

## BÊNÇÃOS DIVERSAS

Uma das principais características do Judaísmo é a recitação constante de bênçãos e graças alcançadas, não só em momentos específicos durante uma cerimônia, como em todos os atos realizados pelo ser humano durante o seu dia a dia.

O Salmo 24 Vers. 1 descreve "Do Senhor é a terra e a sua plenitude, o mundo e aqueles que nela habitam".

Baseado neste texto, os rabinos instituíram o costume de se recitar uma bênção para tudo que o ser humano desfruta ou observa na terra.

Uma Bênção, que em hebraico chamamos de Beracha (Berachot, no plural), normalmente se inicia com as palavras "Baruch Atá Adonai Eloheinu Melech ha-Olam" cuja tradução é "Bendito sejas Tu, Eterno, nosso Deus, Rei do Universo".

Aqueles que ouvem outra pessoa recitar uma beracha, normalmente devem responder ao final a palavra "Amen". Mas a pessoa que a recita não deve dizê-la.

Existem poucas exceções, como por ex., em que as pessoas ao dizerem o Kadish, poderem dizer cada "Amen" incluído no texto, junto com todas as outras pessoas.

É muito comum as pessoas dizerem "Baruch Hu U-Varuch Shemo" após as palavras "Baruch Ata Adonai".

Mas deve-se tomar o cuidado de não pronunciá-las em certas ocasiões, como por exemplo, na reza de Shacharit (Manhã), como de Arvit /Maariv (Noite), nas partes que se iniciam com o "Barechu Et Adonai Ha-Mevorach" e até o final da Amida silenciosa, visto que não pode haver interrupção pelos congregantes com qualquer outra palavra fora do texto que está sendo pronunciado, com exceção da palavra "Amen" ao final de cada Beracha.

Existem Berachot que não se iniciam com "Baruch Ata Adonai", como por ex., o Bircat Cohanim (Bênção dos Sacerdotes), que se encontra na parashat Bamidbar, Vers 24 ao 26, além de muitas outras.

Mas de uma maneira geral, poderíamos classificar as bênçãos, basicamente, em três categorias:

**1 - Birchot Ha-Nehenin**, que são as bênçãos do prazer, que se aplicariam quando se tem uma satisfação física, como comer e beber

**2 - Birchot Ha-Mitzvot**, que são bênçãos para a realização de mandamentos, como aquelas pronunciadas para colocação dos tefilin e acender as velas do Shabat

**3 - Birchot Hoda'a**, que são as bênçãos para louvação e agradecimento, como aquelas pronunciadas quando se presencia algum fenômeno natural, as bênçãos das Amidot, e as bênçãos oriundas dos fenômenos divinos que não envolvem prazer físico, como ver raios, relâmpagos, um arco-íris, etc.

### **BÊNÇÃO DOS ALIMENTOS (incluída nos Birchot ha-nehenin)**

Existem bênçãos que devem ser recitadas antes de se comer qualquer alimento ou se ingerir qualquer bebida. E cada bênção começa com as palavras "Baruch Ata Adonai Eloheinu Melech Ha-Olam", sendo finalizada de acordo com o que está sendo ingerido.

Para todas as frutas que crescem em árvores, a bênção é finalizada com as palavras "bore peri ha-etz" (Criador do fruto da árvore).

Para esta bênção, considera-se como árvore aquela cujos galhos não desaparecem no inverno, e cujas folhas crescem do tronco e dos galhos, mas não das raízes. As frutas secas têm o mesmo status da fruta normal.

Para os frutos que crescem dentro da terra ou muito próximo dela, tais como legumes, batatas, nabos, feijões, etc., a bênção termina com as palavras "bore peri ha-adama" (Criador do fruto da terra).

Para os alimentos que não são produto do solo, como carne, peixe, leite, queijo, e para todas as demais bebidas, exceto o vinho, a bênção termina com as palavras "she-ha-kol nih'ia bidvaro" (que tudo foi criado pela Tua palavra).

Para massas ou alimentos feitos a partir da farinha ou de qualquer das cinco espécies de grão que são sujeitos ao processo de fermentação, a saber: trigo, cevada, espelta (espécie de trigo), aveia e centeio (excluindo o pão), misturados principalmente com óleo, gordura hidrogenada, mel, leite, ovos ou suco de frutas, mas não apenas com água, ou farinhas recheadas com frutas, carne, queijo ou alimentos semelhantes, a bênção termina com as palavras "bore minei mezonot" (Criador das espécies de alimentos).

Para o pão, considerado o sustento da vida, existe uma bênção específica, que termina com as palavras "ha-motzi lechem min ha-aretz" (que fazes sair o pão da terra).

A Beracha Ha-Motzi deve ser feita mergulhando o pão no sal que deve estar sobre a mesa, pois a mesa simboliza o altar, e os alimentos representam o sacrifício que se fazia no Templo, oferenda esta que era acompanhada de sal.

O Shulchan Aruch Hova (167:8) e a Mishna Berurah (167:33) mencionam que, de acordo com a Kabala, é aconselhável mergulhar três vezes o pão no sal.

O Shulchan Aruch também estabelece que o pão não deva ser "arremessado" para as pessoas, pois isto é proibido se fazer com o pão, e nem deve ser dado na mão, mas sim colocado, na mesa, em frente de cada um. A explicação

para não se dar na mão, segundo alguns rabinos, é para diferenciar do costume de, na Shivá, os enlutados receberem os alimentos pelas mãos de outras pessoas.

O vinho também possui uma bênção especial, terminando com as palavras "bore peri ha-gafen" (que criaste o fruto da vinha).

Quando são ingeridos diversos alimentos que possuem diferentes bênçãos, o alimento mais significativo determina a bênção a ser recitada.

Em uma refeição, a bênção inicial do pão é suficiente para todas as comidas e bebidas que serão ingeridas, exceto para o vinho, que deve ter sua bênção específica (peri ha-gafen) recitada.

Após a bênção ser recitada, deve-se ingerir imediatamente o alimento, sem recitar nenhuma palavra ou se fazer qualquer pausa.

Os rabinos definiram uma diferença entre uma refeição casual (achilat ar-ai) e uma refeição regular (seudat keva).

Para tal, definiram como refeição regular aquela em que é feita a ingestão do pão, que é o sustento da vida.

E nas refeições ditas regulares a bênção do pão deve ser normalmente precedida pela lavagem das mãos, e pronunciada a bênção "asher kidshanu be-mitzvotav ve-tzivanu al netilat iadaim" (que nos santificaste com os Teus preceitos e nos ordenaste lavar as mãos) enquanto as mãos estiverem sendo secas. E esta refeição regular deve ser encerrada com o "bircat ha-mazon".

## **BÊNÇÃOS APÓS AS REFEIÇÕES**

Na parasha Ekev, Cap. 8 Vers 10 encontramos "E comerás te fartarás e louvarás ao eterno, teu Deus, pela boa terra que te deu.". Então, as bênçãos também devem ser pronunciadas após as refeições.

Existem três formas de Bênçãos após as refeições, a saber:

- 1) Borê Nefashot**
- 2) Beracha Achat Me'en Shalosh**
- 3) Bircat Ha-Mazon**

**1) A bênção Borê Nefashot** (ver abaixo) é pronunciada após a ingestão de bebidas (exceto o vinho), peixe, carne, legumes, frutas (exceto uva, figo, romã, azeitona, e tâmara), e de todos os outros alimentos, exceto as cinco classes de cereais (trigo, cevada, espelta, aveia, centeio e, também, pão).

Baruch ata Adonai eloheinu melech ha-olam bore nefashot rabot ve-chesronan, al kol mah shebarata le-ha-chaiot bahem nefesh kol chai. Baruch chei (or chai – sefaradi) ha-olamim.

Bendito sejas Tu, Eterno, nosso Deus, Rei do Universo, que criaste muitos seres viventes, cujas necessidades estão em tudo o que criaste para manter a vida de todo ser vivo. Bendito sejas Tu, ó Eterno de sempre.

**2) A Beracha Achat Me'en Shalosh**, cuja tradução literal é "bênção que tem a forma de 3", é baseada na parasha Ekev, Cap. 8 e vers 8, que fala dos "sheva minim (7 produtos) de Israel: "terra de trigo e de cevada, de parreira, de figueira e de romeira, terra de oliveira que dá azeite, e de tamareira"

Ela é uma forma resumida pronunciada após as refeições que foram precedidas por uma ou mais bênção: "bore minei mezonot", ou "bore peri ha-gafen" ou "bore peri ha-etz".

Nesta bênção, após o "Baruch Ata Adonai Eloheinu Melech Ha-Olam", existem três opções (daí Me'en Shalosh) de se pronunciar, que são:

- a) Al ha-michia ve-al ha-calcalah, cuja tradução é "pela manutenção e pelo sustento", dita se foi ingerido algum dos cinco cereais já referenciados (trigo, cevada, espelta, aveia e centeio)
- b) Al ha-guefen ve-al peri ha-guefen (pelo fruto e pelo fruto da vinha), dita se foi ingerido vinho.
- c) Al ha-etz ve-al peri ha-etz (pela arvore e pelo fruto da árvore), dita se foi ingerida alguma das cinco classes de fruta (uva, figo, romã, azeitona e tâmara).

Em seguida, pronuncia-se o resto da beracha, fazendo em seguida uma pequena inserção:

- para os dias de Shabat -Venachamenu U-retze ve-ha-chalitzenu be-iom ha-shabat ha-ze - nos salva e consola-nos nesse dia de sábado
- para os dias de Rosh Chodesh -Ve-zoch'renu le-tova be-iom rosh chodesh ha-ze - e lembra-Te de nós para o bem, neste dia de Rosh Chodesh
- para os dias de Rosh Hashana -Ve-zoch'renu le-tova be-iom ha-zikaron ha-ze - e lembra-Te de nós para o bem, neste dia de lembrança
- para os dias de Pessach -Ve-samchenu be-iom chag ha-matzot ha-ze – e faz-nos alegrar neste dia de festa de pães ázimos
- para os dias de Shavuot -Ve-samchenu be-iom chag ha-shavuot ha-ze – e faz-nos alegrar neste dia de festa das semanas
- para os dias de Sucot- Ve-samchenu be-iom chag ha-sucot ha-ze – e faz-nos alegrar neste dia de festa das cabanas
- para os dias de Shemini Atzeret -Ve-samchenu be-iom Shemini Atzeret ha-chag ha-ze – e alegra-nos na festa de Shemini chag Atzeret

No fechamento desta bênção indicam-se novamente os alimentos que foram ingeridos.

**3) O Bircat Ha-Mazon** completo deve ser recitado sempre que a refeição foi precedida pela beracha "ha-motzi lechem min ha-aretz" (que fazes sair o pão da terra), e no mesmo lugar onde a refeição foi realizada.

O Bircat Ha-Mazon deve ser recitado com a toalha de mesa posta e um pedaço de pão (não precisa ser inteiro) sobre ela, para mostrar que a refeição foi abundante, de tal forma que se pode comer e ainda sobrou.

Os sefaradim costumam fazê-lo, colocando-se um pedaço de pão sobre o sal.

O Shulchan Aruch no Orach Chaim 180:3 menciona que é impróprio colocar um novo pedaço de pão inteiro na mesa para se fazer Bircat Ha-Mazon, pois isto poderia parecer uma prática idólatra.

Enquanto os askenazim costumam, antes de começar o Bircat Ha-Mazon propriamente dito, recitar o salmo 137 nos dias de semana ou o salmo 126 nos dias de Shabat e dias de Festas, os sefaradim e alguns askenazim costumam iniciar com a cantiga Tzur Mi-shelo Achalnu (à Fortaleza de cujas dádivas nos alimentamos), que alguns atribuem ao Rabbi Shimon Bar Iochai.

Quando três ou mais adultos participam da refeição, ao recitarem juntos esta bênção, um deles faz um convite ("zimun", em hebraico) aos demais. Este quorum de três pessoas é chamado de "mezuman".

O líder conclama: "Birshut" (com a permissão) "morai ve-rabotai" (meus professores e rabinos – se presentes) ou "Cohen" (se algum Cohen presente) "nevarech" (vamos fazer a bênção).

Os outros respondem: "Iehi shem adonai mevorach me-ata ve-ad olam" (Abençoado é o nome do Criador agora e para sempre)

O líder repete esta frase acrescentando "Birshut maranan ve-rabanan ve-rabotai nevarech eloheinu sheachalnu mi-shelo" (Com a permissão das pessoas distintas presentes, bendigamos Aquele de cujas dádivas comemos)

Os outros respondem: "Baruch eloheinu sheachalnu mi-shelo u-vetuvo chainu" (Abençoado é nosso Deus de cujas dádivas comemos e de cuja bondade nós vivemos).

O líder repete esta última frase dos companheiros, acrescentado "Baruch Hu U-Varuch Shemo" (Abençoado é Ele e Abençoado é o seu Nome).

Em seguida, todos os presentes pronunciam as demais bênçãos, sendo algumas específicas de Shabat (Retze) e de Rosh Chodesh e Dias de Festas (Iaale Ve-Iavo).

Este costume de um líder fazer o convite (zimun) para se rezar o Bircat Ha-Mazon encontra-se no Talmud (Ber. 47), e a sua origem foi extraída do costume do patriarca Abraão, que quando convidava seus hóspedes e lhes dava de comer e beber pedia-lhes que abençoassem o Criador com as palavras "Baruch El Olam sheachalnu mi-shelo" (Abençoado é o Criador de cujas dádivas comemos).

O número mínimo de três pessoas para ser feito o "zimun" (convite), encontra-se no Zohar (Vayetse 160), no versículo que diz "Ki Shem Adonai ekra havu tedel le-loheinu" (Um chama pelo Nome do Criador e pelo menos dois outros proclamam a grandeza de Deus)

O Bircat Ha-Mazon nas casas das pessoas que estão em Shiva é feito numa forma mais reduzida.

### **BÊNÇÃO DE SHEHECHEIANU (incluída nas Birchot Hoda'a)**

A bênção de Shehecheianu é composta pelas palavras "Baruch Ata Adonai Eloheinu Melech Ha-Olam Shehecheianu Ve-kiiemanu Vehiguianu La-Zeman Ha-Ze (Bendito sejas Tu, Eterno, nosso Deus, Rei do Universo, que nos fizeste viver, existir e chegar a esta data)

Ela deve ser pronunciada sempre que experimentamos algo novo, como comer uma fruta pela primeira vez na sua estação, em dia de festas, por ocasião de alegria familiar, ao usar uma roupa nova, etc.

### **BIRCAT HAGOMEL (incluída nas Birchot Hoda'a)**

Esta beracha de agradecimento ao Criador é pronunciada após a pessoa ter passado por uma situação de perigo.

O Talmud especifica quatro situações em que esta beracha deve ser pronunciada:

- 1 - Quando se faz uma viagem pelo mar
- 2 - Quando se faz uma viagem através do deserto
- 3 - Quando uma pessoa esteve seriamente doente e se recuperou
- 4 - Quando uma pessoa esteve presa e foi libertada.

O que existe em comum nos quatro casos é que a vida da pessoa estava em perigo.

O que fazemos atualmente é fazer com que beracha seja dita por todas as pessoas que passaram por alguma situação angustiante, e tiveram de alguma forma, sua vida em risco.

Daí, pessoas que sobreviveram a um acidente automobilístico, sobreviveram a situações extremamente desagradáveis, viajaram de avião, devem dizer um Bircat ha-gomel.

Esta bênção é recitada imediatamente após a segunda beracha da Torah pela pessoa que fez a aliah,

A pessoa diz: "Baruch ata Adonai eloheinu melech ha-olam ha-gomel le-chaiavim tovot sheg'malani kol tov" (Bendito sejas Tu, nosso Deus Rei do Universo, que apesar de não merecê-lo me concedeste todo o bem)

E a congregação responde:

"Amen. Mi sheg'malcha kol tov, hu ig'malcha kol tov, selach" ("Amen". Aquele que mostrou bondade a ti te preserve e te conceda para sempre todo o bem).