

# KTANIM

IOM KIPUR  
Nº 25



PRODUZIDO PELA EQUIPE DE KTANIM

FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)



LOGO DEPOIS DE  
COMEMORARMOS ROSH  
HASHANÁ, NO DIA 10 DE  
TISHREI, PASSAMOS POR  
IOM KIPUR!



EM PORTUGUÊS, CHAMAMOS DE "DIA DO PERDÃO"!



É UM MOMENTO EM QUE TODOS OS  
PENSAMENTOS E ENERGIAS ESTÃO  
CONCENTRADOS NAS NOSSAS  
ATITUDES DESTE ÚLTIMO ANO QUE  
PASSOU.

A IDEIA É QUE FAÇAMOS UMA  
REFLEXÃO SOBRE VÁRIAS COISAS DA  
NOSSA VIDA:

"É UMA FORMA DE ANALISAR NOSSAS ATITUDES E SENTIMENTOS E  
PERCEBER O QUE PODEMOS FAZER PARA MELHORAR, TENTANDO  
SER ATIVAS, USANDO O TEMPO QUE ESTÁ A NOSSA DISPOSIÇÃO  
PARA O QUE NOS FAZ BEM E OFERECENDO UMA PALAVRA AMIGA A  
QUEM NECESSITAR". REBECA ROSENBERG.

FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



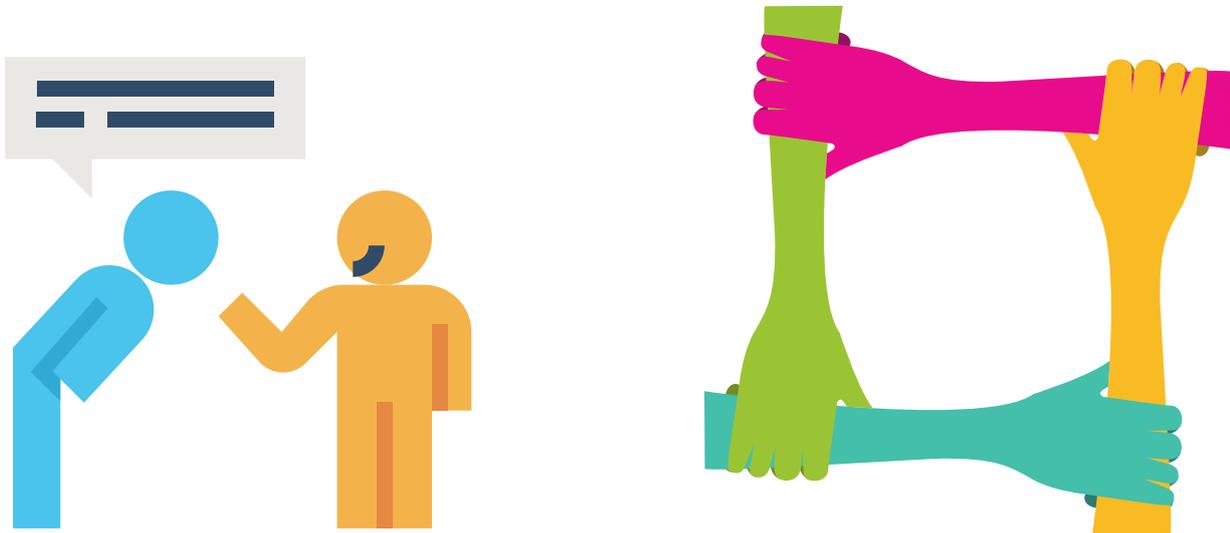
cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)



PARA APRENDERMOS UM POUCO MAIS, VAMOS CONHECER  
ALGUMAS PRÁTICAS DESSE CHAG!

# O PERDÃO

NORMALMENTE, PENSAMOS QUE PERDÃO É O ATO  
DE PERDOAR, OU DESCULPAR ALGUÉM POR ALGUMA  
COISA QUE NÃO GOSTAMOS. ESSE É UM DOS  
SIGNIFICADOS DA PALAVRA!



NO NOSSO DIA A DIA, ALGUMAS VEZES  
NÃO AGIMOS DA MELHOR FORMA  
POSSÍVEL... POR EXEMPLO QUANDO  
BRIGAMOS COM ALGUÉM, OU FALAMOS  
ALGO QUE MAGOA A OUTRA PESSOA... É AI  
QUE ENTRA O PERDÃO! QUANDO  
ACEITAMOS OU PEDIMOS DESCULPAS  
PARA ALGUÉM!

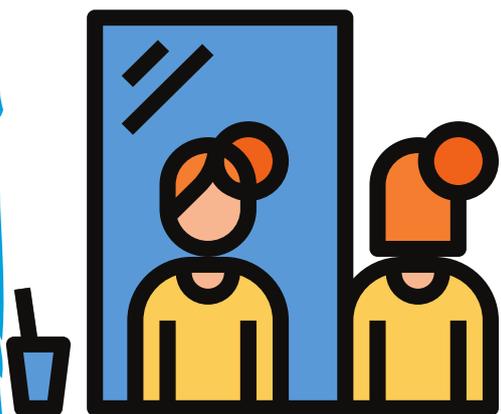
FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)



MAS SE PENSARMOS MAIS AFUNDO, PERCEBEMOS  
QUE PERDOAR TAMBÉM PODE SER PERDOAR A NÓS  
MESMOS!



PERDOAR PODE SER UM PROCESSO ENTRE  
DUAS PESSOAS, MAS TAMBÉM INDIVIDUAL!

RECONHECER NOSSOS ERROS, PEDIR  
DESCULPAS PARA O OUTRO E VIVER COM O  
APRENDIZADO QUE TIRAMOS DAQUELA  
SITUAÇÃO!

ASSIM, O PERDÃO É TAMBÉM UM  
SÍMBOLO DE HUMILDADE: A  
CAPACIDADE DE SE ABRIR E SE  
TRANSFORMAR!



FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



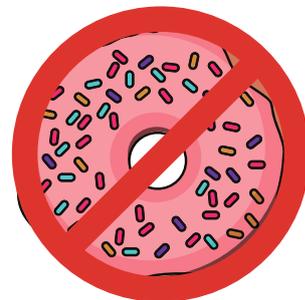
cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)



DURANTE O DIA DE IOM KIPUR, MUITAS PESSOAS  
COSTUMAM NÃO COMER, CHAMAMOS ISSO DE:

# JEJUM

EXISTEM ALGUNS MOTIVOS PARA ISSO,  
MAS A IDEIA PRINCIPAL É FAZER COM  
QUE AQUELE DIA SEJA DIFERENTE DOS  
OUTROS!



TODOS OS DIAS, A NOSSA VIDA  
COSTUMA SER MAIS OU MENOS IGUAL,  
E AS REFEIÇÕES COSTUMAM MARCAR  
NOSSO TEMPO DURANTE O DIA!

O JEJUM É UMA MANEIRA DE NOS FAZER VIVER DE OUTRA  
FORMA E PRESTAR ATENÇÃO, NOS CONCENTRAR MAIS  
NAS NOSSAS ATITUDES!

PODEMOS PENSAR TAMBÉM QUE A FOME E A  
FRAQUEZA QUE SENTIMOS QUANDO JEJUAMOS, NOS  
FAZ TER MAIS CONSCIÊNCIA E **EMPATIA**

É IMPORTANTE LEMBRAR QUE TODOS NÓS ERRAMOS,  
COMO DIZ A FRASE "ERRAR É HUMANO"

IOM KIPUR VEM PARA NOS FAZER PENSAR SOBRE  
NOSSOS ERROS, APRENDER E MELHORAR!

FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)

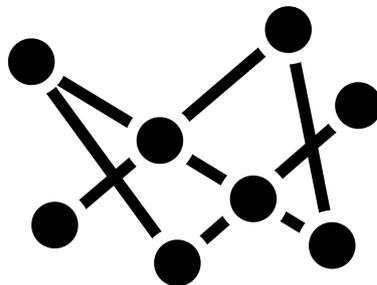


NA NOITE DE IOM KIPUR, TAMBÉM VAMOS A  
SINAGOGA PRINCIPALMENTE PARA: REZAR E  
OUVIR O SHOFAR!



DURANTE AS REZAS, PODEMOS TAMBÉM NOS  
CONECTAR COM NOSSOS PENSAMENTOS, E ALÉM  
DISSO, COM AS PESSOAS QUE ESTÃO COM A GENTE!

NO JUDAÍSMO, A COLETIVIDADE É MUITO IMPORTANTE, E IOM KIPUR  
TRAZ A POSSIBILIDADE DE PERDOAR E SER PERDOADO POR NOSSOS  
AMIGOS E FAMÍLIA!



REZAR É SE CONECTAR! COMIGO E COM O OUTRO!

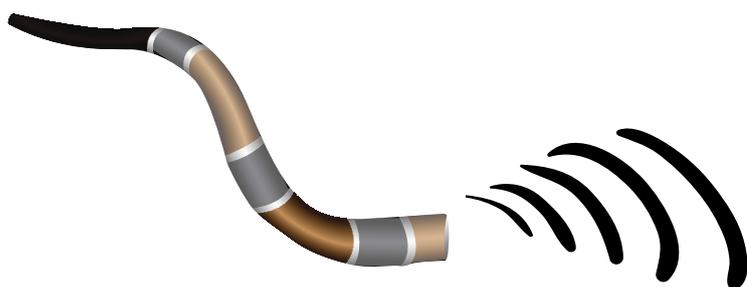
FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)



## E O SHOFAR?



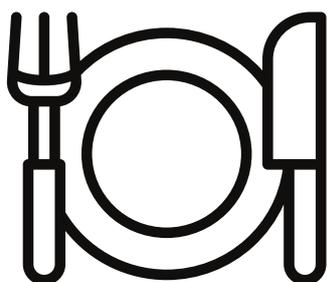
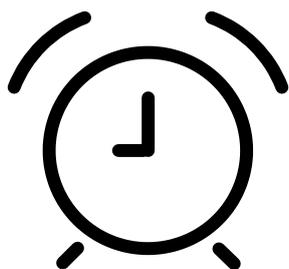
ESSE INSTRUMENTO, NORMALMENTE FEITO COM O CHIFRE DE UM CARNEIRO, É TOCADO NO FINAL DO SERVIÇO, DEPOIS DE TODAS AS REZAS!

O SOM QUE O SHOFAR FAZ TAMBÉM SERVE COMO UM "CHAMADO". DURANTE O TOQUE, FICAMOS EM SILÊNCIO E USAMOS ESTE TEMPO PARA PENSAR EM TUDO O QUE FIZEMOS NO ÚLTIMO ANO, E NO QUE QUEREMOS FAZER NESTE NOVO ANO!

OUVIR O TOQUE DO SHOFAR NESSE MOMENTO É UM COSTUME MUITO FORTE!

O SHOFAR É TÃO IMPORTANTE, QUE DURANTE TODO O MÊS QUE ANTECEDE IOM KIPUR, ELE ESTÁ PRESENTE NAS REZAS

ELE É TÃO FORTE QUE SOMENTE DEPOIS DO SEU TOQUE É QUE O JEJUM ACABA!



FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



[cipsp ou www.cip.org.br](https://www.cip.org.br)



# OUTRO COSTUME QUE TEMOS É DE NÃO USAR ALGUNS "LUXOS"

NÃO USAMOS COISAS COMO:

GEL



MAQUIAGEM



ROUPAS DE COURO



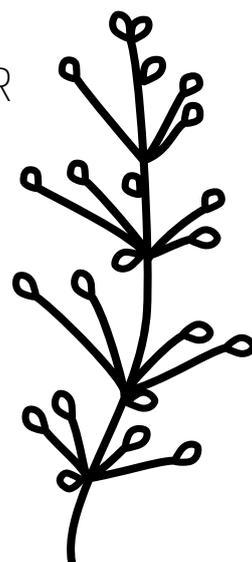
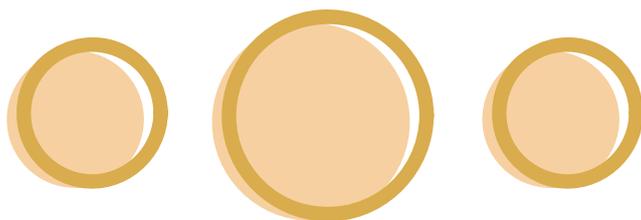
PERFUME



E COSTUMAMOS TAMBÉM USAR ROUPAS BRANCAS E SIMPLES!

ISSO TUDO PARA LEMBRARMOS DE NOS CONCENTRAR  
NO QUE REALMENTE IMPORTA NAQUELE MOMENTO :

**NOSSOS PENSAMENTOS E ATITUDES!**



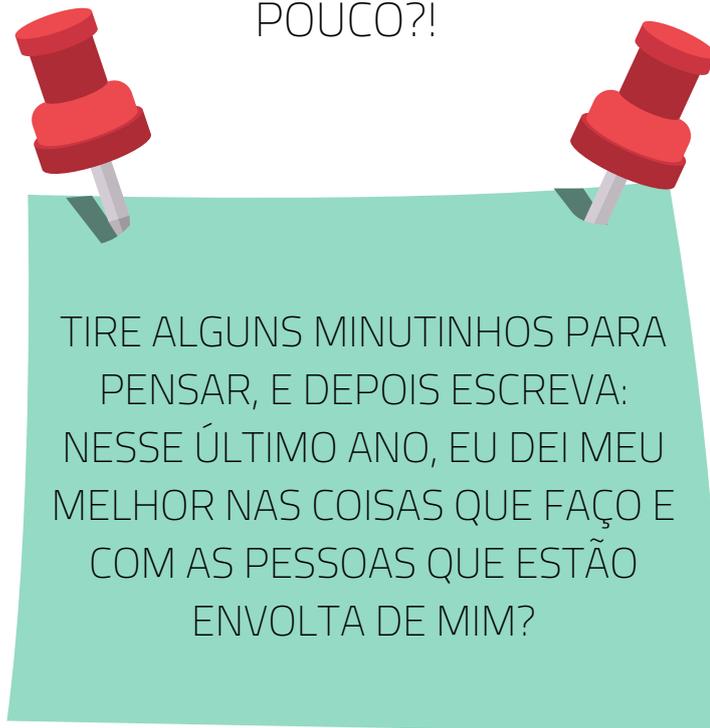
FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



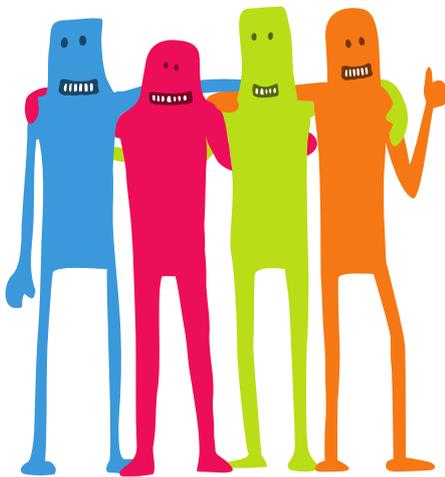
cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)



AGORA QUE APRENDEMOS TUDO ISSO, VAMOS **PRATICAR** UM  
POUCO?!



COMO POSSO MELHORAR MINHA RELAÇÃO COM MEUS PAIS OU  
MEUS AMIGOS?



VOCÊ PODE TAMBÉM TENTAR LEMBRAR  
ALGUMA SITUAÇÃO EM QUE SABE QUE NÃO  
AGIU MUITO BEM, E IR CONVERSAR COM AS  
PESSOAS QUE ESTAVAM LÁ! PERGUNTAR O  
QUE ELAS SENTIRAM E PENSARAM SOBRE  
AQUILO!

É ISSO AI PESSOAL! CHATIMA TOVÁ E ATÉ A PRÓXIMA!

FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO:



cipsp ou [www.cip.org.br](http://www.cip.org.br)

