

---

## UM POUQUINHO DA HALACHOT DE TISHA BEAV QUE CAI NO SHABAT

---

כָּל רִדְפֵיהֶם הַשִּׁיגוּהָ בֵּין הַמְצָרִים

"*Todos os seus perseguidores à alcançaram entre os estreitos*"

Infelizmente, entramos nesses dias novamente na época mais conturbada do ano para o Povo de Israel.

Caso fossemos dignos, já teríamos o mérito de voltar a nossa estatura original, viver em nossa terra de forma plena, reviver a *Tora* em toda a sua glória, tendo como líderes o *Sanhedrin* e o reinado de *Mashiach*, renovar a profecia e ter como o centro de nossa vida o *Beit Hamikdash*. Tudo isso, caso fossemos dignos.

Muitos de nós têm dificuldade de se identificar com os ideais citados acima, de se conectar com valores como *Beit Hamikdash* ou a profecia; porém aos olhos sábios isso por si só é motivo de nosso choro. Tão longe estamos do nosso estado sadio, tanto como indivíduos e muito mais como uma nação, que já não lembramos como a vida deve realmente ser. Nós que nascemos 2000 anos depois de qualquer sobra de nossa vida real já não entendemos que não para sobreviver entre os povos foi criada a nação de Israel, e sim para liderar a humanidade e o universo ao seu real objetivo. Como prisioneiros que nunca viram o sol, que não entendem a realidade verdadeira da vida, assim somos nós.

Nesses dias de luto, luto pela situação doente de nossa identidade como povo, luto pelo esquecimento do nosso valor, da nossa estatura e função,

cabe a cada um de nós se conectar novamente aos reais valores da nossa vida, cada um no seu nível, estudando e se aprofundando nos assuntos relevantes, como *Beit Hamikdash*, a Terra de Israel, o *Sanhedrin* etc. aumentando a saudades e a vontade de renovar nossas vidas como devem ser de verdade.

Nesses dias, instituíram nossos sábios costumes e leis que tem como objetivo expressar o luto do Povo Judeu. De forma geral dividimos essa época em 3 etapas: as 3 semanas entre 17 de Tamuz e 9 de Av; os 9 primeiros dias do mês de Av [*Ashkenazim*], ou a semana de Tisha Beav [*Sefaradim*], e o dia de Tisha Beav.

Tentaremos abranger um pouco das *Halachot* relevantes a *Tisha Beav* de forma resumida e destacar em especial as *Halachot* de *Tisha Beav* que cai no *Shabat* [ou no domingo, sendo que a véspera do jejum é no *Shabat*], como esse ano. As leis referentes a anos como este aparecem sob o título "**Tisha Beav Shechal Lihyot Beshabat**".

## LEIS REFERENTES A VÉSPERA DE TISHA BEAV

Em anos comuns, quando *Tisha Beav* cai no meio da semana, existem proibições que começam a partir da **véspera** do jejum. Contudo, em que a véspera de Tisha Beav cai em Shabat, ou em anos como este – que o dia 9 de Av é no Shabat, e o jejum é "empurrado" para o dia seguinte – partes dessas *Halachot* mudam, uma vez que não devemos praticar luto em público durante o Shabat.

[Importante notar que em anos como este que o dia 9 de Av é no Shabat, as leis são um pouco mais severas, uma vez que se trata do próprio dia de Tisha Beav].

## ESTUDO DA TORÁ

A Torá é a fonte maior de alegria e vitalidade ao povo judeu. Por isso proibiram o estudo da Torá nesse dia de luto, a não ser assuntos ligados a destruição do Beit Hamikdash, ou temas tristes que não alegram a pessoa. Mesmo o conteúdo permitido, não deve ser estudado de forma profunda, já que o aprofundamento traz felicidade.

No que se refere à véspera de Tisha Beav [a partir de *Chatsot* – a metade do dia], divergem os costumes:

**Ashkenazim** - a priori costumam parar com estudo normal da Torá a partir da metade do dia na véspera de Tisha Beav.

Porém, para quem a mudança em sua rotina de estudos é difícil, e poderá através disso vir *chas veshalom* a não estudar, com certeza tem a quem se apoiar e pode continuar estudando normalmente até o começo do jejum.

É permitido ler *Tehilim*.

Mesmo quem estuda somente assuntos tristes, pode estudá-los em profundidade na véspera de Tisha Beav [a não ser algo ficará na sua mente até depois do começo do jejum e o alegrará].

**Sefaradim** – divergem as opiniões. Na prática quem consegue com facilidade estudar somente as coisas que são permitidas em Tisha Beav, é melhor que estude dessa forma, contanto que tenha certeza que não venha por causa disso a qualquer enfraquecimento no seu estudo.

### TISHA BEAV SHECHAL LIHYOT BESHABAT

Para os *Ashkenazim*, tem quem proíba o estudo na véspera do jejum mesmo quando é Shabat. Porém, uma vez que existem opiniões que são

mais lenientes nesse caso, mais facilmente será permitido continuar estudando normalmente, de forma que quem suspeita de que estudara menos bem se tiver que mudar a sua rotina de estudos, com certeza tem a quem se apoiar e continuar com seus estudos normais.

**Pirkei Avot** - Aqueles que não estudam a partir da metade do dia não devem estudar o Pirkei Avot nesse Shabat.

**Shnaim Mikra Veachat Targum** – quem não conseguiu terminar até a metade do dia pode fazê-lo até *Mincha*.

**Shiurim públicos** – como não devemos praticar o luto em público no Shabat, a princípio não se deve cancelar Shiurim fixos. Porém cada comunidade deve se aconselhar com o seu Rabino.

## PASSEIOS

É proibido passear na véspera de Tisha Beav [não está claro se o dia todo ou somente a partir da metade do dia].

Quem tem necessidade de passear por saúde ou outro motivo deve consultar o Rabino.

### TISHA BEAV SHECHAL LIHYOT BESHABAT

Mesmo quando a véspera do jejum cai no Shabat fica proibido passear a partir da metade do dia, uma vez que essa forma de luto não é notada publicamente.

Em anos como esse que o dia de Tisha Beav é no próprio Shabat, é correto evitar de passear o dia todo.

São permitidas caminhadas por motivos de saúde, ou levar crianças ao parque caso for necessário.

## Shabat

Leis referentes ao luto em Shabat

Uma vez que o dia 9 de Av cai nesse ano em Shabat, o jejum é postergado para o dia seguinte, assim como todas as leis e proibições ligadas ao dia de Tisha Beav, e serão validas a partir da saída do *Shabat* até o anoitecer do domingo.

Em relação à quais leis são pertinentes no próprio *Shabat*, divergem os costumes entre os *Sefardim* e os *Ashkenazim*.

*Sefradaim* – não se costuma nenhuma das leis de luto referentes a Tisha Beav.

*Ashkenazim* – mesmo que a demonstração pública de luto implica em desrespeito e falta de honra ao *Shabat*, ainda assim se mantem os comportamentos de luto que não são notados publicamente.

A aplicação prática dessa regra será que não devemos exercer qualquer comportamento de luto que pode ser notado e interpretado por outros como uma demonstração de luto. Por outro lado, fica proibido e deve ser mantido o luto em tudo o que pode ser feito de forma discreta, sem chamar atenção.

Isso se aplica principalmente no que se refere a proibição de manter relações conjugais em Tisha Beav, que os *Ashkenazim* costumam se abster mesmo no *Shabat*, a não ser em caso de *Mitsva*.

Em outros casos especiais, deve-se consultar o Rabino.

Leis referentes a Tefila de Shabat

Costuma-se adiantar a reza de Mincha para ser possível terminar Seudat Shelishit até o pôr do sol [Shekia].

Não se recita "Tsiskatecha" em Mincha de Shabat.

]

Seudat Mafseket –Seuda Shlishit

Em anos comuns, come-se a última refeição antes do jejum de Tisha Beav de forma triste e enlutada, o que implica em certas restrições, como por exemplo, comer no chão, sozinho, ovo com cinzas, etc. Porém no Shabat essas restrições não são impostas, pelo contrário – não devemos nos comportar no Shabat de forma que demonstre luto.

Portanto, devemos comer Seudat Shlishit [a terceira refeição do Shabat] normalmente, como toda semana:

### Comida

- É permitido comer normalmente, mesmo mais do que um prato cozido [o que seria proibido em Seudat Mafseket].

- Quem costuma ter parentes ou amigos em Seudat Shlishit durante o ano todo, pode ter visitas mesmo nesse Shabat. É uma grande Mitsva convidar pessoas que não tem onde comer, assim como aproximar pessoas que precisam de qualquer tipo de apoio.

- Caso comeram juntos pelo menos 3 homens maiores de 13 anos, deve-se recitar o Zimun [a Beracha adicionada ao Birkat Hamazon nesse caso].

\*[interessante notar que tanto comer pão em Seudat Shelishit quanto responder o Zimun são **obrigações** relevantes também às mulheres].

- Deve-se parar de comer até o pôr do sol [Shekia], horário que consta no calendário judaico de cada cidade.

- Quem recitar o Bircat Hamazon depois do pôr do sol, pode lavar as mãos para Mayim Hacharonim, caso seja cuidadoso com isso durante o ano todo.

#### Preparações para o jejum

É proibido fazer no Shabat preparativos para dias comuns da semana. Porém, tudo o que pode ser interpretado como uma necessidade do Shabat, pode ser feito mesmo com intenção de se preparar para o jejum, contanto que não se diga de forma explícita que o que faz é para o jejum:

- É permitido comer e beber em Shabat mais do que o costume com intenção de se preparar para o jejum, uma vez que há proveito disso no próprio Shabat, contanto que não se diga isso de forma explícita.

- Quem necessita de vitaminas ou remédios para que consiga jejuar [ou para facilitar o jejum], deve consultar o rabino sobre a forma certa de fazê-lo, uma vez que isso é uma preparação direta para depois do Shabat, e também implica na proibição de tomar remédios [a não ser em caso de doença] em Shabat.

- Não se deve trocar de roupa ou sapatos ou preparar os livros de Kinot antes da saída do Shabat.

## A saída do Shabat e o começo do jejum

Ao anoitecer [Tset Hakochavim] saímos do ambiente festivo e alegre de Shabat e entramos no dia triste de Tisha Beav. O horário exato da saída do Shabat pode ser encontrado normalmente nos calendários judaicos de cada cidade.

Com a saída do Shabat deve-se dizer "*Baruch Hamavdil Bem Kodesh Lechol*" [que consiste na separação entre o Shabat e os dias de semana], trocar as roupas festivas por roupas comuns e descalçar os sapatos de couro.

É permitido sentar em cadeiras altas, assim como cumprimentar uns aos outros, até o começo da reza de Arvit [Barechu].

#### Havdala

Uma vez que a Havdala deve ser feita sobre um copo de vinho, não faremos Havdala na saída do Shabat como toda semana, somente no dia seguinte, com o termino do jejum.

#### Bore Meorei Haesh

Somente a Beracha de Bore Meorei Haesh deve ser recitada logo no Motsaei Shabat.

#### **Deve-se tomar cuidado de acender a vela somente com o término do Shabat!**

Preferivelmente deve-se fazer essa Beracha antes de ter proveito do fogo na leitura da Meguila de Eicha que se costuma ler a luz de velas. Porém quem não fez até então poderá fazê-la durante toda a noite.

Costuma-se abençoar sobre o fogo na sinagoga, sendo que uma pessoa fará a Beracha tendo intenção de isentar os outros, e os ouvintes responderam Amen, com intenção de se isentar.

### **Mulheres**

*Sefaradiot* – podem fazer a *Beracha* em casa, enquanto os homens escutarão na sinagoga.

*Ashkenaziot* – preferivelmente devem escutar a *Beracha* de um homem, que nesse caso fará a Beracha em casa para isentar as mulheres e não esperará para escutar no Beit Haknesset. Caso não tenham como escutar a Beracha de um homem, devem recita-la sozinhas.

### **Bessamim**

Não se faz a Beracha do Bessamim [especiarias].

### **Quem não jejua**

Quem por algum motivo não jejua, deverá fazer Havdala antes de comer.

Uma vez que não devemos tomar vinho em Tisha Beav, deve-se preferivelmente fazer a Havdala sobre cerveja, e tem quem permite mesmo em café com açúcar ou sucos naturais [e cada um deverá consultar o seu rabino sobre essas bebidas], ou pelo menos usar suco de uva.

Em última instância deve-se fazer a Havdala em vinho, sendo preferível que beba somente a quantidade mínima – uma bochecha cheia. Nesse caso deve-se comer 27gr de algum alimento que seja da Beracha de Mezonot [bolos, biscoitos, macarrão etc..], para que possa incluir a Beracha posterior do vinho [Al Haguefen] junto com a Beracha posterior

do alimento [Al Hamechiya]. Melhor ainda será comer pão e isentar o vinho de Beracha posterior com o Bircat Hamazon.

Crianças que comem em Tisha Beav, não há necessidade de insistir que recitem a Havdala, e poderão escutar do pai na saída do jejum.

### **Mulheres que não jejuam**

Como não há um consenso de que mulheres são obrigadas a fazer Havdala, preferivelmente deverão escutar Havdala de um homem, mesmo que esse esteja jejuando, e a **mulher** beberá o vinho ou suco [e não o homem, uma vez que está jejuando].

Nesse caso, o homem que já recitou a Havdala não tem necessidade voltar a fazer a Havdala no término do jejum, a não ser que a faça para alguém que ainda não escutou Havdala até então.

Caso não tenha como escutar de um homem, a mulher deverá fazer a Havdala sozinha [tem quem escreve que nesse caso é melhor que faça com suco de uva].

## **Tisha Beav**

O jejum

### **Quem jejua?**

Homens [a partir dos 13 anos] e Mulheres [a partir dos 12 anos].

Crianças não devem jejuar, porém caso sejam saudáveis e queiram jejuar algumas horas estão permitidos. É correto não dar às crianças doces e guloseimas, uma vez que esse é um dia de luto.

### Quem não jejuar?

Uma vez que o jejum esse ano é adiado e não na própria data do 9 de Av, mais facilmente será permitido comer no jejum em caso de necessidade. Portanto, mulheres grávidas, ou que estão amamentando, pessoas doentes ou idosas devem consultar o médico e o rabino para saber se podem jejuar.

Importante ressaltar que aqueles que não devem jejuar estão **proibidos** de fazê-lo, uma vez que colocam a si mesmos ou a outros em perigo.

### Remédios

Quem necessita tomar remédios, e não consegue fazê-lo sem tomar água, deve consultar o Rabino, uma vez que divergem os casos e as opiniões na *Halacha*.

### Lavagem

É proibida qualquer lavar partes do corpo com água por motivos de prazer ou lazer. Porém são permitidas lavagens que não venham por prazer e sim por alguma necessidade maior, como para retirar alguma sujeira ou lavar legumes em baixo de água.

É permitido o uso de desodorante, mesmo com cheiro bom.

É permitido usar um pano ou toalha úmido para se limpar ou se refrescar, contanto que não esteja úmido demais, a ponto de molhar quem toca nele.

### Netilat Yadaim

De manhã deve se fazer *Netilat Yadaim* [3 vezes em cada mão, intercaladas], tomando cuidado para lavar somente até o final dos dedos. O mesmo se refere a *Netilat Yadaim* antes da reza, ou depois de usar o banheiro.

Um *Kohen* deverá fazer *Netilat Yadaim* normalmente antes de *Birkat Kohanim*, lavando as mãos até o pulso. O mesmo é válido para quem não jejuar por qualquer motivo e pretende comer pão, deverá fazer *Netilat Yadaim* normalmente.

### Descalçar sapatos de couro

É proibido calçar em Tisha Beav calçados de couro. Qualquer outro calçado é permitido.

Quem prefere um calçado menos confortável para se identificar mais com o luto, com certeza faz algo correto.

Quem não tem outro calçado e tem dificuldade de andar descalço, poderá calçar sapatos de couro para sair na rua.

Costuma-se acostumar mesmo crianças a partir dos 6 anos [tem quem diga a partir dos 3 anos] a não calçar sapatos de couro, a não ser que não possuam outro.

## Relações conjugais

É proibido manter relações conjugais em Tisha Beav. É correto que o casal não durma na mesma cama nessa noite.

## Estudo da Tora

Como citamos, é proibido estudar Tora nesse dia, a não ser assuntos tristes ou ligados com a destruição do Beit Hamikdash, e mesmo esses não devem ser estudado de forma profunda.

Mesmo o pensamento constante de Tora em assuntos que não são tristes é proibido em Tisha Beav.

Pode-se estudar os conteúdos permitidos mesmo em duplas ou grupos.

Tehilim – Tem quem proíba recitar Tehilim em Tisha Beav, e tem quem permita. Mesmo quem costuma sim falar Tehilim, é melhor se abster até a metade do dia.

É permitido recitar o Kriyat Shema antes de dormir.

## Dizer "Shalom"

Não se deve cumprimentar uns aos outros dizendo Shalom [ou Ma Shlomcha], uma vez que no dia de Tisha Beav não há Shalom [paz]. Porém caso seja cumprimentado, é permitido responder para não ofender ou envergonhar, contanto que não o faça com entusiasmo.

Tem quem permite cumprimentar de outras formas, como "bom dia" etc. portanto, quem foi cumprimentado, melhor fará se responder dessa forma.

Não se dá presentes em Tisha Beav.

## Outros costumes e condutas de Tisha Beav

Fora as proibições citadas, existem outras condutas que Am Israel costumou durante todas as gerações, para enfatizar o luto e não desviar a atenção a outros assuntos.

Muitas dessas condutas são praticadas até a metade do dia de Tisha Beav [*Chatsot Hayom* – vide calendário judaico], quando diminui um pouco o luto e ficam permitidas certas coisas, como especificaremos adiante.

É importante lembrar que o luto coletivo do povo todo não deve ser menos importante para nós do que o luto de cada um em uma perda pessoal, *Chas VeShalom*. Pelo contrário, caso nos aprofundarmos, entenderemos que todas as nossas perdas e desgraças estão ligadas com o fato de vivermos em um mundo faltoso, "errado", onde a verdade, justiça e bondade estão ocultas – um mundo incompleto. Esse é o luto de Tisha Beav.

Por isso, cada um deve se esforçar para dar – pelo menos – o mesmo respeito que daria ao seu luto pessoal, e pensar antes de ser leniente a algum dos costumes de Tisha Beav, se faria o mesmo em dias de luto à um ente querido, D'us nos livre.

Em relação à costumes de forma geral, vale lembrar também que costumes praticados por alguma comunidade, e com certeza por todo o

Povo Judeu, passam ser uma **obrigação** a cada indivíduo, que não deve se excluir do coletivo. Os costumes expressam a ligação e o espírito de Am Israel em todas as gerações, e são a forma de nos envolvermos de forma profunda na vida de nosso povo e nossa Tora.

### **Trabalho e Tarefas domesticas**

Em todas as gerações, costumou o Povo Judeu de não trabalhar nesse dia, dedicando o tempo para se concentrar no luto do nosso povo, e devolver o foco ao que deve ser o principal em nossas vidas. O mesmo se aplica a trabalhos domésticos que exigem mais tempo [como lavar a louça do Shabat]. É permitido escrever em Tisha Beav, e quem se abstém faz algo louvável.

**Prejuízo** – é permitido trabalhar para evitar prejuízo, mas não para lucrar. Ainda assim, quem tem necessidade de trabalhar em um lugar público [como uma feira ou exposição] antes da metade do dia, deve se aconselhar com o Rabino.

**Através de um não-judeu** – é permitido pedir a um não-judeu para que trabalhe ou faça tarefas domesticas para o judeu, mesmo em Tisha Beav.

**Comida** – costuma-se comprar e vender mesmo antes da metade do dia.

**Após a metade do dia** – após a metade do dia divergem os costumes:

*Ashkenazim* - são permitidos de trabalhar, contanto que não se envolvam demais, tendo sempre em mente o luto sobre a destruição do Beit Hamikdash.

*Sefaradim* – devem consultar o Rabino, uma vez que não está claro que são permitidos trabalhar.

**Arrumar a casa e preparar a refeição** – costuma-se esperar até a metade do dia para arrumar a casa e preparar a refeição da noite.

Tem quem costuma arrumar a casa na tarde de Tisha Beav, como preparação para a vinda do Mashiach, pois justamente o fato de não nos conformarmos com a realidade faltosa é que nos dá força e a esperança de que veremos brevemente a redenção do Povo Judeu.

**Estudar para uma prova** – caso seja algo que não poderá fazer depois é permitido. Caso possa fazer depois, deve-se consultar o Rabino.

### **Sentar no chão**

Como o comportamento de enlutados, senta-se no chão na noite de Tisha Beav e no dia seguinte até a metade do dia.

É permitido sentar-se em uma almofada ou uma cadeira baixa, contanto que não sejam mais altos do que 24 cm.

Quem tem dificuldade maior [idosos ou doentes] pode sentar-se normalmente em cadeiras.

É permitido sentar no assento do ônibus ou do carro, mesmo antes da metade do dia.

Após a metade do dia não se deve continuar a sentar no chão.



## Prazeres e Lazer

**Passeios** - Não se deve passear em Tisha Beav. Ainda assim, é permitido levar crianças pequenas no parque para entretê-las.

**Livros** – tem quem permita ler livros que não sejam ligados com a destruição do Beit Hamikdash ou as desgraças do Povo judeu, mas aquele que se abstêm com certeza faz algo correto.

**Perfumes e especiarias** – é correto evitar de cheirar perfumes e especiarias em Tisha Beav.

**Dormir** – é correto diminuir no luxo e conforto ao dormir na noite de Tisha Beav, portanto quem costuma dormir com dois travesseiros é correto que durma com um só e assim por diante.

**Roupas** – costuma-se vestir as roupas mais simples e desgastadas para ir à sinagoga.

**Trocar de roupa** – quem se incomoda, pode trocar a roupa de baixo, uma vez que faz isso por limpeza e não por prazer.

**Joias** – é correto que as mulheres diminuam ao máximo possível o uso de joias.

**Segurar bebês** – Deve-se evitar, na medida do possível, de segurar bebês e crianças pequenas, uma vez que isso traz alegria e riso, a não ser para acalma-los ou por outra necessidade.

## Tsedaka

Costuma-se dar mais Tsedaka aos pobres no dia de Tisha Beav.

## Cemitério

Costuma-se ir ao cemitério no dia de Tisha Beav, depois de sair do Beit Haknesset. Preferivelmente não se deve ir em grupos. Caso não for possível devem tomar cuidado para não desviar a atenção do luto ao Beit Hamikdash.

É correto se afastar dos túmulos 4 *Amot* [aprox. 2,5m].

## Tefila

Algumas das Halachot relevantes a Tefila em Tisha Beav:

### Talit e Tefilin

*Ashkenazim* – costumam não colocar Talit [grande, mas o *Tsitsit* se veste normalmente, sem recitar a Beracha] e Tefilin de manhã na reza de Shacharit, somente de tarde em Mincha.

Ao colocar o Tefilin antes de Mincha, costuma-se recitar o *Shema Israel*. Com relação as passagens de "*Kadesh Li*" e "*Vehaya ki Haviyacha*", que tem costume recita-las ao colocar o Tefilin, deve-se consultar o Rabino.

Bem faz quem dorme com o *Tsitsit* nessa noite, uma vez que não fará a Beracha até depois da metade do dia.

*Sefaradim* – divergem os costumes. De qualquer forma, não se deve praticar dois costumes em um lugar só.

### **"Sheassa li Kol Tsorki"**

Uma vez que essa *Beracha* se refere ao calçar dos sapatos, que está proibido em Tisha Beav, divergem os costumes em relação a recitar essa *Beracha*:

*Ashkenazim* - Costuma-se sim recitar essa *Beracha* na manhã de Tisha Beav. Contudo, em Erets Israel muitos costumam não recita-la até calçar os sapatos na saída do jejum, seguindo o costume do Gaon de Vilna.

*Sefardim* – divergem os costumes, e deve se perguntar ao Rabino local.

### **A Tefila**

Deve-se rezar em silêncio, tomando cuidado para não levantar a voz durante a Tefila, em sinal de luto.

### **Nachem**

Na *Amida* de Tisha Beav se adiciona o trecho de "*Nachem*" como consta no *Sidur*, que trata da desolação e destruição de Yerushalaim, e do anseio e esperança que temos de que *Hashem* a reconstrua brevemente.

Os *Sefaradim* costumam recitar essa *Beracha* em todas as *Tefilot*, enquanto os *Ashkenazim* somente em *Mincha*.

Esse trecho é adicionado na *Beracha* de "*Bone Yerushalaim*", sendo que quem esqueceu de recitar então, poderá completar em seguida, na *Beracha* de "*Retse*" [logo antes de "*Modim*"], logo depois das palavras "*Avodat Israel Amecha*" continuando em seguida o trecho de "*Vetechezena Eineinu*".

Quem não lembrou então, e já começou a próxima *Beracha* [*Modim*] não volta.

Mesmo alguém doente que não está jejuando, deve recitar o trecho de "*Nachem*" na *Tefila*.

### **Kinot**

Depois da leitura da Tora na manhã de Tisha Beav, costuma-se recitar na sinagoga **Kinot**, crônicas de luto a destruição do Beit Hamikdash, o exílio, e todas as suas trágicas consequências no decorrer da nossa história. Esse costume nos conecta a corrente eterna de nosso povo, nos ligando à nossa história e nosso destino, desde a saída de Yerushalaim, durante o longo exílio, e à nossa esperança e anseio a volta para Yerushalaim de forma plena.

É importante dedicar essa manhã para ler as Kinot com calma, sendo melhor ler menos Kinot prestando atenção nas palavras, do que ler todas as Kinot rapidamente.

Uma vez que a linguagem das Kinot é poética e não tão fácil de compreender, é muito aconselhável usar um livro com tradução ou explicação das Kinot, possibilitando assim de nos conectarmos com o luto de nosso povo.

Não se deve conversar durante a leitura das Kinot, para não desviar a atenção do luto.

## **Depois do jejum**

### **Arvit**

Tem quem costuma fazer Netilat Yadaim antes de rezar Arvit, 3 vezes em cada mão intercalando, já que não o fizeram de manhã. Caso reze antes

do anoitecer [Tset Hakochavim], não se deve lavar as mãos dessa forma, uma vez que ainda não terminou o dia de Tisha Beav.

#### Kidush [Birkat] Levana

Costuma-se recitar o Kidush Levana [a Beracha em que agradecemos Hashem pelo ciclo lunar] depois de Arvit, como consolo que assim como a lua se renova todo mês, Am Israel se renovará e voltará a sua vida e sua estatura plena.

É correto comer algo, assim como trocar os calçados, antes do Kidush Levana, para que o mesmo seja feito com alegria. Porém não se deve deixar de falar a Bracha em público por causa disso.

#### Havdala

Quem jejuou, deve fazer Havdala logo depois do jejum, antes de comer. Nessa Havdala recita-se somente a Beracha do vinho e de Hamavdil, pulando os versículos que antecedem, assim como as Berachot da vela e do Bessamim [o mesmo vale para quem faz Havdala durante o jejum].

É permitido beber água antes da Havdala.

#### A noite depois do jejum

Mesmo que em anos comuns mantemos certas condutas de luto até a metade do dia seguinte [10 de Av, já que o Beit Hamikdash continuou queimando até então] em anos como esse que o jejum é adiado não é necessário continuar com o luto.

Portanto, é permitido logo depois do jejum cortar o cabelo e a barba, escutar música, lavar roupa e fazer a Beracha de Shehecheyanu nos casos relevantes.

Ainda assim, Ashkenazim mantém nessa noite a proibição de comer carne e de tomar vinho. Com relação ao vinho da Havdala – tem quem costuma dar a uma criança maior de 8-9 anos de beber em vez do adulto. Caso não se encontre uma criança dessa idade, a pessoa que faz a Havdala deverá beber o vinho.

Compilado por Asher Waitzberg

Revisão – Rabino Yaacov Zilberman, Rabino Eliahu Bortman

Fontes – *Mitsvotcha Emuna – Hilchot Bein Hametsarim – Harav Mordechai Hass Shelit"a ; TB"A Shechal beyom Rishon – Harav Y.M. Rubin. Ateret Yeshua – Harav C.M. Horovits*