B'H

bc news

informativo mensal do beit chabad central ▪ s. paulo ▪ brasil

outubro 2014 ▪ ano 4 ▪ nº34

FIQUE POR DENTRO DAS NOVIDADES

Foto Carol Costa

destaques da edição

CHABAD NO MUNDO
Reaproximando a comunidade húngara
Págs. 12 a 14

HOLOCAUSTO
Emoção às margens do Danúbio
Pág. 15

GUIA DAS FESTAS
Sucot e Simchat Torá
Págs. 18 a 20

REFLEXÃO
D'us ama os hipócritas
Por R. Avraham Steinmetz
Pág. 30

INÉDITO NO BRASIL

1.200 MULHERES NO MEGA CHALLAH BAKE

Na semana que antecedeu Rosh Hashaná, 1200 mulheres participaram do "Mega Challah Bake" no Buffet França, evento tradicional em diversos países organizado pela primeira vez no Brasil. O objetivo era fazer a massa da chalá, moldá-la e levar para assar em casa. O clima foi de entusiasmo e emoção compartilhado entre amigas e familiares que aderiram ao evento divulgado na mídia e em redes sociais. Além das presentes, outras 1300 pessoas acompanharam o evento ao vivo pela internet. O segredo do sucesso foi a organização impecável de um grupo formado por diversas mulheres e voluntárias com a garra de atraírem o maior número de pessoas para realizar um ato positivo. A união foi emocionante principalmente quando todas expressaram o desejo de um ano sem conflitos, um ano de saúde, prosperidade e paz no mundo.

Págs. 6 e 7

MISSÃO

A comunidade Chabad foi fundada com o princípio de que todo judeu é igual e merecedor de uma experiência singular, independentemente de seu nível de observância.

O Beit Chabad Central é dedicado a divulgar a beleza de nosso legado milenar.

Mesclando valores tradicionais com técnicas contemporâneas, ajudamos pessoas a descobrirem mais júbilo e significado nas suas vidas.

Valorizar cada indivíduo por suas qualidades únicas é a característica de Chabad, destacando nossa filosofia de que cada judeu é um judeu.

Desta forma, mereceremos a vinda de Mashiach em breve em nossos dias.

sempre a seu lado

UMA INSTITUIÇÃO DO REBE.

UMA CASA DE TORÁ, ORAÇÃO E ATOS DE BONDADE.

QUE SEU MÉRITO NOS PROTEJA.

Fique conectado: www.beitchabad.org.br

EXPEDIENTE

ASSOCIAÇÃO ISRAELITA DE BENEFICÊNCIA BEIT CHABAD DO BRASIL

Presidente
Dr. Mauro Zaitz

Vice-Presidente
Daniel Citron

Tesoureiro
Dr. Daniel Bialski

Diretoria
Rabino Shabsi Alpern
Rabino Yossi Alpern

Edifício Adelia e Joseph Nigri
"Hechal Menachem"
R. Dr. Melo Alves, 580
CEP: 01417-010 – S. Paulo, SP
Tel.: (11) 3081-3081 / Fax: (11) 3060-9778
www.chabad.org.br
chabad@chabad.org.br

Declarada de Utilidade Pública Federal pelo Decreto-lei nº 86871 de 25/01/1982

INFORMATIVO BC NEWS

Editores
Rab. Shabsi Alpern
Betina Hakim

Projeto gráfico e direção de arte
Betina Hakim

Jornalista Responsável
Daisy T. Maltz (MTb 4944-RS)

Equipe
Solange Carvalho Porto
Dorothea Piratininga
Marcelo Morise
Silvia Zauder

Ilustrador
Caio Borges

Circulação
Rosana Dias da Silva

Impressão
Eskenazi Indústria Gráfica Ltda.

Este informativo contém termos sagrados; portanto, trate-o com respeito.

Para receber este informativo gratuito basta enviar seu nome e endereço completo para rosana@chabad.org.br

HOMENAGEM A ESTHER ALPERN FUNDADORA E EDITORA DA REVISTA CHABAD NEWS* (1973-2002)

*A Revista Chabad News foi publicada de 1973 a 2008, por 336 edições

Sempre a seu lado

Baixe o pdf da revista em www.chabad.org.br/BC_News e veja também em seu iPad

Um Mundo Perfeito

Nesta época do ano todos nós procuramos aperfeiçoar nosso comportamento. Em primeiro lugar visamos a nossa vida espiritual e também buscamos ampliar nosso horizonte. Queremos consertar os erros do mundo, abolir o preconceito, aliviar a pobreza, eliminar a guerra, encontrar cura para todas as doenças e dar a toda pessoa, sem distinção de raça, a educação que lhe pertence por direito.

Desejamos um mundo melhor e queremos tomar parte no seu aprimoramento.

Na maior parte do tempo, ficamos tão envolvidos na azáfama do nosso dia-a-dia que esquecemos do nosso anseio – não, nossa necessidade – por um mundo perfeito. Mas a paixão está sempre ali, esperando até que possamos nos reorientar e restabelecer nossas verdadeiras metas.

Essa também é a essência do desejo por Mashiach que acalentamos há milhares de anos. Como seres humanos físicos, somos uma fusão de corpo e alma. Não é suficiente que sintamos uma necessidade; devemos agir sobre esses sentimentos e realizar ações concretas que nos aproximarão ainda mais da nossa meta:

Uma mão doando para caridade;
Dedos riscando um fósforo para acender velas de Shabat e nas Festas;
Uma boca falando palavras respeitosas;
Pés caminhando para visitar os doentes e os idosos;
Um corpo imergindo nas "águas vivas" do micve;
Joelhos dobrados para ficar face a face com uma criança ao dar-lhe um ensinamento ético;
Um estômago digerindo comida casher;
Gastando dinheiro para adquirir livros judaicos;
Olhos contemplando uma mezuzá no batente da porta;
Braço e cabeça com tefilin atados sobre eles;
Um coração repleto de amor por outro judeu.

O Rebe disse que estamos no limiar de um mundo perfeito, os dias de Mashiach, conclamando todos a fazer o possível para apressar a Redenção.

Maimônides disse que toda pessoa deveria enxergar o mundo inteiro como equilibrado entre bem e mal. Cada boa ação pode inclinar a balança para o lado do bem e trazer a Redenção – para si e ao mundo inteiro. Ninguém sabe qual pessoa ou qual ação irá inclinar a balança. Vamos todos tentar.

Rabino Shabsi Alpern
Diretor do Beit Chabad do Brasil

BEIT CHABAD CENTRAL

UM LAR ONDE TODO JUDEU SE SENTE BEM RECEBIDO!

CABALAT SHABAT

TODAS AS SEXTAS-FEIRAS ÀS 18H*

- Homens, mulheres e crianças estão convidados a participar.
- Todos são bem-vindos, independentemente de afiliação, conhecimento ou nível de observância.
- Anunciamos as páginas com frequência.
- Cantamos agradáveis melodias de Shabat.
- Bufê de kidush oferecido após os serviços.
- Visite-nos, você ficará surpreso ao ver o quanto vai gostar!

* a partir de 19/out às 19h

Envie um SMS para (11) 99774-1720 com a palavra "velas" e receba semanalmente o horário do acendimento em S. Paulo. Este serviço é gratuito

AGRADECIMENTO PELO KIDUSH

- Daisy Maltz *(yahrtzeit do pai, Nachman ben Yehuda Leib)*
- Rabino Mendi e Chani Nurkin *(nascimento da filha Ruth)*
- Melany Torres *(yahrzeit do pai, Avraham ben Shlomo)*
- Jacob Faintuch *(yahrzeit do pai, Zeev ben Yoel)*
- Yonathan e Amanda Wajchenberg *(nascimento da filha Naomi)*
- R. Dani Eskinazi *(yahrzeit da mãe, Tzipora bat Levana)*
- Lidia e Jacob Fridman *(yahrtzeit do pai da Lidia, Chaim ben Pessach, e término da shiva de Abe Stark)*

MESSIBOT SHABAT PARA CRIANÇAS

Um empolgante programa para meninos e meninas da 1ª à 5ª série. Venha e desfrute no Tsivot Hashem de um lanche fantástico, prêmios, jogos e histórias.

Todo Shabat à tarde logo após Minchá de Shabat

A NOSSA SINAGOGA

Queremos ver VOCÊ no minyan durante a semana!

MINYAN DIÁRIO
Shacharit
Segunda a sexta-feira
1º minyan – *6h30*
2º minyan – *7h45*
Domingos e feriados – *8h05*

Minchá e Arvit
Domingo a sexta-feira – *18h**
2º minyan de Arvit – *19h15*****

CABALAT SHABAT
Sextas-feiras – *18h**

HORÁRIOS DO SHABAT
Chassidut – *8h45*
Shacharit – *9h30*
Kidush e Farbrenguen – *12h00*

Aula da Parashá com explicações do Rebe – *1 h antes do horário das velas* **

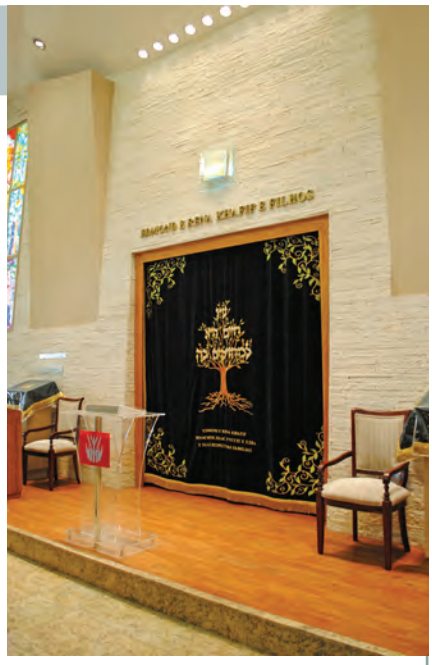
Minchá seguida de Seudá Shlishit com história chassídica– *15 min antes do horário das velas* **

Aula da Parashá para senhoras – *15 min antes do horário das velas* ***

Arvit e Havdalá – *no término do Shabat*

Vídeo do Rebe
Sábados à noite – *após os serviços noturnos*

* a partir de 19/out às *19h*
** a partir de 19/out às *20h15*
*** Veja o horário das velas no verso deste informativo



Você também pode assistir à série de vídeo Torá Viva Online em www.chabad.org/626747

MÚSICA E INSPIRAÇÃO NA 27ª TARDE DAS MULHERES

A Divisão Feminina Chabad realizou o encontro anual Tarde das Mulheres dia 2 de setembro, no Buffet França.

O encontro leva inspiração e promove momentos descontraídos a todas as mulheres que reservam um par de horas para confraternizarem antes das Grandes Festas.

Na entrada do salão, voluntárias distribuíram o livro "Fé e Ciência" com calendário de bolso, guia para o acendimento de velas e imã de geladeira com os horários para o próximo ano. O programa contou com a participação do talentoso cantor Micha Gamerman, acompanhado pelo consagrado Maestro Marinho.

A palestra do Rabino Shabsi Alpern, "Ilumine a Sua Vida! E o Mundo ao Seu Redor" esboçou uma perspectiva otimista de como é possível cada uma fazer a diferença no mundo caótico em que vivemos. O toque do shofar foi antecedido por silêncio e concentração em que no final todas expressaram votos de saúde, paz e realizações para o ano que se aproxima.

No alto, o cantor Micha Gamerman e o Maestro Marinho. Acima, algumas das voluntárias que contribuíram para o sucesso do evento; na mesa, o brinde que foi distribuído entre as presentes. Nas demais fotos, as centenas de mulheres que lotaram o salão do Buffet França

Fotos Carol Costa

Acima, Pessy ensina o passo a passo da receita que foi projetada no telão. Abaixo, o kit com ingredientes para cada participante

COM A MÃO NA MASSA

A união foi o objetivo desse acontecimento inédito que teve adesão massiva de jovens e senhoras de todas as faixas etárias. Planejado por uma comissão de 16 pessoas, com mais de 80 voluntárias das mais diversas correntes, o Mega Challah Bake resultou em uma organização surpreendente.

No palco, apresentação de Ana Rosa Rojtenberg, explicações mais profundas sobre a chalá e o papel da mulher por Sarah Steinmetz, e a receita na prática passo a passo por Pessy Gansburg. Os telões projetaram o significado de cada ingrediente. O Salmo 100 foi recitado por todas, além do ato de tirar uma porção da massa, conforme o costume, para ser queimada separadamente.

O formato redondo da chalá, especial para o ano novo, simboliza a coroação do Rei do Universo e a eternidade, como o círculo sem começo nem fim. O evento inicialmente previsto para 550 mulheres teve que ser redimensionado, deixando ainda centenas de fora ao serem encerradas as inscrições.

Em 5775 teremos mais!

"Ontem cheguei em casa e assei minha primeira chalá! Meu filho comeu um pedaço e disse: 'é a primeira vez que como uma chalá feita pela minha mãe'. Obrigada por nos proporcionar essa alegria."

Esther Levy

"Foi incrível! Sucesso total!"

Jennifer Sassoun

A cantora israelense Aliza Nahum colocou mais combustível na animação e percorreu as mesas do salão de maneira contagiante

"Um marco maravilhoso na comunidade de S. Paulo! Sempre juntas! Ano que vem 2000 mulheres? Estou honrada e emocionada por ter participado com vocês!"

Marcela Woda Menache

"Fiquei orgulhosa e emocionada com a receptividade e a comoção da união de tantas mulheres diferentes e no fundo todas tão iguais. Adorei participar deste evento que eu mesma estava muito ansiosa que saísse tudo certo. Muito obrigada e contem sempre comigo."

Gisele França

Ao lado, algumas das voluntárias cujo empenho foi fundamental para o sucesso do evento

TSIVOT HASHEM

ELUL NO CAMPO

Em preparação às Grandes Festas, quase 300 pessoas de diversas comunidades e também muitos israelenses passaram um domingo no sítio de S. Lourenço da Serra, participando de atividades recreativas, artesanato e sorteios.

CTEEN

ENCONTRO ANIMADO DE MENINAS

No mês de julho o Beit Chabad Central começou uma segunda turma de CTeen para meninas, às quintas-feiras. O grupo é composto de adolescentes que mostraram interesse pelo curso apresentado. Uma vez por mês, elas se juntam ao grupo de terças-feiras para o programa mensal. Na foto, ambos se encontraram para uma noite divertida no restaurante Nur, com comida gostosa e muito bate papo. **Contato: malancry@gmail.com / 98889-1908**

VISITA A IDOSOS

Em preparação para Rosh Hashaná, alguns jovens do CTeen visitaram o lar dos idosos no Brooklin em um domingo de manhã. Os residentes se emocionaram muito ao contar suas histórias de vida, os homens em especial, ao colocarem Tefilin e escutarem o Shofar. Uma conexão especial antes do ano novo.

Contato: davelancry@gmail.com / 98889-0328

"O CTeen é muito valioso para mim, pois aprendo sobre temas atuais e polêmicos em aulas dinâmicas e com muitos debates. Apesar de estudar na Beit Yaacov, frequentar as aulas no Beit Chabad é importante para manter ainda mais minha identidade judaica. Os passeios também são demais. No final de agosto visitamos a Arena Corinthians e realizei meu sonho de conhecer o estádio do meu time de coração.".

Ilan Landau

R. MANIS FRIEDMAN: MARATONA DE PALESTRAS E CONSULTAS

A presença do Rabino Manis Friedman movimentou o feriado de 7 de setembro com uma série de palestras direcionadas a todos os públicos. Pela manhã a conversa aberta a perguntas no final "Como devo lidar com desafios num casamento e em shiduchim" contou com a presença de homens e mulheres (foto abaixo). À tarde, durante quatro horas, o rabino recebeu casais que agendaram consultas particulares buscando seus conselhos. Manis Friedman recebeu jovens solteiros em busca de sua alma gêmea abordando "Como saber se é a pessoa certa para mim?"

Para completar o ciclo de palestras, à noite, rabinos e suas esposas, além de educadores, permaneceram atentos para ouvir "Qual é meu papel e qual é o meu limite?".

Rabino Manis Friedman frisou o verdadeiro significado do amor e do casamento no judaísmo, um conceito completamente oposto ao amor dos romances e conceitos transmitidos pela mídia. Aos educadores falou que há casos em que pessoas devem ir além dos conselhos rabínicos e buscar ajuda de terapeutas e especialistas que poderão fornecer instrumentos capazes de promover a análise, transformação e a reconstrução de suas relações.

CHÁ DA TARDE

Convivência na Maturidade

TEATRO

Uma atividade diferente e dinâmica preencheu a agenda no final de agosto. Um grupo de atores da terceira idade dirigido por Zelda Goldenberg realizou uma performance teatral intitulada "Tudo pode acontecer".

DANÇA SENIOR

A professora de dança Senior Berta Beraga deu uma aula animada para a turma. E em preparação para Rosh Hashaná, Sarah Steinmetz falou sobre os alimentos simbólicos e costumes da festa, além de dicas de culinária para montagem de cardápios distribuindo a todas apostilas de receitas para um Shana Tova Umetucá!

Todas as senhoras da comunidade estão convidadas a participar do grupo Chá da Tarde. Para inscrever-se, entre em contato com Vanessa Rosenbaum pelo telefone: 3087-0313 ou vanessakrosenbaum@chabad.org.br

PROJETO LEV

Reviver o passado, preservar o presente, assegurar o futuro

LEV é uma organização que promove visitas a pessoas que encontram dificuldade para sair de casa, seja por doença, solidão ou problemas particulares. Nessas visitas os voluntários levam alegria, atenção e bom humor, ajudando a melhorar seu estado emocional e espiritual.

“Shalom Ubrachot a todos! Vamos criar nossa Sucá interior; uma Sucá dentro de nossos corações. Uma Sucá de paz e de união entre nós e entre todas as pessoas que D’us coloca em nosso caminho.

Como Sucot é uma época propícia para ‘entrar’... ao entrarmos no âmago de nosso ser descobrimos sentimentos e emoções de simchá – alegria; uma energia que revela nosso amor por uma vida realmente significativa. Com carinho,”

Yael Alpern – diretora

RENOVAÇÃO

Nossa nova visitada, Leoni Forte (à esquerda), recebe a nossa também nova voluntária Laura Turkie para compartilhar bons momentos.

UM ANO DOCE

Mais um ano se passou e, com a chegada das Grandes Festas, o Projeto Lev manteve a tradição de presentear seus visitados e visitadas com um kit de Rosh Hashaná para adoçar 5775!

Para tornar-se voluntário ou indicar alguém que gostaria de ser visitado, entre em contato com Yael ou Silvia pelos telefones 3081-3081 ou 3087-0326, das 8 às 13h, ou pelo e-mail silvia@chabad.org.br

NO CORAÇÃO DA EUROPA

Os 100 mil judeus da Hungria dispõem de onze centros Chabad em plena atividade

Acima, R. Boruch Oberlander, emissário de Chabad na Hungria. À direita, a sinagoga Keren Or, que recebe a cada semana cerca de 200 turistas israelenses para o Shabat. Na página ao lado, outra sinagoga Chabad em Buda (a cidade de Budapeste é dividida ao meio pelo Rio Danúbio, de um lado chama-se Buda e do outro, Peste)

Em março de 1985, quando o Rabino Boruch Oberlander e sua esposa Batsheva estavam em N. York, casados há um mês, o Rebe sugeriu-lhes que fossem para a Hungria como emissários de Chabad. Em agosto, eles já estavam estabelecidos na capital, Budapeste, onde tiveram sete filhos (o mais velho faleceu de câncer aos 21 anos de idade).

Tanto os pais de Batsheva como os de Oberlander eram húngaros, sobreviventes do Holocausto, mas nenhum dos dois conhecia o idioma, que é considerado o mais difícil do planeta. Nascida em Milão, ela não conhecia uma só palavra da língua. Oberlander é americano, e tinha apenas uma pequena noção de húngaro, por ouvir as irmãs mais velhas conversarem entre si.

Mesmo com as dificuldades de comunicação do início, o casal trabalhou incansavelmente para aproximar os judeus húngaros do judaísmo. "A assimilação aqui era muito grande, em decorrência do nazismo e posteriormente do comunismo"- comenta Oberlander.

Para atrair a atenção dos jovens judeus, não só húngaros, mas os de toda a parte, há 20 anos consecutivos Chabad monta uma barraca com uma placa "O conselho do Rabino" no Sziget Festival, o show de rock mais importante da Europa, que congrega jovens do mundo inteiro todos os anos em agosto, na Hungria. Por uma moeda equivalente a dez centavos, qualquer um pode consultá-lo sobre o assunto que desejar, e centenas de interessados formam longas filas para falar com ele.

Um rabino de Chabad sugeriu aos 300 estudantes judeus da faculdade de medicina de Debrecen que formassem

Há 20 anos rabinos de Chabad montam a barraca "O Conselho do Rabino" no Sziget Festival, maior show de rock da Europa, e atendem jovens do mundo inteiro por um valor simbólico de 10 forints

Acima, chanukiyá pública em praça de Budapeste. À direita, sinagoga comandada pelo R. Oberlander

grupos para visitar idosos sobreviventes do Holocausto. Eles não só foram visitá-los uma vez, como acabaram criando vínculos e passaram a se encontrar regularmente. Batsheva e Oberlander fundaram um jardim de infância, uma escola e uma yeshiva, além de um acampamento de férias para as crianças na região do Lago Balaton. Com relação à cashrut, eles administram um restaurante e um mercado de alimentos casher. Oberlander também dá aulas de ética judaica na faculdade de medicina e de leis judaicas na faculdade de direito, ambas de Budapeste. Além de todas as suas atribuições, há dois anos ele assumiu a direção de um lar para idosos que atualmente abriga 1300 pessoas.

Quando perguntado sobre o antissemitismo na Hungria, Oberlander considera o país mais seguro para os judeus do que a França, a Bélgica ou a Inglaterra. "Aqui há um partido político racista, o Jobbik, que é contra os ciganos e os judeus, mas em minha opinião eles não representam um perigo para nós. O vice-presidente desse partido, Szegedi Csanád, descobriu em 2012 que era judeu. A partir de então se tornou religioso, frequenta a minha casa e hoje é um dos maiores defensores das causas judaicas no Parlamento" – conta.

Atualmente há cerca de 100 mil judeus na Hungria, que contam com onze casas de Chabad, sendo nove na capital, uma em Szeged e outra em Debrecen. Eles publicam diversos livros judaicos em húngaro, como Sidur, Hagadá de Pessach, entre outros, e mantêm um site muito dinâmico, com bastante conteúdo sobre judaísmo: www.zsido.com

Abaixo, jardim de infância dirigido por Batsheva Oberlander. À direita, restaurante casher do Chabad no bairro judaico

ÀS MARGENS DO DANÚBIO

Foto Dennis G. Jarvis

Por Dorothea Piratininga

"No outono de 1944, bem em frente ao majestoso edifício do Parlamento Húngaro, judeus, ciganos e oponentes ao regime eram enfileirados à margem do rio Danúbio. Entre eles, mulheres e crianças, todos obrigados a tirar as roupas e sapatos antes de serem baleados pela milícia nazista húngara e caírem na água." Dos relatos da minha mãe sobre os horrores da Segunda Guerra Mundial, esse é o que mais me marcou. "A céu aberto, à luz do dia, todos que por ali passavam podiam assistir àquela barbárie. O mundo inteiro testemunhou e nada fez", dizia ela, inconformada.

Muitas águas correram sob as pontes do Danúbio desde então. Após quatro décadas de domínio soviético, hoje a Hungria vive uma democracia florescente. Sua capital, terra em que nasci, foi decretada pela UNESCO como Patrimônio da Humanidade, e a União Europeia financiou a restauração dos edifícios e monumentos danificados durante o período negro de sua história. Com isso, Budapeste, que já era considerada uma das cidades mais belas do mundo, está sempre repleta de turistas, que quase nada veem das sombras de seu passado.

Recentemente, tive a oportunidade de voltar à minha terra após anos sem vê-la.

Era outono. Passeando distraída pelas margens do rio, fui surpreendida por uma visão impressionante: o memorial "Shoes on the Danube Promenade", constituído de 60 pares de sapato em ferro e bronze, conforme modelos dos anos 40, pregados ao chão, evocando os que ali ficaram abandonados pelos assassinados naquele local, exatamente como minha mãe testemunhara.

Concebido pelo diretor de cinema Can Togay e esculpido pelo artista plástico Gyula Pauer, o monumento foi erigido em 2005 para manter viva a lembrança dos judeus, vítimas do terror nazista. Para mim, essa obra representa ainda uma homenagem especial à minha mãe."

Projeto Felicidade

Felicidade
gente ajudando gente.

Av. Arnolfo Azevedo, 201
Tel: 11 3803-9898
felicidade@felicidade.org.br
www.felicidade.org.br

História de Superação

A presença da Rita de Cássia sempre foi notada nas festas anuais do Projeto Felicidade, por sua assiduidade. Ela chega ao local do evento, senta-se à frente do palco para não perder nada da apresentação do convidado do dia. Não sai de lá nem para almoçar, e é ali mesmo que come o lanche que a mãe lhe prepara.

Ela participou da semana do Projeto em 2002, quando tinha 14 anos, com o Grupo de Assistência à Criança com Câncer de S. José dos Campos. A mãe e um irmão, também adolescente, a acompanharam. Os três gostaram muito da viagem, e passados 12 anos, ainda se lembram com carinho daquela semana.

Em abril deste ano as voluntárias do Projeto Felicidade fizeram uma visita à casa da Ritinha, realizando um desejo antigo dela. Ficaram sabendo que foi a primeira criança com síndrome de down e leucemia a ser atendida pelo GACC daquela cidade.

Depois de alguns anos, já curada do câncer, Rita tornou-se a primeira paciente voluntária. Trabalha às quartas-feiras com as crianças em tratamento, recepcionando-as e abordando cada uma com carinho.

Na semana seguinte soubemos também que Rita foi convidada a compor o quadro de funcionários do hospital, preenchendo uma vaga que havia surgido na farmácia.

Maria Lúcia Caetano

Jantar Especial

Os voluntários do Projeto Felicidade receberam um convite: jantar com acompanhante no Beit Chabad Central. Que comemoração seria essa?

Na noite de 26 de agosto, o salão iluminado, com orquídeas frescas enfeitando as mesas recebeu cerca de cem pessoas, entre voluntários e seus acompanhantes. O motivo do encontro foi simplesmente estar junto com familiares e colegas em um momento descontraído.

Era Rosh Chodesh, início de um novo mês. O Rabino Shabsi Alpern explicou o calendário judaico, que é lunar e solar, e foi emendando histórias, até finalizar ressaltando a importância dos voluntários, agradecendo e abençoando os participantes.

Depois do jantar caprichado, mais uma grata surpresa: um saxofonista brindou a todos contribuindo para a alegria da ocasião.

Projeto Inclusão Social na Serra

HAJA VITALIDADE!

No dia 3 de setembro o nosso sítio, que já é um paraíso, ficou ainda mais bonito com a alegria contagiante dos 56 idosos que lá estiveram praticando atividades físicas dirigidas pelo Professor Denis, mais novo colaborador do projeto (foto abaixo). A animação foi garantida!

RECONHECIMENTO

No dia 27 de agosto foi outorgada na 24ª Sessão Ordinária da Câmara Municipal de S. Lourenço da Serra, uma moção parabenizando o Beit Chabad do Brasil pelo trabalho de conscientização social que vem desenvolvendo com as crianças e adolescentes das escolas municipais da cidade.

Trata-se do reconhecimento de atividades desenvolvidas desde 2008, que já atenderam mais de 15 mil crianças e jovens da região.

NOTA 10

"Os alunos da Escola Municipal Manacás dos Soares, de Juquitiba, visitaram o sítio no contraturno escolar e participaram de atividades educativas com foco em alimentação saudável, prevenção da obesidade infantil, coleta seletiva do lixo e consumo consciente (foto acima).

As crianças receberam um lanche e, em seguida, aproveitaram para passear de charrete e brincar no parque. No dia seguinte, em pesquisa com os alunos, tivemos a confirmação de que todos gostaram muito, e tivemos contato com alguns pais que também aprovaram a ideia do passeio educativo.

Parabéns pela proposta, pela escolha do tema, pela dinâmica de trabalho, pelo trato com os alunos e pelo planejamento das brincadeiras, que foram pertinentes à faixa etária de cada grupo, tudo muito bem sequenciado. Nota 10!

Agradecemos a oportunidade e esperamos que no próximo ano a visita ocorra novamente."

Elaine Samara Pereira Fibla
Diretora da Escola Municipal Manacás dos Soares

SOL NASCENTE

Desde meados de setembro o nosso sítio recebe em suas dependências de 25 a 30 crianças e adolescentes com necessidades especiais do Centro Municipal de Habilitação e Reabilitação Sol Nascente de Juquitiba. Duas vezes por mês, no turno da manhã e da tarde, além dos recursos de que o sítio dispõe, são oferecidas oficinas de artesanato e atividades físicas. Uma vez por mês, as crianças vêm acompanhadas das mães, que participam de rodas de conversa.

GUIA DAS FESTAS - SUCOT E SIMCHAT TORÁ

VÉSPERA DE SUCOT
Quarta-feira, 8/10

CONSTRUÇÃO DA SUCÁ
A sucá deve ser construída a céu aberto, sem interferência de árvores, galhos, tetos etc. Nos sete dias de Sucot os homens são obrigados a comer numa sucá. Veja como construir uma sucá na página: www.chabad.org.br/datas/sucot/suc032.html

AQUISIÇÃO DAS QUATRO ESPÉCIES
Ao adquirir as Quatro Espécies (etrog – cidra; lulav – palma de tamareira; hadassim – 3 ramos de murta e aravot – 2 ramos de salgueiro) devem ser cuidadosamente escolhidos.

ERUV TAVSHILIN
Quando Yom Tov coincide com a véspera de Shabat, só é permitido cozinhar na sexta-feira para o Shabat, se na véspera de Yom Tov foi feito um eruv tavshilin com uma chalá e um alimento cozido que ficará intacto até o Shabat. Cada chefe de família deve fazer seu próprio eruv. Veja as instruções em: www.chabad.org.br/ TH/Eruv_5775.pdf

VELAS
Deve-se deixar uma vela ou fogo aceso antes do pôr do sol, que dure o suficiente para que as velas da segunda noite de Yom Tov e da véspera de Shabat possam ser acesas e a comida preparada a partir dessa chama. É proibido criar fogo em Yom Tov, mas é permitido transferir fogo de uma chama preexistente.

O acendimento das velas de Sucot será às 17h47, em S. Paulo. Bênçãos do acendimento: *Baruch Atá A-do-nai E-lo-hê-nu Mêlech haolam, asher kideshánu bemitsvotav, vetsivánu lehadlic ner shel Yom Tov. Baruch Atá A-do-nai E-lo-hê-nu Mêlech haolam, shehecheyánu vekiyemánu vehiguiánu lizman hazê.*

SUCOT
Yom Tov inicia-se ao pôr do sol de quarta-feira, 8/10 e termina na quarta-feira, 15/10, quando começa Shemini Atsêret. Durante os sete dias de Sucot, ao tomar vinho, comer bolo ou fazer qualquer refeição acompanhada de pão dentro da sucá, deve-se acrescentar a seguinte bênção: *Baruch atá A-do-nai E-lo-hê-nu Mêlech haolam asher kideshánu bemitsvotav vetsivánu leshêv bassucá.*

Nas orações, acrescentam-se Yaalê Veyavô, Halel, Hoshaanot (este último, não no Shabat) e Mussaf. A leitura da Torá é diferente para cada dia.

SIMCHAT BET HASHOEVÁ
Uma das observâncias mais alegres de Sucot é conhecida como Simchat Bet Hashoevá, o Júbilo da Retirada da Água. Quando o Templo Sagrado estava de pé, todo sacrifício incluía libações de vinho derramado sobre o altar. Em Sucot, a água também era derramada sobre o altar em uma cerimônia especial. Esse ritual gerou tanta alegria que foi celebrado com música, dançando e cantando durante toda a noite. Hoje, apesar de não termos mais o Bet Hamicdash, ainda celebramos Simchat Bet Hashoevá com canções e dança durante as noites de Sucot, seguindo a diretriz da Torá: "Você deve se alegrar em suas Festas."

1º JANTAR DE SUCOT
Quarta-feira, 8/10

KIDUSH
Nas duas noites de Sucot, iniciamos o jantar festivo com o kidush. Segura-se na palma da mão direita um cálice de vinho e recita-se de pé:

Savri maranan: Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, borê peri hagáfen. Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, asher báchar bánu micol am, veromemánu micol lashon, vekideshánu bemitsvotav. Vatiten lánu A-do-nai E-lo-hê-nu beahavá moadim lessimchá, chaguim uzmanim lessasson, et yom chag hassucot hazê, veêt Yom Tov micrá côdesh hazê, zeman simchatênu micrá côdesh, zêcher litsiat Mitsráyim. Ki ványu vachárta veotánu kidáshta micol haamim, umoadê codshêcha bessimchá uvsassôn hinchaltánu. Baruch Atá A-do-nai, mecadesh Yisrael vehazemanim. Baruch atá A-do-nai E-lo-hê-nu Mêlech haolam asher kideshánu bemitsvotav vetsivánu leshêv bassucá. Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, shehecheyánu vekiyemánu vehiguiánu lizman hazê.

Antes de ingerir a chalá redonda, que é mergulhada três vezes no mel, os que ouviram o Kidush devem recitar a bênção de Leshêv Bassucá depois da bênção de Hamotsi.

1º DIA DE SUCOT
Quinta-feira, 9/10

TEFILIN
Nos sete dias de Sucot, bem como nos dias de Shemini Atsêret e Simchat Torá, não se coloca tefilin.

QUATRO ESPÉCIES

Nos sete dias de Sucot (exceto em Shabat) recita-se uma bênção sobre as Quatro Espécies. De pé, voltado para o leste, pega-se o lulav e segura-se na mão direita e recita-se:

Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, asher kideshánu bemitsvotav, vetsivánu al netilat lulav.

Em seguida, pega-se o etrog com a mão esquerda, com o caule para baixo. A bênção de Shehecheyánu é acrescentada quando se cumpre essa mitsvá pela primeira vez no ano:

Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, shehecheyánu vekiyemánu vehiguiánu lizman hazê.

Seguram-se as Quatro Espécies juntas, movendo-as três vezes em cada direção: direita, esquerda, frente, cima, baixo e trás. A cada movimento realizado, afastam-se as Quatro Espécies na direção especificada aproximando-as ao coração.

O costume é de acordar bem cedo para fazer a bênção pela primeira vez no ano.

KIDUSH

Nos dois dias de Sucot inicia-se o almoço festivo com o kidush. Segura-se na palma da mão direita um cálice de vinho e recita-se:

Êle moadê A-do-nai micraê côdesh, asher ticreú otám bemoadám. Savri maranan: Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, borê peri hagáfen. Baruch atá A-do-nai E-lo-hê-nu Mêlech haolam asher kideshánu bemitsvotav vetsivánu leshêv bassucá.

VELAS

Acendemos as velas da segunda noite de Sucot após 18h42 em S. Paulo, transferindo o fogo de uma chama preexistente. Recitam-se as mesmas bênçãos do dia anterior.

2º JANTAR DE SUCOT

Inicia-se o jantar festivo com o kidush. Recita-se o mesmo texto do dia anterior, porém no término do kidush, inverte-se a ordem e recita-se a benção de Leshêv Bassucá depois da bênção de Shehecheyánu.

2º DIA DE SUCOT

Sexta-feira, 10/10

Acendem-se as velas de Shabat até 17h48 em S. Paulo, transferindo o fogo de uma chama preexistente. Recita-se a bênção das velas de Shabat.

CHOL HAMOÊD – DIAS INTERMEDIÁRIOS

Sábado à quarta-feira, 11 à 15/10

Recita-se a havdalá ao término de Shabat dentro da sucá, acrescentando a benção de Leshêv Bassucá.

NOITE DE HOSHANÁ RABÁ

Terça-feira, 14/10

Na terça-feira à noite inicia-se Hoshaná Rabá – o último dia de Chol Hamoêd, no qual é concluído o julgamento de Rosh Hashaná e Yom Kipur. Nessa noite, faz-se a leitura do livro de Devarim e, à meia-noite, o livro de Tehilim, seguido do costume de comer maçã com mel na sucá.

DIA DE HOSHANÁ RABÁ

Quarta-feira, 15/10

Esse é o último dia em que se faz a bênção das Quatro Espécies. Durante as orações matutinas, antes do Halel, removem-se os 2 anéis superiores do Lulav, e a mesa da leitura da Torá é circundada sete vezes com as Quatro Espécies na mão, e preces especiais, Hoshaanot, são recitadas. No final da oração, cinco aravot amarradas juntas são batidas no chão, "adoçando" simbolicamente o julgamento de D'us.

Acrescenta-se tsedacá nesse dia.

Faz-se um almoço festivo dentro da sucá (sem o kidush), no qual mergulha-se o pão no mel e costuma-se comer creplach, pasteizinhos de carne tradicionais.

Prepare-se eruv tavshilin. Veja as instruções na véspera de Sucot.

Na prece de Minchá termina-se de recitar o capítulo 27 do Tehilim, "Ledavid Hashem Orí".

VELAS

Deve-se deixar uma vela ou fogo aceso antes do pôr do sol, que dure o suficiente para que as velas de Simchat Torá e da véspera de Shabat possam ser acesas, e a comida preparada a partir dessa chama. O acendimento das velas de Shemini Atsêret será às 17h50, em S. Paulo. Recitam-se as mesmas bênçãos da véspera de Sucot.

NOITE DE SHEMINI ATSÊRET

Yom Tov inicia-se ao pôr do sol de quarta-feira, 15/10 e termina sexta-feira, quando começa o Shabat. São dois dias de Yom Tov; e nas orações acrescentam-se Yaalê Veyavô, Halel e Mussaf.

Costuma-se dançar e dar voltas (*hacafot*) com todos os Rolos da Torá também na noite de quarta-feira, noite de Shemini Atsêret.

Conforme o costume Chabad, fazem-se as refeições dessa noite e do dia de quinta-feira na sucá, porém não se recita a bênção de Leshêv Bassucá.

KIDUSH

Nas noites de Shemini Atsêret e Simchat Torá, inicia-se o jantar festivo com o kidush. Segura-se na palma da mão direita um cálice de vinho, e recita-se de pé:

Savri maranan: Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, borê peri hagáfen. Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, asher báchar bánu micol am, veromemánu micol lashon, vekideshánu bemitsvotav. Vatiten lánu A-do-nai E-lo-hê-nu beahavá moadim lessimchá, chaguim uzmanim lessasson, et yom Shemini Atsêret hachag hazê, veêt Yom Tov micrá côdesh hazê, zeman simchatênu micrá côdesh, zêcher litsiat Mitsráyim. Ki ványu vachárta veotánu kidáshta micol haamim, umoadê codshêcha bessimchá uvsassôn hinchaltánu. Baruch Atá A-do-nai, mecadesh Yisrael vehazemanim. Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, shehecheyánu vekiyemánu vehiguiánu liz-man hazê.

A partir dessa noite a chalá é mergulha apenas no sal e não mais no mel.

DIA DE SHEMINI ATSÊRET

Quinta-feira, 16/10

Antes de Mussaf recita-se Yizcor em memória de entes queridos falecidos. Nesse momento comprometemo-nos a doar (bli neder) para tsedacá, para a elevação das almas. Em Mussaf há uma prece especial para chuva.

A partir dessa prece até Pêssach recita-se na segunda bênção da Amidá: *mashiv haruach umorid haguêshem* em vez de *morid hatal.*

KIDUSH

Nos dias de Shemini Atsêret e Simchat Torá iniciamos o almoço festivo com o kidush. Segura-se na palma da mão direita um cálice de vinho e recita-se:

Êle moadê A-do-nai micraê côdesh, asher ticreú otám bemoadám. Savri maranan: Baruch Atá A-do-nai, E-lo-hê-nu Mêlech haolam, borê peri hagáfen.

Antes do pôr do sol comemos algo leve na sucá para marcar a "despedida" dela.

VELAS

Acendem-se as velas da noite de Simchat Torá após 18h46 em S. Paulo, transferindo o fogo de uma chama preexistente. Recitam-se as mesmas bênçãos da véspera de Sucot.

NOITE DE SIMCHAT TORÁ

A celebração na noite de Simchat Torá (quinta-feira) e no dia seguinte (sexta-feira pela manhã) é marcada com danças alegres, segurando todos os rolos de Torá. Os círculos de dança (hacafot) circundam a mesa de leitura da sinagoga sete vezes, enquanto são entoadas alegres canções judaicas. É costume trazer as crianças à sinagoga para participarem das danças.

Ao dançar com a Torá fechada e coberta, demonstramos que nesses dias todos são iguais sem distinção entre os mais eruditos e os mais simples, pois nos alegramos com a própria Torá e não com seu estudo, que é feito ao abri-la.

DIA DE SIMCHAT TORÁ

Sexta-feira, 17/10

Em Simchat Torá, a bênção dos cohanim, geralmente feita na prece de Mussaf, é antecipada para Shacharit. A última Porção da Torá, Vezot Haberachá, é lida, e assim conclui-se toda a Torá.

Cada homem recebe uma aliyá. Meninos menores de Bar Mitsvá são chamados todos juntos à Torá. Em seguida reinicia-se a leitura da Torá com Bereshit.

É costume servir repolho recheado; por serem feitos em formato de rolinhos, que lembram os Rolos da Torá (sugestão de receita ao lado).

VELAS

Acendem-se as velas de Shabat até 17h51 em S. Paulo, transferindo o fogo de uma chama preexistente. Recita-se a bênção das velas de Shabat.

"O procedimento de uma pessoa em Shabat Bereshit reflete seu comportamento no ano todo por vir" (dito chassídico).

Por Dorothea Piratininga

ROLINHOS DE REPOLHO

Em Shemini Atseret (último dia de Sucot) é costume comer repolho recheado para lembrar os rolos da Torá e a festa que virá para celebrar o término de sua leitura

INGREDIENTES

- 1 cabeça de repolho
- 40 gramas de arroz
- 1 kg de carne moída
- 1 colher de chá de pimenta do reino moída
- 1 colher de sopa de páprica doce
- 3 dentes de alho amassados
- 1 cebola média picada
- 150 gramas de linguiça defumada em rodelas
- 1 colher de sobremesa de cominho (opcional)
- 3 colheres de sopa de óleo
- 3 colheres de sopa de extrato de tomate
- 2 colheres de sopa de farinha de trigo

RENDIMENTO

Aproximadamente 12 unidades

MODO DE PREPARAR

Lave o arroz, adicione a carne moída, a pimenta do reino, o sal, a páprica, a cebola e o alho. Misture bem e reserve. Separe as folhas do repolho, lavando e verificando-as. Coloque uma porção de recheio em cada folha e enrole-as.

Forre o fundo de uma panela grande com folhas de repolho, distribua sobre elas as rodelas de linguiça e salpique o cominho. Acomode os rolinhos e cubra-os com mais folhas de repolho. Despeje água suficiente para cobrir tudo e deixe cozinhar em fogo baixo por cerca de 30-35 minutos.

Em outra panela, aqueça o óleo, acrescente o extrato de tomate, 1/2 copo de água e adicione a farinha de trigo, mexendo sem parar, até obter uma pasta homogênea. Se necessário, adicione mais água e continue mexendo.

Descubra os rolinhos desprezando as folhas de repolho da cobertura e adicione o molho.

A Sucá Móvel ★

"Olhem só, uma Sucá sobre rodas!", exclamaram os que viam pela primeira vez aquela estrutura incomum.

Sobre a plataforma de um caminhão parado em frente à estação ferroviária em Long Island, estava uma Sucá, com cobertura feita de galhos verdes de bananeira ou palmeira. Dois jovens chassídicos tinham tomado suas posições. Um deles, do lado de fora, convidava os judeus a entrar e fazer uma bênção sobre o etrog e o lulav. Olhando o relógio para verificar se tinham tempo, eles entravam, e lá eram saudados pelo outro jovem, pronto para recebê-los. Havia um lanche sobre uma mesa, com bolos e refrigerantes, tudo por conta da casa. Todos curtiam a experiência, e muitos saíam comovidos ao descerem da Sucá e correrem para pegar o trem.

Do outro lado da rua, estava estacionada uma limusine. Do seu interior, um homem bem vestido observava a cena pela janela.

O jovem do lado de fora da Sucá notou-o, mas não estava certo se ele era judeu.

Na manhã seguinte, o caminhão parou no mesmo lugar. O jovem viu novamente o homem da limusine olhando para a Sucá com indisfarçável interesse. Foi até ele e saudou-o alegremente: "Bom dia, senhor! Gostaria de entrar na Sucá?"

"Seria um prazer", respondeu o homem, saindo do carro. O rapaz ainda não estava certo se seu visitante era judeu, mas resolveu arriscar:

"Gostaria de fazer a bênção do etrog?"

"Claro!", respondeu. Ele não precisou de ajuda para fazer a mitsvá das quatro espécies. "Estou surpreso por ainda lembrar", comentou o homem.

"Por que?"

"Bem, meus pais eram religiosos e estudei em escola judaica. Depois, fui para a universidade e aos poucos me afastei. Quando meu pai faleceu, assumi o seu negócio, expandi-o e enriqueci. Logo após, casei-me com uma judia que nada sabia sobre judaísmo. Eu andava sempre tão envolvido no trabalho que nunca tinha tempo para a família. Meus filhos e netos mal sabem que são judeus.

Ontem, quando passei por aqui e vi sua Sucá, fiquei com vontade de entrar, mas não tive coragem. Hoje, resolvi tentar, e você facilitou as coisas ao me convidar. Foi uma feliz coincidência, ter visto a Sucá ontem, pois não costumo passar por aqui."

"A Torá nos ensina que isso não existe. Chega uma hora em que uma alma judia se cansa de perambular e deseja voltar às suas raízes. É então que a Divina Providência cuida para que a oportunidade se apresente", disse o jovem.

"Não sou do tipo que deixa escapar uma boa oportunidade. Vou trazer o judaísmo de volta para a minha família e o espírito, luz e calor que eu sentia na casa dos meus pais e avós", afirmou o homem. Naquela tarde ele voltou trazendo seus netos, que logo aprenderam e recitaram as bênçãos. Gratas, as crianças abraçaram o avô.

"No próximo ano teremos a nossa própria Sucá", prometeu o empresário. "E vocês poderão convidar seus amigos, e teremos juntos um Yom Tov muito feliz".

Palavras Cruzadas

Preencha o diagrama com as palavras abaixo

3 letras
AVÔ
PAI

4 letras
SUCÁ
TREM

5 letras
BOLOS
ETROG
LULAV
NETOS
ONTEM
RODAS
SUCOT
TEMPO

6 letras
AMIGOS
ESCOLA
JUDEUS
MITSVÁ

7 letras
CORAGEM
VONTADE

8 letras
CAMINHÃO
PINHEIRO

9 letras
VISITANTE

10 letras
PLATAFORMA

12 letras
COINCIDÊNCIA

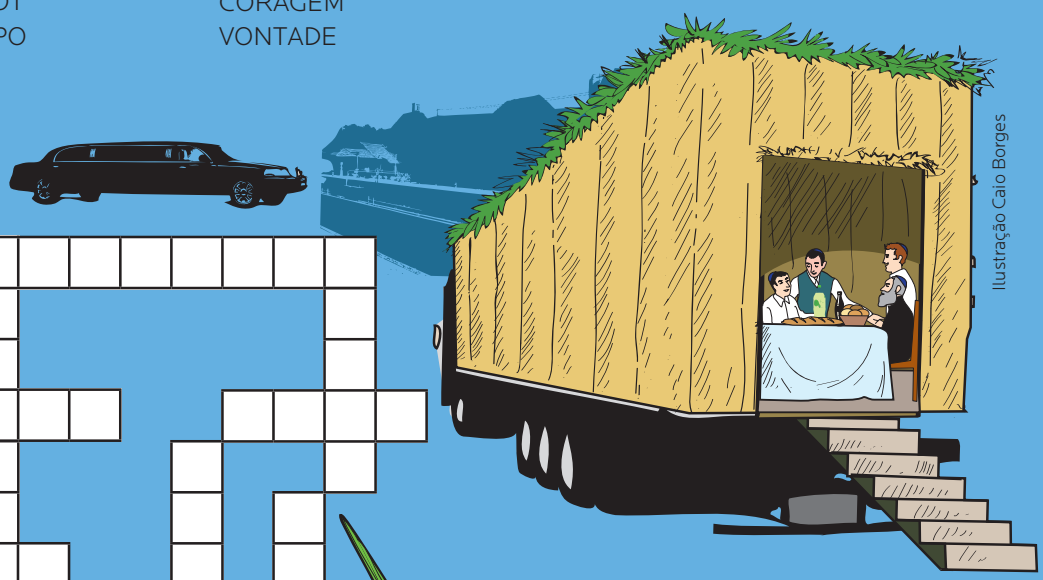


Ilustração Caio Borges

Respostas na página 27

★ O Beit Chabad Central também tem uma sucá móvel.
Fale com R. Dubi: 99296-9303 para saber por onde ela anda.

ENCONTROS COM O **REBE**

A Importância da Educação na Infância

O administrador de uma escola reclamou ao Rebe que, devido aos muitos descontos dados a famílias necessitadas, sua escola estava constantemente no vermelho.

"Parece que a única maneira que temos para equilibrar nosso orçamento de uma vez por todas é eliminar todos os descontos das bolsas de estudo, mesmo que isso signifique perder alguns de nossos alunos. Não é o fim do mundo; eles podem sempre aumentar sua educação judaica quando ficarem um pouco mais velhos."

O Rebe foi direto ao ponto: "Com o devido respeito, você está enganado. É o dinheiro que sempre pode ser recuperado, não a juventude do aluno."

"A que pode ser comparado aquele que estuda Torá na infância? A tinta escrita sobre papel fresco. A que pode ser comparado aquele que estuda Torá na velhice? A tinta escrita sobre papel apagado." – Ética dos Pais

O Papel de Um Médico

Sua esposa tinha sido diagnosticada com uma doença grave, e o preocupado marido foi visitar o Rebe, levando consigo seus dois filhos pequenos.

"Rebe", ele disse aos prantos, "sou um homem doente que acaba de imigrar aos Estados Unidos com a família, Nem sequer sei falar inglês! E agora minha esposa vai morrer, deixando-me sozinho para cuidar dessas duas crianças pequenas!"

"Quem disse que ela vai morrer?" perguntou o Rebe, visivelmente abalado.

"O médico," ele respondeu.

"Você tem o diagnóstico com você?" perguntou o Rebe.

"Sim," disse o homem, entregando-o ao Rebe.

O Rebe pegou o papel e o rasgou.

"Desde quando são os médicos que determinam quem vai viver e quem morrerá?" disse ele energicamente. "Somente D'us pode fazer isso! Agora volte para casa e diga à sua mulher para que continue tomando a medicação e ela ficará boa."

Essa esposa e mãe viveu por muitos longos anos.

"Os médicos receberam permissão para curar". *Talmud*
"Somente para curar, não para semear desespero". *O Rebe*

Professor Para a Vida Toda

Um renomado rabino que tinha decidido se aposentar foi compartilhar seus planos com o Rebe.

"Aposentadoria?" perguntou o Rebe incrédulo. "Não para um rabino! Alguém que tem orientado as pessoas durante toda a vida desenvolve uma necessidade de guiar e inspirar enquanto viver. Privá-lo de um escoadouro para compartilhar é como privá-lo da própria vida."

Esforce-se para atingir o nível no qual dar significa viver.

Histórias extraídas do livro "The String and the Flame", Jewish Educational Media, 2013

A PARASHÁ NA CABALÁ – OUTUBRO

18 Out

BERESHIT

Antes de D'us criar o mundo, Ele criou outros mundos espirituais, mas não ficou feliz com eles, portanto Ele os destruiu.
O problema com todos aqueles mundos é que careciam de empatia; eram mundos de tohu (caos) porque suas forças componentes não podiam tolerar umas às outras. Nosso mundo, que D'us favoreceu, é chamado tikun (corrigido), porque seus elementos têm a capacidade de valorizar todo o restante.

Quando você reza a D'us, não se trata meramente de D'us "escutar" as suas preces lá do alto e responder em concordância.
O próprio processo de prece refina você espiritualmente, tornando-o um receptáculo adequado para bênçãos Divinas adicionais. A vinda de uma bênção é o resultado direto de uma prece sincera, focada.
Esse processo está espelhado no mundo físico pelo método pelo qual a chuva é formada. A chuva não é uma nova entidade criada no céu, mas sim, a mesma "névoa" que sobe do solo forma nuvens e acaba se condensando em chuva, que desce novamente molhando a terra.

25 Out

NÔACH

Vitamina Espiritual

Foi pela vontade do Criador que a sua alma – uma "parte do Divino Acima" (Job 31:2), desceu ao mundo físico e grosseiro para ficar confinada ao corpo físico durante alguns anos, num estado totalmente contrário à sua própria natureza. Isso tudo, pelo propósito de uma missão Divina que sua alma tem de cumprir; purificar e "espiritualizar" seu corpo físico e o ambiente ao redor, permeando-os com a luz de D'us, de modo a fazer deste mundo uma morada para a Shechiná (Presença Divina).

Das palavras "Sarai era estéril", sabemos que ela não tinha filhos. Por que o versículo precisa acrescentar "ela não tinha filho"?
Mesmo que uma união de dois corpos falhe em produzir um filho neste mundo, com certeza dá origem a almas no mundo superior - almas daqueles que estão destinados a se converter ao Judaísmo.
Portanto, embora Sarai "não tivesse filhos" neste mundo, ela deu à luz muitas almas no céu – "as almas que eles fizeram em haran" (tradução literal de 12:5).

A Parashá (porção semanal) é lida na sinagoga parcialmente no Shabat à tarde, na 2ª e na 5ª feira de manhã e depois integralmente no Shabat seguinte pela manhã. É bom costume estudar a Parashá durante a semana diariamente, para isso ela é subdividida em 7 porções menores. Devido às leituras especiais das Grandes Festas são lidas apenas duas parshyiot neste mês

PERGUNTE AO RABINO

Envie suas perguntas para yeshivalubavitch@uol.com.br

Por que não é costume Chabad enfeitar a Sucá com frutas ou adornos, como fazem as outras comunidades?

Por Rabino Shamai Ende

Baseados no versículo: "Este é meu D'us e eu O glorificarei", nossos sábios nos ensinam que ao cumprir uma mitsvá devemos fazê-la com beleza. Por esse motivo encontramos caixinhas para mezuzot de prata ou pintadas de várias cores, estojos para Meguilá, invólucros de sefer Torá, copos para kidush, caixinha de etrog, de diversas formas e materiais bonitos, intencionando embelezar a mitsvá.

O mesmo é válido com relação à Sucá. Muitos têm a tradição, que vem das épocas antigas e consta inclusive no Talmud, de enfeitá-la, pendurando nela frutas ou tecidos coloridos, papéis dourados, prateados etc.

No entanto, encontramos nas leis judaicas certas reticências a essa conduta, pois às vezes esses adornos podem prejudicar a Sucá, deixando-a não apta para o uso, como no caso de pendurá-los no sechach (teto da Sucá) numa posição que impede cumprir a mitsvá adequadamente. Além disso, eles não podem ser removidos no Shabat e Yom Tov, sendo considerados muktse (objetos de manuseio proibido). Assim, o sefer chassidim e outros legisladores não aconselham colocar esses enfeites na Sucá para que uma criança não chegue a transgredir o Shabat e Yom Tov.

O Rebe anterior disse em uma de suas sichot que, conforme o costume Chabad, não se deve decorar a Sucá de forma alguma. Ao ser indagado por seu genro, o Rebe anterior não respondeu. No entanto, em um ensaio do ano 5730 o Rebe explicou que a decoração da Sucá deve ser a própria mitsvá e não os artefatos externos.

Entenderemos isso conhecendo o verdadeiro conceito do embelezamento das mitsvot.

Ao cumprirmos uma mitsvá de forma correta, estaremos fazendo o verdadeiro hidur (embelezamento da) mitsvá. Desta forma, adquirindo o pergaminho de uma mezuzá escrita com todo o rigor da lei, mesmo pagando muito por ele, estaremos embelezando a mitsvá bem melhor do que com uma mezuzá com um invólucro de ouro. É mais belo um etrog casher em caixa de papel, do que um simples em caixa de prata. O mesmo vale para a Sucá. É preferível construí-la com todos os rigores da lei, com uma quantia de Sechach suficiente e paredes interiças sem nenhuma dúvida de cashrut do que uma enfeitada, mas sem esses cuidados.

Um dito chassidico diz que o enfeite da Sucá consiste no judeu que está lá sentado. Quem quiser realmente enfeitar sua sucá, deve trazer mais convidados para dentro dela

O costume Chabad é de não decorar a Sucá para que não nos equivoquemos com sua beleza externa. O enfeite da Sucá consiste no judeu nela sentado. Portanto, quem quiser embelezar sua sucá, deve trazer mais convidados para dentro dela.

Há ainda uma explicação mais profunda: a Sucá representa a simplicidade. Ao sairmos de casa para nela fazermos nossas refeições, demonstramos que estamos abrindo mão de nosso luxo material para nos conectarmos a D'us com anulação e espiritualidade. Assim, quanto mais simples ela for, melhor estaremos cumprindo esse preceito.

Nossos sábios afirmam no Talmud que todo o povo de Israel deveria sentar em uma única Sucá, pois o que difere um judeu do outro são os exageros materiais, que são colocados de lado nessa ocasião.

Pelo mérito dessa mitsvá mereceremos muito em breve presenciar a construção do Templo Sagrado de Jerusalém, que em nossas orações chamamos de 'A Sucá da paz Divina'.

NOSSAS ALEGRIAS

- Mazal tov pelo nascimento de Ruth, filha do R. Mendi e Chani Nurkin e neta de R. Yakov e Guita Nurkin e R. Gabriel e Mazal Aboutboul

- Parabéns pelo casamento de Beni e Renata, filhos de Daniel e Sara Citron e Israel e Lilian Chilvarquer

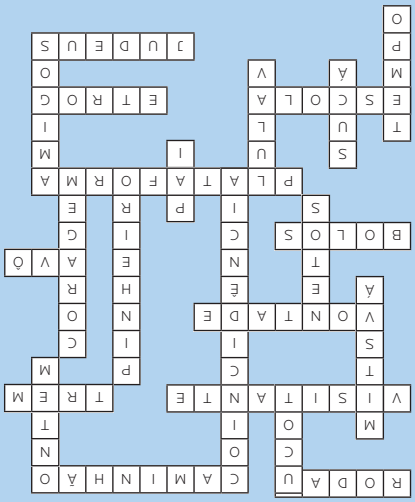
- Nasceu Naomi, filha de Yonathan e Amanda Wajchenberg. Mazal tov!

- Mazal tov pelo Bar Mitsvá de Eliahu Rafael, filho de Rivka e David Andrade

- Parabéns pelo nascimento do filho de R. Shmuly e Dina Perman. Mazal tov também aos avós R. Dovid e Rose Naparstek e R. Menashe e Chaya Perman

- Nasceu o filho de Raphael e Renata Horn e neto de Elie e Suzy Horn e Telmo e Vivian Weinstein. Parabéns!

Respostas do caça-palavras



ANIVERSÁRIOS*

OUTUBRO

David Naparstek	7 Tishrei	1 out	Moshe Naparstek	23 Tishrei	17 out
Yossi Alpern	10 Tishrei	4 out	Ilan Stiefelmann	23 Tishrei	17 out
Leo Rosenbaum	11 Tishrei	5 out	Victor Zauder	24 Tishrei	18 out
Daniel Szyfman	11 Tishrei	5 out	Marcelo Dimant	25 Tishrei	19 out
Hugo Spritzer	13 Tishrei	7 out	Nathan Argalji	27 Tishrei	21 out
Moti Begun	14 Tishrei	8 out	Marcelo Szmid	27 Tishrei	21 out
Daniel Frischmann	14 Tishrei	8 out	Flávio Rabinowicz	28 Tishrei	22 out
Yanki Eskinazi	15 Tishrei	9 out	Reuven Kogan	30 Tishrei	24 out
Ariel Brand	16 Tishrei	10 out	Wolf Gruenberg	30 Tishrei	24 out
Mendi Eskinazi	16 Tishrei	10 out	Nathan Maltz	1 Cheshvan	25 out
Sidney Wajsbrot	18 Tishrei	12 out	Henrique Souccar	2 Cheshvan	26 out
Berele Buchsenspaner	20 Tishrei	14 out	Ezra Khafif	7 Cheshvan	31 out
Rafael Kullock	21 Tishrei	15 out	Daniel Kullock	7 Cheshvan	31 out
Fernando Dentes	22 Tishrei	16 out	Yuval Kapah	7 Cheshvan	31 out
Alessandro Strauss	22 Tishrei	16 out	Vitor Elman	7 Cheshvan	31 out

***Envie a data hebraica de seu aniversário para betina@chabad.org.br**

AULAS DIÁRIAS – de 2ª a 5ª feira

7:45 Daniel Eskinazi
Bíblia, filosofia, leis diversas e conselhos do Rebe *

7:45 Yakov Nurkin
Guemará *

9:00 Dovber Nurkin
Trechos da porção semanal *

16:30 Dovber Nurkin
Código de leis *

18:15 Yakov Nurkin
Leis das obras de Maimônides

AVOT UBANIM

Venha estudar com seu filho aos domingos!

ANTES DE MINCHÁ – DAS 18H ÀS 19H

CURSO PREPARATÓRIO DE CASAMENTO PARA NOIVOS E NOIVAS

Informações com R. Yossi Alpern: chabad@chabad.org.br

PARA MULHERES

Sarah Steinmetz
- Todo início do mês judaico
- Toda véspera das festas judaicas
- Aulas de chalá

SUPER-TERÇA

- Todas as terças-feiras de manhã, aulas exclusivas para o público feminino abordando temas variados (veja quadro ao lado)

CORRENTE DE SALMOS

A cada mês, dezenas de mulheres juntam-se virtualmente para a Corrente de Salmos. A Corrente acontece uma vez ao mês, no Shabat que antecede Rosh Chôdesh, o primeiro dia do mês judaico. As próxima leituras acontecerão no Shabat 18 de outubro.

Para participar envie um e-mail para: sarah@chabad.org.br

ESCOLHA O TEMA DE SEU INTERESSE:

- Chassidut
- Crianças / Jovens
- Farbrenguen
- Histórias
- Leis Judaicas
- Identidade Judaica
- Mística e Cabalá
- Moral e Ética
- Porção Semanal
- Talmud

AULAS SEMANAIS

DOMINGO

9:00 Shabsi Alpern
Café da manhã com debate de histórias comoventes *

9:30 Daniel Eskinazi
Bíblia, filosofia, leis diversas e conselhos do Rebe *

9:30 Yakov Nurkin
Guemará *

10:00 Dovber Nurkin
Trechos da porção semanal *

17:45 Avraham Steinmetz
Prédica entre as orações da tarde

18:15 Yakov Nurkin
Leis das obras de Maimônides *

18:15 Integração pais e filhos – Avot Ubanim
Os pais estudam com seus próprios filhos sob a orientação de um professor *

19:00 Daniel Eskinazi
A mística do alfabeto hebraico

20:00 Yakov Nurkin
Tanya

SEGUNDA-FEIRA

10:30 Daniel Eskinazi
A mística do alfabeto hebraico **

11:30 Sarah Steinmetz
Ética dos pais **

17:30 David Lancry
Preparando-se para o Bar Mitsvá

17:45 Eliahu Stiefelmann
Prédica entre as orações da tarde

19:00 David Lancry
Consolidando adolescentes às suas eternas raízes *

19:15 Daniel Eskinazi
A mística do alfabeto hebraico (residência de jovens)

20:00 Eliahu Stiefelmann
Investindo em nosso futuro (jovens)

20:15 Guershi A. Goldsztajn
Preparando-se para o Bar Mitsvá

21:00 Shamai Ende
Sabedoria do Rebe (residência de casais)

TERÇA-FEIRA

8:30 Yossi Alpern
Histórias do Talmud **

9:20 Daniel Eskinazi
A Mística do Alfabeto Hebraico **

10:10 Avraham Steinmetz
Conceitos na parashá da semana **

11:15 Dovber Nurkin
Salmos **

12:00 Sheila Barzilai
Discursos esotéricos em alto nível **

12:30 Avraham Steinmetz
Lunch & Learn – Faria Lima

17:45 Daniel Eskinazi
Prédica entre as orações da tarde

18:00 David Lancry
Preparando-se para o Bar Mitsvá

20:00 Eliahu Stiefelmann
Desvendando os Segredos da Torá

20:30 Guershi A. Goldsztajn
Entoando melodias chassídicas *

QUARTA-FEIRA

15:00 Guershi A. Goldsztajn
Preparando-se para o Bar Mitsvá

16:30 David Lancry
Preparando-se para o Bar Mitsvá

17:45 Dovber Nurkin
Prédica entre as orações da tarde

20:00 Dov Pomeroy
Análise geral da porção semanal

20:30 Avraham Steinmetz
Conceitos chassídicos

21:00 Shamai Ende
Curso de leis judaicas

QUINTA-FEIRA

17:45 Yossi Alpern
Prédica entre as orações da tarde *

19:00 Daniel Eskinazi
Ensinamentos do Rebe (moças) **

SEXTA-FEIRA

7:45 Daniel Eskinazi
Bíblia, filosofia, leis diversas e conselhos do Rebe *

7:45 Elimelech Katz
Guemará / Shiur Klali *

9:00 Dovber Nurkin
Trechos da porção semanal *

17:45 Shabsi Alpern
Prédica entre as orações da tarde

SHABAT

8:45 Daniel Eskinazi
Ensinamentos do Rebe (principiantes) *

8:45 Shamai Ende
Discursos esotéricos em alto nível (avançado) *

11:00 Shabsi Alpern
Prédica entre as orações da manhã

12:30 Shabsi Alpern
Reunião chassídica pós orações da manhã

13:15 Shamai Ende
Empolgação espiritual *

16:45 Shabsi Alpern
Ensinamentos do Rebe sobre a porção semanal

17:45 Israel e Mendi Nurkin
Atividade cultural com nossas crianças

18:00 Shabsi Alpern
Histórias chassídicas

18:00 Avraham Steinmetz
Ensinamentos da porção semanal **

* Exclusivamente para homens
** Exclusivamente para mulheres

As aulas são gratuitas. Para participar, entre em contato previamente com o rabino responsável pelo curso.

Rab. Avraham Steinmetz: ***avraham@chabad.org.br***
Rab. Daniel Eskinazi: ***daniltda@gmail.com***
Rab. David Lancry: ***davelancry@gmail.com***
Rab. Dov Pomeroy: ***dov@chabad.org.br***
Rab. Dovber Nurkin: ***chocoblank@hotmail.com***
Rab. Eliahu Stiefelmann: ***rabinoeliahu@gmail.com***
Rab. Guershi A. Goldsztajn: ***guershiavi@msn.com***
Rab. Shamai Ende: ***yeshivalubavitch@uol.com.br***
Rab. Shabsi Alpern: ***rabino@chabad.org.br***
Rab. Yacov Nurkin: ***jorge.nurkin@gmail.com***
Rab. Yossi Alpern: ***chabad@chabad.org.br***
Sarah Steinmetz: ***sarah@chabad.org.br***

Por R. Avraham Steinmetz

SEJA HIPÓCRITA

Quem não é hipócrita é louco ou está a seis palmos do chão.

"Se perceber que o burro de uma pessoa que você odeia está sobrecarregado, você desvia dele? Não! Vá ajudá-lo."
Para mim, esse é o versículo mais profundo da Torá, o que melhor define como um judeu deve comportar-se.
A Torá não diz para você deixar de odiá-lo; isso é um problema que pode ser resolvido futuramente, com o seu terapeuta. O que D'us gostaria que você fizesse agora? Seja hipócrita e ajude-o.
Traduzindo em termos mais modernos: recentemente foram divulgadas nas redes sociais fotos de médicos israelenses numa base militar salvando a vida de um terrorista palestino. Por que eles fizeram isso? São bonzinhos? Ingênuos? Otários? Simplesmente porque são hipócritas! É evidente que eles não gostam nem um pouco daquele sujeito, cujo objetivo é matá-los sem piedade. No entanto, mesmo contra seus sentimentos, eles socorrem o inimigo porque é isso que precisa ser feito.
O que faz o judeu ser diferente? A hipocrisia. O cristão pratica a caridade, enquanto que o judeu faz tsedacá (justiça, em hebraico). Ele não doa para quem gosta ou porque gosta, mas para fazer o que é justo.
Por definição, hipócrita é aquele que finge possuir boas qualidades para ocultar seus defeitos. Nesse sentido, ele pode fazer o bem, mesmo sem querer. Então, que venha a hipocrisia!
Não se assuste com a sua hipocrisia, nem com suas próprias incoerências.
Somos compostos de três camadas: uma boa, uma má e uma boa. Na superfície somos bons; dizemos bom dia mesmo àquele sujeito miserável a quem na verdade desejamos um dia horrível. Interiormente, somos maus porque desejamos um dia horrível ao sujeito miserável. Na essência, somos bons e Divinos.
Estamos repletos de paradoxos e contradições e se não fizéssemos um esforço para que cada parte de nós fique em sintonia, nunca sairíamos da cama de manhã. Estaríamos eternamente envergonhados da nossa hipocrisia. A chave é perceber que fomos criados por D'us com essa natureza, e que a nossa missão não é ser perfeito, mas sim fazer o melhor que pudermos a cada momento. O judaísmo nos ensina que apesar de sermos imperfeitos, D'us tem grandes expectativas quanto às nossas boas ações.
Nos Alcoólicos Anônimos, os membros se apresentam em todas as reuniões, "meu nome é fulano de tal; eu sou um alcoólatra." É essencial para a sobrevivência dele reconhecer a diferença entre ser e fazer. Ele sabe que é um alcoólatra mas não pode beber. Deve manter a abstinência total. Porque beber ou não beber é algo que é ele quem vai escolher.
Somos falíveis, mas temos controle sobre nossos impulsos, o livre-arbítrio para agirmos como quisermos. Em outras palavras, podemos não ser perfeitos, mas temos a opção de fazer perfeito. Ou, para colocar em termos psicológicos, nem tudo o que está errado em nosso interior deve necessariamente ser expresso. Algumas pessoas consideram essa posição hipócrita: "se você é falho no interior, como ousa projetar a perfeição?"
Você não precisa (nem deve) externar cada pensamento que surge em sua cabeça a fim de ser autêntico. Já imaginou se fosse possível ler o pensamento das pessoas e saber o que elas realmente pensam a nosso respeito? O mundo seria melhor? Creio que você vai concordar comigo que é bem mais seguro viver neste mundo hipócrita.
Então, a hipocrisia é tão ruim assim? Imagine se todos agissem com compaixão maior do que aquela que realmente sentem. Talvez do que precisamos seja um pouco mais de hipocrisia.
Na verdade, sentir-se egoísta, mas se forçar a fazer algo altruísta e nobre não é hipocrisia; isso é ser normal, decente, saudável e humano.
Sempre que superamos nossos impulsos para nos comportarmos de uma maneira melhor, não estamos fingindo ser algo que não somos; estamos tomando a decisão de fazer o que deve ser feito.
Moral da história: você pode ser um hipócrita, se for para fazer a coisa certa.

COMO AJUDAR

Filiado ao Movimento Chabad-Lubavitch Mundial sob liderança do Rebe, o Beit Chabad Central atua há mais de 4 décadas em S. Paulo.
Invista em nossos projetos:

Nota Fiscal Paulista
Deposite seus cupons e notas fiscais na nossa recepção ou entrem em contato que podemos retirá-los em seu endereço
simone@felicidade.org.br

Cofrinho
Retire o seu na nossa recepção

Torne-se um Pilar
Doação anual pré Grandes Festas
silvia@chabad.org.br

Lei Rouanet
Abata do Imposto de Renda
vanessaoliveira@projetosecultura.com.br

Doação mensal
Solicite um boleto bancário
rosana@chabad.org.br

Véspera de Festas Judaicas
Ao invés de presentear alguém, faça-nos uma doação, e enviaremos uma carta a quem você a dedica
rosana@chabad.org.br

ProAc
Abata do ICMS
vanessaoliveira@projetosecultura.com.br

Doação direto na conta
Banco Itaú, agência 0735, c/c 04741-7
A. I. B. Beit Chabad do Brasil
CNPJ 60.622.073/0001-47

Patrocine uma publicação
Custeie um livro ou um guia da nossa editora
dov@chabad.org.br

Placa na sinagoga
Homenageie um ente querido
dov@chabad.org.br

Dedique-nos a sua alegria
Peça aos seus convidados que revertam seu presente em doação a um de nossos projetos
rosana@chabad.org.br

Adote um aluno do Colel
Solicite um boleto bancário
rosana@chabad.org.br

OUTUBRO 2014

DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
4 TISHREI **Jejum de Guedalyá** Início do jejum 4h39 Shacharit 8h05 Minchá 18h Término do jejum 18h26 28	5 TISHREI Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h 29	6 TISHREI Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h 30	7 TISHREI Chá da Tarde 14h30 Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h 1	8 TISHREI Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h Caparot à noite 2	9 TISHREI **Véspera de Yom Kipur** Shacharit 6h30/7h45 Bolo de Mel / Micvê Minchá 14h Velas e início do jejum até 17h45 Col Nidrê 18h 3	10 TISHREI **Yom Kipur** Shacharit 9h Yizcor 12h Minchá 16h Neilá 17h30 Término do jejum 18h40 4
11 TISHREI Shacharit 8h05 Minchá 18h 5	12 TISHREI Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h 6	13 TISHREI Chá da Tarde 14h30 Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h 7	14 TISHREI Véspera de **Sucot** Shacharit 6h30/7h45 Eruv Tavshilin Velas 17h47 Minchá 18h Sucá 8	15 TISHREI **1º dia de Sucot** Lulav/Sucá Shacharit 9h30 Minchá 18h Velas após 18h42 9	16 TISHREI **2º dia de Sucot** Lulav/Sucá Shacharit 9h30 Velas até 17h48 Minchá e Cabalat Shabat 18h 10	17 TISHREI 1º dia de Chol Hamoêd Sucá Shacharit 9h30 Minchá 17h35 Término 18h43 **Simchat Bet Hashoevá** 11
18 TISHREI **2º dia de Chol Hamoêd** **Sucot no Sítio** Lulav/Sucá Shacharit 8h05 Minchá 18h 12	19 TISHREI **3º dia de Chol Hamoêd** Lulav/Sucá Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h 13	20 TISHREI **4º dia de Chol Hamoêd** Chá da Tarde 14h30 Lulav/Sucá Shacharit 6h30/7h45 Minchá 18h Noite de Estudos 14	21 TISHREI **Hoshaná Rabá** Lulav/Sucá Shacharit 6h/7h45 Eruv Tavshilin Velas 17h50 Minchá 18h Dança com a Torá 15	22 TISHREI **Shemini Atsêret** Sucá Shacharit 9h30 / Yizcor Minchá 18h Velas após 18h46 Dança com a Torá 16	23 TISHREI **Simchat Torá** Shacharit 9h30 Dança com a Torá Velas até 17h51 Minchá e Cabalat Shabat 18h 17	24 TISHREI **Tehilim** Parashá Bereshit Abençoamos o mês de Cheshvan Shacharit 9h30 Minchá 17h35 Término 18h47 18
25 TISHREI Início do horário de verão às 0h Shacharit 8h05 Minchá 19h 19	26 TISHREI Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 20	27 TISHREI Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 21	28 TISHREI Chá da Tarde 14h30 Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 22	29 TISHREI Véspera de **Rosh Chôdesh** Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 23	30 TISHREI **Rosh Chôdesh** Shacharit 6h30/7h45 Velas até 18h55 Minchá e Cabalat Shabat 19h 24	1 CHESHVAN **Rosh Chôdesh** Parashá Nôach Shacharit 9h30 Minchá 18h40 Término 19h51 25
2 CHESHVAN Shacharit 8h05 Minchá 19h 26	3 CHESHVAN Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 27	4 CHESHVAN Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 28	5 CHESHVAN Chá da Tarde 14h30 Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 29	6 CHESHVAN Shacharit 6h30/7h45 Minchá 19h 30	7 CHESHVAN Shacharit 6h30/7h45 Velas até 18h59 Minchá e Cabalat Shabat 19h 31	8 CHESHVAN Parashá Lech Lechá Shacharit 9h30 Minchá 18h45 Término 19h55 1