

Guía práctica para el *Shabat*

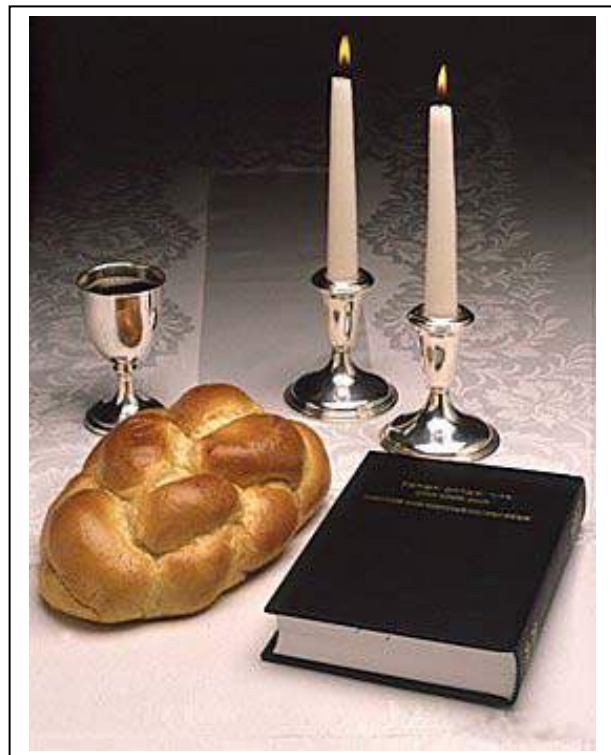
Filosofías e ideas, la singularidad del *Shabat*, la sensación de parar el reloj, la santidad del tiempo, todo eso debe traducirse en acción. Los extractos de la *Mishná* hablan de acción, pero especialmente en los aspectos legales. La breve selección del código, (*Shulján Aruj*) es más concreta, pues explica cómo las acciones pueden realzar e incluso “crear” el *Shabat*.

Si bien existen diversos enfoques filosóficos del *Shabat*, en la realidad la tradición nos dice que no siempre es necesario tener creencias apropiadas antes de cumplir con los mandamientos. La acción misma –junto a la sensación de estar conectado con otros judíos a través del mundo (imagine todas las otras velas que son encendidas en el mundo en círculos concéntricos u ondas extendidas de luz, a medida que las distintas regiones van entrando en el ocaso; preste oído al *kidush* cantando a intervalos coincidentes de tiempo como una ronda internacional), y tal vez, junto a la sensación de encadenamiento con las diversas generaciones (el acto de comer un trozo de “*jalá*” sabática, como proyección del mismo acto a través de miles de generaciones en el pasado y también en el futuro) llevaría eventualmente a la apropiada identificación de valores.

Una comida sabática tradicional.

Disponer una comida especial el viernes por la noche, que incluya las siguientes actividades rituales:

- a. Encendido de velas.
- b. Cantar *Shalom Alejem*.
- c. Bendecir a los niños, (colocando la mano en la cabeza de cada uno de ellos, mientras se recita la bendición).
- d. Cantar el *Kidush*.
- e. Ablución de manos, lo que se hace vertiendo por lo menos un vaso de agua sobre las manos.



Es una antigua costumbre utilizar al efecto un recipiente especial para el agua y una toalla bordada para secarse. La bendición se recita durante el secado de manos y es costumbre no hablar hasta que no se hizo la bendición sobre el pan y se comió un trozo de pan.

f. Pan: es costumbre tener dos *jalot* no rebanadas. Se coloca una sobre otra y se recita o canta la bendición.

Encendido de velas

Esto se hace por lo menos 20 minutos antes de la puesta del sol del viernes por la noche. Dos velas es el número mínimo tradicional. Pero se pueden encender más. Las velas deben ser lo suficientemente grandes como para que ardan por lo menos hasta la terminación de la comida. No deben ser apagadas ni a propósito ni por accidente; sino que deben extinguirse de sí. Muchos sostienen que no deben moverlas.

Se pronuncia la oración después de encendidas las velas, cubriéndose los ojos. Una vez pronunciada la bendición hemos entrado ya en el *Shabat*. Una vez pronunciada la bendición se descubren los ojos, que entonces "ven" las velas.



*Baruj Atá Adonai Eloheinu, melej Haolam,
asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu le-
adlik ner shel Shabat.*

(Bendito Seas Tú, el Señor nuestro Dios,
Rey del Universo, quien nos santificó con
sus mandamientos y nos ordenó encender
la vela de *Shabat*)

Si bien es ésta una *mitzvá* que generalmente está a cargo de las mujeres, también los hombres están obligados a encender las velas. La bendición puede ser dicha en voz alta o en susurro, si bien la costumbre es hacerla mentalmente y en silencio, agregando después una oración o meditación personal. Algunas familias se besan y dicen "*Shabat Shalom*" después de la bendición.

La paz con vosotros

Con vosotros la paz
Ángeles servidores
Ángeles de las alturas
Quién es el rey, Rey de reyes
El Santo, Bendito Sea.

Venid en paz
Ángeles de la paz
Ángeles de las alturas
Quién es el rey, Rey de reyes
El Santo, Bendito Sea.

Benedicidme en paz
Ángeles de la paz
Ángeles de las alturas
Quién es el rey, Rey de reyes
El Santo, Bendito Sea.

Idos en paz
Ángeles de la paz
Ángeles de las alturas
Quién es el rey, Rey de reyes
El Santo, Bendito Sea.

Shalom Aleijem

Shalom Aleijem
Malajei Hasharet
Malajei Elión
Mi melej Maljei Hamelajim
HaKadoch Baruj Hu

Boajem le-shalom
Malajei Ha-shalom
Malajei Elión
Mi melej Maljei Hamelajim
HaKadoch Baruj Hu

Barjuni leshalom
Malajei Hashalom
Malajei Elión
Mi melej Maljei Hamelajim
HaKadoch Baruj Hu

Tzetjem leshalom
Malajei Hashalom
Malajei Elión
Mi melej Maljei Hamelajim
HaKadoch Baruj Hu

Encendido de velas

Para los varones

Que Dios os haga como
Efraín y Manasés (los dos
Hijos de José).

Yesimjá (si son más de uno
yesimjem) *Elohim queEfraim*
uqueMenashe.

Para las niñas

Que Dios os haga como
Sara, Rebeca,
Raquel y Lea.

Yesimej (si son más de una
yesimjem) *Elohim que-Sara,*
Rivka, Rajel Ve-Lea.

Kidush

Se llena la copa hasta el borde. Algunos comparten el cáliz de vino con los otros miembros de la familia. Otros tienen copas separadas para cada persona.

Introducción para la bendición:

Va-yehí erev ve-yehí boker, yom ha-shishí. Va-yujulu ha-shamaim ve-ha-aretz ve-jol tzevaam. Va-ijal Elohim ba-yom ha-shvií, melajtó asher asá, vyishbot ba-yom Sabih mi-col melajtó sher asá. Va-ibarej Elohim et yom ha-shvii va-ikadesh otó. Qui bo shabat mi-kol melajtó asher bará Elohim laasot.

(De nuevo hubo tarde y mañana, día sexto. Así fueron acabados el cielo y la tierra y toda su ornamentación. Dios dió terminada su obra el séptimo día y en ese día cesó de toda obra que había hecho. Dios bendijo ese día y lo santificó porque en él había cesado toda obra de su actividad creadora).

(Génesis; 1: 31; 2: 2,3)

La introducción es seguida de dos bendiciones: la primera es una sencilla bendición del vino; la segunda es una bendición para el día mismo:

Baruj atá Adonai elohenu melej ha-olam boré pri ha-guefen. (Amén)

Baruj Atá Adonai, Melej ha-olam asher kidshanu be-mitvotav, ve-ratzá banu be-shabat kodshó be-ahavé u ve-ratzón hinjilanu zikarón le-maasé bereshit. Qui hu yom tejlá lemikraei kodesh zejer leyetzat Mitzraim. Qui banu bajarta ve-otanu kidashta Mikol ha-amim, ve-shabat kosdhejá beahavá u-ve-ratzón hinjaltanu. Baruj Atá Adonai mekadesh ha-shabat. (Amén)

(Bendito seas Tú, Señor, nuestro Dios, Rey del universo, que nos santificaste con mandamientos, nos diste tu favor y nos legaste el santo *Shabat* con amor y voluntad, en recuerdo de la Creación en el día del comienzo, en recuerdo del Éxodo de Egipto. Porque Tú nos elegiste con amor y voluntad. Bendito, Tú, el santificador de *Shabat*).

Lavado de manos

Se pronuncia la bendición durante el secado de las manos:

Baruj Atá Adonai Elohenu Melej Ha-olam asher kidshanu be-mitzvotav ve-tzivanu le-netilat yadaim.

(Bendito seas Tú, el Señor, nuestro Dios, Rey del Universo, que nos santificó con sus mandamientos y nos ordenó el lavado de manos)

La bendición del pan

Baruj Atá Adonai Elohenu Melej Ha-olam ha-motzi lejem min ha-aretz.

(Bendito seas Tú, el Señor, nuestro Dios, Rey del Universo, que extrae el pan de la tierra)

Selecciones extraídas del libro "El *Shabat*, Tiempo y Experiencia"

Universidad de Tel Aviv