



MOMENTI DI TORÀ

Tammùz
n.10, III

Con il *Tiqùn HaKlali*



HAMEFIZ
Organizzazione di diffusione di
Torà e Chesed



Saremo molto felici leggere/sentire ogni vostra impressione, commento, critica, domanda, sugli articoli scritti. Oppure chiarimenti sulle alachot riportate nell'opuscolo. Ci sforzeremo, con l'aiuto di Hashem, di spiegarle o capirle meglio insieme.

Contatti

06.89970340 - 333.3508862

hamefizitalia@gmail.com



In ricordo di - לעילוי נשמת



Cesare Mieli ben Rosina z"l

26 yìàr 5775 - 15 giugno 2015

**Yaakov Giacomo Moscato
ben Eleonora z"l**

13 tevèt 5775 - 4 gennaio 2015

BIRCHOT HA TORÀ

Prima di studiare Torà, c'è l'obbligo di benedire le Birchot haTorà. Tuttavia se già le si è recitate al mattino con le Birchot haShachar, si è esenti per tutta la giornata dal dirle fin a che si va a dormire la sera.

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל דְּבַרֵי תוֹרָה:

וְהֶעֱרַב נָא ה' אֱלֹהֵינוּ אֶת דְּבַרֵי תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ
וּבְפִיפִיּוֹת עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל. וְנִהְיֶה אֲנַחְנוּ וְצִאֲצָאֵינוּ
וְצִאֲצָאֵי צִאֲצָאֵינוּ כְּלָנוּ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ
לְשִׁמְחָה. בְּרוּךְ אַתָּה ה', הַמְלַמֵּד תוֹרָה לְעַמּוֹ
יִשְׂרָאֵל:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר בָּחַר בְּנוּ
מִכָּל הָעַמִּים וְנָתַן לָנוּ אֶת תּוֹרָתוֹ. בְּרוּךְ אַתָּה ה',
נוֹתֵן הַתּוֹרָה:

Baruch Attà Ad-ai Elo-nu Melech Aolam Asher Kiddeshuanu Bemizwotav Vezivanu Al Divrè Torà.

Vearev Nà Ad-ai Elo-nu Et Divrè Toratecha Befinu Uvefifiot Amecha Bet Israel, Veniè Anachnu Vezezaenu (Vezezaè Amechà Israel) Kullanu Iodè Shemecha Velomedè Toratecha Lishmà. Baruch Attà Ad-ai Amelamed Torà Leamò Israel.

Baruch Attà Ad-ai Elo-nu Melech Aolam Asher Bachar Banu Mikol Aamim Venatan Lanu Et Toratò. Baruch Attà Ad-ai Noten Atorà.

MOMENTI DI *HALAKHÀ*

REGOLE SUL RAPPORTO CON IL PROSSIMO

-Hanno insegnato i chachamim: chi appoggia o si imbatte in una discussione viola un divieto della Torà com'è scritto "E non avvenga ciò (che capitò in occasione) di Korach e la sua congrega". Ed è logico includere in questo lav (divieto della Torà) anche chiunque accenda una lite tra due persone in qualsiasi maniera.

-Bisogna sapere che non può emergere la pace da una disputa. Quindi nel momento che due parti si rendono conto di non riuscire ad accordarsi, vadano al più presto da un Rav esperto e accettato da entrambi e chiarifichino la faccenda con parzialità e serenità. Oppure in assenza di un Rav, nel caso non ci sia la stretta necessità della conoscenza delle leggi della Torà, è consigliabile anche interporre un amico o un conoscente saggio e neutrale che giudichi il caso obiettivamente.

4

-Nell'ipotesi in cui non si riesca a chiarire il caso nemmeno nei due modi riportati, allora è d'obbligo recarsi presso il Bet Din competente più vicino, come scritto nel libro di Devarim 21:1: "Quando ci sarà una lite tra (due) uomini e verranno in tribunale (rabbinico) li valuteranno e assolveranno l'innocente e condanneranno il colpevole".

-Hanno insegnato i nostri chachamim che il mondo non si mantiene nient'altro che per merito di coloro che frenano la loro bocca nel momento del litigio. C'è per di più chi sostiene che si contravviene al lav deoraita nel momento che si replica alla provocazione di un terzo. E bisogna far estrema attenzione al fuoco del litigio dal momento che le sue ripercussioni sono devastanti, che Hashem ci scampi!

-E' scritto sul libro di Shemot 23;2: "Non prestate mano al malvagio". La Torà ci ha ammonito di non favorire gli inosservanti della Torà e di non unirsi a loro. Ed è vietato associarsi ad un malvagio negli affari, addirittura nel compiere una mizvà e a maggior ragione unirvisi nelle discussioni.

Continua a pag. accanto

Giovedì

MOMENTI DI HALAKHÀ

Continua da pag. accanto

-E' vietato onorare i polemici per non incoraggiarli a continuare le loro discussioni.

-E' permesso partecipare alle discussioni contro coloro che si oppongono all'osservanza della Torà e alle mizvot. Tuttavia si faccia attenzione ad adottare la spavalderia contro coloro che si schierano contro Hashem e la Sua Santa Torà. Ed il punto principale è fare in modo che la gente non segua le loro strade ed i loro consigli, che Hashem ci scampi.

-Ci sono dei casi in cui è permesso parlare lashon arà riguardo i polemici e coloro che accendono il fuoco della discussione, per poter allontanare la gente dai loro cattivi atteggiamenti, tuttavia si chieda prima ad un Rav esperto e timoroso di D. riguardo queste alachot.

-E' molto opportuno che la persona perdoni il proprio compagno in caso di litigio per non accrescere il fuoco della controversia.

-Più di una volta abbiamo riscontrato nel Talmud delle disposizioni rabbiniche sulla manutenzione della pace persino con i goim. Per esempio riporta il Rambam uno dei motivi per il quale si accendono le candele di Shabbat è per mantenere l'armonia familiare, che addirittura nel caso non ci sia la possibilità di accendere sia i lumi di chanukkà che quelli di Shabbat, questi ultimi hanno la precedenza perchè vengono a sostenere la pace tra la moglie ed il marito. Oppure aggiunge il Rambam, in occasione della Sotà riportata nella Torà (vedi Bemidbar 5;11), dove il S. comanda addirittura la cancellazione del Suo Santo nome per la pace della moglie ed il marito. Da qui impariamo quindi l'importanza di ricercare continuamente lo Shalom!

Che Hashem ci dia il merito della sua berachà che è lo Shalom!

(Alachot tratte dal libro Mishpatè Ashalom di R. Silver)

MOMENTI DI *MUSÀR*

PARASHAT KORACH

Un gruppo di ebrei si trovava una volta a studiare presso il Gaon Rabbi Chaijm Ozer Grodzinski z"l, il quale, mentre spiegava ai suoi giovani studenti, affermò che quanto stava dicendo trovava conferma negli insegnamenti riportati in una tale pagina di un preciso trattato del Talmud.

Uno studente molto noto per la sua particolare intelligenza ed abilità nello studio della Torà si alzò in piedi di fronte a tutti, sostenendo che, al contrario di quanto detto da Rabbi Chaijm Ozer, tale insegnamento si trovava invece in una differente pagina del suddetto trattato; Rabbi Chaijm Ozer, da parte sua, rispose allo studente che era assolutamente certo che l'indicazione della pagina da lui fornita fosse corretta.

Lo studente, sicuro di quanto affermato, invitò però Rabbi Chaijm Ozer ad estrarre il trattato del Talmud in questione, al fine di verificare se, effettivamente, aveva ragione o oppure no circa la pagina in cui era collocato l'insegnamento appena menzionato. Prima che lo studente avesse modo di prendere il trattato dalla libreria, tuttavia, Rabbi Chaijm Ozer gli disse: *“Non sai forse che, secondo la halachà, colui che fa impallidire pubblicamente il volto del proprio compagno non ha parte nel mondo futuro?”*. Tutto credettero che le intenzioni di Rabbi Chaijm Ozer erano volte ad impedire che lo studente prendesse il libro e, dimostrando che la ragione era dalla sua parte, facesse vergognare pubblicamente lo tzaddiq.

In seguito lo studente, soddisfatto per aver dimostrato pubblicamente la propria intelligenza al punto da aver messo in difficoltà anche il Gaon Rabbi Chaijm Ozer, si recò in un'altra stanza per appurare se, nel trattato del Talmud di cui stavano discutendo, l'insegnamento menzionato si trovasse effettivamente nella pagina da lui indicata.

Con sommo stupore, egli si accorse però che erano le affermazioni di Rabbi Chaijm (e non le sue) ad essere corrette: il Gaon aveva, quindi, fatto riferimento al divieto di far vergognare un altro ebreo in pubblico pensando che, se si fosse aperto pubblicamente quel trattato del Talmud, si sarebbe appurato che era lo studente ad aver torto, svergognandolo così pubblicamente per il proprio errore...

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti l'errore nella birchat amazon

DOMANDA: Se nella birchat amazon, recitata di Shabbat ci si è dimenticati di aggiungere le formule speciali della giornata, quelle di "reze veachalizzenu" o "arachaman hu ianchilenu ecc." o si è detti al posto di "migdol" "magdil" (questa ultime due formule si dicono quasi alla fine della birchat amazon) come ci si dovrà comportare?

RISPOSTA: Per le formule di "arachaman hu..." e "migdol" a posteriori, nel caso ci si sia dimenticati di recitarle, non c'è bisogno di ripetere la birchat amazon. Invece per l'omissione di "reze veachalizzenu" ci sono in questo varie dettagli: se si è terminati la birchat amazon senza recitarla affatto, allora si dovrà ripetere da capo tutta la benedizione del pasto. Tuttavia questo solo se capita per la birchat amazon che si recita dopo i pasti della sera e del mattino, per il pasto del pomeriggio (seudà shelishit- terzo pasto) a posteriori non ci sarà la necessità di ripetere la benedizione di nuovo.

-Se invece ci si trova in mezzo alla birchat amazon dopo tutti e 3 pasti dello Shabbat, e ci si ricorda di aver omesso la formula suddetta, la regola sarà che: nel caso ci si sia ricordati subito prima di iniziare la quarta benedizione della birchat amazon, cioè quella di "(laad per i sefard.) ael avinu malkenu...", dopo "B.A.A.bonè (berachamav per il rito ital.) yerushalaim" allora si potrà inserire lì la formula di "reze veachalizzenu". Se invece si è cominciati a dire "Baruch attà Ad-ai" della quarta benedizione di "(laad per i sefard.) ael avinu malkenu..." per far sì, di non pronunciare chas veshalom il nome di Hashem invano, si dovrà continuare con le parole "lamedeni chukecha", dicendo quindi "B.A.A. e poi lamedeni chukecha"(tehillim 119) ed in questo modo verrà considerato come se si sia detti un versetto dei Salmi al posto dell'inizio della quarta berachà, e poi si avrà la possibilità di dire lì "reze veachalizzenu e continuare poi come di consueto, con la quarta berachà.

Continua domani.....

(tratto dal libro Shabbatalachà e agadà)

MOMENTI DI *MUSÀR*

PARASHAT KORACH

“Tu non ci hai condotto in una terra dove scorre latte e miele e non ci hai donato la proprietà di campi e vigne; pertanto, anche se per farci venire ci minacciassi dicendo: «**Cavate gli occhi di quella gente**», noi non ci alzeremmo” (Bemidbar 16, 14).

Per quale ragione Datan e Aviram, compagni di Korach nella ribellione, ricordarono solo la “**cavatura degli occhi**” tra le possibili punizioni per non aver accettato l’invito di Moshé Rabbenu?

Per rispondere a questa domanda bisogna innanzitutto ricordare che ciascuna delle 248 mitzvot positive è collegata ad una delle 248 membra che compongono il corpo umano.

Nel commento di *Rashì* sul primo verso della parashà è riportato che la ribellione di Korach fu condotta facendo indossare ai 250 membri del Sinedrio, gran parte della tribù di Reuven, dei manti realizzati solo con lana azzurra (*techelet*). Essi si rivolsero a Moshé domandando se su di un manto realizzato completamente di *techelet* sussista o meno l’obbligo di apporre gli *tzizit*, ed egli rispose loro di sì. La risposta in questione fu tuttavia aspramente criticata dai rivoltosi, i quali iniziarono a prendere in giro Moshé domandandosi come fosse logicamente possibile che per un manto fatto completamente di *techelet* sussista, nonostante ciò, l’obbligo di apporre gli *tzizit*.

Essi, di conseguenza, contestarono la mitzvà degli *tzizit*, in relazione alla quale è scritto: “**lo guarderete, e ricorderete tutti precetti di Hashem**” (Bemidbar 15, 39); tale mitzvà, quindi, è strettamente connessa agli occhi e, per tale ragione, i ribelli dissero “anche se per farci venire ci minacciassi dicendo: «**Cavate gli occhi di quella gente**», noi non ci alzeremmo” (Bemidbar 16, 14).

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti l'errore nella birchat amazon

....continua da ieri vedi lì la questione

Se nel caso invece, si è continuati la quarta berachà con “elo-nu melech aolam” si potrà continuare con “asher natan shabatot limnuchà leamò israel beavà leot velebrit. Baruch attà A' mekadesh aShabbat”. E con questo si sarà usciti d'obbligo dalla formula di “rezè veachalizzenu”.

-Se invece con la quarta berachà si è continuati dopo “melech aolam” dicendo “(laad per i sefard.) ael avinu” allora non ci sarà modo di riparare, e si comincerà nuovamente dall'inizio della birchat amazon (escluso quella dopo la seudat shelishit come scritto sopra che non c'è la necessità di ripeterla a posteriori quindi nel caso di seudà shelishit si continuerà a recitare tutta la birchat amazon).

-Le stesse regole valgono per la seudà serale del primo giorno di Pesach e Sukkot che se ci si è dimenticati la formula di Yalè Veyavò si avrà l'obbligo di tornare a ripeterla precisamente come spiegato sopra riguardo Shabbat. (Vedi sui siddurim la formula di moed nel caso si è iniziati la quarta berachà nei giorni di moed dicendo B.A.A.E.M.A ael avinu o laad come spiegato nel caso di Shabbat).

-Gli altri giorni di moed a posteriori, se si è terminati di recitare la birchat amazon, o si è iniziati la quarta berachà dicendo “ael avinu” (o laad sec. i sefarditi) allora non la si dovrà ripetere.

-Anche le donne che omettono la formula di “rezè veachalizzenu”, hanno l'obbligo di attenersi alle regole suddette. Per moed se hanno dimenticato Yalè Veyavò avranno l'obbligo di ripetere la birchat amazon solamente per la prima sera di Pesach, e non per quella di Sukkot.

Rileggi attentamente e più di una volta queste alachot essendo complicate e frequenti!

(tratto dal libro Shabbatalachà e agadà)

MOMENTI DI *MUSÀR*

TUTTO È DEL PADRONE DI TUTTO

Si racconta dello Zadik Rav Yakov Yosef Hermann che durante la seconda guerra mondiale decise con la moglie di salire in Erez Israel dall'America. Il 16 Agosto salparono con l'intenzione di arrivare al porto di Haifa il mercoledì del 30 agosto ed alloggiare presso la famiglia di Rav Alfah per qualche giorno, prima di trasferirsi definitivamente a Gerusalemme. Durante il viaggio, il comandante della nave avisò ai viaggiatori che a causa della guerra scoppiata in Europa erano nati dei problemi di transito nel mar mediterraneo e questo avrebbe provocato un ritardo di due giorni rispetto alla data d'arrivo prevista. Come comunicato, la nave attraccò al porto di Haifa il venerdì qualche ora prima del tramonto (entrata dello Shabbat). L'equipaggio scaricò tutti i container sulla banchina e comunicò che i viaggiatori avrebbero dovuto sgombrare al più presto il molo e che il personale della nave non erano affatto responsabili di tutti gli averi dei passeggeri. Il Rav e la Rabbanit erano decisamente preoccupati: come fare in tempo a cercare e radunare tutte le 16 casse e 9 valige contenenti tutti i loro averi, caricarle ed arrivare in tempo a casa prima di Shabbat?! Il Rav decise. Prese la cassa con il Sefer Torà dentro, il suo sacco con il tallit e i tefillin e cominciò a cercare la guardia doganale inglese per farsi timbrare il passaporto e correre presto in città e non profanare il Santo Shabbat. Mentre il Rav sussurrava alla moglie "Non ho mai profanato lo Shabbat, arrivare in Terra Santa e farlo qui per la prima volta non se ne parla affatto", un soldato inglese si avvicinò alla coppia e disse loro: "la banchina deve essere sgombrata, cercate tutti i vostri bagagli e lasciate il porto" Il Rav gli rispose: "Non mi importa dei bagagli, non c'è tempo di cercarli, timbraci solamente i passaporti e lasciaci arrivare a casa in tempo per il nostro Sabato". Il soldato guardò sbigottito il Rav e gli chiese: "Quanti bagagli avete?" e lui: "16 casse e 9 valige" il soldato attonito gli disse: "Sapete che se i vostri bagagli rimarranno qui sulla banchina incustoditi per tutta la giornata di domani di tutti i vostri averi domani sera non ne rimarrà che il ricordo, gli arabi ruberanno tutto!" Il Rav determinato rispose: "Io so, ma timbraci per favore i nostri passaporti e lasciaci arrivare in tempo per lo Shabbat!" Il soldato senza parole chiamò il collega e gli disse: "Timbra loro i passaporti e lasciali passare, il signore è pronto a lasciare qui tutti i suoi averi purché arrivi a casa prima del suo shabbat!!". Questi, anch'esso sbalordito della decisione dell'ebreo, timbrò i passaporti, le carte doganali e li lasciò passare. Il Rav prese solamente il Sefer Torà e i tefillin, prese presto un taxi con la moglie ed arrivarono proprio in tempo per la l'accensione dei lumi a casa del suo amico Rav Alfah. CONTINUA ACCANTO

MOMENTI DI MUSÀR

CONTINUA DA PAG. ACCANTO

Per tutto lo Shabbat Rav Hermann era pieno di sé, il suo spirito era elevato ed orgoglioso di essere riuscito a non profanare il Santo Shabbat. Tutto il tempo ripeteva: “Il Boss fa continuamente tutto per me, non posso forse per una volta fare qualcosa per Lui?..... Finalmente ho avuto l’occasione di adempiere alla mizvà di “Amerai il S. tuo D.o con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutte le tue forze (spiegano i Maestri “tutte le tue forze”= “tutti i tuoi averi”) e di santificare il Suo Santo Nome! Lo spirito della moglie era diverso da quello del Rav, la nostalgia per i figli rimasti in America le riempivano la mente e il cuore, e per di più il pensiero di aver perso tutti i suoi beni, gli rendevano ancora più difficile condiscendere la felicità e la fierezza del marito, tuttavia non si lamentava....

All’uscita dello Shabbat, dopo aver fatto l’avdalà, Rav Alfah disse alla coppia: “Andiamo al porto, proviamo a vedere se forse è rimasto qualcosa di tutti i vostri bagagli!” questi non erano affatto ottimisti come Rav Alfah, ma acconsentirono comunque alla proposta. Arrivati al porto, si avvicinarono sul posto d’attracco della loro nave. Un tale gridò con un accento inglese: “Dove andate, chi siete?” Rav Hermann rispose: “Siamo dei passeggeri della nave arrivata ieri dall’America!” Il guardiano si avvicinò: “Qual’è il tuo nome?” Yakov Yosef Hermann rispose il Rav. “Ah finalmente sei arrivato!” disse il guardiano. “Mi avevano detto che saresti arrivato appena tramontato il sole, hai ritardato due ore. Sono il responsabile dei tuoi bagagli da più di 24 ore, il soldato che ti ha timbrato ieri il passaporto mi ha minacciato di tagliarmi la testa se non avessi sorvegliato bene tutta la tua roba. Guarda qui se c’è tutto e firmami questi fogli....sono sfinito!” Il Rav e la Rabbanit erano attoniti, non avevano perso nulla di tutti il loro patrimonio!

Oltre all’infinita ricompensa e godimento spirituale nella vita eterna riservata a chi rispetta lo Shabbat, questo racconto ci insegna che rispettare i comandi del Padrone del Mondo non ci si rimette mai. In molti credono che rispettando il Santo Shabbat si perdano dei guadagni, ma ognuno di noi deve rafforzare in se la convinzione che è solamente Lui che sostiene le Sue creature, e Lui ci assicura che è lo Shabbat la “Mekor Aberachà” - la Fonte di tutte le Benedizioni, quindi com’è possibile pensare che nel custodire intatta la sorgente della prosperità si possa perderla?

Che Hashem ci dia la piena fede in Lui, ed il buon senso di credere che con le Sue Sante Mizwot, Hashem cerca solo il nostro beneficio sia in questo mondo che in quello avvenire!! Amen!

MOMENTI DI *HALAKHÀ*

Regole su carne e latte

Cucchiaino di latte nella pentola di carne

-Un cucchiaino di latte utilizzato con latte bollente e poi immerso (anche se pulito e freddo) per disattenzione in una pentola di carne sul fuoco (oppure anche calda al punto di 45°, anche se tolta dal fuoco), rilascia sapore di latte nel cibo e assorbe a sua volta. A questo punto si deve misurare quanto del cucchiaino sia stato immerso nei confronti della quantità di cibo nella pentola, visto che non possiamo sapere quanto latte sia uscito da esso. Si riscontra quindi se esiste una quantità di cibo superiore 60 volte rispetto al sapore di latte uscito dalla tratto del cucchiaino immerso in modo da annullarlo, raffrontando il contenuto della pentola di carne rispetto la parte del cucchiaino di latte immersa come spiegato.

-Nel caso invece la pentola di carne fosse il secondo recipiente (ossia travasata dal recipiente che era sul fuoco in un secondo recipiente), tutto è permesso a posteriori.

-Nel caso non si sia in grado di determinare quanto è stato immerso, si prende come misura di riferimento tutta la parte del cucchiaino con cui si solleva il cibo (ossia la "testa" del cucchiaino).

-Se il cucchiaino di latte viene immerso due volte nella pentola di carne e nel frattempo **non aveva realizzato di averlo immerso per sbaglio la prima volta**, allora deve misurare se il cibo misura due volte sessanta (120) la parte del cucchiaino immersa, per annullare la quantità di latte fuoriuscito.

-In genere, nel caso si abbia inserito il cucchiaino di latte nella pentola di carne, valgono le seguenti considerazioni:

Nel caso che il cucchiaino era stato usato entro le 24 ore con latte bollente:

o Se il cibo della pentola è **sessanta** volte superiore alla misura della parte immersa del cucchiaino: La pentola e il cibo sono permessi, il cucchiaino è vietato con qualsiasi cibo e se viene reinserito in un altro cibo entro le 24 ore c'è di nuovo bisogno del sessantesimo per annullarlo. CONTINUA ACCANTO

MOMENTI DI HALAKHÀ

CONTINUA DA PAG. ACCANTO

Se il cucchiaino era stato usato oltre le 24 ore con latte bollente:

-Anche se il cibo non è sessanta volte superiore al cucchiaino: la pentola e il cibo sono permessi, il cucchiaino invece è vietato, però qualora lo inserisca di nuovo per sbaglio in un altro cibo di carne tutto (cucchiaino, cibo, pentola) è permesso.

Nel caso immerga il cucchiaino di latte dentro la pentola di carne ove ora sta cucinando un cibo parve:

-Se la pentola era stata usata *entro* le 24 ore con cibi di carne bollente e il cucchiaino era stato usato *oltre* le 24 ore con latte bollente (o viceversa): la pentola, il cibo parve e il cucchiaino sono permessi secondo il din (Shulchan Aruch), così usano i Sefarditi. Secondo gli Ashkenaziti invece si usa:

-Mangiare il cibo parve solo negli utensili del tipo di cibo il cui utensile era stato usato entro le 24 ore (perciò come la pentola nell'esempio esplicitato, ossia può essere travasato in recipienti di carne;

-Considerare vietato l'utensile usato oltre le 24 ore (ossia il cucchiaino nell'esempio esplicitato). Se il cibo parve è acqua, questa è vietata, dal momento che non c'è grande perdita a gettarla via.

-La pentola era stata usata *entro* le 24 ore con cibi di carne bollente e anche il cucchiaino era stato usato *entro* le 24 ore con latte bollente ma questa volta il cibo parve è sessanta volte superiore alla parte immersa del cucchiaino: la pentola, il cibo e il cucchiaino sono permessi sia secondo il din sia secondo il minhag secondo i Sefarditi. Secondo gli Ashkenaziti invece il cucchiaino è vietato secondo il minhag, ma permesso secondo il din (in caso di grande necessità o perdita).

Visto che lealachot riportate potrebbero risultare complicate, tuttavia consuete, è molto consigliabile leggerle più di una volta e, in caso di ogni dubbio si chiedi ad un Rav esperto o un masghiach esperto e timoroso di Hashem.

(alachot tratte dal libro Bikkurèi Asher)

MOMENTI DI *MUSÀR*

L'appellativo "Tmeà - impura" attribuito alla donna durante il periodo che va dall'inizio delle ciclo fino all'immersione nel mikwè, non rappresenta una denigrazione per lei, ma al contrario viene a sottolineare la sua levatura spirituale.

La parola "Tamè" nella lashon akodesh - lingua santa, proviene dalla radice "atimut" ostruzione, impedimento; alla donna in questo periodo gli viene sottratta temporaneamente la sua nobile capacità di dare la vita, l'idoneità di generare, di dare un proseguo all'esistenza. Nei giorni di Niddà riveliamo la sua santità, la forza spirituale insita in ogni donna; solamente a chi gli si può attribuire il termine di "Taor" - puro può rendersi "Tamè" - impuro.

Per esempio secondo la Torà, solo il corpo dell'ebreo porta impurità dopo la morte, ciò invece non accade per un goi essendo questo spiritualmente più basso. Il Maral definisce questo concetto in poche parole: "La mancanza di spiritualità è impurità".

L'eternità del popolo ebraico è solamente nelle mani della donna. Infatti teoricamente se fossero esistite solamente le donne, la stirpe ebraica avrebbe avuto in ogni caso un continuo, essendo questa, secondo la Torà, a dare al piccolo un Neshamà - anima ebraica e non il padre. Concettualmente senza la donna Am Israel sarebbe scomparso. Per questo la Torà pretende da lei una purificazione, una santificazione speciale per svolgere il suo importante compito, la conservazione dell'eternità del popolo ebraico! Per il merito della donne zadkaniot - giuste i nostri padri sono stati redenti dall'Egitto, e per merito del donne zadkaniot saremmo redenti con l'avvenuta messianica!

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DELLA NIDDA (OTTAVO CAPITOLO)

Nel primo cap. abbiamo detto che secondo la Torà la donna diventa impura solo quando si è resa conto della fuoriuscita del sangue dall' utero nel momento in cui questo esce, ma i nostri maestri hanno decretato che qualunque sangue uscito dall'utero anche senza essere avvertito al momento dell'uscita rende la donna nidda. Quindi anche un donna che ha trovato una macchia di sangue sul suo corpo in posti in cui è pensabile che questo sia fuoriuscito dalle parti intime o che si trovi sui vestiti vicini alle parti intime o su le lenzuola ecc., è considerata nidda con tutte le regole di chi è diventata impura dalla Torà. Vi sono però dei casi in cui i nostri maestri non hanno decretato come verrà spiegato in questo capitolo. Daremo qui solo le regole generali quindi in ogni caso bisognerà chiedere a un rabbino competente.

15

1) Se il sangue non viene avvertito al momento della fuoriuscita la donna rimane pura se:

-la macchia di sangue è più piccola della misura di un "gris", come l'area di un cerchio che ha un diametro di venti millimetri (più o meno la grandezza di una moneta di dieci agurot).

-se viene trovata su un vestito colorato anche se è più grande della misura di un "gris".

-se viene trovata su un posto che secondo la legge ebraica non riceve impurità anche se è più grande della misura di un "gris".

Continua domani

MOMENTI DI *MUSÀR*

DOMANDA: Perché secondo la Torà quando la donna tradisce il marito questa è vietata a lui, ma al contrario quando l'uomo tradisce la moglie gli è permesso continuare a vivere con lei?

RISPOSTA: Per il suo alto livello di santità! E non perché l'uomo ha più privilegi della donna!

La terra più santa di tutto il globo è Erez Israel, tutti la vogliono, tutti combattono per possederla. La città più santa di Erez Israel è Gerusalemme (non per caso ogni religione pretende che sia questa la loro sede principale) ed in essa fu costruito il posto più sacro di tutta la terra, il Bet Amikdash. Nel giorno di Yom Kippur il giorno più santo dell'anno, l'uomo più santo della terra il Coen Gadol, entrava nel posto più santo del santuario Kodesh Akodashim nel posto più santo al mondo. E addirittura un solo pensiero estraneo, oppure una piccola impurità capitatagli veniva invalidato tutto il suo servizio o addirittura punito con la pena Divina, cosa che se avvenuta ad un qualsiasi altro ebreo di tutta la congrega d'Israele sarebbe stato dispensato da qualsiasi punizione. Allora in tal caso, vuol dire forse che il Coen Gadol fa parte di una categoria più bassa rispetto a tutto popolo ebraico? È chiaro che è il contrario! Una piccola impurità poteva pregiudicare il Coen Gadol perché questi era più puro e più santo rispetto a tutto il popolo. Lo stesso vale per la donna. La donna nell'ebraismo è paragonata alla Presenza Divina, che come risaputo risiede solamente nel Kodesh Akodashim!

C'è da sapere che la donna e l'uomo riguardo le pene impartite dalla Torà sono perfettamente allo stesso livello, quindi non perché è considerata un grado inferiore è vietata al marito in caso di tradimento, bensì come spiegato perché considerata più pura e sacra rispetto all'uomo; per questo non l'è stato impartito lo stesso numero di mizwot per rendersi santa come l'uomo a testimonianza proprio del fatto che lo è già.

Nel Sefer Torà solamente una lettera tra le 304,840 nel caso venga cancellata o scritta malamente rende pasul il Sefer per intero, è vietato utilizzarlo! Per quale motivo? Perché è santo! Più si è santi più gli si pretende di fare attenzione ad ogni impurità!

MOMENTI DI *HALAKHÀ*

REGOLE DELLA NIDDA (OTTAVO CAPITOLO)

Continua da ieri

2) le facilitazioni che abbiamo visto nel punto 1 non valgono se il sangue è stato trovato durante un controllo interno. Quindi se un donna fa un controllo interno, come quelli che vanno fatti durante i sette giorni puliti (come abbiamo spiegato nei cap. precedenti), anche se trova una piccolissima macchia di sangue diventa impura.

3) Secondo l'uso aschenazita le facilitazioni che abbiamo visto nel punto 1 non valgono quando il sangue viene trovato subito dopo che la donna ha urinato, mentre secondo quello safardita in questo caso anche se la macchia è più grande della misura di un "gris" la donna non diventa impura. Questa però è una regola complicatissima che solo un rabbino molto competente può sapere.

4) Come abbiamo visto nel punto 1 la donna non diventa impura se la macchia viene trovata su un vestito colorato quindi è bene non mettere mai vestiti intimi bianchi, tranne nel periodo dei sette giorni puliti in cui i vestiti intimi devono essere bianchi come abbiamo già spiegato nei cap. precedenti.

MOMENTI DI *MUSÀR*

UN VERO RACCONTO – IL SANTO SHABBAT

Digiuno nel campo di sterminio di Berghen Belsen! Fu la prima volta che ricevemmo un punizione collettiva. Oggi non c'è cibo per nessuno ne per gli anziani ne per i bambini. Il motivo: i tedeschi hanno sorpreso uno che bruciava un materasso (“per la cronaca” era pieno di pidocchi) Dissero che era una colpa imperdonabile, quindi spettava una punizione a tutto il campo.

Mia madre per dare un po' di cibo a mia sorella piccola, cucinò con grande fatica un po' di frumento senza latte, racimolò a stento qualche pezzo di paglia, ma all'ultimo momento due ebrei addetti alla sorveglianza del campo la scoprirono e la incriminarono portandola al tribunale dell'accampamento.

Oltre alle punizioni che davano i tedeschi, i sorveglianti ebrei erano obbligati anch'essi a giudicare e a punire i trasgressori...i nazisti amavano vedere come gli ebrei punivano i loro fratelli. Per il caso fu allestito un processo apposta per mia madre. L'udienza fu programmata per venerdì sera, Shabat Nachamù (lo Shabbat che segue TishàBeAv) nell'anno 5704 . In genere questo tipo di processi duravano molto, perché includevano le accuse dei guardiani ebrei, le testimonianze, la difesa dell'imputato e la deliberazione del tribunale. I preposti al caso erano tutti ebrei, i giudici i testimoni ecc..A differenza degli altri casi, quello di mia madre durò insolitamente poco, la sentenza fu: “senza pane per due giorni”. Mia madre rinunciò a difendersi dalle accuse e non si giustificò nemmeno, dicendo di aver solamente preparato del cibo ad una bimba di 4 anni.

Nel campo di Berghen Belsen non c'era la separazione netta tra gli uomini e le donne, e durante il giorno avevamo la possibilità di incontrarci. La sera del processo l'aspettammo ansiosi per conoscere la sentenza. Quando arrivò ci raccontò tutto. Le chiesi però perché il processo fosse durato così poco, e soprattutto, perché non avesse replicato alle accuse, in realtà si sarebbe potuta risparmiare i due giorni senza cibo se solo avesse dichiarato di aver preparato semplicemente del frumento ad una piccola di 4 anni. In quel istante non mi rispose, vidi che era molto commossa. Ciononostante osai chiedere ancora e mamma mi rispose: “Al processo non erano presenti solamente giudici e avvocati, ma lì sedeva un ebreo che scriveva il protocollo del processo, ed ogni parola che avessi aggiunto, quell'ebreo avrebbe scritto....e di venerdì sera!”. Per questo sono rimasta in silenzio. È preferibile avere un po' più di fame piuttosto che un ebreo scriva di Shabbat!”

(tratto dal libro Umatok Aor Echà)

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE SULLA TEFILLAT ADERECH

- Chi esce in viaggio recita questa preghiera: Y'hi ratzon milfanekha A-donai E-lohenu ve-lohe avotenu she-tolichenu leshalom vetaz'idenu leshalom vetadrichenu leshalom, vetaghi'enu limchoz chefzenu lechaim ulsimha ulshalom. Vetazilenu mi-kaf kol oyev veorev velistim vechayot raot baderekh, u-mi-kol mine puraniyot ha-mitragshot la-vo la-olam. Vetishlah brachà bekhòl ma'a'se yadenu vetitnenu lechen ulhesed ul-rahamim benecha uveinè kol roenu. Vetishmà kol tachanunenu ki E-l sho'me'a tfilà vetachanun ata. Barukh ata A-donai shomea tefilà.

- Chi recita questa Tefilla', la termina con Baruch Atta A. solo nel caso in cui il suo viaggio sia da una città all'altra, e il tempo di viaggio sia minimo di 72 minuti, sia se viaggia in macchina o in treno o in autobus o in aereo. Se non viaggia da una città all'altra e il suo viaggio non dura almeno 72 minuti, recita comunque la tefilla' ma senza finirla con Baruch Atta A., cioè senza finire la berachà con la formula finale omettendo il nome di D-o. Se viaggia nello stesso giorno e sommando il suo viaggio di andata con quello di ritorno arriva ad aver percorso almeno 72 minuti di viaggio, deve recitare la Berachà terminandola con il nome di D.o.

- Chi viaggia e deve recitare la Berachà, se può è bene che si fermi e la recita in piedi. Ma se viaggia in macchina ed ha difficoltà a fermarsi ed alzarsi, può recitarla mentre guida.

- Chi viaggia nello stesso giorno, sia la mattina che la sera, recita la Tefilat Aderech una volta sola, la mattina.

- Bisogna recitare la Berachà dopo essere usciti dalla città.

- Chi ha viaggiato da una città all'altra per un tempo di 72 minuti, dovrà recitare la Birchot Hagomel quando salirà al Sefer. (Le regole riportate riguardano l'uso sefardita per l'uso ashkenzazita si chiedi al proprio Rav. Per quello italiano si chiedi al Rav della città su quali regole applicare).

MOMENTI DI *MUSÀR*

PARASHAT CHUQQAT

E' riportata una storia nel libro "Od Yosef Chaij" dal grande rabbino e cabbalista Rabbenu Yosef Chaijm di Baghdad (autore del testo di halachà intitolato "Ben Ish Chaij"), riguardante una persona che, in sogno, aveva visto una scala grandissima con 1.000 gradini, sulla quale il Re saliva fino a giungere al cinquecentesimo gradino. Al mattino, questa persona si recò dal Re raccontandogli del sogno fatto: egli, il Re, si rallegrò molto del racconto, tanto da ordinare che venisse consegnata alla persona una cassa piena di monete d'oro.

La moglie del vicino di casa della persona, una volta venuta a conoscenza dell'accaduto, suggerì al marito di andare anche lui dal Re e raccontargli di aver sognato di averlo visto salire fino all'ultimo gradino di quella immensa scala: pensava infatti la moglie che se il loro vicino, che aveva detto di aver visto il Re arrivare solo fino al cinquecentesimo gradino (e quindi a metà della scalinata), aveva ricevuto doni così preziosi, a maggior ragione il racconto di un sogno dove il Re era arrivato fino in cima alla scala lo avrebbe indotto a consegnare loro un dono ancor più ricco del precedente.

E così l'uomo andò dal Re e, come consigliato dalla moglie, raccontò lui di averlo visto salire, in sogno, fino all'ultimo dei 1.000 gradini della grande scala: di fronte a tale storia, però, il Re si arrabbiò molto, ordinando alle proprie guardie di gettare l'uomo dal tetto del palazzo giù nel cortile, uccidendolo. Ciò in quanto quest'ultimo sogno, a differenza del primo, non era affatto buono: visto che il Re aveva ormai raggiunto l'apice della scala, infatti, non vi era modo di salire ancora più in alto e, quindi, in seguito ci sarebbe stata necessariamente una discesa verso il basso. L'altro sogno, invece, ponendo il Re a metà della scala, gli prospettava ancora una lunga ascesa verso la cima, e per questo il Re aveva ricompensato la persona con preziosi doni.

L'insegnamento che si può trarre da questa storia, spiega il *Ben Ish Chaij*, sta nel fatto che ciascuno di noi dovrebbe vivere considerando come se avesse raggiunto solo la metà della scala, proseguendo costantemente nello studio della Torah e nel rispetto delle mitzvot al fine di raggiungere mete sempre più elevate.

Con l'augurio che *Hashem* ci dia sempre la salute necessaria a servirLo con vigore senza necessità del supporto di altre persone, *Amen Ken Yehi Razon!*

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti le cento berachot giornaliere

-Come già studiato, ognuno ha l'obbligo di recitare 100 berachot al giorno, disposizione stabilita prima da Moshè Rabbenu e poi rinnovata da il Re David.

Anche di Shabbat quindi bisogna fare attenzione a raggiungere quel totale di benedizioni. Dal momento che le tefillot di sabato anche se di più (quattro) sono però composte da solo 7 benedizioni invece che 19, allora si dovranno rimpiazzare con altrettante. Mishnà Berurà (spiegazione allo Shulchan Aruch scritta dal Chafez Chaim nei primi del 900) riporta tutto il calcolo delle berachot che si recitano lo Shabbat chi vuole può approfondire li cap. 46 parag. 3. Li viene riportato che nella giornata di Shabbat, bisogna sforzarsi a supplire all'incirca 10 benedizioni che in genere si recitano nei giorni feriali.

-Alla luce di questo, c'è il buon uso in molti bet-akenesiot, di portare vari tipi di spezie per poterci benedire "azè o isbè besamim", e far avvalere tutto il pubblico di berachot. Questo è consigliabile per chi vuole dare dei meriti ai propri cari venuti a mancare, facendo recitare le berachot ai presenti del tempio *leilui nishmatan - per l'elevazione della loro anima.*

-E' opportuno portare anche in casa a tavola ogni tipo di berachà, per poter con facilità raggiungere le cento benedizioni obbligatorie, per esempio frutta dell'albero e della terra, primizie, dolci, besamim ecc.

-DOMANDA: Si recita la *kriat shemà al ammittà - lettura dello shemà israel prima di coricarsi* di Shabbat?

RISPOSTA: Di Shabbat si recita la *kriat shemà* prima di andare a letto come i giorni feriali omettendo il *viddui* - confessione dei peccati. All'uscita del sabato se si andrà a dormire dopo la mezzanotte proporzionale (vedi lunario) allora si potrà recitare il *viddui*, in caso contrario lo si dovrà tralasciare.

-E' vietato digiunare di Shabbat per aver fatto un brutto sogno, anche se questo sembra orrendo. Infatti, hanno già spiegato i poskim, che ai giorni nostri, non ci si fa caso ai brutti sogni, dal momento che la maggior parte di essi sono futili e nascono da situazioni insignificanti capitate durante la giornata precedente, come pensieri o preoccupazioni, o dalla cattiva alimentazione ecc. Tuttavia se non ci si sente tranquilli si potrà sopperire incrementando la lettura dei teillim e lo studio della Torà, e *mozèi Shabbat* - uscita di sabato dare una somma di zedakà ai poveri corrispondente al prezzo di un pasto medio.

(tratto da Yalkut Yosef, Mishnà Brurà)

MOMENTI DI *MUSÀR*

PARASHAT CHUQQAT

*“Tutta la comunità dei figli d’Israele giunse nel deserto di Tzin nel primo mese, e il popolo risiedette in Kadesh; **li morì Miriam e li fu seppellita**”* (Bemidbar 20, 1).

E’ scritto nel *midrash* che da questo verso si impara come, in quel frangente, cessarono le morti degli ebrei appartenenti alla generazione che, poco dopo l’uscita dall’Egitto, si era rifiutata di entrare in *Erez Israel* prestando ascolto alle travianti parole degli inviati del popolo che erano andati ad esplorare la terra promessa.

I nostri Maestri hanno infatti insegnato che, nei quarant’anni di pellegrinaggio nel deserto, ogni ebreo si scavava una fossa alla vigilia del 9 di Av (*Tish’à Be’Av*, giorno in cui gli esploratori erano tornati dalla visita di *Erez Israel* ed in cui il popolo ebraico aveva pianto “invano” ascoltando la loro maldicenza sulla terra promessa), dormendo in essa: vi erano ebrei che morivano durante tale notte ed altri che, invece, tornavano nelle proprie case. E così avvenne fino a che non morirono tutti gli ebrei facenti parte della generazione che aveva avuto a che fare con gli esploratori, per i quali Hashem aveva decretato che non sarebbero mai entrati nella terra d’Israele.

Ciò significa pertanto che, nel deserto, la scavatura della fossa precedeva sempre la morte degli ebrei.

Questo, però, fino a che non venne a mancare Miriam, in relazione alla quale è appunto scritto: **“li morì Miriam e li fu seppellita”** (Bemidbar 20, 1), il che ha costituito una prova per gli ebrei che, finalmente, erano cessate le morti degli ebrei nel deserto, in quanto la **“sepolitura”** aveva smesso di precedere la **“morte”**...

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti la *tefillà* mattutina

DOMANDA: E' permesso mangiare o bere prima della *tefillà* di *shachrit* - mattutina?

RISPOSTA: Per l'acqua tè o caffè con un po di zucchero a priori è permesso alleggerire, così come per i giorni feriali. È bene essere rigorosi e non aggiungerci del latte, a meno che non si tratti di una persona debole ma reciti prima le *birchot ashachar*.

Subito dopo aver pregato la *tefillà* di *shachrit* ricade sulla persona il divieto persino di bere con l'obbligo di eseguire prima il kiddush se si vuole farlo.

Per quanto riguarda il mangiare, all'infuori di casi straordinari, così come tutti i giorni è vietato farlo.

La donna invece, visto che ha l'obbligo perlomeno di pregare una *tefillà* al giorno anche di Shabbat (sefardite, per le ashkenazite si chiedi la norma al proprio Rav), se ha scelto quella di *shachrit*, allora al mattino appena svegliata ricadranno su essa tutte le regole suddette e quindi potrà bere prima di pregare come l'uomo.

Se però non si è ancora abituata a pregare una *tefillà* quotidianamente, o usa pregare quella di *minchà* - pomeridiana, in questo caso dovrà astenersi dal mangiare e dal bere finché non avrà recitato il kiddush (è permesso alla donna recitarlo anche senza il marito per esempio nel caso non sia ancora tornato dal *bet-akeneset*).

-Subito dopo aver pregato *shachrit* di *Shabbat*, ricade l'obbligo di fare il *kiddush* prima di mangiare qualsiasi cosa come scritto sopra. Quindi a priori si dovrà fare il *kiddush* e mangiare non più di *bezà*-la misura di un uovo corrispondente a circa 54 gr. di dolce o pane (dal momento che non si è a pregati *mussaf*), e poi potrà bere e mangiare frutta o verdura ecc.

-Per una persona debole o anziana invece, nel caso che non abbia la possibilità di fare il *kiddush*, potrà facilitare e bere e mangiare, ma anch'esso dovrà fare attenzione a non mangiare più della quantità suddetta.

Si deve comunque sapere, che anche se si è fatti il *kiddush*, ci sarà ancora l'obbligo di mangiare al termine della *tefillà* il secondo pasto dello *Shabbat*.

(alachot tratte da Yalkut Yosef)

MOMENTI DI *MUSÀR*

I 13 PRINCIPI - QUARTO PRINCIPIO

È anteriore a tutti gli antichi:

Hashem è eterno, è la fonte originale: l'universo intero conosce il momento in cui ha iniziato a esistere; nessuna creatura, per definizione, è infinita. Hashem invece trascende il tempo, poiché esso stesso è una Sua creazione.

Bisogna credere con fede completa che Hashem Itbarach è anteriore a tutti gli antichi. A differenza di tutte le creature, Hashem non ha un inizio e non ha la concezione del tempo, poiché il tempo è iniziato con la creazione; Lui essendo anteriore alla creazione è anteriore anche al tempo. Ogni creatura è limitata da quelli che sono gli spazi temporali: passato, presente e futuro, Hashem è sempre presente in un tempo solo. Per Hashem il concetto di "è stato" non è passato, il concetto di "è" non è un momento e il concetto di "sarà" non è futuro. Per Hashem tutto è presente. Non ha tempo delimitato quindi non ha inizio e non ha fine. La Torah nella parasha di Vezot Haberacha dice: "i cieli sono stati scelti come una residenza per il Signore che PRECEDE ogni cosa" ed anche scritto: "in modo che sappiate, crediate e capiate che io sono unico, prima di me non è nato niente e dopo di me non ci sarà niente.

Chiunque pensa a questo principio compie una Mizva' positiva e rafforza la sua fede in Hashem.

Tratto da "Emunat Israel"

MOMENTI DI HALAKHÀ

CONTROLLARE IL PENSIERO: IL SEGRETO PER VINCERE

L'uomo può peccare per due motivi principali. Il primo è perché non si rende conto che si sta facendo un peccato o non si rende conto della gravità di tale peccato. Il secondo motivo per il quale una persona commette un peccato è perché l'istinto prevale sulla ragione. Che vuol dire??

Rav Haim Frilander, Masghiach spirituale dalla Yeshiva di Ponovotich (per chi non la conoscesse è l'equivalente di Harvard per le Yeshivot) si dilunga su questo argomento e fornisce delle spiegazioni incredibili.

Dopo aver spiegato l'importanza del pensiero, Rav Frilander porta due esempi nel Tanach che rendono chiaro il concetto con un paragone fra Esav e Channa.

Si capisce dalla Torah che Esav è un personaggio che ha ascoltato il suo cuore. Si è fatto trascinare da quello che il cuore diceva. Channa (nota zaddaket, madre di Shmuel) ha "parlato al suo cuore".

La differenza è abissale: da una parte si ha un personaggio che ascolta il suo cuore, senza ascoltare la mente. Dall'altra parte invece si ha una persona che "comanda" il suo cuore.

Questa può essere una differenza molto importante fra uno Zaddik ed un Rasha.

Il Rasha quando sbaglia è perché non dà importanza al pensiero, non pensa se una cosa è giusta o sbagliata, ma la fa perché perché gli va. È un gesto impulsivo.

Lo Zaddik invece, come riporta il Mesilat Yesharim nei primi capitoli, è una persona che si interroga prima di fare un'azione. È giusta o è sbagliata? Grazie a questa interrogazione individuale, il lato razionale del cervello apprende su qual'è il comportamento giusto da intraprendere.

La prima cosa che si apprende da Rav Frilander è la seguente: per essere davvero Zaddik, una persona deve anteporre il pensiero al sentimento per sapere se è opportuno o meno fare una determinata azione.

MOMENTI DI MUSÀR

I 13 PRINCIPI - QUINTO PRINCIPIO

Non servire nessun'altro al di fuori di lui.

Le preghiere devono essere rivolte ad Hashem: talvolta siamo tentati di invocare gli angeli o altre forze, quali il sole e la luna, in quanto portatrici ed esecutrici della volontà di Hashem. Ma si tratta di un'impressione, un'illusione, poiché nessuna di queste creature è in grado di fare qualcosa che prescinda dell'ordine e dalla volontà divina.

Bisogna sapere che Hashem Itbarach è il D-O giusto da servire, bisogna far sapere la sua grandezza e compiere le sue mizvot, poiché lui è il nostro

D-O, il nostro re, il nostro creatore. Lui dobbiamo pregare, lui dobbiamo servire, a lui dobbiamo chiedere le nostre richieste e le nostre mancanze, poiché lui è colui che ci riscatterà, è il nostro salvatore che risponde e che ha pietà di noi in ogni momento di sofferenza. Noi serviamo SOLO LUI, non abbiamo intermediari, non serviamo le stelle, il sole, tutto quello che vediamo sono tutti sotto al potere di Hashem e non hanno nessun tipo di potere.

Chi serve qualcosa al di fuori di Hashem, come: sole, angeli, stelle, o qualsiasi altra creatura, anche se la persona sa che comunque Hashem è Il padrone del mondo e lui serve questa creatura solo perché pensa che sia giusto portare onore a creature create da Hashem, è chiamato servitore di Avoda Zara, idolatra.

Addirittura vedere la forma o il culto di dei diversi è proibito. È proibito anche chiedere come funzionano e come vengono serviti i culti stranieri anche se non si ha l'intenzione di servirli Has vshalom. Questo perché?

Perché l'idolatria è l'unico peccato per il quale si è puniti anche solo per averci pensato, senza compiere nessuna azione. La mente della persona è delicata e va protetta. È scritto: "e non devierete seguendo i vostri cuori e i vostri occhi dietro i quali vi traviate" ogni persona non deve andare secondo tutto quello che vede e tutto quello che sente, ma deve proteggere la propria mente così da poterla mantenere pura nel servizio di Hashem.

Tratto da "Emunat Israel"

MOMENTI DI HALAKHÀ

CONTROLLARE IL PENSIERO: IL SEGRETO PER VINCERE (Parte II)

Dopo aver capito l'importanza sul far dominare il pensiero anche nel mondo delle mitzvot, cerchiamo di capire altri punti di riflessione sul pensiero che possono aiutarci.

Capita a tutti di non voler fare una determinata cosa, molto spesso per pigrizia. Oppure, capita di essere consapevoli che una cosa che si sta facendo è sbagliata, ma non si riesce a smetterla comunque. Come fare?

Rav Frilander spiega che il pensare molte volte su una stessa cosa aiuta a capirne l'importanza. Sembrerà un concetto scontato, ma non è così: Il pensiero ha una forza di influenzare il nostro modo di comportarci molto alta. Addirittura secondo Rav Eliahu Dessler, l'individualità' di un uomo è composta da ciò che si pensa!

Facciamo un esempio pratico, molto comune ^{ל"ג}.

Supponiamo che una persona si svegli la mattina per andare al tempio ma si è molto stanchi e non si ha voglia di alzarsi. Le opzioni sono due: 1) Dico, non mi importa, preferisco dormire e mi addormento in modo immediato. 2) Rifletto sull'importanza di alzarmi e alla fine mi alzo.

Non esiste che una persona rifletta sull'importanza di tale azione poi alla fine decida di non farla.

Da questo banale si può capire una strategia per sconfiggere lo Yezer Hara'. Se non ti va di fare una cosa, pensa alla sua importanza. Se non basta, ripensa! Approfondisci col pensiero fino a capire che si sta interiorizzando qualcosa.

Rav Frilander parla inoltre, di questo concetto come ottima strategia per smettere di fare qualcosa a cui si è dipendenti, come il fumo.

Un altro spunto interessante è relativo all'importanza dei piccoli pensieri. Quando si parla di pensiero, esistono le riflessioni che sono solitamente pensieri lunghi e profondi; su questo tipo di pensieri sono tutti d'accordo che tali riflessioni influenzano molto. Invece, per quando riguarda i "pensieri flash" (Irurim)? Rav Frilander spiega che bisogna stare attenti anche a questi micro pensieri: anche loro influenzano in modo indiretto inconscio.

MOMENTI DI *MUSÀR*

I 13 PRINCIPI - SESTO PRINCIPIO

Hashem sa i pensieri della persona

Hashem comunica con l'uomo: per poter compiere la missione che Egli ci affida, dobbiamo prima sapere in cosa quest'ultima consista. La profezia è il mezzo tramite cui Hashem comunica all'uomo la Sua volontà. È un dono che si può ricevere dopo aver attraversato stadi di perfezione individuale.

Bisogna sapere che Hashem sa ogni pensiero e ogni azione della persona umana. Non c'è cosa nascosta a lui, non come quelli che dicono: "Hashem ha abbandonato la terra". La persona deve sapere che assomiglia ad una macchina telegrafica, che una parte sta qua e l'altra in America. Ogni piccolo movimento che la macchina rileva viene subito mandato dall'altra parte. Così è la persona: ogni azione che una persona fa, ogni parola che pronuncia, subito crea un qualcosa in cielo. Anche i più piccoli pensieri che passano nella testa della persona sia positivi che negativi vengono segnati in cielo. Per questo è scritto: "Tu conosci i segreti dell'universo e i misteri di ogni essere vivente. Tu scruti tutte le cavità del ventre delle persone e vedi i reni e il cuore, nulla Ti è celato e niente rimane nascosto ai tuoi occhi.

Chiunque crede che Hashem non sappia i pensieri della persona e le sue azioni è chiamato Apikoirus, miscredente e non ha parte nel mondo futuro.

Il solo pensare a questo principio puoi aiutare moltissimo la persona a non trasgredire i precetti della Torah. La persona che ha sempre in mente che Hashem controlla e segna ogni sua azione e pensiero sicuramente la sua vita sarà condizionata da un timore continuo di Hashem.

Tratto da "Emunat Israel"

MOMENTI DI HALAKHÀ

PREGARE..? SÌ, MA NON DA SOLO!

L'importanza di pregare con Minian

Fare tefillah e' una mizva riconosciuta da tutti. Tutti riconoscono l'importanza di avere un momento in cui si può stare con Hashem. Non tutti invece riconoscono importanza di pregare con minian.

La Ghemara riporta in Massechet Berachot e così lo Shulchan Aruch che ogni persona deve fare il massimo sforzo possibile per cercare di pregare con Minian. La Gemara chiama colui che ha un tempio vicino casa e non ci va come un "vicino cattivo". Tutto ciò a causa della tremenda santità che deriva dalla preghiera di una congregazione.

La preghiera di un singolo non e' sempre recitata con intenzione e capita che a volte la preghiera non si e' fatta come si deve; non arriva a Kadosh Baruch. Pregando invece con il pubblico, anche se non ci si concentra come da regola, la preghiera arriva direttamente ad Hashem e verra' sentita al 100%.

Piu' c'è la congregazione e' molteplice più Hashem e' contento! Immaginate un Re che si affaccia dal proprio balcone in un tempo stabilito per salutare il suo popolo.. Che faccia farebbe se ci sarebbero poche persone?? Rimarrebbe deluso!

A Maggior ragione Kadosh Baruch! Lui ci da la possibilità di pregare insieme, stando più vicini a lui e noi non ci presentiamo??

Seguendo lo stesso ragionamento bisogna presentarsi alla Tefillah puntuali! Se avete un appuntamento con Obama..lo fareste mai aspettare? A Maggior ragione con Kadosh Baruch!

E' una grossa cosa arrivare al tempio fra i primi dieci.

E' opportuno ad esempio andare a letto presto così che da arrivare puntuali e precisi al tempio. Anche se si sta studiando fino a tarda notte, se c'è anche il solo pericolo di non svegliarsi, e' consigliata l'interruzione dello studio se tale interruzione garantisce la puntualità al tempio.

Tutto questo perche?

Ci sono molte ragioni, cerchiamo BS"D di vederne alcune:

Ci sono brani come il Kaddish, la Kedusha o il "Barechu" non possono essere dette. A casa o senza minian si perderebbe l'occasione di sentire e rispondere a queste cose

Domani continueremo delle altre

MOMENTI DI MUSÀR

LA ROTTURA DELLE TAVOLE – 17 TAMUZ

Midrashim

Quando Hashem diede le tavole a Moshè, queste si trasportavano da sé, ma quando Moshè scese, si avvicinò al campo e osservò il vitello fabbricato dal popolo, le lettere volarono via dalle tavole, che diventarono improvvisamente molto pesanti. Immediatamente, Moshè si adirò, e gettò le tavole dalle mani (Shemòt 32,19) (.Midràsh Tanchumà, parashà di Ki Tissà).

Come si ruppero le tavole? Quando Moshè salì a prenderle e poi scese, era molto felice. Ma quando (vide che) Israele aveva peccato, disse: “Se consegno loro le tavole, saranno obbligati ad osservare mitzvòt vere e proprie e li renderò passibili della pena di morte, poiché in esse è scritto: «Non avrete altri dei» (Shemòt 20,3)”. Perciò, iniziò a tornare indietro; gli Anziani lo videro e lo inseguirono. Moshè tirava le tavole da una parte e gli Anziani le tiravano dall'altra, ma Moshè era più forte dei settanta Anziani (messi insieme), come afferma il verso: «E a tutta la mano forte» (Devarim 34, 12). Moshè guardò le tavole e vide che le lettere stavano volando via; allora, divennero molto pesanti, gli caddero dalle mani e si ruppero. Altri sostengono che non si ruppero finché Hashem non disse a Moshè «che tu hai rotto» (Shemòt 34,1), cioè “Che tu ti possa rafforzare per averle rotte!” (Yalkùt Shim'onì 393).

A cosa si può paragonare? A un re che aveva sposato una donna e le aveva scritto una *ketubbà*- contratto di matrimonio che aveva consegnato a un assistente. In seguito, si erano diffuse voci false su di lei (sulla sua fedeltà). Che cosa fece l'assistente? Strappò la *ketubbà*, dicendo: “È meglio che venga giudicata come donna nubile che come donna sposata”. Questo fu ciò che fece anche Moshè, dicendo: “Se non rompo le tavole, Israele non sopravvivrà, come afferma il verso {Shemòt 22,19): Colui che fa offerte a falsi idoli verrà distrutto”. Che cosa fece? Le ruppe e disse a Dio: “Essi (Israele) non sapevano che cosa vi fosse scritto”.

(tratto dal libro Sefer Atodàa tradotto da Morashà)

MOMENTI DI HALAKHÀ

PREGARE..? SÌ, MA NON DA SOLO! Parte II

Nel testo di ieri abbiamo spiegato l'importanza di pregare con un minian e in un tempio. Oggi cerchiamo di capire il perché .

Una persona puo' pensare che a casa, o da soli si ha nella preghiera più concentrazione. Oppure una persona puo' pensare che e' possibile decidere a priori di pregare lentamente perdendo la tefillah con minian.

L'Halacha pero' non e' cosi. Una persona deve fare il possibile per pregare allo stesso momento con della congregazione o se non possibile, deve fare il possibile per arrivare a dire l'amida con loro.

Infatti l'essenza del pregare con " minian" e' quella di recitare l'amida' con il pubblico o almeno di iniziare l'amida quando il hazan recita la ripetizione.

Questo non e' l'unico motivo; pregare al tempio comporta a fare un sacco di mizvot in piu' come ad esempio la zedaka!

Oppure, una mizva a volte più importante della zedaka e' lo studio della Torah.

Andando al tempio una persona a con molta più facilità la possibilità di fare tutte queste mitzvot.

Chi e' che non ha quest'obbligo?

Una persona malata non deve andare al tempio, se richiede sforzi che in quel momento non si sente di fare, e' sempre bene pero' chiedere consiglio al proprio Rav.

Un'altra persona esente e' colui che e' abituato a pregare al Nez (sorgere del sole) tutti i giorni con il suo minian. Se per una serie di motivi, e' impossibilitato e ha la scelta se pregare o con minian non al Nez o da solo al Nez, e' opportuno che preghi da solo col Nez.

MOMENTI DI *MUSÀR*

UN'OCCASIONE PER CHI DESIDERA PENTIRSI

17 Tamuz

Quella generazione era la meno esposta a commettere questo tipo di trasgressione, poiché si trattava della generazione più illuminata di ogni tempo, colma della conoscenza di Dio. Questo vale anche per tutti gli altri peccati che commise (come l'invio delle spie, le lamentele verso Dio o la disputa di Kòrach e della sua fazione). Perché, allora, Colui che vede il futuro e prevede ogni generazione fece in modo che questa generazione di conoscenza si sia resa colpevole di queste gravi trasgressioni?

Si può rispondere che ciò fu fatto per insegnare la via del pentimento alle persone. Fin dall'inizio, la Shekhinà risedeva in mezzo a loro, il popolo mangiava pane che proveniva dal cielo e beveva acqua da una fonte che sgorgava miracolosamente. Il popolo si accampava sotto le rispettive bandiere circondate da nuvole di gloria, con a capo Moshè e Aharòn.

Ma la strada davanti a loro era molto lunga, una strada che poteva estendersi per migliaia di anni prima di raggiungere la fine dei giorni. La strada era anche estremamente pericolosa, costellata di prove di fedeltà e di ricchezza, di schiavitù e di libertà; lungo di essa c'erano parecchie trappole, ed era possibile che Israele inciampasse e peccasse, diventando ribelle e agendo nel modo sbagliato. Affinché non potessero mai dire: "Ci siamo immersi nel peccato, perciò, la via del pentimento è bloccata davanti a noi e siamo destinati ad essere perduti per sempre", Dio insegnò a loro e a tutte le generazioni successive la strada del ritorno verso di Lui. Per quanto siano dispersi negli angoli più remoti della terra, Dio li condurrà indietro e li farà ritornare a Lui (cf. Nechemià 1,9). Nessuna generazione avrebbe potuto commettere un peccato più grave di quello della generazione del deserto, eppure anch'essi fecero ritorno a Dio ed Egli li fece diventare parte della Sua eredità. Il Talmùd (*Avodà Zarà 4b*) nota:

R. Yehoshua ben Levi disse: Israele fabbricò il vitello soltanto per offrire un'apertura per coloro che cercano di pentirsi, come afferma il verso {Devarim 5, 26}: «Magari fosse possibile che questi sentimenti rimanessero con loro: temermi e osservare le mie mitzvòt per sempre». Rashi spiega che erano forti e coraggiosi nel temere Dio; non meritavano di essere vinti dall'inclinazione al male e non sarebbe stato concepibile che succedesse se non si fosse trattato di un decreto del Re - un decreto emanato per offrire un'apertura a coloro che cercano di pentirsi. Continua a pag. 62

MOMENTI DI HALAKHÀ

COSA STUDIARE

E' risaputo l'obbligo che si ha rispetto allo studio della Torah. Una persona ha l'obbligo di fissare dei momenti di studio, variabili a seconda delle proprie disponibilità la mattina e la sera.

Quello che non sempre si sa' e cosa studiare. Esiste un obbligo su cosa studiare?

Teoricamente, si dovrebbe ripartire il proprio tempo per studiare la Torah ogni giorno in tre, una porzione per il Tanach, una porzione per la Mishna e Gemara e una porzione per L'Halacha.

Questo pero' puo essere valido per persone che hanno a disposizione molte ore per lo studio. E' sicuramente fondamentale ampliare la conoscenza sia in Tanach, che in Mishna e Gemara, ma per persone che hanno a disposizione poco tempo, come la maggior parte di noi, e' opportuno studiare l'Halacha.

L'Halacha e'fondamentale per sapere come comportarsi in tutte le situazioni.

Esiste un testo chiamato "Hok LeIsrael" diffuso molto nell'ambiente sefardita diviso in giorni della settimana che offre un brano della parashat hashavua, con una porzione sia di mishna, che di mussar,tanach,halacha e zohar.

Questo testo e' adatto a chi non ha molto tempo perche comprende tutto in modo ordinato.

L'altro elemento fondamentale di studio e' il Musar (l'etica). Lo studio di Musar rafforza in maniera notevole il nostro rapporto sia verso Hashem che verso il prossimo. Esistono testi di Musar come il Mesilat Yesharim che hanno la capacita di migliorare la nostra essenza.

Grazie allo studio di libri di Musar si e' in grado molto spesso di sconfiggere lo Yezer Hara' a causa della profondita' dello studio.

Bisogna ricordarsi sempre che l'unico modo per sconfiggere lo Yezer HaRa' e solo ed esclusivamente lo studio della Torah, come recita il verso " Ho creato lo Yezer e gli ho creato la Torah come condimento".

MOMENTI DI MUSÀR

PARASHAT BALAQ

Rabbi Moshè Sofer, soprannominato “*Chatam Sofer*” per il titolo dei suoi famosi libri di Halachà e commento alla Torah orale, fu un acerrimo oppositore del movimento degli ebrei c.d. “riformati”, che si proponevano di modificare le leggi della Torah per “aggiornarle” e renderle (a loro avviso) adatte al cambiamento dei tempi: a tal fine, il Chatam Sofer aveva anche ordinato ai suoi fedeli di ricercare e contrastare duramente i riformati senza alcun compromesso. Una volta i suoi discepoli gli domandarono il perché di tutta questa sua avversione nei confronti degli ebrei riformati, considerato anche che il Chatam Sofer era universalmente riconosciuto come un uomo mite e misericordioso nei riguardi di ciascuno fratello ebreo. Rispose Rabbi Moshè in questo modo: *“E’ scritto nella parashà di BalAQ: “Un angelo di Hashem gli si pose come ostacolo sulla strada mentre stava cavalcando sulla propria asina” (Bemidbar 22, 22)”*; come spiegato da Rashi, si trattava, nella circostanza, di un “angelo della misericordia”. *A prima vista, tale spiegazione lascia sconcertati per due ordini di ragioni: a) per quale motivo HaKadosh Baruch Hu inviò, nei confronti del malvagio Bila’am, proprio un “angelo della misericordia”? b) come è possibile, inoltre, che l’angelo della misericordia si sia tramutato, in seguito, nell’“angelo oppositore” di Bila’am? Da qui impariamo che solo colui che è noto per essere misericordioso nei riguardi del popolo d’Israele può svolgere il duro compito di affrontare Bila’am nonché “tutti i Bila’am” che sorgono nelle varie generazioni, i quali tentano in tutti i modi – apertamente o di nascosto – di abbattere le radici su cui si poggia l’ebraismo. Infatti, proprio grazie alla grande misericordia che egli nutre nei riguardi del popolo d’Israele, ed alla sua strenua volontà di custodire gli ebrei e salvarli da leader malvagi e pericolose condotte devianti, suscettibili di minare l’esistenza stessa dell’ebraismo, una tale persona non mostrerà alcuna tolleranza nei confronti di coloro che tentano di distruggere il fondamento della nostra religione, ed anzi li inseguirà e contrasterà senza sosta. L’attributo della misericordia nei confronti del popolo d’Israele – concluse il Chatam Sofer – è invero la fonte dell’immensa forza di cui sono dotati i difensori dell’ebraismo di ciascuna generazione, i quali combattono senza compromesso contro le fuorvianti forze che mettono in pericolo il futuro stesso degli ebrei...”*

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti la corsa e l'esercizio fisico

DOMANDA: E' permesso correre di shabbat?

RISPOSTA: Anche se il correre non è considerato uno delle 39 melachot - lavori vietati di shabbat, questo è uno dei divieti che anche se non portano a compiere una trasgressione vera e propria come per la restrizione rabbinica del mukzè, tuttavia il correre fa parte di quella categoria di limitazioni che sono state disposte dai nostri Maestri e ci si deve rapportare ad esse così come lo si fa riguardo i divieti espliciti dalla Torà come accendere il fuoco ecc.

Sul Tanach c'è scritto ***“Se tratterrai di sabato il tuo piede dal fare il tuo interesse nel giorno a me sacro e chiamerai il Sabato delizia consacrato al S. e onorato, e se lo onorerai tralasciando il tuo cammino dall'occuparsi dai tuoi affari e dal parlarne. Allora ti delizierai in onore del S. e ti farò salire sulle alture della terra e ti farò nutrire col retaggio di tuo padre Giacobbe poiché la bocca del S. ha parlato”***. Da questo versetto impariamo numerose mizwot che riguardano lo Shabbat. Tra cui il divieto di correre come c'è scritto ***“onorerai tralasciando il tuo cammino dall'occuparsi dai tuoi affari.***, vale a dire che non sia il modo di camminare durante lo Shabbat come il modo che lo si fa durante i giorni feriali. Quindi dal momento che l'uomo durante la settimana è preso ad affrettarsi dietro gli affari o nelle compere ecc. di Shabbat è vietato camminare a passo lungo, o addirittura correre ecc. bensì si dovrà farlo con serenità e tranquillità.

-E' permesso correre però nel caso di pioggia per non bagnarsi, o per paura di un animale, o per qualsiasi situazione che lo costringa assolutamente a farlo.

-E' permesso concedere ai bambini di correre e giocare essendo per loro il “godimento di Shabbat. Tuttavia bisogna fare attenzione che non lo facciano su una superficie non asfaltata o pavimentata per il divieto di “mashvè gumot” (si chiedi al proprio Rav i dettagli a riguardo)

Continua domani.....

(tratto da Shulchan Aruch orach chaim 301:1 e m”brurà e Yalkut Yosef)

MOMENTI DI *MUSÀR*

PARASHAT BALAQ

E' scritto nel *Pirké Avot*: “chi [...] possiede **invidia, orgoglio e superbia** è tra i seguaci di **Bilaam**” (*Pirké Avot* 5, 19). Secondo *Rabbenu Yona*, questa Mishnà ci insegna che l'**invidia**, il desiderio di beni materiali e la ricerca dell'onore conseguenti all'**orgoglio** ed alla **superbia** erano qualità negative che apprendevano tutti coloro che si apprestano a “studiare” nelle case di studio del malvagio *Bilaam*, ed è per questo che chi si distingue per eccellere in queste virtù negative è definito dai nostri Maestri ר”ב un “*discepolo di Bilaam il malvagio*”.

Vediamo infatti che, agli anziani di Moav ed a quelli di Midian, giunti presso di lui per invitarlo a maledire gli ebrei, *Bilaam* risponde che Hashem non gli avrebbe permesso di recarsi con loro, senza però rivelargli “*perché*” il Sig-re D-o non voleva che il mago andasse a maledire il popolo d'Israele. *HaQadosh Baruch Hu*, quando apparve a *Bilaam* in sogno, disse lui che non sarebbe stato possibile maledire il popolo “*poiché esso è benedetto*” (*Bemidbar* 22, 12). Invece il mago semplicemente risponde agli inviati di *Balaq* che “*il Sig-re ha rifiutato di lasciarmi venire con voi*” (*Bemidbar* 22, 13), e ci spiega *Rashì* che in realtà la sua intenzione era quella di ottenere maggiore onore da parte dei Moabiti, i quali, per compiacere la **superbia** di *Bilaam*, sarebbero dovuti tornare ad implorarlo di seguirli per il tramite di ministri e personalità ancora più importanti. Ed infatti vediamo che il re *Balaq*, comprendendo le intenzioni del mago, la seconda volta inviò lui dei ministri “*più numerosi e più ragguardevoli degli altri*” (*Bemidbar* 22, 15).

E non solo *Bilaam* era un superbo cacciatore di onori, egli, secondo le parole dei Maestri, era anche un uomo pieno di **orgoglio**, il quale lo spingeva a desiderare i beni materiali sopra di ogni altra cosa. Ed è per questo che quando lui si rivolse, la seconda volta, agli importanti ministri del re, disse loro “*Se anche Balak mi desse la sua casa piene d'argento e d'oro, non potrò trasgredire l'ordine del Sig-re D-o*” (*Bemidbar* 22, 18). Con queste parole, fanno notare i nostri Maestri, anche se apparentemente potrebbe sembrare una forma di sottomissione da parte sua alla volontà di *Hashem*, in realtà il mago rivela ai ministri moabiti e midianiti quelle che erano le sue reali richieste: “*una casa piena d'argento e d'oro*”. Il suo spirito carico di orgoglio lo spinse quindi a desiderare non solo del denaro, ma addirittura ad immaginare la possibilità che il re *Balaq* lo potesse retribuire con una casa piena di tutti i beni più preziosi!

Continua a pag. 62

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti la corsa e l'esercizio fisico

...continua da ieri

-Nel versetto su riportato c'è scritto "il tuo cammino" quindi il cammino per gli interessi di Hashem sono permessi. È permesso dunque correre per una mizvà come affrettarsi nell'arrivare al bet-akeneset presto, o per una lezione di Torà. La stessa regola vige nel caso si passi in una via dove sono presenti donne poco vestite dove sarà permesso correre o allungare il passo per evitare visioni proibite che Hashem ci scampi.

-E' permesso passeggiare di Shabbat anche se lo si fa per motivi salutari. Quindi è consentito camminare dopo il pasto del Sabato, tuttavia si faccia attenzione a non superare il "Tchum Shabbat" (si chiedi al proprio Rav tutti i dettagli a riguardo). In ogni caso non si ecceda con le scampagnate durante lo Shabbat "Perché non sono state dati gli Shabbatot e i Moadim al popolo ebraico nient'altro che per occuparsi di Torà!"

-E' vietato fare esercizi fisici di Shabbat, sia servendocisi degli attrezzi specifici che non. Secondo la regola semplice questo è permesso (senza attrezzi) se non si ha l'intenzione di sudare, tuttavia, visto che c'è chi vieta in tutti i casi, è bene astenersi dal fare qualsiasi esercizio fisico di Shabbat e chi sarà rigoroso in questo riceverà benedizione.

-E' vietato nuotare di Shabbat sia al mare che in una piscina che si trova in un luogo non recintato (reshut arabbim). Tuttavia in una piscina posta in un ambiente privato (reshut aiachid) è permesso solo se questa dispone di argini che non fanno fuoriuscire l'acqua da essa. Con tutto ciò è molto consigliabile astenersi dall'andare in piscina di Shabbat perché questo comporta svariati problemi alachici (senza parlare dei gravi divieti che ci si imbatte anche nei giorni feriali nel caso si tratti di spiagge o piscine promiscue che Hashem ci scampi) e "gli Shabbatot e i Moadim sono stati dati al popolo ebraico nient'altro che per occuparsi di Torà!"

-Immersi solamente nel mare o in piscina durante Shabbat è consentito dall'alachà (per quanto riguarda le alachot di Shabbat [yalkut yosef], tuttavia come scritto sopra, chi si asterrà dal trascorrere lo Shabbat in quei posti oltre ad evitare svariati problemi alachici onorerà per il meglio la festività con le seudot di Shabbat in famiglia, i canti e lo studio della Torà in casa o al Bet Akeneset, e Hashem gli renderà merito. (alachot tratte dal Yalkut Yosef)

MOMENTI DI *MUSÀR*

LA FORZA INSITA IN OGNI EBREO - PARTE I

Da dove mai gli ebrei traggono la loro sorprendente capacità di sopportare tutti gli ostacoli che si presentano loro, senza mai desistere né perdere le speranze? Ancora una volta, questo è ciò che ci è stato tramandato dai nostri santi Padri, che accettarono con amore tutto ciò che l'Onnipotente mandava loro. Difficilmente si potrà trovare un ebreo che commette suicidio (rispetto ai goim), sebbene immensa sia la sua angustia. Fintanto che egli riesce a mantenere certi contatti, seppur deboli, con il proprio patrimonio ebraico, eviterà questo passo terribile e preferirà pensare alla sua sofferenza come all'espiazione dei suoi peccati. La ragione è che i nostri santi Padri si immersero completamente nella vita spirituale. Si attaccarono alla fonte della vita – a Hashèm stesso. Di conseguenza sapevano che tutto ciò che veniva da Hashèm doveva avere una natura spirituale [e quindi essere essenzialmente buono]. Nessun atto di Dio può in alcun caso essere malvagio. Niente di cattivo può provenire da Dio, in quanto Egli è il bene supremo. Anche se noi esseri umani, nella nostra miseria e fragilità, pensiamo con il nostro gracile intelletto di poter *scorgere* qualcosa di malvagio, è solo perché noi apprezziamo l'esteriorità, la parte materiale di un evento (proprio come il nostro corpo è il nostro abito, l'aspetto esteriore degli atti di Dio è l'abito degli eventi. La loro vera essenza sta nel loro intimo scopo spirituale). Chiunque sia stato benedetto con la preziosa capacità di intuire i contenuti profondi delle cose, e apprezza in qualche modo la realtà spirituale, sa con certezza che tutti gli atti di Dio sono completamente buoni. L'unico loro contenuto è l'amore e il rispetto e l'unico scopo è il bene delle sue creature. Il Saggio Nakhùm Gamzo (il maestro di Rabbi 'Akivà) è famoso nel *Talmùd* per essere il principale esponente di questo pensiero. La sua reazione a qualsiasi cosa gli accadesse, anche se sembrava un disastro, era: "Anche questo è per il bene" (*Ta'anit* 21a). Anche ciò che ci appare come il peggio, non è affatto qualcosa di negativo; in realtà è qualcosa di buono, poiché il suo intento è buono. Una persona che soffre di una malattia letale, è contenta di doversi sottoporre a un intervento chirurgico che la può salvare, nonostante il dolore e la sofferenza che ne possono derivare. Così dobbiamo intendere le vie di Hashem. Ma in questo caso, il bene è incomparabilmente maggiore – sublime, in modo inimmaginabile. Continua domani.....

(tratto dal libro *La Conquista della Verità*)

MOMENTI DI HALAKHÀ

ALACHOT DI "BEN HA-MEZARIM"

1) I giorni che vanno dal 17 di Tamuz (digiuno) al 9 di Av (digiuno di Tishà be-Av), sono chiamati "Ben ha-mezarim", secondo quanto è scritto nel libro di Echà (cap.1, v.3): "I suoi nemici riuscirono a prenderla in possesso...". E hanno insegnato i nostri Maestri ז"ל che questo verso si riferisce proprio a questi giorni, periodo in cui i nemici entrarono a Gerusalemme e commisero avversità al popolo d'Israele, fino al giorno di Tishà be-Av, in cui venne distrutto il Santuario di Gerusalemme. Per questo motivo in questi giorno mettiamo in pratica usi simili a quelli delle persone in lutto.

2) In questi giorni bisogna fare attenzione a non andare da soli in strada dall'inizio della quarta ora (proporzionale) fino alla fine della nona ora (proporzionale), (in totale 6 ore proporzionali), poichè in questo periodo un determinato "demone" ha forza. Secondo il Talmud (Pesachim pag.111b) bisogna fare attenzione a ciò già dal primo di Tamuz.

In questi giorni bisogna fare attenzione a non camminare tra l'ombra e il sole.

3) Anche se il Rambam (regole dello studio della Torà 2:2) insegna che l'insegnante di Torà deve punire colpendo (non crudelmente) un alunno che abbia compiuto un'azione non adatta, tuttavia in questi giorni bisogna astenersi dal farlo, poichè c'è un "demone" che nel momento in cui l'insegnante colpisce l'alunno, in contemporanea anche lui lo colpisce, quindi anche una piccola botta potrebbe essere pericolosa. Ciò vale anche per ciò che riguarda i genitori nei confronti dei figli, è bene che in questi giorni non li picchino affatto.

(Tradotto dai libri "Chazon Ovadia" volume "I 4 digiuni"; "Arba taanot ba-halachà u-bahagadà")

MOMENTI DI *MUSÀR*

LA FORZA INSITA IN OGNI EBREO - PARTE II

.....continua da ieri

Questo è l'atteggiamento nei confronti della vita, irrevocabilmente acquisito, che aveva Avrahàm nostro padre durante la prova della carestia, così come in molte altre prove e tribolazioni alle quali fu sottoposto. Il suo cuore non lo tradì nonostante le sventure, poiché era fermamente convinto della bontà di Dio e della Sua infinita misericordia. Questa preziosa e ricca eredità è stata tramandata a noi, i suoi discendenti. Per questo nel cuore di ogni ebreo c'è un potere interiore che non gli permette di desistere. Nonostante i numerosi colpi e le terribili persecuzioni che abbiamo sofferto per migliaia di anni, non ci siamo arresi. Sappiamo, nei nostri cuori, che è tutto a fin di bene. C'è una bontà Suprema verso la quale tutto tende e che renderà tutto favorevole. Allora scopriremo che ciò che ci è accaduto, tutto quello che sembrava così terribile e senza senso, aveva un carattere malvagio solo nella sua parte esteriore, ma non nella realtà. Diciamo nel *Shir Hamma'alòt (Tehillim 126)*: "Quando il Signore ci fece tornare a Sion ci pareva di sognare". La cattiveria che abbiamo conosciuto nella lunga notte dell'esilio, e che a quel tempo intendevamo così reale e tremenda, sembrerà solo un brutto sogno. Come vedremo, la realtà è, ed è sempre, stata nient'altro che bontà e amore. Il profeta Mikhà dice: "Non ti rallegrare nemico della mia disgrazia; se sono caduto mi rialzerò; se siedo nelle tenebre, Dio è luce per me!". Su questo i nostri Saggi commentano: "Dalla caduta viene il sollievo; dalla profonda oscurità, la luce" (*Yalkùt Shim'oni*). Tale è la più profonda convinzione di ogni vero membro di Israele.

Questa fede ardente è necessaria oggi più di ogni altra cosa, nei nostri giorni, quando i problemi e le persecuzioni ci sommergono oltremisura nella nostra lunga e amara storia dell'esilio. Se c'è un membro del nostro popolo che, in seguito a tutto ciò che ci sta accadendo, sia tentato (Dio ci salvi) di fare un gesto per disperazione (o addirittura lasciare la strada tramandataci da Moshè Rabbenu), egli deve sapere che cedendo a tali tentazioni nega lo stretto legame che ci unisce ai padri del nostro popolo. (tratto dal libro *La Conquista della Verità*)

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE RIGUARDANTI BEN HAMEZARÌM E IL "TIKKUN CHAZZÒT"

1) * "Tikkun Chazòt":

Nello Shulchan Aruch (Orach-chaiim 1:3) è scritto che chi è timoroso del Signore prova sofferenza per la distruzione del Santuario di Gerusalemme.

Il grande Maestro della Mistica Ari z"l, insegnò di recitare durante tutto il corso dell'anno determinati capitoli dei Salmi, che si trovano nei libri della Tefillà sotto il nome di "Tikkun Chazzòt".

Il "Tikkun Chazzòt" è composto dal "Tikkun Rachel" e dal "Tikkun Leà".

Si possono recitare questi Salmi dall'inizio della mezzanotte (secondo l'ora proporzionale) fino alla fine della notte.

* Nell'Halachà Berurà del Rav David Iosef è scritto che il recitare il "Tikkun Chazzòt" è più importante del recitare la Tefillà di Shachrit con il sorgere del sole.

Detto ciò: una persona che crede che se reciterà il "Tikkun Chazzòt" sarà stanca e non potrà pregare Shachrit con il sorgere del sole, è meglio che reciti il "Tikkun Chazzòt" e che preghi la tefillà di Shachrit più tardi (naturalmente non oltre il tempo massimo).

Così anche il "Tikkun Chazzòt" è più importante delle Selichòt.

Detto ciò: una persona che non può recitare tutte e due è meglio che reciti il "Tikkun Chazzòt".

* Nel momento in cui si recita il "Tikkun Rachel" è bene sedersi per terra (su una stoffa/asciugamano e simili) accanto alla porta di casa, e lo si dica con concentrazione e con voce di pianto, disperandosi per la distruzione del Santuario di Gerusalemme.

Prima di recitare il "Tikkun Rachel" è bene togliersi le scarpe.

2) * "Tikkun Rachel":

Il "Tikkun Rachel" fa parte del "Tikkun Chazzòt". Si tratta di versi che trattano della nostra sofferenza per la distruzione del Santuario di Gerusalemme.

Il Maestro della Mistica, l'Ari z"l, insegna che durante il periodo di "Ben Ha-mezarim" è bene recitare il "Tikkun Rachel" non solo dopo la mezzanotte (secondo l'ora proporzionale) bensì anche dopo il mezzogiorno (secondo l'ora proporzionale).

Si può recitarlo fino al tramonto del sole.

(Tradotto dai libri "Chazon Ovadia" volume "14 digiuni"; "Arba taanot ba-halachà u-bahagadà")

MOMENTI DI *MUSÀR*

SENTIRSI NELLE BRACCIA DI PAPÀ

Roberto iniziò il giro del mondo per scoprire dov'è il posto dove regna la felicità e capire come ottenerla. Pensò all'inizio, di visitare le città dove vivono i ricchi e in quelle dei poveri, i quartieri degli aristocratici e del popolino. Tuttavia vivendo, parlando con ognuno di queste categorie, scoprì che nessuno di essi avevano raggiunto la felicità nonostante la loro posizione. Il povero sosteneva: "se avessi avuto un po' più di soldi sarei stato il più felice della terra", il ricco al contrario affermava: "se avessi avuto un po' di tranquillità da tutti gli impegni sarei stato molto più felice.....!"

Da lì capì Roberto che la felicità si trovava presso una fascia di età particolare a prescindere dalla ricchezza o dalla povertà oppure dal gruppo sociale. Pensò che solamente i bambini fossero i veri giocondi in questo mondo, e si chiese: "Perché proprio loro godono della felicità?" rifletté profondamente e giunse alla conclusione: sono veritieri, liberi da ogni dipendenza, non hanno da preoccuparsi su cosa mangiare domani perché sanno che è la madre a preoccuparsi di questo. Per di più i bambini non stanno in pena su cosa la gente dice di loro, non hanno paura di dire la realtà dei fatti, i bambini cercano la verità! Per questo sono felici!

Roberto tuttavia, continuò il suo viaggio perché non era ancora compiaciuto del fatto che solamente i bambini, privi di senno come le persone adulte, potessero essere gli unici felici in questo mondo..... Dopo un lungo viaggio, trovò proprio quello che cercava: un gruppo di gente che anche se adulti, raziocinanti vivono proprio come i bambini. Cercano la verità, non danno peso a quello che pensa la gente di loro, e sono sempre felici e sereni perché hanno chi si preoccupa di loro. Sono persone distinte e virtuose, la loro vita è intensa e ricca di significato, e soprattutto la vivono con immensa felicità e delizia. Roberto incuriosito, desiderò parlare con un membro di quel gruppo che gli rivelasse il loro segreto per raggiungere la gioia finora apparentemente irraggiungibile. Un gentile signore si rivolse a lui e gli rispose con un racconto del Talmud: "Rava, uno dei grandi Rabbanim dell'epoca talmudica, era talmente preso dallo studio che non si accorse che le sue mani erano sanguinanti. Un eretico (zdoki), che passò di lì gli disse: "Ti comporti con sventatezza senza badare alle tue azioni! Proprio come fecero i tuoi antenati che accettarono la Torà dicendo "faremo e ascolteremo" senza sapere cosa ci fosse scritto!" Rava gli replicò: "Dal momento che noi confidiamo in Hashem che si cura solamente del nostro bene, siamo sicuri che non ci prescrive delle mizvot che non sono per nostro vantaggio, per questo abbiamo affermato: faremo e ascolteremo!" Continua accanto

Continua da pag. accanto. E continuò quel distinto signore: “Questa visione per la Torà e delle Mizwot ci dà la felicità, siamo convinti che è stato scelto per noi il modo di vita migliore che l'essere umano possa scegliere, sappiamo che abbiamo un Padre che si preoccupa di noi, di tutto ciò che abbiamo bisogno, per questo abbiamo la felicità. Siamo sicuri che nessuno può darci o sottrarci qualcosa se non per Sua decisione, presso la nostra gente non esiste né invidia, né brama e neanche la ricerca di onore. È chiaro che tutti i precetti di Hashem sono esclusivamente per elevarci, per renderci persone migliori, completi! E con questa visione il popolo ebraico deve sentirsi elevato, distinto per il fatto di essere stato scelto tra tutti i popoli, Am Israel, Am Hashem!

Beato il popolo che Hashem è il suo D.o! (Salmi)

Così come un piccolo si sente nelle mani della madre, così la mia anima si sente nelle mani di Hashem! (Salmi)

(Sichà di Rav Yakov Exter)

MOMENTI DI HALAKHÀ

ALTRE REGOLE RIGUARDANTI IL BEN HAMEZARÌM

*Musica:

1) In questo periodo è bene astenersi dal sentire musica accompagnata da strumenti musicali.

Tuttavia se si tratta di un pasto di Mizvà come Brith Milà; Pidion ha-ben; Bar mizva; conclusione di un trattato di Talmud, è permesso sentire musica accompagnata da strumenti musicali.

L'uso degli Ashkenaziti è di essere rigorosi e di non sentire musica accompagnata da strumenti musicali anche durante un pasto di Mizvà.

2) E' permesso cantare senza strumenti musicali. A maggior ragione sarà permesso cantare la Tefillà, o studiare Torà intonando le parole, come è scritto (Libro dei Salmi cap. 100, v. 2): “Servite il Signore con gioia, mostratevi di fronte a Lui con canti”.

*Balli:

3) In questo periodo è proibito ballare o danzare anche senza strumenti musicali. - Continua domani -

MOMENTI DI *MUSÀR*

INSEGNAMENTI DI RABBI NACHMAN E I SUOI DISCEPOLI

-Una persona chiese a Rabbi Natan (discepolo di R.Nachman): “Non è forse preferibile pregare velocemente per far sì che i pensieri estranei non ci invadano la mente durante la tefillà, piuttosto che pregare lentamente dandogli più la possibilità di farlo.....?” Rabbi Natan gli rispose con sarcasmo: “Pregando velocemente è possibile recitare tutta la tefillà con un solo pensiero estraneo senza pensare mai alle parole che si dice, ma facendolo lentamente è più probabile che quei pensieri qualche volta lascino la mente e diano modo di concentrarsi a dovere!”

-Una volta Nachman figlio di Yudl (non Rabbi Nachman di Breslav) che era un giusto e timoroso di Hashem, andò a trovare Rabbi Natan (discepolo di Rabbi Nachman di Breslav). Questi era occupato tutto il giorno a servire Hashem con lo studio della Torà e la preghiera; tuttavia in casa non avevano addirittura ne del pane da mangiare ne degli abiti per potersi vestire. Inoltre aveva anche una moglie malvagia ed iraconda che aveva l'abitudine di insultarlo continuamente (a Nachman figlio di Yudl). Quel giorno era venerdì e ancora non aveva il necessario per lo Shabbat, e lì c'era un altro ebreo che ascoltò tutta la situazione di Nachman figlio di Yudl e si rammaricava davanti a Rabbi Natan per lui..... Rabbi Natan disse a quell'ebreo: “Cosa ti rammarichi per la sua situazione!? Si alza tutte le notti per servire Hashem, è impegnato tutto il giorno nella Torà e la tefillà, è povero e pieno di sofferenze e ha anche una donna malvagia, e per merito di tutto questo non vedrà persino la porta del Gheinnom (inferno).....è per Moshè (popolare benestante ebreo della città) che ti devi rammaricare!!! Oggi per pranzo ha mangiato tutte le prelibatezze di questo mondo, ha bevuto del buon vino e ha anche fatto un sonnellino tranquillo dopo il pasto....e conosciamo ben la sua condotta.....per lui dobbiamo rammaricarci!! Chi sa quanti anni di sofferenze dure e amare dovrà penare (nell'olam abbà) per ripulirsi da tutto il sudiciume di questo mondo materiale!?!....
Continua a pag. 62

MOMENTI DI HALAKHÀ

- Continua da ieri -

*Matrimonio:

4) C'è differenza tra l'uso Ashkenazita e quello Sefardita:

* L'uso Ashkenazita: è di non compiere matrimoni in questo periodo.

* L'uso Sefardita: è di compiere matrimoni fino al capo mese di Av (non compreso).

* Tagliarsi i capelli:

L'uso Ashkenazita è quello di non farsi la barba e di non tagliarsi i capelli dal 17 di Tamuz al 10 di Av.

L'uso sefardita è quello di astenersi da ciò soltanto nella settimana in cui cade il digiuno di Tisha be-Av.

Tuttavia nel caso di una Milà, anche secondo gli Ashkenaziti, il padre del bambino, il Moèl, e il Sandak, possono farsi la barba e tagliarsi i capelli, a meno che la milà non cada nella settimana in cui cade il digiuno di Tisha be-Av.

“Shehecheianu”, la benedizione delle cose nuove:

1) In questo periodo è bene non recitare la benedizione di “Shehecheianu” su un frutto nuovo* o su un abito nuovo. Quindi ci si astenga dal mangiare un frutto nuovo* e dall'indossare un abito nuovo fino a dopo il digiuno di Tisha be-Av (E' bene attendere fino all' 11 di Av).

Tuttavia negli Shabbatot che cadono in questo periodo è permesso recitare la benedizione di “Shehecheianu”.

- Continua domani -

MOMENTI DI *MUSÀR*

L'IMPORTANZA DELLA PREGHIERA

C'è una cosa cui la gente non dà importanza e la sottovaluta: la preghiera. Il nostro Maestro Rabbi Nachman di Breslav diceva: *“Sapete perché io vengo osteggiato? Perché tutta la mia dottrina si basa sulla preghiera. E riguardo alla preghiera, i nostri Maestri dissero esplicitamente che essa è una delle cose più importanti del mondo, eppure la gente la trascura...”*

E per questo la gente irride il nostro Maestro, lo umilia e gli si oppone. In altre parole, tutta l'indifferenza nei confronti di Rabbi Nachman è dovuta al fatto che la gente non sa apprezzare l'importanza della preghiera. Il nostro Maestro aggiunse: *“Cosa significa che tutta la mia dottrina si basa sulla preghiera? In fondo, tutti si dedicano alla preghiera, tutti pregano tre volte al giorno, benedicono dopo i pasti, eccetera.”* E allora, in cosa consiste dunque questo rapporto così speciale tra la dottrina del nostro Maestro e la preghiera? La risposta è che, nella dottrina di Rabbi Nachman di Breslav, pregare significa rivolgersi a Hashem Benedetto riguardo a ogni cosa: si prega e si porge la propria richiesta. Quando un uomo prega solamente le tre preghiere quotidiane, gran parte di questa preghiera diventa una routine: inchina la testa pronunciando *“Modim”* come per abitudine, la mente vaga mentre la bocca sta parlando e il cuore è lontano da ciò che si sta pronunciando e da Hashem. Ma quando si prende l'iniziativa di chiedere qualsiasi cosa da Hashem Benedetto è tutta un'altra cosa... Questa è l'essenza profonda della preghiera e questa è la sua forma ideale: a questo si riferiva il nostro Maestro, quando diceva che tutta la sua dottrina è basata sulla preghiera.

La preghiera è dunque necessaria per ogni cosa e bisogna quindi pregare non solo per ciò che ancora non abbiamo e che vorremmo avere, ma anche per ciò che già abbiamo. Infatti, anche se a casa già abbiamo cibo e sussistenza, malgrado ciò bisogna farne richiesta a Hashem Benedetto e ringraziarlo per questo. Perché il cibo e tutto il resto, quando l'uomo ha pregato per ottenerli, sono una cosa completamente diversa. E in seguito a un pasto consumato in questo modo la fede si rinforza e si desta nell'uomo l'anelito a Hashem Benedetto.

<http://www.anzarouth.com/2010/08/importanza-preghiera-binder.html>

MOMENTI DI HALAKHÀ

- Continua da ieri -

2) A una donna incinta che vede un frutto nuovo* e ha il desiderio di mangiarlo, è permesso mangiarlo, recitando così la benedizione di “Shehecheianu”.

3) Una persona malata può recitare la benedizione di “Shehecheianu” su un frutto nuovo*, poiché la frutta gli dà l'appetito per mangiare dei cibi buoni per la sua salute.

4) Un bambino piccolo che non capisce il significato della distruzione del Santuario può mangiare un frutto nuovo* e gli si può insegnare a recitare la benedizione di “Shehecheianu”.

5) Una persona che per sbaglio ha già recitato la benedizione del frutto, e solo dopo si è accorto che si trattava di un frutto nuovo*, reciti anche la benedizione di “Shehecheianu” e lo assaggi, affinché si salverà dalla trasgressione di una benedizione in vano.

(Note: *cosa s'intenda per “frutto nuovo” si chieda ad un Posek di Halacha o agli autori di questo testo)

(Tradotto dai libri “Chazon Ovadia” volume “I 4 digiuni”; “Arba taaniot ba-halachà u-bahagà”; “Toràt ha-Moadim”)

MOMENTI DI MUSÀR

PARASHAT PINCHAS

Si racconta di un ebreo che, durante la seconda guerra mondiale, era stato imprigionato in un campo di sterminio nazista, e che in seguito, a causa delle enormi sofferenze patite, era andato a vivere in Israele abbandonando però completamente il rispetto dei precetti ebraici, al punto da mangiare addirittura durante il Santo giorno di Kippur.

Una volta, il giorno dopo Kippur, gli apparve suo padre in sogno che teneva per mano un bambino di circa 13 anni di età; il padre si rivolse così all'ebreo: *"Figlio mio, hai deviato dalla retta via sino a mangiare durante il giorno di Kippur. Sappi che sei passibile della terribile pena del karet, e che se non farai una teshuvà ~ pentimento completa morirai prima della fine dell'anno corrente"*. Al mattino seguente l'ebreo si svegliò senza porre troppa attenzione a questo sogno, il quale, però, si ripresentò identico anche nei giorni successivi. Egli, attribuendo questo singolare e ripetuto sogno al particolare stato di stress in cui si trovava all'epoca, decise di andare a dormire per alcuni giorni a casa di un amico con la speranza di rilassarsi un poco. Il sogno, effettivamente, non si ripresentò più, e così l'ebreo, dopo una settimana passata dal suo amico, decise che sarebbe tornato alla propria abitazione, ritenendo di essersi rilassato abbastanza.

Avvicinandosi verso casa, l'ebreo si accorse però che, stranamente, le luci dentro l'appartamento erano accese: una volta entrato, con immenso stupore, egli scorse le figure di suo padre e del bambino di 13 anni che lo attendevano dentro casa, esattamente come li aveva visti nel sogno. Il padre gli disse: *"Figliolo, questa è l'ultima volta che ti vengo a trovare. Se farai teshuvà, bene. In caso contrario, sappi che morirai a breve!"*. Dopo di ciò, le due figure scomparvero.

L'ebreo, terrorizzato a morte per l'accaduto, decise di recarsi dal grande rabbino e Tzaddiq "Chazon Ish", il quale, essendo stato recentemente visitato dal Primo Ministro dello Stato d'Israele David Ben Gurion, aveva acquisito una certa notorietà anche tra gli ebrei non osservanti.

Giunto a Bnei Beraq a casa del Chazon Ish, quest'ultimo si rivolse all'ebreo dicendogli: *"Ah, sei arrivato finalmente. Tuo padre è passato a trovarmi. Tu sei quello che ha mangiato durante Kippur, giusto?!"*.

Sconvolto dalle parole del rabbino, l'ebreo si mise a piangere gridando: *"Voglio fare teshuvà!!"*

Continua a pag. 63

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti le tefillot del Sabato

-E' bene, così come per gli altri vestiti, dedicare il tallit gadol e katan esclusivamente per Shabbat ed i giorni festivi.

-La tefillà di Shabbat va recitata particolarmente con attaccamento e gioia più degli altri giorni. Specialmente la parte del "Nishmat Kol Chai" (quella collocata tra le *pesukèi dezimrà* e *ishtabach*), dove ringraziamo Hashem per le infinite bontà che ci riempie ogni giorno.

È bene che ognuno si studi bene la traduzione delle tefillot per risvegliare di più la devozione nella preghiera. Tuttavia il *chazan* - ufficiale deve fare attenzione a non dilungarsi più del dovuto per non aggravare il pubblico.

-Se nel caso si sia arrivati al Bet Akeneset in ritardo, sarà permesso omettere il brano di *Nishmat Kol Chai* piuttosto che tralasciare le *pesukèi dezimrà*, per fare in tempo ad_ iniziare l'amidà con il pubblico.

Tra i salmi speciali di Shabbat per esempio "Ledavid Beshanotò", "Tefillà Lemoshe" ecc. e *Nishmat Kol chai* (vedi nel siddur) è preferibile saltare i primi e recitare *Nishmat Kol Chai* per poter riuscire a pregare l'amidà con il pubblico.

Se si è giunti al "Umealelim Leshem Tifartecha" (vedi siddur nel Vaivarech David prima della Shirat Aiam) allora da lì si potrà saltare quella parte compresa tutta la Shirat Aiam e dire *Nishmat Kol Chai*. Tuttavia terminata la tefillà sarà opportuno recitare le parti della tefillà che si è tralasciati.

-Secondo gli ashkenaziti in questi casi è preferibile tralasciare le *Pesukèi Dezimrà* (all'infuori di "Baruch Sheamar, Ashrè Ioshevè... e *Ishtabach*) piuttosto che non recitare il *Nishmat Kol Chai*. (si chieda al Rav della città quale sia l'uso italiano a proposito)

-Anche se i Chachamim hanno vietato la compravendita di Shabbat persino per una mizwà, tuttavia l'uso che c'è di vendere le *aliot* - salite o chiamate, il Sefer Torà dal momento che questo è considerato solamente una presa d'impegno nel dare zedakà da parte del compratore e non l'acquisto della mizwà.

-Bisogna fare attenzione, durante la "vendita" che i presenti al Bet Akeneset non inciampino chas veshalom in conversazione futili e vietate di fare al tempio, bensì è consigliabile prendere un libro di alachà, o di Torà per studiare la parashà della settimana ecc, purché non si oltraggi la kdushà - santità del Bet Akeneset D. ci scampi.

(tratto da Ashabat Bealachà Veagadà)

MOMENTI DI *MUSÀR*

PARASHAT PINCHAS

“Pinchas, figlio del sacerdote Aharon, ha distolto la Mia ira dai figli d’Israele compiendo la Mia vendetta tra di loro e Io, nel vendicarMi, non ho dovuto distruggere i figli d’Israele. Pertanto, comunicagli che Io gli accordo il Mio patto di pace. Sarà a lui e ai suoi discendenti dopo di lui, un patto di sacerdozio perpetuo, perché è stato zelante per il Suo Sig-re e ha espiato per i figli d’Israele” (Bemidbar 25, 10-13).

Generalmente, colui che pecca tende ad attribuire la propria responsabilità ad altre persone dicendo: *“vedi che anche lui ha fatto così e così...”*. Per questa ragione, Hashem ha promulgato i dieci comandamenti utilizzando espressioni al singolare (*“Io sono il Sig-re Tuo D-o”, “Tu non avrai altre divinità all’infuori di Me”, etc.*) affinché ciascun ebreo avverta su di sé la responsabilità individuale del rispetto delle *mitzvot* senza guardare alla condotta tenuta dagli altri, come se l’intera *Torah* fosse stata data singolarmente ad ogni appartenente al popolo ebraico.

Pinchas, assistendo al comportamento inerte di Moshé e Aharon nonché dei settanta anziani del popolo d’Israele di fronte alla grave trasgressione commessa pubblicamente da Zimrì ben Salù della Tribù di Shimon, avrebbe di certo potuto farsi da parte in considerazione del fatto che se gli stessi capi del popolo non avevano fatto nulla e che, pertanto, a maggior ragione egli non era tenuto ad intervenire mostrandosi più temente di Hashem rispetto a loro.

Ciò nonostante, Pinchas non ragionò così, ed anzi fece tutto ciò che era necessario per onorare il Sig-re D-o Benedetto uccidendo il capo della tribù di Shimon mentre si trovava assieme alla principessa midianita Zimrì bat Salù. Per questo nella *Torah* è scritto *“perché è stato zelante per il Suo Sig-re”* (Bemidbar 25, 13), e cioè, in quel preciso momento, per Pinchas era come se Hashem fosse solo il *“Suo D-o*, tanto da dover fare tutto il possibile per tutelarne l’onore anche a fronte dell’inerzia di altre grandi persone quali erano Moshé ed Aharon...

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Alachot riguardanti le tefillot del Sabato

-I sefarditi di Shabbat usano recitare dopo aver aperto l'aron akodesh, la preghiera di *Brich Shmè*. Questa formula è in lingua aramaica ed è spiegato sullo *Zohar* parashat *Vaiakel*, la grande santità di questo brano, il quale lo si legge solo nelle tefillot dello *Shabbat* e *Moadim*. (gli ashkenaziti lo recitano anche nei giorni feriali quando si legge il *Sefer Torà*). Gli italiani non usano recitarlo.

-Ha detto Rabbi Shimon Bar Yochai: "Quando si tira fuori il *Sefer Torà* per leggerlo in pubblico, si aprono le porte del cielo e della misericordia e si risveglia l'amore di Hashem, allora a questo punto è molto favorevole recitare il *Brich Shmè*". È opportuno quindi che ognuno si impari la traduzione di questa importante preghiera per recitarla con maggior attaccamento. Per chi non ha l'uso di recitarlo, è consigliabile profittare di questo momento proficuo, e pregare Hashem per ogni necessità materiale e spirituale anche con le proprie parole.

-In molte comunità sefardite c'è l'uso, quando si porta il *Sefer Torà* sulla *tevà*, di tenerlo aperto per dar modo ai presenti di guardare le lettere della Torà, che secondo la mistica, emanano una luce spirituale benefica all'anima.

-La lettura della Torà in pubblico di *Shabbat*, è un disposizione fatta da Moshè Rabbenu. Le donne non hanno l'obbligo di assistere alla lettura della Torà.

-Durante la lettura della Torà c'è il divieto assoluto di parlare persino di *divrèi Torà* – *discorsi di Torà*, e maggior ragione di cose futili o proibite chas veshalom. Bensì si deve fare attenzione di seguire la lettura parola per parola con timore ed estrema attenzione.

-Persino tra una *alià*-salita al sefer, è bene rimanere in silenzio o leggere un libro, o rispondere Amen, alla benedizione del *Misheberach* che si da a colui che è salito alla lettura del *Sefer*, compiendo così la mizvà di ama il tuo prossimo come te stesso.

-Il numero minimo delle *alioi* di Shabbat è di sette all'infuori del *Maftir* lettore della *afтарà*, e se c'è la necessità, se ne possono aggiungere qualcuna, specialmente in occasione di un *Bar Mizvà* o in presenza di uno sposo.

-Il *gabai* del tempio faccia molta attenzione a non gravare sul pubblico esagerando con il numero di chiamate, per non causare l'impazienza del pubblico e conversazioni futili nel *Bet Akenenset* chas veshalom. (tratto da Ashabat Bealachà Veagadà e Piskèi Tshuvot)

MOMENTI DI *MUSÀR*

MESSILAT YESHARIM – IL SENTIERO DEI GIUSTI

Come acquisire la prudenza

Chi vuole avere cura di sé deve tenere in conto due considerazioni: 1) Quale sia il vero bene che l'uomo deve scegliere; e quale sia il vero male dal quale deve invece fuggire. 2) La qualità delle proprie azioni, per vedere se esse appartengano alla categoria del bene oppure a quella del male. E questo è necessario sia quando si tratta di agire, sia quando non è il momento dell'azione: Quando si agisce, si osservi di non compiere alcun atto senza dapprima considerarlo secondo i criteri esposti precedentemente. E fuori d'azione, si rammentino tutti i propri atti e li si valutino seguendo le stesse considerazioni, per vedere quanto di quel male essi contengano per poterlo eliminare; e quanto di quel bene, per poterlo conservare e rafforzare. E se si rileva un elemento negativo nel proprio comportamento, bisogna riflettere e valutare quale rimedio adottare per allontanarsi da quel problema e diventarne immune. Questo concetto ci fu insegnato dai Maestri di benedetta memoria, che dissero (Talmud Eruvin 13b): *“Sarebbe stato meglio per l'uomo non essere mai stato creato, piuttosto che esserlo; ma poiché ormai è stato creato, egli deve “setacciare” le proprie azioni, e c'è chi dice che deve “sondare” le proprie azioni”*. E vedrai che ambedue queste espressioni sono utili e appropriate, perché “setacciare” le azioni significa esaminare l'insieme dei propri atti e soppesarli: forse tra di loro ce ne sono alcuni che non devono essere messi in atto e che non sono conformi alle Mitzvot di D-o e ai Suoi decreti; quelli che fanno parte di questa categoria dovranno essere eliminati del tutto. Mentre “sondare” implica passare in esame perfino le azioni positive: valutare e controllare se esse comportino una tendenza che non sia positiva o una qualunque componente negativa che si dovrà togliere ed eradicare, un po' come quando si scuote un indumento per verificare se sia in buono stato e resistente oppure logoro e consumato. Così sonderà il proprio comportamento per esaminarne la qualità nei minimi particolari per ritrovarsi puro e limpido. La regola generale: che l'uomo osservi tutti i propri atti, sorvegli tutte le proprie pratiche, per non concedersi alcuna cattiva abitudine o difetto e a maggior ragione nessun peccato o crimine. Infatti io penso che l'uomo debba vagliare e soppesare quotidianamente la propria condotta, come i grandi commercianti che sottopongono le proprie attività a calcoli incessanti per evitare che esse vadano in rovina. E che fissi date e ore regolari per farlo, affinché l'esame avvenga con grande puntualità e non sia effettuato in modo saltuario, perché le sue conseguenze sono capitali. Continua domani.....

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE RIGUARDANTI IL MESE DI AV

1) Hanno insegnato i nostri Maestri ז"ל nel Talmud (Taànit pag. 26b): "Dal momento in cui entra il mese di Av "si diminuisce" nell'essere felici". Bisogna fare attenzione al fatto che è scritto "si diminuisce", significa che ad ogni modo bisogna essere felici, soltanto un pò meno.

Infatti bisogna sempre compiere le Mizvòt e servire il Signore con gioia, come scritto (Salmi cap. 100, v. 2): "Servite il Signore con gioia..." e inoltre è scritto nella Torà (Devarim cap.28,v.47): "Poichè non hai servito, l'Eterno, il tuo Signore, con gioia e con animo lieto".

* Rav Ionatan Aivshiz ז"ל:

In Ebraico Av, ha due significati: nome del mese; o anche papà.

Si racconta riguardo al famoso Rabbino Rav Ionatan Aivshiz, che un giorno quando era bambino era particolarmente felice e scatenato, ma che improvvisamente quandò entrò il padre a casa divenne serio. Allora sua madre gli chiese cosa fosse accaduto e quindi rispose: "Dal momento in cui entra Av, "si diminuisce" nell'essere felici".

*Causa in tribunale:

2) Colui che ha una causa in tribunale con un non ebreo nel mese di Av è meglio che la rimandi a non prima del 10 di Av.

*Buona guarigione:

3) Colui che si deve operare nel mese di Av e si tratta di un operazione che non si corre pericolo nel rimandarla, è meglio aspettare fin al 10 di Av.

*Casa nuova:

4) In questo mese è permesso costruire una casa nuova per viverci, come nel caso in cui la propria casa sia troppo piccola, quindi troppo affollata e ci si vive scomodatamente. Tuttavia se si vuole costruire una casa nuova per bellezza o poichè si desidera una casa più grande, bisogna aspettare il 10 di Av.

*Dipingere i muri di casa:

5) Fino al 10 di Av è proibito dipingere i muri di casa o mettere la calce. Tuttavia è permesso ricoprire i muri con la carta da parete.

Inoltre è permesso dipingere i muri della Sinagoga, poichè si tratta di una mizvà per tutto il pubblico.

(Tradotto dai libri "Chazon Ovadia" volume "I 4 digiuni"; "Arba taaniot ba-halachà u-bahagadà"; "Toràt ha-Moadim")

MOMENTI DI MUSÀR

MESSILAT YESHARIM – IL SENTIERO DEI GIUSTI

Come acquisire la prudenza

...continua da ieri. I nostri Maestri di benedetta memoria ci hanno insegnato esplicitamente che questa valutazione è necessaria, come dissero nel Talmud riguardo al versetto: *“Perciò chi compone le allegorie dirà “facciamo i conti”. Cioè, quelli che dominano il loro istinto diranno “facciamo i conti al mondo”: il costo di una Mitzvâ rispetto alla sua ricompensa ed i benefici di un peccato rispetto ai danni che esso procura ecc.”* E furono loro a dare questo consiglio di verità perché esso non può provenire e non può essere percepito correttamente se non da coloro che sono già sfuggiti dall'impulso del loro istinto e anzi lo dominano. Perché gli occhi di chi è ancora prigioniero del suo istinto non vedono questa verità ed egli non può venirne a conoscenza, perché l'istinto lo acceca letteralmente, ed è come se camminasse nel buio davanti a ostacoli che i suoi occhi non possono scorgere. E questo è ciò che dissero i nostri Maestri riguardo al versetto: *“Hai calato l'oscurità ed è scesa la notte”: si tratta di questo mondo che assomiglia alla notte*. E renditi conto di quanto sia meraviglioso questo vero insegnamento per chi lo esamina attentamente per capirlo! Difatti, l'oscurità della notte può indurre l'occhio umano in due tipi di errore: può coprire l'occhio al punto che non vedrà niente di ciò che ha davanti; oppure può ingannarlo al punto da fargli scambiare una figura umana con un palo o viceversa. Allo stesso modo, la materialità e la fisicità di questo mondo sono come il buio della notte per l'occhio della ragione, ciò che lo induce in due errori: 1) Non gli consente di vedere gli ostacoli presenti nelle strade del mondo, sicché gli stolti procedono baldanzosi e poi cadono e si perdono, senza nemmeno avere il tempo di spaventarsi. Ed è questo il senso del testo: *“Il cammino dei malvagi è buio, non sanno cosa li fa inciampare”*; ed è scritto: *“Il furbo vede il male e si nasconde, mentre i dissennati continuano e vengono puniti”*; e dice: *“Lo stolto avanza con furore e si crede al sicuro”*. Perché il loro cuore è pienamente sicuro e cadono prima ancora di scorgere l'ostacolo. 2) Questo è peggiore del primo: la loro visione li inganna al punto che vedono il male come se fosse proprio un bene, e inversamente scambiano il bene per il male. E in questo modo si intestardiscono e conservano la loro pessima condotta. Poiché non soltanto manca loro la visione autentica per distinguere il male che si trova davanti ai loro occhi, ma addirittura credono di vedere prove definitive e dimostrazioni convincenti per le loro pessime convinzioni e le loro ingannevoli opinioni. E questo è il grave malanno che li avvolge e li conduce alla perdita definitiva. E questo è ciò che scritto nel profeta: *“Il cuore di questo popolo sia rivestito di grasso, le sue orecchie assordate e i suoi occhi ricoperti, affinché ecc.”*, e tutto ciò perché erano avvolti dall'oscurità e sottomessi al dominio del loro istinto malvagio.

Continua domani.....

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE SUI TEFILLIN

DOMANDA: In quale momento della tefillà di shachrit si possono togliere i tefillin?

RISPOSTA: L'uso abituale, per coloro che non hanno l'intenzione di proseguire a studiare Torà al termine della tefillà, è quello di sfilarsi i tefillin al termine del "uvà lezion" prima del kaddish "titkabal". C'è invece chi sostiene secondo la cabalà, di toglierli solamente dopo il kaddish "yeh shelamà" (secondo gli italiani al israel) che si recita dopo "uva lezion" per far sì che si ascolti 4 kaddishim (1 prima di barechù, 2 dopo la ripetizione dell'amidà, 3 kaddish titkabal, 4 yeh shelamà o al israel) e 3 kedushot (1 nella berachà di yozer prima dello shemà, 2 nella ripetizione dell'amidà, 3 nel uvà lezion) indossando i tefillin, che secondo la Torat cabalà, c'è in questo un'importanza spirituale elevata. C'è invece chi dice che secondo la cabalà bisogna ascoltare 3 kaddishim (quelli sopra elencati togliendo l'ultimo) e 4 kedushot (i 3 sopra elencati aggiungendo il barechù prima della berachà di yozer, considerato questo anche kedushà-santificazione di Hashem").

-Rabbenu Ari z"l (uno dei "pilastri" della cabalà di tutti i tempi) usava togliere i tefillin dopo alenu leshabeach quindi se si ha la possibilità, è preferibile comportarsi in questa maniera.

-E' molto consigliabile che ognuno, appena terminata la tefillà, si trattienga con i tefillin indossati a studiare anche qualche momento la Torà.

-Chi usa togliere i tefillin dopo "uvà lezion" prima del kaddish, nel giorno nel quale si legge il Sefer Torà, dovrà aspettare che lo si riponga di nuovo nel aron akodesh, e poi potrà levarseli. Questo lo si impara dal versetto che dice: "E passò loro davanti il re (sefer torà) ed Hashem posava sopra di loro (i tefillin)" (Michà 2;13). Tuttavia se per forza maggiore si è obbligati a farlo, si dovrà fare attenzione, a non scoprirsi il capo davanti al Sefer Torà.

-Si deve fare attenzione, a non rimuovere i tefillin durante il kaddish, per poter ben concentrarsi nel rispondere agli amenim. (alachot tratte dal libro "alachà berurà" di Rav D. Yosef)

MOMENTI DI *MUSÀR*

MESSILAT YESHARIM – IL SENTIERO DEI GIUSTI

Come acquisire la prudenza

.....continua da ieri

Ma coloro che sono già usciti da questa prigione vedono la pura verità, riguardo alla quale sono in grado di prodigare consigli alle altre persone. Questa situazione può essere descritta con un esempio: essa è simile a un labirinto che ha la forma di un giardino, utilizzato per questo gioco ben noto alle classi nobili (a tempi del Ramchal autore del Sentiero dei Giusti, i nobili usavano dilettarsi mettendo i loro servi nei labirinti e dall'alto li indirizzavano per fargli raggiungere il portico).... E infatti alcuni di quei passaggi sono autentici e arrivano veramente al portico, altri invece ingannano l'uomo e lo allontanano da esso. E infatti colui che percorre quei sentieri non può vedere né discernere se sta seguendo un percorso valido oppure uno fittizio, poiché essi appaiono identici e non presentano alcuna differenza a chi li osserva, a meno che questi non sia un esperto in grado di riconoscere la strada da un suo determinato aspetto che gli è familiare, avendo già effettuato il percorso arrivando [con successo] alla meta, che è il portico. E chi già si trova nel portico vede tutti gli itinerari davanti sé e distingue chiaramente tra quelli veri e quelli falsi, e può perciò suggerire a chi li percorre: "Scegliete questa direzione!" E chi vorrà credergli raggiungerà la destinazione desiderata; e chi non vorrà credergli e deciderà di seguire la propria visione, si perderà di certo e non ci arriverà. Anche questo sistema funziona così: chi non ha ancora dominato il proprio Yetzer si trova in mezzo ai meandri e non può distinguere tra di loro; ma coloro che dominano il proprio istinto (gli zaddikim e i loro scritti) e sono già arrivati al portico, dopo essere usciti dal tracciato e averne ottenuto una visione precisa con i propri occhi, questi sono in grado di fornire consigli a chi è disposto ad ascoltare, ed è loro che bisogna credere. E qual è il consiglio che ci danno? "Fate i calcoli! Cioè fate i calcoli del mondo!" Infatti essi hanno già provato, visto e imparato che questa è per l'uomo l'unica autentica via per giungere a quel bene che sta cercando e che non ce n'è nessun'altra. La regola è che l'uomo deve tenere costantemente la propria mente sotto osservazione: qual è secondo la legge della Torà la vera strada che egli deve percorrere? In seguito passerà in esame le proprie azioni, per vedere se esse seguono questa strada o meno. Perché in tal modo gli sarà certamente facile affinare la propria persona e correggere tutti gli aspetti del proprio comportamento (rispetto alla Torà), come è detto: "*Considera attentamente le tue abitudini e potrai avanzare con sicurezza.*" Ed è scritto: "*Osserviamo le nostre vie, esaminiamole e facciamo ritorno all'Eterno.*"

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE SUI TEFILLIN

DOMANDA: Perché ci si deve togliere i tefillin di rosh hodesh prima della tefillà di mussaf?

RISPOSTA: Nella ripetizione del chazan di mussaf si recita la kedushà di “keter-corona”, e non è consono che nello stesso momento si porta la corona dei tefillin. Infatti questa mizwà è chiamata anche dai chacamim corona, così come elogiato tutte le mattine Hashem nelle birchot ashachar: “oter Israel betifarà-che adorni Israele con lo splendore”, lo splendore di Israele sono i tefillin. Dunque dal momento che nella chazarà si ricorda la corona di Hashem, non è adeguato indossare la nostra corona dei tefillin.

-C'è invece chi ha dato un altro motivo di questo: dal momento che la tefillà di mussaf viene a soppiantare il sacrificio che si offriva nel bet amikdash nel giorno di rosh chodesh, e quando lo si portava era considerato in quella circostanza un giorno festivo, nel quale non si usa indossare i tefillin, allora anche noi, quando preghiamo la tefillà di mussaf non li indossiamo.

-Secondo invece la cabalà, tra la tefillà di mussaf e i tefillin, non c'è un legame spirituale, quindi è inadeguato indossarli, a prescindere dalla spiegazione del “keter” sopra riportato. Infatti ci sono varie correnti ashkenazite che nella kedushà di mussaf non recitano “keter” bensì la formula della kedushà solita “nekadesh” e nonostante ciò, non indossano i tefillin durante il mussaf.

-L'uso di rosh chodesh, è di togliere i tefillin prima di mussaf, appena terminato di recitare il kaddish dopo aver riposto il Sefer Torà nel aron akodesh.

-Dopo aver pregato la tefillà di mussaf, e ci si ricorda di non aver ricordato la formula di “yalè veivò” nell'amidà di shachrit (che in questo caso sarebbe stata dovuta ripetere da capo) si dovranno indossare i tefillin di nuovo con berachà, e poi recitare solo l'amidà di shachrit aggiungendo “yalè veivò”.

-Nel caso si indossino i tefillin, nel caso per esempio si sia arrivati tardi al tempio ed il pubblico già sta pregando mussaf o casi simili, e si senta che il pubblico sta recitando la kedushà di mussaf “keter”, è bene che li si tolgano prima di rispondere con lo zibbur. Se però non c'è il tempo di farlo, allora li si potranno spostare dal loro posizione consona del braccio e della testa, e poi rispondere alla kedushà keter. Se anche questo è impossibile farlo allora è preferibile che si risponda comunque alla kedushà con i tefillin, piuttosto non farlo per niente.

(alachot tratte dal libro “alachà berurà” di Rav D. Yosef)

MOMENTI DI *MUSÀR*

I LIVELLI DI EMUNÀ

L'emunà può essere suddivisa in tre livelli principali:

1. L'emunà di livello base: è la fiducia totale che ogni cosa proviene da Hashèm attraverso la Sua perfetta Provvidenza Divina, persino gli eventi più piccoli e apparentemente insignificanti.

2. L'emunà di livello intermedio: in aggiunta a un'emunà di livello base completa, chi arriva al livello intermedio crede che ogni cosa che Hashèm fa è per il meglio.

3. L'emunà di livello superiore: in aggiunta a una solida emunà di livello base e di livello intermedio, l'individuo che raggiunge il livello superiore crede che Hashèm fa ogni cosa per uno scopo specifico e tenta di captare il messaggio in ogni cosa che Hashèm fa.

Questi tre livelli sono in realtà un'unica essenza intrinseca, dal momento che l'emunà stessa è una sola entità.

L'emunà è la fede che non c'è nessun altro oltre a Hashèm, la cui Provvidenza Divina è la radice di tutte le cose e di tutti gli eventi. Dal momento che la ragione principale per cui Hashèm ha creato il mondo è per poter donare la Sua immensa generosità a tutto il Suo creato, ogni cosa che Egli compie è per il nostro bene. Hashèm non fa niente a caso; ogni Sua opera ha una spiegazione logica e scopo specifici.

Avere fiducia nella Provvidenza Divina

Questo è quello che vuole Hashèm!

L'emunà di livello base insegna che Hashèm è l'unico sovrano dell'Universo, la cui Provvidenza Divina di precisione "chirurgica" è responsabile per ogni singolo avvenimento sulla Terra, grande o piccolo che sia. Il primo dei tredici principi di fede (*vedi Maimonide, "I tredici principi di fede", che appare nella maggior parte dei libri di preghiera alla fine di Shachrit, il servizio della preghiera mattutina*) afferma: "Io credo con emunà completa che il Creatore, benedetto sia il Suo nome, è il Creatore e Conduttore di tutto il creato e che **solo** Lui ha fatto, fa e farà ogni singola azione".

In parole semplici, tutte le cose che avvengono in questo mondo, dalla riproduzione di un'ameba unicellulare agli eventi che scuotono il mondo e che influenzano continenti interi, vengono tutte da Hashèm. Abbassiamo il suddetto principio a un livello personale: **tutto** ciò che ci accade, a livello spirituale o materiale, accidentale o intenzionale, a prescindere da chi o cosa sembri essere la causa scatenante, viene **esclusivamente** da Hashèm.

(tratto da Gan Emunà di Rav Arush)

MOMENTI DI HALAKHÀ

STRUTTURA DELLA TEFILLÀ

-Dopo aver recitato i cinque salmi finali del libro dei tehillim nelle pesukè dezsimrà, nell'ultimo di questi si dice due volte il versetto finale di "kol aneshamà tealel-ogni creatura Ti esalterà". Il motivo di questa ripetizione, è per esprimere la nostra voglia instancabile di lodare Hashem.

-Subito dopo c'è la formula di "baruch A' leolam amen veamen". Questi versetti sono istituiti come una sorta di chiusura delle pesukè dezsimrà, ma non conclusiva, in quanto questa parte della preghiera termina con "ishtabach". Questo verso è preso anch'esso dai Salmi e conclude proprio il terzo libro degli stessi. L'amen doppio che si recita, viene ad approvare tutte le lodi che abbiamo cantato ad Ashem dall'inizio delle pesukè dezimrà fino a quel punto della tefillà.

-"Vaivarech David et Ashem" è un brano tratto dal libro "divrè aiamim- Le cronache"(1-13;29). I sefarditi aggiungono un altro passo preso da Nechemia "vivarechù shem kevodecha"(5-11;9). Il brano di "vaivarech David" si riferisce al Re David quando benedisse il popolo, dopo aver terminato la raccolta per tutto il necessario alla costruzione del primo Bet-amikdash. Questo passo è una grande lode al S. e rivela l'onnipotenza e la sovranità assoluta in tutti i mondi di Hashem.

-Nel dire le parole "veattà moshel bakol-e Tu padroneggi su tutto", secondo l'Ari z"l (uno dei più grandi maestri di kabalà di tutti i tempi) dice di dare tre monete in zedakà, due prima ed una subito dopo, ed ha rivelato nei suoi scritti di esserci in questo significati profondi. Il motivo più comprensibile per il quale si danno le monete proprio in quel punto, è perché diciamo in quel punto che Hashem "moshel bakol-padroneggia su tutto", e con il dare la zedakà affermiamo che tutto è Suo ed è Lui il vero possessore di ogni cosa.

(tratto da siddur Kavanat Alev, Et Razon, e dal Tur)

MOMENTI DI *MUSÀR*

FAI CHE L'EMUNÀ PRECEDA L'INTELLETTO

La seguente regola fondamentale e inconfutabile ci permette di cominciare ad applicare l'emunà alle nostre vite quotidiane: ogniqualvolta succede qualcosa che ci turba, dobbiamo far sì che l'emunà preceda il nostro intelletto. L'emunà deve essere sempre il nostro primo pensiero! Prima che il cervello e l'intelletto inizino ad attribuire la colpa dei nostri guai a forze e fenomeni "naturali", ad altri o a noi stessi, la nostra emunà ci ricorda che quella particolare situazione o circostanza difficile che stiamo vivendo è esattamente ciò che Hashèm vuole, altrimenti non sarebbe accaduta.

Hashèm è l'unico ad assemblare la moltitudine dei "pezzi del puzzle" (la gente, gli eventi e tutti i fattori che influenzano le nostre vite) per creare una determinata situazione nelle nostre vite o nel mondo che ci circonda.

Per poter utilizzare in modo efficiente i nostri poteri intellettuali, dobbiamo prima ricordarci che qualsiasi persona o cosa che abbia una certa influenza sulla nostra vita, nel bene o nel male, è semplicemente un messaggero al servizio di Hashèm e un agente della volontà Divina. Una volta che abbiamo una solida convinzione su questo principio basilare di emunà, siamo pronti ad attivare le nostre abilità intellettuali, sempre conformemente alla Torà, ovviamente, e tentare di cogliere il messaggio di Hashèm che si nasconde dietro un particolare avvenimento.

Per esempio, una persona che si dimentichi di far sì che l'emunà preceda il suo intelletto potrebbe ritenere responsabile per i suoi dolori ai piedi un "fenomeno naturale" o un paio di scarpe di cattiva qualità. Altri potrebbero attribuire lo scarso successo della loro carriera a un boss tirannico o tormentare sé stessi per aver perso una grande quantità di denaro in un cattivo investimento. Anche se è possibile che le scarpe fossero state fabbricate in maniera scadente, o che il boss fosse veramente un tiranno, o che l'investimento fosse sicuramente un errore stupido, è Hashèm ad essere dietro il sipario, nascondendosi dietro a tutti gli eventi che Egli stesso ha prodotto per creare una determinata situazione. Le situazioni della vita non sono altro che messaggi personali per il nostro bene.

Lasciare che l'emunà preceda l'intelletto è il modo giusto per reagire a qualsiasi situazione. Dobbiamo ripetere a noi stessi: "È Hashèm che mi fa perdere denaro; è Hashèm che sta bloccando una promozione nella mia carriera; è Hashèm che mi ha dato delle scarpe scadenti!". Nel momento in cui ricordiamo a noi stessi che una particolare situazione viene da Hashèm, ci tiriamo su, poiché sappiamo che ogni cosa che Hashèm fa è per il meglio, come vedremo più avanti. Una volta che l'emunà precede l'intelletto, siamo pronti a utilizzare il nostro potere intellettuale solo per cercare la misericordia di D. e tentare di comprendere che cosa Hashèm desidera da noi.

(tratto da Gan Eemunà di Rav Arush)

MOMENTI DI HALAKHÀ

STRUTTURA DELLA TEFILLÀ

-La "shirat ayam-il cantico del mare", è la lode che intonarono gli Ebrei dopo il grande miracolo dell'apertura del Mar Rosso e l'annientamento finale degli Egiziani. Durante la preghiera del mattino quando lo si recita, lo si deve fare con grande gioia ed ardore, immaginandosi che proprio in quel momento Hashem ci faccia passare nuovamente il Mar Rosso con tutto il popolo Ebraico, e sentire come se il nemico sommerga ora nel mare. È riportato in vari libri sacri che così facendo, vengono espunti gli avonot-tragressioni.

-Alla fine della "shirat ayam-cantico del mare" si dichiara la sovranità del Re con "A' Melech A' Malach A' Imloch leolam vaed-Hashem è il Re Hashem ha regnato ed Hashem regnerà per sempre". Se ci facciamo caso il nome di D. in questo verso è scritto con il nome dalle 4 lettere (nel siddur italiano è abbreviato con la doppia "yud"), questo è l'appellativo di Hashem misericordioso, e con quella espressione testimoniamo che nel futuro, nell'avvenuta messianica, sarà manifesta a tutto il mondo la provvidenza Divina, che da sempre è stata la stessa, cioè di bontà e misericordia, anche se ci sembra il contrario a causa dei nostri avonot ed il distacco dalla emunà.

-Nel recitare il verso di "A' melech..", bisogna avere intenzione di ricevere su di noi e su tutti nostri discendenti il giogo di Hashem.

-Secondo il rito italiano prima del "ishtabach" si recita "kol beruè-ogni creatura". Anche questa è un'eccezionale lode per la magnificenza di D.o e per la Sua futura rivelazione, in quel tempo tutto il mondo Lo loderà per la Sua unità ed onnipotenza (vedi la traduzione testuale).

-Il sigillo delle pesukè dezsimrà è la benedizione di Ishtabach. È riportato nei libri del Chidà e del Ben Ish Chai, e di innumerevoli zaddikim, che questa formula è di straordinaria forza spirituale, e contenente i 13 attributi di misericordia. Quindi affermano di non dirla affatto di fretta saltando le parole, bensì con devozione e attaccamento, pensando che in quel momento si sta elogiando il Re, quindi il cuore e la bocca dovranno andare congiuntamente. (tratto da siddur Kavanat Alev, Et Razon)

CONTINUA DA PAG. 32

Se un peccatore dice: “Non mi pento, perché Egli non mi accetterà”, gli si risponde: “Impara dall’episodio del vitello, in cui il popolo rinnegò Dio ma fu accettato da Lui quando si pentì”. Allo stesso modo, il profeta {Yeshayàhu 1,18} dice: «Vai, e chiariremo... se i tuoi peccati sono scarlatti, diventeranno bianchi come la neve». Così agisce l’inclinazione al male: all’inizio, attrae l’uomo a peccare, ma quando questi è immerso nel peccato e cerca di pentirsi, la sua inclinazione al male gli dice: “Che scopo ha il tuo pentimento? Non verrà accettato”. Perciò, il profeta ribatte ad essa, dichiara: Se i tuoi peccati sono scarlatti, diventeranno bianchi come la neve.

(tratto dal libro Sefer Atodàa tradotto da Morashà)

CONTINUA DA PAG. 36

Per ciò che riguarda invece l'**invidia** che *Bilaam* nutriva nei confronti del prossimo, tale attributo negativo emerge più avanti nella parashà, ed esattamente quando egli si appresta a maledire il popolo dopo averlo scrutato da un’altura. Nella *Torah* è detto infatti che “*Bilaam vide Israele accampato, tribù per tribù*” (Bemidbar 25, 2), e *Rashi* ci spiega che in quel momento il mago, sopraffatto dall'**invidia** nei confronti della bellezza dell’accampamento degli ebrei, guardò gli stessi in malomodo cercando di inviare su di loro l'*Ain HaRà*, il malocchio, cosa che Hashem, tuttavia, gli impedì di fare in forza dell’amore che Egli nutre nei confronti del popolo d’Israele.

CONTINUA DA PAG. 44

-Un giorno avvenne un grande incendio nella città di Breslav. Rabbi Natan andò lì a vedere la situazione con qualche discepolo, e videro un uomo addolorato che si affacciava a racimolare tra le rovine della casa bruciata qualche pezzo di ferro o legno utile per costruire di nuovo una casa. Allora Rabbi Natan disse agli allievi: “Vedete! Quell’uomo nonostante gli sia andata a fuoco tutta la casa non si dà per vinto e continua a cercare dei piccoli frammenti di legni e ferro per cominciare a tirar su una nuova abitazione! Anche nel servizio di Hashem deve essere così! Sebbene lo yezer aràa ci fa cadere ogni volta, e ci fa quasi precipitare nel baratro, tuttavia ci è vietato darci per vinti, bisogna racimolare e raccogliere dei tratti positivi in noi (mizwot e opere buone) anche se si deve farlo tra tutti gli avonot che facciamo e da lì rinnovarsi nel ritorno a D.o e il servizio di Hashem!

(tratto dal libro Kochvèi Ohr)

CONTINUA DA PAG. 48

“Quale grande merito hai avuto affinché tuo padre venisse da te intimandoti di fare teshuvà?”, domandò il Chazon Ish. “Non molti, purtroppo – rispose l’ebreo –. Ricordo però che una volta, quanto i tedeschi entrarono nel nostro paese, avevamo tutti molta paura di uscire allo scoperto, in quanto si rischiava la morte in caso di cattura. Nel villaggio vicino viveva mia sorella, alla quale era da poco morto il figlio. In quel posto non c’era un cimitero ebraico, ma mio padre voleva a tutti i costi dare al nipote una sepoltura ebraica. Così, nonostante il pericolo, mi chiese di andare di notte al villaggio per recuperare il corpicino di quel bambino e portarlo al vicino cimitero ebraico, mentre mio padre scavava la fossa per il piccolo. Così, terrorizzato dall’idea di ciò che sarebbe accaduto se mi avessero catturato, andai di notte a recuperare il corpo del mio cuginetto, facendomi forza con il pensiero che stavo compiendo sia la mitzvà di donare una sepoltura ebraica al bambino che quella di rispettare il comandamento di mio padre. Giunto al cimitero, finalmente, riuscimmo a seppellire quel povero bambino”.

“Ora è tutto chiaro – disse il Chazon Ish – Quel bambino che era con tuo padre nel sogno ed a causa tua è il tuo cuginetto, che, molti anni fa, hai contribuito a seppellire. E grazie a questa grandissima mitzvà hai meritato che tuo padre venisse ad avvisarti di fare teshuvà!!”.

TIQUN HA KLALI

Il testo ebraico del Tiqun haKlali comincia a pagina 72 e finisce a pagina 64, da leggere nel verso ebraico

Preghiera da recitare dopo la lettura del Tiqun haKlali:

רבנו של עולם, עילת העילות וסיבת כל הסיבות. אנת לעילא, לעילא מן כולא, ולית לעילא מינך, דלית מחשבה תפיסא בך כלל. ולך דומיה תהילה. ומרום על כל ברכה ותהילה. אותך אדרוש, אותך אבקש, שתחתור חתירה דרך כבושה מאיתך, דרך כל העולמות, עד ההשתלשלות שלי במקום שאני עומד, כפי אשר נגלה לך יודע תעלומות. ובדרך ונתיב הזה תאיר עלי אורך, להחזירני בתשובה שלימה לפניך באמת כפי רצונך באמת, כפי רצון מבחר הברואים, לבלי לחשוב במחשבתי שום מחשבת חוץ ושום מחשבה ובלבול שהוא נגד רצונך. רק לדבק במחשבות זכות צחות וקדושות בעבודתך באמת, בהשגתך ובתורתך. הט ליבי אל עדותיך, ותן לי לב טהור לעבדך באמת. וממצולות ים תוציאני לאור גדול חיש קל מהרה, תשועת אדני כהרף אין, לאור באור החיים כל ימי היותי על פני האדמה; ואזכה לחדש נעורי, הימים שעברו בחושך, להחזירם אל הקדושה. ותהיה יציאתי מן העולם כביאתי, בלא חטא. ואזכה לחזות בנועם אדני ולבקר בהיכלו, כולו אומר כבוד. אמן נצח סלה ועד.

אָזכְרָכִי אִם-לֹא אַעֲלֶה אֶת-יְרוּשָׁלַם עַל רֹאשׁ שְׁמֹחֲתִי: זְכוֹר יְהוָה
לְבִנְי אֲדוֹם אֶת יוֹם יְרוּשָׁלַם הָאֲמָרִים עָרוּ עָרוּ עַד הַיְסוֹד בָּהּ: בַּת-
בְּבַל הַשְׂדִיחָה אֲשֶׁרִי שִׁישְׁלִם-לָךְ אֶת-גְּמוּלָךְ שְׁגָמַלְתָּ לָנוּ: אֲשֶׁרִי
שִׁיאֲחִז וְנִפְץ אֶת-עַלְלֶיךָ אֶל-הַסַּלַע:

מזמור קג

הִלְלוּ יְהוָה הִלְלוּ-אֵל בְּקִדְשׁוֹ הִלְלוּהוּ בְרִקְיעַ עֲזוֹ: הִלְלוּהוּ בְּגִבוֹרֹתָיו
הִלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדֻלוֹ: הִלְלוּהוּ בְּתַקְעַ שׁוֹפָר הִלְלוּהוּ בְּנִבְבֵל וְכִנּוֹר:
הִלְלוּהוּ בְּתֶף וּמְחוֹל הִלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעוּגָב: הִלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי-שְׁמַע
הִלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה: כֹּל הַנְּשָׁמָה תִּהְלֵל יְהוָה הִלְלוּיָהּ:

Dopo la lettura del Tiqun haKlali dica i seguenti tre versi:

מִי יִתֵּן מִצִּיּוֹן יִשׁוּעַת יִשְׂרָאֵל בְּשׁוּב יְהוָה שְׁבוֹת עִמּוֹ יִגַּל יַעֲקֹב יִשְׁמַח
יִשְׂרָאֵל: וְתִשׁוּעַת צְדִיקִים מִיְהוָה מֵעוֹז בְּעַת צָרָה: וַיַּעֲזְבֵם יְהוָה וַיִּפְלֹטֵם
יִפְלֹטֵם מִרְשָׁעִים וַיּוֹשִׁיעֵם כִּי-חָסוּ בוֹ:

יהנה צרפתהו: שלח מלך ויתירהו משל עמים ונפתחהו: שמו אדון
 לביתו ומשל בכל-קנינו: לאסר שריו בנפשו וזקניו יחכם: ויבא
 ישאל מצרים ויעקב גר בארץ-חם: ויפר את-עמו מאד ויעצמהו
 מצריו: הפך לבם לשנא עמו להתנבל בעבדיו: שלח משה עבדו
 אהרן אשר בחר-בו: שמו-בם דברי אתותיו ומפתים בארץ חם:
 שלח חשך ויחשך ולא-מרו את-דברו (קרי: דברו): הפך את-
 מימיהם לדם ונימת את-דגתם: שרץ ארצם צפרדעים בחדרי
 מלכיהם: אמר ויבא ערב כנים בכל-גבולם: נתן גשמייהם בחד אש
 להבות בארצם: ויך גפנם ותאנתם וישבר עץ גבולם: אמר ויבא
 ארבה וילק ואין מספר: ויאכל כל-עשב בארצם ויאכל פרי אדמתם:
 ויך כל-בכור בארצם ראשית לכל-אונם: ויוציאם בכסף וזהב ואין
 בשבטיו כושל: שמח מצרים בצאתם כי-נפל פחדם עליהם: פרש
 ענן למסך ואש להאיר לילה: שאל ויבא שלו ולחם שמים ישביעם:
 פתח צור ויזובו מים הלכו בציות נהר: כי-זכר את-דבר קדשו את-
 אברהם עבדו: ויוצא עמו בששון ברנה את-בחיריו: ויתן להם
 ארצות גוים ועמל לאמים יירשו: בעבור ישמרו חקיו ותורתיו ינצרו
 הלויה:

מזמור קלז

על נהרות בכל שם ישבנו גם-בכינו בזכרנו את-ציון: על-ערכים
 בתוכה תלינו כנרותינו: כי שם שאלונו שובינו דברי-שיר ותוללנו
 שמחה שירו לנו משיר ציון: איך נשיר את-שיר-יהנה על אדמת
 נכר: אם-אשפחך ירושלם תשפח מיני: תדבק-לשוני לחכי אם-לא

ויבחרתך נבחרנו: שפת (קרי: שפה) צונתינו לנגדך עלמנו למאור
 פניך: כי כל-ימינו פנו בעברתך פלינו שנינו כמו-הגה: ימי-שנותינו
 בהם שבעים שנה ואם בגבורת שמונים שנה ורהבם עמל ואנן כי-גז
 חיש ונעפה: מי-יודע עז אפך וכיראתך עברתך: למנות ימינו פן
 הודע ונבא לבב חכמה: שובה יהנה עד-מתי והנחם על-עבדיך:
 שבענו בבקר חסדך ונרננה ונשמחה בכל-ימינו: ששמחנו פמות
 עניתנו שנות ראינו רעה: יראה אל-עבדיך פאלך והדרך על-בניהם:
 ויהי נעם אדני אלהינו עלינו ומעשה דינו פוננה עלינו ומעשה
 דינו פוננהו:

מזמור קה

הודו ליהנה קראו בשמו הודיעו בעמים עלילותיו: שירו-לו זמרו-
 לו שיחו בכל-נפלאותיו: התהללו בשם קדשו ישמח לב מבקשי
 יהנה: דרשו יהנה ועזו בקשו פניו תמיד: זכרו נפלאותיו אשר-עשה
 מפתיו ומשפטי-פיו: זרע אברהם עבדו בני יעקב בחיכיו: הוא יהנה
 אלהינו בכל-הארץ משפטיו: זכר לעולם בריתו דבר צנה לאלף
 דור: אשר פרת את-אברהם ושבועתו לישחק: ויעמידה ליעקב לחק
 לישראל ברית עולם: לאמר לך אתן את-ארץ-כנען חבל נחלתכם:
 בהיותם מתי מספר כמעט וגרים בה: ויתהלכו מגוי אל-גוי
 מממלכה אל-עם אחר: לא-הניח אדם לעשקם ויזכח עליהם
 מלכים: אל-תגעו במשיחי ולנביאי אל-תרעו: ויקרא רעב על-הארץ
 כל-מטה-לחם שבר: שלח לפניהם איש לעבד נמפר יוסף: ענו
 בכפל רגליו (קרי: רגלו) ברזל באה נפשו: עד-עת בא-דברו אמרת

לְמַנְצֵחַ עַל-יְדִיתוֹן (קרי: יְדוּתוֹן) קָאָסָף מְזֻמּוֹר: קוֹדֵי אֶל-אֱלֹהִים
 וְאֶצְעָקָה קוֹלִי אֶל-אֱלֹהִים וְהֶאֱזִין אֵלַי: בַּיּוֹם צָרָתִי אֲדַנֵּי דְרָשְׁתִּי יְדֵי
 לַיְלָה נִגְרָה וְלֹא תִפּוּג מֵאֲנָה הַנְּחַם נַפְשִׁי: אֲזַכְּרָה אֱלֹהִים וְאֶהְמִיָּה
 אֲשִׁיחָה וְתִתְעַשֵּׂף רוּחִי סֵלָה: אַחְזֹת שְׁמֵרוֹת עֵינַי נִפְעַמְתִּי וְלֹא אֲדַבֵּר:
 חֲשַׁבְתִּי יָמִים מִקֶּדֶם שְׁנוֹת עוֹלָמִים: אֲזַכְּרָה נִגְיַנְתִּי בַלַּיְלָה עִם-לִבִּי
 אֲשִׁיחָה וַיִּחַפֵּשׂ רוּחִי: הֲלַעוֹלָמִים יִזְנַח אֲדַנֵּי וְלֹא-יִסִּיף לְרָצוֹת עוֹד:
 הָאֶפֶס לְנִצָּח חֲסֵדוֹ גָּמַר אִמְר לְדֹר וְדֹר: הֲשִׁכַח חַנּוּת אֵל אִם-קִפְץ
 בְּאֶף רַחֲמָיו סֵלָה: וְאִמְר חֲלוּתִי הִיא שְׁנוֹת יָמַי עָלְיוֹן: אֲזַכִּיר (קרי:
 אֲזַכּוֹר) מַעֲלֵלֵי-יְהוָה כִּי-אֲזַכְּרָה מִקֶּדֶם פְּלֹאֵן: וְהִגִּיתִי בְכָל-פְּעֻלָּךְ
 וּבַעֲלִילוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה: אֱלֹהִים בְּקֹדֶשׁ דִּרְכָךְ מִי-אֵל גָּדוֹל בְּאֱלֹהִים:
 אַתָּה הָאֵל עֲשֵׂה פְלֵא הוֹדַעַת בְּעַמִּים עֲזָךְ: גְּאֻלַּת בְּזוּעַ עֲמֻךְ בְּגִי-
 יַעֲקֹב וַיּוֹסֶף סֵלָה: רָאוּךְ מַיִם אֱלֹהִים רָאוּךְ מַיִם יַחִילוּ אֶף יִרְגְּזוּ
 תְהוֹמוֹת: זָרְמוּ מַיִם עֲבוֹת קוֹל נְתָנוּ שְׁחָקִים אֶף-חֲצֻצְיָךְ יִתְהַלְכוּ: קוֹל
 רַעֲמֶךָ בַּגִּלְגָּל הָאִירוּ בְּרָקִים תִּבְל רַגְזָה וְתִרְעַשׂ הָאָרֶץ: בַּיּוֹם דִּרְכָךְ
 וּשְׁבִילֶיךָ (קרי: וּשְׁבִילֶךָ) בְּמַיִם רַבִּים וְעַקְבוֹתֶיךָ לֹא נִדְעוּ: נַחֲיֵת כְּצִאֵן
 עֲמֻךְ בְּיַד-מִשָּׁה וְאַהֲרֹן:

מזמור צ

תִּפְלָה לְמִשָּׁה אִיש-הָאֱלֹהִים אֲדַנֵּי מְעוֹן אַתָּה הָיִיתָ לָנוּ בְּדֹר וְדֹר:
 בְּטָרֶם הָרִים יְלָדוּ וְתַחֲלָל אָרֶץ וְתִבְל וּמַעוֹלָם עַד-עוֹלָם אַתָּה אֵל:
 תִּשָּׁב אָנוּשׁ עַד-דִּכָּא וְתִאמְר שׁוּבוּ בְּגִי-אֲדָם: כִּי אֶלֶף שָׁנִים בְּעֵינֶיךָ
 כַּיּוֹם אֶתְמוֹל כִּי יַעֲבֹר וְאֲשִׁמוּרָה בַלַּיְלָה: זְרַמְתָּם שָׁנָה יִהְיוּ בַּבְּקָר
 כְּחֻצִיר יַחֲלֶף: בַּבְּקָר יִצִּיץ וְחֲלֶף לְעָרֵב יְמוֹלֵל וַיִּבֶשׁ: כִּי-כָלִינוּ בְּאֶפְךָ

חַיִּי: אוֹמְרָה לֹאֵל סְלַעֵי לְמָה שְׂכַחְתָּנִי לְמָה-קָדַר אֲלֶיךָ בְּלַחֵץ אוֹיֵב:
 בְּרִצָּח בְּעֲצָמוֹתַי חֲרָפוֹנִי צוֹרְרֵי בְּאֲמָרָם אֵלַי כָּל-הַיּוֹם אִיֶּה אֱלֹהֶיךָ:
 מַה-תִּשְׁתַּחֲוֶהֶנּוּ נַפְשִׁי וּמַה-תִּקְהָמֵי עָלַי הוֹחִילֵי לֹאֵלֵהִים כִּי-עוֹד אוֹדְנוּ
 יְשׁוּעוֹת פָּנַי וְאֵלֵהִי:

מזמור נט

לְמַנְצַח אֵל-תִּשְׁחַח לְדוֹד מִכַּתָּם בְּשִׁלַּח שְׂאוֹל וַיִּשְׁמְרוּ אֶת-הַבַּיִת
 לְהַמִּיתוֹ: הֲצִילֵנִי מֵאִיְבֵי אֱלֹהֵי מַמְתְּקוֹמָמִי תִשְׁגָּבֵנִי: הֲצִילֵנִי מִפְּעָלֵי
 אָוֶן וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי: כִּי הִנֵּה אָרְבוּ לְנַפְשִׁי יְגוּרוּ עָלַי עֲזִים
 לֹא-פִשְׁעֵי וְלֹא-חַטָּאתַי יִהְיֶה: בְּלִי-עוֹן יְרוּצוֹן וַיְכַוְּנוּ עוֹרָה לְקַרְאֲתִי
 וַיִּרְאֶה: וְאִתָּה יִהְיֶה-אֱלֹהִים צְבָאוֹת אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל הַקִּיצָה לְפָקֹד כָּל-
 הַגּוֹיִם אֵל-תִּחַן כָּל-בְּגָדֵי אָוֶן סְלָה: יִשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כַּכֶּלֶב וַיִּסּוּבְבוּ
 עִיר: הִנֵּה יַבִּיעוֹן בְּפִיהֶם חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם כִּי-מִי שָׁמַע: וְאִתָּה
 יִהְיֶה תִשְׁחַק-לָמוּ תִלְעַג לְכָל-גּוֹיִם: עֲזוּ אֲלֶיךָ אֲשַׁמְרָה כִּי-אֱלֹהִים
 מִשְׁגָּבִי: אֱלֹהֵי חֶסֶדוֹ (קרי: חֶסֶדִי) יִקְדַּמְנִי אֱלֹהִים יִרְאֵנִי בְּשׂוֹרְרֵי: אֵל-
 תִּהְרַגֶּם פֶּן-יִשְׁכַּחוּ עַמִּי הַנִּיעַמּוּ בְּחִילְךָ וְהוֹרִידְמוּ מִגִּגְנוֹ אֲדָנִי:
 חֲטָאת-פִּימוֹ דַּבֵּר-שִׁפְתֵימוֹ וַיִּלְכְּדוּ בְּגֹאוֹנָם וּמֵאֲלֶה וּמִפֶּחַשׁ יִסְפְּרוּ:
 כִּלָּה בְּחִמָּה כִּלָּה וְאִיְגַמוּ וַיִּדְעוּ כִּי-אֱלֹהִים מִשָּׁל בְּיַעֲקֹב לְאַפְסִי
 הָאָרֶץ סְלָה: וַיִּשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כַּכֶּלֶב וַיִּסּוּבְבוּ עִיר: הִמָּה יְנוּעוֹן (קרי:
 יְנוּעוֹן) לְאַכֹּל אִם-לֹא יִשְׁבְּעוּ וַיִּלְיֵנוּ: וְאֲנִי אֲשִׁיר עֲזָךְ וְאֶרְנֵן לְבַקֵּר
 חֶסֶדְךָ כִּי-הֵייתָ מִשְׁגָּב לִי וּמְנוּס בְּיוֹם צָר-לִי: עֲזֵי אֲלֶיךָ אֲזַמְרָה כִּי-
 אֱלֹהִים מִשְׁגָּבִי אֱלֹהֵי חֶסֶדִי:

למנצח מזמור לדוד: אשרי משכיל אל-דל ביום רעה ימלטהו
 יהנה: יהנה ישמרהו ויחיהו יאשר (קרי: ואשר) בארץ ואל-תתנהו
 בנפש איביו: יהנה יסעדנו על-ערש דני כל-משכבו הפכת בחליו:
 אני-אמרתי יהנה חגני רפאה נפשי פי-חטאתי לך: אויבי לאמרו רע
 לי מתי ימות ואבד שמו: ואם-בא לראות שוא ידבר לבו יקבץ-אנן
 לו יצא לחוץ ידבר: יחד עלי יתלחשו כל-שנאי עלי יחשבו רעה לי:
 דבר-בליעל יצוק בו ואשר שכב לא-יוסיף לקום: גם-איש שלומי
 אשר-בטחתי בו אוכל לחמי הגדיל עלי עקב: ואתה יהנה חגני
 ונקימני ואשלמה להם: בזאת ידעתי פי-חפצת בי פי לא-יריע איביו
 עלי: ואני בתמי תמכת בי ותציבני לפניך לעולם: ברוך יהנה אלהי
 ישראל מהעולם ועד העולם אמן ואמן:

למנצח משכיל לבני-קרח: כאיל תערג על-אפיקי-מים בן נפשי
 תערג אליך אלהים: צמאה נפשי לאלהים לאל חי מתי אבוא
 ואראה פני אלהים: היתה-לי דמעתתי לחם יומם ולילה באמר אלי
 כל-היום איה אליך: אלה אזכרה ואשפכה עלי נפשי פי אעבר בסך
 אדם עד-בית אלהים בקול-רנה ותודה המון חוגג: מה-תשתוחחי
 נפשי ותהמי עלי הוחילי לאלהים פי-עוד אודנו ישועות פניו: אלהי
 עלי נפשי תשתוחח על-בן אזורך מארץ ירדן וחרמונים מהר מצער:
 תהום-אל-תהום קורא לקול צנוריתך כל-משבריתך וגליך עלי עברו:
 יומם יצנה יהנה חסדו ובלילה שיכה (קרי: שירו) עמי תפלה לאל

מִכְתָּם לְדוֹד שְׁמֵרְנִי אֵל כִּי-חֲסִיתִי בְךָ : אָמַרְתָּ לִיהוָה אֲדֹנָי אַתָּה
טוֹבֵתִי בַל-עֲלִיךָ : לְקוֹדְשִׁים אֲשֶׁר-בְּאָרְצְךָ הִמָּה וְאֲדִירֵי כָל-חֲפְצֵי-כֶסֶם :
יִרְבוּ עֲצָבוֹתֶם אַחַר מְהֵרוּ בַל-אֲסִיךָ נִסְפִיָּהֶם מִדָּם וּבַל-אֲשָׂא אֶת-
שְׁמוֹתֶם עַל-שְׂפֹתַי : יְהוָה מִנֵּת-חֲלֻקֵי וְכוֹסֵי אַתָּה תוֹמִיךָ גּוֹרְלִי :
חֲבָלִים נָפְלוּ-לִי בְנַעֲמִים אַךְ-נִחַלְתָּ שְׂפָרָה עָלַי : אֲבָרְכְךָ אֶת-יְהוָה אֲשֶׁר
יַעֲצָנִי אַךְ-לִילוֹת יִסְרוּנִי כִלְיוֹתַי : שְׁוִיתִי יְהוָה לְגִנְדִי תָמִיד כִּי מִימִינִי
בַל-אָמוּט : לִכֵּן שָׁמַח לְבִי וַיִּגַּל כְּבוֹדִי אַךְ-בְּשָׂרֵי יִשְׁפֹךְ לְבָטָח : כִּי
לֹא-תַעֲזוֹב נַפְשִׁי לְשָׂאוֹל לֹא-תִתֵּן חֲסִידְךָ לְרָאוֹת שָׁחַת : תוֹדִיעֵנִי אֲרַח
חַיִּים שְׁבַע שְׂמֵחוֹת אֶת-פְּנֵיךָ נַעֲמֹת בִּימִינְךָ נָצַח :

לְדוֹד מִשְׁפִּיל אֲשֶׁרֵי נְשׁוּי-פֶשַׁע כָּסוּי חֲטָאָה : אֲשֶׁרֵי אָדָם לֹא יִחְשָׁב
יְהוָה לוֹ עוֹן וְאֵין בְּרוּחוֹ רַמְיָה : כִּי-הִחֲרַשְׁתִּי בְלוּ עֲצָמֵי בְּשֹׁאֲגַתִּי כָל-
הַיּוֹם : כִּי יוֹמָם וּלְיָלָה תִּכְבַּד עָלַי יְנַךְ נִהַפְךָ לְשָׂדֵי בְּחִרְבֵי קִיץ סֵלָה :
חֲטָאתִי אֹדִיעֵךָ וְעוֹנֵי לֹא-כִסִּיתִי אֲמַרְתִּי אוֹדָה עָלַי פֶּשַׁעֵי לִיהוָה
וְאַתָּה נִשְׂאתָ עוֹן חֲטָאתֵי סֵלָה : עַל-זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל-חֲסִיד אֱלֹהֶיךָ לַעֲת
מִצָּא רַק לְשִׁטָּף מִיָּם רַבִּים אֱלֹהֵי לֹא יִגִּיעוּ : אַתָּה סִתַּר לִי מִצָּר תִּצְרַנִּי
רַגִּי פִלַט תְּסוּבְּבֵנִי סֵלָה : אֲשַׁכִּילְךָ וְאוֹרְךָ בְּדֶרֶךְ-זוֹ תִלְךָ אִיעֲצָה עֲלֶיךָ
עֵינַי : אֵל-תִּהְיֶה כָּסוּס כְּפָרָד אֵין הָבִין בְּמַתַּג-נֶרְסֵן עֲדִיו לְכֹלֹם בַּל
קָרַב אֱלֹהֶיךָ : רַבִּים מִכְּאוֹבִים לְרָשָׁע וְהַבּוֹטֵחַ בִּיהוָה חֲסֵד יְסוּבְּבֵנוּ :
שְׂמַחוּ בִיהוָה וַיִּגְלוּ צְדִיקִים וְהִרְנִינוּ כָּל-יִשְׂרָאֵל :

TIQUN HA KLALI

È bene recitare questo brano prima della lettura del Tiqun haKlali:

הריני מקשר עצמי באמירת העשרה מזמורים אלו לכל הצדיקים
האמיתיים שבדורנו, ולכל הצדיקים האמיתיים שוכני עפר קדושים
אשר בארץ המה, ובפרט לרבינו הקדוש, צדיק יסוד עולם, נחל
נובע מקור חכמה, רבינו נחמן בן פינא, זכותו יגן עלינו, שגילה
תיקון זה.

72

לְכוּ נִרְנְנָה לִיהֲנָה נְרִיעָה לְצוֹר יִשְׁעֵנוּ: נִקְדָּמָה פְּנִי
בְּתוֹדָה בְּזִמְרוֹת נְרִיעַ לוֹ: כִּי אֵל גְּדוֹל יְהֲנָה וּמֶלֶךְ גְּדוֹל
עַל-כָּל-אֱלֹהִים:

הריני מזמן את פי להודות ולהלל ולשבח את בוראי. לשם חוד
קודשא בריך הוא ושכינתה ברחילו ורחימו על ידי ההוא טמיר
ונעלם בשם כל ישראל.

È risaputo che dopo che si lascia questo mondo, l'anima si presenta di fronte al S. e le viene domandato...

**HAI FISSATO DEI MOMENTI
DI STUDIO DELLA TORÀ**

SAI COSA RISPONDERE



Noi abbiamo una risposta...
L'opuscolo mensile

Momenti di Torà

Sicuramente ognuno di
noi ha qualche minuto
libero ogni giorno

**DIVISO PER I GIORNI DEL MESE TI PERMETTE CON
FACILITÀ DI STUDIARE UN PO' OGNI GIORNO**