

## **A AMIDÁ**

A Amidá (literalmente significa "prece em pé") ou "Shemoneh-Essreh" (que significa 18) é um conjunto de preces silenciosas, foi criada pelos 120 rabinos que compunham a Grande Assembléia (Anshe Knesset ha-Gedolah), e que retornaram à Israel após o exílio babilônico, na época do Segundo Templo. Esta Grande Assembléia foi quem também sacralizou, entre outros, o Tanach (Torah, Neviim, Ketuvim).

Após a destruição do Segundo Templo, foi incorporada mais uma bênção (Vellama-lshinim), por Rabban Gamliel II, somando 19 bênçãos. Mas o nome "Shemoneh-Essreh" foi mantido.

A Amidá visou, basicamente, substituir as oferendas que eram realizadas no Beit Hamikdash (Templo Sagrado).

São recitadas, diariamente, nos dias normais de semana, três Amidot idênticas: uma no Shacharit (manhã), uma na Mincha (tarde) e outra no Maariv/Arvit (noite).

A Amidá, nestes dias, se compõe de 19 bênçãos, sendo os três primeiros trechos de Louvação, os 13 seguintes peditórios, e os três últimos de agradecimento.

Nos dias de Shabat e de festas, como não se costuma fazer rezas de súplicas, já que são dias de alegria, elas são substituídas por preces apropriadas à importância daquela data. Mas as três preces iniciais de Louvação e as três últimas de agradecimento são sempre as mesmas em qualquer Amidá. E nestes dias, recita-se a Amidá de Mussaf (Adicional), visto que, naquelas ocasiões, as oferendas eram duplicadas.

Antes de iniciar a Amidá, recuam-se três passos seguidos por três passos para diante, retornando-se ao lugar original. Ela é recitada individualmente de forma silenciosa, em pé, e com eles juntos, voltados para o nascente (Ierushalaim).

A prática de se repetir (Hazarah) a Amida ocorreu porque, com a indisponibilidade de livros de rezas, que só apareceram a partir do século VIII, muitas pessoas não sabiam o texto da Amidá, nem a ordem das Bênçãos.

Na repetição da Amidá, que deve ser feita na presença de um minian, acrescenta-se a Kedusha, que fala da santidade do Criador, e é recitada de maneira muito solene, sendo imprescindível que toda a comunidade fique concentrada, de pé, com eles juntos, sem se locomover, e obviamente, em completo silêncio, mas levantando os calcanhares ao responder "Kadosh, Kadosh", "Baruch Kevod" e "Imloch Adonai".

A razão de não se repetir a Amidá de Maariv/Arvit é que ela era considerada, originalmente, como opcional. E é interessante notar que, nas oferendas que eram feitas após o por do sol, na época do Beit ha-Mikdash, utilizavam-se os materiais que restavam dos serviços realizados durante todo o dia.

Em certas ocasiões, são incluídas, nas Amidot, preces adicionais ou algumas palavras são modificadas.

Por ex., são acrescentadas preces especiais por ocasião de Purim e Chanuka, prece adicional no Maariv de conclusão de Shabat e de datas festivas, prece adicional em Rosh Chodesh e dias de festas (Chaguim) de Pessach, Shavuot e Sukot, prece adicional nos dias de jejum, preces adicionais durante os 10 dias de Iamim Noraim, e faz-se a alternância das palavras Morid ha-tal e Mashiv ha-ruah u-morid ha-gueshem, entre Pessach e Shemini Atzeret.

Após as palavras "Baruch Ata Adonai", de cada bênção recitada na repetição da Amidá pelo Sheliach Tzibur, toda a comunidade deve falar em voz alta "Baruch Hu Baruch Shemo", e ao final de cada bênção, toda a comunidade deve falar em voz alta a palavra "Amen". Não se deve passar à frente das pessoas que estão rezando a Amidá silenciosa.

Durante a Amidá, deve-se curvar em quatro situações: no começo da primeira e da segunda bênção, em Modim Anachnu Lach, e na bênção, mais para o final, de "Ha-tov Shimcha". E ao final da 19ª b' racha (Sim Shalom) quando dizemos Osse Shalom em voz alta, retrocedemos três passos e nos curvamos para o lado esquerdo e direito e para frente.

Ao iniciar a repetição da Amida, o Sheliach Tzibur dá três passos para frente.