

www.revistanascente.com.br

Ano XXXIII • Nº 194
Av. Tishri 5786 • Set / Nov 25

NASCENTE

Órgão de Divulgação da Congregação Mekor Haim

SHANÁ
TOVÁ
5786!



ROSENBERG
H I G I E N Ó P O L I S



VENDA SUAS JOIAS DE OURO E
PRATARIA ANTIGA PARA A ROSENBERG®

AVALIAÇÃO NA SUA FRENTE
PAGAMENTO IMEDIATO
SIGILO ABSOLUTO

11 98970-9945

Shaná Tová!
Feliz 5786!



O **Rendimento** deseja a toda comunidade um ano bom,
doce e com muita paz. Que sejamos todos
inscritos no Livro da Vida.

Rendimento/

O banco parceiro do seu negócio.

rendimento.com.br

@bancorendimento



Nº 194

Capa:

"Costumes nas Noites de Rosh Hashaná".
Comemorando I, pág. 10.

Expediente

A revista Nascente é um órgão bimestral de divulgação da Congregação Mekor Haim.

Rua São Vicente de Paulo, 276
CEP 01229-010 - São Paulo - SP
Tel.: 11 3822-1416 / 3660-0400
Fax: 11 3660-0404

e-mail: revista_nascente@hotmail.com

SUPERVISÃO: Rabino Isaac Dichi

DIRETOR DE REDAÇÃO: Saul Menaged

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO:
Ivo e Geni Koschland

PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO: Equipe Nascente

EDITORA: Maguen Avraham

TIRAGEM: 3.600 exemplares

O conteúdo dos anúncios e os conceitos emitidos nos artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores, não representando, necessariamente, a opinião da diretoria da Congregação Mekor Haim ou de seus associados.

Os produtos e estabelecimentos casher anunciados não são de responsabilidade da Revista Nascente. Cabe aos leitores indagar sobre a supervisão rabínica.

A Nascente contém termos sagrados.
Por favor, trate-a com respeito.

Páginas que necessitam de Guenizá estão assinaladas.

NASCENTE

Nesta Edição



30

Maguen Avraham
"Avot Uvanim".



46

Truques e Dicas
"Cozinhando".



12

Jóias do Maguid
"Um Professor do Outro Mundo".



08

Dinheiro em Xeque
"O Lixo".



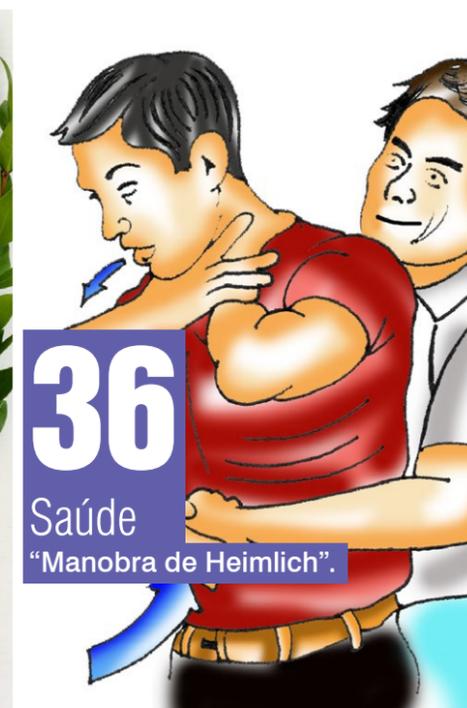
20

Israel
"Israel Aéreo".



26

Comemorando II
"As Quatro Espécies e o Amor a D'us".



36

Saúde
"Manobra de Heimlich".

10

Comemorando I
"Costumes das Refeições nas Noites de Rosh Hashaná".

17

Comemorando II
"O Atordoamento do Coração e a Vergonha Pelo Pecado".
Rabino I. Dichi

28

Variedades
"D'us Não Esquece".

35

Comportamento I
"Felicidade: Uma Jornada".

45

Pensando Bem I
"Quem É Deficiente".

53

Datas e Dados
"Datas e horários judaicos, parashiyot e haftarot para os meses de Av, Elul e Tishri".

38

Ética dos Pais
"Pirkê Avot Capítulo I, Mishnayot XIV e XV".
Rabino Ari Friedman

42

Comportamento II
"Iguêret Haramban".

18

Comportamento
"Vingança e Rancor".
Rabino I. Dichi

48

Pensando Bem II
"Pontuando".

50

Passatempos
"Palavra Cruzada, Agulha no Palheiro e Ilusão de Ótica".

49

Pensando Bem III
"Pensamentos".

O Maguid, *Rabi Shalom Shvachron zt"l*, ilustrou a necessidade de abriremos nosso coração, ao menos um pouco, nos dias que antecedem *Yom Kipur*, com a seguinte história:

“Um homem muito rico possuía um único filho, a quem amava muito. O filho cresceu, casou-se e foi morar em um país distante. Durante muitos anos ele permaneceu longe de seu pai. O pai frequentemente insistia em suas cartas que seu filho fosse visitá-lo, mas sempre havia algum empecilho: problemas nos negócios, com sua esposa, seus filhos pequenos...

“Assim, cheio de saudades, o pai tomou uma decisão: ele visitaria o filho. Foram muitos os preparativos para a grande viagem: providenciou as passagens, resolveu seus negócios, comprou dezenas de presentes para o filho, para sua nora e para as crianças. Também enviou cartas e telegramas avisando o filho da sua chegada.

“A viagem foi longa e cansativa. Ainda assim, conforme os dias passavam, sentia-se mais emocionado e feliz na expectativa do reencontro. Passava os dias imaginando a grande recepção de sua querida família tão logo pisasse no porto.

“No cais, porém, uma decepção o aguardava: o filho não fora buscá-lo. Nem mesmo mandara alguém para ajudá-lo com as bagagens. Apesar da tristeza, o pai se encheu novamente de esperança. ‘Certamente’, pensou, ‘o filho estivera tão atarefado com os preparativos para sua chegada, que não conseguira ir buscá-lo no porto’.

“O homem tomou um trem até a cidade onde o filho morava. Certamente encontrá-lo-ia esperando ansioso na estação. Outra decepção – nem sombra do filho. Agora, além do terrível desapontamento, o coração do pai encheu-se de preocupação. Onde estaria sua família?

“Com o coração cheio de saudades e preocupação, o pai apanhou o primeiro táxi que avisou. Tentou se acalmar. Em sua mente surgiram lindos pensamentos da grande festa de recepção que o aguardava na casa de sua querida família. O sorriso no rosto de todos, os beijos e abraços que receberia do filho e dos netos...

“Logo, esse sonho também se esvaiu. A casa estava às escuras, sem uma única luz que indicasse

que seus habitantes esperavam por alguém. Já era tarde da noite quando o cansado pai, carregado com suas malas e presentes para a família, bateu à porta da casa. Nenhuma resposta.

“Nesse instante, pensamentos terríveis e tenebrosos invadiram seu coração. Acontecera, D’us nos livre, alguma desgraça? Com as mãos trêmulas e o coração apertado, o pai insistiu com veemência nas batidas na porta. Finalmente, uma voz sonolenta veio do interior da casa: ‘Quem está aí?’.

“Reconhecendo a voz do filho, o pai se acalmou. Graças a D’us, tudo estava bem. O pai estava disposto a perdoar tudo... Somente a emoção do reencontro importava. ‘Sou eu meu filho, seu pai. Abra a porta para que eu possa finalmente vê-lo e abraçá-lo’.

“Pai?! Ah... Desculpe, mas estou muito cansado, com sono e com frio. Por favor, passe essa noite no hotel que tem aí na esquina e amanhã, se D’us quiser, nós nos encontraremos’.

“No dia seguinte, o filho acordou e percebeu o que havia feito. Com o coração cheio de remorsos, correu por todos os hotéis da cidade, mas seu pai tinha partido sem deixar sinais.”

Durante todo o ano, D’us espera que seus filhos, *Benê Yisrael*, retornem a Ele de coração. Quando vê que sempre encontram motivos para não voltar, D’us resolve vir nos buscar. Ele chega a nós no primeiro dia do mês de *elul* e espera encontrar-nos prontos para Sua chegada.

Os dias de *elul* são dias de misericórdia. Nesses, é mais fácil reencontrar o Todo-Poderoso. Poucos aproveitam esses dias satisfatoriamente. D’us, então, aproxima-se ainda mais de nós nos dias entre *Rosh Hashaná* e *Yom Kipur*. Muitos, porém, continuam ausentes. Finalmente, no dia de *Yom Kipur*, o Todo-Poderoso, com sua eterna bondade, bate em nossos corações e implora para que abramos ao menos uma pequena fresta. Se abriremos uma portinha em nosso coração, como o buraco de uma agulha, Ele nos abrirá portões pelos quais carruagens possam passar.

Quão grande, porém, é a tristeza e a mágoa de um pai que se vê repellido pelo filho às portas de sua casa! E quão grande será o arrependimento e a frustração quando um dia este filho perceber a preciosidade do momento que deixou passar! ■



Shaná Tová Umetuká

Que 5786 seja um ano doce e próspero para todos.

Que sua chegada traga boas mudanças e o espírito inovador para pensar diferente, criar oportunidades e oferecer sempre o nosso melhor.

Sejamos a transformação que o futuro precisa!

Banco Daycoval



O Lixo

Todas as dúvidas e divergências monetárias de nossos dias podem ser encontradas em nossos livros sagrados!

Certo dia Efráyim estava descendo as escadas de seu prédio, quando percebeu que havia um saco de lixo colocado junto à porta de seu vizinho do andar de baixo, Yehudá.

Naquele prédio não havia faxineiros contratados para retirar o lixo de cada apartamento. O combinado entre os condôminos era que cada um deveria levar seus sacos de lixo até uma lixeira coletiva na entrada do edifício.

Efráyim logo imaginou que Yehudá estava muito ocupado para levar seu lixo até a lixeira. Com a intenção de realizar uma boa ação e aju-

dar seu vizinho, Efráyim pegou o saco de lixo de Yehudá e levou-o até a lixeira coletiva. Após realizar a boa ação, Efráyim ficou muito contente por ter ajudado alguém.

Após algumas horas, a esposa de Yehudá percebeu que seu valiosíssimo anel de brilhantes, não estava no seu dedo. Em poucos segundos lembrou-se que havia retirado o anel da mão antes de fazer *netilat yadayim* e colocou-o em cima da mesa onde fizeram a refeição. Yehudá, que havia retirado a toalha plástica descartável que cobria a mesa, não se dera conta do anel entre tantos pratos descartáveis e jogara tudo

no saco de lixo, colocando-o depois do lado de fora do apartamento, ao lado da porta de casa.

Quando entenderam o que havia acontecido, os dois correram para a porta de entrada para resgatar o lixo e o anel.

Ao abrirem a porta de casa, perceberam que o saco de lixo havia sumido. Correram para a lixeira na frente do prédio, porém era tarde demais... o caminhão já havia recolhido o lixo dali. Efráyim, que estava por perto e percebeu o desespero do casal, perguntou o que havia acontecido. Eles contaram-lhe o motivo de sua infelicidade. Efráyim colocou suas mãos na cabeça totalmente abatido e disse que havia sido ele quem jogou o saco na lixeira, com a melhor das intenções...

Yehudá ficou furioso com Efráyim e exigiu que ele lhe pagasse o valor do precioso anel, alegando que Efráyim não tinha o direito de mexer no seu saco de lixo.

Efráyim, por sua vez, defendeu-se dizendo que, apesar de acreditar que havia um anel dentro do saco, não poderia ter imaginado isso, e que sua intenção foi apenas a de ajudar...

Quem está com a razão? Efráyim precisa pagar o valor do anel para Yehudá?

O veredicto

Parece que Efráyim está isento de pagar a Yehudá por vários motivos:

Está escrito no *Shulchan Aruch* (Chôshen Mishpat 388, 1) que se alguém danifica algo de outra pessoa e não sabe o que danificou, o dono do objeto quebrado diz o que havia, sob juramento, e é ressarcido por quem o danificou.

Suponhamos o seguinte exemplo desta lei: digamos que um indivíduo pegou a carteira de outra pessoa e queimou-a ou jogou-a no mar. O dono da carteira afirma que nela havia mil dólares. O indivíduo que a pegou diz que não sabia o que ela continha. Neste caso, o dono da carteira faz um juramento, afirmando que nela havia mil dólares, e o indivíduo que a destruiu precisa pagar para ele os mil dólares.

O caso do anel no lixo, entretanto, não se parece com este exemplo da carteira com dinheiro, mas sim com outro exemplo: digamos que um indivíduo pegou uma caixa de bombons de outra pessoa e queimou-a ou jogou-a no mar. O dono da caixa afirma que dentro dela havia diamantes. O dono da caixa de bombons não é acreditado, mesmo se jurar. Neste caso, o Remá afirma no *Shulchan Aruch* que há quem diga que, inclusive se havia testemunhas dizendo haver diamantes na caixa, o sujeito que causou o dano está isento de pagar – porque lá

não é o lugar de guardar-se diamantes, e o dono falhou ao deixá-los lá. Sobre este caso, o *Aruch Hashulchan* (388, 5) acrescenta que se o dano foi causado sem querer, segundo todas as opiniões o sujeito está isento de pagar pelo dano.

Portanto, no nosso caso, mesmo que Efráyim tenha acreditado no que Yehudá disse, ele não tinha nenhuma obrigação de adivinhar que havia um anel de brilhantes num saco de lixo. Sendo assim, está isento de pagar.

Além do mais, como poderia Yehudá jurar que dentro do saco de lixo havia um anel de brilhantes, se ele apenas supunha isso, sem ter certeza absoluta?

Pode-se dizer também que Efráyim, ao jogar o saco na lixeira, não cometeu um dano direto, já que apenas colocou o saco na lixeira pública e o caminhão é que retirou-o de lá. Portanto, o que Efráyim fez foi um ato indireto e não um dano “com as próprias mãos”. Há autoridades rabínicas que isentam um indivíduo de pagar por cometer um dano indireto e sem intenção – e muito mais no nosso caso, em que Efráyim teve a intenção de fazer um bem para Yehudá.

Uma última consideração, ainda, é que Yehudá não tinha direito de deixar um saco de lixo na escadaria do prédio, e Efráyim fez o correto, tirando-o de lá.

Sendo assim, por todas estas considerações, concluímos que Efráyim está isento de pagar a Yehudá.

Do semanário “Guefilte-mail”
(guefiltemail@gmail.com).

Traduzido de aula ministrada pelo Rav Hagoan Yitschac Zilberstein Shelita Os esclarecimentos dos casos estudados no *Shulchan Aruch Chôshen Mishpat* são facilmente mal-entendidos. Qualquer detalhe omitido ou acrescentado pode alterar a sentença para o outro extremo. Estas respostas não devem ser utilizadas na prática sem o parecer de um rabino com grande experiência no assunto.

Costumes das Refeições nas Noites de Rosh Hashaná

Após o Kidush, nas noites de Rosh Hashaná, costuma-se comer alimentos que, pelos seus nomes, parecem ser um bom sinal para o ano que se inicia. Cada um deve fazer conforme o costume de sua casa. Para não incorrer no erro da superstição, nossos sábios instituíram sobre estes alimentos pedidos que invocam o perdão e o arrependimento.

Após recitar o Kidush, bebe-se o vinho sentado (no mínimo 45ml). Em seguida faz-se Netilat Yadayim

(lava-se as mãos com uma caneca, vertendo água três vezes em cada mão) e antes de enxugá-las faz-se a berachá:

Baruch Atá Ad*nai El*hênu Mélech haolam asher kideshánu bemitsvotav vetsivánu al netilat yadaim.	ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם אשר קדשנו במצותיו וצונו על נטילת ידים:	Bendito és Tu, Eterno, nosso D'us, Rei do Universo, Que nos santificou com Seus mandamentos e nos ordenou sobre o lavar das mãos.
--	---	---

Segura-se os dois pães e recita-se:

Baruch Atá Ad*nai El*hênu Mélech haolam hamotsi lêchem min haárets.	ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם המוציא לחם מן הארץ:	Bendito és Tu, Eterno, nosso D'us, Rei do Universo, Que criou o pão da terra.
---	--	---

Apesar de a bênção de *Hamotsi* já ter sido recitada sobre o pão, deve-se dizer a bênção apropriada para os frutos da árvore antes de comer o primeiro deles. Com relação aos frutos da terra, é correto comê-los com um pedaço de pão, sem fazer a *berachá*.

A ordem das comidas a serem ingeridas antes da refeição propriamente dita, segundo recomendação do Ben Ish Chay (costume *sefaradi*), é a seguinte: tâmara, feijão-de-corda, alho-poró, acelga, abóbora, romã, maçã e cabeça de carneiro. O procedimento é o seguinte (para *sefaradim*):

Após recitar a berachá de Hamotsi e comer um pedaço de pão, faz-se a bênção de Borê Peri Haêts antes de comer uma fruta da árvore, como por exemplo, uma tâmara:

Baruch Atá Ad*nai El*hênu Mélech haolam borê peri haêts.	ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם בורא פרי העץ:	Bendito és Tu, <i>Hashem</i> , nosso D'us, Rei do Universo, Que criou o fruto da árvore.
--	--	--

Come-se a tâmara.

Pega-se, em seguida, uma segunda tâmara e antes de ingeri-la se diz:

Yehi ratson Milefanêcha Ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, sheyitámu oyevênu vessoneênu vechol mevacshê raatênu.	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שיתמו אויבנו ושונאינו וכל מבקשי רעתנו:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que sejam exterminados os nossos inimigos, aqueles que nos odeiam e todos aqueles que querem o nosso mal.
--	---	---

Isto porque *tamar* (tâmara) lembra o *shôresh* (radical) “*tám*” (exterminar).

Pega-se um pouco de feijão de corda (e um pedaço de pão) e antes de comer se diz:

Yehi ratson Milefanêcha Ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, <u>sheyirbu</u> zachiyotênu utlavevênu.	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שירבו זכותינו ותלבבנו:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que as nossas virtudes e os nossos méritos <u>umentem</u> .
--	---	---

Isto porque *rubia* (feijão de corda) lembra o *shôresh* (radical) “*ravá*” (aumentar).

Pega-se a omelete de alho-poró (e um pedaço de pão) e antes de comer se diz:

Yehi ratson Milefanêcha Ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, sheyicaretu oyevênu vessoneênu vechol mevacshê raatênu.	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שיכרתו אויבנו ושונאינו וכל מבקשי רעתנו:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que sejam eliminados os nossos inimigos, aqueles que nos odeiam e todos aqueles que querem o nosso mal.
--	--	---

Isto porque *carti* (alho-poró) lembra o *shôresh* (radical) “*carat*” (eliminar).

Pega-se (um pedaço de pão e) a omelete de acelga (bem verificada de vermes) e antes de comer se diz:

Yehi ratson Milefanêcha Ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, <u>shvistalecu</u> oyevênu vessoneênu vechol mevacshê raatênu.	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שישתלקו אויבנו ושונאינו וכל מבקשי רעתנו:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que sejam <u>afastados</u> os nossos inimigos, aqueles que nos odeiam e todos aqueles que querem o nosso mal.
---	---	---

Isto porque *silcá* (acelga) lembra o *shôresh* (radical) “*silec*” (afastar).

Pega-se o doce de abóbora (e um pedaço de pão) e antes de comer se diz:

Yehi ratson Milefanêcha Ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, <u>sheticrá</u> roa guezar dinênu, veyicareú lefanêcha zachiyotênu.	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שתקרע רוע גזר דינו. ויקראו לפניך זכותינו:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que se <u>anulem</u> todos os maus decretos decididos para nós e que sejam lidos nossos méritos perante o Senhor.
--	--	---

Isto porque *cara* (abóbora) lembra o *shôresh* (radical) “*cará*” (anular).

Pega-se a romã e antes de comer se diz:

Yehi ratson Milefanêcha Ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, shenihyê meleim mitsvot carimon.	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שנהיה מלאים מצות פרימון:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que sejamos abençoados de <i>mitsvot</i> da mesma forma que a <u>romã</u> é repleta de grãos.
---	---	---

Pega-se a maçã embebida no mel ou açúcar e antes de comer se diz:

Yehi ratson Milefanêcha Ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, shetitchadesh alênu shaná tová <u>umtucá</u> .	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שתחדש עלינו שנה טובה ומתוקה:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que tenhamos um ano bom e <u>doce</u> .
---	---	---

Pega-se a cabeça de cordeiro (ou na falta, de peixe ou frango) e antes de comer se diz:

Yehi ratson Milefanêcha ad*nai El*hênu Vel*hê avotênu, shenihyê <u>lerosh</u> velô lezanav, vetizcor lánu (akedatô ve) elô shel Yitschac Avinu alav hashalom, ben Avraham Avinu alav hashalom.	יהי רצון מלפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו. שנהיה לראש ולא לזנב:	Que seja a Tua vontade, <i>Hashem</i> nosso D'us e D'us de nossos pais, que sejamos colocados na <u>cabeça</u> e não na cauda (lembrar do cordeiro sacrificado no lugar de Yitschac).
--	---	---

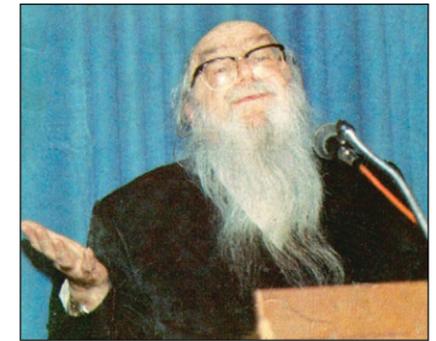
Já os ashkenazim têm o costume de consumir as seguintes comidas: *tapúach* (maçã), *guêzer* (cenoura), *rimon* (romã), *dag* (peixe) e *rosh dag* (cabeça de peixe). E há aqueles que viveram em *Érets Yisrael* que têm o costume de usar também *carti* (alho-poró), *silcá* (acelga), *tamar* (tâmara) e *cara* (abóbora) conforme o *sêder* impresso no *sidur* Minchat Yerushalayim.

Obs.: Nos textos transliterados, onde houver asterisco, substituir pela letra “o”.

Um Professor do outro Mundo!



O Maguid de Jerusalém, Rav Shalom Shvadron zt"l, foi um dos maiores oradores da nossa geração. Possuidor de um dom singular para transmitir o doce sabor dos caminhos judaicos, reuniu inúmeras plateias durante dezenas de anos. Seu vultoso repertório de histórias verídicas é composto por incontáveis pérolas do patrimônio judaico, motivo de inspiração e encorajamento. Leia, a seguir, uma das



JÓIAS DO MAGUID

No final de um seminário judaico de fim-de-semana em Israel, a mãe do pequeno Ami comoveu os demais participantes com suas lágrimas e a emocionante história que marcou sua vida para sempre.

Esta memorável história foi contada por uma mulher no final de um seminário de fim-de-semana em Israel para “baalê Teshuvá”. Ou seja, todos os participantes do seminário tinham sido pessoas não observantes das mitsvot no passado. Através de diferentes incidentes ocorridos em suas vidas, aquelas pessoas tinham se inspirado para retornar ao autêntico judaísmo da Torá.

Aquele fim-de-semana transcorrerá em uma atmosfera bastante amigável. Os rabinos e convidados que ministraram palestras, tinham respondido a inúmeras questões e dado valiosos conselhos aos interessados participantes. Todos sentiam suas almas revigoradas e estavam muito contentes por ter participado do evento.

No final do banquete de encerramento, foi dada a cada pessoa a oportunidade de contar a sua história. O emocionante e surpreendente relato a seguir foi contado por uma das participantes daquele seminário.

Essa moça e o marido tinham sido enviados pelo governo de Israel para uma missão nos Estados Unidos. Eles deveriam ficar naquele país por um ano e depois voltariam para casa. O casal e seus três pequenos filhos alugaram um apartamento em Nova Iorque.

Em Israel, o domingo era um dia de trabalho normal para eles, mas nos Estados Unidos, tinham a oportunidade de descansar e passear com a família aos domingos. Assim, num certo domingo à tarde, eles decidiram sair de carro e ir passear nas montanhas.

Mal pegaram a estrada que os levaria para seu destino e o tempo mudou repentinamente. Uma chuva torrencial começou a cair. Todo o cuidado do motorista era pouco naquelas condições desfavoráveis. O marido dirigia atentamente, mas não estava acostumado com aquelas estradas sinuosas e estava dirigindo numa velocidade muito alta, considerando tais circunstâncias adversas.

Numa determinada curva à esquerda, o carro não acompanhou a estrada, seguindo direto para um despenhadeiro. O terrível acidente fez com que o carro, e seus cinco tripulantes, fossem atirados violentamente num trecho inferior da estrada.

Os pais, que não estavam usando cintos de segurança, foram jogados para fora do carro e caíram inconscientes. Depois de alguns momentos desmaiada, a mãe começou a recuperar a consciência e ouviu suas três pequenas crianças gritando “mamãe, mamãe!” de dentro do carro. Ela olhou em volta e viu que o marido estava caído sem movimentos próximo dali. Sua prioridade naquele instante, entretanto, era salvar seus filhos – os dois garotinhos e a irmãzinha. O carro tinha caído em cima de uma enorme pedra e lá permanecia, instável, correndo o risco de tombar despenhadeiro abaixo a qualquer momento. As crianças tinham que ser retiradas do carro o quanto antes.

A mulher juntou forças para se levantar e, com grande dor, dirigiu-se até o carro. As crianças estavam aterrorizadas e continuavam implorando a ajuda da mãe. Ela receava abrir a porta do carro, temendo que isso fizesse o veículo capotar. Mas não havia outro jeito de tirá-los de dentro. Então, vagorosamente e com muito cuidado para balançar o carro o mínimo possível, ela abriu a porta da frente.

Assim, em poucos instantes ela conseguiu tirar as duas crianças mais velhas que estavam ao seu alcance. O bebê, entretanto, estava sentado numa cadeirinha fixa no banco de trás, totalmente fora de alcance. A mãe percebeu que pela

porta da frente seria impossível tirá-lo de lá sem jogar seu peso no outro lado do automóvel, o que provavelmente faria o carro despencar.

Mesmo desesperada por salvar sua filhinha, sentindo-se como se estivesse vivendo um pesadelo, a mulher tentou manter o controle. Ela saiu do carro cuidadosamente e tentou abrir a porta de trás. Se conseguisse abri-la sem balançar o carro, seria possível alcançar o bebê. Mas a porta traseira do veículo estava completamente amassada e travada.

As duas únicas possibilidades de salvar a criança sem tombar o carro tinham falhado. Procurar ajuda em outro lugar nem passava pela cabeça da pobre mulher. Ela não sairia dali nem por um instante sem seu bebezinho nos braços. Então, ela voltou para o banco da frente e, novamente, tentou se esticar até a criança, que se inclinava para a frente aterrorizada, tentando alcançar a mão da mãe. Todo esforço parecia inútil. Ainda assim, a mulher se esticou mais uma vez o máximo possível e, de repente, o bebê estava em suas mãos. Ela não conseguia entender nem mesmo acreditar no que ocorrera. A mãe estava convencida de que seria impossível se esticar o tanto que faltava para salvar seu bebê. Mas agora a sua pequena criança estava em seus braços.

Uma vez fora dali, ela colocou o bebê perto das outras duas crianças, que estavam sentadas perto de uma árvore e pediu que todas não saíssem dali até ela voltar. Em seguida, dirigiu-se até seu marido. Ele ainda estava inconsciente. A mulher temia pelo pior, embora esperasse milagrosamente pelo melhor. Em seu coração, entretanto, ela sabia que o marido estava morto. Então, ao aproximar-se dele, ela entrou em estado de choque. A senhora não soube dizer durante quanto tempo permaneceu naquele lugar. Tudo que ela se lembrava depois disso era a partir do momento em que as crianças gritaram “papai, papai!”. Espantada, ela se virou, limpou os olhos, e viu um homem se dirigindo em direção a eles.

Num acidente muito parecido com o que ocorrera com ela e sua família, o carro daquele homem tinha derrapado na estrada e caído próximo do lugar onde estava o carro deles. O homem tinha se machucado na perna e estava procurando por auxílio para ser socorrido. Foi então que percebeu o outro carro em cima da pedra e a família ali perto, desamparada. Em sua confusão e desespero, as crianças pensaram que o homem que se aproximava era seu pai e começaram a gritar “papai, papai!”, enquanto esticavam seus braços para serem socorridas.

O homem se aproximou da família

acidentada e entendeu toda a situação. Com poucas palavras, ele pediu para a senhora permanecer com suas crianças naquele lugar, pois voltaria logo com alguma ajuda. Apesar de sua perna ferida, ele conseguiu voltar para a estrada para tentar encontrar socorro. Finalmente, ele e aquela família israelense foram levados para um hospital próximo.

A mulher conseguira salvar seus três filhos. Seu marido, entretanto, tinha perecido no acidente.

Numerosas cirurgias plásticas precisaram ser realizadas no rosto da senhora, e só depois de três meses ela recebeu alta do hospital. Agora ela teria de recomeçar sua vida sozinha.

Durante sua estada no hospital, ela continuava refletindo intrigada em como a terceira criança fora salva, mas não encontrava uma resposta. “Tinha que ser um milagre!”, ela pensou. Talvez tivesse sido um anjo que agarrou sua criança e entregou-a em suas mãos. Ela se lembrava claramente que era humanamente impossível alcançar sua pequena filha.

Numa forte resolução, antes mesmo de sair do hospital, ela decidiu mudar sua vida. Ela voltou para Israel com seus três filhos e se tornou uma mulher cumpridora das *mitsvot*.

Logo que chegou na Terra Santa, a mulher matriculou seus dois filhos

Poder
Consultoria e Corretora de Seguros

Saúde Vida Empresarial Auto
e demais ramos

Dennis Hurivitz
11 2688-5898
contato@poderseguros.com.br

Av. Angélica, 321, cj 42
Santa Cecília, São Paulo - SP

KALIMO

Parabêniza a Congregação pela divulgação dos valores judaicos.

LAZKANI STERENFELD
Advogados Associados

שנה טובה ומתוקה

Assessoria Jurídica
Civil, Consumidor e Direito à Saúde
Tel (21)97172-5575

mais velhos em escolas observantes da *Torá*. Como anteriormente eles tinham frequentado colégios seculares, os meninos estavam muito atrasados em relação aos seus coleguinhas de classe. Especialmente Ami, seu filho mais velho, de dez anos de idade, que foi colocado numa classe onde já estavam estudando *guemará*.

Embora fosse um garoto brilhante, Ami encontrava dificuldades em se adaptar ao estudo racional e à linguagem do *Talmud*. Apesar de se esforçar, não conseguia acompanhar a classe. Depois de algum tempo sem bons resultados, acabou ficando frustrado, porque queria ter sucesso e não conseguia.

Determinado dia, depois de alguns meses naquela escola, Ami voltou para casa com o rosto cheio de lágrimas. Na escola, o professor tinha anunciado que sua turma logo teria que fazer um grande exame sobre o quinto capítulo do tratado de *Bavá Camá*. Inconsolável, ele estava certo de que não conseguiria passar naquela avaliação de jeito nenhum.

– Como posso passar nessa prova se ainda estou tão atrasado?! – ele disse, chorando desiludido.

– Não se preocupe, querido – sua mãe respondeu com amor, contendo suas lágrimas. – Não importa o que você vai fazer, eu sei que o seu professor vai entender! Além do mais, ele

sabe muito bem que você começou a estudar bem depois de todos os outros alunos. Fora isso, eles também têm estudado em casa, mas você não.

Um pouco mais calmo, Ami foi dormir, sentindo-se miserável em relação a toda aquela situação.

Na manhã seguinte, entretanto, ele estava surpreendentemente alegre. Admirada com a feliz, mas estranha, reviravolta, a mãe arriscou um comentário:

– Bom dia, querido! Parece que você teve uma ótima noite de sono!

– Muito mais do que isso, mamãe! – exclamou o garotinho eufórico. – Eu tive um maravilhoso sonho! Agora eu sei que vou passar na prova da escola!

Ainda mais surpresa, a mãe perguntou:

– Como?! Sonho?! Que sonho? Você sonhou que tirou uma boa nota na prova? Isso é muito bom!

– Bem – disse o menino um pouco hesitante. – Não é nada disso. Quer dizer, é muito melhor! Eu sonhei com o papai!

– Você sonhou com ele?! – perguntou a mãe já um pouco assustada.

– Sim! – exclamou o filho entre sorrisos. – Nós estávamos andando por uma rua e eu disse para ele: “Papai! Você sabia que agora nós estamos religiosos?” E ele disse para mim: “Sim, eu sei, querido Ami. No dia em que todos vocês fizeram *teshuvá*, foi maravilhoso

para mim! Naquele dia permitiram-me entrar no *Gan Êden*!”

– Então – continuou o menino – eu disse para ele que eu estava matriculado numa *yeshivá*. Ele disse que sabia disso também. Daí eu falei que agora a gente estava estudando *guemará* e eu ia ter uma prova muito grande. Então o papai me disse: “A *guemará* que você está estudando na escola é a mesma *guemará* que estão me ensinando no *Gan Êden*!”

O menino contava tudo com muita clareza, como se tivesse acabado de conversar com o pai. Ainda mais animado, ele continuou o relato:

– “Então você pode me ensinar ela?”, eu perguntei para o papai. “Claro que sim, querido!” Ele me disse satisfeito. Então ele começou a me ensinar tudo o que eu precisava saber sobre o quinto capítulo de *Bavá Camá*!

Nesse momento, quando a mulher contava a história no seminário, ela parou por um momento e sua voz se encheu de emoção. A platéia estava tão emocionada quanto ela. Com os olhos cheios de lágrimas, ela disse: “Meu Ami tirou dez na prova!”

do livro

“In the Footsteps of the Maggid”

do Rabino Pessach J. Krohn.

Publicado com permissão da Mesorah Publications.

O Atordoamento do Coração e a Vergonha Pelo Pecado

“Sobre o Pecado Que Pecamos Perante Ti” –
“Al Chet Shechatánu Lefanêcha”

Rabino I. Dichi

Na noite e no dia de *Yom Kipur*, nós cumprimos o preceito de *Viduy* (confissão) perante D’us algumas vezes. Além da especificação dos pecados, o principal do *Viduy* são as palavras: “Sobre o pecado que pecamos perante Ti”.

Com estas palavras, o indivíduo revisa diversas vezes duas verdades que são, na prática, as principais responsáveis pelo arrependimento em relação ao pecado e pela decisão de abandoná-lo, no que diz respeito ao futuro.

A primeira delas é “que pecamos”, ou seja, que o indivíduo reconhece o fato de ter pecado e cometido atos indevidos. Esta consciência não é nada simples. Existem muitas pessoas que, apesar de estarem atoladas no pecado e cometerem uma profusão de atos pecaminosos, todos os dias de suas vidas, não reconhecem sua culpa e consideram seu caminho reto como uma planície.

É necessário um grande autocontrole para que alguém esteja pronto a reconhecer que seu caminho estava completamente errado e que tenha se enganado em seus pensamentos e ações. Este é o início do caminho da *teshuvá* e bem-aventurado é aquele que chegou a esta consciência clara e pura.

A segunda destas causas é “perante Ti”, ou seja, que a pessoa sinta que seus pecados foram cometidos na frente ao Rei, perante o

Rei de todos os reis, o Criador – Cujos “olhos” perscrutam tudo e de Cujas Presença não há nenhum lugar vazio. Ela deve sentir vergonha por ter trocado os mandamentos de D’us e as palavras de sua *Torá* por “poços quebrados, que não podem conter água” (expressão do profeta).

Todo o pecado é cometido “perante Ti”. É muito importante que o homem sinta que está sempre perante o Senhor de todas as coisas, para o Qual tudo é revelado e em relação ao Qual o não cumprimento de Sua vontade é comparável a uma rebelião contra o rei. Esta rebelião inclui tanto o grave crime contra o rei quanto a grande vergonha de ter cometido estes atos na residência do rei.

Aquele que tiver estes sentimentos, quando vier se confessar perante D’us, terá o mérito de cumprir o preceito do *Viduy* como se deve e vê-lo aceito com vontade por D’us, Que perdoa e desculpa nossos pecados.

“Sobre o Pecado que Pecamos Perante Ti com Atordoamento”

No texto do “*Al Chêt*” (“Sobre o Pecado”), uma das coisas que confessamos são os pecados que cometemos “*betim’hon levav*” – “com atordoamento (do coração)”. Tentaremos explicar o que é isso e como se cuidar disso a partir do que escreveu o *Gaon Rav Yehudá Segal zt”l*

“Todo aquele que possui as três qualidades que se vão enumerar é um discípulo de Avraham, nosso pai; o que possui os vícios opostos é um discípulo de Bil’am, o ímpio. O bom olhar, a humildade e a abnegação são as características dos discípulos de Avraham. O mau olhar, o orgulho e a ambição são as características dos discípulos de Bil’am.”

Ética dos Pais 5:23

Menahem S. Khafif e Família

Desejam muito sucesso para a Congregação em todos os seus empreendimentos.

em seu livro, *Yir'á Vadaat* (parte 1, página 161).

Na *parashá* da admoestação Divina, em *Sêfer Devarim*, consta o seguinte versículo: “D’us te golpeará com a insanidade, a cegueira e a confusão mental”. *Rashi* explica que “confusão mental” quer dizer “o lacre do coração”, ou seja, algo espiritual. O coração fica, então, tampado e não recebe nem influências externas e nem internas, tornando-se os sentimentos e os pensamentos da pessoa escuros e nebulosos. Isso causa que ela peque e a impede de retornar em *teshuvá*.

Para que um indivíduo não peque e não se deixe levar por tudo que o arrasta ao pecado, ele deve ficar cuidadoso e atento. O lacre do coração o adormece, torna-o indiferente e ele não percebe que, pouco a pouco, a sociedade, os testes e as seduções mundanas o influenciam a abandonar o caminho do bem e da retidão. Se estivesse atento, se o temor aos Céus o dominasse, ele não se transformaria em alguém arrastado e sem essência própria – e serviria a D’us sem obstáculos.

O “lacre do coração” retira do ser humano sua vitalidade e o torna passível de ser derrotado com facilidade pelo mau instinto e suas tropas. Uma pessoa sem vitalidade espiritual é

considerada quase como um morto.

Mesmo após o pecado ser cometido, o “lacre do coração” impede que a pessoa sinta que pecou e que precisa retornar com *teshuvá* completa. Ele não reconhecerá sua culpa e sairá como perdedor nas duas batalhas: a batalha dos atos, pois ele peca continuamente e a batalha da *teshuvá*, na qual ele não age por pensar que tudo o que fez de torto é correto.

A Vergonha

Uma das grandes bondades que D’us fez conosco foi nos dar a característica de sentir vergonha. Esta característica faz com que não ultrapassemos fronteiras, que andemos nos trilhos e que não façamos o que é incorreto. Nós sabemos que, se nos comportarmos imprópriamente, ficaremos cobertos de vergonha e isto acaba nos salvando, muitas vezes, de cair espiritualmente.

O grande nível desta característica se dá quando a pessoa se envergonha de D’us. Uma pessoa assim sente claramente que D’us se encontra com ele em todo lugar e observa seus atos. Como consequência disso, ele sente que está o tempo inteiro perante o Rei e seu comportamento melhora sensivelmente. Ele toma cuidado com todos os seus atos e se afasta muito de todo pecado e iniquidade, por

medo de deixar o próprio monarca zangado, além de refinar suas características de caráter, por saber que só assim ele é digno de servir ao Rei do Mundo.

O Caminho dos Grandes Sábios de Israel

Conta-se que, quando o *Rav Chayim de Volodjin* chegava no trecho das *selichot* que diz: “Para Ti, D’us, é a justiça e, para nós, a vergonha”, desmaiava de tanta vergonha e rubor. As palavras escritas no texto das *selichot* eram muito vivas para ele. A Grandeza Divina, com todo seu esplendor, era palpável para ele e ele sentia que D’us nos trata sempre com uma misericórdia e uma caridade enormes, enquanto nós não apenas deixamos de “pagar” por isso – intensificando o cumprimento das *mitsvot* e atos de caridade e misericórdia – como, ainda por cima, nós ignoramos Seus comandos e abolimos Suas palavras, fazendo pecados. Estes pensamentos faziam com que o *Rav Chayim de Volodjin* desmaiasse de vergonha.

Muitas histórias são contadas sobre como os grandes sábios de Israel temiam o pecado e como se envergonhavam quando lhes parecia terem tropeçado, alguma vez, em algo que se assemelhasse a um traço de peca-

do. Como um exemplo disso, traremos uma história, sobre o *Gaon Rav Eliyáhu de Vilna*, que mostra o quanto o temor destes grandes sábios precedia sua sabedoria.

Conta-se que, certa vez, ele tocou em uma casca de fruta no *Shabat* e, imediatamente, desmaiou por vergonha e por temor ao pecado. Ao despertar e ver novamente a casca, tornou a desmaiar. Para salvá-lo, sua esposa pegou a casca e comeu-a, mostrando que em casos de extrema necessidade ela pode ser comida e, portanto, não é considerada *muktsê*.

Aprendemos desta história quão grande era a reverência à Santidade que sentiam os sábios de todas as gerações. O pecado era, para eles, a pior coisa que poderia acontecer. Sua sensível fé os levava a uma consciência clara da gravidade das transgressões e sua resposta a elas era extremamente severa. Isso acontecia principalmente no que dizia respeito a eles próprios, mesmo quando essas transgressões eram pequenas e quando eram cometidas sem intenção.

Temor Pelo Julgamento

Em *Massêchet Chaguigá* 4, é comentado o episódio do Rei Shaul com a *Baalát Ov* – necromante (pessoa que invoca os espíritos) e o seguinte versículo deste trecho: “E disse She-

muel a Shaul: por que você me enervou, fazendo-me subir? A *Guemará* comenta que Shemuel trouxe Moshê junto. Falou para ele: “talvez, *chaveshalom*, estão me chamando para ser julgado. Venha junto comigo, pois não há algo que (você) tenha escrito na *Torá* e que eu não tenha cumprido.

Shemuel tremeu em seu lugar no *Gan Êden* e temeu que talvez estivessem lhe chamando novamente para ser julgado no Tribunal Celestial. Portanto, ele toma o próprio Moshê *Rabênu* como testemunha de ter cumprido a *Torá* em sua plenitude.

Obviamente, não temos nenhuma compreensão em assuntos tão graves e elevados como o que acontece no Tribunal Celestial e como são julgadas as almas dos mortos. Aprendemos, porém, de um modo extremamente claro, como há um temor perante o pavor do julgamento – e que se deve tomar muito cuidado para não cair nas armadilhas do pecado.

Se isso assustou justos e profetas, espíritos elevados, quanto mais deve fazê-lo conosco. O medo e a vergonha perante o que pode acontecer são capazes, com a ajuda de D’us, de nos auxiliarem a aumentar nossos esforços em relação a *Torá* e *mitsvot* e em fugir dos pecados que nos emboscaram. ■

“Voltem, Voltem de seus Maus Caminhos”

Consta em *Yechezkel* (33:10-11): “E você, filho do homem, diga para a Casa de Israel que assim vocês disseram: ‘pois nossas transgressões e nossos pecados estão sobre nós, neles nos consumimos, como viveremos?’ Fale a eles ‘por Minha vida’, assim diz o Eterno seu D’us, se Eu desejo a morte do perverso. O que sim (Eu desejo) é que retorne o perverso de seu caminho e viva. Voltem, voltem de seus maus caminhos – e porque (vocês) morrerão, Casa de Israel”.

O sentido destas palavras é que o povo se envergonhou tanto de seus pecados que decidiu ser impossível continuar vivendo. Assim, ele se perderia em sua perversidade. O *Rabi Yitschac Blazer* explica que isso estava tão enraizado na consciência do povo que D’us precisou jurar a eles que não deseja sua morte – e sim seu retorno em *teshuvá*, para serem meritórios da vida. Mesmo que eles tenham pecado muito, não devem desistir, pois D’us espera por eles em qualquer estado e, com seu retorno, terão o mérito de serem perdoados por Ele e recebidos como filhos que voltaram a seu pai. A *teshuvá* outorga vida e afasta do pecado, que causa o contrário. ■



FOCUS TÊXTIL

SHANA TOVÁ UMETUKÁ!
Que sejamos inscritos no Livro da Vida, para um novo ano doce, com muita saúde, paz, alegrias e prosperidade!

AGENDE SEU HORÁRIO

Showroom 1
Rua Achilles Orlando Curtolo, 592
Parque Industrial Tomas Edson, São Paulo - SP

Showroom 2
Rua Correia de Melo, 59
Bom Retiro, São Paulo - SP

55 11 3618-4777
conecta@focustextil.com.br

f in @focustextil
focustextil.com.br

ANUNCIE AQUI!

Anunciando na **NASCENTE**
seus conhecidos e amigos serão também seus clientes e você ainda estará colaborando para a divulgação dos valores judaicos!

HOPE



Israel Aéreo



A Beleza de Israel
em encantadoras
fotos aéreas

Jerusalém



Entre todos os encantos de Israel, certamente Yerushaláyim é o maior. A capital de Israel guarda em cada canto um pouco da história, não só do Povo de Israel, mas também de todos os outros povos que a conquistaram.

Além do povo judeu, passaram por Yerushaláyim babilônicos, persas, gregos, romanos, bizantinos, muçulmanos, cristãos, mongóis, turcos, otomanos e britânicos.

Hoje, Jerusalém é uma cidade grande, porém, durante muito tempo foi limitada pelas muralhas que a cercavam, que serviam como proteção.

A parte da cidade cercada pelas muralhas, com seus oito portões, é chamada hoje de Yerushaláyim haaticá — cidade velha.

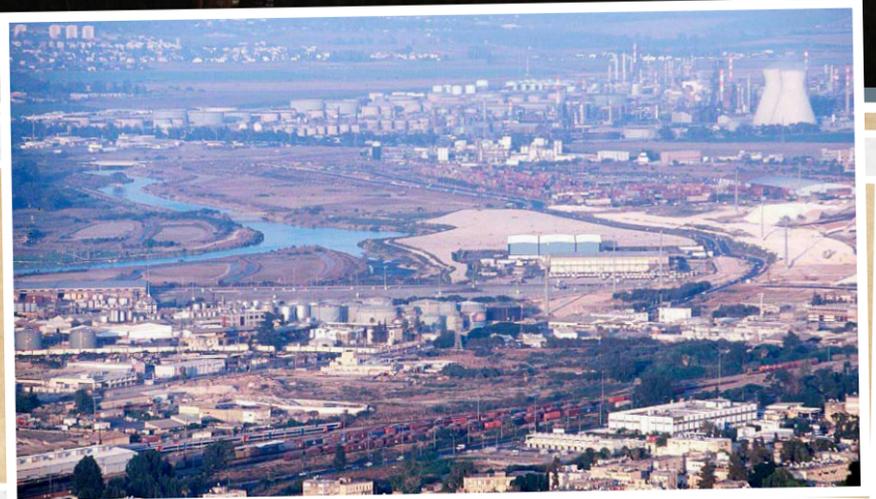
Afora o interesse em Yerushaláyim Haaticá, por contar a história de cada povo que a conquistou, existe nela uma santidade especial. Foi lá que Shelomô Hamêlech construiu o Templo do D'us Único, que foi destruído pelos babilônicos, reconstruído por Ezrá e Nechemyá, aprisionado pelos sírios, purificado pelos macabeus e destruído uma segunda vez pelos romanos.





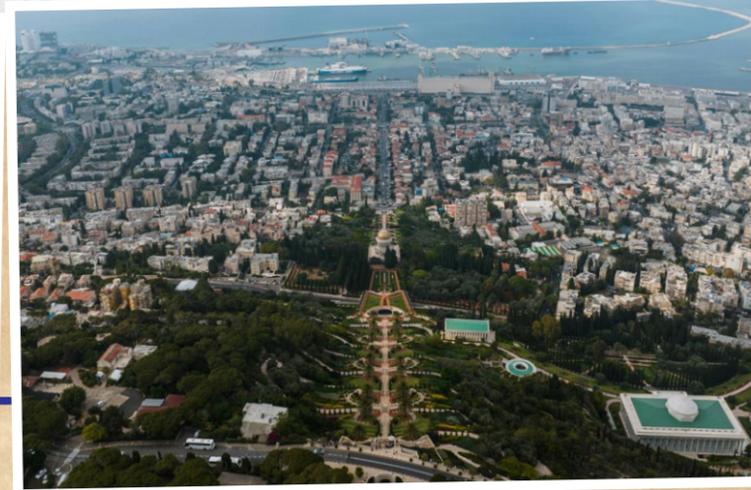
Tel Aviv

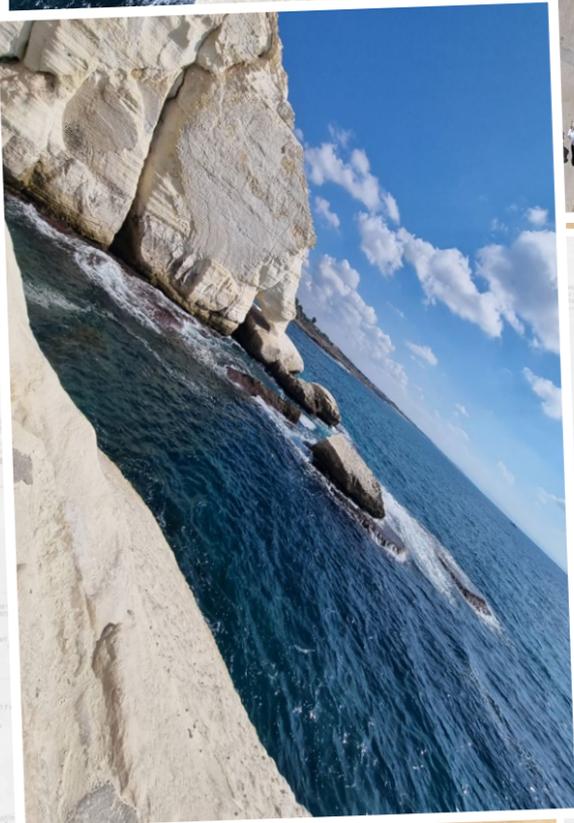
A cidade de Tel Aviv é o maior centro comercial do país. Fundada em 1908 nas dunas de areia próximas a Yafa, foi a primeira cidade judaica nos tempos modernos e desenvolveu-se rapidamente. Nos últimos anos, a silhueta da baixa Tel Aviv foi transformada por altas torres comerciais.



Chefá

A cidade mediterrânea de Chefá é a terceira maior do país, contendo o principal porto de Israel. É o berço industrial do país e a capital comercial da região norte. Está localizada em uma série de colinas, o que proporciona frequentemente uma bela vista da Baía de Chefá.





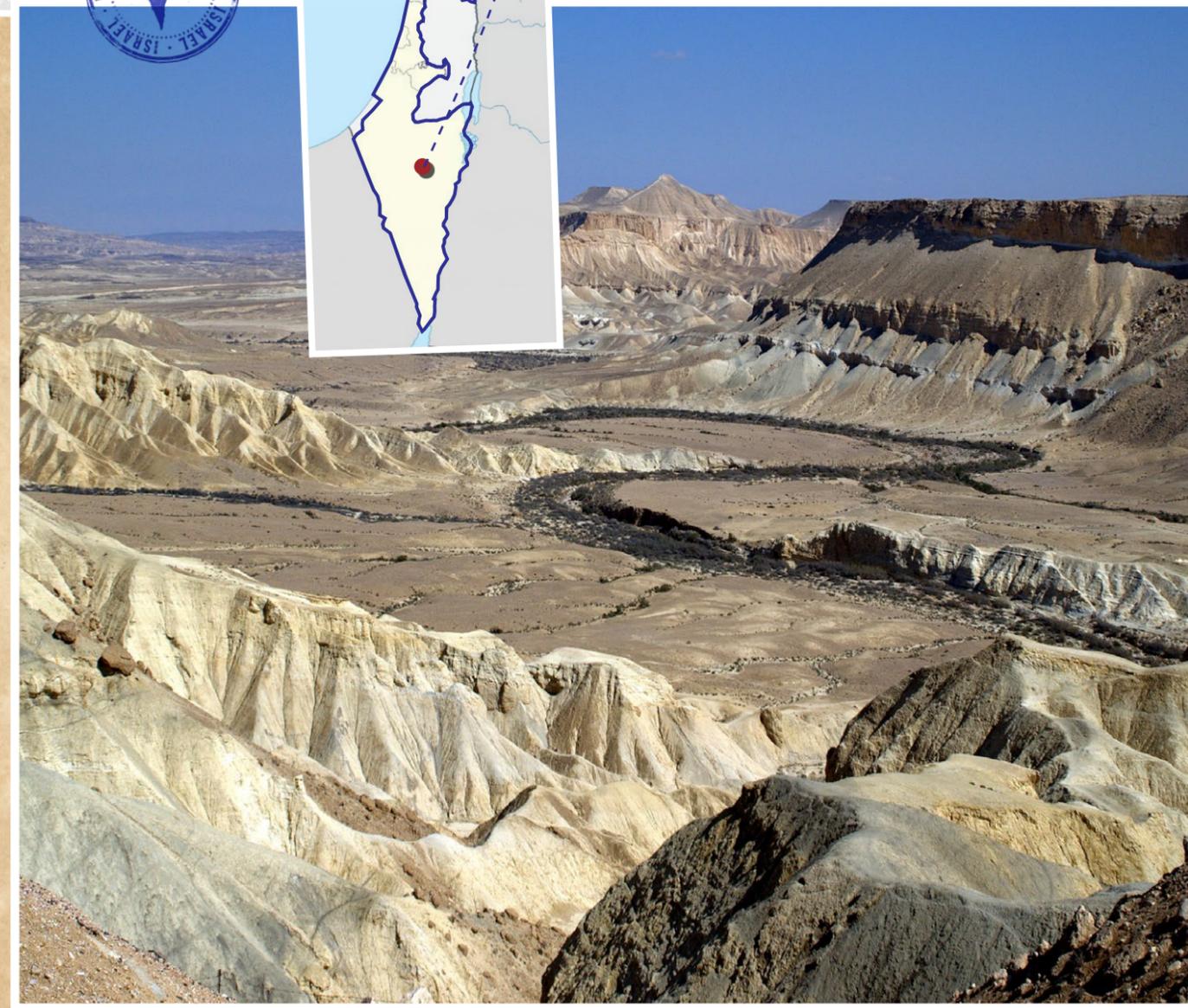
Rosh Hanicrá

No ponto em que a costa norte de Israel encontra o sul do Líbano, o contorno da costa é selvagem e rochoso. Embaixo dos enormes precipícios brancos em Rosh Hanicrá, as batidas das ondas insistentes esculpiram amplas cavernas. Atualmente, as grutas mais elevadas podem ser atingidas por teleféricos.



Nêguev

Cobrindo metade da área de Israel, mas contendo menos de dez por cento de sua população, o Nêguev ainda é escassamente povoado. Longe da poluição das cidades, o ar da região do Nêguev é limpo e seco, quente de dia e frio à noite.





As Quatro Espécies e o Amor a D'us

Rabino I. Dichi

O Cetro de D'us

O *Chidá* explica, em seu livro *Rosh David*, que D'us não nomeia nenhum intermediário como responsável pelas quatro espécies, cuidando delas Ele próprio. Isto está ligado ao fato de elas expressarem, de um modo especial, o amor a D'us, conforme será explicado.

No *Midrash Rabá (Vayicrá 30:2)* consta que as quatro espécies, na festa de *Sucot*, demonstram que o Povo de Israel venceu o Julgamento de *Rosh Hashaná* e *Yom Kipur*. Assim como uma nação que venceu uma perigosa guerra organiza uma parada militar, empunhando suas armas, empunha-se o *lulav* como símbolo desta vitória.

O *Chidá* escreve também que o *lulav* é “o cetro do Rei dos reis”, sendo que o Todo-Poderoso concede a permissão de utilizá-lo, demonstrando Seu amor especial. Isso porque um rei, normalmente, não deixa que outro segure seu cetro. A única exceção é seu filho.

Do mesma forma, sobre o preceito de habitar a *sucá* foi dito o versículo de *Shir Hashirim*: “Trouxe-me, o Rei, a Seu cômodo; me alegrarei e

rejubilarei em Ti”. O Eterno faz Seu Povo adentrar em Seu “quarto” particular, mostrando o enorme amor que sente por ele.

O Amor a D'us

Assim como o Eterno demonstra Seu amor, deve-se agir de maneira recíproca, amando-O de um modo especial e enormemente. Assim escreve o *Rambam*, no início do segundo capítulo de *Hilchot Yessodot Hatorá*:

“Este D'us Honrado e Temível, é um mandamento amá-Lo e temê-Lo, conforme está escrito: ‘Ame ao Eterno, seu D'us’. Do mesmo modo, está escrito: ‘Ao Eterno, seu D'us, tema’. Como se faz para amá-Lo e temê-Lo? Quando o indivíduo reflete sobre Seus atos e Suas criaturas maravilhosas e observa, por intermédio delas, Sua infinita Sabedoria, imediatamente ama, louva, enaltece e anseia muito por conhecer Seu Grande Nome, conforme disse David: ‘Sedenta está minha alma pelo Criador, o D'us vivo...’”

Assim, é necessário refletir sobre a Criação e a maravilhosa Sabedoria que nela está implícita. Com isso,

crece o amor pelo Criador, que tudo fez com Sua grande bondade.

A Bondade Divina

No livro *Chayê Olam* consta que antes de se ler o *Shemá*, no qual está escrito “ame ao Eterno, seu D'us”, recita-se a bênção *Ahavat Olam*, da qual faz parte a frase “uma misericórdia grande e acima da medida (Tu) tivestes para conosco”. A lembrança disto auxilia a criar no coração o amor necessário.

No *Sefat Emet* (sobre *Parashat Vaetchanan*) está escrito que em cada *yehudi*, seja qual for seu estado, encontra-se uma semente de amor a D'us. Há aqueles nos quais esta é bem perceptível, enquanto há outros nos quais ela se encontra oculta em seu coração. Embora nada possa ser visto de fora, a alma de todo judeu está firmemente ligada a sua Fonte superior e ao Eterno.

Cada *yehudi* deve esforçar-se, todos os dias de sua vida, para aumentar o amor que há em seu coração e se aproximar do Criador, cumprindo integralmente o preceito de “ame ao Eterno, seu D'us, com todo o seu coração, com toda a sua alma e com todas as suas posses”.

Keren Chai



“Acho o projeto sensacional, que além de ajudar os necessitados de forma honrosa, fortalece o ato de caridade, criando o hábito de se preocupar pelo próximo de forma constante. Chizku Velmztu!”

Mauricio Majtli - Super K

“Acho o projeto muito interessante e me sinto honrada em poder participar e ajudar. É uma ideia simples e incrível! Parabéns!”

Renata Grosman - Colaboradora

“O projeto Keren Chai é super valioso para nossa comunidade. Através dele, famílias menos favorecidas podem continuar cumprindo a mitsva de comer Kasher, obtendo descontos nos supermercados e restaurantes kasher. E famílias mais favorecidas podem contribuir com uma grande mitsvá de ajudar quem precisa mais. Parabéns pelo trabalho desse lindo projeto!”

Anônimo - Recebe descontos através do projeto

Doe um POUCO e ajude MUITO! Não fique de fora dessa MITSVÁ!

Solicite seu cartão de doação:

projetokerenchai.wixsite.com/keren-chai

projetokerenchai@gmail.com

D'us Não Esquece

Uma impressionante história verídica

O cantor e compositor Shelomô Carlebach (1925-1994) viajava muito para recitais judaicos em todos os lugares do planeta. Assim, era uma personalidade conhecida entre as tripulações das grandes companhias aéreas.

Em um de seus vôos, quando se levantou de seu assento durante a viagem, observou uma das aeromoças murmurando enquanto segurava um *sidur*.

Carlebach ficou surpreso com a visão um tanto incomum e esperou até que ela finalizasse suas orações. Quando ela fechou o livro, ele disse:

– Percebi que você estava rezando em um *sidur*. Por acaso você é judia?

– Apesar de que meus pais não são judeus – respondeu a aeromoça – fiquei encantada com o judaísmo. Estudei vários anos com um rabino ortodoxo e depois me converti de acordo com a lei judaica. Hoje me comporto, como você pode ver, de acordo com a *Torá* e seus preceitos, conforme dita a *halachá*.

– Recentemente – continuou a moça um tanto desanimada – conheci um rapaz judeu. Mas seus pais se opõem de forma veemente a nossa relação. Eles não querem permitir que seu filho se case com uma convertida. Nós gostaríamos muito de formar juntos um lindo lar judaico, mas ele está muito unido aos seus pais e não quer fazer com que eles sofram. Ele está arruinado com toda a situação. Temo que muito em breve romperá nossa relação. Acaso você

poderia nos ajudar?

– Eu tentarei – ele disse. – Dê-me o seu número telefônico e o dos pais dele. Talvez eu consiga convencê-los a não se oporem ao casamento.

Quando o Senhor Carlebach chegou ao seu destino, telefonou para o pai do rapaz. Tentou explicar que a moça se convertera sinceramente, sem qualquer outro interesse. O pai foi frio e nada amistoso. Todas as tentativas para que enxergasse a situação de outra forma foram inúteis. Quanto mais o Senhor Carlebach tentava convencê-lo, mais o pai se mostrava agressivo, até que finalmente gritou:

– Saiba que eu sou um sobrevivente do Holocausto! Pelo que D'us fez aos judeus por meio dos outros povos, odeio o judaísmo. Ainda assim, nunca aceitarei que meu filho se case com uma moça de outro povo!

O Senhor Carlebach entendeu que não havia motivo para continuar a conversa. Agradeceu a atenção do interlocutor e desligou o telefone. Em seguida ligou para a jovem aeromoça para contar sobre seu fracasso.

Não foi ela quem atendeu o telefone, mas sim seu pai.

O Senhor Carlebach começou a conversar com ele e contou sobre o que tentara fazer por sua filha. Logo o pai da moça também ficou irritado pela intromissão do estranho naquilo que não lhe dizia respeito.

O Senhor Carlebach tratou de desculpar-se, dizendo:

– Acaso não está escrito no *Talmud* que o Todo-Poderoso, Ele Mesmo, ocupa-Se em juntar casais para que se casem? Eu apenas tentei participar um pouquinho... Acredito que sua filha e este rapaz formariam um lindo lar, e tenho muita pena de ver que isso não acontecerá.

Sua voz de preocupação tocou o coração do pai da moça. Ele começou a chorar e, depois de alguns instantes, disse muito emocionado:

– Já que o senhor está tão preocupado com minha filha, contarei um segredo a você que nunca contei a ninguém, e estava certo que jamais o faria. Todos pensam que eu e minha mulher somos cristãos, mas não somos de fato. Nós dois somos judeus sobreviventes do Holocausto. Pelo que D'us fez conosco por meio dos outros povos, nós odiamos o judaísmo. Comportamo-nos como cristãos e educamos nossos filhos assim. Nem eles sabem da verdade.

– Então – disse o Senhor Carlebach admirado – sua filha é judia de nascimento e os pais do rapaz não verão problemas nesta união! Revele a verdade para que eles sejam felizes!

O pai da aeromoça concordou e o Senhor Carlebach convenceu as duas famílias a participarem de uma reunião para conhecerem-se.

O encontro foi marcado para

acontecer no hotel onde ele se hospedava.

Primeiro chegou a família da aeromoça. Logo em seguida chegou o rapaz com seus pais.

Logo que se avistaram, o pai do rapaz gritou: “Yankele!”

E o pai da moça respondeu efusivamente: “Hershele!”

Eles correram para um abraço longo e apertado, entremeados de beijos e lágrimas.

Depois, eles explicaram para todos os presentes que, antes de começar a guerra, estudaram juntos em “*chavruta*” na *yeshivá*.

Os dois disseram que estavam certos que seu companheiro havia desaparecido no Holocausto. Suas memórias começaram a fluir com muita emoção. Recordaram sua infância com nostalgia e uma alegria mesclada com as dores da guerra.

Então, um deles disse o que mais comoveu a todos:

– Você se lembra como sonhávamos nossos futuros quando éramos estudantes? Dizíamos que, quando casássemos e tivéssemos filhos, faríamos todo o possível para que eles se casassem e formássemos uma linda família! Nós nos esquecemos, mas *Hashem* não Se esqueceu!

Do jornal “Hashavua”

Avot Uvanim





Viagem da Yeshivá para Gramado e Canela



Felicidade: Uma Jornada

Por um longo tempo me pareceu que a vida estava para começar – uma vida verdadeira! Mas sempre havia obstáculos no caminho: algo que deveria ser melhorado primeiro, algum trabalho inacabado, algum tempo ainda a ser esperado, algum débito a pagar. Então a vida iria começar!

Nós nos convencemos de que a vida será melhor depois que casarmos, tivermos um filho, depois outro. Então nos frustramos ao ver que as crianças não são “adultas” o suficiente e pensamos: ficaremos mais contentes quando estiverem mais velhas. Depois ficamos frustrados por termos que lidar com adolescentes. Certamente ficaremos felizes quando passar esta fase!...

Dizemos a nós mesmos que nossa vida estará completa quando nosso cônjuge comportar-se melhor, quando comprarmos um carro mais bonito, pudermos viajar para umas férias prolongadas, quando nos aposentarmos...

No final, despertei para o fato de que estes obstáculos eram minha “vida”!

Esta perspectiva me fez ver que não existe um caminho para a felicidade. Felicidade é o caminho! Que não existe tempo melhor para ser feliz do que agora.

Nossas vidas estarão sempre repletas de desafios. É melhor admitirmos isto o quanto antes e decidirmos ser felizes apesar de tudo; valorizarmos cada momento vivido. O tempo não espera por ninguém!

Pare, então, de esperar até acabar a faculdade, até voltar para a faculdade, até perder 10 quilos, até começar a trabalhar, até se casar, até ter filhos, até seus filhos saírem de casa, até comprar um carro ou uma casa nova, até seu carro ou casa estarem completamente pagos, até se aposentar, até sexta-feira à noite, até domingo de manhã, até a primavera, até ter tempo sobrando, até morrer, até nascer de novo e decidir que não existe época melhor do que agora para ser feliz...

Felicidade é uma jornada, não um destino!

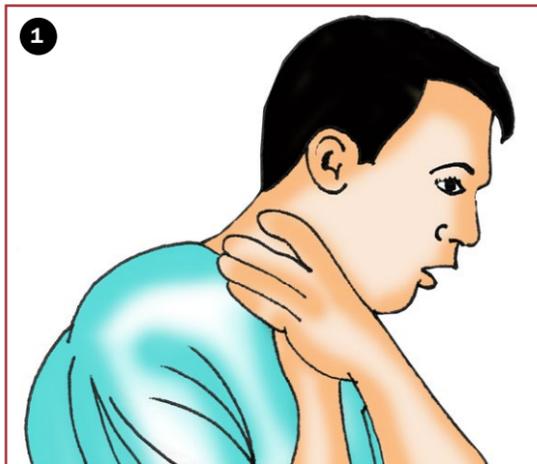
Manobra de Heimlich

Uma Manobra que Salva Vidas

Você já deve ter ouvido falar de algum caso em que, durante uma refeição, subitamente alguém se engasga; tenta tossir, mas parece estar seriamente em apuros.

A pessoa se levanta e fica muito agitada, levando as mãos à garganta. Não consegue mais falar, parecendo ter alguma dificuldade para respirar.

Provavelmente esta pessoa está com a passagem de ar bloqueada, o que pode levar à asfixia em questão de minutos.



Engasgado e com a passagem de ar bloqueada, o indivíduo fica com grande dificuldade para respirar

Para salvar a vida deste indivíduo, qualquer pessoa presente pode ajudar, aplicando-lhe a “Manobra de Heimlich”.

A manobra de Heimlich pode ser útil e salvar uma vida sempre que um corpo estranho estiver bloqueando a passagem de ar para os pulmões.

A asfixia é uma causa comum de morte após engasgo com alimentos. É comum em crianças e em adultos.

Provocada por uma súbita queda de oxigenação, pode levar à morte em poucos minutos se não solucionada rapidamente.

Balas, doces, bombons e alimentos diversos podem ser responsáveis por este evento.

Ao ser deglutido de forma inadequada, o alimento pode bloquear as vias respiratórias e a passagem de ar para os pulmões ao chegar na garganta.

A Manobra de Heimlich, que pode ser salvadora neste momento, foi descrita em 1974 por Henry Heimlich.

Inicialmente reconhecida pela Cruz Vermelha, foi adotada e difundida mundialmente como uma manobra salvadora de vidas. É uma “tosse artificial” ou “auxiliada”, com o intuito de expelir o objeto ou alimento da traquéia da pessoa.

Esta manobra já é de domínio público em vários países onde se afixam cartazes com suas instruções, especialmente em restaurantes.

Em primeiro lugar, mande alguém ligar para um serviço móvel de socorro (por exemplo, o SAMU – Serviço de Atendimento Móvel de Urgência da prefeitura – “192”) enquanto você começa a prestar o socorro mais imediato.

Certifique-se de que a pessoa esteja realmente com dificuldades para respirar. Alguns sinais são característicos: Ela tenta falar e a voz não sai. Começa a ficar agitada e confusa, levando as mãos à garganta. A pele pode mudar de cor, passando a ficar azulada, o que indica baixa oxigenação do sangue.

Não importa se a pessoa está ficando sem reação, parecendo já estar desfalecida. No caso de asfixia, inicie a manobra o quanto antes. Quando algo bloqueia a passagem de ar, não há tempo suficiente para esperar pela chegada de um socorro médico. A pessoa mais próxima precisa agir rapidamente!

Veja no quadro a seguir como aplicar a Manobra de Heimlich. Aplique as compressões repetidamente até conseguir fazer a pessoa expelir o objeto!

Para mais detalhes, visite o site www.heimlichinstitute.org.

COMO APLICAR A MANOBRA DE HEIMLICH



Inicie abraçando a pessoa pela cintura, firmando os punhos entre as costelas e o abdômen. Puxe a pessoa para cima e em sua direção, rápida e vigorosamente, quantas vezes forem necessárias.

Crianças também podem ser socorridas por meio desta manobra.



Se você não tem força suficiente, pode ajudar também com batidas firmes nas costas. Mas o melhor é a manobra em que se abraça a vítima e aplica-se a compressão entre o abdômen e as costelas.

Pode acontecer de a pessoa não conseguir mais ficar de pé – por estar inconsciente ou esgotada.



Se a pessoa não puder mais ficar de pé ou se você não tem força suficiente para aplicar a manobra em pé, ela pode ser aplicada com a vítima sentada ou deitada.

Inclusive você mesmo pode se auto-aplicar a manobra se estiver sozinho.

Pirkê Avot

Capítulo I,

Mishnayot XIV e XV

A Guemará nos diz que uma pessoa que quer ser “chassid” – bondoso – que está um degrau acima do “tsadic” – justo – deve cumprir tudo o que está escrito na “Ética dos Pais”. Assim, esta seção traz, de forma simples, a sabedoria da Mishná por meio dos maravilhosos conselhos do “Pirkê Avot”.

Rabino Ari Friedman

A Guemará nos diz que uma pessoa que quer ser “chassid” – bondoso – que está um grau acima do “tsadic” – justo – deve cumprir tudo o que está escrito na Ética dos Pais. Assim, esta seção traz a sabedoria da Mishná nos maravilhosos conceitos do Pirkê Avot.

Hu hayá omer: Im en ani li, mi li? Uchsheani leatsmi, má ani? Veim lô achshav, ematay?

“Ele (Hilel) costumava dizer: Se eu não sou por mim, quem será? E se sou por mim, o que sou? E se não agora, quando?”

“Se eu não sou por mim, quem será?”

Esta *mishná* está ensinando que ninguém pode confiar o seu futuro e progresso espiritual em outra pessoa ou causas, deixando de se esforçar. Cada indivíduo precisa saber que tudo depende de seu empenho e esforço. Isso é algo que deve partir da própria pessoa. Caso contrário, ninguém conseguirá ajudá-lo para que cresça espiritualmente.

O *Rabênu Yoná* explica esta primeira parte da *mishná* com um enfoque um pouco diferente.

Ele diz que a *mishná* vem nos ensinar que a pessoa que quer melhorar e progredir precisa ter autocrítica. Isto a ajudará a desenvolver-se constantemente, independente do local ou situação em que esteja vivendo.

As pessoas que não tiverem uma autocrítica só progredirão quando criticadas por terceiros. Esta situação não é tão eficiente. Nem sempre terão um rabino ou um amigo que lhes chame a atenção, procurando o seu bem. Mesmo que vivam ou frequentem um local em que sempre haja uma pessoa à disposição para colocá-las no caminho correto, uma reprimenda que vem “de fora” dura pouco, e logo a pessoa se esfria novamente.

“Se sou por mim, o que sou?”

Nesta segunda questão, a *mishná* transmite a ideia de que, mesmo que a pessoa se empenhe, se esforce e tenha autocrítica, ela nunca chegará ao que deveria.

O *Rabênu Yoná* traz uma parábola para entendermos melhor este conceito:

“Certa vez, um rei decidiu distribuir terra

para seus escravos trabalharem. Antes da distribuição, combinou com os escravos a quantidade de produção que deveriam realizar durante o ano. Os escravos trabalharam bastante, mas produziram muito menos que o combinado. Quando o rei os questionou sobre o porquê da quantidade pequena, os escravos responderam que as terras que receberam eram muito ruins e por isto não conseguiram produzir mais do que aquilo.”

O *Rabênu Yoná* esclarece que algo parecido acontece com o ser humano. D’us colocou em nós o *Yétser Hará*, a má inclinação, que dificulta demais o nosso serviço espiritual. Mesmo nos esforçando, não conseguimos chegar onde precisaríamos...

Rabênu Yoná conclui que este trecho da *mishná* nos ensina que aquele que não se esforça nunca sairá do lugar. Já aquele que se esforça progredirá sim, mas não tanto quanto precisaria. O indivíduo nunca deve imaginar que já realizou tudo o que lhe cabe fazer neste mundo.

Há mais uma mensagem embutida neste trecho. Todos sabem que o egoísmo é visto como uma característica muito ruim segundo a *Torá*. Todas as pessoas devem pensar no bem-estar dos demais.

Entretanto, seguindo este caminho, de não sermos egoístas, poderíamos pensar que não precisamos mais nos preocupar com o nosso próprio progresso espiritual. Poderíamos imaginar que o importante é nos dedicarmos apenas para o bem-estar do próximo.

A *mishná* soluciona esta dúvida, ensinando que primeiramente a pessoa precisa se preocupar com seu futuro espiritual – “Se eu não sou por mim, quem será?”. Mesmo que para isto tenha que ser um “pouquinho” egoísta, pois o intuito principal do

homem é o seu progresso espiritual. No entanto, a *mishná* continua sua ensinança: Depois que você tiver se preocupado consigo e com sua espiritualidade, não esqueça dos outros e não pense apenas em você mesmo – “Se sou (apenas) por mim, o que sou?”.

Na prática, a regra para os jovens que ainda estão estudando em *yeshivot* é que estão vivendo principalmente a fase de “Se eu não sou por mim, quem será?”. Devem dedicar seu tempo para se desenvolver e crescer espiritualmente. No entanto, não devem esquecer da continuação: “Se sou por mim, o que eu sou?”. Sempre que sobrar algum tempo, o jovem deve tentar ajudar os demais. Isto o ajudará a preparar-se para o futuro, quando, após ter se enriquecido espiritualmente, deverá procurar ajudar os outros.

O *Rav Chayim* de Volozin ensinou uma mensagem muito importante baseada nesta *mishná*:

Nossos sábios nos ensinaram que há uma diferença básica entre o sucesso no campo material e o sucesso no campo espiritual. Um não depende das pessoas e o outro depende.

No âmbito material, o sucesso não depende dos esforços do indivíduo. A *parnassá* – o sustento – é enviada e determinada para cada um diretamente por D’us. Cada pessoa deve trabalhar e fazer um esforço “normal” para obter seu sustento. O termo “normal” neste contexto refere-se ao esforço padrão das pessoas que trabalham naquele mesmo tipo de tarefa. O quanto sobrar de dinheiro no final do ano independe dos esforços de cada indivíduo.

Porém, o sucesso espiritual depende exclusivamente do empenho e do esforço do indivíduo. Quanto mais se aplicar, mais longe chegará!

Assim, o *Rav Chayim* explica que esta é a mensagem da nossa *mishná*: O trecho “Se eu não sou por mim, quem será?” refere-se ao crescimento espiritual, que depende do empenho do indivíduo. Já o trecho seguinte, “Se sou por mim, o que eu sou?”, refere-se ao sucesso material, que independe dos esforços da pessoa.

O *Chafets Chayim* traz uma outra explicação muito bonita sobre esta *mishná*. Ele diz que os dois questionamentos podem se referir ao contexto de elevação espiritual dos indivíduos.

Para esclarecer o ensinamento da *mishná*, ele cita a seguinte situação: Imaginemos que um sujeito é visto passeando num parque em pleno dia de trabalho. Se ele fosse questionado sobre o motivo que não está trabalhando, talvez respondesse uma destas duas justificativas:

a) Eu possuo uma empresa muito grande, mas meus gerentes conseguem tomar conta de tudo. Assim, resolvi tirar um dia de folga hoje.

b) Trabalho no comércio de diamantes. Como meu lucro é muito grande, é suficiente que eu trabalhe apenas quatro horas por dia para fechar o mês. Agora meu expediente já terminou.

O *Chafets Chayim* explica que, em relação ao trabalho espiritual estes dois argumentos não são válidos. O primeiro trecho da *mishná* – “Se eu não sou por mim, quem será?” – esclarece que a primeira resposta que o homem deu não se aplica neste caso. Não adianta que outros “trabalhem” por nós. Não adianta que outro estude *Torá* e cumpra as *mitsvot* por nós! Nós é que precisamos nos esforçar!

O trecho seguinte – “Se sou por mim, o que eu sou?” – esclarece que a segunda resposta do homem também não se aplica. Não existe um limite máximo de

crescimento espiritual. Todo esforço a mais será recompensado. Mesmo que a pessoa passe a vida inteira estudando *Torá* e praticando *mitsvot*, nunca será o suficiente, pois precisa lutar contra o *Yétser Hará*, que a atrapalha na tarefa de atingir todo o seu potencial.

“E se não agora, quando?”

Os comentaristas da *mishná* Rashi e Bartenura explicam esta frase. Cada *yehudi* deve aproveitar todos os minutos de vida para estudar *Torá*, realizar *mitsvot* e crescer espiritualmente, porque depois que sair deste mundo, já não poderá fazer mais nada.

O *Rabênu Yoná* acrescenta uma explicação importante para os jovens: “Se não agora na juventude, então quando?”. Quem pode garantir que depois a pessoa também terá esta oportunidade. O indivíduo precisa aproveitar enquanto é jovem e ainda pode dirigir

sua vida para o caminho que quiser. Deve aproveitar seus anos de força e vigor para servir a D’us e estudar *Torá*.

Esta mensagem é essencial e muito atual para todos os jovens. Várias vezes já me aconteceu que, quando tentei convencer um jovem a vir estudar na *yeshivá*, ouvi a seguinte alegação: “Agora está difícil, rabino! Mas daqui a um ano eu irei”. Na maioria dos casos, quando disseram isso, não vieram. O jovem precisa saber que a vida, com o passar dos anos, vai ficando mais complicada e difícil. Portanto, deve aproveitar a oportunidade o quanto antes. Ninguém garante que ela ainda existirá no futuro.

O *Yétser Hará*, a má inclinação, é quem faz isto conosco. Ele que sugere esta “alternativa”: Ir estudar daqui a um ano. Se ele dissesse para não estudarmos nada, não o escutaríamos. Então ele utiliza outra tática. Diz para deixarmos para depois, para outra

hora. Assim, vamos adiando, adiando...

Existe um versículo (Tehilim 128:3) que diz: “Seus filhos são como mudas de oliveira”. Enquanto jovem, a pessoa é como a muda de uma árvore recém plantada, na qual podemos trabalhar para que cresça reta e direito. Se a árvore crescer torta, será muito difícil arrumá-la depois. O tempo para arrumar e melhorar a vida é no início, na juventude. A pessoa que é jovem deve estudar *Torá* e melhorar sua conduta. Depois, na velhice, é muito difícil modificar-se – “Se não agora, quando?”.

Acrescenta ainda o *Rabênu Yoná*, dizendo que, mesmo que lhe apareça novamente esta oportunidade no futuro, os dias que passou sem estudo nunca mais voltarão, estão perdidos. É dever de cada pessoa aproveitar todos os seus dias para crescer e elevar-se espiritualmente. Se não agora, quando você aproveitará o agora?

O *Chovot Halevavot* diz que a vida da pessoa é como um livro. Cada dia representa uma página em branco. Se não trabalhar duro no caminho da *Torá* neste mundo, chegará ao Mundo Vindouro com páginas e páginas vazias – mas aí já não poderá mais voltar para preenchê-las.

Shamay omer: Assê Toratechá keva, emor meat vaassê harbê, vehêvê mecabel et col haadam bessêver panim yafot.

“Shamay disse: ‘Faça de seu estudo de *Torá* algo fixo; fale pouco e faça muito; e receba todas as pessoas com um semblante alegre.’”

“Faça de seu estudo de *Torá* algo fixo”

Esta *mishná* nos ensina que devemos ter uma agenda fixa de estudos de *Torá*: todo dia ter um *shiur*, uma aula de *Torá*, sem faltar. Uma programação constante – não algo que seja um dia sim e outro não. Este conceito é denominado de “*keviut*”, e é algo muito importante para o crescimento espiritual.

O Bartenura explica a *mishná* de outro modo. Que o estudo da *Torá* deve ser algo fixo no sentido de sua importância. Deve ser a atividade principal do dia, a verdadeira prioridade do indivíduo. O trabalho deve ficar num segundo plano. A pessoa deve estudar a maior parte do dia e, quando se cansar, ir trabalhar. Infelizmente, muitas pessoas fazem o oposto: trabalham a maior parte do dia e, quando se cansam, vão estudar.

O Rambam explica que o estudo de *Torá* deve ser a prioridade da pessoa em relação às suas preocupações diárias. Todas as decisões do dia-a-dia devem ser tomadas levando em conta o estudo de *Torá*. O trabalho deve ser uma preocupação secundária, a ser feito quando puder.

Analisemos um exemplo para esclarecer melhor este ensinamento: Digamos que uma pessoa está procurando uma casa para morar e oferecem-lhe diversas opções. Na hora de escolher, ela deve levar em conta a opção que mais contribuirá para o progresso de seus estudos. Neste caso, um dos fatores determinantes deveria ser a distância da casa até a sinagoga onde ela estuda, por exemplo.

Há, ainda, outra explicação para o conceito de “*assê Toratechá keva* – faça de sua *Torá* algo fixo”. A *mishná* recomenda que a pessoa se fixe em relação à *Torá*. Ou seja, para ela não ficar “em cima do muro” – quando às vezes vai para a sinagoga e outras vezes vai a lugares que não são da vontade de D’us. Isto não é bom. Assim, a *mishná* nos diz para nos “fixarmos” do lado da *Torá*.

“Fale pouco e faça muito”

A *Torá* incentiva o anonimato quando a pessoa fizer atos de bondade. Mesmo nos casos em que precisa falar, que fale pouco e faça muito mais.

Este é o comportamento dos *tsadikim*, dos justos. Aprendemos isto de nosso patriarca Avraham, que ofereceu aos três anjos para comerem um “pedaço de pão” e acabou lhes servindo um banquete completo.

O *Rabênu Yoná* salienta que aprendemos isto de D’us também. Quando disse a Avraham que tiraria seus descendentes do Egito, o Todo-Poderoso usou a expressão: “*Dan Anochi*”. Em hebraico, a palavra “*dan*” é escrita com apenas duas letras. Porém, quando chegou o dia em que D’us resgatou o Povo Judeu, a *Torá* se estendeu por 27 versículos, contando o transcorrido.

Sobre este raciocínio, o *Rabênu Yoná* acrescenta o seguinte em nome do *Rabênu Saadya Gaon* (Egito e Babilônia, 892–942): Se, quando prometeu resgatá-los, D’us utilizou-se de duas le-

tras e fez tantos milagres, quanto mais em relação à redenção futura! Pois há vários livros grandes que comentam sobre nossa futura redenção. Portanto, quando vier o *Mashiach*, com certeza os fatos serão monumentais e acompanhados de muitos milagres.”

“Receba todas as pessoas com um semblante alegre”

A *mishná* ensina: Seja simpático e mostre um sorriso para todos.

É interessante notar que o autor desta *mishná* é Shamay, sobre quem a *Guemará* (Shabat 31a) relata ser uma pessoa impaciente, severa e objetiva. Daqui aprendemos que o sorriso é um dever que independe do estilo da pessoa.

Os mestres do *Mussar* ensinam que nem podemos imaginar quanto benefício podemos trazer a nossos familiares, amigos e conhecidos, abrindo-lhes um sorriso.

Às vezes, quando alguém está de mau humor ou chateado com algum problema, é-lhe difícil trabalhar ou fazer qualquer outra coisa. Ao receber um sorriso, o seu dia pode se iluminar e fazer melhorar o seu humor, dando-lhe forças para enfrentar a vida.

O *Rabênu Yoná* também ensina que, além de sermos simpáticos com os demais, devemos trabalhar para sermos pessoas fáceis no trato, não nos aborrecermos nunca, desculparmos todos, entendermo-nos bem com os outros e sabermos abrir mão de nossos direitos.

Nunca me esquecerei de quando ouvi o *Rav Shach*, já com seus 95 anos de idade, dizer em sua aula: “Já fui jovem e envelheci. Nestes quase 90 anos, nunca vi uma pessoa se prejudicar ou sair perdendo por ter aberto mão de seus direitos para os outros.”

Do livro “*Mussar Avicha*”.

CAMESA
a cara da sua casa

PARABENIZAMOS A CONGREGAÇÃO
PELA DIVULGAÇÃO DOS VALORES JUDAICOS

SAC: 11 2431 5000

www.camesa.com.br

comesa.ltda

@comesaoficial



Iguêret Haramban

A tradução da famosa carta que o sábio Nachmânides escreveu para seu filho e comentários sobre algumas passagens.

Esta famosa carta foi enviada pelo grande sábio Ramban – Nachmânides – ז"ל, da cidade onde se encontrava, Aco, para seu filho, na Catalunha – Espanha.

Ramban ordenou que ele a lesse uma vez por semana, que a ensinasse a seus filhos também e que a soubessem de cor para serem educados desde a infância no temor a D'us.

Ramban comunicou a seu filho que no dia que estudasse esta carta, responderiam-lhe dos Céus a tudo que pedisse.

Todo aquele que se acostumar a recitá-la, certamente será salvo dos sofrimentos e terá garantido seu quinhão no Mundo Vindouro (do livro "Meulêfet Sapirim").

"Ouve, meu filho, a repreensão de teu pai e não abandones o ensinamento de tua mãe!" (Mishlê 1:8).

Acostuma-te a falar sempre com calma a todas as pessoas

e **em todas as circunstâncias.** Dessa forma, serás salvo da ira, péssimo hábito que induz os seres humanos a pecar.

Assim declararam nossos mestres, de abençoada memória (Nedarim 21): **"Aquele que se encoleriza, todas as espécies de inferno o dominam"**, conforme está escrito (Cohêlet 11:10): "Afasta a ira do teu coração e remove o mal de tua carne". "Mal" aqui nada mais é do que inferno, como está escrito (Mishlê 16:4): "E até ao malvado (o criou) para o dia da desgraça".

E quando te salvares da ira, erguer-se-á em teu coração a virtude da humildade, a mais sublime das virtudes, como está escrito (Mishlê 24:4): "A recompensa da humildade é o temor a D'us".

Sem diferenciar o mais simples do mais sábio dos sábios; tratar a todos do mesmo modo.

Sem diferenciar uma época de dificuldades de uma época de sossego e fartura.

Uma pessoa que se ira também é considerada como idólatra e está contrariando os princípios fundamentais da Torá (cofer baicar). Ramban não trouxe estes ditos, pois tratam de uma espécie de ira maior, e ele está se referindo até mesmo a um nervosismo pequeno, mesmo aquele que nos parece insignificante.

O Ramban vem nos ensinar com esta linguagem, que alguém que se ira está tão longe da humildade, que esta nem mesmo chega a erguer-se em seu coração.

Quando refletires sobre: "de onde vieste, para onde vais e perante Quem estás destinado a prestar contas e reconhecimento."

Aprendemos do Pirê Avot (Ética dos Pais): "Quem é o rico? Aquele que se contenta com seu quinhão". Vemos aqui no texto que isto é algo muito difícil e requer uma preparação especial.

Mesmo aquele que se orgulha somente em seu coração, sem demonstrar isto com atos, também é um rebelde contra o reino dos Céus.

E quando refletires sobre tudo isso, temerás o teu Criador e guardar-te-ás do pecado. Com estas qualidades, estarás sempre contente com teu quinhão.

E quando te habituares com a virtude da modéstia, acanhando-te diante de todas as pessoas, temendo o Criador e o pecado, pairará sobre ti o espírito da *Shechiná* – Presença Divina – e o esplendor de Sua glória no Mundo Vindouro.

E agora, meu filho, reflete e pondera: **quem é orgulhoso em seu coração** em relação às outras criaturas, é um rebelde contra o reino dos Céus, pois se glorifica com o manto do Reino Celestial, como está escrito (Tehilim 93:1): "D'us terá reinado; terá Se vestido de grandeza."

E de que já poderá se orgulhar o coração humano? Acaso com a riqueza? (Porém, consta em Shemuel I 2:7) "O Senhor é Quem empobrece e enriquece." Acaso com a honra? Pois que ela pertence a

D'us, como está escrito (Divrê Hamim I 29:12): "E riqueza e honra de Ti procedem". Então como pode se glorificar com a honra de seu Dono?!

E caso se glorifique de sua sabedoria, (consta em Iyov 12:20): "Suprime a linguagem dos eloquentes e despoja de sentido os anciãos". É então evidente que todos são iguais perante o Todo-Poderoso, "pois em sua ira derruba o altivo e com Sua vontade ergue os humildes". Humilha-te, pois, tu mesmo e o Senhor te erguerá.

Portanto, explicar-te-ei como deves te conduzir de acordo com a virtude da humildade, para segui-la sempre.

Que todas as tuas palavras sejam sempre serenas e tua cabeça esteja curvada; que teus olhos se dirijam para baixo, para a terra, e teu coração para o Alto. Não encare teu próximo quando te dirigires a ele e considera todas as pessoas maiores que tu. Se for sábio ou rico, deverás honrá-lo. Se ele for pobre e tu fores mais rico ou mais sábio do que ele, deves considerar que és culpado e ele é inocente, pois se ele peca o faz por engano e tu o fazes conscientemente.

Em tuas palavras, em teus atos, em teus pensamentos e em todas as ocasiões conduze-te como se estivesses perante o Todo-Poderoso, bendito seja, e Sua Divindade pousada sobre ti; pois Sua glória preenche todo o Universo.

Que tuas palavras sejam proferidas com temor e reverência, como

Vê-se que este é o principal ato de humildade, pois também no começo da carta foi lembrada esta atitude.

Esta passagem é um mandamento a todo pai e a toda mãe que instrua e ensine seus filhos.

Todas as tuas palavras devem ser ditas com suavidade, sem exceção.

Depois de entronar o Todo-Poderoso como teu Rei, sente-te sempre como um servo perante seu amo. Tem vergonha de todos os homens, sentindo-te também como um servo perante seu dono, pois o homem foi feito à imagem do criador.

As pessoas devem estudar com o objetivo de cumprir. Assim sendo, quando se termina um estudo, deve-se procurar logo um meio de cumpri-lo.

um servo diante de seu amo. **Tem vergonha de todos os homens** e se alguém te chamar, não responda em voz alta, mas sim silenciosamente, como se estivesse perante teu mestre.

Tem o cuidado de estudar a *Torá* sempre, para que possas cumprir seus preceitos. **E quando te levantares da leitura**, procura naquilo que aprendeste se há algo que possas realizar. Revisa e examina cuidadosamente os teus atos, de manhã e de noite, e assim viverás todos os teus dias retornando ao caminho correto.

Durante as orações, remove todos os assuntos mundanos de teu coração. Prepara teu coração perante D'us, bendito seja, e purifica teus pensamentos; medita sobre cada palavra antes de emití-la. Ao conduzir-te assim durante todos os dias e em todos os assuntos de tua vida terrena, não pecarás.

Desse modo, tuas palavras, ações e pensamentos serão corretos. Tua prece será pura, imaculada, inocente, bem intencionada e aceita perante o Todo-Poderoso, bendito seja, como está escrito (Tehilim 10:17): "Tu preparas seus corações, Teus ouvidos estão atentos."

Lê esta carta uma vez por semana; não deixes de cumpri-la e segui-la sempre em busca de D'us, bendito seja. A fim de que prosperes em todos os teus caminhos e sejas digno do Mundo Vindouro, destinado aos justos. **E sempre que a leres serás devidamente atendido pelos Céus** a tudo o que teu coração rogue, para sempre. *Amen sela!*

Mesmo aquele que se orgulha somente em seu coração, sem demonstrar isto com atos, também é um rebelde contra o reino dos Céus. ■

Pois estarás cumprindo o preceito de honrar o pai, já que a carta foi escrita pelo Ramban a seu filho. Assim, já que cumpriste a vontade de teu pai, os Céus também farão tuas vontades.

Quem é Deficiente?

Há alguns anos, nas Olimpíadas Especiais de Seattle, nove participantes, todos com deficiência intelectual, alinharam-se para a largada da corrida dos 100 metros rasos

Ao sinal, todos partiram com vontade de dar o melhor de si, terminar a corrida e ganhar.

Um dos garotos tropeçou no asfalto, caiu e começou a chorar. Os outros oito ouviram o choro. Diminuíram o passo e olharam para trás. Então viraram e voltaram. Todos eles.

Uma das meninas com Síndrome de Down ajoelhou, deu um beijo no garoto e disse:

– Pronto, agora vai sarar!

Então, todos os nove competidores deram-se os braços e andaram juntos até a linha de chegada.

O estádio inteiro levantou-se e os aplausos duraram muitos minutos.

Talvez os atletas fossem deficientes... Mas, com certeza, não eram deficientes espirituais...

Isso porque, lá no fundo, todos nós sabemos que o que importa nesta vida, mais do que ganhar sozinho, é ajudar os outros a vencer, mesmo que isso signifique diminuir os nossos passos.

* * *

Uma história como essa merece atenção especial dos professores de escolas primárias, secundárias e dos cursos superiores. Transmitir valores humanos; eis o desafio dos educadores e dos pais!

Para receber a revista **NASCENTE** gratuitamente em São Paulo, preencha esta ficha e envie para:
Rua São Vicente de Paulo, 276
CEP 01229-010
São Paulo – SP
ou pelo fax:
11 3660-0404

Sim, eu quero receber, gratuitamente a Revista NASCENTE em São Paulo

Nome: _____

Endereço: _____

_____ São Paulo - SP

CEP: _____ Fones: _____

E-mail: _____

Instituição judaica que frequenta: _____



Cozinhando

Truques e dicas fáceis e práticas para descomplicar sua vida e solucionar incontáveis problemas do dia a dia!

Batata: Para que as batatas fiquem inteiras quando cozidas, antes de fervê-las unte-as com vinagre.

Beterraba: As beterrabas cozinharão mais rapidamente se for acrescentada uma pitada de açúcar à água. O sabor não se modifica e economiza-se tempo.

Carne I: Para amolecer carne refogada ou ensopada, coloque dentro da panela uma colherinha (de café) de fermento em pó.

Carne II: Para amolecer a carne cozida, acrescente vinagre ao caldo.

Carne III: Para que a carne com molho fique bem branda, coloque durante o cozimento uma rolha grande bem limpa.

Carne malpassada: Para reaquecer a carne malpassada sem que cozinhe mais, ponha-a num saco plástico com zíper, retirando todo o ar de dentro. Depois, coloque o saco de molho numa

tigela de água quente.

Cebola: Para dar um bom paladar às cebolas, experimente mergulhá-las durante 20 minutos, antes de cozinhar, numa vasilha com água quente e sal.

Cenoura: Ao cozinhar cenouras cortadas em rodela ou palitos, use o mínimo de água possível e adicione uma colher (de chá) de açúcar. Assim, sua cor e sabor ficarão acentuados.

Comida queimada: Cubra a panela com um pano e coloque-a em um recipiente com água fria por 10 minutos. Depois mude o conteúdo para outra panela. A mudança de temperatura faz o gosto desaparecer.

Comida salgada: Pingue algumas gotas de limão e deixe ferver um pouco mais. Pode-se também acrescentar uma colherinha de açúcar e outra de vinagre.

Ervilhas, abóbora, chuchu: Quando você

for cozinhar ervilhas, abóbora ou chuchu, adicione à água uma pitada de açúcar; eles ficarão mais gostosos.

Feijão I: Coloque um tomate no feijão que vai cozinhar. Além de engrossar o caldo, fica mais saboroso.

Feijão II: Para engrossar o caldo e evitar que o feijão fique cozido demais, basta adicionar uma pitada de bicarbonato de sódio à água, e só colocar o sal depois que os grãos estiverem cozidos.

Feijão III: Tempere o feijão colocando a cebola primeiro na fritura. Só quando ela já estiver dourada acrescente o alho. Assim ele não queimará.

Feijão IV: Os feijões ficam mais macios quando levados ao fogo em água fria e cozidos lentamente.

Legumes: Para ter os legumes verdinhos, sem ter que colocar bicarbonato, junte ao cozimento uma colher de azeite.

Legumes: A água usada para cozinhar legumes e verduras é rica em vitaminas e sais minerais dissolvidos. Ela pode ser aproveitada no preparo de sopas e caldos.

Macarrão I: Coloque uma colher (de sopa) de vinagre na água do macarrão e ele não grudará.

Macarrão II: Depois de pronto, passe o espaguete sob água quente, nunca fria, para evitar que fique grudento.

Mandioca: Quando o aipim (mandioca) estiver duro, junte um copo de água fria enquanto ferve e logo ele ficará macio.

Molho de tomate: Para retirar a acidez do molho de tomate, acrescente uma pitada de açúcar.

Molho gorduroso: Se o molho ficar muito gorduroso, acrescente uma pitada de bicarbonato de sódio.

Nhoque: Para que seus nhoques não grudem, quando tirá-los da fervura use um coador e passe-os em água

corrente quente.

Ovos: Cozinhe os ovos rachados com um pouco de vinagre na água e as claras não sairão pelas rachaduras.

Palmito, aspargo: Legumes brancos, como o palmito e aspargos, são conservados claros acrescentando limão à água de cozimento.

Peixe: Espregando limão sobre os peixes que serão cozidos, eles ficarão mais firmes, mais brancos e a pele não se desmanchará.

Pimentão: Ferva e descasque os pimentões antes de usá-los em molhos ensopados. A casca “pesa” no estômago em razão do tipo de fibra que possui.

Polpa de tomate: Para ter polpa ou massa de tomate sempre fresca, congele os tomates inteiros – não precisam ser de grande qualidade. Quando quiser usar, basta retirar do congelador e passar por água. A pele sairá com uma simples passagem da mão. Corte-os em quartos. Pode-se usá-los sem descongelar totalmente.

Purê de batatas: Dê mais sabor ao purê de batatas acrescentando uma clara batida em neve depois de espreme-las.

Quiabo: Para que os quiabos não deixem baba, esprema suco de limão, revolva-os bem, deixe por 20 minutos e corte.

Sopa I: Para tornar mais saborosas as sopas de hortaliças, acrescente uma pitada de açúcar e duas ou três folhas de manjeriço picadas.

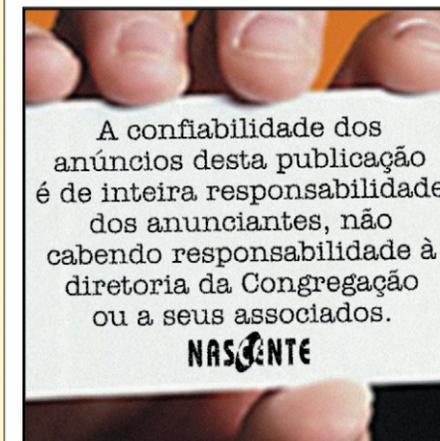
Sopa II: A sopa fica mais leve e livre de gorduras se forem colocadas na panela algumas folhas de alface. Elas são ótimas para reter gorduras.

Vinho, cerveja: Quando se cozinha com vinho ou cerveja, nunca se deve tampar o tacho.

Aguarde nas próximas edições: “Assando”, “Fritando” e “Armazenando”.

Albert Choueke e família

Parabenizam a Congregação Mekor Haim pelo belíssimo trabalho de divulgação da nossa sagrada Torá



A confiabilidade dos anúncios desta publicação é de inteira responsabilidade dos anunciantes, não cabendo responsabilidade à diretoria da Congregação ou a seus associados.

NASCENTE

KADUR
by Optimist

Deseja sucesso para toda a Kehilá!

www.kadur.com.br

PARIS
condomínios

Administração de Condomínios
Administração de Carteiras de Locação
Locação e Vendas

Garanta uma elevação na qualidade e redução nas despesas da administração de seu condomínio!

Av. Cásper Líbero 58/12º and. (11)3228-4455.
www.pariscondominios.com.br

Pontuando

Quem Ficará Feliz?

Um homem rico não tinha filhos e estava agonizando em seu leito de morte.

Ele pediu uma caneta e um papel e escreveu o seguinte:

“Deixo meus bens à minha irmã não a meu sobrinho jamais paguem a conta do joalheiro nunca dou meu dinheiro aos pobres”.

Mas o homem morreu antes de fazer a pontuação da frase.

A quem ele deixara sua fortuna?

Quatro pessoas se apresentaram para resolver o problema.

1. O sobrinho rapidamente fez a seguinte pontuação:

“Deixo meus bens à minha irmã? Não! A meu sobrinho. Jamais paguem a conta do joalheiro. Nunca dou meu dinheiro aos pobres.”

2. A irmã chegou logo em seguida e não gostou. Pontuou o escrito da seguinte forma “óbvia”:

“Deixo meus bens à minha irmã, não a meu sobrinho. Jamais paguem a conta do joalheiro. Nunca dou meu dinheiro aos pobres.”

3. O joalheiro pediu uma cópia do original e “sem pensar” pontuou assim:

“Deixo meus bens à minha irmã? Não! A meu sobrinho? Jamais! Paguem a conta do joalheiro. Nunca dou meu dinheiro aos pobres.”

4. Aí chegaram os descamisados da cidade. Um deles, sabido, fez esta interpretação:

“Deixo meus bens à minha irmã? Não! A meu sobrinho? Jamais! Paguem a conta do joalheiro? Nunca! Dou meu dinheiro aos pobres.”

* * *

Assim é a vida! Nós podemos colocar os pontos nela. Isso faz a diferença para uma vida alegre, otimista, confiante, segura... ou não.



Pensamentos

**As crianças não ligam para o que os pais sabem
a menos que saibam para o que os pais ligam!**

**O trabalho espera enquanto você mostra
as gaivotas no céu a uma criança,
mas elas não esperarão você acabar seu trabalho!**

**Ao ensinar seu filho
você está ensinando seu neto!**

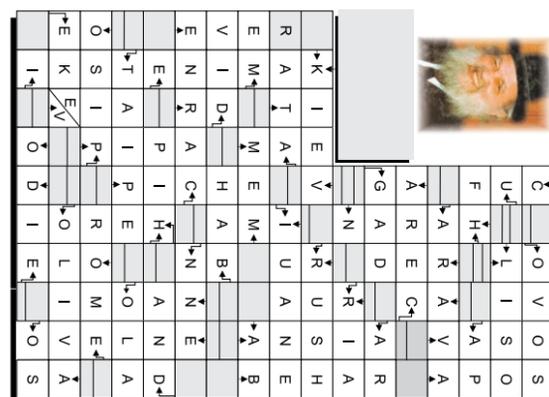
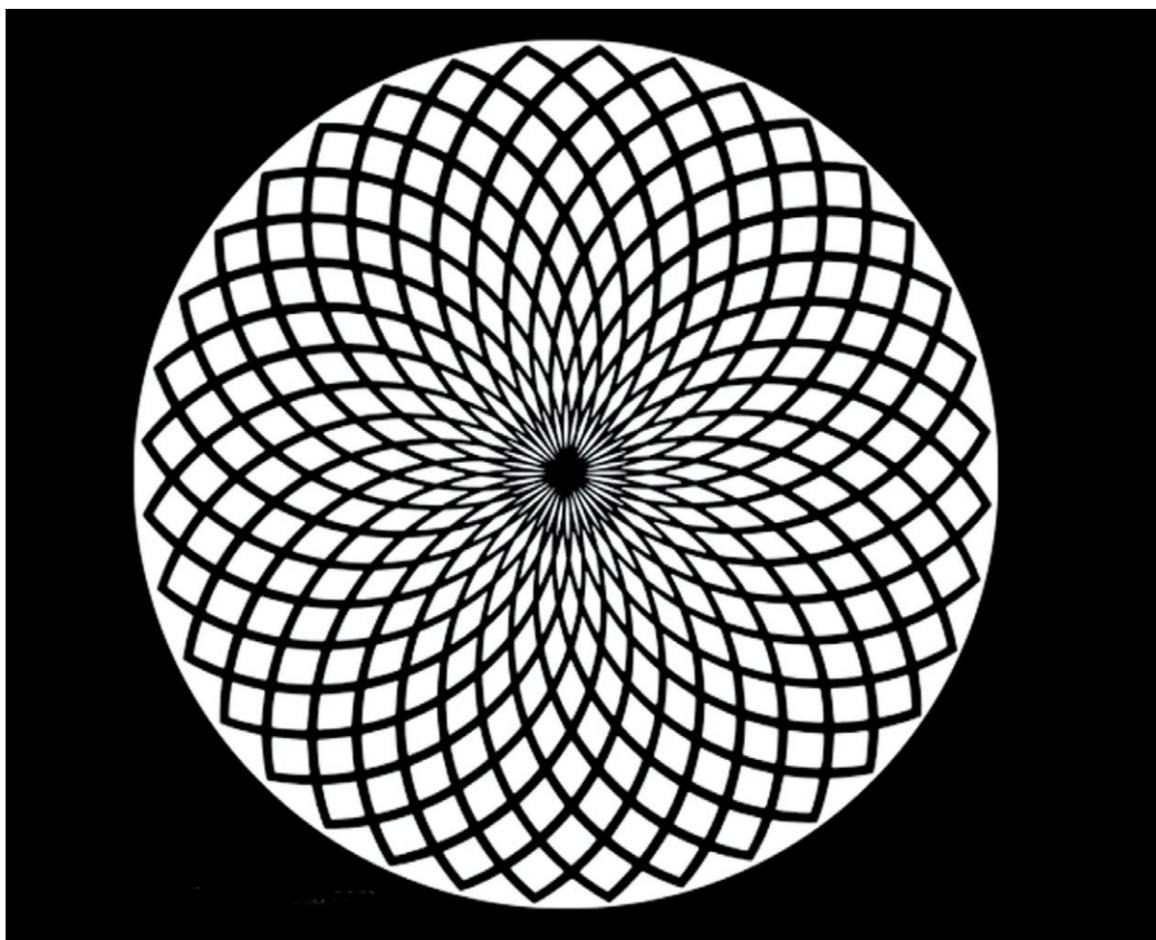
Talmud

O melhor presente para seus filhos é sua presença.

**Uma mãe cuida de 12 filhos.
Mas 12 filhos cuidam de uma mãe?**

ILUSÃO DE ÓTICA

Fixe a visão na imagem até que saia de foco.
Você consegue perceber os círculos brancos girando?



Av⁵⁷⁸⁵ | 26 de Julho de 2025 a
24 de Agosto de 2025

ROSH CHÔDESH

Sábado, 26 de julho.

Não se fala Tachanun no dia e em Minchá da véspera.
Acrescenta-se Yaalê Veyavô nas amidot e no Bircat Hamazon.
Acrescenta-se Hallel Bedilug em Shachrit. Acrescenta-se a oração de Mussaf.

JEJUM - TISH'Á BEAV

Início: Sábado, 02 de agosto, às 17h44m.
Término: Domingo, 03 de agosto, às 18h23m.

BIRCAT HALEVANÁ PERÍODO PARA A BÊNÇÃO DA LUA

Início (conforme costume sefaradi): Sábado, 2 de agosto, a partir das 18h22m (horário para São Paulo).
Final: Sábado, 09 de agosto, às 00h04m (horário para São Paulo).

TU BEAV

Sábado, 09 de agosto.
Não se fala Tsidcatechá.

Elul⁵⁷⁸⁵ | 25 de Agosto de 2025 a
22 de Setembro de 2025

ROSH CHÔDESH

Domingo e Segunda-feira, dias 24 e 25 de agosto.

Não se fala Tachanun no dia e em Minchá da véspera.
Acrescenta-se Yaalê Veyavô nas amidot e no Bircat Hamazon.
Acrescenta-se Hallel Bedilug em Shachrit.
Acrescenta-se Mussaf.

SELICHOT - PRIMEIRO DIA

Sefaradim: Terça-feira, 26 de agosto.

Ashkenazim: domingo, 14 de setembro (no primeiro dia, costumam recitar selichot a partir de chatsot, o meio da noite de sábado)

BIRCAT HALEVANÁ PERÍODO PARA A BÊNÇÃO DA LUA

Início (conforme costume sefaradi): Sábado, 30 de agosto, a partir das 18h33m (horário para São Paulo).

Final: Noite de sábado e madrugada de domingo, 07 de setembro, até as 05h39m da madrugada (em São Paulo).

Tishri ⁵⁷⁸⁶ | 23 de Setembro de 2025 a 22 de Outubro de 2025

ROSH HASHANÁ

Terça e Quarta-feira, 23 e 24 de setembro.
Os dois dias de Rosh Hashaná são dias de julgamento, quando a sorte dos seres humanos é decidida para a vida, saúde, bom sustento e alegria ou, D'us nos livre, para o contrário.
Nestes dois dias, a Torá nos ordena ouvir os toques do shofar (chifre de carneiro) a fim de despertar-nos do nosso sono, da nossa indiferença e fazer-nos voltar ao caminho de D'us.
Após Minchá do primeiro dia de Rosh Hashaná, costuma-se realizar a oração de "Tashlich".

JEJUM – TSOM GUEDALYÁ

Quinta-feira, 25 de Setembro.

Início: 4h41m - Término: 18h41m. O governador Guedalyá, filho de Achicam, foi morto, o que marcou a extinção da "última brasa" judaica em Israel e levou ao exílio.

SHABAT SHUVA

Dia 27 de Setembro.

O Shabat entre Rosh Hashaná e Yom Kipur, no qual se lê uma haftará especial – Shuva Yisrael.

BIRCAT HALEVANÁ

PERÍODO PARA A BÊNÇÃO DA LUA

Início (conforme costume sefaradi):

Sábado, dia 30 de setembro, a partir das 17h43m (horário para São Paulo).

Final: Madrugada de terça-feira, dia 07 de outubro, até às 01h32m (horário para São Paulo).

VÉSPERA DE YOM KIPUR

Quarta-feira, dia 1º de Outubro.

Não se recita Tachanun em Shachrit e Minchá.

YOM KIPUR

Quinta-feira, dia 2 de outubro.

Início: Quarta-feira, 1º de outubro, às 17h45m.

Término: Quinta-feira, 2 de outubro, às 18h44m.

Este dia sagrado foi destinado ao perdão e purificação do Povo de Israel. Devemos nos empenhar em fazer teshuvá a fim de merecermos a misericórdia Divina.

Todos os judeus, homens a partir de treze anos e mulheres a partir de doze anos, são obrigados a jejuar neste dia – desde vinte minutos antes do pôr-do-sol da véspera, até depois do aparecimento das estrelas da noite seguinte – e guardar a santidade do dia, cujos preceitos são iguais aos do Shabat, além de abster-se de:

- Comer e beber (qualquer quantidade). O doente deve consultar um rabino sobre a maneira de alimentar-se.
- Calçar sapatos de couro (os de borracha, tecido ou plástico são permitidos).
- Usar cosméticos, perfumes e untar-se com óleos ou cremes.
- Lavar-se (exceto partes do corpo que ficam sujas).
- Manter relações conjugais.

A partir de Yom Kipur, até o fim do mês, não se fala Tachanun.

SUCOT

De Terça-feira, 07 de Outubro, até Segunda-feira, 13 de outubro.

A Torá nos ordena transferir nossa residência nos sete dias de Sucot para uma morada provisória, coberta de folhagens. Esta cabana precisa ser construída ao ar livre, debaixo do céu, e ter, ao menos, três paredes de no mínimo 1 metro de altura. Outro mandamento de Sucot é segurar os arbaát haminim (as quatro espécies) todos os dias, exceto Shabat.

Yamim Tovim - os dois primeiros dias: Terça e Quarta-feira, 7 e 8 de outubro.

Chol Hamoed - os dias intermediários: 9 a 12 de outubro.

Hashaná Rabá - Segunda-feira, 13 de outubro.

Na noite de Hoshaná Rabá, domingo, dia 12 de outubro, e madrugada do dia 13, costuma-se ficar acordado estudando o "ticun" dedicado a este dia.

No Shachrit, costuma-se dar sete voltas ao redor da bimá segurando os arbaát haminim e acrescenta-se partes específicas na tefilá, conforme consta no machzor.

SHEMINI ATSÊRET E SIMCHAT TORÁ

Yamim Tovim - Terça e Quarta-feira, 14 e 15 de outubro.

Shemini Atsêret é um yom tov independente de Sucot. Nas duas noites de Shemini Atsêret, 13 e 14 de outubro, deve-se recitar Shehecheyánu no Kidush. Fora de Êrets Yisrael senta-se na sucá durante todo o primeiro dia de

Shemini Atsêret, porém não se faz a berachá de Leshev Bassucá. A partir de Mussaf do primeiro dia de Shemini Atsêret começa-se a recitar mashiv harúach nas Amidot.

No segundo dia de Shemini Atsêret, denominado Simchat Torá, não se pode mais sentar na sucá.

Em Simchat Torá, 15 de outubro, termina-se e recomeça-se imediatamente a leitura da Torá.

Isto é comemorado fazendo-se as hacafot, voltas em torno da bimá, segurando a Torá e dançando com grande alegria no dia e na véspera.

MASHIV HARÚACH

Dia 14 de outubro.

Começa-se a recitar mashiv harúach nas Amidot a partir de Mussaf do primeiro dia de Shemini Atsêret.

Portal judaico brasileiro

NASCENTE

www.revistanascente.com.br

Aqui você encontra as últimas edições da sua revista Nascente e muito mais:

Fotos e vídeos dos eventos da comunidade judaica

Áudios e vídeos com ensinamentos do Rabino Isaac Dichi

Aulas de Daf Hayomi com o Rabino Daniel Faour

E muito mais!

HORÁRIO DE ACENDER AS VELAS DE SHABAT E YOM TOV EM SÃO PAULO

29 de agosto - 17h35m	13 de outubro - 17h50m
05 de setembro - 17h37m	14 de outubro - a partir de 18h50m
12 de setembro - 17h39m	17 de outubro - 17h52m
19 de setembro - 17h41m	24 de outubro - 17h55m
22 de setembro - 17h42m	31 de outubro - 17h59m
23 de setembro - a partir de 18h42m	07 de novembro - 18h03m
26 de setembro - 17h44m	14 de novembro - 18h08m
01 de outubro - 17h45m	21 de novembro - 18h13m
03 de outubro - 17h46m	28 de novembro - 18h18m
06 de outubro - a partir de 18h46	05 de dezembro - 18h23m
07 de outubro - 17h48m	12 de dezembro - 18h27m
10 de outubro - 17h49m	19 de dezembro - 18h31m

PARASHAT HASHAVUA

30 de agosto -	Parashat: Shofetim Haftará: Anochi Anochi
06 de setembro -	Parashat: Ki Tetsê Haftará: Roni Acará
13 de setembro -	Parashat: Ki Tavô Haftará: Cumi Ôri
20 de setembro -	Parashat: Nitsavim Haftará: Sôs Assís
27 de setembro -	Parashat: Vayêlech Haftará: Shuva Yisrael
04 de outubro -	Parashat: Haazínu Haftará: Vaydaber David Lashem
11 de outubro -	Parashat: Reê Atá Omer Elay (Chol hamoed Sucot) Haftará: Vehayá Bayon Hahu
18 de outubro -	Parashat: Bereshit Haftará: Côm Amar Hakel
25 de outubro -	Parashat: Noach Haftará: Roni Acará
01 de novembro -	Parashat: Lech-lechá Haftará: Lama Tomar Yacov
08 de novembro -	Parashat: Vayerá Haftará: Veishá Achat
15 de novembro -	Parashat: Chayê Sará Haftará: Vehamêlech David Zaken

HORÁRIO DAS TEFILOT

Shachrit: De segunda a sexta-feira - 20 min. antes do nascer do Sol (vatikin),
 06h20m (Midrash Shelomô Khafif), 06h50m (Zechut Avot), 07h00m (ashkenazim) e 07h15m (Ôhel Moshê).
 Aos sábados - 07h30m (Ôhel Moshê), 08h00m (principal), 08h20m (Zechut Avot), 08h20m (infante-juvenil) e 08h45m (ashkenazim).
 Aos domingos e feriados - 20 min. antes do nascer do Sol, 07h30m, 08h10m e 08h30m.

HORÁRIOS PARA AV, ELUL E TISHRI

São Paulo	Dia	Alot Hashá-char	Zeman Tefilin	Nets Hachamá (nasc. Sol)	Sof Zeman Keriat Shemá			Sof Zeman Amidá		Chatsot	Minchá Guedolá	Sof Zem. Mussaf		Pêleg Haminchá		Shekiá (pôr-do-sol)
					de alot a tset	de alot a tset (72m)	do nets à shekiá	de alot a tset	do nets à shekiá			de alot a tset	do nets à shekiá	de alot a tset	do nets à shekiá	
Agosto	26	05:34	05:55	06:45	08:42	08:54	09:29	09:45	10:24	12:13	12:43	12:53	13:08	16:33	16:48	17:41
	27	05:34	05:54	06:44	08:42	08:54	09:28	09:45	10:23	12:13	12:43	12:53	13:08	16:33	16:49	17:42
	28	05:34	05:54	06:44	08:42	08:54	09:28	09:45	10:23	12:13	12:43	12:53	13:08	16:33	16:49	17:42
	29	05:33	05:53	06:43	08:42	08:54	09:28	09:45	10:23	12:13	12:43	12:53	13:08	16:34	16:49	17:43
	30	05:33	05:53	06:43	08:42	08:54	09:28	09:45	10:23	12:13	12:43	12:53	13:08	16:34	16:49	17:43
	31	05:33	05:52	06:42	08:42	08:54	09:27	09:45	10:22	12:12	12:42	12:53	13:08	16:34	16:49	17:43
	1	05:32	05:52	06:42	08:41	08:53	09:28	09:44	10:23	12:13	12:43	12:54	13:08	16:35	16:50	17:44
	2	05:32	05:51	06:41	08:41	08:53	09:27	09:44	10:22	12:12	12:42	12:54	13:08	16:35	16:50	17:44
	3	05:31	05:51	06:41	08:41	08:52	09:27	09:44	10:22	12:13	12:43	12:54	13:08	16:36	16:51	17:45
	4	05:31	05:50	06:40	08:41	08:52	09:26	09:44	10:22	12:12	12:42	12:54	13:08	16:36	16:51	17:45
	5	05:30	05:50	06:40	08:40	08:52	09:26	09:44	10:22	12:13	12:43	12:54	13:08	16:37	16:52	17:46
	6	05:30	05:49	06:39	08:40	08:52	09:26	09:44	10:21	12:12	12:42	12:54	13:08	16:37	16:52	17:46
	7	05:29	05:48	06:38	08:40	08:51	09:25	09:43	10:21	12:12	12:42	12:54	13:08	16:37	16:52	17:46
	8	05:29	05:48	06:38	08:40	08:52	09:25	09:43	10:21	12:12	12:42	12:54	13:08	16:37	16:53	17:47
	9	05:28	05:47	06:37	08:39	08:51	09:24	09:43	10:20	12:12	12:42	12:54	13:08	16:37	16:52	17:47
	10	05:27	05:46	06:36	08:38	08:50	09:24	09:42	10:20	12:12	12:42	12:54	13:08	16:38	16:53	17:48
	11	05:27	05:46	06:36	08:38	08:50	09:24	09:42	10:20	12:12	12:42	12:54	13:08	16:38	16:53	17:48
	12	05:26	05:45	06:35	08:38	08:50	09:23	09:42	10:19	12:12	12:42	12:53	13:08	16:38	16:53	17:48
	13	05:25	05:44	06:34	08:37	08:49	09:23	09:41	10:19	12:12	12:42	12:54	13:08	16:39	16:54	17:49
	14	05:25	05:43	06:33	08:37	08:49	09:22	09:41	10:18	12:11	12:41	12:54	13:07	16:39	16:54	17:49
	15	05:24	05:43	06:33	08:37	08:48	09:22	09:41	10:19	12:12	12:42	12:54	13:08	16:39	16:55	17:50
	16	05:23	05:42	06:32	08:36	08:48	09:22	09:40	10:18	12:11	12:41	12:53	13:08	16:39	16:55	17:50
	17	05:23	05:41	06:31	08:36	08:48	09:21	09:40	10:17	12:10	12:40	12:53	13:07	16:39	16:55	17:50
	18	05:22	05:40	06:30	08:36	08:47	09:20	09:40	10:17	12:10	12:40	12:54	13:07	16:40	16:55	17:51
	19	05:21	05:39	06:29	08:35	08:46	09:20	09:39	10:16	12:10	12:40	12:53	13:07	16:40	16:55	17:51
	20	05:20	05:39	06:29	08:34	08:46	09:20	09:39	10:16	12:10	12:40	12:53	13:07	16:40	16:55	17:51
	21	05:20	05:38	06:28	08:34	08:46	09:19	09:39	10:16	12:10	12:40	12:53	13:07	16:41	16:56	17:52
	22	05:19	05:37	06:27	08:34	08:45	09:18	09:38	10:15	12:10	12:40	12:53	13:07	16:41	16:56	17:52
	23	05:18	05:36	06:26	08:33	08:45	09:18	09:38	10:15	12:10	12:40	12:53	13:07	16:41	16:57	17:53
	24	05:17	05:35	06:25	08:32	08:44	09:17	09:37	10:14	12:09	12:39	12:53	13:06	16:41	16:57	17:53
	25	05:16	05:34	06:24	08:32	08:43	09:16	09:37	10:14	12:08	12:38	12:52	13:06	16:41	16:57	17:53
26	05:15	05:33	06:23	08:31	08:43	09:16	09:36	10:13	12:08	12:38	12:52	13:06	16:42	16:57	17:54	
27	05:15	05:33	06:23	08:31	08:43	09:16	09:36	10:13	12:08	12:38	12:52	13:06	16:42	16:57	17:54	
28	05:14	05:32	06:22	08:30	08:42	09:15	09:36	10:13	12:08	12:38	12:52	13:06	16:42	16:57	17:54	
29	05:13	05:31	06:21	08:30	08:42	09:14	09:35	10:12	12:08	12:38	12:52	13:06	16:43	16:58	17:55	
30	05:12	05:30	06:20	08:29	08:41	09:14	09:35	10:12	12:08	12:38	12:52	13:05	16:43	16:58	17:55	
31	05:11	05:29	06:19	08:28	08:40	09:13	09:34	10:11	12:07	12:37	12:51	13:05	16:42	16:58	17:55	
Setembro	1	05:10	05:28	06:18	08:28	08:40	09:12	09:34	10:11	12:07	12:37	12:51	13:05	16:43	16:59	17:56
	2	05:09	05:27	06:17	08:27	08:39	09:12	09:33	10:10	12:06	12:36	12:51	13:05	16:43	16:58	17:56
	3	05:08	05:26	06:16	08:26	08:38	09:11	09:32	10:09	12:06	12:36	12:51	13:04	16:43	16:58	17:56
	4	05:07	05:25	06:15	08:26	08:38	09:10	09:32	10:09	12:06	12:36	12:51	13:04	16:44	16:59	17:57
	5	05:06	05:24	06:14	08:25	08:37	09:10	09:31	10:08	12:06	12:36	12:50	13:04	16:44	16:59	17:57
	6	05:05	05:23	06:13	08:24	08:36	09:09	09:31	10:08	12:05	12:35	12:50	13:04	16:44	16:59	17:57
	7	05:04	05:22	06:12	08:24	08:36	09:08	09:30	10:07	12:05	12:35	12:50	13:04	16:44	17:00	17:58
	8	05:03	05:21	06:11	08:23	08:35	09:08	09:30	10:07	12:04	12:34	12:50	13:03	16:44	17:00	17:58
	9	05:02	05:20	06:10	08:22	08:34	09:07	09:29	10:06	12:04	12:34	12:49	13:03	16:44	17:00	17:58
	10	05:01	05:19	06:09	08:22	08:34	09:06	09:29	10:06	12:04	12:34	12:49	13:03	16:45	17:00	17:59
	11	05:00	05:18	06:08	08:21	08:33	09:06	09:28	10:05	12:04	12:34	12:49	13:03	16:45	17:00	17:59
	12	04:59	05:17	06:07	08:20	08:32	09:05	09:27	10:04	12:03	12:33	12:49	13:02	16:45	17:00	17:59
	13	04:58	05:16	06:06	08:20	08:31	09:04	09:27	10:04	12:02	12:32	12:48	13:02	16:45	17:00	17:59
	14	04:57	05:15	06:05	08:19	08:31	09:04	09:26	10:03	12:02	12:32	12:48	13:02	16:46	17:01	18:00
	15	04:56	05:14	06:04	08:18	08:30	09:03	09:26	10:03	12:02	12:32	12:48	13:02	16:45	17:01	18:00
	16	04:55	05:13	06:03	08:18	08:29	09:02	09:25	10:02	12:02	12:32	12:48	13:01	16:45	17:01	18:00
	17	04:54	05:12	06:02	08:17	08:29	09:02	09:25	10:02	12:02	12:32	12:48	13:01	16:46	17:01	18:01
	18	04:53	05:11	06:01	08:16	08:28	09:01	09:24	10:01	12:01	12:31	12:47	13:01	16:46	17:01	18:01
	19	04:52	05:10	06:00	08:16	08:27	09:00	09:23	10:00	12:00	12:31	12:47	13:01	16:46	17:01	18:01
	20	04:51	05:09	05:59	08:15	08:27	09:00	09:23	10:00	12:00	12:31	12:47	13:01	16:47	17:02	18:02
	21	04:50	05:08	05:58	08:14	08:26	08:59	09:22	09:59	12:00	12:30	12:47	13:00	16:47	17:02	18:02
	22	04:49	05:07	05:57	08:14	08:25	08:58	09:22	09:59	12:00	12:30	12:46	13:00	16:46	17:02	18:02
	23	04:48	05:06	05:56	08:13	08:25	08:58	09:21	09:58	12:00	12:30	12:46	13:00	16:47	17:03	18:03
	24	04:46	05:05	05:55	08:12	08:23	08:57	09:20	09:58	11:59	12:29	12:46	13:00	16:47	17:02	18:03
	25	04:45	05:03	05:53	08:11	08:22	08:56	09:19	09:56	11:58	12:28	12:45	12:59	16:47	17:02	18:03
	26	04:44	05:02	05:52	08:10	08:22	08:55	09:19	09:56	11:58	12:28	12:45	12:59	16:48	17:03	18:04
	27	04:43	05:01	05:51	08:10	08:21	08:54	09:18	09:55	11:58	12:28	12:45	12:59	16:48	17:03	18:04
	28															

Leiluy Nishmat

Edmond Khafif ben Mazal z"l

Moshê ben Shefia z"l

Nissim ben Emilie z"l

Raffaele ben Salha Picciotto z"l

Siahou Haim Dayan ben Adel z"l

Simon Alouan ben Guilsome z"l

Ester bat Sofi Shafia z"l

Renée Khafif bat Emily z"l

Shlime bat Feigue z"l



O Banco Safra deseja a todos um ano doce,
repleto de realizações, paz, saúde e alegria!

Shaná Tová Umetucá.

Feliz 5786!



Banco Safra

Leiluy Nishmat
Sr. Charles Cohab Z"L
Sr. Alberto Douer Z"L



Bank Cainvest

www.cainvest.com