corpo tenha perdido virtualmente toda a sua capacidade de expressá-la.

Assim, haverá momentos em que seremos chamados a decidir entre duas verdades urgentes. Por um lado, nosso sentimento de vida tal como as experiências que valorizamos como seres humanos. Por outro lado, uma questão mais abstrata, porém muito real: qual é o valor central, exposto à sua essência, de uma vida humana?

No primeiro caso, nós olhamos para uma pessoa deitada imóvel em um leito de hospital e nos perguntamos: com que propósito nós devemos prolongar sua vida, quando ele ou ela não pode mais sentir tudo o que gostava ou o que trazia algum brilho aos seus olhos? Sem alegria ou prazer, sem o estímulo da sociedade ou família e amigos, que valor sua vida tem? Esta questão se prolongaria durante todo o dia se nós fossemos, de fato, somente seres compostos por nossas experiências, seres que começam com o nascimento e terminam com a morte. Entretanto, como exploramos em nossa "Introdução", há muito mais para um ser humano do que isto.

Nós temos um corpo que funciona do nascimento até a morte e uma alma que estava lá antes e continua depois. Nós existimos como seres humanos porque D'us fundiu corpo e alma. Nós vivemos enquanto D'us mantém juntas estas duas entidades. O fato de uma pessoa estar viva significa que D'us deseja esta presença em nosso mundo. Se nós perguntarmos "com que objetivo?", responderemos que o sentimento de propósito de D'us é muito mais profundo do que o nosso e, se nós não podemos ver o valor crucial da pessoa inconsciente ou sem cognição, D'us pode e faz. Afinal de contas, várias sociedades antigas acreditavam que o cérebro não tinha nenhuma função importante e questionavam porque ele havia sido criado.

² Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/287016/jewish/Soul-Talk.htm e http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282499/jewish/The-Basics.htm.

Existem sérios perigos na nossa determinação de valor da vida baseado em sua funcionalidade. Devemos liquidar aqueles com baixo QI ou com doenças degenerativas incuráveis do Sistema Nervoso e assim por diante?

Padrões absolutos de respeito à vida tais como definidos na Torá nos salvam de traçar linhas na areia que podem estar, afinal de contas, no lugar errado.

Por outro lado, a Torá determina que olhemos também para as seguintes considerações:

- Se o indivíduo estiver sofrendo com dor, isto também é espiritualmente e moralmente importante e nós temos a obrigação de aliviar a dor mesmo que isto contradiga conseguirmos o máximo de duração de vida para esta pessoa. Assim, as leis da Torá permitem que evitemos procedimentos invasivos que não ofereçam esperança de uma cura ou que se dêem doses altas, mas não letais de analgésicos.
- A morte é um processo de separação do corpo e alma. Às vezes, este divórcio é súbito; às vezes, é prolongado. Devemos ser cuidadosos para não suspender ou interromper desnecessariamente este processo. Onde reside a linha clara entre precipitar a morte e permitir que ela siga seu curso?

Por causa de tudo o que foi dito acima é que temos uma fonte independente de autoridade. A *Halachá* é a "forma" e o "caminho" da Torá que nos guia até mesmo nestas tempestuosas águas da vida.

= = =

Há algumas escolhas difíceis a serem feitas à medida que o fim da vida parece se aproximar e, freqüentemente, nós temos a responsabilidade da escolha em nome de nossos amados, já que eles não mais são capazes de fazê-lo.

Essencialmente, os fundamentos da tradição judaica são:

1. Nossa vida pertence a D'us, que a confiou a nós para que cuidássemos e a preservássemos.
2. Portanto, a eutanásia, em todas as suas formas, é rejeitada pela lei judaica. Vida é a escolha de D'us em nós. Enquanto a pessoa respira e a alma estiver no corpo, a vida tem um valor absoluto e irrevogável.
3. Ao mesmo tempo, nós aceitamos que a vida física é finita. Assim, nós não somos obrigados a interferir de forma ativa no processo de morte. Decisões médicas que prolonguem a vida, mas que também prolonguem o sofrimento, não precisam ser tomadas.

4. De uma forma geral, a respiração e o batimento cardíaco autônomos precisam cessar antes que possamos retirar os órgãos do falecido para transplante. Toda vida tem o mesmo valor – nós não podemos sacrificar uma vida em benefício de outra.
5. Existe uma profunda diferença entre intervenção e não-intervenção. Se uma intervenção médica em particular somente prolonga o processo de morte e o sofrimento, não há a obrigação de executá-la. Mas, se a intervenção é usada para apressar a morte – tal como remover um respirador ou um tubo de alimentação – as questões são muito mais problemáticas e precisam de uma opinião rabínica especializada. Isto porque nós não podemos apressar a morte de maneira nenhuma. Além disso, intervenção para prover nutrição é obrigatória e não é considerada uma intervenção “médica”.

Estas são as regras gerais que governam as questões relacionadas ao fim da vida na Lei Judaica. Os detalhes e as aplicações em situações específicas são geralmente complexos e difíceis e uma autoridade rabínica local e competente deve ser consultada.

MOMENTOS FINAIS ³

Transição: Os Momentos Finais da Vida Física

“Maior é o dia da morte que o dia do nascimento!”, declara o Rei Salomão no livro de Eclesiastes. À primeira vista, esta parece ser uma declaração curiosa, especialmente para uma filosofia que celebra a vida em uma religião como o Judaísmo. Mas, os mestres chassídicos insistem que isto não é uma contradição. O momento do falecimento de uma pessoa, explicam eles, é o momento culminante de sua missão de vida. Este é o momento no qual a totalidade de suas aquisições neste mundo frutificará. Fisicamente, pode-se estar em uma situação inferior, mas, espiritualmente, este é nosso momento de mais elevado potencial.

O momento de *yetziat neshamah* (“partida da alma”) é um momento muito elevado e deve ser utilizado pela pessoa que está morrendo (ou, quando isto não for possível, por aqueles juntos a ele ou ela) para duas ações fundamentais: (1) Afirmação da unicidade de D’us com a recitação do *Shemá*; e (2) *Teshuvá*, arrependimento e “retorno”.

O Shemá

Se existe uma única sentença que expressa a fé e a missão de vida de um judeu, são as palavras do *Shemá*. *Shemá Yisrael, A-do-nai E-lo-hei-nu, A-do-nai Echad* – “Ouve Israel, o Senhor é nosso D’us, o Senhor é Um”. Nós dizemos estas palavras a cada manhã e noite de nossas vidas e elas expressam o objetivo final de todas as nossas ações e atividades: tornar real a verdade de que D’us é um. De que D’us e a existência criada, D’us e nossas vidas, não são duas entidades separadas, mas uma unidade, pois tudo é uma emanção e expressão da unicidade Divina.

E estas são as palavras que o judeu proclama na culminação da vida. Nós as proclamamos encarando as espadas dos cruzados ou os fornos de Auschwitz; nós gritamos estas palavras quando a morte veio subitamente e violentamente, ou serenamente no leito. Ao longo dos tempos, os judeus se esforçaram para se despedirem da vida como as viveram – com as palavras do *Shemá* em seus lábios.

Teshuvá

De acordo com a tradição judaica, nós podemos consertar, elevar ou colocar em ordem qualquer aspecto de nossas vidas – enquanto ainda vivemos.

Através de profundo arrependimento e firme resolução, nós temos o poder de literalmente “voltar” no tempo para as iniquidades e falhas passadas. Em um momento único e arrebatador para a alma, nós podemos reparar o dano e corrigir as faltas.

³ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/289472/jewish/Soul-Talk.htm e http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/290798/jewish/The-Basics.htm.

Um importante componente do processo de *Teshuvá* é o *Viduy* – confissão dos pecados – que admite a D’us nossas falhas e procura que D’us as cure e às suas conseqüências e nos faça inteiros.

A *Teshuvá* pode ser alcançada em qualquer momento da vida, mas nenhum outro momento é mais oportuno e necessário do que os instantes finais da vida. Nas palavras dos Sábios, “Se não agora, então quando?”

= = =

Momentos finais da vida – algumas práticas e costumes:

- À medida que morte se aproxima, deve-se recitar o *Shemá* e outros versículos que afirmam nossa crença e fé em D’us e na unicidade de D’us. Todos os presentes neste momento devem recitar o *Shemá* junto com a pessoa que está falecendo. Se esta estiver inconsciente, os presentes devem recitar aqueles versículos por ele ou ela.
- Nos momentos finais da vida, a pessoa deve se arrepender, com todo seu coração, por todos os pecados que ele ou ela possa ter cometido ao longo de sua vida. Se houver alguém que a pessoa pense ter prejudicado, ele ou ela deve buscar seu perdão; o Talmud nos diz que D’us pode nos perdoar por nossas transgressões contra os outros somente depois deles nos terem perdoado.
- O *Viduy* – a confissão verbal dos próprios pecados – deve ser recitado. Existem vários textos para esta confissão verbal. A pessoa pode também recitar uma confissão verbal em seu próprio idioma.
- Deve-se recitar o *Shemá* e o *Viduy* mesmo que não se tenha certeza da iminência da morte, para que ele ou ela não perca a consciência ou seja, de alguma outra forma, impedido(a) de assim fazê-lo mais próximo do momento da morte. Nas palavras dos Sábios, “Muitos recitam *Viduy* e vivem, enquanto muitos não o recitam e perdem a oportunidade de fazê-lo”.
- Nestes dias atuais de um processo extenso e franco de morte, onde os pacientes estão geralmente inconscientes e profundamente medicados por ocasião de sua morte, as oportunidades de recitar o *Shemá* e o *Viduy* neste momento nem sempre se apresentam. Em tais casos, os presentes devem fazê-lo e dar voz à alma que parte.
- É uma questão de grande respeito guardar a pessoa em sua passagem deste mundo para o próximo. Ninguém deve ser deixado sozinho no momento da morte; em vez disso, todos os esforços devem ser feitos para que estejam presentes pessoas próximas ou até mesmo um estranho que se importe com o fato. Durante seus últimos minutos de vida, ninguém deve sair da presença do moribundo, exceto os doentes ou aqueles cujo estado emocional torne sua presença impossível.

REZAS PARA OS MOMENTOS FINAIS ⁴

Por Rabino Zalman Goldstein

O momento entre a vida e a morte é considerado extremamente sagrado na tradição judaica. Por um lado, a passagem marca a conclusão da jornada da alma na terra. Por outro lado, a morte anuncia o início da vida eterna da alma no Paraíso.

A Kabbalah ensina que, no momento da passagem, todo pensamento, palavra ou ação positiva que tenha ocorrido durante a vida da pessoa está concentrado em uma luz espiritual imaculada. Esta luz é revelada ao mundo e nas esferas celestiais onde ela continua a brilhar e a ter efeito naqueles que estão em cima e em baixo.

1) Salmo 121

Um Cântico de Ascensão. Eu ergo meus olhos às montanhas – de onde virá minha ajuda? Minha ajuda virá de A-do-nai, Criador do céu e da terra. Ele não permitirá que teu pé tropece; teu Guardião não cochilará. O Guardião de Israel não cochila nem dorme. A-do-nai é teu Guardião; A-do-nai é tua Sombra protetora à tua mão direita. O sol não te molestará de dia, nem a luz à noite. A-do-nai te guardará de todo o mal; Ele guardará tua alma. A-do-nai guardará tua saída e tua chegada, de agora e para sempre.

Shir la-ma-alos, esö aynai el	שִׁיר לַמַּעְלוֹת, אֲשָׁא עֵינַי אֶל
he-hörim, may-ayin yövo ez-ri.	הַהָרִים, מֵאֵין יְבֵא עֲזָרִי:
Ez-ri may-im adonöy, osay	עֲזָרִי מֵעַם יְיָ, עֲשֵׂה
shöma-yim vö-öretz. Al yi-tayn	שָׁמַיִם וָאָרֶץ: אֵל יִתֵּן
la-mot rag-lechö, al yönum	לְמוֹט רַגְלֶךָ, אֵל יְנוּם
shom'rechö. Hinay lo yönum v'lo	שִׁמְרֶךָ: הַנֶּה לֹא יְנוּם וְלֹא
yishön shomayr yisrö-ayl.	יִשָּׁן שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל:
Adonöy shom-rechö, adonöy	יְיָ שִׁמְרֶךָ, יְיָ
tzil'chö al yad y'minechö.	צִלֶּךָ עַל יַד יְמִינֶךָ:
Yomöm ha-shemesh lo ya-keköh,	יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכָּפֵה,
v'yöray-ach ba-löylöh. Adonöy	וַיִּרְחַב בְּלִילָהּ: יְיָ
yish-mör'chö mi-köl rö, yishmor es	יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע, יִשְׁמֹר אֶת
naf-shechö. Adonöy yish-mör	נַפְשֶׁךָ: יְיָ יִשְׁמֹר
tzays'chö uvo-echö may-atöh	צֵאתְךָ וּבֹאֶךָ, מֵעַתָּה
v'ad olöm	וְעַד עוֹלָם:

⁴ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/389330/jewish/Prayers-for-the-Final-Moments.htm.

2) Salmo 130

Um Cântico de Ascensão. Das profundezas, eu chamo por Ti, ó A-do-nai. A-do-nai, ouve minha voz; que Teus ouvidos estejam atentos ao som das minhas súplicas. Se Tu, ó D'us, preservasses as iniquidades, A-do-nai, quem poderia sobreviver? Mas o perdão está Contigo para que Tu possas ser temido. Eu tenho esperança em A-do-nai; minha alma tem esperança e eu aspiro por Sua palavra. Minha alma anseia por A-do-nai mais do que os vigias [noturnos] esperando pela manhã esperam pelo alvorecer. Israel, coloca a tua esperança em A-do-nai, pois com A-do-nai há benevolência; com Ele há redenção abundante. E Ele redimirá Israel de todas as suas iniquidades.

Shir hama-alos, mima-ama-kim	שִׁיר הַמַּעֲלוֹת, מִמַּעַמְקִים
k'rösichö adonöy. Adonöy	קָרָאתִיךָ יְיָ: אֲדֹנָי
shim-öh v'koli, tih-yenöh	שִׁמְעָה בְּקוֹלִי, תִּהְיֶינָה
öz-nechöh ka-shuvos l'kol	אָזְנֶיךָ קְשׁוּבוֹת לְקוֹל
tacha-nunöy. Im avonos tish-mör	תַּחֲנוּנָי: אִם עֲוֹנוֹת תִּשְׁמַר
yöh, adonöy mi ya-amod. Ki imchö	יְהִי, אֲדֹנָי מִי יַעֲמֹד: כִּי עֲמָךְ
ha-s'lichöh, l'ma-an tivöray. Kivisi	הַסְּלִיחָה, לְמַעַן תִּנְרָא: קְוִיתִי
adonöy kiv-söh naf-shi, v'lidvöro	יְיָ קִוְיָתָה נַפְשִׁי, וְלִדְבָרוֹ
ho-chöl-ti. Naf-shi la-donöy,	הוֹחֲלֵתִי: נַפְשִׁי לְאֲדֹנָי,
mi-shom'rim la-boker, shom'rim	מִשְׁמָרִים לְבֹקֵר, שְׁמָרִים
la-boker. Ya-chayl yis-rö-ayl el	לְבֹקֵר: יַחַל יִשְׂרָאֵל אֶל
adonöy, ki im adonöy ha-chesed	יְיָ, כִּי עִם יְיָ הַחֶסֶד
v'har-bay imo f'dus. V'hu yif-deh	וְהִרְבָּה עִמּוֹ פְדוּת: וְהוּא יִפְדֶּה
es yis-röayl mi-kol avonosöv.	אֶת יִשְׂרָאֵל מִכָּל עֲוֹנוֹתָיו:

3) Salmo 91

Tu que sentas ao abrigo do Altíssimo, que moras na sombra do Todo-Poderoso, eu digo [a ti] de A-do-nai, Que é meu refúgio e minha fortaleza, meu D'us em quem eu confio, que Ele te livrará do laço da armadilha, da peste devastadora. Ele te cobrirá com suas penas e, sob Suas asas, tu estarás protegido; Sua verdade é um escudo e uma armadura. [Portanto,] tu não temerás o terror da noite, nem a flecha que voa de dia, nem a peste que ronda na escuridão, nem a destruição que devasta ao meio-dia. [Embora] mil possam cair ao teu lado [esquerdo] e dezenas de milhares à tua direita, [mas estas pragas] não te alcançarão. Tu somente olharás com teus olhos e verás a retribuição dos perversos. Quando tu disseres "A-do-nai é meu refúgio" e tu tiveres feito do Altíssimo o teu refúgio, nenhum mal cairá sobre ti, nenhuma praga chegará perto da tua tenda. Pois Ele instruirá Seus anjos para ti para te guardarem em todos os teus caminhos. Eles te carregarão em suas mãos, para que não firas teu pé em uma pedra. Tu pisarás sobre o leão e a víbora; tu pisotearás sobre o jovem leão e a serpente. Porque ele Me deseja, Eu

responderei a ele; Eu estou com ele na angústia, Eu o livrarei e o honrarei.
Eu o satisfarei com vida longa e mostrarei a ele Minha salvação.

Yo-shayv b'sayser el-yon,	ישב בסתר עליון,
b'tzayl sha-dai yis-lonön. Omar	בצל שדי יתלונן : אמר
la-donöy mach-si um'tzudösi, elohai	ליי מחסי ומצודתי, אלהי
ev-tach bo. Ki hu ya-tzil'chö mi-pach	אבטח בו : כי הוא יצילי מפח
yökush, mi-dever havos. B'ev-röso	יקוש, מדבר הוות : באבדתו
yösech löch v'sachas k'nöföv tech-seh,	יסך לך ותחת כנפיו
tzinöh v'sochayröh amito. Lo sirö	תחסה, צנה וסחרה אמתו : לא תירא
mi-pachad löy-löh, may-chaytz yö-uf	מפחד לילה, מחץ יעוף
yo-möm. Midever bö-ofel ya-haloch,	יומם : מדבר באפל יהלה,
mi-ketev yöshud tzö-höröy-im. Yipol	מקטב ישוד צהרים : יפל
mi-tzid'chö elef ur'vövö mimi-nechö,	מצדף אלה ורכבה מימינה,
aylechö lo yigösh. Rak b'ay-nechö	אליף לא יגש : רק בעיניך
sabit, v'shilumas r'shö-im tir-eh. Ki	תביט, ושלמת רשעים תראה : כי
atöh adonöy mach-si, el-yon sam-tö	אתה יי מחסי, עליון שמת
m'o-nechö. Lo s'uneh ay-lechö rö-öh,	מעונך : לא תאנה אליך רעה,
v'negah lo yik-rav b'ö-hö-lechö. Ki	ונגע לא יקרב באהלה : כי
mal-öchöv y'tzaveh löch, lish-mör'chö	מלאכיו יצוה לך, לשמרך
b'chöl d'rö-chechö. Al kapa-yim	בכל דרכיך : על כפים
yisö-un'chö, pen ti-gof bö-even	ישאונך, פן תגוף באבן
rag-lechö. Al sha-chal vö-fesen	רגלך : על שחל ופתן
tid-roch, tir-mos k'fir v'sanin. Ki vi	תדרה, תרמס כפיר ותנין : כי כי
chöshak va-afaltay-hu, asag-vayhu ki	חשק באפלטוהו, אשגבהו כי
yöda sh'mi. Yikrö-ayni v'e-enayhu,	ידע שמי : יקראני ואענהו,
imo ö-nochi v'tzörö, achal'tzayhu	עמו אנכי בצרה, אחלצהו
va-achab'dayhu. Orech yömim	ואכבדהו : אך ימים
asbi-ayhu, v'ar-ayhu bi-shu-ösi.	אשביעהו, ואראהו בישועתי :

4) Adon Olam

Senhor do Universo, Que reinou antes que qualquer coisa fosse criada – na época quando, por Sua vontade, todas as coisas foram criadas, então seu Nome foi proclamado Rei. E, depois que todas as coisas cessarem de existir, o Reverenciado reinará sozinho. Ele foi, Ele é, e Ele será em glória. Ele é único, e não há outro que a Ele seja comparado, que se associe a Ele. Sem começo e sem fim, poder e domínio pertencem a Ele. Ele é meu D'us e meu sempre vivo Redentor, a força do meu quinhão em momentos de aflição. Ele é meu estandarte e meu refúgio, minha porção no dia que eu chamo. Em Sua mão eu confio meu espírito, quando eu durmo e quando eu acordo. E, com minha alma, e também meu corpo, A-do-nai está comigo, eu não temerei.

Adon olöm asher mö-lach,	אָדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מֶלֶךְ,
b'terem köl y'tzur niv-rö.	בְּטֶרֶם כֹּל יִצְוֹר נִבְרָא :
L'ays na-aso v'chef-tzo kol,	לַעֲשֵׂת נַעֲשֶׂה בְּחֻפְצוֹ כֹּל,
azai melech sh'mo nikrö.	אֵיזִי מֶלֶךְ שְׁמוֹ נִקְרָא :
V'acharei kich-los ha-kol, l'vado	וְאַחֲרַי בְּכָלוֹת הַכֹּל, לְבַדּוֹ
yim-loch norö. V'hu hö-yöh v'hu	יְמַלְךְ נֹרָא : וְהוּא הָיָה וְהוּא
ho-veh, v'hu yih-yeh b'sif-öröh.	הָיָה, וְהוּא יְהִיָּה בְּתַפְאָרָה :
V'hu echöd v'ayn shay-ni,	וְהוּא אֶחָד וְאֵין שְׁנַי,
l'ham-shil lo l'hach-biröh.	לְהַמְשִׁיל לוֹ לְהַחְבִּירָה :
B'li ray-shis b'li sach-lis,	בְּלִי רֵאשִׁית בְּלִי תְּכָלִית,
v'lo hö-oz v'hamis-röh. V'hu	וְלוֹ הָעוֹ וְהַמְשָׁרָה : וְהוּא
ayli v'chai go-ali, v'tzur chevli	אֵלַי וְחַי גּוֹאֲלִי, וְצוֹר חֻבְלִי
b'ays tzöröh. V'hu nisi	בְּעַת צָרָה : וְהוּא נָסִי
umö-nos li, m'nös kosi b'yom	וּמְנוּס לִי, מְנַת כּוֹסֵי בְּיוֹם
ekrö. B'yödo af-kid ruchi,	אֶקְרָא : בְּיָדוֹ אֶפְקִיד רוּחִי,
b'ays ishan v'ö-iröh. V'im ruchi	בְּעַת אִישָׁן וְאֶעִירָה : וְעַם רוּחִי
g'vi-yösi, adonöy li v'lo irö.	גּוֹיְחִי, יְיָ לִי וְלֹא אֵירָא :

5) Ana B'koach

Nós imploramos a Ti, pelo grande poder de Tua destra, liberte o cativo. Aceite as preces de Teu povo; fortalece-nos, purifique-nos, ó Reverenciado. Poderoso, Te suplicamos, guarda como a menina dos olhos aqueles que buscam a Tua Unicidade. Abençoa-os, purifica-os; concede-lhes sempre Tua misericordiosa retidão. Poderoso, Santo, em Tua abundante bondade, guia Tua congregação. Aceita nossa súplica e escuta nosso clamor, Tu Que conheces os pensamentos secretos. Abençoado seja o nome da glória de Seu reinado por toda a eternidade.

Önö b'cho-ach g'dulas y'min'chö,	אָנָּא בְּכַח גְּדֻלַּת יְמִינְךָ,
tatir tz'zuröh. Ka-bayl ri-nas am'chö,	תַּתִּיר צְרוּרָה : קַבֵּל רִנַּת עַמְךָ,
sag'vaynu taha-raynu, noröh.	שִׁגְבְּנוּ טְהַרְנוּ, נֹרָא :
Nö gibor, dor'shay yichud'chö,	נָא גִבּוֹר, דּוֹרְשֵׁי יְחִוּדְךָ,
k'vövas shöm'raym. Bör'chaym	כְּבֻבָּת שְׁמַרְם : בְּרַכְם
taha-raym, racha-may tzid'kös'chö	טְהַרְם, רַחֲמֵי צְדֻקָתְךָ
tömid göm'laym. Chasin ködosh,	תְּמִיד גְּמִלְם : חַסִּין קְדוֹשׁ,
b'rov tuv'chö na-hayl adö-sechö.	בְּרוּב טוּבְךָ נְהַל עֲדָתְךָ :
Yöchid, gay-eh, l'am'chö p'nay,	יְחִיד, גַּאֲה, לְעַמְךָ פְּנֵה,
zoch'ray k'dushö-sechö. Shav-ösaynu	זוֹכְרֵי קְדוּשָׁתְךָ : שׁוּעַתְנוּ
kabayl, ush'ma tza-akö-saynu,	קַבֵּל, וּשְׁמַע צַעֲקוֹתְנוּ,
yoday-a ta-alumos. Böruch shaym	יִדְעַתְעֲלָמוֹת : בְּרוּךְ שֵׁם
k'vod mal'chuso l'olöm vö-ed.	כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד :

6) V'al Ken Ne'kaveh

E, portanto, nós esperamos por Ti, A-do-nai nosso D'us, para vermos em breve o esplendor de Teu poder, para banir a idolatria da terra e os falsos deuses serão totalmente destruídos; para aperfeiçoar o mundo sob a soberania do Todo-Poderoso. Toda a humanidade invocará o Teu nome, dirigindo a Ti todos os perversos da terra. Então, todos os habitantes do mundo reconhecerão e saberão que cada joelho deverá se dobrar para Ti, toda língua deverá jurar [por Teu nome]. Perante Ti, A-do-nai nosso D'us, eles se curvarão e se prostrarão, e darão honra à glória de Teu Nome; e todos eles assumirão sobre si o jugo de Teu reinado. Que em breve Tu reines sobre eles para todo o sempre, pois a realeza é Tua, e por toda a eternidade Tu reinarás em glória, como está escrito em tua Torá: "A-do-nai reinará para sempre". E está dito: "A-do-nai será Rei sobre toda a terra; naquele dia, A-do-nai será Um e Seu Nome, Um".

V'al kayn n'ka-veh l'chō	וְעַל כֵּן נִקְוָה לְךָ
adonōy elo-haynu, lir-os	יְיָ אֱלֹהֵינוּ, לְרֵאוֹת
m'hayrōh b'sif-eres uzechō, l'ha-avir	מִהֲרָה בְּתַפְאֶרֶת עֲזָךָ, לְהַעֲבִיר
gilu-lim min hō-ōretz v'hō-elilim	גְּלוּלִים מִן הָאָרֶץ וְהָאֱלִילִים
kōros yikōray-sun, l'sakayn olōm	כְּרוֹת יִכְרְתוּן, לְתַקֵּן עוֹלָם
b'mal'chus shadai, v'chōl b'nay vōsōr	בְּמַלְכוּת שַׁדַּי, וְכֹל בְּנֵי בְשָׂר
yik-r'u vish'mechō, l'hafnos ay-lechō	יִקְרְאוּ בְשִׁמְךָ, לְהַפְנוֹת אֵלֶיךָ
kōl rish'ay ōretz. Ya-kiru v'yay-d'u kōl	כָּל רִשְׁעֵי אָרֶץ. יִכְרְוּ וַיַּדְעוּ כָּל
yosh'vay say-vayl, ki l'chō tichra kōl	יוֹשְׁבֵי תְּבֵל, כִּי לְךָ תִּכְרַע כָּל
berech, tishōva kōl lōshon. L'fōnechō	בְּרַךְ, תִּשָּׁבַע כָּל לְשׁוֹן. לְפָנֶיךָ
adonōy elo-haynu yich-r'u v'yipolu,	יְיָ אֱלֹהֵינוּ יִכְרְעוּ וַיִּפְּלוּ,
v'lich'vod shim'chō y'kōr yi-taynu.	וְלִכְבוֹד שִׁמְךָ יִקְרְאוּ יְהִנּוּ,
vi-kab'lu chulōm alay-hem es ol	וַיִּקְבְּלוּ כָּלֵם עֲלֵיהֶם אֶת עוֹל
mal'chusechō, v'simloch alay-hem	מַלְכוּתְךָ, וְתִמְלוּךְ עֲלֵיהֶם
m'hayrōh l'olōm vō-ed, ki	מִהֲרָה לְעוֹלָם וָעֶד, כִּי
ha-mal'chus shel'chō hi, ul'ol'may ad	הַמַּלְכוּת שֶׁלְּךָ הִיא, וְלְעוֹלָמֵי עֶד
tim-loch b'chōvod, ka-kōsuv	תִּמְלוּךְ בְּכָבוֹד, כַּכֹּסֵוֵב
b'sorōsechō, adonōy yim-loch l'olōm	בְּתוֹרַתְךָ: יְיָ יִמְלֹךְ לְעֹלָם
vō-ed. V'ne-emar, v'hō-yōh adonōy	וָעֶד. וְנֹאמַר: וְהָיָה יְיָ
l'melech al kōl hō-ōretz, ba-yom	לְמֹלֶךְ עַל כָּל הָאָרֶץ, בַּיּוֹם
ha-hu yih-yeh adonōy echōd	הַהוּא יִהְיֶה יְיָ אֶחָד
ush'mo echōd.	וְשֵׁמוֹ אֶחָד:

7) O *Shemá* e versículos de unidade – no momento final, todos os presentes, incluindo (se possível) o próprio moribundo, recitam as seguintes passagens em voz alta e com intensa concentração:

Ouve Israel, A-do-nai é nosso D'us, A-do-nai é Um.

Sh'ma yisrö-ayl, adonöy שְׁמַע יִשְׂרָאֵל, יי
elo-haynu, adonöy echöd. : אֱלֹהֵינוּ, יי אֶחָד

Recitam três vezes o trecho seguinte em voz baixa:

Abençoado seja o nome da glória de Seu reinado por todo o sempre.

Böruch shaym k'vod mal'chuso בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ
l'olöm vö-ed. (Say three times.) לעולם ועד: (ג"פ)

Recitam sete vezes o trecho seguinte em voz alta:

A-do-nai é o Senhor

Adonöy hu hö-elohim. (Say seven times.) יי הוא הָאֱלֹהִים: (ז"פ)

Recitam uma vez o trecho seguinte em voz alta:

A-do-nai é Rei, A-do-nai foi Rei, A-do-nai será Rei para sempre.

Adonöy melech, adonöy mölöch, יי מֶלֶךְ, יי מֶלֶךְ,
adonöy yim-loch l'olöm vö-ed. יי יְמִלֹךְ לְעוֹלָם וָעֶד:

VIDUY – AS PRECES DE CONFISSÃO ⁵

Por Rabino Zalman Goldstein

O retorno a D'us da alma de uma pessoa ao final de sua jornada neste mundo é provavelmente o momento mais profundo de sua vida. É para este propósito que nossos Sábios prepararam um conjunto especial de rezas chamado *Viduy*, "Confissão", para ser recitado antes de sua partida deste mundo. Estas orações evocam a misericórdia Divina e trazem grande expiação sobre a pessoa.

O *Viduy* nos lembra que o que realmente importa é nosso relacionamento com D'us e com os outros seres humanos, e não as riquezas ou as realizações materiais. É uma mensagem verdadeiramente poderosa para todos.

Preparando-se para o *Viduy*

Não se deve adiar a recitação do *Viduy* por medo que isto possa ser de mau agouro. Muitas pessoas já recitaram o *Viduy* e seguiram vivendo vários longos anos. De fato, a recitação do *Viduy* é útil para a própria recuperação da pessoa, já que um arrependimento sincero traz mérito à pessoa e pode anular um decreto severo dos Céus.

É preferível que o *Viduy* seja recitado com a mente clara. Portanto, ele deve ser recitado antes que a pessoa fique muito fraca. Se ela não puder falar, ela pode recitar o *Viduy* mentalmente.

Abaixo seguem algumas leis relativas à recitação do *Viduy*. Entretanto, deve-se procurar a orientação de um rabino competente nestes momentos finais.

- O *Viduy* é recitado tanto por homens quanto por mulheres de qualquer idade.
- Ele é recitado em qualquer dia, mesmo no Shabat, nos feriados judaicos e nos dias em que *Tachanun* (súplicas por perdão) não são recitadas.
- Antes da recitação do *Viduy*, a pessoa deve se esforçar em pedir perdão para aqueles a quem ela possa ter causado dor ou sofrimento.
- É aconselhável afastar parentes que estejam chorando para que a pessoa possa se concentrar totalmente em suas orações.

⁵ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/389329/jewish/The-Viduy-Confession-Prayers.htm.

- Costuma-se lavar as mãos da forma ritual antes da recitação do *Viduy*. Pegue uma caneca com água na mão esquerda, derrame a água sobre toda a mão direita, incluindo o punho. Pegue a caneca em sua mão direita e derrame a água sobre toda a mão esquerda, incluindo o punho. Repita todo o processo mais duas vezes.
- Os homens devem usar uma *kippah* ou *yarmulka* e *tzitzit* (uma vestimenta com quatro cantos contendo franjas rituais). Alguns também vestem um *gartel* (um cinturão especial para rezas).
- Se os filhos estiverem presentes, a pessoa deve encorajá-los a seguir os caminhos da Torá.
- Uma vez que o *Viduy* tenha sido recitado e a morte pareça iminente, não se deve deixar a pessoa sozinha. Aqueles que permanecem com a pessoa devem recitar Salmos por sua recuperação.

As Rezas do *Viduy*

Apesar de existirem vários costumes relacionados às rezas do *Viduy*, ou diversos acréscimos, o tema básico permanece o mesmo. Abaixo, é apresentado um formato comum. Podem-se também acrescentar as orações ou os Salmos que desejar.

Tente recitar o *Viduy* inteiro. Se não for possível, recite pelo menos desde *Adon Olam* em diante. Se a pessoa estiver ainda mais apressada, deve recitar os versículos do *Shemá Yisrael* em diante. O mínimo que se deve dizer é “*Seja minha morte uma expiação para os meus pecados*” e recitar o versículo do *Shemá* (estas orações podem ser encontradas no capítulo anterior, “*Rezas Para Os Momentos Finais*”).

Eu reconheço perante Ti, A-do-nai, meu D'us e D'us de meus pais, que minha recuperação e minha morte estão em Tuas mãos. Que seja a Tua vontade curar-me totalmente, mas, se eu morrer, que minha morte seja uma expiação por todos os erros, iniquidades e pecados premeditados que eu tenha cometido, pecado e transgredido perante Ti, e que Tu concedas minha porção no Jardim do Éden, e conceda-me o mérito de habitar no Mundo Vindouro que é concedido aos justos.

Nosso D'us e D'us de nossos pais, que nossas preces cheguem diante de Ti e não sejam desatento de nossas súplicas, pois não somos tão atrevidos e obstinados para declarar perante Ti, A-do-nai, nosso D'us e D'us de nossos pais, que somos retos e não pecamos. Realmente, nós e nossos pais pecamos.

Transgredimos, agimos perfidamente, roubamos, difamamos. Agimos perversa e maldosamente, pecamos premeditadamente, cometemos violências, fizemos falsas acusações. Demos maus conselhos, mentimos, zombamos, nos rebelamos, provocamos, fomos desobedientes, cometemos iniquidade, transgredimos propositadamente, oprimimos, fomos obstinados. Nós cometemos o mal, agimos perniciosamente, agimos abominavelmente, nos perdemos e fizemos outros se perderem. Nós nos desviamos de Teus bons preceitos e ordens, e não nos

beneficiamos com isso. Realmente, Tu és justo em tudo o que veio sobre nós, pois Tu agiste em verdade, e somos nós que agimos perversamente.

Modeh ani l'fönechö,	מודה אני לפניך,
adonöy elohai, vay-lohay avosai,	יְיָ אֱלֹהֵי, וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי,
she-r'fu-ösi b'yödechö umisösi	שֶׁרְפוּאָתִי בְיַדְךָ וּמִיַּתְּתִי
b'yödechö. Y'hi rötzon mil'fönechö,	בְיַדְךָ: יְהִי רְצוֹן מִלְפָּנֶיךָ,
she-tirpö-ayni r'fu-öh sh'laymöh,	שֶׁתִּרְפְּאֵנִי רְפוּאָה שְׁלָמָה,
v'im ömus, t'hay misösi cha-pöröh al	וְאִם אָמַרְתָּ, תִּהְיֶה מִיַּתְּתִי כְפָרָה עַל
köl chatö-im va-avonos uf'shö-im	כָּל חַטָּאִים וְעֹוֹנוֹת וּפְשָׁעִים
she-chötösi v'she-övisi v'shepösha-ti	שֶׁחָטָאתִי וְשָׁעֵרְתִי וְשָׁפַשְׁעֵתִי
l'fönechö, v'sayn chelki b'gan	לְפָנֶיךָ, וְתַן חֶלְקִי בְּגֵן
ayden, v'zakayni lö-ölöm habö	עֵדֶן, וְזַכְּנִי לְעוֹלָם הַבָּא
ha-tzöfun la-tzadikim.	הַצָּפוֹן לְצַדִּיקִים:

Elo-haynu vay-lohay avosaynu,	אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ,
tövo l'fönechö t'filösaynu,	תְּבֹא לְפָנֶיךָ תְּפִלָּתֵנוּ,
v'al tis-alam mit'chinösaynu,	וְאַל תִּתְעַלֵּם מִתְחִנָּתֵנוּ,
she-ayn önu azay fönim uk'shay oref	שֶׁאֵין אָנוּ עֲזִי פָנִים וְקָשִׁי עַרְף
lomar l'fönechö adonöy el-ohaynu	לֹאמַר לְפָנֶיךָ יְיָ אֱלֹהֵינוּ
vay-lohay avosaynu, tza-dikim	וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, צַדִּיקִים
anachnu v'lo chö-tönu, avöl	אֲנַחְנוּ וְלֹא חָטָאנוּ, אֲבָל
anach-nu va-avosaynu chötönu.	אֲנַחְנוּ וְאֲבוֹתֵינוּ חָטָאנוּ:

Ösham-nu, bögadnu, gözalnu,	אֲשַׁמְנוּ, בְּגַדְנוּ, גִּזְלָנוּ,
dibarnu dofi. He-evinu, v'hirsha-nu,	דִּבַּרְנוּ דּוֹפִי: הִעָוִינוּ, וְהִרְשָׁעְנוּ,
zad-nu, chömas-nu, töfal'nu sheker.	זָדָנוּ, חֲמָסָנוּ, טִפְלָנוּ שֶׁקֶר:
Yö-atznu rö, kizavnu, latz-nu,	יַעֲצָנוּ רָע, כִּזְבָּנוּ, לָצָנוּ,
mörad-nu, ni-atznu, sörar-nu, övinu,	מִרְדָּנוּ, נֹאצָנוּ, סָרְרָנוּ, עֲוִינוּ,
pösha-nu, tzörarnu, ki-shinu oref.	פָּשָׁעְנוּ, צָרָרְנוּ, קִשִּׁינוּ עַרְף:
Rösha-nu, shichas-nu, tiavnu, tö-inu,	רָשָׁעְנוּ, שַׁחַתְנוּ, תִּעֲבָנוּ, תְּעִינוּ,
ti-tö-nu. Sarnu mimitz-vosechö	תִּעַתְעָנוּ: סָרְנוּ מִמִּצְוֹתֶיךָ
umi-mish-pötechö ha-tovim v'lo	וּמִמִּשְׁפָּטֶיךָ הַטּוֹבִים וְלֹא
shövöh lönu. V'atöh tzadik al köl	שָׁוְהָ לָנוּ: וְאַתָּה צַדִּיק עַל כָּל
habö ölaynu, ki emes ösiso,	הַבָּא עָלֵינוּ, כִּי אֱמֶת עֲשִׂיתָ,
va-anachnu hirshö-nu.	וְאֲנַחְנוּ הִרְשָׁעְנוּ:

Pode-se acrescentar a "Longa Confissão" encontrada no livro de rezas de *Yom Kippur*.

Seguindo-se à Confissão, recite o seguinte:

Mestre do Universo, seja a Tua vontade que minha morte seja em paz.

Ri-bono shel olöm,	רְבוֹנוֹ שֶׁל עוֹלָם,
y'hi rötzon mil'fönechö	יְהִי רְצוֹן מִלְפָּנֶיךָ
she-yih-yeh shöлом m'nuchösi.	שֶׁיְהִי־יֵה שְׁלוֹם מְנוּחָתִי:

Concentre-se fortemente em D'us e Sua Unicidade, e na Entrega da Torá no Monte Sinai.

PRIMEIRAS PROVIDÊNCIAS ⁶

Questões e Preocupações Depois da Morte

Quando a morte acontece, não só a família enlutada enfrenta um momento muito difícil, mas também o falecido. De acordo com as tradições espirituais do Judaísmo articuladas no Talmud e na Kabbalah, a alma não deixa completamente este mundo até depois do funeral. Assim, o período da morte até o enterro é muito desnorteante para a alma, pois ela se encontra em um estado vulnerável de transição, desconectada tanto do passado quanto do futuro. A presença de outras pessoas que, com seu respeito e orações, demonstram se importarem é bastante confortadora para a alma, já que as almas dos vivos provêm um quadro de referência para a alma do recém falecido.

Sem dúvida, o fato de que a tradição judaica considera a alma do falecido como consciente e como uma pessoa real é, ele próprio, um conforto e de muita ajuda neste momento muito difícil para aqueles que estão próximos a ele ou ela. Fazer coisas de uma forma confortável para o falecido é, portanto, reconfortante para aqueles que se importam com ele ou ela.

Este é também o momento quando várias decisões importantes deverão ser tomadas por um parente próximo em relação às providências para o funeral. Infelizmente, na maioria dos países, muitas das práticas mortuárias (tais como autópsias, embalsamamento, velório do corpo, cremação) violam as tradições judaicas de respeito pela dignidade do corpo. Idealmente, deve-se prevenir isto antecipadamente fazendo-se um "testamento" que trate também destes assuntos.

= = =

Imediatamente após o momento da morte, D'us nos livre, passa a ter efeito uma série de práticas e questões religiosas. Os princípios básicos de todas elas são: a) respeito pela dignidade e santidade do corpo, o recipiente da alma e da identidade do falecido; b) o rápido retorno do corpo para a terra com a qual ele foi formado; c) ajudar e fortalecer a alma na continuação de sua jornada espiritual.

Leis e Rituais:

- **A bênção do "Verdadeiro Juiz"**. Aqueles presentes no momento da morte recitam a bênção *Baruch Dayan Ha'emet* – "Abençoado seja o Verdadeiro Juiz". (A recitação completa desta bênção costuma ser feita na *kryah* – o "rasgamento das roupas" – durante o serviço do funeral).

⁶ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282500/jewish/Soul-Talk.htm e http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/288635/jewish/The-Basics.htm.

- **Cobrir o corpo.** Depois que a morte é definitivamente estabelecida, os olhos e a boca do falecido devem ser fechados e um lençol ou outra cobertura deve ser colocada sobre sua face. Existe um costume segundo o qual um filho ou um parente próximo faz isto – se ele ou ela puder lidar emocionalmente com isto.
- **Velas.** O corpo do falecido deve, então, ser colocado no chão, e velas devem ser acesas próximo à cabeça do falecido.

(Quando a morte ocorre em um hospital, a prática acima pode não ser possível; mas todos os outros costumes devem ser observados. O que não puder ser feito lá deverá ser feito depois na casa funerária).

- **Perdão.** Enquanto baixamos o corpo ao chão, devemos pedir perdão ao falecido.
- **Salmos.** Depois do acendimento das velas, Salmos devem recitados, incluindo o Salmo 23, o versículo 17 do Salmo 90, e o Salmo 91.
- **Providenciar a “Taharah” (lavagem ritual do corpo).** O Rabino da família e a casa funerária devem ser chamados neste momento – se isto já não tiver sido feito. A casa funerária deve ser informada da necessidade da “*taharah*”.
- **Dignidade do falecido.** O corpo humano é sagrado e sua integridade, privacidade e dignidade são diligentemente protegidas pela lei e tradição judaica. Além disso, depois que a pessoa tiver falecido, o corpo, que era o recipiente e veículo da alma, merece nossa reverência e respeito. Qualquer um na presença do falecido deve agir com o mesmo respeito e deferência em relação ao falecido que seria mostrado à pessoa quando em vida.
- **Cuidando do corpo.** Quando possível, deve sempre haver alguém com o corpo até o funeral. Isto é conhecido como *shemirah* (“guarda de honra”). Aqueles que oferecem esta honra ao falecido devem recitar orações ou Salmos durante seu “turno”, já que isto traz conforto à alma do falecido.
- **Nenhuma autópsia deve ser praticada** (exceto em circunstâncias especiais) **e o corpo não deve ser embalsamado, velado ou cremado.** Todas estas práticas são profanações grosseiras à santidade do corpo de acordo com a lei e a tradição judaica.
- **O enterro deve ocorrer o mais brevemente possível,** preferivelmente no mesmo dia do falecimento e só deve ser retardado por motivos realmente importantes, sancionados na lei da Torá.

FUNERAL E ENTERRO ⁷

Taharah, Funeral e Enterro

“Tu és pó e ao pó retornarás” foram as palavras de D’us para Adam, o primeiro ser humano (Bereshit 3:19). Nas palavras do Rei Salomão, “E o pó retorna à terra do jeito que era, e o espírito retorna a D’us, que o deu” (Eclesiastes 12:7). O próximo estágio na saga contínua de uma vida humana é o retorno do corpo à terra, a fonte de toda vida física, reunindo-se a ela, assim como a alma retorna à sua raiz Divina.

De fato, estes dois “retornos” estão ligados. A terra é a fonte da vida física porque a essência de D’us reside dentro dela de uma forma profundamente oculta, mas profundamente real. A decomposição natural do corpo dentro da terra permite o pronto retorno da alma para sua fonte.

Portanto, é da máxima importância que se preserve a **integridade do corpo** e que se permita que o **enterro ocorra o mais breve possível**. O estado intermediário é muito difícil para a alma, já que ela não possui um corpo com o qual se relacionar ao nosso mundo e nem está livre de suas tênues conexões com o nosso mundo para ver as coisas do ponto de vista puramente espiritual. O “retorno ao pó” do corpo é diretamente proporcional à capacidade da alma de retornar à Fonte Celestial na qual é originada.

O enterro na terra também integra o processo de *techiat ha-meitim*, a **ressurreição futura dos mortos**. Da mesma forma que o primeiro ser humano foi feito do pó, quando os mortos forem trazidos de volta à vida no Mundo Vindouro, seus corpos serão reconstruídos do pó no qual eles estavam enterrados.

Duas importantes etapas precedem o enterro: a) a *Taharah* (“purificação”); e b) o funeral (chamado *Levayah*).

A ***Taharah*** é um processo de lavagem ritual no qual o corpo é limpo e cuidado, e água é ritualmente jogada sobre ele. Na vida, a água é a fonte de nossa alimentação; espiritualmente, a água também tem esta propriedade única. Em vários estágios de toda nossa vida (por exemplo, antes do casamento, depois de dar à luz, etc.), nós mergulhamos em uma *mikveh* para atingir a pureza ritual. Assim, também o corpo é ritualmente purificado como preparação para esta nova fase de sua existência. Com a *taharah*, nós reconhecemos com dignidade a vida que ressoou dentro deste corpo e ainda deixa seu traço nela – para sempre. Após a purificação, o falecido é vestido em roupas brancas especiais (chamadas *tachrichim*), que representam pureza e santidade.

⁷ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282505/jewish/Soul-Talk.htm e http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282548/jewish/The-Basics.htm.

Em termos bem básicos, a **Levayah** (“acompanhamento” – a procissão do funeral), na qual acompanhamos o corpo ao seu local de repouso, é uma demonstração de respeito ao falecido. A palavra hebraica *levayah* também significa “união” e “ligação”. Mesmo quando estamos enlutados pela partida de uma alma da conexão evidente com nossa própria existência física, nós entendemos que o que une nossas almas -- a essência Divina fundamental que todas as almas compartilham – é muito mais poderoso que as mudanças produzidas pela morte. Nós e o falecido continuamos unidos – todos como almas viventes. Participando da *levayah*, nós provemos conforto para a alma à medida que ela passa por esta transição muito difícil de uma vida para outra, já que a presença de nossas almas enfatiza as conexões que transcendem esta mudança.

= = =

I. Preparando o Corpo e Providenciando o Funeral:

- 1. A Maneira Judaica – Enterro na Terra.** A lei judaica é inequívoca em sua insistência para que o corpo, em sua totalidade, seja retornado à terra, de uma forma que permita o processo natural de sua decomposição e reintegração com sua fonte primordial – o solo do qual ele foi formado. Ela também insiste que, no intervalo entre a morte e o enterro, a integridade e a dignidade do corpo sejam respeitadas e preservadas. Assim, a lei da Torá proíbe o **embalsamamento** do corpo (que inclui a eliminação da maior parte dos órgãos internos do corpo e a “remontagem” de sua casca vazia), sua **exibição** (uma afronta vulgar à sua dignidade e privacidade) ou sua **cremação** (que, prematura e violentamente, o destrói). **Autópsias**, que violam a integridade do corpo e quase sempre resultam em partes dele que não são enterradas da forma apropriada, são igualmente proibidas, exceto em circunstâncias extremas (um Rabino qualificado deverá ser consultado em tais casos).
- 2. Chevra Kaddish.** Toda comunidade judaica tem um *Chevra Kaddish* – literalmente, “Sociedade Sagrada” – homens e mulheres dedicados e que têm o compromisso de conceder a todo judeu que morre um enterro judaico apropriado. A preparação e o enterro do corpo devem ser entregues ao *Chevra Kaddish* local. Eles executarão a *taharah* (lavagem do corpo), vestirão o falecido nas *tachrichim* e garantirão que o enterro seja conduzido de acordo com a tradição judaica.
- 3. Enterro Judaico.** Um judeu deve ser enterrado somente entre outros judeus em um cemitério judaico. A tradição judaica vê como uma questão de grande importância o fato de que somente judeus devam cuidar do corpo de um judeu falecido, carregar (ou conduzir) o caixão, colocá-lo na terra e preencher a sepultura com terra. Todo esforço possível deve ser feito para que este seja o caso.

II. Componentes Básicos do Funeral:

1. **Rasgar as Roupas ("Kryah").** Parentes de primeiro-grau (isto é, filhos, irmãos, cônjuges e pais do falecido) são obrigados a expressar sua dor e tristeza rasgando suas roupas sobre seus corações. Isto geralmente é feito no início do funeral. (Alternativamente, algumas comunidades têm o costume de executar a *kryah* imediatamente após a morte ou o enterro na sepultura).
2. **O Elogio ("Hesped")** envolve: a) falar como o falecido era bom e do bem que praticava para que possamos sentir a extensão de nossa perda; e b) "deixe os vivos levarem no coração" (Eclesiastes 7:2) as lições que devemos aprender do falecido e imitar em nossas vidas. Estas palavras podem ser faladas pelo Rabino oficiante e/ou por qualquer um tenha conhecido o falecido.
3. **Acompanhando o Falecido ("Levayah").** Tradicionalmente, o caixão ou o ataúde era carregado sobre os ombros por todo o caminho até o cemitério. A família e a comunidade seguiam em procissão para conceder honra e conforto ao falecido. Hoje em dia, as longas distâncias aos locais de enterro geralmente impedem esta prática, mas ainda é importante andar atrás do caixão por alguma distância -- antes que o ataúde parta para o cemitério ou no cemitério quando o caixão é carregado até a sepultura -- cumprindo, assim, a importante *mitzvah* de *halvayat ha-met*, "escortar o falecido".
4. **O Enterro ("Kevurah").** Nós retornamos o corpo à terra que é sua origem. Este é nosso ato final de cuidado e considera-se uma grande *mitzvah* participar fisicamente do enterro. Idealmente, toda a sepultura deve ser preenchida com terra pelas mãos de judeus. Onde isto não for possível, pelo menos o caixão deve ser completamente coberto com terra. Neste ponto, recita-se o *Tzidduk Hadin* – uma série de versículos reconhecendo os caminhos justos de D'us ao confrontarmos a tragédia. Recita-se, então, o *Kaddish* e a oração *E-I Malei Rachamim*.
5. **Confortando os Enlutados.** Nós começamos o processo de luto e a extensão do conforto aos enlutados imediatamente após o enterro, enquanto ainda estamos no cemitério. Aqueles que participam do enterro formam duas filas paralelas e os enlutados, que agora já removeram seus sapatos de couro, passam através desta comunidade acolhedora. Aqueles que estão nas filas falam as palavras tradicionais de conforto: *Hamakom yenacheim etchem betoch shaar avelei Tzyion v'Yerushalayim* – "Que D'us o conforte com todos os outros enlutados de Tzyion e Jerusalém". O enlutado então se dirige ao local escolhido para o período de sete dias de *Shiva*.

SHIVA E LUTO ⁸

A Shiva e Outros Costumes do Luto

A tradição judaica nos exorta a prantear da forma apropriada a morte de alguém amado e determina as práticas e rituais que facilitam e dão expressão aos nossos sentimentos de perda e sofrimento. Ao mesmo tempo, entretanto, ela estabelece uma seqüência temporal através da qual a intensidade de nosso luto seja progressivamente mitigada, desde o mais intenso luto que é observado nas horas após a morte, até o período de sete dias de “*Shiva*” observado em seguida ao enterro, e até ao período de 30 dias do “*shloshim*”, e assim por diante.

Em outras palavras, nós devemos lamentar, mas também devemos estabelecer limites ao nosso luto. Não ficar de luto totalmente ou mergulhar em um abismo de tristeza e ficar preso em seu fundo – estes dois extremos são prejudiciais, tanto para os vivos quanto para a alma do falecido. Luto é uma exibição de respeito ao falecido e ao seu lugar em nossas vidas, mas também um estágio crucial na cura daqueles que vivenciaram a perda. Mas a alma do falecido não deseja que aqueles que permanecem neste mundo fiquem paralisados pela tristeza. Ao contrário, o maior benefício para a alma vem do retorno às atividades de seus amados, até à vida alegre, nas quais seus sentimentos de amor e veneração se traduzam em ações que honrem a alma do falecido e atestem sua continuada influência em nosso mundo.

Estas (cinco) fases de luto também correspondem aos estágios da “ascensão” da alma à medida que ela gradualmente se desliga do mundo material e assume uma presença menos palpável – embora não menos real – em nossas vidas.

O mundo foi criado focado na humanidade. Isto tomou um completo ciclo de tempo: sete dias. Quando a criação é revertida e a alma humana retorna à sua fonte, isto também é marcado por um ciclo semanal: a *Shiva*, sete dias nos quais os parentes mais próximos se dedicam exclusivamente a lamentar a partida da alma, e o restante da família, amigos e comunidade os confortam com sua presença, sua empatia e suas palavras de consolo.

As tradicionais palavras faladas ao enlutado durante a *Shiva* são: “Que D’us o conforte com todos os outros enlutados de Tzyion e Jerusalém”. Em uma carta a um pai que perdeu seu jovem filho, o Lubavitcher Rebbe escreve:

“À primeira vista, a conexão entre o enlutado a quem são dirigidas estas palavras e os enlutados da destruição de Jerusalém parece ser surpreendente. Na verdade, entretanto, eles estão ligados, pois a principal consolação personificada por esta frase está em seu conteúdo espiritual. Em outras palavras, assim como a tristeza e Tzyion e

⁸ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282506/jewish/Soul-Talk.htm e http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/291135/jewish/The-Basics.htm.

Jerusalém é comum a todos os filhos e filhas de nosso povo, Israel, onde quer que estejam... também a tristeza de um judeu ou de uma família judaica é compartilhada por toda a nação. Pois, como os Sábios nos ensinaram, todo o Povo Judeu engloba um organismo integral..."

"Um segundo ponto: ...assim como D'us certamente reconstruirá as ruínas de Tzyion e Jerusalém e reunirá os dispersos de Israel desde os confins da terra através do justo *Mashiach*, Ele também, sem dúvida nenhuma, removerá a tristeza do indivíduo, cumprindo a promessa expressa pelo versículo: 'Despertem e cantem, vocês que repousam no pó'. Grande será a alegria, a verdadeira alegria, quando todos serão reunidos na época da Ressurreição dos Mortos..."

= = =

I. **Fases do Luto.** Existem **cinco estágios** no processo de luto: **1) Aninut**, o luto anterior ao enterro; **2-3) Shiva**, um período de sete dias seguintes ao enterro; durante a *Shiva*, os primeiros três dias são caracterizados por um grau mais intenso de luto; **4) Shloshim**, o período de luto de 30 dias; **5) O Primeiro Ano** (observado somente pelos filhos do falecido).

II. **Costumes Básicos do Luto.** (*O que se segue é um resumo bem básico das leis do luto. Para instruções mais abrangentes, consulte um Rabino qualificado.*)

A. **Quem Fica de Luto.** As leis do luto descritas abaixo cabem a sete parentes de primeiro-grau do falecido: filho ou filha, irmão ou irmã, pai ou mãe, e cônjuge (marido ou esposa). Os outros parentes e amigos formam um círculo mais externo de luto e oferecem suporte e conforto aos enlutados principais.

B. **Aninut.** O primeiro e mais intenso período de luto é aquele entre a morte e o enterro. Este período, denominado *aninut*, é caracterizado por uma tristeza paralisante e entorpecedora. Durante este período, toda a preocupação dos parentes de primeiro-grau são as providências para funeral e para o enterro, a ponto de serem absolvidos pelas leis da Torá da observância de todas as *mitzvot* que requerem alguma ação (rezar, colocação de *tefilin*, etc.).

É durante este período que a *kryah*, ou o **rasgamento das roupas** como um sinal de sofrimento, é executado. (De acordo com os costumes de algumas comunidades, a *kryah* é executada imediatamente após a morte ou ao se receber a notícia sobre a morte; o costume mais comum é o de que os enlutados de primeiro-grau rasguem suas roupas durante a cerimônia do funeral, antes do enterro).

Nossos Sábios instruem: "não conforte o enlutado enquanto seu falecido está (ainda insepulto) diante dele". Neste momento, o sofrimento é muito mais forte

que qualquer tentativa de consolação. É um momento de se estar simplesmente com o enlutado e oferecer assistência prática em vez de palavras de consolo. É um momento de silêncio, não de palavras.

- C. Shiva.** A *Shiva* começa logo após o enterro e se estende ao luto do sétimo dia. A característica predominante da *Shiva* é a de que os enlutados fazem uma pausa das rotinas e complicações da vida cotidiana para se focalizarem exclusivamente na memória do falecido e na maneira pela qual eles vão honrá-lo em suas vidas, e receber consolação de seus outros familiares, amigos e da comunidade.

As práticas básicas da *Shiva* são:

- 1. Refeição de Condolências:** Quando os enlutados chegam em casa, vindos do cemitério após o enterro, a eles é oferecida uma refeição especial de condolências – tradicionalmente, *bagels* e ovos cozidos duros, cujos formatos circulares simbolizam o ciclo da vida.
- 2. A Casa de Luto:** Durante toda a semana de *Shiva*, os enlutados permanecem na casa do luto e seus parentes, amigos e membros da comunidade vêm cumprir a *mitzvah* de *nichum aveilim* (“consolação dos enlutados”), participando das rezas, estudo de Torá, da prática de caridade e de outras *mitzvot* feitas em mérito ao falecido. Durante as rezas, os enlutados recitam o *Kaddish*.

É melhor “sentar *Shiva*” na casa do falecido de forma que as rezas e as boas ações praticadas em seu mérito aconteçam em seu “local” e ambiente.
- 3. Trabalhar e Conduzir os Negócios:** Uma das leis mais fundamentais do luto judaico (datando de três mil anos e depois registradas pelo profeta Ezequiel) é a proibição de trabalhar e fazer negócios durante a *Shiva*.
- 4. Consolando os Enlutados:** É uma grande *mitzvah* consolar os enlutados. Isto é feito visitando-os na casa de luto durante a *Shiva*, conversando sobre a vida e ações daquele que se foi, participando nas rezas e outras atividades feitas em mérito ao falecido, ou simplesmente estando lá pelo enlutado.

Antes de sair, os visitantes pronunciam as tradicionais palavras de consolação dos enlutados: *Hamakom yenachem etchem b'toch she'ar aveilei Tzyion v'Yerushalayim* -- “Que D'us o conforte com todos os outros enlutados e Tzyion e Jerusalém”.

Nós estamos lá para dar suporte, visitar, ouvir, mas não para sobrecarregarmos os enlutados na esperança de uma falsa jovialidade e de

sorrisos falsos vindos deles. Nenhum enlutado deve, D'us nos livre, sentir-se obrigado a vestir uma "cara amiga" para os outros.

5. **Minyan Diário:** Um *minyan* (grupo de 10 homens judeus que sejam *Bar Mitzvah*) deve se reunir para as três rezas diárias na casa de luto para que os enlutados possam participar de um serviço comunal e recitar o *Kaddish*. Um Rolo de Torá deve ser pego emprestado para ser usado nos dias em que a Torá é lida. Se o *minyan* não puder ser reunido, os enlutados devem deixar a casa de luto para assistirem aos serviços junto com a congregação.
6. **Velas Memoriais:** Velas de 7 dias devem ser acesas na casa de luto em memória do falecido, simbolizando a "vela de D'us [que] é a alma do homem" (Provérbios 20:27). As velas são acesas no retorno do cemitério e mantidas queimando durante todo o período de sete dias da *Shiva*. De acordo com a Kabbalah, cinco velas devem ser acesas, representando os cinco níveis da alma.
7. **Cobrindo os Espelhos:** É uma antiga tradição cobrirem-se os espelhos e imagens (quadros, fotos, etc.) na casa de luto do momento da morte até o final da *Shiva*. Apesar de este costume ter origem incerta, sua prática é apropriada à rotina do luto.
8. **Sentando "Shiva":** É uma antiga tradição judaica que os enlutados, durante a *Shiva*, não sentem em cadeiras de altura convencional, mas em bancos baixos.
9. **Sapatos de Couro:** O enlutado abre mão do conforto dos sapatos de couro durante a *Shiva*. Pés vestidos com meias ou sapatos mais simples simbolizam a indiferença à vaidade e conforto para melhor se concentrar no sentido mais profundo da vida.
10. **Cuidados Pessoais:** O enlutado não se barbeia ou corta seu cabelo, nem se banha por prazer durante a *Shiva*. A lavagem de roupas ou o uso de roupas recém-lavadas também é proibido, assim como comprar ou usar roupas novas. (Se as únicas roupas disponíveis estiverem sujas, elas podem ser lavadas). Durante a *Shiva*, o enlutado usa a roupa rasgada na qual ele ou ela fez a *kryah*.
11. **Relações conjugais:** Enlutados se abstêm de relações conjugais durante a *Shiva*.
12. **Música ou Diversão:** Enlutados não se divertem com o som de música ou qualquer outra forma de diversão e entretenimento.
13. **Estudo de Torá:** O estudo de Torá não é permitido durante a *Shiva*, pois ele é considerado uma fonte de profundo prazer. Como o próprio Rebbe expressa, "As leis de D'us são justas e alegram o coração". Entretanto, ao enlutado é permitido ler as leis de luto e estudar livros sobre comportamento ético e outras partes da Torá que não sejam de natureza alegre.

14. Shabat: Durante o Shabat, todas as demonstrações públicas de luto são suspensas. Logo antes do início do dia sagrado, os enlutados se banham e colocam suas roupas de Shabat. No Shabat, eles também podem deixar a casa de luto para participarem das rezas e recitarem o *Kaddish* na sinagoga.

15. “Levantando” da Shiva: A *Shiva* termina na manhã do sétimo dia após o enterro (sendo o dia do enterro contado como o primeiro dia), imediatamente após as rezas da manhã. Os presentes estendem suas condolências e os enlutados levantam de sua semana de luto para retomarem a normalidade de suas vidas.

D. O Shloshim e o Primeiro Ano. Mesmo quando o enlutado retoma sua rotina cotidiana depois da *Shiva*, algumas práticas de luto – tais como não comprar ou usar roupas novas, cortar o cabelo, ouvir música ou outra forma de diversão, ou participar de eventos alegres (casamentos, festas, etc.) – são continuados por um período de trinta dias (começando no dia do enterro).

No caso de um enlutado pelo falecimento de um dos pais, estas práticas de luto se estendem por um ano. (Em relação ao corte do cabelo, a lei se preocupa com o princípio da “censura social”. Isto significa que os enlutados por um dos pais podem cortar seus cabelos depois dos 30 dias ao primeiro sinal da menor repreensão ou crítica de amigos ou vizinhos. Imediatamente depois da censura social, ao enlutado é permitido cortar os cabelos).

Em Resumo:

A tradição judaica provê um sistema para canalizarmos e expressarmos nosso sofrimento pela perda de um ente querido, desde o chocante sofrimento da *Aninut*, ao isolamento, quebra da rotina e recebimento de condolências da *Shiva*, e até a subsequente retomada da vida diária enquanto continuamos certos rituais de luto durante o *Shloshim* e o Primeiro Ano.

É importante observarmos meticulosamente estas práticas e rituais; é igualmente importante que elas não sejam excedidas. Às vezes, o enlutado pode não ter consciência do grau ou tipo de sofrimento e lamentação que estes rituais carregam; em outras ocasiões, ele ou ela pode não se sentir preparado(a) para “seguir em frente” até a próxima e menor fase de luto. A sabedoria de se aderir às observâncias e horários estabelecidos pela Torá tem sido atestada ao longo dos tempos e novamente por qualquer um que, D’us nos livre, experimenta este processo. As leis de luto da Torá provêm o desabafo e a validação de nosso sofrimento tão crucial ao processo de cura, assim como a estrutura para passarmos de um nível de luto ao próximo, até que nossa perda seja integrada como uma força construtiva e não, D’us nos livre, uma força destrutiva em nossas vidas.

Mas, as práticas tradicionais de luto não são apenas sobre nós e como lidamos com nossa dor. Elas são, em primeiro lugar, sobre a pessoa pela qual choramos. Os rituais de luto e de homenagem ordenados pela Torá nos outorgam os instrumentos espirituais com os quais honramos a alma que se foi e ajudam sua elevação ao seu novo e mais elevado estágio de vida.

KADDISH & MEMORIAL ⁹

Ajudando a Ascensão da Alma

O que podemos dar ao ente querido que não está mais fisicamente entre nós? Com nossa limitada, filtrada, compromissada e espiritualmente cega existência neste mundo, o que podemos dar às almas que habitam os lugares transcendentais do Mundo Vindouro?

A resposta é algo grandioso. Nós podemos dar-lhes vida.

O que é vida em sua forma mais essencial, vida cumprindo o objetivo criado por D'us? Vida, no sentido mais elementar, é uma alma em um corpo físico fazendo com que as coisas deste mundo sejam reveladas como Divinas. Isto é o que alcançamos cada vez que praticamos uma *mitzvah*, um ato bom e Divino. E, quando nossas ações positivas são inspiradas pela vida de alguém que tenha passado a um estado de vida mais espiritual, e são motivadas pelo desejo e objetivo de que elas sejam feitas em seu mérito – nós damos vida e crescimento a uma alma do Mundo Vindouro. Através de nossas ações, as almas daqueles que faleceram podem atingir algo que não poderiam atingir sozinhas. Elas podem “viver”, no sentido mais fundamental do que é a vida – afetando este mundo, fazendo com que a Divindade seja sentida neste mundo.

Esta é a principal idéia por trás da recitação do *Kaddish* em mérito da alma de alguém que faleceu. Enquanto o *Kaddish* é comumente conhecido como a “reza dos enlutados”, a leitura do texto revela que ele não é sobre morte ou luto, mas a proclamação pública da grandeza de D'us. Ao subirmos das profundezas da angústia e da perda para oferecer louvores a D'us, nós transformamos o evento da morte em um ato de vida.

Ainda mais importante do que a recitação do *Kaddish* é a Torá que estudamos, as *mitzvot* que assumimos sobre nós, a caridade que damos e o bem que fazemos com a intenção de que seja *l'iluy nishmat*, em nome da “elevação da alma”. Se o desejo de dar àquele que faleceu é o que nos impele a estudar algo que não aprenderíamos de outra forma, fazer uma *mitzvah* que não teríamos feito, ir cada vez mais alto e longe no Judaísmo do que iríamos, então esta alma vive em nós. Nossas mãos e pés, mente e coração, se tornam as mãos, pés, mente, coração e boca do ente que se foi.

= = =

I. Aprendizado, *Mitzvot* e Caridade “Em Mérito” da Alma.

⁹ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282507/jewish/Soul-Talk.htm e http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/291136/jewish/The-Basics.htm.

- 1. Não há nada maior que possamos fazer pela alma** daqueles que partiram deste mundo do que aceitar sobre nós mesmos um aumento em boas ações e realizações positivas a serem feitas *lizchut* – “em mérito de” – e *l'iluiy nishmat* – “pela elevação da alma”. Os filhos, parentes e amigos devem assumir para si mais **estudo de Torá** (particularmente o estudo da *Mishnah*), dar **caridade** e **aumentar suas boas ações**.
2. Uma prática comum é aceitar sobre si mesmo um aumento na observância de uma *mitzvah* em especial. De particular importância é o estabelecimento de um fundo ou de uma instituição de caridade devotada a um objetivo positivo em mérito do falecido.

II. Kaddish.

- 1. Recitando o Kaddish.** Um dos mais sagrados rituais observados por todos os judeus através das gerações é a prática da recitação da reza do *Kaddish* em mérito da alma do próprio pai ou mãe.
- 2. Os Primeiros Onze Meses.** O *Kaddish* é recitado pela primeira vez no cemitério imediatamente após o enterro. Daí em diante, ele é recitado todos os dias em determinados momentos das três rezas diárias durante onze meses.
- 3. No Yohrtzeit.** O *Kaddish* também é recitado a cada ano no *Yohrtzeit*, o aniversário no calendário judaico do falecimento da pessoa.
- 4. Quem Recita o Kaddish.** O dever de recitar o *Kaddish* recai sobre os filhos do falecido. Se uma pessoa morre sem filhos, então outro parente deve assumir a tarefa. Se isto não for possível, então outra pessoa pode ser designada ou contratada para recitar o *Kaddish* em mérito do falecido.
- 5. O Minyan.** O *Kaddish* só pode ser recitado na presença de um *Minyan* – uma reza comunitária feita com a participação de pelo menos dez homens judeus adultos (com idade de 13 anos ou mais).
- 6. Conduzindo a Reza.** Se o enlutado for capaz de conduzir a reza pela congregação, será um mérito particular para a alma do falecido que ele assim o faça.

III. Túmulo e Descoberta da Matzeivah.

- 1. Homenagem de Rachel.** O costume de homenagear o falecido com um túmulo é uma antiga e respeitada tradição judaica que data de tempos bíblicos. Em *Bereshit* 35:20, a Torá menciona a *matzeivah* (pedra memorial) que Yaacov ergueu sobre a sepultura de sua esposa, Rachel.

2. **Quando a Lápide Deve Ser Erguida?** Imediatamente após o enterro, uma placa temporária com o nome do falecido é colocada sobre a sepultura. A lápide pode ser colocada a qualquer tempo depois da *Shiva* (os sete dias de luto). O melhor é fazê-lo o mais rápido possível – preferivelmente no mesmo dia que os enlutados “levantam” da *Shiva*.
3. **O texto da Lápide.** No mínimo, a lápide deve incluir o nome judaico com o nome do pai do(a) falecido(a) e a data judaica de seu falecimento. Além disso, é costume escrever sobre as virtudes e feitos do falecido. Nisto, deve-se seguir a prática comum das lápides dos outros túmulos na vizinhança para que não se exceda de forma ostensiva (e, portanto, insultando aqueles enterrados por perto) nem se faça menos que o geral (e, portanto, desrespeitando o falecido).
4. **A “Descoberta”.** Uma breve cerimônia é geralmente feita próximo ao túmulo ao erigirmos a lápide e que inclui a recitação de Salmos e o *Kaddish*.

IV. O *Yohrtzeit*.

1. **Dia Anual de Homenagem.** O aniversário no calendário judaico do falecimento de alguém é o seu “*Yohrtzeit*”. Neste dia, nós lembramos e homenageamos a vida e realizações da alma que se foi e nos comprometemos novamente a perpetuar o seu legado e assumir boas ações adicionais pela elevação da alma.
2. ***Kaddish* e *Reza*.** No calendário judaico, o dia começa ao cair da noite anterior e termina ao anoitecer. Durante este período de 24 horas, o *Kaddish* é recitado pelos filhos do falecido (ou por quem quer que esteja observando o *Yohrtzeit*) nas três rezas diárias – noite, manhã e tarde. Se possível, aquele que observa o *Yohrtzeit* também deve conduzir as rezas.
3. **Estudo e Caridade.** A Torá deve ser estudada em mérito da alma; um antigo costume é o estudo da *Mishnah* (a compilação da lei da Torá que forma o coração do Talmud), tendo, a palavra *Mishnah*, as mesmas letras hebraicas de *neshamah*, “alma”. Caridade adicional deve ser dada no *Yohrtzeit* em mérito da elevação da alma.
4. ***Kidush* e *L’chaim*.** Costuma-se servir um *kidush* na sinagoga no Shabat que precede o *Yohrtzeit* e uma pequena refeição no próprio dia do *Yohrtzeit*. A bênção de *L’chaim* (“À Vida!”) e palavras de Torá nestas ocasiões são consideradas méritos especiais para a alma.
5. **Visita ao Túmulo.** Costuma-se visitar os túmulos dos nossos amados na época de seus *Yohrtzeits*.

V. Visitando os Túmulos.

1. Costuma-se visitar os túmulos dos falecidos na época de seus *Yohrtzeits* como também a cada ano antes das Grandes Festas. São duas as premissas nas quais este costume se baseia:
 - a. **Sempre há um traço da alma presente no local de repouso do corpo.** Assim como o local do Templo em Jerusalém permanece sagrado, já que a “santidade nunca desaparece”, também o repositório da alma retém um traço de sua santidade. Daí estarmos em contato com a presença de nossos queridos – o que inspira nossas preces a D’us que oferecemos no local do túmulo.
 - b. **A alma – que está consciente de nossas ações – vê que continuamos a respeitá-la e amá-la.** Isto a desperta para que fique perante D’us e se una a nós em nossas preces, provocando uma resposta Divina.
2. **O cemitério é um terreno sagrado e exige respeito.** Deve-se observar o decoro adequado na visitação dos túmulos, evitando-se falar de assuntos mundanos e permanecendo envolvido em preces e meditação durante todo o tempo que se está lá.

VI. *Yizkor*.

1. **Rezas Memoriais.** Quatro vezes ao ano – em Yom Kippur, Shemini Atzeret (o oitavo dia de Sucot), no último dia de Pessach e no 2º dia de Shavuot – uma reza especial, chamada “*Yizkor*”, é recitada na sinagoga em lembrança à alma do pai ou mãe falecidos, que também inclui uma promessa de caridade em seu mérito.
2. **Momentos Privados.** Somente aqueles que não têm um pai ou uma mãe entre os vivos permanecem na sinagoga durante a reza do *Yizkor*. Todos os outros deixam o salão, concedendo aos filhos dos falecidos um momento privativo solene para se unirem com a memória de seus pais.

2ª - Parte

GUIA PRÁTICO DO ENLUTADO

UM GUIA CONCISO PARA OS ENLUTADOS ¹⁰

Rabino Yossi Goldman

1) **Programando o Funeral** – A providência mais urgente e importante é a marcação do horário do funeral. Isto deve ser feito com o *Chevra Kaddish* ou outra entidade que cuide dos enterros judaicos em sua cidade ou na sua comunidade. O responsável pelo cemitério proporá um horário, o qual deverá ser confirmado com o Rabino. Uma vez determinado o horário, os parentes e amigos podem ser notificados e os anúncios publicados (se for o caso).

2) **Minimizando os Atrasos** – É uma *mitzvah* muito importante enterrar o(a) falecido(a) tão brevemente quanto possível, preferencialmente no mesmo dia. Quando os filhos moram longe e expressam seu desejo de estarem presentes no funeral, deverá lhes ser enfatizada a importância de chegarem o mais rápido possível, mesmo que isto demande grandes esforços e despesas. Isto pode exigir, por exemplo, um caminho menos direto. No caso de um atraso inevitável, este não deverá exceder 72 horas. Obviamente, quanto menor o atraso, melhor. Sob nenhuma circunstância, um funeral deverá ser atrasado por motivos irrelevantes, tais como esperar por um domingo ou para acomodar outros eventos programados anteriormente, etc.

3) **Rezas Durante a Semana de Shiva** – Preferencialmente, estas devem ser feitas na casa do(a) falecido(a). A alma da pessoa está mais alcançável no lugar onde ele/ela vivia durante sua vida. Se isto não for possível, outros arranjos poderão ser feitos. Lembre, entretanto, que o objetivo principal desta reza não é meramente fazer um serviço em memória do(a) falecido(a), mas evitar que o(a) enlutado(a) saia da Casa do Luto durante a *Shiva*. Quando não houver rezas na casa, o(a) enlutado(a) deverá participar dos serviços na sinagoga para poder recitar o Kaddish. Algumas sinagogas e comunidades oferecem uma Arca e um Rolo de Torá portáteis para as rezas da manhã da casa dos enlutados.

4) **Velas Memoriais** – Você precisará de “velas de sete dias” durante a *Shiva*. Nenhuma bênção é recitada ao serem acesas. A primeira vela pode ser acesa imediatamente ou no retorno do cemitério.

5) **Arrumando a Casa para as Rezas** – Nós rezamos virados para Jerusalém (leste). Áreas separadas devem ser designadas para homens e mulheres. Uma pequena mesa é colocada na parede do lado norte com duas velas para as rezas (os candelabros de Shabat podem ser usados) e a vela de *Yohrtzeit*. Mulheres enlutadas devem ficar no lado das mulheres na sala, porém mais próximas aos homens para que possam participar de forma significativa e ouvir o que está sendo dito. Contrariamente à crença popular, não há porque as enlutadas devam ser envergonhadas e se sintam desconfortáveis sentando entre os homens. De fato, isto não é adequado.

¹⁰ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/392726/jewish/A-Concise-Guide-For-Mourners.htm.

6) **Como Sentam os Enlutados** – Devem sentar em algo baixo, próximo ao chão, mostrando, assim, estarem “derrubados” pela perda. Qualquer assento menor que 30cm acima do chão é adequado. Poderá ser um assento macio. A Lei Judaica não espera que quebreemos nossas costas! Se as almofadas do sofá forem removíveis, esta será a opção mais simples. Algumas sinagogas ou entidades locais poderão emprestar cadeiras baixas.

7) **Quem é um Enlutado?** – Apesar de toda a família estar emocionalmente de luto, do ponto de vista *haláchico* (isto é, segundo as Leis Judaicas), nem todo mundo é considerado enlutado(a). Os principais enlutados são aqueles que perderam um pai, mãe, irmão, irmã, cônjuge, filho ou filha. Todos os outros membros da família não precisam sentar *Shiva*. Obviamente, eles sofrerão com você, mas sua principal obrigação é não fazer qualquer coisa que possa ofender a sensibilidade dos principais enlutados.

8) **Espelhos** – Espelhos e todos os vidros refletivos (por exemplo, TV) devem ser cobertos. Fotografias, retratos e quaisquer quadros com faces devem ser cobertos, removidos ou virados ao contrário.

9) **O Funeral** – Quando o falecido é um homem, seu *talit* deve ser trazido e entregue ao representante da *Chevra Kaddish*. Você deverá saber o nome hebraico (ou em *Yiddish*) e o nome hebraico do pai ou da mãe do(a) falecido(a) e se ele era Cohen, Levi ou Israel. (Em caso de dúvida, membros mais antigos da família, um documento de casamento ou um Rabino devem ser consultados).

10) **Velando o Corpo** – Esta é uma prática não-judaica. Nós, judeus, não olhamos para o corpo por respeito à dignidade do(a) falecido(a). Além disso, do ponto de vista psicológico, é muito melhor lembrar de nossos amados nos bons tempos em vez de sermos assombrados por imagens fúnebres.

11) **Kryah – Rasgando as Roupas** – Esta é a maneira tradicional com qual nós podemos dar vazão ao nosso sofrimento de forma apropriada. Ao rasgarmos a roupa sobre o coração, nós mostramos que nosso coração está verdadeiramente despedaçado por esta perda traumática. Esta *mitzvah*, portanto, se aplica igualmente tanto aos homens quanto às mulheres. Entretanto, para as mulheres, isto é feito de forma privativa, antes do início dos serviços. Por este motivo, as mulheres enlutadas devem se vestir de forma recatada. Use uma blusa que você não se importará em rasgar e tenha uma camisa por baixo para garantir que seu corpo não ficará exposto.

12) **Kaddish** – Esta oração muito sagrada, que expressa nossa fé em D’us mesmo durante este momento de triste perda, é obrigação dos filhos homens do(a) falecido(a). Quando não houver um filho, outro enlutado ou parente próximo deverá recitar o Kaddish. Tenha em mente que esta *mitzvah* se aplica não só ao funeral e às rezas, mas

também a todos os dias durante todo o ano (11 meses para sermos exatos). Mesmo aquele que não costumava ser um freqüentador da sinagoga, este é um excelente e oportuno momento para que se torne um. Incontáveis judeus se tornaram mais esclarecidos, mais enriquecidos e mais confortáveis em uma sinagoga participando dos serviços diários durante o ano de luto. É o melhor monumento que um filho pode fazer por seu pai ou sua mãe.

13) A Refeição dos Enlutados – Ao retornar do cemitério, a primeira refeição que a família compartilha é tradicionalmente provida pelos vizinhos ou amigos. Alimentos redondos são costumeiros, geralmente *bagels* e ovos cozidos. Estes simbolizam o Ciclo da Vida. Neste momento, nós estamos nos sentindo muito por baixo da roda da fortuna; mas, por favor, D'us, em breve, a roda girará para o bem e nós estaremos novamente por cima das coisas.

14) Sentando *Shiva* – Existem importantes motivos para sentar *Shiva*:

a) Por respeito ao(à) nosso(a) amado(a). Tirando-se a semana de folga, nós indicamos que o ocorrido não é “um negócio comum”. Nós perdemos alguém próximo e querido e, assim, nós “paramos o mundo” por um tempo para marcar este importante evento em nossas vidas.

b) O período de sete dias da *Shiva* corresponde à jornada espiritual que está sendo vivida pela alma que se foi recentemente. A transição deste mundo para o próximo não é nem simples nem instantânea; é um processo complexo. Com a observância adequada da *Shiva* pela família, nós ajudamos à *neshamah* (alma) nesta difícil transição.

c) É psicologicamente aconselhável para o(a) enlutado(a) sentar *Shiva* porque isto o(a) ajuda em seu processo de luto. Passar estes dias iniciais juntos ajuda a uma família a lidar com o fato infinitamente melhor agora e no longo prazo. Sentar juntos e lembrar, derramar algumas lágrimas, suportar uns aos outros, é tudo parte de um importante rito de passagem. Da perspectiva da saúde mental, sentar *Shiva* é positivamente terapêutico. Os membros da família que moram em outro local podem ir para casa à noite, mas devem ainda passar o dia na Casa do Luto. A *Shiva* é observada por sete dias ou parte deles. O dia do funeral é contado como o primeiro dia e, no sétimo dia, a *Shiva* termina cedo pela manhã, logo após as rezas matinais. No sétimo dia, as pessoas podem retornar ao trabalho. Assim, se o funeral foi em qualquer momento na quarta-feira, a *Shiva* terminará na manhã de terça-feira.

15) Aparência Pessoal – A partir do funeral até o final da *Shiva* (com exceção do Shabat), os enlutados não devem usar sapatos de couro. Qualquer calçado da sua escolha que não seja de couro é aceitável. Do momento da morte e durante a *Shiva*, os homens enlutados não se barbeiam e as mulheres enlutadas não usam maquiagem. Quanto aos banhos, a Lei Judaica faz distinção entre higiene e prazer. Apesar de que

devemos nos manter limpos, não podemos usufruir a sensação luxuriante de mergulhar em uma banheira quente. Nem devemos ficar debaixo de um chuveiro quente e lavar todo nosso corpo ao mesmo tempo. Uma pequena quantidade de água que nos permita lavar uma parte do corpo de cada vez é permitida. Lembre-se, estamos focando nossa atenção na vida e morte de um ente querido. Os prazeres usuais e as vaidades da vida são, portanto, dispensadas durante este período concentrado de luto.

16) **Shabat** – Às sextas-feiras, sentamos *Shiva* até o final da tarde e levantamo-nos para trocar de roupa e nos prepararmos para o Shabat. Quando a *Shiva* não termina no sábado, ela recomeça na noite de sábado imediatamente após o Shabat.

17) **Sexta-Feira à Noite na Sinagoga** – Os homens enlutados devem comparecer à sinagoga para as rezas da tarde (*Minchá*) para poderem recitar o Kaddish. Em muitas comunidades, o costume é o de se posicionarem em um corredor e entrar logo após o *Lecha Dodi* quando a família, então, retorna aos seus assentos. No Shabat, os enlutados não devem usar camisas rasgadas ou sapatos que não sejam de couro. Você pode sentar em uma cadeira comum e sair de casa.

A IMPORTÂNCIA DO KADDISH ¹¹

Por Rabino Sholom Ber Hecht

O Kaddish Nos Faz Especiais

Kaddish!

A oração de Santificação é parte vital e integral das rezas diárias judaicas.

Estrategicamente posicionado em certos estágios da reza, o Kaddish funciona como uma ponte de diferentes formas.

Genericamente falando, existem dois tipos de Kaddish: (a) o "*Kaddish Rabínico*", que é recitado depois do estudo da Torá ou de discursos religiosos; e (b) o "*Kaddish dos Enlutados*", que é recitado pelos enlutados e está associado à ascensão da alma.

Ambas as formas de Kaddish são invocadas universalmente. O "*Kaddish Rabínico*" é recitado não somente após profundos estudos, discussões ou julgamentos *haláchicos* eruditos, mas também depois do estudo ou discussão de pregações e histórias da Torá pela maioria de judeus, para quem o estudo da porção diária do Talmud possa ser muito difícil.

Da mesma forma, o "*Kaddish dos Enlutados*" é recitado pelos descendentes de todos os judeus, não somente dos grandes e justos. Mesmo para alguém que era ignorante e pecador, deve-se mostrar honra e respeito recitando-se o Kaddish em sua memória. Além disso, todo enlutado deve recitar o Kaddish (veja o *Shulchan Aruch* quanto às regras específicas), não importando qual seja sua situação pessoal.

Assim, o Kaddish evoca a idéia de que todos os judeus são especiais, pois, ao dizermos "*Yitgadal, exaltado...*", mesmo o judeu comum tem um impacto sobre todo o Povo Judeu e acrescenta grandeza e santidade ao Santo, abençoado seja Ele.

Kaddish – A Conclusão

Um dos mais sagrados rituais que têm sido fielmente seguidos por todos os judeus ao longo das gerações é a prática da recitação do Kaddish nas três rezas diárias durante o ano de luto. A *Halachá* determina que comecemos a recitação do Kaddish no momento do enterro, continuando-o até a conclusão do 11º mês de luto. O dia exato de conclusão da recitação do Kaddish depende de diversos costumes: em Chabad-Lubavitch, nosso costume é o de concluir a recitação do Kaddish um dia antes do fim dos onze meses (ver *Likkutei Sichos*, Vol. II, pág. 213).

¹¹ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/282564/jewish/Kaddish-Makes-Us-Special.htm.

Na discussão desta prática de interrupção do Kaddish antes do fim do ano de luto, o *Ramo* (Rabbi Moshé Isserles) escreve no "Código da Lei Judaica":

O julgamento dos que praticaram o mal (após sua morte) dura 12 meses e nós não queremos sugerir que nosso parente falecido era uma pessoa perversa (Yoreh De'ah 376:4).

Esta explicação do *Ramo* está baseada no conceito de que a recitação do Kaddish pelos enlutados ajuda à alma do falecido em seu julgamento celestial.

Nós seguimos esta prática comum para todos os judeus, uma vez que partimos do princípio de que todo judeu é justo (ver *Rambam*, "Leis de Santificação na Lua Nova"), como o Profeta declara: "Tua nação é toda de justos" (*Yeshayahu* 60:21). Isto é verdade até mesmo no caso de um judeu sabidamente pecador e certamente o é no caso de um justo.

Nós podemos ainda sugerir, baseados no motivo acima, que, de fato, o término do Kaddish não é meramente uma demonstração externa de respeito, mas tem um efeito positivo real. Ao proclamarmos nossa fé na retidão do falecido, isto ajuda a neutralizar qualquer julgamento celestial negativo de forma que a alma do falecido será capaz de ascender ao paraíso.

Este conceito foi expresso pelos autores do *Midrash*:

Pois mesmo quando um homem parte do mundo, o Santo, Bendito seja Ele, diz aos anjos: "Vejam o que seus companheiros estão dizendo sobre ele". [Se eles dizem] que ele teve uma vida correta e temente a D'us, seu ataúde voa imediatamente para o ar (sua alma ascende aos céus) – (Koheles Rabbah 12:13).

O Kaddish Termina, A Alma Ascende

Esta faceta de nosso costume de concluirmos o Kaddish um mês inteiro antes do *Yohrtzeit* enfatiza nossa forte fé na eficiência de nossa ação positiva de ajudar à alma a atingir seu lugar no paraíso o mais cedo possível.

Além do costume descrito acima, existem outros costumes que prescrevem que o Kaddish seja concluído somente uma semana ou um dia antes do final do ano de luto. Esta prática minimiza os bons efeitos do costume. Já que a Torá é a Torá da bondade, ela logicamente prescreveria a precoce declaração de bons méritos para que a alma do falecido possa se elevar ao seu lugar no paraíso no menor tempo possível – um mês inteiro antes do *Yohrtzeit*.

Tudo isto nos leva a uma outra questão: Por que nós recitamos o Kaddish no dia do *Yohrtzeit* ao final dos 12 meses de luto? Não será isto paradoxal? Tendo concluído a recitação do Kaddish ao final dos 11 meses (pelos motivos positivos explicados antes), por que recitá-lo novamente no *Yohrtzeit*?

Poder-se-ia sugerir que o Kaddish ao final dos 12 meses é semelhante ao Kaddish recitado a cada ano no *Yohrtzeit*. O objetivo do Kaddish anual é o de provocar a ascensão da alma de nível em nível e não está conectado ao assunto de julgamento.

A verdade é que mesmo que o primeiro *Yohrtzeit* tenha semelhanças aos futuros *Yohrtzeits*, ele também tem uma conexão com o primeiro ano de luto: ele representa o período final do primeiro ano de luto e, como tal, está relacionado ao próprio período de luto. Conseqüentemente, ele pode ser um *Yohrtzeit*, mas também é parte dos 12 meses. O que nos traz de volta à questão do porque recitar o Kaddish ao final dos 12 meses quando nós acabamos de interromper o Kaddish no final dos 11 meses.

Consideremos antes um outro aspecto.

O Kaddish Facilita o Julgamento e Eleva a Alma

Se o propósito do Kaddish é o de aliviar o julgamento da alma (a *neshamah*) -- motivo pelo qual nós terminamos de recitar o Kaddish após 11 meses – então, por que será de todo necessário recitar o Kaddish após o falecimento de um grande *Tzaddik*, um homem ou mulher justo(a)? Parece-nos óbvio que tal alma não teria problemas com qualquer julgamento celestial!

A resposta para este dilema pode ser encontrada nos escritos de *Kabbalah* do Arizal (e, de fato, também é citado nas fontes *haláchicas*):

Quanto ao Kaddish que é recitado durante o primeiro ano... o motivo não é como comumente acreditado pela população em geral de que ele somente ajuda a salvar a alma do falecido do julgamento do purgatório. Há um outro benefício (vantagem): o Kaddish leva a alma aos Jardins do Éden ("paraíso") e ajuda a elevar a alma de nível em nível (Shaar Hakavanos, Kaddish).

É por este motivo que o Kaddish é também recitado em Shabat e Yom Tov durante os onze meses. (Apesar de todas as almas serem liberadas da punição do purgatório no Shabat e Yom Tov, nós ainda recitamos o Kaddish para provocar sua elevação).

O Kaddish é uma Escada

Há uma explicação paralela exposta nos ensinamentos esotéricos do Arizal sobre a função da reza do Kaddish na ordem das rezas diárias. De acordo com esta interpretação, o objetivo do Kaddish é provocar uma elevação de mundo espiritual em

mundo espiritual, de *Asiyah* para *Beriyah* para *Yetzirah* para *Atzilut*. Estes mundos são representados pelos quatro estágios da reza aludidos na alegoria da “escada sobre o chão e cujo topo alcança os céus” (*Bereshit* 28:2). Existem quatro degraus na escada e existem quatro pontos de ascensão na reza da manhã nos quais o Kaddish é recitado. Estes “degraus de Kaddish” permitem ao indivíduo elevar-se ao mundo mais superior e, então, alcançar outros quatro degraus descendentes nos quais a revelação de cima pode ser trazida para baixo, para a realidade do mundo, novamente através da recitação do Kaddish. (Há um total de dezesseis recitações de Kaddish durante as três rezas diárias e elas formam a estrutura deste processo de subida e descida).

Quando estudamos o significado do texto da Kabbalah, vemos que, de fato, estamos falando de subidas muito elevadas:

Yitgadal – exaltado e santificado seja Seu grande Nome.

Em essência, estamos provocando um aumento aparente na grandeza e santidade do Senhor, bendito seja Ele. Pois nós pronunciamos: “Possas Seu grande Nome ser abençoado...”. Nós somos capazes de produzir bênçãos ainda maiores até mesmo no Nome de D’us.

Nós podemos agora perceber como a recitação do Kaddish pela alma de um justo que se foi irá causar sua elevação, para subir de um nível elevado a níveis ainda mais elevados no *Gan Eden* (“Paraíso”).

Maiores explicações são necessárias neste ponto.

A simples observação nos diz que há um texto para o Kaddish. Nós recitamos o mesmo Kaddish por um *Tzaddik*, com a intenção de ajudar a elevar sua alma ao mais alto nível do *Gan Eden*, e nós recitamos exatamente o mesmo Kaddish para os nossos entes queridos que se foram e que talvez não foram tão justos em suas vidas. Nós até usamos o mesmo texto quando recitamos o Kaddish para uma pessoa que precisaria que o Kaddish fosse dito por todos os doze meses!

O Kaddish que Expia

Uma das mais antigas fontes talmúdicadas que lidam com a reza do Kaddish associa diretamente a recitação do Kaddish com os enlutados e afirma que o Kaddish alivia o julgamento do perverso. A seguinte história é contada sobre o Rabbi Akiva e é freqüentemente citada nos trabalhos *haláchicos*:

O Rabbi Akiva foi a um certo local (um cemitério) onde se encontrou com um homem (a alma de um homem) que carregava uma pesada carga em seus ombros, com a qual ele era incapaz de prosseguir, e ele estava chorando e suspirando. Ele perguntou ao homem: “O que você fez [durante sua vida]?” O

homem respondeu: "Não há ato proibido no mundo que eu tenha deixado de fazer e, agora, guardas foram colocados sobre mim que não me permitem descansar". Rabbi Akiva perguntou a ele: "Você deixou um filho?" Ele respondeu: "Por sua vida! Não me detenha, pois temo que os anjos que me batem com açoites ardentes e me dizem 'Por que você não anda rápido?'" Rabbi Akiva disse a ele: "Diga-me, quem você deixou?" Ele respondeu: "Eu deixei para trás minha esposa que estava grávida". Rabbi Akiva, então, seguiu para a cidade e perguntou: "Onde está o filho de Fulano?" [Os habitantes] responderam: "Que a memória deste perverso possa ser arrancada pela raiz!" Ele perguntou, então, o motivo e eles disseram: "Ele roubou e saqueou as pessoas e causou-lhes sofrimento; além disso, no Dia do Perdão, ele violentou uma moça que estava noiva". Ele seguiu para a casa e encontrou a esposa quase dando à luz a uma criança. Ele esperou até que ela desse à luz [a um menino], circuncidou-o e, quando ele cresceu, levou-o para a Sinagoga para que se reunisse à oração pública [a recitação do Kaddish]. Mais tarde, Rabbi Akiva retornou àquele [cemitério] e a [alma do falecido] apareceu para ele e disse: "Que sua mente possa estar [sempre] em paz porque você deixou minha mente em paz" (Tratado Kallah Rabosi cap. 2; Bais Yosef no Tur Yoreh De'ah cap. 376).

Rabbi Akiva deu-se ao trabalho de treinar o menino para que ele pudesse recitar o Kaddish por seu pai. Através de seu esforço, um homem, que havia sido jogado nas profundezas da punição, foi salvo.

Agora, por que usamos o mesmo texto de Kaddish quando queremos elevar um *Tzaddik* para os mundos celestiais mais elevados e quando queremos salvar o mais baixo pecador do purgatório?

A explicação é a seguinte:

Quando nós recitamos o Kaddish – não importa para quem – mesmo quando é para alguém que realmente necessita ser salvo do castigo, nossa intenção em assim fazê-lo é o de causar a elevação da alma, na maior medida possível, aos mais elevados níveis do *Gan Eden*, semelhante ao processo que iniciamos para o *Tzaddik*. A diferença é que o *Tzaddik* é capaz de ascender imediatamente e de forma evidente enquanto que, para os outros, este é um processo lento. O alcance do Kaddish permanece oculto e não produz a elevação até depois de onze meses, período no qual o julgamento é concluído.

O Kaddish Traz Salvação

É uma manifestação da infinita misericórdia de D'us, abençoado seja Ele, que Ele determine o caminho da salvação de forma a depender da recitação do Kaddish pelos

enlutados. “*Yitgadal* – exaltado e santificado seja Seu grande Nome”. É esta reza que causa a mais elevada ascensão na alma.

É interessante notar que existem outras áreas nas quais a associação do mundano com o sublime acrescenta força ao sublime. Filosoficamente, esta simbiose encontra sua fonte na Torá e nas *mitzvot* e está incluída na ordem de enobrecimento dos mundos. O Todo-Poderoso, o Próprio D’us, usa este padrão:

Pois assim disse o Elevado e Exaltado, que habita até a eternidade, e Seu Nome é Sagrado: “Entre os sublimes e os sagrados Eu habito, e com os oprimidos e humildes em espírito, para reviver o espírito do humilde e para reviver o coração do oprimido” (Yeshayahu 57:15).

Quem pode reviver “o espírito do humilde?” Somente o “Elevado e Exaltado” que habita “entre os sublimes e sagrados”. O mesmo princípio se aplica no caso do Kaddish: para que se possa salvar a alma do judeu modesto (o espírito do humilde), o Kaddish deve ser invocado: “Exaltado e santificado seja Seu grande Nome!”.

***Tzedakah* — Simples Porém Profundo**

Outro exemplo disto pode ser encontrado na *mitzvah* da *tzedakah*.

A *mitzvah* da *tzedakah* representa uma boa ação básica e simples. É um ato que qualquer um pode praticar e certamente é um dos passos iniciais no serviço Divino de uma pessoa. Pode-se facilmente ajudar um indivíduo humilhado dando-lhe algum dinheiro, alimento ou outro objeto de valor mínimo. Este ato de bondade aparentemente fácil e básico é aludido na filosofia chassídica como “...verdadeiramente a *mitzvah* do Senhor” (*Iggeret Hakodesh* 17), pois é o ato que D’us pratica ao dar vida a toda existência. Portanto, é a *tzedakah* de D’us que serve como a fonte de toda radiação e geração Divina. As mais elevadas influências e as mais baixas influências derivam todas da *tzedakah* de D’us, Bendito seja Ele, e que vem da prática da *tzedakah* pelos judeus, quando eles ajudam a uma pessoa pobre dando-lhe [a mínima] quantia equivalente à moeda bíblica *perutah* (uma quantia mínima).

Podemos aprender uma outra ilustração da Torá – olhemos para o Alef-Beit que ensinamos às crianças pequenas. Mesmo antes de elas serem capazes de entender qualquer sabedoria da Torá, as letras do Alef-Beit são ensinadas aos bebês. Estas mesmas letras se combinam para formar todas as palavras da Torá e todos os caminhos de elevação do mundo que emerge das palavras da criação. Mais especificamente, as letras do alfabeto constroem palavras; elas são, assim, um passo antes dos termos que elas formam, tal como os tijolos são menos significativos que o prédio formado por eles, e, ao mesmo tempo, há um aspecto todo abrangente nas letras que transcendem as palavras.

Nós podemos, agora, aplicar esta analogia ao fenômeno do Kaddish. É uma forma de *tzedakah* para a alma – para redimir a alma do castigo. A alma pecadora é elevada somente pela recitação da palavra "*Yitgadal...*" e isto produz uma grande elevação da alma mesmo que, às vezes, ela seja atrasada e oculta.

Primeiro Yohrtzeit – A Ascensão Revelada

Nós agora podemos examinar a fundo a lógica da recitação do Kaddish mais uma vez no encerramento dos 12 meses. A recitação do Kaddish durante 11 meses foi feita com o propósito de ajudar à alma a se elevar de nível em nível. Em continuação a estas subidas, recitamos o Kaddish novamente após os 12 meses, pois é chegado o momento não do salvamento da alma do julgamento, mas em que a salvação e a ascensão pré-arranjadas serão reveladas. (Enquanto que, ao final dos 11 meses, nós encontramos somente o tema da salvação).

Apesar dos costumes e práticas do *Yohrtzeit* aos 12 meses estarem geralmente associadas às questões do luto, a ascensão provocada pelo Kaddish recitado ao final dos 12 meses é uma subida substancial e é muito mais elevada do que meramente ser salvo do julgamento, em cujo caso os aspectos negativos são removidos, permitindo à alma escalar de nível em nível no *Gan Eden* e se deleitar na glória da *Shechinah* (Presença Divina).

Nós, agora, enfrentamos um outro paradoxo. Explicamos que o Kaddish produz uma ascensão para o falecido e minimiza o julgamento; nós, portanto, encerramos a recitação do Kaddish para uma pessoa comum após os 11 meses em respeito à alma que partiu. Não está claro, entretanto, por que encerramos a recitação do Kaddish para um *Tzaddik* após onze meses.

No caso do *Tzaddik*, o objetivo do Kaddish é somente positivo. Então, por que parar?

A resposta é que, até mesmo para um homem ou mulher justos, um novo estágio de escalada se inicia após os onze meses que é incomparavelmente superior ao que era antes. A elevação nos mundos do *Gan Eden* alcançáveis pelo *Tzaddik* após onze meses é semelhante ao salto quântico da pessoa comum após onze meses. Porque o salto vivenciado pela alma do *Tzaddik* naquele momento é tão grande, é incompreensível recitarmos o Kaddish, pois mesmo suas elevadas palavras são relativamente fracas e não podem alcançar a energia suprema da ascensão naquele momento. Entretanto, quando o 12º mês é alcançado, a própria pessoa que recita o Kaddish está em um novo e mais elevado nível e, agora, as palavras do Kaddish podem, novamente, ajudar a provocar a elevação da alma.

Recitar Kaddish, Ouvir Kaddish – Tudo Eleva

No Shabat seguinte ao término da recitação do Kaddish, um novo sistema se inicia para a alma ascendente e também introduz uma nova ordem revelada no mundo físico, pois a nova ordem não é somente para a alma, mas também para aquele que recita o Kaddish. E ela também se aplica àquele que ouve o Kaddish e, especialmente, para aquele que responde "*Amén, Yehei Shemei Rabbah...*". Em alguns aspectos, ele é até mais elevado do que aquele que recita o Kaddish e também afeta a todos ao alcance de sua voz. Para todas estas pessoas, um novo estágio no serviço Divino começa no mundo físico e na ordem espiritual.

Todos recebem uma nova força através do processo de elevação da alma ao final do período do Kaddish e isto incrementa em Torá, *mitzvot* e *Yiddishkeit*, em auto-aperfeiçoamento e no trabalho com os outros -- mesmo aqueles que estão nos níveis mais baixos. Também eles podem se elevar de maneira infinita. E, se isto não for imediatamente aparente agora, você deve ser paciente. Mas você pode estar certo que suas palavras de encorajamento terão muita influência a longo prazo.

Na *Parashá Shemot*, enquanto o Povo Judeu ainda estava no Egito -- a abominação da terra -- ele se multiplicou e cresceu e sua preciosidade perante D'us foi revelada. Eles se multiplicaram e a terra foi preenchida por eles de forma que os gentios também viram como eles eram amados por D'us.

Este fenômeno fez com que eles fossem indiferentes à *Galut* ("exílio") e prestassem atenção à profecia de que ficariam no Egito por 210 anos. Eles fizeram todo o possível "para se multiplicarem e aumentarem bastante", na forma de ascenderem cada vez mais alto para que pudessem receber as bênçãos de D'us.

Da mesma forma, em nossa Diáspora, os judeus também devem cumprir os mandamentos de D'us para "serem férteis e encherem a terra e conquistá-la". Pais devem considerar as belas oportunidades da paternidade e os grandes prazeres que D'us nos envia quando nasce um novo menino judeu ou uma nova menina judia. Este aumento da população também deve acontecer no sentido espiritual. Apesar de estarmos na escuridão da *galut*, devemos continuar a nos elevar e aumentar em assuntos de *Yiddishkeit*. Se aprendermos da sociedade secular a sabedoria do Egito, devemos usar aquele conhecimento para o benefício que ele nos trará em realizações práticas, e no tempo economizado, para mais Torá e reza. Por exemplo, o estudo da Matemática e Astronomia nos ajuda a calcular as estações do ano e o calendário. Nós também devemos usar o conhecimento científico para explicar aos outros a verdade da Torá e para provar que a Torá está de total acordo com as leis científicas.

E Sobre o Jejum no *Yohrtzeit*?

Existe um outro aspecto nas práticas do *Yohrtzeit*. Há o costume do jejum no *Yohrtzeit*, especialmente no de um *Tzaddik*. Entretanto, nós não encontramos esta prática registrada no costume Chabad nem no *Tanya*, *Torah Or* ou *Likkutei Torah*. Na verdade,

isto segue a filosofia da Chassidut geral e, em especial, a de Chabad, de que, nas últimas gerações, nós devemos minimizar os jejuns e as autopunições.

O Ba'al Shem Tov propôs esta filosofia explicando o seguinte versículo:

Quando você vir um burro... caído debaixo de sua carga... pode ocorrer a você seguir o caminho da penitência da carne... não nesta situação... entretanto... você deve ajudá-lo... a purificar o corpo, refiná-lo, mas não o quebre pela penitência (Hayom Yom, 28 de Shvat).

O Maggid de Mezritch, da mesma forma, disse: "Uma pequena perfuração no corpo produz um grande buraco na alma". E o Alter Rebbe explica no *Tanya* que, em tempos modernos, nós não devemos fazer jejuns nem mesmo por causa do arrependimento. Em vez disso, devemos aumentar a *tzedakah*.

Esta fraqueza predominante da natureza física da geração não é algo que escolhemos, mas é causada pela Providência Divina. D'us fez estas gerações mais frágeis. Por quê? Isto nos mostra que os refinamentos do mundo que tiveram de ser alcançados através da penitência foram conseguidos nas gerações anteriores e não são mais necessários agora.

E, mesmo naqueles assuntos em que ainda é necessário haver um refinamento, nada estará faltando se alguém seguir o conselho do Ba'al Shem Tov e do Alter Rebbe.

Nestas gerações, podemos conseguir o mesmo sem dor, com alegria e boa saúde.

A filosofia Chabad especificamente nos ensina que nosso serviço Divino deve penetrar o ser humano (e não quebrá-lo) – começando com o intelecto e, então, penetrar a totalidade do ser.

Levando este ponto adiante, nós devemos, nos dias de hoje, abolir mesmo aqueles jejuns que o Alter Rebbe permitiu no *Iggeret HaTeshuvah*, mesmo aqueles que devem ser redimidos pela *tzedakah*.

Assim, também no caso do *Yohrtzeit* dos *Tzaddikim*, mesmo hoje nós podemos receber as revelações espirituais ligadas ao dia através do serviço Divino relacionado ao corpo sem jejum. Não questionamos outros grupos ou costumes que sancionam o jejum, pois "cada rio flui em seu próprio caminho" e todos devem seguir e escalar sua própria trilha, mas este é o caminho do Chabad. Isto é especialmente assim à luz da explicação anterior sobre a elevação da alma conquistada no *Yohrtzeit* assim como a elevação daqueles associados à alma do falecido. Na vida dos indivíduos interessados, isto expressará a si próprio em mais estudo de Torá, mais caridade e mais *mitzvot*.

LEIS REFERENTES À RECITAÇÃO DO KADDISH

Por Rabino Shamaï Ende

Quem Deve Recitar o Kaddish

- 1) Costuma-se recitar o Kaddish pelos pais por onze meses após o falecimento, cumprindo, desta forma, a *mitzvah* de honrar os pais. Não é correto que o filho contrate alguém para falar Kaddish em seu lugar se ele pode fazê-lo.
- 2) Caso o falecido não tenha deixado filhos homens, as filhas não podem falar o Kaddish. Neste caso, se o falecido deixou netos que tenham um dos pais falecidos, estes devem recitar o Kaddish pelos avós. Se isto não for possível, um outro parente próximo deve recitar, como o genro, pai ou irmão.
- 3) Se não existe parente próximo que possa recitar o Kaddish, deve-se contratar alguém que não tenha pais vivos para recitá-lo pelo falecido. Neste caso, os parentes devem fazer questão de pagar para aquele que recita o Kaddish.
- 4) A pessoa contratada para recitar o Kaddish deve declarar de manhã, antes de recitar o primeiro Kaddish do dia: "Eu estou recitando o Kaddish para a elevação da alma de fulano(a) filho(a) de fulano(a) (nome do pai para os *ashkenazim* ou da mãe para os *sefaradim*)".
- 5) A princípio, não se deve recitar o Kaddish por várias pessoas. No entanto, se a pessoa for contratada para esta tarefa, deve recitar pelo menos um Kaddish para cada alma, falando, antes de cada Kaddish, o nome da alma a que se destina aquela recitação.
- 6) Mesmo alguém que recita o Kaddish pelos pais pode ser contratado para recitá-lo por outros, sendo que parte dos Kaddishim deve ser recitada para o outro falecido. Costuma-se usar parte do dinheiro recebido para comprar velas e acendê-las em homenagem aos pais durante a reza. Neste caso, o filho não deve recitar o Kaddish no décimo segundo mês após o falecimento do pai, mesmo no caso de perda de dinheiro, para não desonrar seu pai.
- 7) Costuma-se recitar o Kaddish até mesmo se o falecido for uma criança pequena acima de um mês de idade. Porém, em algumas comunidades, não se recita o Kaddish para crianças abaixo da idade de *Bar/Bat Mitzvah*.

Início e Término dos Onze Meses.

- 8) Os onze meses são contados a partir do dia do falecimento (terminando na reza de *Minchá* do penúltimo dia de 11º mês), mesmo que o enterro tenha sido alguns dias depois. Por exemplo, se o falecimento ocorreu em 18 de Sivan, recita-se o Kaddish

até 17 de Iyyar. Também no caso de dois meses Adar num mesmo ano, recita-se o Kaddish somente até o final dos onze meses. Por exemplo, no caso acima, o Kaddish é recitado até 17 de Nissan.

- 9) A partir do falecimento, mesmo antes do enterro, o filho pode ir à sinagoga recitar o Kaddish, mas não pode rezar por ser *Onen* (palavra que designa o enlutado no período entre o falecimento e o enterro). Muitos têm este costume para completar os onze meses, sendo este o costume Chabad.
- 10) Existem comunidades que começam a contar os onze meses a partir do dia do enterro, não sendo este o costume geral.
- 11) Entre os *sefaradim*, muitos costumam interromper a recitação do Kaddish por uma semana ao final dos onze meses para voltar a recitá-lo nas três semanas seguintes até completar os doze meses.
- 12) O Kaddish é recitado diariamente, mesmo em Shabat, Yom Tov, Rosh Hashanah e Yom Kippur, em todas as orações, sendo que o filho deve se esforçar para não deixar de recitar nenhum Kaddish.
- 13) Mesmo se o enlutado não falou Kaddish por um período -- por exemplo, por ter recebido atrasado a notícia do falecimento -- não deve recitar o Kaddish além do último dia do décimo primeiro mês após o falecimento.
- 14) Se a mãe faleceu algum tempo após o pai, ou vice-versa, deve-se recitar o Kaddish até o final do décimo primeiro mês do último falecimento, mesmo que entre no décimo segundo mês do primeiro falecimento. Porém, se o enlutado está recitando Kaddish por outro parente, deve interromper a recitação no final dos onze meses da recitação do Kaddish pelos pais.
- 15) Se o filho tem *Yohrtzeit* por um dos pais no décimo segundo mês de luto pelo outro, poderá recitar o Kaddish neste dia normalmente.
- 16) No último dia em que se recita o Kaddish, costuma-se servir um *lechayim* na sinagoga para a elevação da alma. Este *lechayim* é chamado por alguns de *Ticun* (literalmente "conserto"), ou seja, o dia que terminou o "*ticun*" da alma e seu julgamento.

Como Recitamos o Kaddish

- 17) O Kaddish é recitado várias vezes durante as orações, após as mesmas, após a recitação pública de Salmos e após um estudo público.

- 18) Existem várias formas de recitar o Kaddish: O "*meio-Kaddish*", recitado pelo Chazan várias vezes durante as orações, como, por exemplo, após o *Yishtabach* e antes da *Amidá* de *Minchá* e *Maariv*; o "*Kaddish Titcabel*" recitado também pelo Chazan após a *Amidá* de cada uma das orações; o "*Kaddish Yatom*", recitado pelos enlutados em várias partes da oração, como após o *Alênu Leshabêach* e após a recitação de Salmos; o "*Kaddish DeRabanan*", recitado pelo enlutado após um estudo ou após certos trechos do *Talmud* recitados durante as orações, como após do "*En E-lo-hê-nu*"; e o "*Kaddish Deatid Leitchadatah*" recitado pelo enlutado após o *Tsiduk Hadin* depois do enterro e após um *Siyum Massechet* (término do estudo de um tratado talmúdico).
- 19) O enlutado deve tentar recitar todos estes tipos de Kaddishim, tentando sempre ser o Chazan ou, pelo menos, toda vez que o "*Kaddish Yatom*" e o "*Kaddish DeRabanan*" forem recitados.
- 20) Só é permitido recitar o Kaddish na presença de dez homens judeus acima da idade de *Bar Mitzvah* (*minyian*). Se na hora da reza não houver *minyian*, ou se estudaram Torá sem a presença de um *minyian* e posteriormente completou-se um *minyian*, pode-se recitar o Kaddish, contanto que se recite com o *minyian* um Salmo ou uma *Mishnah* (trecho do *Talmud*) antes de recitar o Kaddish.
- 21) Se o Kaddish começou a ser recitado perante um *minyian* e, durante sua recitação, algumas pessoas saíram do recinto, pode-se terminar a recitação se a maioria do *minyian* permaneceu no local. Porém, consiste uma grande falha sair da sinagoga durante a recitação do Kaddish quando lá se encontra um *minyian* exato.
- 22) Antigamente, só era permitido recitar o "*Kaddish Yatom*" ou o "*Kaddish DeRabanan*" uma pessoa por vez, sendo que, se houvesse vários enlutados na sinagoga, havia numa ordem de preferência a ser seguida, ou então, definida por sorteio. Porém, atualmente, na maioria das comunidades, o "*Kaddish Yatom*" e o "*Kaddish DeRabanan*" são recitados por todos os enlutados juntos para não que ninguém se sinta prejudicado na hora da escolha. Em algumas comunidades *sefaradim*, também o "*meio-Kaddish*" durante as orações é recitado pelos enlutados junto com o Chazan.
- 23) Quando vários enlutados recitam juntos o Kaddish, é correto que recitem em unísono para facilitar ao público responder o "*Amén*". Porém, caso cada um recite o Kaddish em seu próprio ritmo, deve-se responder após o primeiro e, se o segundo terminar muito depois, deve-se responder também para ele.
- 24) Deve-se tomar o máximo de cuidado para recitar as palavras corretamente. Se o enlutado não sabe ler hebraico, deve treinar o texto transliterado para poder recitar as palavras corretamente.

- 25) Deve-se recitar o Kaddish de pé e em voz alta para que as pessoas possam responder o "Amén".
- 26) A pessoa que recita o Kaddish deve estar vestida adequadamente, de forma respeitosa à oração. Como existem várias leis sobre como se vestir, um Rabino deve ser consultado.
- 27) Ao recitar o Kaddish, o enlutado não deve ter a intenção de estar rezando pelo falecido, mas sim pela santificação do Nome Divino e, por este mérito, o falecido será salvo de qualquer julgamento negativo e do *Gehinom*.
- 28) É costume curvar-se pelo menos 5 vezes durante a recitação do Kaddish: Ao falar "Yitgadal", "Yehe Sheme", "Yitbarach", "Brich Hu" e "Amén". Existem outros costumes de se curvar várias outras vezes e existem também costumes de não se curvar nenhuma vez. Cada um deve seguir seu costume ou consultar o Rabino de sua comunidade.

Quantas Vezes Recitamos o Kaddish Diariamente

- 29) Durante as orações diárias, o Kaddish é recitado obrigatoriamente pelo menos 7 vezes: Após "Yishtabach"; após o *tachanun* de *Shacharit* (ou após a *Amidá* no dia em que o *tachanun* não é recitado); após "Uva Letsion"; antes da *Amidá* de *Minchá*; após o *tachanun* de *Minchá* (ou após a *Amidá* no dia em que o *tachanun* não é recitado); antes da *Amidá* de *Arvit*; e após a *Amidá* de *Arvit*. No dia que *Mussaf* é recitado, existe um Kaddish a mais após a *Amidá* de *Mussaf*.
- 30) Além destes, existem diariamente vários outros Kaddishim destinados aos enlutados durante as orações, e vários "Kaddishim DeRabanan" também recitados pelos enlutados.
- 31) Cada pessoa deve tentar responder a pelo menos dez Kaddishim diariamente.
- 32) Vários Sábios ordenaram a seus filhos que recitassem pelo menos oito Kaddishim diariamente ¹². Conforme o costume Chabad, recita-se o Kaddish 16 vezes por dia.
- 33) Em algumas comunidades, costuma-se estudar, após cada uma das orações, um capítulo de *Mishnah* ¹³, em especial o capítulo 24 de *Kelim* ¹⁴ e o capítulo 7 de *Micvaot* ¹⁵. Após estes estudos, os enlutados recitam o "Kaddish DeRabanan". De acordo com o costume Chabad, após terminar este estudo em público, o enlutado recita algumas linhas do *Tanya* em voz baixa antes do Kaddish.
- 34) Também o "meio-Kaddish" recitado após a leitura da Torá pertence ao enlutado, devendo ser escolhido um enlutado conforme a ordem de preferência para recitá-lo.

¹² O motivo para isto é que consta nos livros sagrados que cada Kaddish protege a alma do *Guehinom* por uma hora e meia, sendo que oito Kaddishim a protegem durante as 12 horas do dia.

¹³ O estudo da *Mishnah* tem um dom especial para a elevação da alma, já que a palavra *mishnah* é formada pelas mesmas letras da palavra *neshamah* (alma),

¹⁴ Este capítulo tem preferência, pois todas as *mishnaiot* terminam com a palavra "pura", sendo uma receita para purificar a alma do falecido.

¹⁵ Este capítulo tem preferência, pois as últimas 4 *mishnaiot* iniciam-se com as letras *nun*, *shin*, *mem* e *he*, formando o acróstico da palavra *neshamah* (alma).

3ª Parte

Morte e Luto **Perguntas e Respostas**

O QUE É UMA ALMA? ¹⁶

Por Yanki Tauber

A alma é o próprio ser, o “eu” que habita o corpo e age através dele. Sem a alma, o corpo é como uma lâmpada sem eletricidade, um computador sem programas, uma roupa espacial sem um astronauta dentro. Com a introdução da alma, o corpo adquire vida, visão e audição, pensamento e fala, inteligência e emoções, vontade e desejo, personalidade e identidade.

Tudo Tem Uma Alma

Na verdade, não apenas o ser humano, mas também toda criatura possui uma “alma”. Animais têm almas, assim como as plantas e até os objetos inanimados; cada folha de grama tem uma alma, e até mesmo cada grão de areia. Não somente vida, mas a existência também requer uma alma para sustentá-la – uma “faísca de Divindade” que enche perpetuamente seu objeto com existência e importância. Uma alma não é apenas o motor da vida; ela também engloba o *porquê* da existência de algo, seu significado e propósito. É a “identidade interior da coisa, sua razão de ser. Assim como a ‘alma’ de uma composição musical é a visão do compositor que dá energia e vida às notas tocadas em uma música – as verdadeiras notas são como o corpo expressando a visão e o sentimento da alma dentro delas. Cada alma é a expressão do desejo e visão de D’us na criação daquele ser em particular” ¹⁷.

Cinco Níveis

Mas é a alma humana que é a mais complexa e a mais elevada das almas. Nossos Sábios disseram: “Ela é chamada por cinco nomes: *Nefesh* (alma), *Ruach* (espírito), *Neshamah* (sopro), *Chayah* (vida) e *Yechidah* (singularidade)” ¹⁸. Os mestres chassídicos explicam que os cinco “nomes” das almas, na verdade, descrevem os cinco níveis ou dimensões da alma. *Nefesh* é a alma como motor da vida física. *Ruach* é o “eu” emocional e a “personalidade”. *Neshamah* é o “eu” intelectual. *Chayah* é o “eu” supra-racional – o assento da vontade, desejo, comprometimento e fé. *Yechidah* conota a essência da alma – sua unidade com sua fonte, a essência singular de D’us. Pois a essência da alma do homem é “literalmente uma parte de D’us” ¹⁹ – um pedaço de D’us dentro de nós, por assim dizer.

Duas Almas

Os mestres chassídicos falam de “duas almas distintas” que dão vida ao ser humano: uma “Alma Animal” e uma “Alma Divina”. A Alma Animal é guiada pela busca da auto-

¹⁶ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/301160/jewish/What-is-a-Soul.htm.

¹⁷ Simon Jacobson em *Towards a Meaningful Life*.

¹⁸ *Midrash Rabbah, Bereishit 14:9*.

¹⁹ *Tanya*, cap. 2.

preservação e do auto-aprimoramento; nisto, ela se parece com a alma e o “eu” de todas as criaturas. Mas nós também possuímos uma Alma Divina – uma alma guiada pelo desejo de se ligar novamente com sua Fonte. Nossas vidas são a história da disputa e do inter-relacionamento entre estas duas almas ao nos esforçarmos para equilibrar e reconciliar nossas necessidades e desejos físicos com nossas aspirações espirituais, nossos impulsos egoístas com nossos desejos altruístas. Estas duas almas, entretanto, não residem “lado a lado” dentro do corpo; na verdade, a Alma Divina está englobada dentro da Alma Animal – assim como a Alma Animal está englobada dentro do corpo. Isto significa que também a Alma Animal é vitalizada pela “parte de D’us acima” em seu núcleo. De forma ostensiva, as duas almas estão em conflito uma com a outra, mas, na essência, elas são compatíveis ²⁰.

Escolha

A essência Divina da alma humana é o que põe o ser humano acima e à parte de todas as outras criaturas, até mesmo dos anjos. O anjo pode ser mais espiritual, mas o ser humano é mais Divino. Nenhuma criatura pode possuir verdadeira liberdade de escolha – uma criatura, por definição, tem e consiste somente do que o seu criador transmitiu a ela; isto é sua “natureza” e toda sua inclinação e ação serão ditadas por aquela natureza. É somente para a alma animal que o Criador transmitiu de Sua própria essência. A alma humana é, assim, o único ser verdadeiramente “sobrenatural” (além do Criador) – um ser que não é limitado por sua própria natureza. Um ser que pode transcender a si mesmo; um ser que pode escolher não apenas reagir ao seu meio-ambiente, mas agir sobre ele; um ser cujas escolhas e ações são, portanto, de *importância* verdadeira.

Por Que Uma Vida Física?

Uma alma é formada no ventre de mundos espirituais celestiais, onde ela adquire sua identidade e missão distintas. Para cumprir esta missão, ela é enviada ao mundo físico, englobada dentro de uma Alma Animal e equipada com um corpo. Aqui, a Alma Divina é desafiada pelas necessidades e desejos (aparentemente) conflitantes da Alma Animal; aqui, a realidade Divina é obscurecida pela densa individualidade do corpo e do mundo físico. Nesta arena de verdade oculta e desafio perpétuo, a alma pode expressar e realizar plenamente seu poder Divino ²¹.

Orientação e Nutrição

A alma é provida de uma bússola e um guia para navegar pelos desafios da vida física e os recursos para fortalecê-la. A Torá é o “projeto Divino da criação” que guia e instrui a alma em sua missão na vida. A Torá também é o “alimento para a alma”: estudando a

²⁰ Tanya, caps. 1-12 e outros.

²¹ Ver [Body: The Physical World According to Rabbi Schneur Zalman of Liadi](#).

Torá, a alma “ingere e digere” a sabedoria Divina e é suprida com a energia Divina para perseverar em sua missão e superar seus desafios.

Mitzvot

Uma *mitzvah* é um ato Divino. Toda vez que uma alma pratica uma *mitzvah* – dando uma moeda para caridade, colocando os *tefillin* ou acendendo as velas de Shabat – ela age como um “parceiro de D’us na criação” e traz a Presença Divina para o mundo. As *mitzvot* são todas ações físicas – portanto, a alma pode praticá-las somente enquanto residir no mundo físico, investida dentro da Alma Animal e num corpo. Assim, a duração de sua vida física é a única oportunidade da alma de praticar *mitzvot*. Tudo o que vem antes e depois é apenas uma introdução e uma consequência dos maiores e mais elevados momentos da alma – ela atua conectando o Divino com o mundano.

Vida Após Vida

Na conclusão de sua expectativa de vida física, a alma retoma um estado puramente espiritual. Ela não pode mais praticar *mitzvot*, mas os atos Divinos que ela praticou durante sua vida física a elevaram a alturas que ela não podia sequer ter contemplado antes de sua descida. Estas *mitzvot* são como sementes que criam raízes no solo do mundo físico e crescem e se multiplicam, alimentando ainda mais a ascensão da alma, assim como as boas ações praticadas pelos outros no mundo físico em mérito da alma que partiu.

Mundo Vindouro

No final das contas, a alma será reunida ao corpo. Na Era Messiânica, a ressurreição dos mortos antecederá um “Mundo Vindouro” de vida *física* eterna, na qual a “morte será erradicada para sempre” ²². No Mundo Vindouro, toda a criação refletirá completamente e sem limites a infinidade e perfeição de seu Criador e o físico transcenderá a finitude e mortalidade que a definem no mundo imperfeito de hoje.

OS JUDEUS ACREDITAM EM VIDA APÓS A MORTE? ²³

Por Tzvi Freeman

Não existe nada **após** a vida, pois a vida nunca termina. Ela apenas se eleva cada vez mais alto. A alma é liberada do corpo e retorna, mais do que nunca, para mais perto de sua fonte.

²² Yeshayahu 25:8.

²³ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/266286/jewish/Do-Jews-Believe-in-an-Afterlife.htm.

A Torá assume isto em sua linguagem em várias ocasiões – por exemplo, ao descrever a morte de Avraham como indo descansar com seus pais, e frases similares. O Talmud discute as experiências de várias pessoas que fizeram a viagem de ida e volta de lá. Textos judaicos clássicos, tais como o *Maavor Yabok*, descrevem o processo de entrada no mundo de vida superior como um reflexo das experiências da alma enquanto ela estava dentro do corpo: Se a alma esteve entrincheirada em prazeres materiais, ela vivencia a dor da separação deles para que ela possa vivenciar o prazer infinitamente maior de se deleitar na Luz Divina. Se ela estiver manchada e danificada por atos que a separaram do seu verdadeiro *eu* enquanto estava aqui em baixo, ela deve, então, ser limpa e curada.

Por outro lado, as boas ações e a sabedoria que ela ganhou em sua missão em baixo servem como uma proteção para a sua jornada em cima. Você vai querer uma roupa espacial muito boa para fazer esta viagem!

O *Zohar* nos fala que, se não fosse pela intermediação das almas puras acima, nosso mundo não poderia durar nem mais um momento. Cada uma de nossas vidas é fortemente influenciada pelo trabalho de nossos ancestrais naquele outro mundo. Nossas avós continuam tomando conta de nós!

Por que almas que estão se deleitando na Luz Divina em cima se preocupariam com o que está acontecendo em nossa vida mundana aqui em baixo? Porque, lá, elas sentem a verdade que é tão facilmente negligenciada aqui em baixo: a de que este mundo inferior e material é o foco do propósito Divino em criar tudo o que existe.

Também é por isso que, no final, todas as almas retornarão a corpos físicos no mundo.

O QUE ACONTECE DEPOIS QUE MORREMOS? ²⁴

Por Shlomo Yaffe e Yanki Tauber

Uma das crenças fundamentais do Judaísmo é a de que a vida não começa no nascimento nem termina com a morte. Isto é articulado no versículo em *Kohelet* (Eclesiastes): “E o pó retorna à terra como é, e o espírito retorna a D’us, Quem lhe deu”²⁵.

O Lubavitcher Rebbe indica com freqüência que uma lei básica da física (conhecida como a Primeira Lei da Termodinâmica) é a de que nenhuma energia é “perdida” ou destruída; ela somente assume outra forma. Se este é o caso com a energia física, o quanto não o será com uma entidade espiritual tal como a alma, cuja existência não é limitada pelo tempo e espaço nem por qualquer dos outros limitadores do estado físico. Certamente, a energia espiritual - que no ser humano é a fonte da visão e da audição,

²⁴ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/303987/jewish/What-Happens-After-We-Die.htm.

²⁵ *Eclesiastes* 12:7.

emoção e intelecto, vontade e consciência - não para de existir meramente porque o corpo físico parou de funcionar; em vez disso, ela passa de uma forma de existência (vida física como expressada e praticada através do corpo) a uma forma exclusivamente espiritual de existência mais elevada.

Enquanto existem várias estações na jornada da alma, estas podem, geralmente, ser agrupadas em quatro fases gerais:

- a) a existência espiritual plena da alma antes de sua entrada no corpo;
- b) vida física;
- c) vida pós-física no *Gan Eden* (o "Jardim do Éden", também chamado de "Céu" e "Paraíso");
- d) o *Olam HaBa* ("Mundo Vindouro") que virá depois da ressurreição dos mortos.

O que são estas quatro fases e por que todas as quatro são necessárias?

Ver ou Não Ver: O Paradoxo do Livre Arbítrio

Discutido a fundo nos ensinamentos chassídicos ²⁶, o objetivo fundamental da alma é cumprido durante o tempo em que ela passa no mundo físico, tornando este mundo "uma moradia para D'us", encontrando e expressando a Divindade na vida cotidiana através do cumprimento de *mitzvot*.

Mas, para que nossas ações neste mundo tenham verdadeira importância, elas devem ser produto de nosso *livre arbítrio*. Se fossemos experimentar o poder e a beleza da Presença Divina que trazemos para o mundo com nossas *mitzvot*, nós sempre escolheríamos o que é certo e, portanto, perderíamos nossa autonomia. *O óbvio* se torna *robótico*. Nossas realizações não seriam nossas, não mais do que é uma "realização" quando comemos três refeições por dia ou evitamos pular para dentro de uma fogueira.

Por isso, o estágio crucial de nossas vidas é decretado sob as condições de quase total escuridão espiritual; em um mundo no qual a realidade Divina está oculta, no qual nosso objetivo de vida não é óbvio; um mundo no qual "todos os seus assuntos são severos e maus e os homens perversos prevalecem" ²⁷. Num mundo como este, nossas ações positivas e Divinas seriam verdadeiramente nossa própria escolha e realizações.

Por outro lado, entretanto, como seria possível descobrir – e agir de acordo com – a bondade e a verdade sob tais condições? Se a alma está enterrada em um mundo sem D'us como este e isolada de todo o conhecimento do Divino, como poderia ela descobrir o caminho da verdade?

²⁶ Ver [Body: The Physical World According to Rabbi Schneur Zalman of Liadi](#) e nossos artigos sobre [The Purpose of Creation](#) e [A Dwelling for G-d in the Physical World](#).

²⁷ *Tanya*, cap. 6.

É por isto que a alma existe em um estado puramente espiritual *antes* de descer a este mundo. Em sua existência pré-física, a alma é fortalecida com a sabedoria, conhecimento e visão Divinos que lhe darão poderes em seus esforços para transcender e transformar a realidade física.

Nas palavras do Talmud: “Ao feto no ventre de sua mãe é ensinada toda a Torá... Quando chega a hora de emergir para a atmosfera do mundo, vem um anjo e bate em sua boca, fazendo-o esquecer de tudo”²⁸.

Uma questão óbvia: Se nós fomos feitos para esquecer tudo, por que nos ensinar em primeiro lugar? Mas nisto reside todo o paradoxo do conhecimento e escolha: nós não podemos ver a verdade, nós nem mesmo podemos conhecê-la de forma manifesta, mas, ao mesmo tempo, nós *realmente* a conhecemos, bem dentro de nós. Tão profundamente que nós podemos escolher ignorá-la, mas também profundo o suficiente para que, onde quer que estejamos e o que quer que nos tenhamos tornado, nós sempre poderemos revelá-la. Isto, na análise final, é escolha: nossa escolha de seguir o conhecimento implantado em nossa alma ou de suprimi-lo.

A Exclusividade Mútua de Conquista e Recompensa

Assim, o palco está montado para a segunda fase: os testes e as atribulações da vida física. As características do físico – sua finitude, sua opacidade, seu egocentrismo, sua tendência a ocultar o que está por trás dele – formam um pesado véu que obscurece virtualmente todo conhecimento e memória de nossa fonte Divina. Mesmo assim, lá no fundo, nós sabemos a diferença entre o certo e o errado. De alguma forma, nós sabemos que a vida é importante e que nós estamos aqui para cumprir um objetivo Divino: de certo modo, quando confrontados com uma escolha entre uma ação Divina e uma ação não-Divina, nós sabemos a diferença. O conhecimento é fraco – uma memória turva, subconsciente, de um estado espiritual prévio. Nós podemos silenciá-la ou amplificá-la – a escolha é nossa.

Tudo o que é físico é, por definição, finito; de fato, isto é o que faz dele uma ocultação da infinitude do Divino. Intrínseco à vida física é o fato de que ela é finita no tempo: ela termina. Uma vez que acabe – uma vez que nossa alma seja libertada de sua incorporação física – nós não podemos mais executar e realizar. Mas agora, finalmente, nós podemos contemplar e obter satisfação daquilo que realizamos.

Os dois são mutuamente exclusivos: realização exclui satisfação; satisfação exclui realização. Realização pode apenas ocorrer na cegueira espiritual do mundo físico; satisfação pode apenas ocorrer no ambiente sem escolhas da realidade espiritual.

²⁸ Talmud, Nidah 30b.

O Talmud cita o versículo: “Vós deveis praticar as *mitzvot*, os decretos e as leis que Eu vos ordeno hoje a fazê-los”²⁹. “Hoje a fazê-los”, explica o Talmud, “mas não para fazê-los amanhã. Hoje para fazê-los, e amanhã para receber sua recompensa”³⁰. A “Ética dos Pais” assim se expressa: “Um simples momento de arrependimento e boas ações neste mundo é maior que todo o Mundo Vindouro. E um simples momento de felicidade no Mundo Vindouro é maior que tudo deste mundo”³¹.

É como se nós passássemos uma centena de anos ouvindo uma orquestra executando uma sinfonia na televisão – com o som desligado. Nós vimos os movimentos das mãos do maestro e dos músicos. Às vezes, nós perguntamos: por que as pessoas na tela estão fazendo todos estes estranhos movimentos sem nenhum propósito? Às vezes, nós entendemos que uma grande peça musical estava sendo tocada, mas não ouvimos uma única nota. Após uma centena de anos de atenção em silêncio, nós vemos tudo de novo – desta vez com o som ligado.

Nós somos a orquestra e as músicas – bem tocadas ou não – são as ações de nossas vidas.

O Que é Céu e Inferno?

Céu e inferno são os locais onde a alma recebe sua punição e recompensa após a morte. Sim, o Judaísmo acredita - e as fontes tradicionais judaicas extensivamente discutem - em punição e recompensa na vida após a morte (de fato, isto é um dos “Treze Princípios” do Judaísmo enumerados pelo Maimônides). Mas estes são “céu” e “inferno” diferentes daqueles que encontramos descritos nos textos cristãos medievais ou nas caricaturas das revistas em quadrinhos. Céu não é um lugar de auréolas e harpas, nem o inferno é habitado por aquelas figuras vermelhas com tridentes descritos nas etiquetas dos alimentos de carnes enlatadas não-kosher.

Após a morte, a alma retorna à sua Fonte Divina, junto com toda a Divindade que ela “extraiu” do mundo físico ao usá-lo para propósitos significativos. A alma agora revive suas experiências em outro plano, e sente o bem que realizou durante sua vida física como alegria e prazer incríveis, e o negativo de forma incrivelmente dolorosa.

Este prazer e dor não são recompensa e punição no sentido convencional – no sentido de que nós poderíamos punir um criminoso mandando-o para a prisão ou recompensar um dedicado empregado com um aumento de salário. Ao invés disso, nós experimentamos nossa própria vida em sua realidade – uma realidade da qual nós fomos protegidos durante nossas vidas físicas. Nós sentimos o verdadeiro significado e efeito de nossas ações. Aumentar o volume daquele aparelho de televisão com aquela

²⁹ *Devarim* 7:11.

³⁰ *Talmud, Eruvin* 22a.

³¹ *Ética dos Pais* 4:17.

orquestra sinfônica pode ser intensamente prazeroso ou intensamente doloroso ³² – dependendo de como nós tocamos a música de nossas vidas.

Quando a alma se despede do corpo, ela se coloca perante a Corte Celestial para fazer “um julgamento e uma contabilidade” de sua vida terrena ³³. Mas a Corte Celestial somente faz a parte da “contabilidade”; a parte do “julgamento” – esta, somente a própria alma pode fazer ³⁴. Somente a alma pode julgar a si mesma – somente ela pode saber e sentir a verdadeira extensão daquilo que realizou, ou negligenciou, ao longo de sua vida física. Livre das limitações e ocultações do estado físico, ela agora pode ver a Divindade; ela agora pode olhar para trás, para a sua própria vida e sentir o que ela realmente foi. A experiência pela alma da Divindade que ela trouxe ao mundo com suas *mitzvot* e ações positivas é o prazer especial do *Gan Eden* (o “Jardim do Éden” – isto é, o Paraíso); sua experiência da destruição que ela produziu através de seus lapsos e transgressões é a dor agonizante do *Gehinom* (“*Gehenna*” ou “Purgatório”).

A verdade dói. A verdade também limpa e cura. A dor espiritual do *Gehinom* – a dor da alma ao encarar a verdade de sua vida – limpa e cura a alma das manchas e cicatrizes espirituais que suas falhas e pecados fixaram nela. Libertada desta casca de negatividade, a alma é agora capaz de desfrutar inteiramente o bem imensurável que sua vida produziu e “se deleita no brilho Divino” emitido pela Divindade que ela trouxe ao mundo.

Pois uma alma Divina semeia muito mais bondade em sua vida do que maldade. O núcleo da alma é bondade pura; a bondade que realizamos é infinita, mas o mal é raso e superficial. Assim, dizem nossos Sábios, mesmo a mais perversa das almas experimenta, no máximo, doze meses de *Gehinom*, seguido por uma eternidade de Céu. Além disto, a experiência de uma alma no *Gehinom* pode ser mitigada pela ação de seus filhos e seus entes queridos aqui na terra. A recitação do *Kaddish* e o engajamento em outras boas ações “em mérito de” e “pela elevação da” alma que se foi significa que a alma, na verdade, continua a agir positivamente sobre o mundo físico, com isso aumentando a bondade de sua vida física ³⁵.

A alma, da sua parte, continua envolvida nas vidas daqueles que ela deixa para trás ao partir da vida física. A alma de um pai ou mãe continua a proteger as vidas de seus filhos e netos, a produzir orgulho (ou dor) por suas ações e realizações, e interceder em seu nome perante o Trono Celestial; o mesmo se aplica àqueles com quem a alma estava conectada com laços de amor, amizade e comunidade. De fato, porque a alma

³² Assim os Sábios falam de um “*Gehenna* de Fogo”, no qual nós experimentamos o “calor” completamente destrutivo de nossos desejos ilícitos, raiva e ódios; e de um “*Gehenna* de Neve”, no qual nós somos expostos ao “frio” de nossos momentos de indiferença em relação a D'us e aos nossos companheiros.

³³ *Ética dos Pais* 3:1; *et al.*

³⁴ Rabbi Israel Baal Shem Tov.

³⁵ É por isto que existe uma maior ênfase na recitação do *Kaddish* e outras ações pela elevação da alma que se foi durante o primeiro ano após a morte.

não está mais constricta pelas limitações do estado físico, sua relação com seus entes queridos é, de várias maneiras, ainda mais profunda e mais significativa do que antes.

Entretanto, enquanto a alma que se foi tem consciência de tudo que transpira nas vidas de seus entes queridos, as almas que permanecem no mundo físico estão limitadas ao que elas podem perceber através dos cinco sentidos como é permitido por seus corpos físicos. Nós podemos influenciar a alma de um ente querido que se foi através de ações positivas, mas nós não podemos nos comunicar com ela através dos meios convencionais (fala, visão, contato físico, etc.) que, antes de sua passagem, definiam a forma com que nos relacionávamos uns com os outros. (De fato, a Torá expressamente proíbe as práticas idólatras de necromancia, mediunismo e tentativas semelhantes de “fazer contato” com o mundo dos mortos). Daí que a ocorrência da morte, enquanto significa uma elevação para a alma daquele que se foi, é sentida como uma perda trágica para aqueles que ela deixa para trás.

Reencarnação: Uma Segunda Tentativa

Cada alma individual é enviada ao mundo físico com sua própria missão individual a cumprir. Como judeus, todos nós temos a mesma Torá com as mesmas 613 *mitzvot*; mas cada um de nós tem seu próprio conjunto de desafios, talentos e habilidades distintos, e *mitzvot* particulares que formam o núcleo de nossa missão na vida.

Às vezes, uma alma pode não concluir sua missão em uma única vida. Em tais casos, ela retorna à terra para uma “segunda tentativa” para completar o trabalho. Este é o conceito de *gilgul neshamot* – comumente referida como “reencarnação” – extensamente discutida nos ensinamentos da Kabbalah ³⁶. É por isto que nós freqüentemente encontramos a nós mesmos poderosamente atraídos por uma *mitzvah* ou causa em particular e a fazemos o foco de nossas vidas, dedicando a ela uma parte aparentemente desproporcional de nosso tempo e energia: é nossa alma gravitando pelas “peças perdidas” de seu objetivo Divinamente ordenado.

O Mundo Vindouro

Assim como a alma individual passa por três estágios – preparação para sua missão, a própria missão, e a fase subsequente de satisfação e recompensa – também isto acontece com a Criação como um todo. Uma corrente de “mundos” espirituais precede a realidade física para servi-la como uma fonte de vitalidade e autonomia Divinas. Então, vem a era de *Olam HaZeh* (“Este Mundo”) na qual o propósito Divino da criação é executado. Finalmente, uma vez que a humanidade em geral tenha completado sua missão de fazer do mundo físico uma “moradia para D’us”, chega a era da recompensa *universal* – o “Mundo Vindouro” (*Olam HaBa*).

³⁶ De fato, os cabalistas dizem que nestes dias – depois de 6000 anos de história humana – uma “nova” alma é uma raridade; a grande maioria de nós somos almas reencarnadas, retornadas à terra para preencher os vazios de uma vida anterior.

Existe uma importante diferença entre um “mundo de recompensa” individual de uma alma no *Gan Eden* e a recompensa universal do Mundo Vindouro. *Gan Eden* é um mundo espiritual, habitado por almas sem corpos físicos; o Mundo Vindouro é um mundo físico, habitado por almas *com* corpos físicos ³⁷ (apesar de que a natureza do físico sofrerá uma modificação fundamental, como exposto abaixo).

No Mundo Vindouro, a realidade física “hospedará” e refletirá tão perfeitamente a realidade Divina que ela transcenderá a finitude e temporalidade que hoje a define. Assim, enquanto no imperfeito mundo de hoje a alma pode apenas experimentar “recompensa” depois que deixa o corpo e a vida física, no Mundo Vindouro a alma e corpo serão reunidas e, juntas, se deliciarão com os frutos de seu trabalho. Assim, os profetas de Israel falaram de uma época quando todos os que morreram serão restaurados à vida: seus corpos serão regenerados ³⁸ e suas almas devolvidas aos seus corpos. “A morte será erradicada para sempre” ³⁹ e “o mundo será preenchido com o conhecimento de D’us como a água cobre o leito do mar” ⁴⁰.

Isto, claro, significará o fim da “Era de Realizações” ⁴¹. O véu da “materialidade”, rarefeito até a completa transparência, não mais ocultará a verdade de D’us, mas, em vez disso, a expressará e a revelará de uma forma ainda mais profunda do que a mais elevada realidade espiritual. A bondade e a Divindade deixarão de ser algo que fazemos e realizamos, pois elas serão o que nós somos. Ainda assim, nossa experiência de bondade será absoluta. Corpo e alma, reunidos como estavam antes de serem separados pela morte, habitarão todo o bem que nós realizamos com nossas ações livremente escolhidas nos desafios e ocultações da vida física.

POR QUE EXISTEM POUCAS MENÇÕES DE VIDA APÓS A MORTE NA TORÁ? ⁴²

Por Aron Moss

Pergunta:

O Judaísmo acredita em vida após a morte? Do que eu li da Torá, parece haver alguma menção de vida após a morte. Este mundo será tudo o que existe?

Resposta:

³⁷ Isto é, na verdade, uma questão de disputa entre dois grandes pensadores judeus e autoridades da Torá, Maimônides e Nachmânides: os ensinamentos da Kabbalah e do Chassidismo seguem a abordagem de Nachmânides, que vê a recompensa final como correndo em um mundo de almas incorporadas.

³⁸ Interessantemente, muito antes da descoberta da genética e do DNA, o Talmud fala de um osso mínimo e indestrutível no corpo denominado *luz*, a partir do qual todo o corpo será “reconstruído” depois que ele retornou ao pó.

³⁹ *Yeshayahu* 25:8.

⁴⁰ *Yeshayahu* 11:9.

⁴¹ O Talmud chega a citar o versículo (*Eclesiastes* 12:1): “Virão anos dos quais você dirá: eu não tenho nenhum desejo neles”, e declara: “Isto se refere aos dias da Era Messiânica, na qual não há nem mérito nem obrigação” (*Talmud, Shabat* 151b).

⁴² Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/166898/jewish/Life-After-Death-in-the-Bible.htm.

Você tocou em uma das mais poderosas mensagens do Judaísmo: podem existir muitos mundos, mas este aqui é o que mais importa.

Como você escreveu, a Torá não menciona vida após a morte. Apesar disto ser mencionado pelos Profetas, a vida após a morte está conspicuamente ausente dos Cinco Livros de Moisés.

Dito isto, certamente existe uma indicação de que a justiça final será feita em algum outro lugar que este mundo. Um exemplo marcante é a história de Caim e Abel.

Caim e Abel trouxeram oferendas para D'us; D'us gosta das oferendas de Abel, mas não das de Caim; Caim fica com inveja e mata Abel. Fim da história. Mas espere! Em uma linha, a Torá diz que D'us está feliz com Abel; um minuto depois ele está morto! E Caim, com quem D'us não estava alegre, vai embora! Será esta a recompensa por se fazer o bem?

A mensagem é clara: este mundo não é sempre justo. Mas D'us não ficará em dívida. A justiça final virá depois.

Então, por que a Torá não menciona o Mundo Vindouro? Por que ele é deixado para que os Profetas o descrevam?

Porque a Torá é sobre este mundo, não o próximo. Enquanto outras religiões oferecem excitantes promessas do que está reservado aos justos no paraíso, fazendo até mesmo vívidas descrições de quem o espera e interessantes fatos sobre sua biologia, o Judaísmo não vê isto como um motivo válido para se fazer o bem. D'us quer que façamos o bem porque é bom.

Existe uma outra vida na qual os justos serão recompensados e os perversos punidos – nós acreditamos nisto, os Profetas falaram sobre isto. Mas isto é problema de D'us. Nós temos que nos preocupar com esta vida agora. Nossa missão é fazer o bem, lutar contra o mal, e fazer deste mundo um lugar seguro e confortável – um lugar onde tanto D'us quanto o homem possam se sentir à vontade.

Sem a crença em uma vida após a morte, não há justiça. Os "Caims" deste mundo podem se safar dos assassinatos. Mas, ao enfatizarmos a importância da vida após a morte sobre esta vida, corremos o risco de desprezarmos a santidade e preciosidade da própria vida em si.

O Judaísmo tem uma abordagem diferente: É melhor deixar o Mundo Vindouro para D'us; enquanto isto, vamos trabalhar neste mundo. Começando com nós mesmos.

QUANDO UM ENTE QUERIDO MORRE, SERÁ ISTO O FIM DO RELACIONAMENTO? ⁴³

Por Aron Moss

Pergunta:

Minha avó faleceu ano passado. Eu sempre fui seu neto favorito e compartilhávamos uma ligação especialmente estreita. Eu estou me casando em algumas semanas e simplesmente não posso aceitar o fato de que ela não estará na cerimônia. Eu me sinto envergonhado em contar, mas eu fui até o seu túmulo e pedi que ela estivesse na cerimônia. Eu não sei qual é a minha verdadeira pergunta para você. Eu acho que eu apenas queria saber... ela ouviu o meu pedido?

Resposta:

Sua avó não só ouviu você – ela responderá. Você poderá se surpreender em saber que o que você fez constitui, na verdade, um antigo costume judaico. Ao longo de gerações, os judeus têm visitado os túmulos de seus entes queridos para convidá-los a participar em suas celebrações familiares. O mais fundamental livro da Kabbalah, o *Zohar*, diz que as almas dos pais, avôs e avós que se foram vêm participar da alegria dos casamentos de seus descendentes.

O fato de você ter ido ao túmulo de sua avó para convidá-la ao seu casamento, mesmo que você não conhecesse este costume, indica que sua alma sabia intuitivamente do que fala o *Zohar*.

E o fato de que você não pode aceitar que sua avó não esteja em seu casamento é porque isto não é verdade. Ela muito certamente estará lá. Será doloroso não poder segurar a mão dela e ver sua face sorridente, mas você deve se sentir confortado por saber que a presença e o amor dela estarão bem ali com você.

E ela estará aí sempre que você precisar dela, pois a alma nunca morre e uma conexão entre almas como a que você tinha com sua avó é eterna.

QUE HISTÓRIA É ESTA DE REENCARNAÇÃO? ⁴⁴

Por Aron Moss

Pergunta:

⁴³ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/160975/jewish/Can-We-Still-Be-In-Touch.htm.

⁴⁴ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/266282/jewish/Whats-the-Story-with-Reincarnation.htm.

Eu tenho uma pergunta (na verdade, uma bem grande). Que história é esta de reencarnação? Quem é que reencarna e por quê?

Resposta:

Imagine que você é um voluntário de uma organização humanitária. Seu chefe te manda em uma missão de cinco anos para uma comunidade pobre. Sua missão: trazer esperança e sentido de vida para tantas pessoas quanto possível. Você recebe uma lista de objetivos a cumprir, provisões e uma verba com a qual você poderá fazer tudo. Você sentirá saudades de sua família e amigos, mas seu senso de responsabilidade o empurra a aceitar o desafio.

Assim que você chega na comunidade, seu trabalho começa. Todo dia tem suas tarefas específicas e você, cuidadosamente, avalia e divide seu tempo da forma apropriada, consciente de que existe muito a fazer e pouco tempo para consegui-lo.

Os cinco anos se vão muito rapidamente. É muito difícil para você ir embora; você ficou ligado a muitas pessoas com as quais você esteve em contato, você desfrutou um sentimento de conquista e você não consegue deixar de sentir que ainda existe muito por fazer. Mas seu tempo terminou. Sua família o aguarda. Você precisa ir para casa.

Na sua volta, mesmo antes de você ser autorizado a se reunir com sua família, você é levado ao seu chefe para fazer um relatório detalhado de sua viagem. Ele tem acompanhado o seu progresso de longe e quer revê-lo com você. Ele sorri enquanto você conta suas pequenas vitórias – a esperança que você trouxe a famílias solitárias, a nova vida que você mostrou às almas esquecidas. Ele chora com você por suas falhas. Às vezes, você dormiu demais e perdeu a oportunidade de ajudar a uma criança faminta. Você gastou dinheiro em indulgências desnecessárias. Em geral, sua missão foi um sucesso, a maior parte de seu tempo e dinheiro foi bem gasto. Mas ainda há trabalho que não foi terminado.

Seu chefe lhe diz:

“Eu sei que não foi fácil. Você fez um trabalho fantástico e eu estou orgulhoso de você. Mas, existem alguns assuntos inacabados. Devolva o dinheiro e as provisões que sobraram. Nós temos outros voluntários esperando para assumir seu cargo. Você está livre para ir para casa e para sua família.”

Você está eufórico. A reunião com os seus amados é ainda mais emotiva do que você tinha imaginado. Mas, depois de você ter se acomodado em casa, alguma coisa lhe incomoda. Você percebe que uma parte de você foi deixada para trás. Você sente que sua missão não está completa. Assuntos foram deixados pendentes e aquilo te atrapalha em sua completa reintegração na sua vida anterior.

Até que, um dia, seu chefe te chama. Ele te diz que o trabalho foi feito. A partir de suas bases e continuando de onde você deixou, outros voluntários foram capazes de dar os toques finais para levar a comunidade para onde ela precisava ir.

Agora, você realmente pode descansar. Sua missão foi cumprida.

POR QUE NÓS RASGAMOS NOSSAS ROUPAS APÓS UMA MORTE? ⁴⁵

Por Aron Moss

Pergunta:

Qual é o motivo para o costume dos enlutados rasgarem suas roupas após a morte de um ente querido?

Resposta:

No nível mais básico, rasgar é uma expressão de dor e sofrimento por causa do falecimento. A Torá encoraja – na verdade, exige – tais expressões como parte do processo de luto.

Mas, há também um significado mais profundo. O Judaísmo vê a morte como uma moeda de dois lados. Por um lado, quando alguém morre, isto é uma tragédia. Eles foram perdidos por sua família e amigos e há um sentimento de separação e distância que parece irreparável. Por este motivo, nós observamos um período de sete dias de intenso luto, durante o qual a família se senta em casa e sofre aquela dor e perda, seguido por um ano de luto.

Mas, com frequência, dentro da própria dor, os enlutados têm uma crença subjacente de que “isto não é verdade” – seu ente querido não se foi de verdade. Isto não é apenas negação; de certa forma, eles estão certos. As almas que se foram ainda estão conosco. Nós não podemos vê-las, mas nós sentimos que elas estão lá. Nós não podemos ouvi-las, mas nós sabemos que elas nos escutam. Superficialmente, nós estamos separados. Além da superfície, nada pode nos separar.

Portanto, nós rasgamos nossas vestimentas. Isto tem um duplo simbolismo. Nós estamos reconhecendo a perda, reconhecendo que nossos corações estão despedaçados. Mas, afinal, o corpo também é uma vestimenta usada pela alma. Morte é quando nós despimos um uniforme e vestimos outro. A roupa pode estar gasta, mas a essência da pessoa dentro dela ainda está intacta.

⁴⁵ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/248163/jewish/Why-Do-We-Tear-our-Clothes-after-a-Death.htm.

De nossa perspectiva mundana, a morte é de fato uma tragédia e o sofrimento vivido pelos enlutados é real. Mas, quando eles rasgam suas roupas, nós esperamos que, dentro de sua dor, eles possam ter um vislumbre de uma verdade mais profunda: a de que a alma nunca morre.

POR QUE O JUDAÍSMO NÃO PERMITE A CREMAÇÃO? ⁴⁶

Por Aron Moss

Pergunta:

Minha avó anunciou recentemente que ela planeja ser cremada ao morrer. Isto muito me perturbou já que eu sei que o Judaísmo não permite cremações. Ela cresceu na Rússia comunista e nunca acreditou em nada espiritual. Ela diz que não há diferença entre enterro e cremação, o resultado é o mesmo. O que eu devo dizer a ela?

Resposta:

Eu falei recentemente com alguém que assistiu à cremação de um amigo. Eu fiquei impressionado por sua reação com o funeral. Ela disse que a atmosfera podia ser descrita apenas como estranha. Lá estava um grupo de pessoas vindo mostrar respeito a um ente querido. Na frente da sala havia uma urna. Ele bem que tentou, mas foi incapaz de fazer a associação entre sua amiga e a urna. Não havia nenhum sentimento de que o falecido estivesse sendo honrado – sua presença não era mais sentida.

Ser cremado é injusto com os enlutados. Deles não se pode esperar que se despeçam de uma urna. Eles não têm nenhum túmulo que possam visitar. A alma não tem nenhum lugar de descanso neste mundo. Se sua avó deseja renunciar aos benefícios espirituais que um enterro judaico lhe dará, pelo menos que ela considere o conforto que um enterro judaico dará à sua família.

E, quanto à alegação de que o resultado será o mesmo seja ela enterrada ou cremada, isto não é verdade.

Quando cremado, o corpo se transforma em cinzas. Quando enterrado, o corpo retorna ao pó e se torna um com o solo. Existe uma grande diferença entre os dois. O solo é fértil, cinzas não são. O solo facilita um novo crescimento e mais vida. Cinzas são estéreis e sem vida.

Transformar o corpo em cinzas não é natural. Mas o processo gradual do retorno ao solo é verdadeiro para o significado interior da morte. O falecimento de uma geração permite o

⁴⁶ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/160986/jewish/Why-Does-Judaism-Not-Allow-Cremations.htm.

brotamento de outra, e os vivos são nutridos e inspirados pelo legado do morto. Nossos antepassados são o solo do qual nós brotamos. Mesmo em sua morte, eles são uma fonte de vida.

Eu nunca encontrei uma família que lamentasse ter dado ao seu ente querido um enterro judaico adequado. Mas eu já vi remorso e dor causados pela decisão desinformada da cremação. Pense bastante antes de fazer esta irreversível escolha.

Sua avó é uma senhora especial. Que ela possa viver muitos anos de boa saúde e que ela seja sempre tratada com a dignidade que merece.

QUEM DEVE ENCHER DE TERRA A SEPULTURA? ⁴⁷

Por Aron Moss

Pergunta:

Eu notei em um enterro judaico que o rabino convocou membros da família para encher a sepultura com terra. Qual é o motivo para isto? Quem são as pessoas apropriadas para participar deste ato?

Resposta:

O costume de a família encher a sepultura tem motivos tanto terapêuticos quanto espirituais. Nossa reação inicial à tragédia é negação ou descrença. É muita coisa para os nossos sentidos manusearem; portanto, eles o rejeitam. Quando os próprios entes queridos participam, eles próprios, do enterro, a realidade do que aconteceu os atinge. Apesar de doloroso, isto permitirá o início do processo de aceitação, cura e consolação.

Além disso, este é o último ato físico de bondade que nós fazemos por nossos entes queridos que se foram. Nós cuidamos deles quando estavam vivos e agora nós cuidamos deles em sua passagem, assegurando que tenham um enterro judaico adequado. Esta obrigação recai primeiramente sobre os filhos, então sobre o resto da família e amigos. É uma tarefa sagrada, uma parte essencial da cerimônia do enterro judaico; ela não deve ser deixada para ser feita pelos funcionários do cemitério. A alma do falecido, observando seu próprio funeral, tira conforto do fato de estar sendo colocada em seu descanso eterno por aqueles que a amam.

Como é o costume, depois de colocarmos um pouco de terra, nós não passamos a pá para a próxima pessoa, mas a deixamos sobre o monte de terra para que a própria pessoa a pegue por si mesma, pois nós não queremos parecer estar “passando adiante” algo que simboliza tristeza e tragédia.

⁴⁷ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/160963/jewish/Who-Should-Fill-in-the-Grave.htm.

Que D'us conforte a todos que o necessitem, e que nós todos tenhamos somente ocasiões alegres para celebrar.

CONFORTANDO O ENLUTADO – QUANDO E COMO ⁴⁸

Por Aron Moss

Existem três momentos em que interagimos com os enlutados: (1) no funeral, (2) no *minyán* na casa de luto, e (3) visitando e confortando os enlutados. Cada um tem um protocolo distinto.

O funeral é o momento em que honramos a pessoa que faleceu. Não é o momento de confortarmos os enlutados (isto será feito depois). Nós tentamos apressar o próprio enterro tanto quanto possível porque a alma só pode encontrar descanso uma vez que o corpo tenha sido colocado em seu descanso. Sendo assim, não é apropriado nos aproximarmos dos enlutados até depois do enterro para não causarmos nenhum atraso. Depois dos elogios ao falecido, nós seguimos o caixão em vez de nos aproximarmos dos enlutados.

O *minyán* é o nome comumente usado para os serviços que acontecem durante os sete dias depois do enterro (a própria palavra pode se referir a qualquer serviço religioso comunal). As rezas são feitas, de preferência, na casa do falecido ou dos enlutados. O motivo para isto é o seguinte: como um sinal de luto, os enlutados devem tentar não sair da casa de luto durante os sete dias após o falecimento. Mas eles devem dizer *Kaddish* (a reza pelo falecido), o que só pode ser feito como parte de um serviço religioso comunal. Assim, nós levamos a comunidade até eles. As rezas só são feitas na sinagoga se for muito difícil para que a comunidade vá até a casa.

Visitar e confortar os enlutados é responsabilidade dos amigos e da família daqueles que vivenciaram a perda. Isto pode ser feito a qualquer momento durante a semana de luto e não somente durante o *minyán*. A idéia não é necessariamente alegrá-los. Indicações devem ser percebidas nos próprios enlutados sobre o que os confortarão. Se eles quiserem chorar e compartilhar histórias, então os visitantes devem ouvi-los com simpatia. Se eles quiserem apenas falar, então os visitantes devem se obrigar a ouvi-los.

Muitos se sentem intimidados pelo pensamento de encarar um enlutado. “O que eu direi?”, perguntamos com frequência. Mas não há nada pior do que evitar um amigo no momento em que ele ou ela mais precisa de nós. Mesmo se você apenas sentar e não disser nada, você os terá confortado, pois eles saberão que não estão sozinhos.

⁴⁸ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/160983/jewish/Comforting-the-Mourner-When-and-How.htm.

QUEM SÃO “OS ENLUTADOS DE TZYION E JERUSALÉM”? ⁴⁹

Por Aron Moss

Pergunta:

Eu estava pensando sobre as palavras tradicionais de consolação ditas aos enlutados: “Que o Todo-Poderoso os conforte junto com os enlutados de *Tzyion* e Jerusalém”. Qual exatamente é o consolo nestas palavras? Como a comparação da perda de um ente querido com a destruição de Jerusalém pelos romanos dois mil anos atrás pode me fazer sentir melhor?

Resposta:

Existem vários paralelos entre a queda de Jerusalém e o passamento de uma alma. Ao contemplá-los, os enlutados podem encontrar uma profunda mensagem de esperança:

- a) Você não está sozinho. Apesar da destruição de Jerusalém ter afetado diretamente aqueles que lá viviam, mesmo assim isto foi uma tragédia nacional. Todos os judeus, inclusive aqueles que viviam longe de Jerusalém, foram profundamente afligidos pela perda de sua cidade sagrada. Os cidadãos de Jerusalém ganharam força e coragem ao saberem que todo o povo estava sentindo sua dor. Assim também, apesar de somente a família estar sofrendo por sua perda, todo o Povo Judeu compartilha seu pesar pelo falecimento de um de seus próprios. É um conforto saber que seu pesar está sendo compartilhado pelo seu povo.
- b) Não é para sempre. Depois de dois milênios, nós ainda lamentamos a perda de Jerusalém, mas o Povo Judeu nunca perdeu a esperança de que ela um dia será reconstruída. Da mesma forma, nós lamentamos a perda de nossos entes queridos, mas temos fé de que, um dia, nos reuniremos com eles, pois nossos profetas prometeram que “os mortos viverão novamente na Era Messiânica”. É um conforto saber que a separação, apesar de dolorosa, é apenas temporária.
- c) Eles ainda estão conosco. Apesar dos romanos terem sido capazes de destruir os edifícios de Jerusalém, seu espírito e santidade interior estavam além do alcance. Nenhum inimigo pode destruir a alma de Jerusalém, e mesmo hoje ela permanece a Cidade Sagrada. Assim também, a morte pode apenas levar a pessoa física, mas sua alma sobrevive. Mesmo depois de seu falecimento, nossos entes queridos estão conosco em espírito. Eles nos fortalecem quando enfrentamos desafios e eles sorriem conosco quando celebramos. Apesar de não podermos mais vê-los, nós podemos sentir sua presença. É um conforto saber que nós nunca estamos realmente separados.

⁴⁹ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/300864/jewish/Who-Are-The-Mourners-of-Zion-and-Jerusalem.htm.

Nada disto nega a dor e o sofrimento da morte. Mas a dor pode ser abrandada em saber que, como Jerusalém, a alma tem poderes eternos que mesmo a morte não pode conquistar. Sua avó foi o pilar e espinha dorsal de sua família. Ela sempre estará lá quando você precisar.

POR QUE OS ENLUTADOS RECITAM O KADDISH? ⁵⁰

Por Yeruchem Eilfort

O *Kaddish* é uma das mais famosas rezas recitadas durante o serviço religioso. O *Kaddish* é recitado somente quando existe um *minyán* (grupo de dez homens judeus). Existe uma versão especial de *Kaddish* que é recitado especificamente pelos enlutados chamado "*Kaddish* dos Enlutados". É interessante notar que muitos judeus retornaram à prática do Judaísmo e a freqüentarem as sinagogas para cumprirem a obrigação da recitação do *Kaddish* por um ente querido falecido.

O *Shulchan Aruch* ("Código de Leis Judaicas") explica que, para um dos pais, o *Kaddish* é recitado por 11 meses, enquanto que por um cônjuge, irmão, irmã, filho ou filha, ele é recitado por 30 dias.

O texto do *Kaddish* está em aramaico, o idioma do Povo Judeu na época de sua composição (tempos talmúdicos).

Nós encontramos que a recitação do *Kaddish* por um parente próximo é um grande mérito para a alma que partiu. Por quê? Podem nossas ações neste mundo físico afetar aqueles que passaram ao mundo espiritual? A resposta é um ressonante sim, e pode ser mais bem entendida examinando-se o próprio *Kaddish*.

Muitos acham intrigante que esta reza, a proeminente oração recitada para aqueles que faleceram, não faça qualquer menção à morte, perda ou luto. Nem existe menção à pessoa que faleceu. O *Kaddish* fala da grandeza de D'us. De fato, o *Kaddish* é uma afirmação da crença no Todo-Poderoso e Seu poder sem limites. Se nós fossemos reduzir o tema do *Kaddish*, este seria que D'us é grande e tudo vem de D'us; portanto, tudo o que acontece é para o bem.

Esta uma declaração profunda para qualquer um em meio ao seu sofrimento. É precisamente este tipo de declaração que beneficia a alma do falecido, e prova que aqueles que ficaram para trás podem manter uma importante conexão com aqueles que se foram.

⁵⁰ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/255986/jewish/Why-Do-Mourners-Recite-Kaddish.htm.

Nossa tradição ensina que depois da morte, a alma ascende e é julgada de acordo com suas ações quando vivia no mundo físico. Tudo o que foi praticado pela alma, tanto positivo quanto negativo, é cuidadosamente considerado. Um dos maiores legados que alguém pode deixar para trás é uma família que tenha sido inspirada a servir a D'us, mesmo durante momentos de sofrimento.

Quando, no meio deste julgamento, as palavras sagradas do *Kaddish* ascendem, pronunciadas por aqueles que sofrem mais intensamente, isto serve como um grande mérito para a alma. Obviamente, alguém que inspirou outros à sua volta a este impressionante nível de fé e comprometimento cumpriu várias boas ações e está preparado para a luz manifesta do Criador experimentada nos Céus.

É por este mesmo motivo que muitos assumem a prática de *mitzvot* em honra e memória daqueles que se foram. Eles estão tentando provar que o falecido é verdadeiramente uma alma valiosa, merecedora de um *lichtig Gan Eden*, um "Paraíso iluminado".

No final das contas, segundo os sentimentos intuitivos de muitos, o *Kaddish* que deve ser recitado está absolutamente certo. Poder-se-ia argumentar que a recitação do *Kaddish* é um sinal fundamental de amor e respeito que podemos fazer por aqueles que faleceram.

O QUE EU POSSO DIZER A UM ENLUTADO? ⁵¹

Por Aron Moss

Pergunta:

Um amigo recentemente perdeu seu pai, mas eu não fui visitá-lo. Eu tenho todos os tipos de desculpas, como a de que ele provavelmente quer ser deixado sozinho ou a de que eu não sou tão chegado afinal, mas o verdadeiro motivo é que eu simplesmente não sei o que dizer nestas situações. O que eu posso dizer para fazê-lo sentir melhor quando o fato é que seu pai morreu?

Resposta:

Sua hesitação em encarar um amigo sofrendo é compreensível. Mas está baseada em uma suposição errada.

Quando visitamos alguém que está sofrendo, nós assumimos que precisamos nos transformar em filósofos e apresentar uma tese profunda para explicar sua perda; ou

⁵¹ Traduzido do original em inglês em http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/392704/jewish/What-Can-I-Say-to-a-Mourner.htm.

nós achamos que precisamos nos transformar em conselheiros e tentar consolar sua dor.

Isto não é verdade. Seu trabalho não é o de bancar o teólogo ou o terapeuta. Seu trabalho é o de ser um amigo e apenas estar lá. Sua simples presença, o fato de que você fez um esforço para mostrar sua face, é um conforto para os enlutados. Ela significa que eles não estão sozinhos.

A tradição judaica diz que quando você visita um enlutado, você deve tentar ficar em silêncio e esperar que o enlutado inicie a conversa. Eles podem querer rir, eles podem querer chorar, ou eles podem sentar em silêncio. Deixe-os definir os rumos, e responda de acordo. E, quando parecer que eles querem ser deixados sozinhos, então aproveite a deixa e saia. Não assuma nada – pegue as dicas deles.

Se você tiver algumas palavras de consolo e sabedoria para compartilhar, faça-o. Mas, se você não tiver nada para dizer, então isto também está bem. O propósito da visita é mostrar seu suporte, e você terá feito isto apenas estando lá. Sua presença é mais poderosa que as palavras. As explicações do filósofo podem nos ajudar a entender a dor, mas a presença de um amigo pode nos ajudar a suportá-la. Palavras podem trazer conforto à mente, mas o coração é confortado pela simples sensação de estarmos juntos, sabendo que você não está sozinho.

4ª Parte

Kaddishim

KADDISH RECITADO NO CEMITÉRIO NO MOMENTO DO ENTERRO

YITGADAL veyitcadásh shemêh rabá. (Cong.: Amên)

BEALMÁ dehú atid leit'chadetá, uleach'ia metaiá, uleshach'lelá hêchalê, ulemifrak chaiá, ulemivnê carta dirushlêm, uleme'ecár pulechaná nuchra'á mearê, velá'atavá pul'chaná Kaddishá dishmaiá leatrê, vezivê veicarê ush echintê, veiatsmách purcanê vicarêv meshichê. (Cong.: Amên)

BECHAIECHON uveiomechon, uvechaiê dechol Bêt Yisrael, baagalá, uvizmán carív; ve'imrú amên. (Cong.: Amên. *Yehé shemêh rabá mevarách lealám ulealmê almaiá; Yitbarêch*)

YEHÊ shemêh rabá mevarách lealám ulealmê almaiá. Yitbarêch¹, veyishtabách, veyitpaer, veyitromám, veyitnassê, veyit'hadár, veyit'alé, veit'halal² shemêh decudshá berích hu. (Cong.: Amên)

LEELA min col birchatá veshiratá, tushbechatá venechematá, daamirán bealmá, ve'imru amên. (Cong.: Amên)

YEHÊ shelamá rabá min shemaiá, vechayím tovím, alênu veal col Yisrael; ve'imru amên. (Cong.: Amên)

Dê três passos para trás, curve-se para a direita e diga "*Ossé shalom bim'romáv*"; curve-se para frente e diga "*hu*"; curve-se para a esquerda e diga "*iaassé shalom alênu*"; curve-se para frente e diga "*veal col Yisrael ve'imru amên*". (Volte ao lugar com três passos para frente).

OSSÉ shalom bim'romáv, hu iaassé shalom alênu, veal col Yisrael; ve'imru amên. (Cong.: Amên)

¹ Endireite o corpo, abaixe sua cabeça novamente, e continue o Kaddish.

² Desta vez, abaixe apenas um pouco a cabeça.

KADDISH YATOM (DOS ENLUTADOS)

(As linhas sublinhadas indicam quando baixar a cabeça durante a recitação do Cadish.)

YITGADAL veyitcadásh shemêh rabá. (Cong.: Amên)

BEALMÁ di verá **CHir'**utêh, veiamlí**CH** mal**CH**utêh, veiatamá**CH** purcanêh, vicarêv meshi**CH**êh. (Cong. Amên)

BECHAIECHON uveiome**CH**on, uve**CH**aiê de**CH**ol Bêt Yisrael, baagalá, uvizmán carív; ve'imrú Amên.

(Cong.: **Amên. Yehê shemêh rabá mevará**CH** lealám ulealmê almaiá; Yitbarê**CH**.**)

YEHÊ shemêh rabá mevará**CH** lealám ulealmê almaiá. Yitbarê**CH**,¹ veyishtabá**CH**, veyitpaer, veyitromám, veyitnassê, veyit'hadár, veyit'alé, veit'halal² shemêh decudshá berí**CH** hu. (Cong. Amên)

LEELA min col bir**CH**atá veshiratá, tushbe**CH**atá vene**CH**ematá, daamirán bealmá, ve'imru amên. (Cong. Amên)

YEHÊ shelamá rabá min shemaiá, ve**CH**ayím tovím, alênu veal col Yisrael; ve'imru amên. (Cong. Amên)

Dê três passos para trás, curve-se para a direita e diga "Ossé shalom bim'romáv"; curve-se para a frente e diga "hu"; curve-se para a esquerda e diga "iaassé shalom alênu"; curve-se para a frente e diga "veal col Yisrael ve'imru amên". (Volte ao lugar com três passos para a frente).

Entre Rosh Hashaná e Yom Kipur diga "Ossé hashalom" (no resto do ano, diga "Ossé shalom").

OSSÉ (há) shalom bim'romáv, hu iaassé shalom alênu, veal col Yisrael; ve'imru amên. (Cong. Amên)

¹ Endireite o corpo, abaixe sua cabeça novamente, e continue o Cadish.

² Desta vez, baixe apenas um pouco a cabeça.

יתגדל ויתקדש שמה רבא. אמן בעלמא די
 ברא כרעותה וימליך מלכותה,
 ויצמח פורקנה ויקרב משיחה. אמן בתיכון
 וביומיכון ובתיי דכל בית ישראל, בעגלא
 ובזמן קריב ואמרו אמן: יהא שמה רבא
 מברך לעלם ולעלמי עלמיא. יתברך,
 וישתבח, ויתפאר, ויתרום, ויתנשא,
 ויתהדר ויתעלה, ויתהלל, שמה דקדשא
 בריך הוא. אמן לעלא מן כל ברכתא
 ושירתא, תשבחתא ונהמתא, דאמירן
 בעלמא, ואמרו אמן:

יהא שלמא רבא מן שמיא ותיים טובים
 עלינו ועל כל ישראל ואמרו אמן:
 עשה שלום (בעשי"ח השלום) במרומו הוא
 יעשה שלום עלינו ועל כל ישראל ואמרו
 אמן:

KADDISH DE RABANAN

(As linhas sublinhadas indicam quando baixar a cabeça durante a recitação do Cadish.)

YITGADAL veyitcadásh shemêh rabá. (Cong.: Amên)

BEALMÁ di verá **CHir'**utêh, veiamlí**CH** mal**CH**utêh, veiatamá**CH** purcanêh, vicarêv meshi**CH**êh. (Cong. Amên)

BECHAIECHON uveiome**CH**on, uve**CH**aiê de**CH**ol Bêt Yisrael, baagalá, uvizmán carív; ve'imrú Amên.

(Cong.: *Amên. Yehê shemêh rabá mevará**CH** lealám ulealmê almaiá; Yitbarê**CH**.*)

YEHÊ shemêh rabá mevará**CH** lealám ulealmê almaiá. Yitbarê**CH**,¹ veyishtabá**CH**, veyitpaer, veyitromám, veyitnassê, veyit'hadár, veyit'alé, veit'halal² shemêh decudshá berí**CH** hu. (Cong. Amên)

LEELA min col bir**CH**atá veshiratá, tushbe**CH**atá vene**CH**ematá, daamirán bealmá, ve'imru amên. (Cong. Amên)

AL YISRAEL veal rabanán veal talmidehon veal col talmidê talmidehon. Veal col man deassekín beoraitá, di veatrá hadên, vedí ve**CH**ol atar vaatar, iehê lehon ul**CH**on shelamá rabá, **CH**iná, ve**CH**isdá, vera**CH**amín, ve**CH**ayín ari**CH**ín, umzoná revi**CH**á, ufurcaná min codám avuhon divishmaiá; ve'imru amên. (Cong. Amên)

YEHÊ shelamá rabá min shemaiá, ve**CH**ayím tovím, alênu veal col Yisrael; ve'imru amên. (Cong. Amên)

Dê três passos para trás, curve-se para a direita e diga "Ossé shalom bim'romáv"; curve-se para a frente e diga "hu"; curve-se para a esquerda e diga "iaassé shalom alênu"; curve-se para a frente e diga "veal col Yisrael ve'imru amên". (Volte ao lugar com três passos para a frente).

Entre Rosh Hashaná e Yom Kipur diga "Ossé hashalom" (no resto do ano, diga "Ossé shalom").

OSSÉ (há) shalom bim'romáv, hu iaassé shalom alênu, veal col Yisrael; ve'imru amên. (Cong. Amên)

¹ Endireite o corpo, abaixe sua cabeça novamente, e continue o Cadish.

² Desta vez, baixe apenas um pouco a cabeça.

יתגדל ויתקדש שמה רבא. אמן בעלמא די
 ברא ברעויתה וימליך מלכותה,
 ויצמת פורקנה ויקרב משיחה. אמן בתיכון
 וביומיכון ובתיי דכל בית ישראל, בעגלא
 ובזמן קריב ואמרו אמן: יהא שמה רבא
 מברך לעלם ולעלמי עלמיא. יתברך,
 וישתבח, ויתפאר, ויתרום, ויתנשא,
 ויתהדר ויתעלה, ויתהלל, שמה דקדשא
 בריך הוא. אמן לעלא מן כל ברכתא
 ושירתא, תשבחתא ונחמתא, דאמירו
 בעלמא, ואמרו אמן:

על ישראל ועל רבנן. ועל תלמידיהון ועל
 כל תלמידי תלמידיהון. ועל כל מאן
 דעסקין באורייתא. די באתרא הדין ודי בכל
 אתר ואתר. יהא להון ולכון שלמא רבא חנא
 וחסדא ורחמין וחיין אריכין ומזונא רויחא
 ופורקנא מן קדם אבוהון דבשמיא ואמרו
 אמן: יהא שלמא רבא מן שמיא וחיים טובים
 עלינו ועל כל ישראל ואמרו אמן: עשה שלום
 (בעשיית השלום) במרומיו הוא יעשה שלום
 עלינו ועל כל ישראל ואמרו אמן:

TRADUÇÃO DO KADDISH

YITGADAL *Que seja exaltado e santificado Seu grande Nome (Cong.: Amên).*

BEALMA *No mundo que Ele criou segundo Sua vontade. Que Ele estabeleça Seu reino, faça vir Sua redenção e aproxime a vinda do Seu Mashiach (Cong.: Amên).*

BECHAIECHON *Durante vossas vidas e em vossos dias e durante as vidas de toda a Casa de Israel, rapidamente e que seja em breve; e dizei Amên (Cong.: Amên, que Seu grande Nome seja bendito eternamente e para todo o sempre, que seja bendito).*

YEHÊ *Que Seu grande Nome seja bendito eternamente e para todo o sempre. Que seja bendito e louvado, glorificado, elevado e enaltecido, honrado, adorado e exaltado o Nome do Santo, bendito seja Ele (Cong.: Amên).*

LEELA *Acima de todas as bênçãos, hinos, louvores e consolações que possam ser proferidos no mundo; e dizei Amên (Cong.: Amên).*

AL YISRAEL *Sobre Israel, sobre nossos mestres e discípulos e sobre todos os discípulos dos seus discípulos e sobre todos os dedicados ao estudo da Torá, quer aqui, quer em qualquer lugar, sobre eles e sobre vós, se derrame paz prolongada, sustento farto e salvação, proporcionados por Seu Pai no Céu; e dizei Amên (Cong.: Amên).*

TITCABÊL *Que todas as orações e súplicas de toda a Casa de Israel sejam aceitas pelo Seu Pai Celestial; e dizei Amên (Cong.: Amên).*

YEHÊ *Que haja uma paz abundante emanada do céu e boa vida para nós e para todo o povo de Israel; e dizei Amên (Cong.: Amên).*

OSSE *Ele que estabelece paz (Entre Rosh Hashanah e Yom Kippur, substitua por: a paz) nas Suas alturas celestes, que estabeleça a paz para nós e para todo Israel; e dizei Amên (Cong.: Amên).*