Guía para

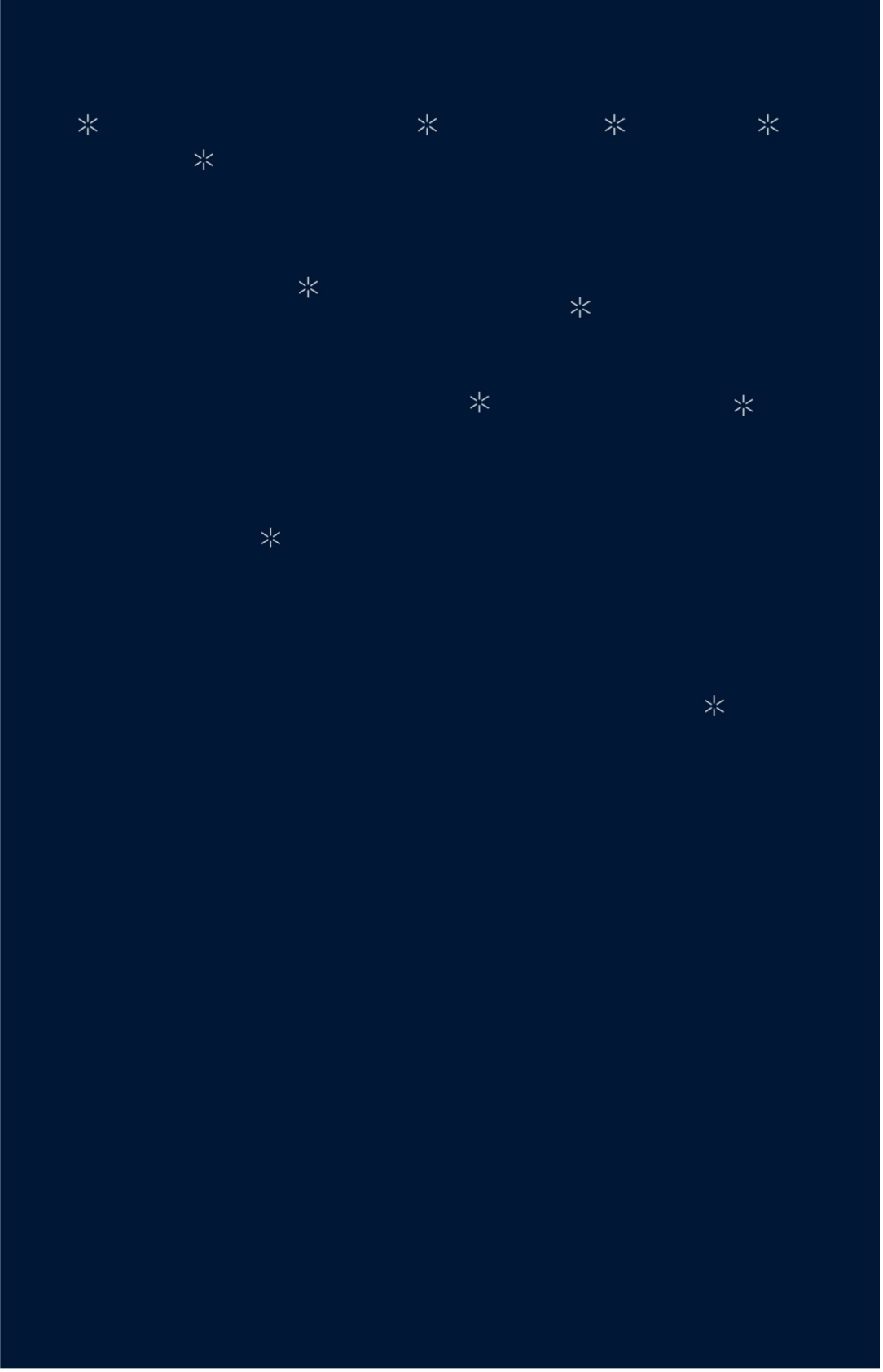
Celebrar Shabat en casa

Sobre un pie: Un libro de texto de introducción al judaísmo

“Seis días a la semana buscamos dominar el mundo.

El séptimo día intentamos dominarnos a nosotros mismos.”

Rabino Abraham Joshua Heschel El Shabat



Viernes por la noche

Iluminar

Invitar

Bendecir

Brindar

Lavado de manos

Compartir

Cantar

Agradecer

Día Shabat

Havdalá

Iluminar

Velas de Shabat

La luz de las velas es muy diferente a las duras luces de nuestros hogares y oficinas. Comenzamos Shabat bañados por su dulce y suave resplandor.

¿CUÁNDO?

Las velas se encienden al menos 18 minutos antes del anochecer del viernes por la noche.

1. Enciende al menos dos velas (algunos agregan una vela adicional por cada niño).
2. Atrae la luz moviendo las manos hacia los ojos tres veces.
3. Recita la bendición, cubriéndote los ojos con las manos.
4. Descubre tus ojos y tómate un momento para apreciar la dulce luz del Shabat.

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ
הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו
וְצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שַׁבָּת

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha'olam, asher kidshanu bemitzvotav vetzivanu
lehadlik ner shel shabat.

Bendito eres Tú, Adonai Dios nuestro, Rey del universo,
Cuyas mitzvot añaden santidad a nuestras vidas y
Quien nos ha dado la mitzvá de encender las luces del Shabat.

scan QR code for audio

Invitar

Shalom Aleijem

Los viernes por la noche invitamos a los ángeles a que se unan brevemente a nuestra mesa de Shabat para ofrecernos sus bendiciones y luego continuar con sus rondas de Shabat.

¿CUÁNDO?

Cantamos Shalom Aleijem al comienzo de la comida de Shabat.



שָׁלוֹם עֲלֵיכֶם מַלְאֲכֵי הַשָּׁרֵת מַלְאֲכֵי עֶלְיוֹן
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא

בּוֹאֲכֶם לְשָׁלוֹם מַלְאֲכֵי הַשָּׁלוֹם מַלְאֲכֵי
עֶלְיוֹן מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ
הוּא

בָּרְכוּנִי לְשָׁלוֹם מַלְאֲכֵי הַשָּׁלוֹם מַלְאֲכֵי
עֶלְיוֹן מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ
הוּא

צֵאתְכֶם לְשָׁלוֹם מַלְאֲכֵי הַשָּׁלוֹם מַלְאֲכֵי
עֶלְיוֹן מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ
הוּא

Shalom aleijem malajei hasharet malajei elyon mimelej maljei hamlajim hakadosh baruj hu.

Boajem leshalom malajei hashalom malajei elyon mimelej maljei hamlajim hakadosh baruj hu.

Barjuni leshalom malajei hashalom malajei elyon mimelej maljei hamlajim hakadosh baruj hu.

Tzetjem leshalom malajei hashalom malajei elyon mimelej maljei hamlajim hakadosh baruj hu.

Sea la paz con vosotros, ángeles servidores, mensajeros del altísimo, Rey de los reyes, el Santo Bendito Él.
Sea vuestra venida acompañada por la paz, mensajeros de la paz...
Bendícenos con paz, ángeles de paz...
Despídanse de nosotros en paz, ángeles de Paz...

Bendecir

Esposa e Hijos

Bendición para la Esposa

Dediquen un momento a compartir palabras de amor y aprecio. Estas bendiciones no tienen por qué limitarse sólo a las personas casadas; pueden ser ofrecidas por y para cualquier pareja.

For a woman:

אֶשֶׁת חַיִל מִי יִמְצָא וְרָחֹק מִפְּנִינִים מְכָרָהּ. בָּטַח בָּהּ לֵב
בַּעְלָהּ וְשָׁלָל לֹא יֶחְסָר

פִּיהָ פָּתְחָה בְחָכְמָה וְתוֹרַת חֶסֶד עַל לְשׁוֹנָהּ. קָמוּ בָנֶיהָ
וַיְאַשְּׁרוּהָ בַּעְלָהּ וַיְהַלְלָהּ. רַבּוֹת בָּנוֹת עָשׂוּ חַיִל וְאַתְּ
עָלִית עַל כֻּלָּנָה

Eshet Jáyil mi yimtzá, verajok mipninim mijráh. Bataj bah lev ba'aláh, veshalal lo yejsar.
Piáh patjá vejojmáh, vetorat jesed al leshonáh. Kamu vaneah veye'ashruhah, ba'aláh vayehaleláh. Rabot banot asú jáyil, veat alit al kulanáh.

¿Quién hallará a una mujer valiente? Su valor supera con creces a los rubíes. Su esposo confía en ella, y nada le falta. Sus labios están llenos de sabiduría, su boca de bondad. Sus hijos se levantan y la bendicen, su esposo la alaba: "Muchas mujeres han obrado bien, ¡pero tú las superas a todas!" (Proverbios 31)

Para un hombre:

מִי הָאִישׁ הֶחָפֵץ חַיִּים אֹהֵב יָמִים לִרְאוֹת טוֹב
נְצֹר לְשׁוֹנְךָ מֵרָע וְשָׂפָתֶיךָ מִדַּבֵּר מִרְמָה
סוּר מֵרָע וַעֲשֵׂה טוֹב בַּקֵּשׁ שָׁלוֹם וְרָדְפֵהוּ

Mi ha-ísh, he-jafétz jayím, ohev yamim lir'ot tov? Netzor leshonjá merá, u'sfateja mi-daber mirmá. Sur merá va'aséh tov, bakesh shalom v'rod'féihu

¿Quién es el hombre que anhela la vida, que espera largos días de buena fortuna? Guarda su lengua de hablar engaño, se aparta del mal y hace el bien, desea la paz y la busca. (Salmo 34)

Bendición para los Niños

Sin importar qué rabieta o rebeldía adolescente haya marcado la semana pasada, nos tomamos un momento para poner nuestras manos sobre la cabeza de nuestros hijos y ofrecerles palabras de puro amor.

¿QUÉ?

La bendición para los niños se deriva de la bendición de Jacob a sus nietos, Efraín y Menashé, quienes son los primeros hermanos de la Biblia que se aman en lugar de pelearse. La bendición para las niñas invoca la memoria de nuestras cuatro matriarcas: Sara, Rebeca, Raquel y Lea. La segunda parte de la bendición, la Bendición Sacerdotal, es la misma para niños y niñas y proviene del Libro de los Números.

1. Coloca tus manos sobre la cabeza de la persona a quien bendices.
2. Ofrece tu bendición en voz alta o en silencio. Además de las palabras tradicionales, también puedes decirle a tu hijo algo que te hizo sentir orgulloso de él la semana pasada.
3. Séllalo con un beso.

Para las hijas:

יְשִׂימֵךְ אֱלֹהִים כְּשָׂרָה רִבְקָה רָחֵל וְלֵאָה

Yesiméj Elohim keSarah Rivka Rajel veLeah.

Que Dios las bendiga como a Sara, Rebeca, Raquel y Lea.

Para los hijos:

יְשִׂימְךָ אֱלֹהִים כְּאֶפְרַיִם וְכִמְנַשֶּׁה

Yesimjá Elohim k'Efrayim veji'Menasheh.

Que Dios los bendiga como a Efraín y Menasheh.

Para todos los niños, continúe con:

יְבָרֶכְךָ יי וְיִשְׁמְרֶךָ

יָאֵר יי פָּנָיו אֵלֶיךָ וִיחֻנֶּךָ

יִשָּׂא יי פָּנָיו אֵלֶיךָ וְיָשֵׂם לְךָ שָׁלוֹם

Yevarejejá Adonai veyishmereja Ya-ér Adonai panav eleja vijuneka
Yisá Adonai panav eleja, veyasém lejá shalom.

Que Adonai te bendiga y te cuide.
Que la luz de Adonai brille sobre ti y tenga gracia hacia ti. Que Adonai se torne hacia ti y te conceda paz y plenitud.



Brindis

Kidush para el Viernes por la Noche

Brindamos por el día de Shabat, declarándolo una celebración en memoria del descanso de Dios de la obra de la Creación y nuestro Éxodo de Egipto.

¿QUÉ?

El Kidush consta de tres partes: un párrafo inicial extraído del Libro del Génesis, que recuerda el descanso de Dios en el séptimo día, una bendición sobre el vino (*boré pri ha-gafen*) y una bendición por el día de Shabat (*mekadesh hashabat*).

1. Llene una copa con vino o jugo de uva. Usen una copa especial de Kidush o la copa más bonita que encuentren.
2. Sostengan la copa en la palma de la mano. Todos de pie.
3. Canten la bendición en tres partes.
4. Beban el vino y luego pasen la copa alrededor de la mesa para que todos la compartan.

El líder dice:

וַיְהִי־עֶרֶב וַיְהִי־בֹקֶר יוֹם הַשִּׁשִּׁי׃ וַיְכֻלּוּ הַשָּׁמַיִם
וְהָאָרֶץ וְכָל־צְבָאָם׃ וַיְכַל אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי
מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה וַיִּשְׁבֹּת בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מִכָּל
מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה׃ וַיְבָרֶךְ אֱלֹהִים אֶת יוֹם
הַשְּׁבִיעִי וַיְקַדֵּשׁ אֹתוֹ כִּי בוֹ שָׁבַת מִכָּל מְלַאכְתּוֹ
אֲשֶׁר בָּרָא אֱלֹהִים לַעֲשׂוֹת

Vayehi erev vayehi voker, yom hashishi. Vayjulu hashamayim veha-aretz vejol tzeva-ám.
Vayejal Elohim bayóm hashvi'í melajtó ashér asá, vayishbot bayom hashvi'í mikol melajtó asher asá. Vayevarej Elohim et yom hashvi'í vayekadesh otó, ki vo shavat mikol melajtó asher bará Elohim la'asot.

Y fue la tarde y la mañana: el sexto día. Los cielos y la tierra y todo lo que contienen fueron completados. En el séptimo día, Dios completó la obra. Dios cesó en el séptimo día de todo lo que había hecho. Entonces Dios bendijo el séptimo día y lo llamó santo porque en él Dios cesó de la obra de la creación.
(Génesis 1:31-2:3)

El líder grita:

סְבִיר־חֲבִיר

Saverí haverái!

Con su permiso...

A lo que todos responden:

לְחַיִם
¡Lejayim!

El líder comienza y todos se unen:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם בּוֹרֵא פְּרִי הַגָּפֶן.

Baruj ata Adonai Eloheinu melej ha' olám boré perí hagafen.
Bendito eres Tú, Adonai nuestro Dios, Soberano del universo, quien crea el fruto de la vid.

El líder continúa:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְרָצָה בָּנוּ וְשַׁבַּת קָדְשׁוֹ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחִילָנוּ זִכָּרוֹן לְמַעֲשֵׂה בְרֵאשִׁית כִּי הוּא יוֹם תְּחִלָּה לְמִקְרָאֵי קֹדֶשׁ זֵכֶר לִיצִיאַת מִצְרָיִם כִּי בָנוּ בָחַרְתָּ וְאוֹתָנוּ קִדַּשְׁתָּ מִכָּל הָעַמִּים וְשַׁבַּת קָדְשְׁךָ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחַלְתָּנוּ. בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ, מְקַדֵּשׁ הַשַּׁבָּת

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha'olám, asher kidshanu bemitzvotav veratzah vanu, veshabat kodshó beahaváh uvratzon hinjilanu, zikarón lema'asé vereshit. Ki hu yom tejilah lemikra'ei kodesh, zejer litzi'at mitzrayim. Ki vanu vajarta veotanu kidashta mikol haamim, veshabat kodshejá beahaváh uvratzon hinjaltanu. Baruj atá Adonai mekadesh hashabat.

Bendito eres Tú, Adonai, nuestro Dios, Rey del universo, cuyas mitzvot santifican nuestras vidas y que nos ofreciste el regalo de tu sagrado Shabat, concedido con amor y alegría, un recordatorio de la Creación. Es la primera de nuestras ocasiones sagradas, un recuerdo del Éxodo de Egipto. Nos has elegido y santificado de entre todos los pueblos al concedernos tu sagrado Shabat con amor y alegría. Bendito eres Tú, Adonai, que santificas el Shabat.

Todos responden:

אָמֵן

Amen

לְחַיִּים

Lavar

Lavado de manos

¿QUÉ?

Nos lavamos las manos de la misma manera que los antiguos sacerdotes se purificaban antes de participar en el servicio del Templo. Como ya no tenemos Templo, hoy nuestras mesas son nuestros altares.

1. Lávense las manos con agua, vertiendo tres veces en cada mano, y reciten la bendición.
2. Guarden silencio hasta que todos hayan terminado de lavarse y estén listos para partir el pan. Sin embargo, en lugar de hablar, se anima a cantar.

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ
הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו
וְצִוָּנוּ עַל נְטִילַת יָדָיִם

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha'olam, asher kidshanu b'mitzvotav v'tzivanu al netilat yadayim.

Bendito seas Tú, Adonai, nuestro Dios, Rey
del Universo,
Cuyas mitzvot santifican nuestras vidas y nos
has dado la mitzvá de lavarnos las manos.

Compartir

HaMotzi

No hay acto más humano que partir el pan juntos. En Shabat usamos dos hogazas enteras de pan trenzado para simbolizar la abundancia y la bendición.

Al poner la mesa, coloca dos hogazas de jalá en un plato, cúbrelas con un mantel y coloca cerca un salero o un recipiente con miel.

1. Descubre la jalá.
2. Toca la jalá o toca a alguien que la esté tocando.
3. Bendigan juntos.
4. Rasga o corta la jalá en pedazos. Sumérgela en sal (usa miel si hay alguien presente que se ha casado hace menos de un año).
5. Pasa o tira (¡sí, tira!) la jalá a cada persona en la mesa.

בָּרוּךְ־אָתָה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם
הַמּוֹצִיא לֶחֶם מִן־הָאָרֶץ

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha'olam,
hamotzi lejem min ha-aretz.

Bendito seas Tú, Adonai, nuestro Dios, Rey del universo,
que haces brotar el pan de la tierra.

Canta

“Todos los libros que podría escribir y todas las palabras que podría usar no son más que pálidos reflejos, si no pálidos sustitutos, de esas canciones de Shabat que nunca olvidaré y que, de alguna manera, aún vibran en mí.”

Elie Wiesel
Un Niggun para Shabat

Mah Yafeh HaYom

מַה־יָּפֶה הַיּוֹם
שַׁבָּת שָׁלוֹם.

Ma yafeh ha-yom, shabat shalom. (2x)

Shabat, shabat shalom. (3x)

Shabat shalom

¡Qué hermoso es este día, un día de paz de Shabat!

Hinei Ma Tov

הִנֵּה מַה־טּוֹב
וּמַה־נָּעִים שֶׁבֶת אַחִים
גַּם יָחַד.

Hinei ma tov uma
na-im Shevet achim
gam yachad.

Qué bueno y qué
agradable es que los
hermanos vivan
juntos en armonía.
(Salmos 133:1)

Am Israel Jai

עַם יִשְׂרָאֵל חַי.

עוֹד אָבִינוּ חַי.

Am Israel jai
Od avinu jai

El pueblo judío vive.
Nuestros antepasados
siguen vivos en nosotros.

Hava Nashira

הָבָה נָשִׁירָה,
שִׁיר הַלֻּלוּיָהּ.

Hava
nashira Shir
aleluya

Vengan, cantemos un canto de alabanza.
¡Aleluya!

Lo Yisa Goy

לֹא־יִשָּׂא גּוֹי אֶל גּוֹי חָרֶב
וְלֹא־יִלְמְדוּ עוֹד
מִלְחָמָה.

Lo yisa goy el goy
jerev veLo yil'medú od
miljamá.

Nación no alzará espada contra nación,
ni aprenderán más la guerra.
(Isaías 2:4)

Od Yavo Shalom

עוֹד־יָבוֹא שָׁלוֹם־עֲלֵינוּ

עוֹד־יָבוֹא שָׁלוֹם־עֲלֵינוּ וְעַל
כּוּלָם. סַאלַאם־עֲלֵינוּ וְעַל כָּל
הָעוֹלָם סַאלַאם! סַאלַאם!

¡Saludos!

Od yavo shalom aleinu (x2)

Od yavo shalom aleinu v'al kulam.

¡Salam, aleinu v'al kol ha'olam!

¡Salam! ¡Salam! (2x)

La paz seguirá llegando a nosotros, a
nosotros y a todos. ¡Salam! Paz para
nosotros y para el mundo entero.
Salaam. Salaam.

Agradecer

Birkat HaMazón

Birkat HaMazón es una larga serie de oraciones que se ofrecen después de una comida en agradecimiento por la comida, la camaradería y los muchos regalos que enriquecen nuestra vida diaria.

1. Seleccione un líder, quien elegirá la melodía para Shir ha-Maalot y dirigirá el zimun, la invitación comunitaria para dar gracias.
2. Canta todo el hebreo que puedas o simplemente aprovecha esta oportunidad para agradecer en silencio la comida y la compañía.

NOTA: Birkat HaMazón es muy largo, por lo que aquí presentamos solo algunas de sus partes esenciales: Shir HaMa'alot, el Salmo inicial; el Zimún, la invitación a dar gracias; la primera bendición y el canto de cierre, como una forma de comenzar a aprender esta compleja y hermosa parte de la liturgia judía.

Cantamos juntos:

שִׁיר֮ הַמַּעֲל֒וֹת, בְּשׁוּב֣ יְיָ֗ אֶת־שִׁיבַ֥ת צִיּ֑וֹן הָ֝יִ֗ינוּ
כְּחֹלְמִֽים. אָ֤ז יִמָּלֵ֣א שְׂח֣וֹק פִּ֑ינוּ וּלְשׁוֹנֵ֥נוּ רִנָּ֗ה אָ֤ז
יֹ֘אמְר֤וּ בַגּוֹיִם֮ הִגְדִּ֪יל יְיָ֫ לַעֲשׂ֥וֹת עִ֑ם אֶ֝לֶּ֗ה. הִגְדִּ֣יל יְיָ֣
לַעֲשׂ֣וֹת עִמָּ֑נוּ הָ֝יִ֗ינוּ שְׂמֵחִֽים. שׁוּבָ֣ה יְיָ֣ אֶת־שְׁבִיתֵ֣נוּ
כַּאֲפִיקִ֣ים בַּנֶּֽגֶב. הַזֹּרְעִ֣ים בְּדִמְעָ֣ה בְּרִנָּ֣ה יִקְצֹֽרוּ.
הָלוֹךְ֮ יֵ֤לֵךְ וּבָכֹ֨ה ׀ נֹשֵׂ֣א מֶֽשֶׁךְ־הַזָּ֭רַע בֹּ֣א יָב֣וֹא בְרִנָּ֑ה
נֹשֵׂ֖א אֲלֻמֹּתָֽיו׃

Shir hama-alot b'shuv Adonai et shivat tzion hayinu k'jol'mim. Az yimalei sjok pinu ul'shoneinu rinah az yomru vagoyim higdil Adonai la-asot im eileh. Higdil Adonai la-asot imanu hayinu semeijim. Shuvah Adonai et sheviteinu ka-afikim banegev. Hazor'im b'dimah b'rinah yiktzoru. Haloj yeileij uvajoh nose meshej hazarah bo yavo v'rinah nose alumotav.

Un cántico para ascender: Cuando Dios restaure a los exiliados de Sión, seremos como soñadores. Entonces nuestras bocas se llenarán de risa y nuestras lenguas de cánticos de alegría. Entonces se dirá entre las naciones: ¡Grandes cosas ha hecho Dios por ellos! Grandes cosas hará Dios por nosotros, y conoceremos la alegría. Restáuranos, Adonai, como corrientes de agua en el desierto. Los que siembran con lágrimas, cosecharán con cánticos de alegría. Aunque él vaya llorando, cargando su saco de semilla, regresará con alegría, cargando su cosecha.
(Salmo 126)

El líder comienza:

חֲבֵ֣יר נְבֵ֣רְךָ

Javerai Nevarej

Participantes:

יְהִי֣ שֵׁם֮ יְיָ֒ מְבֹ֣רָךְ֮ מֵעַתָּ֣ה וְעַד֒ עוֹלָֽם

Yehi shem Adonai mevoraj me-atá vead olam

Líder:

יְהִי֣ שֵׁם֮ יְיָ֒ מְבֹ֣רָךְ֮ מֵעַתָּ֣ה וְעַד֒ עוֹלָֽם

בִּרְשׁ֥וּת חֲבֵ֑רַי נְבָ֣רֵךְ (אֱלֹהֵ֗ינוּ) שֶׁאָכַ֥לְנוּ מִשֶּׁלּֽוֹ

Yehí shem Adonai mevoraj me-atá vead olam. Birshut javerai nevarej (eloheinu) she-akhalnu mishelo*

Participantes:

בָּר֣וּךְ (אֱלֹהֵ֗ינוּ) שֶׁאָכַ֥לְנוּ מִשֶּׁלּ֖וֹ וּבְטוּבֹ֣ו חָיִֽינוּ

Baruj (eloheinu) she-ajalnu misheló u-v'tuvó jayínu*

Líder:

בָּר֣וּךְ (אֱלֹהֵ֗ינוּ) שֶׁאָכַ֥לְנוּ מִשֶּׁלּ֖וֹ וּבְטוּבֹ֣ו חָיִֽינוּ

Baruj (eloheinu) she-ajalnu misheló u-v'tuvó jayínu*

Juntos:

בָּר֣וּךְ הוּא֮ וּבָר֣וּךְ שְׁמֹֽו

Baruj hu u-varuj shemó

**Si come con un grupo de diez o más personas mayores de la edad de bar/bat mitzvá, agregamos la palabra* אֱלֹהֵינוּ *Eloheinu*

Cantamos juntos:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם הַזָּן אֶת הָעוֹלָם כֻּלּוֹ בְּטוּבוֹ
בְּחֵן בְּחֶסֶד וּבְרַחֲמִים הוּא נוֹתֵן לֶחֶם לְכָל בָּשָׂר כִּי לְעוֹלָם חַסְדּוֹ.
וּבְטוּבוֹ הַגָּדוֹל תָּמִיד לֹא חָסַר לָנוּ וְאַל יֶחְסַר לָנוּ מָזוֹן לְעוֹלָם וָעֶד.
בַּעֲבוּר
שְׁמוֹ הַגָּדוֹל כִּי הוּא אֵל זָן וּמְפַרְנֵס לַכֹּל וּמֵטִיב לַכֹּל וּמֵכִין מָזוֹן
לְכָל בְּרִיּוֹתָיו אֲשֶׁר בָּרָא. בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ הַזָּן אֶת הַכֹּל

Baruj atáh Adonai, Eloheinu melej ha-olam, hazan et ha-olam kuló betuvó bejen bejesed uv'rajamim hu notén lejem lejol basar ki leolam jasdó. Uv'tuvó hagadol tamid lo jasar lanu, veal yejsar lanu mazon l'olam va-ed. Ba-avur sh'mo hagadol, ki hu eil zan um'farneis lakol umeitiv lakol, umeijin mazón lejol b'riotav asher bará. Baruj atáh Adonai, hazan et hakol.

Bendito seas Tú, Adonai nuestro Dios, Gobernante del universo, que sustentas al mundo entero con bondad y compasión, proveyendo alimento a todo ser viviente, porque el amor de Dios perdura para siempre. Dios, abundante en bondad, nunca nos ha fallado; Que nuestro sustento esté asegurado para siempre. Dios sustenta toda vida y es bueno con todos, proveyendo de alimento a todo ser viviente. Bendito seas Tú, Adonai, sustentador de todo.

***

עֹשֶׂה שָׁלוֹם בִּמְרוֹמָיו הוּא יַעֲשֶׂה שָׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל
וְאִמְרוּ אָמֵן

Oseh shalom bimromav, hu ya'aseh shalom, aleinu v'al kol yisra'el, veimru amén.

Que Aquel que hace la paz en los cielos, haga la paz para nosotros, para todo Israel y para todo el mundo.

Almuerzo de Shabat

La celebración comunitaria de Shabat continúa durante todo el día sábado. Después de ir a la sinagoga por la mañana, muchas personas comparten un almuerzo especial de Shabat con amigos y familiares.

¿QUÉ NECESITO?

- Un vaso lleno de vino/jugo de uva
- Dos panes jalá cubiertos con cubre jalá

1. Llene una copa de vino y cante V'Shamru.
2. Recitar el Kidush y tomar un sorbo de vino.
3. Lavarse las manos.
4. Bendigan y partan el pan juntos.

Cantamos juntos:

וְשָׁמְרוּ בְנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת הַשַּׁבָּת, לַעֲשׂוֹת אֶת הַשַּׁבָּת
לְדֹרֹתָם בְּרִית עוֹלָם. בֵּינִי וּבֵין בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אוֹת הִיא
לְעוֹלָם, כִּי שֵׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה יְיָ אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ,
וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי
שָׁבַת וַיִּנָּפַשׁ

V'sham'ru v'nei israel et
ha-Shabat, la'asot et ha-Shabat
l'dorotam b'rit olam. Beini u'vein
b'nei Yisrael ot hi l'olam,
ki sheishet yamim asah
Adonai et hashamayim v'et
ha'aretz, u'vayom hashvi'i shavat
vayinafash.

El Pueblo de Israel observará el Shabat para mantenerlo como pacto eterno por todas las generaciones. Es una señal entre Mí y el Pueblo de Israel para siempre: que en seis días Dios hizo los cielos y la tierra, y en el séptimo día cesó de trabajar y descansó.
(Éxodo 31)

El líder levanta la copa y recita:

עַל־כֵּן בֵּרַךְ יְיָ אֶת יוֹם הַשַּׁבָּת וַיְקַדְּשֵׁהוּ

Al ken beráj Adonai et yom ha-Shabat va-y'kadeshehu.

Por lo tanto, Dios bendijo el Shabat y lo santificó.

El líder exclama:

סַבְּרִי חֲבָרַי

Savrí javerai

Con vuestro permiso...

A lo que todos responden:

לְחַיִּים

¡Lejayim!

El líder comienza y todos cantan:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, בּוֹרֵא פְּרִי הַגָּפֶן

Baruj ata Adonai Eloheinu melej ha' olam borei peri hagafen.

Bendito seas Tú, Adonai nuestro Dios, Rey del universo, que creas el fruto de la vid.

Lávate las manos y reza HaMotzi como se encuentra en las páginas 16-19 antes de comenzar la comida. Birkat HaMazón, la bendición después de comer, se encuentra en las páginas 20-23.

Havdalá

La Havdalá es un servicio breve y hermoso en el que se distinguen los momentos sagrados del Shabat de los momentos cotidianos del resto de la semana. Se compone de varias bendiciones breves e incorpora los sentidos del gusto, el olfato, la vista y el tacto.

¿CUÁNDO?

La Havdalá puede celebrarse cuando aparecen tres estrellas en el cielo el sábado por la noche o una hora después del atardecer.

¿QUÉ NECESITO?

- Una copa llena de vino/jugo de uva
- Un recipiente con especias (clavo, canela, agua de rosas, etc.)
- Una vela trenzada de varias mechas (se puede encontrar en cualquier tienda de Judaica)

1. Prepárese encendiendo la vela y llenando la copa de vino y el recipiente con las especias.

2. Levante la copa de vino y todos reciten:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם בּוֹרֵא פְּרִי הַגָּפֶן

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha' olam boré perí hagafen.

3. Levante la Especias y todos recitan:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם בּוֹרֵא מִינֵי בְשָׂמִים

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha' olam boré minei vesamim.

4. Pasen las especias para que todos las huelan.

5. Levanten la vela y todos reciten:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם בּוֹרֵא מְאוֹרֵי הָאֵש

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha' olam boré meorei ha-esh

6. Extiende las manos y observa las sombras que proyecta la vela.

7. De nuevo, levanta la copa de vino y el líder recita:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם הַמַּבְדִּיל בֵּין קֹדֶש
לְחוֹל בֵּין אוֹר לְחֹשֶךְ בֵּין יִשְׂרָאֵל לָעַמִּים בֵּין יוֹם
הַשְּׁבִיעִי לְשֵׁשֶת יְמֵי הַמַּעֲשֶׂה
בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ, הַמַּבְדִּיל בֵּין קֹדֶש לְחוֹל

Baruj atá Adonai Eloheinu melej ha' olam, hamavdil bein kodesh lejol, bein or lejoshej, bein yisrael la'amim, bein yom hashevi'i lesheshet yemei hama'aséh. Baruj atá Adonai, hamavdil bein kodesh lejol.

8. Beba el vino y luego apague la llama en el vino.

9.Canten Eliyahu ha-Navi, el cántico al profeta Elías, quien esperamos que anuncie el inicio de una era de paz y justicia, cuando la visión perfecta del mundo que intentamos crear en Shabat se haga realidad para todos.

אֵלִיָּהוּ הַנָּבִיא אֵלִיָּהוּ הַתִּשְׁבִּי אֵלִיָּהוּ
הַגִּלְעָדִי בִּמְהֵרָה בְיָמֵינוּ יָבוֹא אֵלֵינוּ
עִם מָשִׁיחַ בֶּן דָּוִיד

Eliyahu hanaví, Eliyahu hatishbí
Eliyahu, Eliyahu, Eliyahu
haguil'adí Bim'hera v'yameinu,
yavo eleinu Im mashiaj ben David
(x2)