

Con il *Tiqùn HaKlalì*



# MOMENTI DI TORÀ

**Tevèt**  
n.4, IV



**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**

*hamefizitalia@gmail.com*



In ricordo di - לעילוי נשמת -



In memoria dei  
nostri cari genitori

**Franca Astrologo z"l**

6 tevèt 5775

**Marco Calò (Zezè) z"l**

10 tishrì 5775

רוח ה' תניחנו בגן עדן



In ricordo di - לעילוי נשמת -



In memoria di  
nostro padre

**Yaakov Giacomo (Mino)**  
**Moscato z"l**  
13 tevèt 5775

רוח ה' תניחנו בגן עדן



NOVITÀ!

**CHIEDI  
AL RAV**

Un Rav esperto  
e timoroso di Hashèm  
direttamente da Eretz Israel  
è pronto a rispondere in italiano  
alle vostre domande di halakhà  
in ogni campo!

---

Regole di Shabbàt,  
Purità familiare,  
Tefillà, Kasherùt!  
Ecc.

Chiama dalla domenica al giovedì: 9:30-13:30 e 21:00-23:00  
e il venerdì: 9:30 - entrata di Shabbàt (orari israeliani)

Dall'Italia: 06.89972231

Da Israele: 054.8435583

## 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  
וּבְפִיפְיוֹת 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 *MUSÀR*

### OGNI ISTANTE È D'ORO!

Si racconta del Chafez Chaim che una volta andò a visitare un ricco della città. Questo facoltoso aveva la casa assai sfarzosa, i muri erano intonacati a regola d'arte, i mobili e i divani erano pregiatissimi ecc. Il Rabbi osservando questo sfarzo sospirò con rammarico e disse: "Che muro intonacato con così tante pagine di Talmud! Che divani pagati con le pagine di Shulchan Aruch! Ohi, le tende al costo di tanta zedakà e opere buone...ahi che peccato! L'ebreo incuriosito dall'intenzione del Rav, gli chiese: "Rabbi a cosa si riferisce? Che centrano i miei divani con le pagine di Talmud?" Allora gli rispose: "Con il tempo che hai impiegato a lavorare per guadagnarti i soldi per intonacare elegantemente il muro, o per comprare quei divani così tanto pregiati, avresti potuto studiare un po' più di Torà, dare più zedakà o occuparti di opere buone tralasciando dei beni superflui ed effimeri, e occuparti di più in patrimoni eterni e sostanziosi che ti accompagneranno per sempre nell'olam abbà! Il risultato è che "hai intonacato i tuoi muri con delle pagine di Talmud!"

6

Da questo racconto ognuno, secondo il proprio livello, può imparare un'insegnamento enorme: "Il tempo nella vita è il patrimonio più prezioso che abbiamo a disposizione!" Per questo dobbiamo tenere sempre in mente di sfruttare i nostri istanti inestimabili e metterli a frutto pienamente! Se osserviamo con l'ottica giusta la nostra vita, ossia quella di considerare l'enorme divario che c'è tra la breve realtà di questo mondo rispetto all'eternità che andremo a vivere quando lo lasceremo, ci risveglierà in noi sicuramente il desiderio di riempire ogni attimo, ogni minuto, ogni giornata principalmente con dei patrimoni reali che rappresenteranno il nostro patrimonio per sempre, la Torà e le mizwot, anche se dedicheremo anche del tempo per procurarci il necessario per vivere.

E al contrario non saremo forse ritenuti dei "piccoli suicidi" se getteremo gli attimi, le ore, le giornate della nostra vita senza uno scopo, in futili sciocchezze o lavorando per soddisfare le nostre vane lussuosità?! Avremmo potuto in quei attimi di sollazzo con il nostro smart phone, guadagnarci patrimoni eterni e inestimabili, leggere qualche capitolo di salmi qualche alachà in più o pensare di come aiutare il prossimo in qualsiasi maniera ecc!

Che Hashem non ci faccia mai dimenticare il motivo per il quale siamo qui in questo mondo e sfruttare ogni attimo che ci viene dato per il meglio! Amen!

# MOMENTI DI *HALAKHÀ*

## INTERRUZIONI

E' vietato fare alcun tipo di interruzione dal momento in cui recita la beracha fino al completamento di tale azione. Nè con distrazioni, né con il parlare.

Prima di dire o fare qualsiasi altra cosa bisogna almeno mangiare e ingoiare anche una piccola parte del cibo. Solamente dopo si può "fare altro". È vietato persino rispondere amen alla beracha di qualcun'altro! quindi figuriamoci quanto sia serio il divieto!

Se si sta progettando di uscire d'obbligo dalla beracha di un'altra persona bisogna rispondere "Amen" subito dopo la beracha e attendere che colui che ha recitato la beracha mangi per primo. Subito dopo e' possibile mangiare.

Se colui che stava sentendo la beracha per uscire d'obbligo, abbia interrotto parlando, si dovrebbe fare una nuova beracha. Se colui che stava recitando la beracha per far uscire d'obbligo gli altri, abbia interrotto, allora dovrebbe ripetere la beracha. Tutti gli ascoltatori (che volevano uscire d'obbligo) sono posti in uno stato di incertezza su ciò che dovrebbero fare. Il consiglio dei poskim è di non ripetere la beracha in quanto ci si trova in una situazione di incertezza. Tuttavia, se possibile, dovrebbero solo riascoltarlo mentre reciti la sua beracha.

Si può parlare di cose necessarie per il pasto fra la beracha e il compimento dell'azione e questo non sarebbe considerato un'interruzione. Ad esempio, si può richiedere il sale o quant'altro necessario sia per il cibo e il complimento della beracha.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### IN ONORE DEL SANTO SHABBAT

Negli ultimi mesi di vita del grande Rabbino Aron Kotler z"l, perse conoscenza, e a causa di questo, i medici furono costretti ad alimentarlo tramite flebo e iniezioni. Senza bere e mangiare in modo normale, la sua bocca si disidratò e anche quando tornò in sé, i medici non gli permisero perfino di dissetarsi con un po' d'acqua.

Un giorno, uno dei dottori concesse ad uno dei discepoli del Rav, di fargli succhiare una caramella per sollevare un po' l'animo del Rabbino e alleggerirgli i dolori. Quel ragazzo pieno di gioia si procurò una caramella e corse dal Maestro per fargli finalmente assaporare qualcosa dopo giorni di dolori. "Prenda Rav il dottore vi ha permesso di succhiare perlomeno una caramella!" gli disse il ragazzo. Lo zadik si fece forza e rispose con un sorriso: "Non adesso, me la lascio in onore di Shabbat!...e quel giorno non era venerdì, ma mercoledì!

---

Rabbi Chaim Izchak Popka, uno dei discepoli del Chafez Chaim racconta: "Una volta passai uno Shabbat dal mio Maestro, e all'entrata della festa vidi che il Rav si adoperava e si affaticava a sistemare i lumi per il Santo Shabbat. Osai avvicinarmi per aiutarlo, pensai forse non è onorevole per il grande rabbino occuparsi delle faccende di casa, ma la Rabbanit (la moglie) mi si avvicinò e mi disse: "Non crederti ti poter togliergli questo compito, perfino a me non consente, questa è la sua mizvà e non ci rinuncia per nessun motivo..."

---

Era Shabbat Kodesh e il Gaon di Vilna stava seduto a tavola con la famiglia per consumare il pasto della festa. Durante la cena, il grande Rabbino si immerse nei pensieri di Torà e Kabalà, ma nel frattempo le sue dita toccavano le buccie dei frutti che aveva mangiato. Quando si destò fece caso che stava toccando il mukzè violando lo Shabbat (le buccie che non sono idonee cibarsene è vietato spostarle di sabato per il divieto del mukze) e disse con rincrescimento: "Ohi ho toccato il mukze!" e per il grande rimorso svenì! I famigliari provarono a fargli riprendere i sensi ma ogni volta che si ricordava di aver profanato Shabbat per il dolore perdeva di nuovo conoscenza. La moglie vedendo che non c'era modo di rianimare il marito, prese le bucce le mangiò affermando: "Ecco ora non sono più mukze (sono idonee addirittura alle persone)" a quel punto lo spirito del Gaon si risollevò....

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## FACENDO UNA BERACHA

- Prima di pronunciare una beracha bisogna avere in mente ciò che si dice e bisogna avere la giusta intenzione

Ad esempio, se una persona si trova all'inizio di un pasto e sa che andrà a mangiare altri alimenti con la stessa beracha, è opportuno che abbia in mente tutto ciò che andrà a mangiare in quel pasto, in modo da non entrare in situazioni di dubbio o beracha invana.

Prima di benedire bisogna avere di fonte e prendere tale cibo con la sua mano principale e poi si può procedere con la benedizione. Se non si è preso con la mano, la beracha è comunque valida.

Nel momento in cui si recita una beracha è vietato fare altre azioni bisogna, se possibile, stare seduti.

Purtroppo molte persone recitano le berachot o in maniera frettolosa, o facendo altre azioni. Questo comportamento è da evitare in quanto si rischia di dare poca importanza alle berachot e al nome di Hashem. La berachà può essere detta anche a bassa voce, a patto che le parole escano dalla bocca.

Se una beracha è stata solamente pensata, senza pronunciarla, allora è opportuno ridirla.

- Idealmente, la beracha andrebbe detta in Ebraico e il suo contenuto dovrebbe essere compreso. Se però il contenuto non è chiaro, si è uscito d'obbligo. Un caso differente è sulla Birchat Hamazon: in tale beracha c'è l'obbligo di capire il significato delle berachot.

- Se uno ha cominciato a mangiare senza fare recitare la beracha, che succede?

- Se si tratta di cibo solido e non sarà immangiabile se si rimuove - allora si dovrebbe rimuovere il cibo e fare la beracha.

Se si tratta di cibo solido che diventerà immangiabile se si rimuove - allora si dovrebbe spostare verso il lato della bocca e fare il Beracha.

- Se si tratta di alimenti liquidi, allora si dovrebbe far uscire il liquido fare la Beracha e poi si può ribere.

- Se uno già ingoiato il cibo, non può più fare la Bracha di quel cibo. Si può e si deve, però, trovare un cibo diverso con la stessa Bracha per riparare al "danno".

- Anche se uno ha dimenticato la beracha iniziale e ha comunque finito di mangiare, si deve ancora fare la Beracha finale.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### DUE FACCE DELLA PUDICIZIA

Nella città del Baal Shem Tov, viveva un famoso musicista cieco le cui melodie suscitavano sentimenti di autentica gioia e di pentimento a chiunque le sentiva.

Quando giunse il tempo di questo musicista di lasciare il mondo, inaspettatamente rivelò alla sua famiglia e agli amici in piedi intorno al suo letto, che in realtà non era mai stato cieco! Piuttosto, quando era giovane, decise di non guardare le donne o cose proibite per questo si dichiarò cieco. In realtà, i suoi occhi erano eccezionalmente chiari e luminosi.

Nello stesso periodo, viveva un uomo ricco, conosciuto come “Yossale l'Avaro”. Nonostante le sue grandi ricchezze, non usava dare persino un soldo ai poveri della città. Per fortuna, c'era un altro uomo facoltoso nella sua città che generosamente aveva l'abitudine di fornire tutte le esigenze alla comunità, soddisfacendo i poveri concittadini. Col passare del tempo, la fama di quel generoso ricco crebbe e al contrario Yossale l'avarò veniva sempre più disprezzato dalla sua comunità.

Il giorno per Yossalè l'avarò di lasciare questo mondo arrivò, ma nessuno si addolorò per la sua morte, e questi morì con un pugno stretto ed il cuore chiuso. Il giorno dopo, quando tutti i poveri della città vennero a casa del ricco generoso per “riscuotere” la loro zedakà giornaliera, rimasero scioccati e delusi da ciò che il ricco disse loro in lacrime: “Mi dispiace non ho niente da darvi. Non è mai stato il mio denaro ad alimentarvi, bensì tutta la zedakà che avete ricevuto per anni veniva solamente da quel zaddik nascosto, Yossalè l'avarò, scomparso ieri. Lui mi forniva tutti i fondi che vi distribuivo, perché non voleva godere di alcun onore per la sua generosità. Ha ricercato tanto per tutta la sua vita di compiere la mitzvah della zedakà perfetta, senza secondi fini, e con umiltà. Appena sentite le parole di quell'uomo, tutti quei poveri e la gente della città piansero quello zaddik che li lasciò con così grande segretezza e umiltà.

Il Baal Shem Tov dopo aver raccontato queste due storie, si rivolse ai suoi Chasidim e chiese: “Quale dei due secondo voi era più elevato spiritualmente, il musicista ‘cieco’ o il ricco ‘avarò’?” Vedendo che i suoi studenti non sapevano cosa rispondere, Baal Shem Tov disse: “È difficile decidere eh? Ebbene, sappiate che anche nei mondi celesti, non sono in grado di considerare chi è più pregevole tra i due”....

(Mavir Levavot, pag. 314)

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### BUGIE

E' permesso dire le bugie se in quel momento sono d'aiuto? Solitamente noi sappiamo che e' assolutamente vietato dire una cosa che non e' vera. Questa e' la regola generale, ma il Mishpat HaShalom riporta dei casi in cui e' bisogna deve una bugia. Ad esempio, uno dei casi più comuni e' quello inerente alla pace. Se per far pace due persone, o soprattutto marito e moglie serve di modificare la verità, e' possibile farlo. Soprattutto se serve ad evitare una discussione.

In questo caso pero' una persona deve essere davvero sincera con se stessa. Sarebbe troppo facile dire bugie per far "pace". Quello che ci vogliono insegnare i maestri qui e' proprio l'importanza della pace che per conquistarla bisogna essere pronti pure a non dire la verità.

Un altro esempio scritto nel Talmud in cui bisogna dire una bugia è il seguente: Se ci dovesse essere una sposa che è brutta, bisogna dirle comunque che è bella. Questo perché? perché e' il giorno più bello della loro vita e bisogna "supportarle".

Il Mishpat HaShalom riporta anche un altro momento in cui bisogna usare belle parole nei confronti di una persona, ovvero quando tale persona viene a mancare e nell'espedito (elogio funebre) bisogna parlare bene di lui.

In questo caso però e' vietato raccontare una cosa che non e' accaduta, ovvero una bugia completa. Dilungarsi sui suoi aspetti positivi, e omettere quelli negativi sembra essere la cosa giusta da fare.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### IL MIKWÈ PER LA DONNA

I ricercatori si affaticano con tutti i loro mezzi a disposizione di analizzare il mondo che ci circonda. Indiscutibilmente sono arrivati a dei risultati eccezionali, ma senza dubbio solo parziali, infatti chi potrà mai capire i veri misteri di questa strabiliante creazione? Per di più, c'è un ambito che la scienza moderna quasi non riesce a trattare, ovvero il mondo spirituale. Nel passato in molti provarono a dimostrare la sua inesistenza. Tuttavia oggi gli studi scientifici riconoscono sempre di più che l'uomo sia spinto da forze spirituali, dimostrandole addirittura con delle prove fondate, come le ipnosi, telepatia ecc. Di conseguenza l'interesse nel mondo riguardo a questi ambiti è accresciuta, ma chiaramente rimanendo ancora molto lontani dalla loro profonda comprensione.

Dunque si può capire che tutto il concetto di "Tumàh - Impurità" e "Taharà - Purità" è totalmente spirituale, e francamente non abbiamo i mezzi per comprenderli fino in fondo. E se non possiamo capire la natura di questa impurità, come potremmo mai individuare il modo con cui liberarci da essa. Queste sono infatti le parole del famoso Rabbino, Saggio, Zadik e anche dottore il Rambam: "Una cosa è chiara e palese, le leggi della Tumàh e Taharà sono principi indiscutibili che non è nelle mani dell'uomo capirle. In ugual modo il mikwè e le regole legate a questo argomento, perché il concetto di impurità non è uno sporco come del fango o del sudore che li si elimina con dell'acqua e sapone, bensì sono in assoluto degli assiomi dettati dalla Torà...".

Hashem Itbarach ha stabilito nel creare il mondo e nella Sua Santa Torà, che l'impurità della donna si estirpi esclusivamente immergendosi nel mikwè, questo è un principio indiscutibile, e in tal modo funziona, perfino se non capiamo fino in fondo la sua essenza!

Potresti forse rivelare i misteri di D.o? Riusciresti a trovarci imperfezioni? Pretendi forse di penetrare nei segreti del S. elevati come i cieli, e profondi come gli abissi? (Giobbe)

Che Hashem ci dia la modestia di annullarci davanti a Lui ed atternerci a tutte le sue disposizioni! Amen  
(tratto da Hatharà Bealachà Veaggadà)

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE DELLA NIDDÀ (nono capitolo)

Nei giorni (quali sono questi giorni verrà spiegato fra poco) in cui il ciclo mestruale dovrebbe giungere in nostri maestri hanno vietato il rapporto sessuale .

Solo il rapporto vero e proprio è vietato mentre baci e abbracci sono permessi a meno che non provochino perdite di seme.

Al termine di questi giorni anche se la donna non ha avuto perdite di sangue rimane vietata fino a che non fa un controllo interno e si è trovata pulita.

Non tutto il giorno è vietato ma solo la parte di questo in cui è giunto il ciclo precedente. Per esempio se il mese prima l'inizio della perdita di sangue è stato di giorno il rapporto è vietato solo di giorno, mentre se è stato di notte è vietato solo la notte<sup>1</sup>. Notte e giorno vanno calcolati secondo la regola ebraica, ovvero il giorno inizia con lo spuntare del sole, e termina con il tramonto (quando il sole non viene più visto), mentre la notte inizia con il tramonto e termina con lo spuntare del sole.

Alcuni usano vietare il rapporto sia il giorno che la notte.

Per spiegare quali sono questi giorni bisogna sapere che:

Anticamente il ciclo mestruale giungeva alla maggior parte delle donne in giorni e ore fisse, per esempio ogni primo del mese o ogni trenta giorni, nel linguaggio rabbinico questo è chiamato "ciclo mestruale regolare". Al giorno d'oggi è meno frequente.

Altre donne, adesso la maggior parte, ricevono invece, il ciclo mestruale in tempi e giorni saltuari, a volte dopo trenta giorni a volte dopo ventisette a volte dopo trentacinque, e così a volte di giorno e a volte di notte. Questo tipo di ciclo è chiamato "ciclo mestruale irregolare".

Essendo quest'ultimo molto più frequente ne spiegheremo le regole in modo più approfondito.

"Ciclo mestruale irregolare"

Una donna che non ha il ciclo regolare deve astenersi dal rapporto in tre date:

-Dopo trenta giorni dall'inizio dell'ultima perdita (anche se il ciclo è durato più di un giorno il mese dopo bisogna astenersi dal rapporto solo un giorno). Il primo giorno del ciclo precedente è incluso nel conto dei trenta giorni. Continua domani

NOTE: 1. Anche se, per es., l'inizio della perdita è stato al termine della notte, il mese dopo, la donna è vietata

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### PARASHAT VAIGHASH

**“Adesso non rattristatevi e non risentitevi con voi stessi per il fatto di avermi venduto qui ...”** (Bereshìth 45, 5).

Secondo gli insegnamenti del grande Maestro e Kabbalista Arìzal, Yosèf dice ai suoi fratelli di non rattristarsi. Allontanate il vostro cuore dalla disgrazia della tristezza, poiché se vi allontanerete dalla sensazione di tristezza e di dolore, riuscirete a percepire la volontà di Hashem. Tutto ciò è accaduto affinché potessi provvedere alla vostra salvezza in questi anni di carestia. **“Per questo il S. mi ha mandato prima di voi”**. Com'è ben risaputo uno dei fondamenti della Chassiduth è servire Dio con gioia, allontanando la tristezza dalla nostra vita. Secondo gli insegnamenti di Rabbi Israel Baàl Shem Tov, fondatore della Chassiduth, la tristezza ha la capacità di confondere l'uomo, e di non far riconoscere e percepire la presenza di Dio. Il Grande Zaddik Rabbi 'Aharon di Karlin diceva: la gioia di per se non è una mitzwà, ma nonostante ciò ha la facoltà con la sua forza di portare l'uomo ad adempiere a tutte le mitzwoth della Toràh. D'altra parte la tristezza non è di per se una trasgressione, però essa ha la capacità di portare l'uomo a compiere tutte le trasgressioni di tutto questo mondo.

**“... Vide i carri che Yosèf aveva mandato per trasportarlo e lo spirito di Yakòv rivisse ...”**

I Maestri si domandano per quale motivo Yakòv nel momento in cui i suoi figli gli rivelano che Yosèf è ancora vivo non pone loro alcuna domanda su come si fossero effettivamente svolti i fatti da loro raccontati sulla (presunta) morte di Yosèf.

I Maestri vedono nei carri inviati da Yosef un messaggio nascosto a suo padre. Secondo il *Midrash* l'ultima cosa che Yosèf aveva studiato con suo padre Yakòv, erano le regole concernenti l'*Eglà Arufà* (la vitella scannata). (*Devarim 21, 1*). E' questa una vitella che veniva uccisa per spiare l'omicidio di un uomo trovato morto tra due città. Gli Anziani calcolavano quale fosse la città più vicina, e da questa veniva portata una vitella che veniva uccisa per spiare le colpe dell'avvenuto omicidio. E' interessante notare che la *Torà* non preveda che vengano istituite delle ricerche per individuare l'assassino, ma che il caso si chiuda con questo rito, senza porsi molte domande, lasciando a Dio il giudizio finale sull'omicida. Con questo messaggio Yosèf sembra voler dire a suo padre di chiudere lì tutta la sua storia senza porre domande, perché se avesse indagato ciò che ne sarebbe venuto fuori sarebbe stato molto più doloroso.

## MOMENTI DI *HALAKHÀ*

Continua da ieri

-Lo stesso giorno del mese ebraico in cui ha iniziato a vedere sangue la volta precedente. Ad esempio se l'ultima perdita è iniziata la notte del dieci di Nissàn sarà vietata la notte del dieci di Yiàr.

-Quando sono trascorsi il numero di giorni che vi sono stati fra le due ultime volte in cui ha avuto il ciclo mestruale, includendo nel conteggio anche il giorno delle due perdite. Quindi se per esempio ha visto il primo di Nissan e il venticinque dello stesso mese (per semplificare abbiamo scelto un caso raro in cui vede due volte in un mese ), dovrà astenersi dal rapporto venticinque giorni dopo ovvero il diciannove di Yiàr (considerando che il mese di Nissan ha trenta giorni).

Anche nel caso in cui il ciclo vero e proprio è giunto dopo che la donna ha trovato sangue in un controllo interno o ha visto una macchia sui vestiti queste date vanno calcolate secondo l'inizio del ciclo.

“Ciclo mestruale regolare”

Inanzi tutto bisogna sapere che la donna stabilisce il suo ciclo solo quando la prima perdita è giunta secondo un ordine stabilito tre volte costitutive, tutte di giorno o tutte di notte.

Una volta stabilito il ciclo regolare l'unica data in cui la donna è proibita sarà quella del suo ciclo.

Tipi di ciclo regolare:

-Ciclo del mese: quando la donna inizia a vedere la prima perdita di sangue lo stesso giorno del mese ebraico, per es. ogni cinque del mese.

-Ciclo a intervalli: quando la donna vede a intervalli fissi, per es. ogni trenta giorni.

-Ciclo del corpo: quando la donna ogni volta che sta per ricevere il ciclo mestruale soffre di un malessere corporeo, per es. ha forti mal di testa o dolori di pancia.

Vi sono anche altri tipi di ciclo regolare, e così molte altre regole legate ad questi. Essendo questi al giorno d'oggi non così frequenti non ci siamo soffermati. In ogni caso è bene chiedere a un rabbino competente.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### PARASHAT VAIGGASH

Una volta Rabbì Naftali di Rofshitz raccontò che da bambino, quanto il suo Maestro aveva da poco iniziato ad insegnarli la *Torah*, apprese un importante insegnamento in ordine al divieto di un ebreo di sentirsi migliore del proprio fratello.

Quando iniziò a leggere nei libri di *Torah*, egli vide infatti due lettere “*Yod*” (י) scritte una accanto all'altra in questa maniera: יי; il giovane studente non sapeva quale fosse il modo di leggere questa parola, e così andò dal proprio Maestro per chiedere spiegazioni. *“Due lettere “Yod” (י) una di fianco all'altra – gli rispose il Rabbino – rappresentano una delle maniere con cui scrivere il nome di Hashem (Ad-nai): gli stampatori di libri, infatti, hanno da sempre la consuetudine di scrivere così il nome di Hashem (Ad-nai), affinché allo stesso nome non venga mancato di rispetto”.*

Quando il giovane Rabbì Naftali giunse alla fine del versetto, egli vide quindi due punti al termine dello stesso collocati uno sopra all'altro (:), che sembravano anch'essi essere due piccole lettere “*Yod*” (י) posizionate verticalmente. Il bambino iniziò pertanto a leggere tale segno come se fosse il nome di *Hashem* (*Ad-nai*), ma venne immediatamente interrotto dal Rabbino che lo corresse precisando che i due punti uno sopra all'altro non rappresentavano il nome di *Hashem*, bensì un simbolo indicativo della fine del versetto.

Di fronte alle comprensibili perplessità del bambino, il Rabbino gli disse così: *“Sappi che questa è una regola importantissima: due “Yodin”, intese anche come due “Yehudim”, che si trovano uno a fianco dell'altro, hanno la presenza di Hashem che risiede tra di loro. Due “Yodin” posti uno sopra all'altro, invece, non hanno la presenza di Hashem tra loro, bensì rappresentano solo la “fine di un versetto”...”.*

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE DI SHABBAT

-Nel caso non si sia fatto in tempo a leggere la porzione di "shnaim mikrà veechad targum" persino durante la settimana successiva allo shabbat, è preferibile preparare la nuova e quella vecchia la si riprenderà in un secondo momento. È permesso rimediare alle parashot mancate durante l'anno fino a Simchat Torà.

-Nel caso si abbia saltato qualche versetto, non c'è l'obbligo di tornare a leggere tutta la shnàim mikrà veechàd targum, bensì lo si legga successivamente.

-Secondo la kabalà bisogna leggere shnàim mikrà veechàd targum senza nessuna interruzione a meno che si voglia bere, allora si potrà interrompere recitando la berachà.

-A priori la lettura del shnàim mikrà veechàd targum va eseguita verso per verso prima sul testo in ebraico della Torà per due volte e poi leggendo lo stesso verso sul testo in aramaico. Tuttavia, a posteriori, chi è stretto con i tempi potrà leggere tutta la parashà consecutivamente e poi la seconda lettura la potrà fare con il chazàn durante la lettura in pubblico di Shabbat. La lettura in aramaico inoltre potrà essere letta anch'essa consecutivamente in un secondo momento dopo la seconda lettura in ebraico.

-Chi vuole eseguire la mizwà di shnàim mikrà veechàd targum nel migliore dei modi, lo faccia leggendo la parashà con i toni così come la legge il chazan durante il sabato mattina. Secondo la Kabalà bisogna sforzarsi molto a leggerla in questo modo.

-Non c'è la mizwà di leggere le parashiot concernenti lo Shnaim mikrà veechad targum prima dei giorni festivi.

-Lo shnàim mikrà veechàd targum della parashà di Vezot Aberachà che si legge nella festa di Simchat Torà, a priori si deve preparare di Oshannà Rabbà, a posteriori è possibile leggerla anche l'indomani durante Shemini Azeret.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### PARASHAT VAIGGASH

Una volta, durante il tragitto per raggiungere il Maghid Rabbi Dov Ber di Mezeritch (discepolo e successore del Baal Shem Tov), i fratelli e rabbini Shmuel e Pinchas Horowitz si trovarono a studiare la seguente Mishnà: *“Ognuno ha il dovere di benedire D-o sul male così come Lo benedice sul bene”* (Berachot 9, 5); questa regola, come spiegato nel Talmud, impone a ciascun ebreo di accettare con gioia e felicità anche il male (TB Berachot 60b).

*“E’ mai possibile benedire sinceramente D-o con gioia anche di fronte alla sofferenza, così come Lo si benedice innanzi al bene?”*, si chiesero perplessi i due fratelli. Sottoposero quindi tale domanda al Maghid, il quale scoppiò a ridere dicendo loro che ad un quesito così semplice avrebbe potuto rispondere anche il suo caro amico Zusha.

I due rabbini, impazienti di ottenere una risposta, si fecero condurre da Zusha, un ebreo molto povero che, seduto con abiti logori vicino al camino alla ricerca di un po’ di calore, leggeva un libro di Tehillim con aria gioiosa e felice. Zusha, dopo aver ascoltato la domanda, rispose così: *“Sinceramente, non comprendo la ragione per cui il Maghid vi abbia mandato da me per rispondere al vostro quesito. Dovreste interrogare, in proposito, qualcuno che nel corso della sua esistenza ha provato sofferenze o patito disgrazie; un tale ebreo potrebbe infatti sapere se sia possibile accogliere il male con gioia e benedire D-o anche di fronte alle sventure, mentre io, Zusha, non ho mai subito alcun male, né tantomeno ho conosciuto dolore o malattie. Ogni giorno della mia esistenza, Baruch Hashem, è stato ricco di bene, e per questo ho sempre benedetto il Creatore”*.

In quel momento, i due rabbini compresero la ragione per cui il Maghid li aveva inviati proprio dal povero Zusha, il quale, nella sua semplicità, era riuscito ad insegnare loro come sia possibile accettare con sincera gioia e felicità anche il male e la sofferenza, continuando sempre a benedire D-o.

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE DI SHABBAT

### *Halachot Riguardanti L'avdala'*

-Ci hanno insegnato i nostri Maestri nel trattato di Pesachim 113a: "Tre persone hanno parte nel mondo futuro: chi abita in terra d'Israele, chi cresce i figli nello studio della Torà e chi esegue l'avdalà sul bicchiere di vino all'uscita di Shabbat". Quindi è mizwà che ognuno esegua l'avdalà nelle proprie case e faccia uscire dalla mizwà i membri della famiglia.

-Dunque il marito che si trova al Bet Akeneset durante l'uscita del Sabato, e la moglie o i membri della famiglia non lo sono, è bene che metta l'intenzione, durante l'avdalà che esegue il chazzan – ufficiale, di non voler uscir d'obbligo dalla mizwà, per poter poi successivamente eseguirla in casa e far uscire tutti i componenti della famiglia.

-Quindi nel caso che non vorrà uscire d'obbligo dalle berachot dell'avdalà, dovrà rispondere "Baruch Hu Uvaruch Shemo" nel sentire le quattro benedizioni recitate dal chazan, e non dovrà stendere la mano verso il lume quando ascolterà la benedizione di "meorè aesh".

-C'è discussione tra i poskim se la mizwà dell'avdalà di santificare la separazione tra il giorno feriale a quello santo, sia un precetto della Torà o dei chachamim. Tuttavia secondo tutte le opinioni l'avdalà che si esegue a mozei Yom Tov è un decreto rabbinico.

-L'ordine delle berachot dell'avdalà è il seguente: 1) "Borè Perì Agafen" 2) "Besamim" 3) "Meorè Aesh" 4) "Amavdil".

-Un metodo per ricordarsi l'ordine di queste benedizioni è tenere a mente il modo in cui sono posizionati gli organi del viso: la bocca che beve il vino della prima berachà è posizionata in basso sul viso, il naso che odora i besamim è più in alto, gli occhi che godono del lume di "meorè aesh" sono collocati al di sopra del naso. E per finire il cervello, fonte del saggezza che sa distinguere tra il giorno e la notte tra il sacro ed il profano, è posizionato al di sopra di tutti gli organi, in corrispondenza dell'ultima berachà di "amavdil" - "che distingue". A prova di questo si può riscontrare che la formula aggiuntiva di "attà chonantanu" o "attà ivdaltà", è inserita proprio nella quarta benedizione dell'amidà in cui chiediamo la saggezza al Creatore, a testimonianza che senza il discernimento non potremmo capire la diversità tra il giorno dello Shabbat e il giorno feriale.

-L'ordine delle berachot a posteriori non compromette la validità dell'avdalà. Tuttavia se ci si è accorti di aver saltato la benedizione dei profumi o del lume dopo aver detto l'ultima berachà di "amavdil", si potrà recitarle e odorare e guardare i lumi, subito prima di bere.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

Ci sono dei giorni vivi e dei giorni morti. Un giorno morto è un giorno che è passato e non ci ha lasciato nulla. La persona si alza, mangia, beve, ha fatto quello c'è ha fatto, ha goduto di ciò che ha goduto, è passato un altro giorno e basta. Questo è un giorno morto. Come un calendario dal quale strappiamo il foglio del giorno passato e lo buttiamo. Così la persona brucia un giorno dopo l'altro. Che vita è questa? Di che cosa si riempie la sua vita? Di cibo, di lavoro di sonno?

È Scritto nel libro di "Yeshaiau": "Io ho detto nel vuoto sono arrivato, nel nulla e nell'inutile ho speso le mie forze".

Ci sono però dei giorni che sono completamente diversi da questi! Giorni che non sono come fogli di un calendario che si strappano e si buttano, ma giorni dove i fogli si custodiscono con cura, foglio dopo foglio.

Da che dipende questa differenza? Da che dipende se i giorni sono morti o sono vivi?

Immaginiamo una famiglia che va in gita in macchina. Il bambino più piccolo si impressiona dai rumori e da ogni piccola cosa che vede nella macchina. Il fratello più grande rimane entusiasta da ciò che vede fuori dalla macchina. Ogni componente della famiglia si distrae e si concentra su qualcosa di diverso, il papà che guida però che fa? È concentrato sulla guida, afferra il volante e vede dritto concentrato sulla strada da percorrere. Se si distraesse a vedere ciò che c'è fuori, non solo non arriverebbe alla sua destinazione ma potrebbe anche distruggere la macchina.

La nostra vita è paragonata ad un viaggio. Ci sono delle persone che si distraggono da ciò che vedono e decidono di dedicarci tutta la vita. C'è chi si dedica a scoperte scientifiche, chi a business importanti ecc. ecc.

La persona più saggia però prima di iniziare a distrarsi da ciò che lo circonda, si chiede: Dove sto andando? Dove devo arrivare? Che cosa devo fare? Quale è il mio scopo? Ricchezza, potere, onore, godimenti, che guadagno danno alla fine alla persona?

Re Salomone dice:

"סוף דבר הכל נשמע את האלהים ירא, ואת מצוותיב שמור, כי זה כל האדם!"

Alla fine tutto è viene ascoltato, Hashem bisogna temere, le sue Mizvoth rispettare, perché questa è la persona."

Questa è la persona. Non importa ciò che ha fatto nella vita, i successi, i soldi guadagnati, che cosa ha mangiato, bevuto, è tutto nullo, tutto inutile. Temere Hashem e rispettare le Mizvoth. Questa è la persona.

Una persona che vive senza fare la volontà di Hashem, non è carino da dire ma.....peccato a ciò che ha mangiato e ha ciò che ha fatto, poiché alla fine è tutto nullo, tutto inutile.

Tratto da "seder Haiom"

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## IL DIGIUNO DEL 10 DI TEVET

Ci sono giorni in cui tutta Israele digiuna a causa delle catastrofi e delle sventure che accaddero in essi. Lo scopo di questi giorni di digiuno è quello di risvegliare e muovere i nostri cuori al pentimento ricordando gli errori commessi da noi e dai nostri padri. Ricordando questi errori, che continuiamo a ripetere causando calamità, siamo motivati a tornare ad un percorso di vita giusto. Il verso (Vayikrà 26, 40) afferma: Ed essi confesseranno i loro peccati e i peccati dei loro padri. Ognuno di noi dovrebbe utilizzare questi giorni per impegnarsi ad esaminare se stesso e a pentirsi, poiché lo scopo essenziale di un giorno di digiuno è quello di spingere al pentimento, come afferma il verso (Yonà3,10) a proposito degli abitanti di Ninvè: E Dio vide le loro azioni. Come spiegano i Maestri (Ta'anit 22a): I versi non affermano che Dio vide che indossavano abiti di sacco e che digiunavano, ma che vide le loro azioni, poiché lo scopo del digiuno è portare al pentimento. Perciò, chi trascorre un giorno di digiuno astenendosi dal mangiare e dal bere ma in ozio sottolinea ciò che è di importanza secondaria (il digiuno) e trascura l'essenziale (il pentimento). Nonostante ciò, il solo pentimento, senza digiuno, non è sufficiente, poiché i digiuni sono stati decretati dai profeti, e tutto Israele ha accettato questi giorni di digiuno in ogni generazione. Nel calendario ci sono quattro giorni di digiuno di questo tipo: in un verso di Zekharyà vengono chiamati "il digiuno del quarto (mese)", "il digiuno del quinto", "il digiuno del settimo" e "il digiuno del decimo". I Maestri identificano questi mesi basandosi sul conteggio che inizia con nissàn; in questo modo, i digiuni risultano essere: il 17 di tammùz, il 9 di av, il 3 di tishrì e il 10 di tevèt. (Tratto da Sefer Atodàa tradotto da morashà)

## MOMENTI DI *MUSÀR*

In questa vita piena di distrazioni, pensieri e pericoli, la persona si deve impegnare molto a salvare ogni singolo giorno della sua vita.

Qual è veramente un giorno pieno, un giorno vivo?

Un giorno vivo è un giorno dove è stata fatta la volontà di Hashem.

Non importa quanto abbiamo fatto o non fatto a livello economico, quanto abbiamo goduto o meno, se è stata fatta la volontà di Hashem, questo giorno è eterno, vivo.

A differenza di ciò, un giorno nel quale la persona non ha fatto la volontà di Hashem, è un giorno morto, un giorno passato che non ci ha lasciato nulla.

Oggi vediamo che ci sono delle nuove correnti che hanno lo scopo di portare là persone ad una completezza spirituale.

Se solo una persona sapesse quanto potrebbe guadagnare spiritualmente e materialmente attraverso la Tefilla', ci spenderebbe tutte le sue energie.

Non c'è niente di più che dà alla persona sicurezza e completezza come una Tefilla' fatta bene.

Solo attraverso la Tefilla' è possibile acquistare un cuore buono e puro, una fede completa. Più una persona si sforza nella Tefilla e nel suo lavoro verso Hashem più la sua anima si innalzerà sempre di più, fino al punto che la sua vita sembrerà un Gan Eden.

Tratto da "Seder Haiom"

## MOMENTI DI *HALAKHÀ*

### IL DIGIUNO DEL 10 DI TEVET

-La durata del digiuno è da quando si va a dormire la sera prima fino all'uscita delle stelle. La durata effettiva del digiuno è dall'alba all'uscita stelle; ma questo vale solo se una persona rimane sveglia tutta la notte, oppure se dice esplicitamente prima di andare a dormire che nel caso si svegli prima dell'alba si riserva la possibilità di mangiare; altrimenti gli è vietato mangiare, poiché è come se avesse iniziato il digiuno da quando è andato a dormire. Gli ashkenaziti sono soliti facilitare riguardo al bere prima dell'alba anche senza dirlo esplicitamente, nel caso in cui si sia soliti bere durante la notte.

-Il digiuno riguarda tutti gli ebrei, uomini e donne in età halakhicamente adulta (oltre 13 e 12 anni), anche se ciò potrebbe creare qualche disagio nel normale espletamento dei compiti quotidiani, come il lavoro o lo studio.

-Le donne incinta dal terzo mese di gestazione sono esenti dal digiuno. Se questa non è entrata ancora nel terzo mese, ma soffre di vari disturbi (vomito, forte debolezza o dolori), anche in questo caso è esente dal digiunare. Secondo altre opinioni, invece, una donna è esente dal digiunare non appena viene a conoscenza della gravidanza.

-Sia la partoriente che chi ha abortito sono esenti dal digiuno, se si trovano ancora entro i 30 giorni dal parto o dall'aborto. Anche nel caso in cui sia passato questo periodo di tempo, se si trovano ancora entro 24 mesi dal parto/aborto e hanno una forte debolezza, sono esenti dal digiuno.

-Le donne che allattano sono esenti dal digiuno.

-Il malato o il convalescente è esente dal digiuno, in quanto potrebbe aggravare o rinnovare la malattia. Anche colui che è molto anziano e debole è esente dal digiunare. Si chiedi ad un Rav i particolari riguardo tutte le esenzioni.

-I bambini piccoli, maschi fino all'età di 13 anni (non compresi) e femmine fino all'età di 12 anni (non compresi), sono esenti dal digiuno. Qualora vogliono essere rigorosi e digiunare dobbiamo obbligarli a mangiare.

-Nella tefillà abbiamo delle aggiunte: 'Anenu nella 'amidà, che recita solo chi digiuna, tachanunim aggiunti dopo la 'amidà a shachrit e l'aggiunta di un salmo che segue il Shir shel Yom. Durante la tefillà si mettono i tefillin.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

Pensiamo e riflettiamo un attimo come lo scopo di una giornata di un ebreo è totalmente differente da quella di un non ebreo. Apparentemente ci potrebbero essere delle cose in comune: il mangiare, bere, dormire, ecc.

In ogni caso però tra i due c'è una grande differenza. Il non ebreo corre, corre senza una meta.

L'ebreo invece ogni azione che fa è santificata e inalzata, è circondato da mizvot e berachot che lo collegano direttamente ad Hashem.

Rabi Hanina' Ben Akshia diceva: "Hashem ha voluto dare molti meriti al popolo d'Israele, per questo gli ha riempiti di Torah e Mizvot".

Hashem ci ha comandato 613 mizvot, così tante Mizvot in modo da poter essere circondati sempre da esse.

Quando un ebreo apre gli occhi la mattina subito ringrazia il padrone del mondo per avergli restituito l'anima dicendo: "mode ani". Lava le mani e benedice: "che ci hai santificato con le Mizvot e comandato." Fa tutto secondo l'alacha e non scorda di lodare Hashem anche per le cose che potrebbero sembrare lontane da lui (benedizioni dopo ogni bisogno corporeo).

Dopo di che la persona si reca al Bet Haknset e là si manta di Talet e Teffilin e prende il gioco divino su di se e prega e loda il padrone del mondo. Dopo di che esce dal tempio per andare al lavoro e anche là è circondato da regole e Mizvot: non rubare, fare gli affari in modo corretto, non parlare male di altre persone. Verso sera si ritorna al Bet Haknset per pregare di fronte ad Hashem e così via fino alla notte sempre circondato di Mizvot fino ad arrivare alla lettura dello Shema' prima di dormire, per riprendere su di se il giogo divino prima di dormire.

Beati noi! Beata la nostra vita! Beati noi che abbiamo la possibilità di VIVERE la nostra vita e riempire ogni giorno, ogni foglio, giorno dopo giorno senz'altro buttarne via nemmeno uno. "Benedetto il nostro D. Che ci ha creato per il suo onore, ci ha separato da coloro che sbagliano e ci ha dato là Torah!

Tratto da "Seder Aiom"

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE SUL TALLIT

**DOMANDA:** Si può compiere la mizwà del tallit con quello di un amico o prendendolo in prestito da quelli messi a disposizione dal bet akeneset?

**RISPOSTA:** E' scritto sul libro di Devarim 22;12: "E farete delle frange sugli angoli del vostro vestito con il quale vi coprite". Ci dice la Torà che il tallit o qualsiasi altro vestito con il quale compiamo la mizwà dello zizit deve essere di nostra proprietà.

-Nel caso quindi si prenda in prestito un vestito sprovvisto delle frange per il quale c'è l'obbligo alachico di metterli, per i primi 30 gg si è esenti, e si potrà indossare quel vestito senza gli ziziot. (Non ci dilunghiamo a riportare altre regole su un tallit preso in prestito da un compagno e sprovvisto di ziziot, dal momento che si tratta di un caso saltuario)

-Nel caso invece si prenda in prestito un tallit da un amico provvisto degli ziziot e conforme alla alachà, allora secondo la regola semplice è permesso compierci la mizwà e persino recitarci la berachà. Il motivo di questo, nonostante la Torà ci abbia comandato che il tallit sia di proprietà di colui che ci compie la mizwà, è perché quando la persona dà al suo compagno il tallit, in genere è a conoscenza che per compiere il precetto deve essere di suo possesso, allora glielo dà in dono con la condizione che al termine dell'esecuzione della mizwà gli torni indietro la proprietà dello stesso.

-Tuttavia è bene dire a colui che presta il tallit,: "mi dai il tuo tallit!" e non "mi dai in prestito il tuo tallit".

-Chi vuole uscire da ogni dubbio lo chieda spiegandogli che glielo deve dare in dono con la condizione che la proprietà gli ritorni indietro solo dopo l'esecuzione della mizwà.

-Nel caso invece si voglia prendere in prestito il tallit di un terzo solamente per salire a sefer, o come ufficicante ecc., sarà preferibile prenderlo con l'intenzione di non acquistare la sua proprietà e quindi sarà esente dal farci la benedizione.

-Per quanto riguarda il tallit messo a disposizione dal tempio, è permesso farci la benedizione secondo tutte le opinioni, ma è di obbligo assoluto controllare la conformità prima di eseguirci la mizwà, perché nel caso non fosse conforme, oltre a non compiere la mizwà, si reciterebbe una benedizione invano chas veshalom.

(alachot tratte da Alachà Brurà e Mishnà Brurà)

## MOMENTI DI *MUSÀR*

Dice Rabbenu Bachaie: “Devi sapere che la forza della Tefilla’ è così grande che può cambiare gli ordini della natura, salvare dalle disgrazie e annullare decreti negativi”.

Da dove sappiamo che è possibile cambiare la natura con la Tefilla’? Dai nostri patriarchi e dalle nostre matriarche, le quali erano sterili e sono rimaste incinte grazie alla Tefilla’. Hanno detto i nostri maestri: come mai i patriarchi erano sterili? Poiché Hashem vuole e desidera la Tefilla degli zadikim. Bisogna capire, come mai Hashem ha fatto sì che i patriarchi fossero sterili, poteva non dargli figli e basta, perché farli sterili completamente? Per insegnarci nella radice del nostro cuore che la Tefilla può cambiare veramente il corso della natura.

Da qua impariamo che se anche i medici diano “profezie” negative come se mai sia ci sia l’impossibilità di avere figli o l’impossibilità di guarire da una malattia grave ecc ecc. non bisogna mai rinunciare alla Tefilla’ anzi bisogna sforzarsi ancora di più nella preghiera verso Hashem.

La Tefilla salva dal pericolo: proprio in caso di pericolo si risveglia nell’ebreo la consapevolezza che non c’è nient’altro al di fuori di Hashem.

La Tefilla è uno strumento incredibile che Hashem ci ha regalato, possiamo cambiare completamente l’ordine della natura, sta tutto nelle nostri mani.

Tratto da “Seder Haiom”

## MOMENTI DI *HALAKHÀ*

-Hashem non ha ne corpo ne sembianze umane, ma per far sì che le persone potessero sentire la sua vicinanza, ha creato la "Shechina", la sua presenza.

La Shechina' si trova in ogni posto in questo mondo, come è scritto: "che riempie tutta la terra con il suo onore" e l'onore di Hashem è la sua Schechina. In ogni caso però la Schechina non si rivela alle persone in ogni luogo, se non solo in luoghi kedoshim (santi).

-Due mila anni fa, quando c'era il Bet Amikdash, il tempio di Gerusalemme, la Shechina era presente in maniera straordinaria. Ogni ebreo che arrivava ne Bet Amikdash, poteva godere di una potenza spirituale incredibile di vicinanza ad Hashem. Per nostra disgrazia, a causa dei nostri numerosi peccati il Bet Amikdash è stato distrutto e noi dobbiamo migliorare i nostri comportamenti in modo da poterci meritare la ricostruzione il più presto possibile.

-Nel frattempo, fino a che non sarà ricostruito il Bet Amikdash, dove si manifesta la Schechina? La Schechina si manifesta nel Bet Akneset e nel Bet Amidrash. È scritto nel Talmud, trattato di Berachot: "ha detto rav Ravin figlio di Rav Ada, ha detto rav Yzchak: da dove sappiamo che Hashem è presente nel Bet Hakneset? È scritto: "Hashem è presente in mezzo alla congrega di D-O" e da dove sappiamo che quando 10 ebrei pregano la Shechina è presente? Come è scritto: "Hashem è presente in mezzo alla congrega di Hashem." Ogni volta che si parla di congrega si intende un minimo di 10 persone. Per questo il Bet Hakneset è chiamato "Mikdash Meat" (un piccolo Bet Amikdash)

-Scrive il Rambam: in ogni posto dove si trovano 10 ebrei, questi sono obbligati a istituire un posto per le Tefillot, e questo posto è chiamato "Bet Hakneset".

\* Bet Hakneset: sinagoga.

\* Bet amidrash: casa di studio

Tratto da "5 dakot di Torah"

## MOMENTI DI MUSÀR

### PARASHAT VAYECHI

*“Egli benedisse Yosèf dicendo: O Signore, alla cui presenza hanno camminato i miei padri Abramo e Isacco, il Signore che è stato il mio pastore da quando esisto fino ad oggi, possa l'angelo che Tu mi mandi abitualmente e che mi salva da ogni male benedire i tuoi due fanciulli, e possa il mio nome essere ricordato su di loro insieme al nome dei miei padri Abramo ed Isacco. Possano in mezzo alla terra, prolificare in gran numero ed essere protetti come pesci”.*

Ci si domanda quale possa essere la benedizione che riceve Yosèf? Infatti, in realtà, ad essere benedetti sono di fatto i suoi due figli: Efraim e Menashè. Lo Shelà ha-Kadòsh risponde a questa domanda dicendo che non c'è *berachà* (benedizione) più grande per un genitore che i suoi figli siano buoni e dotati di grandi qualità. Perciò la frase “... benedica i tuoi figli, e possa il mio nome essere ricordato su di loro insieme al nome dei miei padri ...” rappresenta senz'altro la *berachà* (la benedizione) più grande che Yosèf potesse ricevere da suo padre Yakòv.

*“E visse Yakòv ...” (Bereshit 47, 28).*

28

In questa *Parashà* viene annunciata la morte di Yakòv, stranamente però la *Torà* utilizza il termine *Vayehi Yakov* (e visse Yakòv). Come è possibile questo? Non è forse una contraddizione? I Maestri ci insegnano che fino a quando i nostri figli (ossia i discendenti di Yakòv) tengono in vita i suoi insegnamenti, mettendoli in pratica, Yakòv è vivo. Del resto questo è il vero significato della parola *Chazak* (essere forti) che viene pronunciata alla fine di questa *Parashà*. Infatti, essere forti significa portare avanti con costanza gli insegnamenti dei nostri Patriarchi facendoli rivivere in noi, seguendo così facendo il cammino da loro tracciato.

La *Parashà* di *Vayehi* conclude il primo libro della *Torà* (il *Sefèr Bereshit*). Alla conclusione di ogni libro della *Torah* vi è l'uso di dire la formula: *Chazak hazak ve nitchazek* (Sii forte; sii forte e saremo forti). Con questa formula chiediamo a Dio di darci la forza per continuare ed avere successo nello studio della *Torà*. Apparentemente può sembrare strano augurarsi di avere forza in questo momento. Infatti per logica questo augurio avremmo dovuto pronunciarlo all'inizio del nostro impegno. In realtà il momento giusto è proprio questo perché gli inizi sono sempre ricchi di entusiasmo e di zelo. Il segreto è quello di mantenere lo stesso livello di entusiasmo fino alla fine. Ecco perché alla conclusione di *Bereshit* ci ripromettiamo di continuare il nostro studio della *Torah* con forza e devozione; e preghiamo che questa conclusione sia un passaggio per una maggior crescita.

Rav David Elia Sciunnach

Giovedì

## MOMENTI DI HALAKHÀ

-Nel Bet Hakneset non vengono solo le persone a pregare, ma per nostra disgrazia, viene anche lo lezer Hara e riesce a far entrare tra la gente discussioni e litigi. Questo è un grande problema, infatti il Talmud dice nel trattato di Berachot: “non bisogna pregare quando si è tristi e arrabbiati, ma bisogna pregare con gioia e allegria”. Quindi se c'è questa atmosfera di litigio e rabbia nel Bet Hakneset e meglio lasciarlo e andare in un'altro dove potrà pregare in una giusta atmosfera.

-È scritto nello Shulchan Aruch: “nel Bet Hakneset e nel Bet Hamidrash, non ci si può comportare in maniera poco seria, come scherzare ridere e parlare di cose futili”. Questo perché il Bet Hakneset è considerato come già detto nei giorni precedenti un piccolo Bet Hamikdash, ed è scritto “il mio tempio temerai” quindi bisogna comportarsi con timore e rispetto.

-Purtroppo, visto che il Bet Hakneset è anche un punto di incontro e di ritrovo, specialmente per le persone che lo frequentano solo di Shabat e nelle feste, capita spesso che quando queste persone si incontrano si scambiano i saluti e iniziano a parlare del più e del meno, questo è un grandissimo problema, visto che come già detto è proibito parlare di cose futili dentro al Bet Hakneset.

-Rabbi Shimon Bar lochai ha scritto il libro dello Zohar, in questo libro, spiega ciò che avviene ed è avvenuto nei mondi superiori e nei mondi inferiori, svelandoci delle cose incredibili. Tra le tante cose ci ha svelato anche una cosa che riguarda il Bet Hakneset e lui spiega che chi parla nel Bet Hakneset provoca delle distruzioni incredibili nei mondi superiori e viene considerata come una cosa molto grave nei confronti di Hashem, tanto che è consigliato alle persone che parlano nel Bet Hakneset di NON andarci per nulla.

-Il grande problema è che le persone non prendono seriamente ciò che è scritto nello Zohar e continuano a parlare tranquillamente. Capita spesso che quando queste persone vengono riprese per cercare di mantenere il silenzio, si arrabbiano e si offendono. Per questo, prima di tutto, ogni persona deve pensare a se stessa cercando di non parlare di cose futili. E anche se una persona si avvicina iniziando a parlare, senza vergogna bisogna rispondere: “non parlo nel Bet Hakneset, ci vediamo fuori e parliamo tranquillamente”.

-Per quanto riguarda il riprendere le altre persone, se sappiamo che nel riprendere la persona, conoscendo il tipo, accetterebbe la nostra ripresa, allora è bene farlo. Ma se sappiamo che se nel riprenderla si arrabbierebbe e offenderebbe, è bene allontanarsi da lui in modo da non essere disturbati ed evitare discussioni.

## MOMENTI DI MUSÀR

### PARASHAT VAYECHI

L'autore del noto commentario allo *Shulchan Aruch* intitolato "Peri Megadim", Rabbì Yosef Teomim (1727 - 1792), in gioventù (e fino a che non venne nominato rabbino della città di Francoforte) svolse l'umile professione di insegnante per bambini bisognosi.

Una volta la moglie di Rabbì Yosef, quando a causa della sua professione si trovavano a vivere in condizioni economiche fortemente disagiate, si lamentò per l'amaro destino che le era toccato con l'essere stata promessa in moglie, dal suo onorato padre, ad un umile insegnante di bambini.

Disse a quel punto Rabbì Yosef: *"Per tutta la mia vita mi sono interrogato sul significato di un insegnamento del Rambam (Rabbì Moshè ben Maimon). Nelle regole concernenti le donne (Hilcot Hishut), cap. 8, par. 3, troviamo scritto che chi dice alla propria moglie "Tu mi sei santificata in moglie a condizione che il mio nome sia solo "Yosef", ed in seguito si scopre che egli si chiama "Yosef Shimon", lei non è santificata a quell'uomo e, quindi, il matrimonio non è valido; non mi era chiaro, infatti, per quale ragione per una donna fosse così importante che il proprio marito si chiamasse solo "Yosef", e non invece "Yosef Shimon", a tal punto da comportare la nullità del matrimonio in caso contrario. Adesso però - proseguì Rabbì Yosef Teomim - le parole del Rambam mi sono ben chiare.*

*"Yosef", com'è noto, era il vice-re d'Egitto e colui che distribuiva quotidianamente il grano a tutti gli abitanti del paese; egli era quindi senz'altro in grado di assicurare un abbondante sostentamento alla propria famiglia. A differenza di ciò, come riportato nel commento di Rashì, i discendenti di "Shimon" erano dei miseri scrivani ed insegnanti di bambini (cfr. Bereshit 49, 7).*

*La mia consorte ha deciso di santificarsi a me in moglie, probabilmente, in quanto il mio nome è "Yosef", che rappresenta il sostentamento abbondante e prosperoso; tuttavia, in realtà, io non sono altro che un povero insegnante al pari dei discendenti di Shimon. Ai suoi occhi io appaio quindi come se avessi due nomi, "Yosef" e "Shimon", e per questo le numerose lamentele di moglie sul nostro matrimonio appaiono giuste e fondate..."*

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE DI SHABBAT

#### *Halachot Riguardanti L'avdala'*

-A differenza del kiddush che si fa di Shabbat, le donne all'uscita della festa non assaggiano dal bicchiere del vino dell'avdalà.

**DOMANDA:** Anche la donna è obbligata a fare l'avdalà di mozèi Shabbat?

**RISPOSTA:** Secondo le autorità sefardite così come le donne sono obbligate ad eseguire il kiddush all'entrata dello Shabbat, sono obbligate anche a santificare la sua uscita con l'avdalà. Tuttavia se il marito o il figlio sono presenti, oppure arriveranno a casa successivamente, sarà preferibile che siano questi che la facciano uscire dall'obbligo, così come avviene il venerdì sera per il kiddush. Nel caso però non ci sia questa possibilità, oppure non ci sia addirittura un vicino o non è andata al tempio il sabato sera per sentirla lì, dovranno benedire tutte le berachot dell'avdalà compresa quella del vino da sole.

-Se le è difficile bere la quantità di vino necessaria (studieremo più avanti con l'aiuto di Hashem questa misura), potrà far bere un'altra donna presente che vuole uscire d'obbligo dalla mizwà. Con tutto ciò prima di far bere ad una seconda persona la quantità necessaria per uscire dall'obbligo della avdalà, colei che recita l'avdalà dovrà bere una piccola quantità per non contravvenire in una benedizione invano, ossia quella di "borè perì agafen" senza godere del vino.

-Secondo gli ashkenaziti la donna a priori si deve sforzare di ricercare un uomo (che non è già uscito d'obbligo dalla mizwà) che la faccia uscire d'obbligo dall'avdalà nel caso il marito o il figlio non si trovino in casa. E solamente in caso di forza maggiore, se non ha trovato proprio nessuno che la faccia uscire d'obbligo dalla mizwà, la potrà recitare da sola. Tuttavia le berachot di "meorè aesh" e "besamim", le reciterà dopo aver recitato le altre due berachot di "aghafen" e "amavdil" e dopo aver bevuto il vino. (Shemirat Shabbat Keilchatà).

Continua domani.....

## MOMENTI DI MUSÀR

### PARASHAT VAYECHI

Nella *Torah* troviamo scritto che *Ya'acov*, nel benedire i nipoti *Efraim* e *Menashè* (figli del suo figlio prediletto *Yosef*), pronunciò queste parole: “*Sia chiamato in essi il mio nome ed il nome dei miei padri Avraham e Ytzchaq, e si moltiplichino in gran numero in mezzo alla terra*” (*Bereshit* 48, 16).

Il *Ben Ish Chay* si interroga sul senso di questo apparentemente strana *berachà*.

In effetti, a prima vista, risulta poco comprensibile il motivo per il quale *Ya'acov* decide di benedire i nipoti augurando che siano ricordati in loro i nomi dei tre patriarchi *Avraham*, *Yitzchaq* e *Ya'acov*. Il grande Maestro sefardita spiega che in realtà i nomi dei patriarchi alludono a quelle che sono le tre componenti fondamentali della vita di ogni ebreo, ovvero: 1) la *Torah* (**Yaacov/Israel**), 2) le *Mitzvot* (**Avraham**), e 3) la gioia nel servire *HaKadosh Baruch Hu* (**Yitzchaq**). In effetti, il valore numerico del nome **Avraham** è uguale a 248 (א = 1; ב = 2; ג = 200; ה = 5; ו = 40), e corrisponde al numero delle *Mitzvot* positive comandate da *Hashem* (mentre quelle negative sono 365, per un totale di 613).

Il nome **Yitzchaq**, invece, deriva dal verbo ebraico *Lizchoq* – *Ridere*, e viene tradotto da *Onkelos*, nella sua traduzione aramaica della *Torah*, con *Chedva* - *Gioia* (v. *parashat Vaierà*; *Bereshit* 21, 6), la quale (come insegnano anche i maestri della *Chassidut*) è la qualità che ogni ebreo deve sforzarsi di mantenere in ogni momento della sua vita, in quanto essa è basilare per rafforzare in noi la fiducia in *Kadosh Baruch Hu*, e per aumentare sempre il nostro studio della *Torah* e l'adempimento delle *Mitzvot*.

In ultimo, **Ya'acov avinu** è spesso chiamato **Israel**, e le lettere della parola **ISR(H)ael** (יִשְׂרָאֵל) sono le stesse della frase **LI R(H)oS** (לִי רֹאשׁ) – *Per me è un capo*, la quale allude alla *Torah* che è definita anche con il nome di **Rosh** (רֹאשׁ) – *Capo* (v. *Mishlè* 8, 22). Essa, inoltre, è stata data dopo che *Moshè Rabbenù* trascorse quaranta giorni sul monte Sinai, i quali equivalgono al valore numerico, anch'esso quaranta, della parola **LI** (לִי) – *Per me* (ל = 30; י = 10).

*Ya'acov* ha quindi deciso di benedire i nipoti *Efraim* e *Menashè* augurando loro una vita intrisa di *Torah*, *Mitzvot* e felicità nel servizio divino, utilizzando però un linguaggio metaforico in modo da non attirare su di loro l'attenzione dei denigratori del popolo d'Israele.

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE DI SHABBAT

### *Regole Riguardanti L'avdalà*

.....continua da ieri

-Nel caso la donna non sia in grado di recitare tutta l'avdalà, allora il marito o chi per lei, potrà farla uscire d'obbligo recitandola per intero, e questo anche nel caso che sia già uscito d'obbligo dalla mizvà con l'avdalà fatta precedentemente (per esempio al B.Akeneset). In questo caso è preferibile che la donna benedica da sola le berachot di "besamim" e "meorè aesh", subito dopo la benedizione del vino e di "amavdil ben kodesh lechol" recitate dal marito o chi per lei e dopo che questi abbia bevuto il vino. (Yalkut Yosef e Shemirat Shabbat Keilchatà)

- La donna che vuole uscire d'obbligo dall'avdalà del marito o chi per lui, dovrà fare bene attenzione nell'ascoltare le berachot che vengono recitate, non dovrà rispondere Baruch Hu Uvaruch Shemò e non parlare finchè, chi dice l'avdalà, avrà terminato di bere la quantità di vino.

-C'è chi sostiene che la donna non possa far uscire d'obbligo l'uomo dall'avdalà. Nel caso che il marito sia malato, ed è impossibilitato quindi a recitarla, e non c'è nessun altro uomo Bar Mizvà che possa farlo, allora è bene che l'uomo dica la formula "Baruch Amavdil Ben Kodesh Lechol" prima e la donna poi reciti la formula dell'avdalà completa e così facendo farà uscire se stessa e il marito dall'obbligo dell'avdalà. (Shemirat Shabbat Keilchatà)

-Secondo i sefarditi è permesso facilitare di più e nel caso di necessità, la donna può fa uscire l'uomo d'obbligo dall'avdalà.

DOMANDA: Un bambino è obbligato come un grande a fare l'avdalà?

RISPOSTA: Un bambino che capisce il significato di shabbat (in genere l'età e di 6/7 anni), è obbligato a fare l'avdalà, "midin chinuch - per la mizvà di educarsi alle mizwot". E i genitori hanno il dovere di abituarlo a sentirla dai genitori o dal chazan al bet akeneset. Se non ha la possibilità di sentirla da qualcuno, può farla anche da solo recitando tutte le benedizioni. Per di più ha la facoltà di far uscire un altro bambino (non un adulto/a)

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### CONOSCERE LA SCALA DEI VALORI

Ci sono argomenti per i quali siamo portati ad essere più rigidi nei riguardi dei nostri figli e strepitiamo quando questi vengono trascurati, dando loro la sensazione di essere più importanti, invece ci sono delle situazioni nelle quali ci regoliamo con più indulgenza, e i bambini capiscono inevitabilmente che si tratta di un divieto meno grave. Per esempio se vediamo di shabbat che nostro figlio gira per casa con il telefono in mano, subito ci scaldiamo e urliamo: “Shabbat! Mukze!”, gli diamo uno schiaffetto sulla mano per fargli capire che assolutamente non si infrange il Santo Shabbat. E questo accade nonostante tutti sanno che lo spostare un oggetto come il telefono è un divieto “solamente” rabbinico. Ma dall'altra parte, se per esempio lo sentiamo parlare male di un suo compagno, cosa facciamo? Gli diciamo delicatamente: “Lashon Aràa, non è bello parlare male degli amici!” In altre parole la nostra reazione nel sentire lashon aràa è semplicemente molto più placida rispetto a divieti più “leggeri”.

Questo è il classico esempio di una scala di valori scombinata. È chiaro che ogni genitore ha il dovere di insegnare ai figli di fare attenzione a tutte le mizwot, sia a quelle più gravi che a quelle meno, tuttavia non c'è nessuno che rinnega il fatto che mangiare senza berachà oppure spostare il mukzè di shabbat, entrambi divieti rabbinici, sono sicuramente meno gravi di parlare lashon aràa, per il quale si violano decine di divieti espliciti della Torà, e a riguardo i nostri Maestri ci hanno insegnato che questo avon è equivalente all'uccidere, al commettere rapporti incestuosi e al culto idolatrico, che Hashem ci scampi!

Il nostro compito come genitori è di esporre la giusta scala di valori ai nostri figli fin da piccoli, quale averà è grave e quale meno, per far sì che quando cresceranno avranno acquisito la naturale ripulsione verso gli avonot più gravi. Purtroppo il rigetto naturale nel parlare o ascoltare lashon aràa anche presso noi adulti è poco diffuso, proprio perché la nostra scala di valori ha bisogno di un assestamento. Se spostiamo il mukzè di shabbat subito saltiamo e lo gettiamo a terra come se avessimo toccato la corrente elettrica, ma se nel parlare, ci “sfugge” qualche parola di troppo sul nostro amico, la nostra reazione non è proprio così istintiva ed energica.....Che Hashem ci aiuti a stare lontani da questo tremendo avon, perlomeno come lo siamo per le altre mizwot della nostra Santa Torà! Amen!

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE SULLA LASHON ARA'À

-È vietato pronunciare *lashon harà'* su qualcuno, anche se si dice il vero, perfino di fronte a un singolo individuo e, a maggior ragione, in presenza di più persone. E quando aumentano gli ascoltatori – aumenta anche il peccato del narratore, poiché il soggetto del racconto viene offeso di più quando il biasimo viene divulgato davanti a più persone. E inoltre, in queste circostanze, si inducono in errore diverse persone che vengono meno al divieto di ascoltare *lashon harà'*.

-Durante una lezione al *bet hamidrash* è vietato dalla Torà schernire l'oratore affermando che la sua spiegazione è vacua e priva di contenuti, e a causa dei nostri numerosi peccati abbiamo constatato che molti hanno questo vizio senza considerarlo per nulla una trasgressione, mentre secondo la legge è proprio *lashon harà'*. Infatti, esprimendosi in questo modo si può provocare un danno economico al prossimo, e talvolta anche pena e vergogna, perché anche se ciò fosse vero – la *lashon harà'* è vietata perfino sulla verità – che beneficio futuro potrebbe avere in mente chi deride e sbeffeggia con il proprio scherno?!

-E il caro lettore sappia che tutto ciò vale anche se tutte le affermazioni di colui che schernisce [l'oratore] sono vere, e perfino in questo caso è vietato rimarcare la cosa di fronte ai presenti per biasimarlo. E pensandoci bene, si scopre che il derisore mischia allo scherno anche molte bugie, perché accade spesso che i derisori, quando si fanno gioco dell'oratore, sostengono che lui stesso non sa quello che dice e prende in giro [il pubblico] col suo discorso, e così via, tra scherzi e pagliacciate che urtano la sensibilità di chi le ascolta. E per di più, deridono l'oratore sostenendo che tutta la sua lezione è finalizzata soltanto al proprio tornaconto. In realtà non è così, ché anche affermando che se non fosse motivato da esigenze economiche non avrebbe impartito la lezione, tuttavia, come può chi lo deride affermare che l'intenzione dell'oratore sia rivolta esclusivamente al proprio tornaconto? Forse durante la lezione cerca soprattutto di trasmettere al pubblico insegnamenti morali e timore di D-o, e allo stesso tempo vorrebbe anche essere remunerato.

Continua domani...

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### SILENZIO? SÌ GRAZIE!

Immaginiamoci una persona che un giorno si sveglia la mattina e si ritrova affetto da mutismo, non riesce più a parlare a causa di una rara malattia. I famigliari lo portano da tutti i dottori del paese, ma senza che questi trovino una soluzione a quell'insolita infermità. Allora i medici, inermi di fronte al problema, consigliano al paziente di provare a consultare un grande professore all'estero che forse potrà essere in grado di aiutarlo. Con poche speranze, i famigliari comprano i biglietti aerei e fissano un appuntamento con quel famoso dottore e questi decide di ricoverare il malato presso la sua clinica per qualche tempo. Dopo alcune settimane di analisi e di cure, questi riesce a trovare il rimedio, e con grande stupore di tutti, il paziente torna a parlare! Proviamo a pensare l'immensa contentezza di quell'uomo, dopo mesi di sofferenze e l'incapacità di comunicare....quel dottore gli aveva ridato la parola! Quanta riconoscenza avrà quell'uomo per quel professore!? Sicuramente non oserà mai parlare male di lui, di chi lo ha guarito da quel brutto male!.....

36

Hashem Itbarach ha distinto l'uomo su tutte le creature dandogli la parola e la possibilità quindi con questa, di guadagnarsi patrimoni eterni con lo studio della Torà e con il compimento delle Mizwot legate ad essa. Quando la persona viola con la sua lingua decine e decine di mizwot ogni giorno, parlando lashon aràa, secondo il giudizio stretto, gli spetterebbe di diventare muto, ma il Santo Benedetto è Misericordioso e Clemente, lento all'ira e prodigo in bontà e aspetta che forse questi si pente dei suoi avonot e per questo ogni mattina dopo il sonno gli restituisce la nefesh medaberet - l'anima, la parte spirituale legata alla parola. Spera che l'uomo non torni a danneggiare il Suo mondo con le sue chiacchierate.

Per questo, non dovremmo forse pensare che il nostro comportamento nel caso utilizzassimo quel magnifico dono di D.o contro la Sua volontà, parlando lashon aràa, risulterebbe un po' irrispettoso e presuntuoso? Proprio a riguardo ci insegnarono i nostri Maestri: Qual è l'occupazione principale dell'uomo in questo mondo? Fare il muto! Ossia deve ripetere continuamente a se stesso "per tutti i danni che ho causato fino ad oggi con la mia bocca, secondo il giudizio stretto mi spetterebbe di essere punito con il mutismo, tuttavia per la grande misericordia di Hashem, sono stato assolto, pertanto come potrò mai tornare a peccare e a parlare contro la Sua Volontà?

Che Hashem ci dia il merito di riservare la nostra bocca solo per soddisfare il desiderio di Chi ha detto "E sia il mondo!"

*Lunedì*

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE SULLA LASHON ARA'À

.....continua da ieri

E in vero ci è stato comandato nella Torà di giudicare l'oratore con magnanimità e presumere che quella sia la sua intenzione, come è scritto: «Giudica il prossimo con benevolenza». E nella maggior parte dei casi questa derisione è frequente da parte di quegli stessi individui che non sono timorati di D-o; e perciò, quando sentono parole di morale e di rimprovero riguardo alla negligenza nell'osservanza della Torà, discorsi che vanno contro la loro volontà, come è detto (Proverbi 15, 12): «Il buffone non amerà chi lo rimprovera», essi cercano qualche difetto in colui che li rimprovera. E in vero, già hanno detto i nostri Maestri nel Talmud trattato di Kiddushin: «Chiunque critica, critica il proprio difetto». Ed ecco che soffermandoci a calcolare i divieti che ha trasgredito, e con lui coloro che hanno ascoltato le sue parole – essi sono incommensurabili. E in tale individuo sono presenti tutte e tre le categorie menzionate dai nostri Maestri nel Talmud Bavli (trattato di Sotà, foglio 42a): «La categoria dei bugiardi, la categoria dei buffoni e la categoria dei maldicenti». E soprattutto per il fatto che in tal guisa impedisce agli altri di servire Hashem, perché avendo lui umiliato il rabbino, questi non sarà più ascoltato dal pubblico quando darà loro istruzioni su cose riguardanti la Torà e i precetti. Che D-o ci guardi da un tale individuo e dai suoi compari che ascoltano senza reagire i discorsi di questo buffone e maldicente, come dissero i nostri Maestri nel Talmud «Chi si burla sarà colpito dalle avversità», e anche chi lo ascolta restando zitto verrà punito.

Quant'è grande il divieto di *lashon harà'*! Ché la Torà l'ha vietata perfino su asserzioni veritiere ed in ogni frangente; difatti, è evidente che se si fa attenzione a parlare dell'altro di nascosto, cercando di non essere scoperti, è vietato, perché in questo modo [colui che parla] si procura anche una maledizione, come è scritto (Deuteronomio 27, 24): «Maledetto chi colpisce il prossimo di nascosto»; ma perfino se si ritiene che avrebbe detto la stessa cosa anche in sua presenza, o se dice effettivamente *lashon harà'* davanti a lui, anche in questo caso è vietato, ed è *lashon harà'*. E c'è pure un aspetto per il quale è più grave dirla in sua presenza piuttosto che in sua assenza: perché [dicendola] in sua presenza, oltre al divieto di *lashon harà'*, ci si comporta anche con impudenza e sfacciataggine, e così facendo si provocano ulteriori litigi e molto spesso anche l'umiliazione di chi la subisce.

(tratto dal libro Regole della Lashon Aràa tradotto da Morashà)

## MOMENTI DI *MUSÀR*

**SILVESTRO ARASHA' – IL MALVAGIO (Imach Shemò Vezicrò)**

**DOMANDA:** Qual è il pensiero dell'ebraismo riguardo il festeggiamento di molti ebrei la sera del 31 dicembre chiamato "s." Silvestro?

**RISPOSTA:** Sin dalle origini il cristianesimo rivelò la sua concezione di "pietà" e "misericordia" instaurando una campagna di proselitismo con crociate, uccisioni, cacciate ed inquisizioni ecc. Per centinaia di anni furono uccisi, bruciati, centinaia di migliaia di ebrei per aver rifiutato di accettare il loro credo. In tutte le occasioni gli eccidi, le persecuzioni furono messe in atto soprattutto con l'appoggio degli abitanti di ogni luogo, con preti, vescovi e specialmente papi di ogni generazione. Riportiamo qui in breve i vari episodi che avvennero tra il 1090 e 1550 quando si verificò la gran parte delle oppressioni cristiane agli ebrei: 1096-99-prima crociata, 1144-false incriminazioni di delitti, 1147-stermini in varie città della Spagna, e inizio delle seconde crociate, 1181-massacri a Vienna, 1182-breve cacciata degli ebrei dalla Francia, 1189-pogrom a Londra. 1209-sterminio di 200 ebrei con le crociate in Francia, 1211-uccisioni Francoforte, 1212 a Toledo, 1215 discriminazioni razziali contro gli ebrei in tutti gli stati cattolici...1235 false incriminazioni di delitti a Baden ecc. decine furono torturati e uccisi, 1236 si massacro di più di 3000 ebrei a Bordeaux e in varie città francesi ed in molti si convertirono al cristianesimo per coercizione, 1239-veto al Talmud e il suo studio in Francia, 1240-detrazione dei beni, carcerazioni e cacciata di chi rifiutava di convertirsi al cristianesimo in Austria, 1242-bruciatura del Talmud a Parigi, 1255-torture ed uccisioni in Inghilterra, 1260-uccisioni a Napoli e Torino, 1264-massacro di migliaia di ebrei in Germania, 1270-false incriminazioni di contraffazione di soldi e nel 1279 impiccagioni in Inghilterra, 1280-sterminio durante Shabbat in Castiglia, 1283-false incriminazioni e centinaia di uccisioni a Monaco, 1290- cacciata degli ebrei dall'Inghilterra e a causa di questo annegarono in centinaia, 1291-cacciata dalla Francia degli esuli ebrei dall'Inghilterra, 1291 persecuzioni in Persia e Iraq, 1292-conversione di forza in Italia, 1290-1293 uccisioni in sud-Italia, 1298-false incriminazioni in Germania dove furono sterminate 146 comunità con la morte di 100mila ebrei in 6 mesi, 1306-Filippo II caccia gli ebrei dalla Francia e sottrae i loro averi, 1320-esilio degli ebrei francesi verso l'Ungheria, 1322-Carlo IV caccia gli ebrei dalla Francia.....1360-Ludwig caccia gli ebrei dall'Ungheria, 1380-1382 uccisioni a Parigi, 1381-cacciata da Strasburgo, 1389-persecuzioni a Praga, 1391-persecuzioni in Spagna, Carlo VI caccia gli ebrei dalla Francia, 1407-false incriminazioni a Cracovia, 1426-1453-cacciata degli ebrei da Colonia, Lussemburgo, Baviera, Bratislava, 1475-persecuzioni a Trento, 1492-cacciata degli ebrei dalla Spagna e dalla Sardegna,

1493-cacciata degli ebrei dalla Sicilia, 1495-cacciata degli ebrei dalla Lituania, 1505-inquisizioni nelle Isole Canarie, 1541 cacciata degli ebrei da Napoli.

Nel 1940 nel periodo della Shoà, Rav Vaisenmandel, chiese al Papà di intercedere e salvare gli ebrei Lituani e Spagnoli dal loro trasferimento verso i campi dei sterminio, ma non ricevette neppure risposta. Nel suo libro "Min Amezar" descrive il suo incontro con un rappresentante del vaticano a Bratislava per poter chiedere l'intervento della chiesa per quello che stava accadendo agli ebrei di tutta Europa. Il rappresentante sostenne che la domenica fosse un giorno santo ai cristiani non potendo quindi occuparsi delle "questioni frivole". Allora il Rav continuò a supplicare il delegato affinché la chiesa si adoperasse con pietà nel trarre in salvo i bambini e neonati che venivano trucidati nei lager. Tuttavia questi pose fine al colloquio dicendo: "Non esiste sangue ebraico innocente, gli ebrei devono morire!" La festa di "s." Silvestro (che Hashem cancelli il suo nome e il suo ricordo) oltre a combaciare con l'anno nuovo dei cristiani, commemora anche il ricordo del papà chiamato Silvestro I (che Hashem cancelli il suo nome e il suo ricordo) che presiedette la chiesa ai tempi di Costantino. Questi è considerato uno dei più grandi persecutori degli ebrei di tutti i tempi, che con il suo odio verso il popolo d'Israele, influenzò e convinse l'imperatore a emanare leggi contro di esso che presto si diffusero in tutta Europa e divennero inoltre la base dell'inquisizione, dei pogrom ecc. e causa di molteplici persecuzioni e sterminio di centinaia di migliaia di ebrei. Il giorno di "s." Silvestro (che Hashem cancelli il suo nome e il suo ricordo) rappresentava il "giorno dell'uccisione degli ebrei" in molte città europee e anche italiane! Il 31 dicembre del 1942 ad Aushwitz le camere a gas operarono più del solito per festeggiarne la solennità, uccidendo senza pietà migliaia di ebrei in un sol giorno (vedi le testimonianze del processo Heichmann) e il papa nel frattempo a Roma, benediceva i credenti nella commemorazione del "s." Silvestro! (che Hashem cancelli il suo nome e il suo ricordo).

Torniamo adesso alla domanda riportata sopra: "cosa pensa l'ebraismo a riguardo del festeggiamento degli ebrei il 31 dicembre di "s." Silvestro (che Hashem cancelli il suo nome e il suo ricordo)? Con un po' di riflessione su ciò che abbiamo scritto finora, la risposta è molto scontata. Ci salterebbe forse in mente di uscire per strada nel Yom Ashoà, e festeggiare, brindare ballare e rallegrarci e di chiamare quella giornata addirittura il "giorno di Hitler"?! (Che Hashem cancelli il suo nome e il suo ricordo!). Vedere un ebreo brindare in una giornata che dovrebbe ricordargli le persecuzioni, i massacri sofferti dal nostro popolo per centinaia di anni e risvegliare quindi il cuore alla teshuvà e all'emunà al credo del premio e pinizione o alla Provvidenza Divinia, ma che invece pensa bene di spassarsela con gli amici... non c'è più segno di assimilazione di questo, ed è davvero molto, molto triste!

## MOMENTI DI *HALAKHÀ*

### REGOLE SULLO ZIMUN

CONTINUA DALLO SCORSO MESE

DOMANDA: Quando si fa lo zimun? RISPOSTA: Tre che hanno mangiato insieme del pane (e non frutta o verdura) hanno la mitzvà di fare zimun insieme. Così due che hanno mangiato pane, è bene che aspettino un terzo che viene a mangiare così che poi possano mettere in pratica la mitzva dello zimun. Ugualmente se sono sette, è bene che aspettino altri tre per recitare zimun con il nome (Elo-enu).

-Due che hanno mangiato pane e viene un terzo che vuole unirsi allo zimun, a priori è bene che mangia un kezait (27gr) di pane. Anche se non vuole mangiare del pane, gli si dà qualcosa da mangiare tipo verdure o bevande, al di fuori dell'acqua per farlo unire allo zimun.

-I sefarditi usano dare un kezait di farinacei, torte o cose del genere mentre secondo lo Yalkut Yosef si unisce solamente con un kezait di pane.

-Se non hanno dei farinacei da dargli, è bene che ha priori non mangi allo stesso tavolo. Se a posteriori ha già mangiato con loro, si unisce allo zimun.

-Per quanto riguarda l'unirsi allo zimun con dieci persone, anche per i sefarditi si aggiungono chi ha mangiato solamente un kezait di verdure e quindi se sono in sette ad aver mangiato pane e tre solo verdure, si recita zimun con il nome (Elo-enu) però se solo sei o di meno hanno mangiato pane, le quattro che non hanno mangiato pane non si aggiungono.

-Un revit di vino o del succo di frutta sicuramente viene considerata una bevanda importante per quanto riguarda l'unirsi allo zimun. Molti poskim ritengono che anche il the o il caffè con lo zucchero basta per unirsi allo zimun mentre per quanto riguarda bevande simili all'acqua come la limonata o simili, visto che la maggior parte è acqua, non si unisce. L'halachà pratica è che se ci sono nove persone e uno a bevuto limonata o cose del genere, non si unisce perchè c'è dubbio che si reciti il nome invano però se sono solo tre si unisce.

-Tre persone che hanno iniziato o finito di mangiare insieme, sono obbligati a fare zimun ed è proibito benedire separati. Se non hanno iniziato o finito di mangiare insieme, è bene che si dividano.

-Tutti quelli che si uniscono al pasto nel momento in cui si sta mangiando il primo kezait (27gr) o che vanno con gli altri a fare netillat yadaim, vengono considerati come se hanno iniziato a mangiare con loro e quindi gli è proibito separarsi per benedire.

-Due che hanno mangiato insieme e hanno finito il pasto ma non hanno ancora benedetto, viene un terzo e mangia al loro tavolo, se loro vogliono benedire ora prima che il terzo abbia finito di mangiare, è bene che lo facciano senza zimun (anche se a priori è bene aspettarlo) però se loro aspettano che finisce, allora sono obbligati a recitare lo zimun.

-Tre che hanno mangiato insieme e uno per sbaglio ha benedetto prima degli altri, si aspetta che termina la Birkat Hamazon, poichè in mezzo non può rispondere, e recitano successivamente lo zimun associandolo. Questa regola di poter unirsi allo zimun dopo aver recitato la berachà acharonà, vale solo se ha mangiato del pane mentre se ha mangiato delle verdure e ha già recitato Borè Nefashot, non può unirsi.

-Tre che stavano mangiando insieme e due finiscono prima e vogliono benedire la birkat amazon, il terzo è obbligato ad interrompere il pasto e rispondere allo zimun. In che modo? Secondo i sefarditi (Shulchan Aruch) il terzo è obbligato ad ascoltare solo lo zimun e quindi dopo "Baruch sheachalnu mishelò" può tornare a mangiare mentre secondo gli ashkenaziti, deve aspettare fino a che termini la beracha "Azan et akol".

(tratto dal libro Vezot Aberachà)

# MOMENTI DI MUSÀR

**INSEGNAMENTI E ANEDDOTI TRATTI DAL LIBRO ZEITL AKATAN DI RABBI ELIMELECH DI LISENSK**

*Ogni volta che si studia Torah, si deve avere in mente la mitzvah “E mi santificherò in mezzo al Popolo Ebraico”...*

Durante i giorni bui della Shoah, il grande Rebbe chassidico, Rav Chaim Halberstam di Sanz (1793-1876), apparve in sogno a suo figlio, Rabbi Yeshaya di Tshkhoiv, e gli disse: “Devi sapere che le anime degli ebrei che vengono uccise in santificazione del Nome di Dio – Kiddush Ashem (l'ebreo che viene ucciso dai goim solo per il fatto che appartiene al popolo ebraico è considerato dalla Torà “uccisione per la santificazione del Nome di D.o), vengono fatte salire nelle Camere più elevate del Gan Eden. Ed aggiunse il Rav in sogno: “Anche se avessi vissuto centinaia di anni, immerso nello studio della Torah e nel servizio di Hashem nello stesso modo in cui mi sono impegnato durante tutta la mia vita, non avrei avuto il merito di raggiungere il loro livello “. (Orot veNetivot p. 442)

*Quando si recita il primo verso del Kariat Shemà, o la prima benedizione del Shmonà Esrè, si d avere in mente di voler santificare il nome di Hashem persino nel caso ci sarebbe il bisogno di sacrificare la propria persona...*

Uno Shabbat pomeriggio, Rabbi Chaim Vital entrò nello studio del suo santo insegnante l'Arizal, e lo trovò che stava facendo pisolino su una poltrona. Notò che labbra dell'Arizal si muovevano nel sonno, e così si sporse per vedere se riusciva a sentire quello che il suo Maestro stava dicendo. Improvvisamente, l'Arizal si svegliò e scoprì che Rabbi Chaim era chinato su di lui. “Cosa stai facendo?” gli chiese l'Arizal. “Ho visto le labbra del mio Maestro che si muovono nel sonno e volevo sentire quello che stava dicendo.” Allora gli rispose: “Stavo imparando i misteri della Torah nell'Accademia Superiore Celeste, ogni volta che dormo, la mia anima sale in alto, dove mi è permesso di scegliere quale yeshivà desidero studiare. A volte vado in quella di Rabbi Shimon Bar Yochai, a nella yeshivà di Rabbi Yehuda Hanassi, e talvolta in quella di Rabbi Yochanan ben Zakkai o il rabbino Eliezer HaGadol. Lì, mi trasmettono i segreti più profondi della Torà”.

Un'altra volta, l'Arizal disse a uno dei suoi studenti: “La scorsa notte la mia anima ha imparato tali segreti profondi della Torah nell'Accademia Superiore Celeste che ci avrei messo quarant'anni per impararli tutti in questo mondo!”

Anche se nessuno nella nostra generazione può raggiungere, tale livello di illuminazione, tuttavia ognuno deve comunque cercare di santificare se stesso il più possibile e aspirare ai più elevati livelli di santità. Hashem Itbarach desidera la santità e la purezza, associata al timore e all'umiltà davanti a Lui. (Yesod Yosef, cap. 61)

## 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 SHEMOT

Rabbi Meir Shapiro di Lublino è stata uno delle più autorevoli guide dell'ebraismo ortodosso in Polonia a seguito della prima guerra mondiale, noto anche per aver istituito il "Daf Yomi", ovvero lo studio quotidiano di una pagina del talmud babilonese così da consentire il completamento di tutti i trattati in un ciclo di sette anni e mezzo; tra le altre cose, egli ha altresì ricoperto il ruolo di parlamentare presso il Parlamento polacco (c.d. "Sejm").

Una volta un altro membro del *Sejm* chiese a Rabbi Meir quale fosse il motivo dell'usanza degli ebrei di mangiare, durante la sera del Seder di *Pesach*, delle uova sode. Rabbi Meir rispose al parlamentare non ebreo che questa usanza simboleggiava una qualità che caratterizza il popolo d'Israele sin dai tempi dell'uscita dall'Egitto.

*"L'uovo differisce da tutti gli altri alimenti – continuò Rabbi Meir – in quanto più lo si fa bollire, maggiormente esso si indurisce. Lo stesso vale per il popolo ebraico: più viene perseguitato e martoriato dai suoi nemici, maggiormente esso si temprava e rafforza. Questa antichissima qualità degli ebrei è ricordata anche nella nostra Santa Torah quando si narra della schiavitù egiziana: "Quanto più [gli egiziani] si sforzavano di opprimerlo tanto più [i figli d'Israele] aumentavano e si rafforzavano" (Shemot 1, 12)".*

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE DI SHABBAT

#### *Halachot Riguardanti L'avdalà*

**DOMANDA:** Se ci si è dimenticati di fare l'avdalà all'uscita di Shabbat (il sabato sera), e non si è usciti neanche d'obbligo da quella recitata dal chazan al bet-akeneset, c'è la possibilità di rimediare?

**RISPOSTA:** Sì. Sia in caso non la sia eseguiti volontariamente che involontariamente c'è la possibilità di supplirla fino a martedì prima del tramonto.

-Tuttavia, se non si è eseguiti l'avdalà proprio il sabato sera prima dell'alba della domenica mattina, allora si potrà recitarla solamente tralasciando le benedizioni dei profumi-besamim e quella sul fuoco-meorè aesh.

Il motivo di questa omissione è perché il fuoco fu creato proprio all'uscita di Shabbat e i besamim vengono a sollevare l'anima abbandonata all'uscita del Sabato dalla Neshamà ieterà - anima aggiuntiva che si riceve alla sua entrata. Quindi eseguendo l'avdalà non di mozei shabbat, si omettono dal momento che viene a mancare il significato della loro disposizione.

-Anche se c'è chi dice (Ben Ish Chai e altri Poskim) che nel caso non si è recitati l'avdalà all'uscita del Sabato fino all'alba, la debba fare fino a martedì ma senza recitare "Ado-ai Elo-enu" nella berachà di "Amavdil", tuttavia chi la recita con il Shem Umalchut ha su chi appoggiarsi. Tuttavia i sefarditi chiedano al proprio Rav esperto di minhagim, su quale sia il proprio uso.

-Nel caso invece ci si sia dimenticati di recitare l'avdalà di mozei Yom Tov, o Mozèi Kippur che non capitano di Shabbat, si avrà la possibilità di supplire solamente fino all'indomani prima del tramonto.

-Secondo Yalkut Yosef è permesso recitare l'avdalà anche dopo l'uscita delle stelle dell'indomani. (per la benedizione del fuoco di mozei kippur si chieda ad un Rav esperto e timoroso di Hashem sul da farsi).

-A mozei Yom Tov non si recita la benedizione del fuoco e dei besamim.

-Se si è ricordati di non aver eseguito l'avdalà di mozei Shabbat, è vietato mangiare e bere fin quando la si fa.

(alachot tratte dai libri Shemirat Shabbat Keilchatà e Yalkut Yosef)

## MOMENTI DI MUSÀR

### PARASHAT SHEMOT

Rabbi Meir Israel HaCohen (il *Chafetz Chaijm*), autore del libro sulle regole della maldicenza intitolato “*Shemirat HaLashon*”, una volta tenne il seguente discorso:

*“E’ scritto nella Torah che un giorno Moshè Rabbenu uccise un egiziano dopo che questi aveva colpito un ebreo. L’indomani egli uscì e, vedendo due ebrei che discutevano tra loro, cercò di dividerli. Uno di questi però lo attaccò duramente, dicendogli: «Chi ti ha assegnato il ruolo di uomo, principe e giudice su di noi? Vorresti forse ucciderti così come hai ucciso l’egiziano?». Ascoltando queste parole Moshè si intimorì, e disse «Ora il fatto è risaputo» (Shemot 2, 14). Rashì spiega che Moshè si allarmò vedendo che purtroppo tra gli ebrei vi erano dei maldicenti, ed era preoccupato poiché temeva che, per questa ragione, il popolo d’Israele non fosse meritevole di essere redento. Egli comprese inoltre che il motivo per cui D-o Benedetto aveva sottoposto gli ebrei ad una dura schiavitù era da ricercarsi proprio nella presenza di delatori.*

46

*Per quale ragione però – disse il Chafetz Chaijm – Moshè non giustificò la schiavitù egiziana quale logica conseguenza degli atti idolatrici compiuti dal popolo d’Israele in Egitto, attribuendone invece la responsabilità alla presenza di maldicenti?*

*Secondo i nostri Maestri, ogni peccato compiuto da un ebreo crea un “angelo accusatore”, che trae forza dalla trasgressione stessa e tenta di accusare il peccatore, di fronte a D-o Benedetto, affinché venga punito. Gli angeli prodotti da peccati compiuti con le azioni sono però “muti”, e non hanno quindi il potere di denunciare ed accusare tramite la parola. Diversamente, gli angeli accusatori creati dalla maldicenza, in quanto generati dall’improprio utilizzo della parola, possono parlare, e lo fanno denunciando il peccatore sia per la trasgressione dalla quale sono stati creati (Lashon HaRà) che per gli altri peccati commessi tramite azioni, dai quali, come detto, vengono generati angeli incapaci di parlare.*

*Questo è dunque ciò che intendeva dire Moshè: «Fino ad oggi non comprendevo perché il popolo d’Israele fosse stato sottoposto ad una dura schiavitù, visto che gli angeli accusatori creati dagli atti idolatrici sono “muti” e non hanno quindi la forza di denunciare i peccatori. Ora però so che tra il popolo ci sono dei maldicenti, i cui peccati hanno generato angeli accusatori che hanno il potere di parlare e denunciare di fronte a D-o Benedetto tutte le trasgressioni commesse dagli ebrei...».*

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE DI SHABBAT

### *Halachot Riguardanti L'avdalà*

-All'uscita di Shabbat e Yom Tov è vietato dai Rabbini (issur derabbanan) fare qualsiasi tipo di lavoro proibito di Sabato, fino a che non si sia eseguiti l'avdalà, o sul bicchiere di vino come di consueto, o con la formula aggiuntiva nell'amidà di arvit, o perlomeno dicendo "Baruch Amavdil Ben Kodesh Lechol". Riguardo all'uscita di Shabbat che cade di Yom Tov si dovrà dire la formula di "Baruch Amavdil Ben Kodesh leKodesh - che separa dal giorno sacro al giorno sacro, prima di eseguire qualsiasi lavoro proibito di Shabbat appena uscito, chiaramente non eseguendo quelli proibiti di Yom Tov.

-Secondo Mishnà Berurà chi è meticoloso, sia rigoroso e non faccia nessun lavoro proibito di Shabbat fin quando non ha pregato anche arvit con la formula di "Attà Chonantanu" o per il rito italiano "Attà Ivdalta" nell'amidà, e abbia detto anche le preghiere di "Vii Noam e Attà Kadosh". Tuttavia secondo questa opinione è permesso accendere la luce al Bet Akeneset, per necessità del pubblico, dal momento che è arrivato il tempo dell'uscita del Sabato anche prima della preghiera serale.

-Di mozèi Shabbat, oltre ai lavori proibiti di Shabbat dalla Torà come accendere il fuoco, cucinare, ecc., è vietato anche trasgredire anche alle disposizioni rabbiniche, per esempio spostare il mukzè. E addirittura è vietato occuparsi di faccende riguardanti il giorno feriale (achanà lechol), come lavare i piatti, prima di non avere fatto una delle tre possibilità su scritte nel primo paragrafo.

-Anche le donne che non sono abituate a pregare arvit di mozèi Shabbat, devono fare attenzione a non eseguire qualsiasi opera vietata di Shabbat, prima di aver fatto l'avdalà o di aver recitato "Baruch Amavdil Ben Kodesh Lechol", anche se è arrivato il tempo dell'uscita di Shabbat.

Continua venerdì prossimo.....

# MOMENTI DI *MUSÀR*

## PARASHAT SHEMOT

“*Apri e vide il bambino ed ecco che piangeva ...*” (*Shemòt* 2, 6).

Lo Tzaddik Rabbi Dov Beèr di Mezritc, conosciuto come il *Maghid*, successore dopo il *Baàl Shem Tov* alla guida del movimento chassidico, soleva dire: “Tre cose l’uomo deve imparare da un bambino: 1) Un bambino è sempre felice, 2) Un bambino non è mai fermo senza fare nulla, 3) e quando un bambino desidera qualcosa

scoppia a piangere fino a che non la ottiene”. Per questo, egli concluse il suo pensiero citando Talmud, dicendo: la porta delle lacrime del cuore e della teshuvà (del ritorno ad Hashem) per chi la ricerca non si chiude mai.

48

“**Questi sono i nomi (*shemòt*) dei figli d’Israele che vennero in Egitto ...**” (*Shemòt* 1, 1).

I nostri Maestri ci insegnano che la parola *Shemòt* contiene le iniziali delle parole *Shabbàth*, *Milàh* e *Tefillin*. Queste tre *mitzvòt* sono definite dalla Torà come *ot* (ossia segno, vedi: *Shemòt* 31, 13; *Bereshit* 17, 11; *Shemòt* 13, 16). I figli d’Israele sono stati sempre particolarmente attaccati a queste tre *mitzvòt*, per questo la loro osservanza costituisce il carattere distintivo del popolo d’Israele che li distingue dagli altri popoli e li protegge dal rischio dell’assimilazione.

Domenica

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE DELLA TESHUVA DEL RAMBAM

a. Poiché come abbiamo già spiegato l'uomo può esercitare il libero arbitrio e la libera scelta, è opportuno che se ne serva e che faccia ogni possibile sforzo per rientrare nella retta via e faccia teshuvà e confessi a viva voce le sue trasgressioni e si scrolli di dosso i suoi peccati, affinché possa morire in teshuvà ed abbia parte nel mondo a venire.

b. L'uomo consideri sempre come se fosse prossimo alla morte. Ed infatti potrebbe morire in qualsiasi momento mentre è ancora in peccato. Faccia perciò teshuvà immediatamente e non dica farò teshuvà quando sarò vecchio, perché potrebbe morire prima di diventarlo. Ed a questo nella sua saggezza alludeva Shlomò col detto: "mantieni sempre candide e pure le tue vesti in ogni momento" (Qoelet 9;8).

c. Non pensare che la teshuvà serve ed è necessario solo per peccati commessi compiendo atti impuri, rapina, furto. Non è solo per questi peccati che si deve fare teshuvà. Si deve invece esaminare il proprio comportamento e far fare teshuvà anche per i peccati come l'ira, l'odio, l'invidia, il sarcasmo, la corsa alle ricchezze ed al prestigio, l'ingordigia ecc. E questo sono i peccati ancor più pesanti di quelli commessi compiendo una particolare azione in quanto il peccatore trova maggior difficoltà a scrollarseli di dosso e a liberarsene. Ed è per questo che è detto: "il malvagio abbandoni le sue vie e l'uomo perverso le sue trame" (Isaia 55,7).

d. Il baal teshuvà non deve assolutamente pensare che a causa delle sue trasgressioni e dei peccati commessi, non potrà mai elevarsi e raggiungere la posizione dei giusti. Non è affatto così. Tutt'altro! Il baal teshuvà è amato e benvenuto dal Creatore. Proprio come se i suoi peccati non li avesse mai commessi. E non solo! La sua ricompensa sarà veramente grande, perché pur avendo assaporato il gusto del peccato, ha saputo vicere la propria cattiva inclinazione e se ne è allontanato. Non per niente i nostri chakhamim dissero: "Dove poggiano i piedi i baal teshuvà, non sono degni di stare nemmeno i più perfetti zaddiqim". O in altre parole: "il merito è superiore a quello dei giusti che non hanno mai peccato perché i baal teshuvà devono saper resistere alla cattiva inclinazione, nel loro caso è molto più potente di quella dei giusti. Continua domani

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### QUANDO IL CERVELLO SI FA DA PARTE

*Capire* che una certa situazione che si sta verificando è per il nostro bene non è la stessa cosa che avere l'emunà che tutto è per il nostro bene. Da un punto di vista spirituale, la comprensione è un livello molto più basso dell'emunà. Nell'istante in cui il cervello non riesce più a comprendere che Hashèm agisce sempre per il nostro bene, l'emunà prende il sopravvento. In altre parole, l'emunà subentra quando il cervello si fa da parte. Durante i momenti difficili, ogniqualvolta il cervello si lamenta che una determinata situazione è avversa, il favore migliore che possiamo farci è di mettere da parte il cervello e attivare l'emunà, che ci fa credere che ogni cosa che Hashèm fa è per il nostro bene. Con l'emunà, ci rallegriamo piuttosto che soccombere alla disperazione e alla depressione. Quando siamo felici, i nostri cervelli operano più efficacemente. Perciò, l'emunà è in grado di potenziare la forza dei nostri cervelli e la nostra abilità di farcela di fronte a qualsiasi difficoltà. Anche se ci capita qualcosa di spiacevole, e desideriamo che la vita sia diversa, dobbiamo comunque sottomettere la nostra volontà a quella di Hashèm. Riconciliarsi con la volontà di Hashèm è praticamente impossibile se non si ha emunà, perché se una persona non crede che Hashèm agisca sempre per il bene di tutti, allora perché mai dovrebbe accettare la volontà di Hashèm? Chi vuole una vita di dispiaceri?

L'emunà fa brillare i nostri cuori della sicurezza che Hashèm ha una buona ragione per ogni cosa che faccia e che le vie più tortuose confluiranno prima o poi in sentieri piani e sereni. Se lasciamo che l'emunà passi sopra i nostri cervelli, saremo all'altezza di affrontare facilmente qualsiasi sfida che la vita ci pone davanti. I nostri maestri ci insegnano che quando una persona ringrazia Hashèm e si sente felice in *ogni* circostanza si trovi, contando sull'emunà che ogni cosa che Hashèm fa è per il bene di tutti, allora assisterà a come le situazioni più difficili della vita possano prendere una piega del tutto favorevole. L'emunà è quindi la via d'uscita migliore da ogni difficoltà. Rabbi Nathan di Breslav scrive: "Se le persone prestassero davvero ascolto agli tzaddikim e credessero sempre in Hashèm, e se ringraziassero e lodassero sempre Hashèm, sia nei tempi buoni che in quelli difficili, allora tutti i loro guai e tutte le sofferenze della Diaspora si annullerebbero del tutto, e il nostro popolo sarebbe redento".

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE DELLA TESHUVÀ DEL RAMBAM

Continua da ieri

e. Tutti i profeti senza eccezione ingiunsero di far teshuvà ed Israele non si redimerà se non con la teshuvà. E nella Torah ci è stato promesso che verrà il momento in cui Israele farà teshuvà e ciò segnerà la fine del suo esilio e sarà redento immediatamente. Ed infatti è detto: “ ed avverrà dopo che ti sono capitate queste tutte quelle cose .....e farai ritorno sino al Signore. Dio tuo .....ed il Signore si compiacerà del tuo ritorno ed avrà pietà di te e ti riunirà da tutti i popoli presso i quali il Signore Dio tuo ti aveva sparpagliato “ (Deuteronomio 30,1-3).

f. Illimitata è la potenza della teshuvà perche riesce ad avvicinare l'uomo sino alla shekhinà ed infatti è detto: “ Ritorna Israele sino al Signore Dio tuo, perché è per il tuo peccato che sei inciampato” (Osea 14,2). Ed ancora: “ .....e non siete ritornati siano a Me-----parole del Signore” (amos 4,6) ed ancora” se farai ritorno Israele -----parole del Signore----- ritornerai sino a Me (geremia 4,1) e cioè se ritornerai in teshuvà ti troverai vicino a Me. La teshuvà ha la petenza di far avvicinare chi si era allontanato; ancora altro ieri era odiato al cospetto del Signore, disprezzato, respinto, e fonte di abominio, ed oggi è amato dal e ben voluto, vicino ed amico. E potrai anche costatare che le allocuzioni che il Santo Benedetto Sia adopera per raggiungere i peccatori, sono le stesse impiegate per riavvicinare quanti fanno ritorno, sia esse rivolte al singolo sia esse rivolte alla collettività. Ed infatti è detto: “ ed avverrà che in luogo di dir loro “ non siete del Mio popolo” si dirà di loro siete figli del Dio vivente.” (Osea 2,1). E ne riguardi di Koniahu, a causa delle sue colpe, è detto: “ Registrate quest'uomo come uomo privo di figli, che non avrà successo duranti i suoi giorni”. ( Geremia 22,24). Ed ancora “persino se Koniahu figlio di Jehoiaqin re duì Giuda, fosse un sigillo nella sua mano destra (dal quale non ci si separa mai) da li lo strapperei” (Geremia22,24) e di Zerubavel suo figlio, che durante il suo esilio aveva fatto teshuvà, è detto: “ in quel giorno-----parole del Signore delle schiere Celesti -----ti prenderò Zerubavel figlio del mio servo Shaltiel, e ti avrò caro come un sigillo” Chaggai 2,23). Continua domani

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### UN MIGLIORAMENTO

Una persona che ancora non osserva tutti i precetti della Torà rischia probabilmente di commettere un numero indefinito di trasgressioni. Le trasgressioni provocano dei debiti spirituali che i nostri maestri chiamano “sentenze severe”, la vera causa ultima della maggior parte delle sofferenze della vita. Eppure, se la stessa persona crede che Hashèm agisca sempre per il bene di tutti e ringrazia Hashèm in ogni circostanza, sarà quasi sicuramente risparmiata dalle sentenze più severe. In che modo? L'emunà più semplice e pura neutralizza le sentenze più severe, così come gli alcali neutralizzano gli acidi.

Se l'emunà di una persona non osservante ha il potere di neutralizzare o “addolcire” le sentenze più severe, allora l'emunà completa e vera di una persona che fa del suo meglio per mettere in pratica i precetti della Torà condurrà senz'altro a una vita serena e molto gratificante.

Un giovane ragazzo ostentatamente non osservante venne una volta ad assistere a una mia lezione. Dopo la lezione, egli venne verso di me e mi raccontò la seguente esperienza: “Per caso, mi è capitato tra le mani uno dei CD delle sue lezioni, in cui parlava dell'emunà e dell'importanza di ringraziare sempre Hashèm. Avevo il desiderio di incontrarla di persona solo per dirle che so, per esperienza personale, che ogni sua singola parola è vera!”. Il giovane continuò: “Il giorno dopo la lezione, aprii un Tanach al libro di Giobbe. Lessi il brano in cui la moglie di Giobbe prova a incitarlo contro Hashèm a causa di tutti i guai della loro vita e Giobbe risponde: «Stai parlando come parlerebbe una donna empia; se accettiamo il bene da Hashèm, perché non dovremmo accettare il male?». Queste parole colpirono il mio cuore; sapevo che le parole che stavo ascoltando erano la pura verità. Decisi che in un modo o nell'altro avrei ringraziato Hashèm per tutto quello che ho nella vita, sia le cose positive che quelle negative, ed ecco che la mia vita è migliorata da così a così!”.

Molto animato, il giovane mi raccontò una serie di eventi miracolosi a cui aveva assistito, arrivati da parte della Provvidenza Divina e non dai suoi sforzi, che avevano risolto alcune situazioni apparentemente senza speranza che gli avevano reso la vita insopportabile. L'emunà aveva scatenato un miglioramento a 180 gradi sia nel suo vacillante matrimonio che nella sua instabile carriera. Aveva assaggiato la felicità e l'ottimismo per la prima volta. “Volevo solo ringraziarla, e cercare di rafforzare i suoi insegnamenti”, concluse il giovane. “L'emunà che mi ha fatto credere che Hashèm agisce solo per il nostro bene ha fatto sì che la mia vita prendesse una piega così felice!”.

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE DELLA TESHUVA DEL RAMBAM

Continua da ieri

g. Di quale potenza è il valore della teshuvà! Solo ieri quegli era separato dal Signore Dio d'Israele ed infatti è detto: " anche se mi rivolgete molte suppliche, non vi ascolterò" (Isaia 1,15) e compiva mitzvot al Suo cospetto con le mani lorde cm'è detto:" chi ami ha chiesto questo dalle vostre mani, voi che calpestate i miei cortili" ( Isaia 1,12) ed ancora:" e chi tra voi sarà quello che sbarrerà le porte, affinché non illuminiate più ed invano il mio altare? -----non vi desidero-----disse il Signore delle Schiere Celesti e non accetterò le vostre offerte" (Malakhi 1,10). Ed oggi invece egli è vicino alla shekhinà come è detto:" E voi che siete attaccati al Signore vostro Dio" (Devarim 4,4) invoca il Signore e viene ascoltato immediatamente, ed infatti è detto: " Ed avverrà che io risponderò ancor prima che essi invochino e li esaudirò mentre staranno ancora parlando" (Isaia 65,24). E compiono mitzvot e queste vengono accolte con soddisfazione e con gioia, e com'è detto:" Poiché il Signore ha già accolto con gradimento le tue azioni"( Qoelet 8,7) e non basta perche le loro azioni sono veramente molto gradite ed infatti è detto " Ed il Signore gradirà le offerte di Yehudà e di Yerushalaim come nei giorni della creazione e come negli anni passati " (Malakhi 3,4).

h. I baalè teshuvà sono di norma umili e sottomessi e se gli stolti li offendono ricordando i loro trascorsi e dicendo l'altro ieri avevi fatto questo e quest'altro ieri avevi detto così e così, non se la prendono ma ascoltino in silenzio e siano sereni nella consapevolezza che lonta che subiscono per loro fonte aggiuntiva di merito ed infatti ogni qualvolta riprovano vergogna dei loro trascorsi e vengono umiliati, si accrescono i loro meriti e la loro posizione migliora. Ma a prescindere da queste considerazioni è bene sapere che è considerato un vero e proprio peccato dire al baal teshuvà " ricordati dei tuoi precedenti trascorsi" oppure parlar di quei trascorsi in sua presenza per umiliarlo oppure alludere a fatti o argomenti analoghi per fargli ricordare ciò che ha fatto. Tutto ciò e la proibizione rientra nel precetto negativo " Non procurare offesa verbale" di cui la Torah ci ha ammoniti col detto; " Non procurate offesa o dispiacere al vostro compagno" Vayqrà 25,17.

Tratto da "Ritorno a Dio" ed. Giuntina

## MOMENTI DI *MUSÀR*

MESILAT YESHARIM – IL SENTIERO DEI GIUSTI

*La pigrizia*

E infatti vediamo spesso come una persona che già conosce il suo compito, che ha già verificato ciò che le è necessario per la sua salvezza e quale sia il suo obbligo nei confronti del Creatore, e malgrado ciò lo trascura. Non perché le manchi la conoscenza di quell'obbligo né per nessun altro motivo, bensì perché la pesantezza della pigrizia ha il sopravvento su di lui; e perciò dice "mangio qualcosa", oppure "mi riposo un po'", oppure "mi è difficile uscire di casa, mi son già tolto la camicia, come faccio a rimetterla", oppure "fa molto caldo" o "fa molto freddo" o "piove" o uno di tutti gli altri pretesti e scuse di cui è piena la bocca dei pigri. In un modo o nell'altro la Torà viene trascurata, il servizio di Hashem cancellato e così l'uomo si distacca dal suo Creatore. E a questo riguardo disse il re Salomone: *"Con la pigrizia il tetto crolla; e con le mani oziose piove in casa!"* Eppure, se chiederai all'indolente le ragioni del suo comportamento, ti risponderà con molteplici citazioni, detti dei Maestri, testi della Torà e spiegazioni razionali, ognuno dei quali gli impone, secondo il suo pensiero distorto, di rendersi la vita facile restando nella tranquillità della propria inerzia. Ed egli non si accorge che quei suoi pretesti e quelle sue scuse non sorgono dalle sue considerazioni razionali, bensì dalla fonte della sua apatia, che avendo preso il sopravvento su di lui, distorce la sua mente e la sua ragione per condurlo a quelle affermazioni, cosicché non dà più ascolto alle parole dei Saggi e delle persone ragionevoli. Ed è contro questo comportamento che il re Salomone protestava: *"Il pigro si crede più saggio di sette consiglieri assennati"*. Difatti, la pigrizia non gli consente nemmeno di prendere in conto le parole di chi lo rimprovera e anzi egli pensa che tutti si sbagliano, siano stupidi e che solo lui sia intelligente. E sappi che questa è una regola fondamentale e accertata riguardo al funzionamento dell'astinenza: ogni indulgenza richiede verifica poiché, malgrado essa possa essere legittima e fondata, ciononostante è frequente che essa derivi dai suggerimenti dello Yetzer Harà, l'istinto malvagio e dai suoi inganni, perciò bisogna controllarla attraverso numerosi accertamenti e verifiche. E se passa con successo anche questi controlli, allora la sua validità è appurata.

Continua domani.....

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### REGOLE SUL DIVIETO DI CARNE E LATTE

*Cibo piccante* (vedi il resto delle alachot a riguardo su momenti di kislev)

- Per quanto riguarda l'attesa tra un cibo piccante che ha assorbito carne (o latte) e latte (o carne) è bene seguire il seguente principio:

- Attesa tra una cipolla (o altro cibo piccante) che abbia assorbito carne e il latte: non bisogna attendere e si può subito mangiare latte.

- Attesa tra carne e una cipolla che ha assorbito latte: si usa attendere sei ore come tra carne e latte.

I cibi non piccanti umidi (come zucchine, cocomeri, ecc.) tagliati con il coltello di carne possono poi essere usati in cibi di latte semplicemente "raschiando" con il coltello lungo la parte del cibo attraversato dalla lama. Tale azione è considerata inferiore a כדִי קליפה e consiste nel raschiare la superficie del taglio togliendo un poco di sostanza e tale "poco" non è in grado di essere asportato tutt'uno. Il motivo della גרירה risiede nella possibilità che un po' di cibo possa essere ancora attaccato sulla superficie del coltello e quindi passare al cibo non piccante umido, comunque in tal caso non entra proprio all'interno come nel caso del cibo piccante che ha la proprietà di attrarre altri cibi data la sua natura.

- I cibi non piccanti secchi tagliati con il coltello di carne possono poi essere usati in cibi di latte, basta pulirli con acqua (הדחה), mentre il pane è considerato come un cibo umido e necessita גרירה dal momento che la semplice הדחה lo rovinerebbe.

- Il pesce in pescheria viene solitamente tagliato e preparato per essere venduto con coltelli usati anche per pesci e altri prodotti ittici proibiti. In tal caso basta lavare molto bene nel punto in cui il coltello ha tagliato compiendo anche uno strofinamento (שיפשוף) e passando la lama sul punto del taglio effettuato con il coltello della pescheria).

(alachot tratte dal libro Bikkurè Asher)

## MOMENTI DI MUSÀR

### MESILAT YESHARIM – IL SENTIERO DEI GIUSTI

*La pigrizia* CONTINUA DA IERI

Questa è la regola: l'uomo ha bisogno di una grande forza per farsi coraggio e compiere le Mitzvot con zelo, scrollandosi di dosso il peso della pigrizia che lo frena. E si noti che gli angeli sono elogiati per questa virtù, poiché è detto di loro (Salmi): *“Voi che siete i Suoi angeli, benedite D-o, valorosi eroi obbedienti al suono della Sua parola”*. Ed è detto (Yechezkel): *“E gli angeli andavano e venivano, simili a dei fulmini”*. E sebbene l'uomo sia un essere umano e non un angelo e quindi non può diventare forte come un angelo, malgrado ciò egli deve certamente cercare di avvicinarsi il più possibile a quel livello. E il re Davide, riconoscendo per la parte di zelo che aveva ricevuto, diceva (Salmi): *“Mi sono affrettato e non ho esitato a osservare i tuoi precetti”*.

Nello zelo si distinguono due fasi: prima di cominciare l'azione e dopo averla cominciata. Prima di cominciare l'azione, l'uomo deve fare attenzione a non lasciarsi sfuggire la Mitzvò; anzi, quando arriva il suo momento, o quando se ne presenta l'occasione, o quando gliene viene in mente l'idea, che si affretti ad agire per afferrarla e compierla, senza perdere tempo. Poiché nessun pericolo è grave quanto questo, perché in ogni momento può sorgere un ostacolo per impedire la buona azione. “Perciò i Maestri di benedetta memoria avvertirono (Mekhilta): *“Il versetto “E sorvegliate le Matzot” insegna che se hai l'occasione di compiere una Mitzvò, non devi fartela sfuggire!”* (Mazot e Mizvot si scrivono nello stesso modo) E dissero (Talmud): *“L'uomo che compie una Mitzvò deve sempre farlo il più presto possibile”*. E dissero (Talmud Bavli): *“I zelanti compiono le Mitzvot al più presto”*. E dissero anche (Talmud Bavli): *“L'uomo deve sempre affrettarsi per compiere una Mitzvò, e questo perfino durante lo Shabbat”* E nel Midrash dissero: *“Il versetto dei Salmi 48, 15 ‘Egli ci dirigerà dandoci vitalità, si riferisce alla vivacità di quelle giovani<sup>6</sup>, di cui è scritto (Salmi 68, 26): ‘In mezzo a fanciulle che suonano il tamburo.’”* Poiché lo zelo è una virtù eccelsa, che la natura dell'uomo gli impedisce di ottenere subito; ma chi si fa forza e l'afferra al massimo delle proprie capacità, meriterà nel mondo futuro di ottenerlo veramente, poiché il Creatore benedetto glielo elargirà come ricompensa per tutti gli sforzi che ha fatto per rincorrerlo, nel momento del suo servizio di Hashem.

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE SUL DIVIETO DI CARNE E LATTE

### Il pane al latte

– È vietato mescolare latte nell'impasto del pane, affinché per errore non venga a mangiarlo con carne. Un pane del genere è vietato addirittura mangiarlo da solo (ossia nè con carne nè con latte).

– È permesso il pane al latte solo se:

1. Si prepara solo una piccola quantità. (Piccola quantità: si intende sufficiente per un pasto. Secondo il Remà invece "piccola quantità" si intende per il giorno stesso e non per i giorni successivi. Perciò secondo il Remà il pane che si fa a a Shavuot può essere impastato con latte dal momento che viene consumato entro la giornata (se pur in più pasti). Mizmor LeDavid concorda con Remà e permette una quantità che serva per i tre pasti di Shabbat).

2. Si dà al pane una forma particolare Per essere consumato solo in casa, non per essere venduto, in quanto l'acquirente non sa che la forma diversa indica la presenza di latte. La forma particolare va data prima della cottura non dopo.

– Impasti usati per dolci che vengono usualmente mangiati solo dopo il pasto, possono a priori essere mescolati con latte, dal momento che non c'è il rischio che venga a mangiarli nello stesso momento insieme alla carne (Il motivo del divieto infatti viene a salvaguardare il rischio di mangiare contemporaneamente pane al latte e carne, non invece se vengono mangiati uno dopo l'altro. (Badei HaShulchan così spiega il Chokhmat Adam). Caf HaChaim riporta quanto scritto da Rav David Pardo z"l in Mizmor LeDavid che ricorda che nella sua natia Venezia i negozi casher vendevano piccoli panini al burro e ciò era permesso, perchè gli abitanti del luogo sapevano che erano al latte, avevano una forma speciale e inoltre l'odore e sapore del burro erano facilmente riconoscibili).

– È vietato cuocere nello stesso forno pane e cibo di latte, perchè del latte potrebbe fuoriuscire e venire a contatto con il pane, rendendolo vietato in quanto "pane al latte". A priori ciò è vietato anche se il cibo di latte è posto in un recipiente, a posteriori è permesso se era in un recipiente.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### PARASHAT VAERÀ

Durante il periodo della Shoà una bambina ebrea olandese venne accolta nella famiglia di un prete protestante e salvata da morte sicura per mano dei tedeschi. La bambina visse nella casa del prete diversi anni, senza però sapere di essere ebrea. Una notte, quando lei era ormai cresciuta, le apparve in sogno sua madre, la quale le rivelò le proprie origini ebraiche.

Al mattino la ragazza corse a raccontare il sogno che aveva fatto la notte precedente al prete, il quale le rivelò, per la prima volta, che lei proveniva effettivamente da una famiglia ebraica. Una volta scoperto ciò la ragazza avrebbe voluto tornare a vivere come un'ebrea, ma purtroppo, dal momento che il figlio del prete era intenzionato a sposarla, ed in segno di riconoscenza nei confronti del padre per averla salvata quando era ancora una bambina, lei non ebbe la forza di rifiutarsi, continuando perciò a vivere da non ebrea in attesa del matrimonio.

La madre della giovane ragazza ebrea le apparve quindi un'altra volta in sogno, dicendole di non sposare il figlio del prete poiché l'unione con lui non avrebbe sortito un esito positivo. La ragazza, tuttavia, non riuscì a rifiutare la proposta di matrimonio, e decise quindi di recarsi al matrimonio: giunta al ricevimento nuziale, a causa del senso di colpa che provava per non aver ascoltato quando dette dalla madre in sogno, non riuscì però a mangiare alcunché di quanto servitole.

A seguito della festa tutti gli invitati cominciarono a sentirsi molto male a causa del pesce che avevano mangiato, ed in particolare vennero violentemente colpiti il prete, la moglie e loro figlio, neosposo della giovane ragazza ebrea, i quali, dopo alcuni giorni di agonia, morirono per intossicazione alimentare.

A fronte di tali avvenimenti la ragazza decise quindi di tornare alle proprie origini ebraiche, e, dopo aver preso contatti con la Comunità Ebraica di Amsterdam, iniziò a vivere una vita nel rispetto della Torah e delle mitzvot.

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE DI SHABBAT

...continua da sabato scorso

-I divieti legati alla parola, come parlare di borsa o di lavori proibiti ecc. è permesso violarli anche prima di aver fatto una delle tre possibilità su scritte dal momento che è uscito Shabbat. E' anche permesso dire al goi di fare per lui un'operazione proibita, oppure dire al compagno di farlo se questi ha già fatto uscire Shabbat con uno dei tre modi riportati nel primo paragrafo.

-A differenza dell'entrata di Shabbat, dove il singolo viene trascinato dietro il pubblico per quanto riguarda la ricezione della santità di Shabbat, alla sua uscita nel momento che è arrivato il tempo dell'uscita delle stelle, o quello stabilito da di R. Tam si può fare qualsiasi lavoro proibito facendo una delle tre possibilità su scritte, anche se il pubblico ancora non ha pregato arvit o non ha eseguito l'avdalà.

-E' permesso godere all'uscita di Shabbat di un lavoro fatto da colui che non ha ancora fatto uscire Shabbat con uno dei modi riportati precedentemente, anche se si è comportato non secondo la regola.

-C'è discussione se sia permesso godere all'uscita di Shabbat, di un lavoro proibito fatto da un ebreo quando ancora il Sabato non era uscito. Per esempio se un altro che profana Shabbat (che Hashem ci scampi), ci viene a prendere con la macchina all'uscita di Sabato, ma è uscito di casa quando ancora non era uscito.

In questo caso si chiedi al proprio Rav esperto e timoroso di Hashem sul da farsi. In Erez Israele le autorità rabbiniche usano essere rigorose e vietano utilizzare i mezzi pubblici statali, che purtroppo escono dalla capolinea prima dell'uscita di Shabbat.

## MOMENTI DI *MUSÀR*

### PARASHAT VAERÀ

*“Io vi condurrò al paese al cui riguardo ho levato la Mia mano che l'avrei dato ad Avraham, Itzchaq e Yaacov; Io lo darò in eredità [morashà] a voi, Io sono l'Eterno”* (Shemot 6, 8).

Rabbi Yaacov ben Asher, autore del noto commentario alla Torah intitolato *“Ba'al HaTurim”*, fa notare come nella Torah sia menzionata solo in due punti la parola *“morashà – eredità”*: una prima volta nella parashà di *Vaerà*, laddove con riferimento alla terra d'Israele è scritto: *“Io la darò in eredità [morashà] a voi”* (Shemot 6, 8), ed una seconda volta nella parashà di *ve-Zot HaBerachà*, nella quale in relazione alla Torah troviamo scritto: *“La Torah che ci ha ordinato Moshè, è l'eredità [morashà] dell'assemblea di Yaacov”* (Devarim 33, 4).

In questo modo ci viene quindi rappresentata l'esistenza di un legame indissolubile tra la terra d'Israele e la Torah comandata al popolo d'ebraico, a tal punto che il merito di ereditare Erez Israel può essere mantenuto dagli ebrei solo grazie allo studio della Torah ed all'osservanza dei comandamenti divini, come è scritto nei Salmi: *“Diede loro le terre delle genti [...] affinché osservassero i Suoi statuti e obbedissero alle Sue leggi”* (Tehillim 105, 44-5). Così è quanto insegnato anche dai nostri Maestri z"l: *“E' grande la Torah, poiché grazie ad essa il popolo d'Israele verrà redento tra gli altri popoli”*.

Rav Yaacov Zvi di Kelemburg, nel suo commento *“HaKtav ve-HaQabbalà”*, ha inoltre insegnato che, proprio in considerazione di questo stretto legame esistente tra la Torah e Erez Israel, così come la Torah non è stata data solo alla generazione che ha avuto il merito di risiedere sotto il Monte Sinai ma anche a tutti gli ebrei che sarebbero vissuti successivamente, così anche la terra d'Israele è stata consegnata al popolo ebraico come eredità eterna.

# MOMENTI DI HALAKHÀ

## REGOLE DI SHABBAT

### *Halachot Riguardanti L'avdalà*

DOMANDA: E' permesso mangiare prima di aver fatto l'avdalà?

RISPOSTA: Dal momento che è tramontato il sole è proibito sia bere tutte le bevande escluso l'acqua, che mangiare qualsiasi cibo se non si è eseguita prima l'avdalà sul bicchiere di vino. E questo divieto vige anche se si è pregati precedentemente arvit aggiungendo la formula di "Attà Chonantanu" o per il rito italiano "Attà Ivdalta", oppure si è detti la frase di "Baruch Amavdil Ben Kodesh Lechol". Secondo l'Ari z"l (principale maestro di cabalà) ci si deve astenere dal bere persino dell'acqua prima dell'avdalà e così riporta nell'alachà Rav Ovadia Yosef z"l. (vedi lealachot di shabbat nei giorni seguenti riguardo i casi che non si sia fatto in tempo ad iniziare la seudà shelishit prima del tramonto)

-Per il bambino che è arrivato all'età dell'insegnamento alle mizwot (7/8 anni), anche se ha l'obbligo di fare o ascoltare l'avdalà sul vino, gli è permesso comunque mangiare prima di essere uscito d'obbligo dalla mizwà.

-Anche se esiste il divieto di mangiare e bere dal tramonto se non si è ancora eseguiti l'avdalà sul bicchiere di vino, tuttavia nel caso che si stava mangiando la seudà shelishit con il pane, ed è tramontato il sole non c'è l'obbligo di interrompere in mezzo e sarà permesso continuare a bere e mangiare.

-Se si stava mangiando la Seudà Shelishit ed è **arrivato il tempo dell'uscita dello Shabbat**, si potrà continuare a mangiare anche nel caso si voglia compiere un lavoro proibito di sabato, dopo aver detto la formula di "Baruch Amavdil Ben Kodesh Lechol".

Continua il prossimo mese Bs"D...

# MOMENTI DI *MUSÀR*

## PARASHAT VAERÀ

**“... vi farò uscire dagli affanni dell'oppressione d'Egitto, vi salverò dalla loro schiavitù e vi libererò ...”** (*Shemòt* 6, 6).

Lo Zaddik Rabbì Shimshon di Shpitowka, allievo del grande Magghid di Mezritc, soleva dire: “è più semplice far uscire gli ebrei dal *Galuth* (esilio) che far uscire il Galuth (l'esilio) dagli ebrei”. Ciò al fine di sottolineare il grande problema dell'assimilazione e del legame che gli ebrei hanno sempre avuto con le culture dei vari paesi dove sono vissuti. Infatti, gli ebrei sono stati sempre il motore economico, scientifico, intellettuale e culturale dei Paesi in cui hanno vissuto, ma spesso ciò è avvenuto a discapito della nostra cultura e tradizione che da sempre ci ha distinto dagli altri popoli.

62

**“... E saprete che Io sono l'Eterno, il vostro Signore, che vi fa uscire dagli asservimenti dell'Egitto”** (*Shemòt* 6, 7).

Il Grande Rabbì Yehudà Lieb Alter di Gur, conosciuto per il suo commento come *Sèfàt 'Emèt*, ci dice a proposito di questo verso che l'Eterno assicura ai figli d'Israele dicendogli non solo che li libererà e li redimerà dalla schiavitù dell'Egitto, ma che darà loro anche la possibilità di comprendere che Lui li ha redenti aumentando la loro fede in Lui. Poiché il fine della salvezza e della redenzione è quello di conoscere il Redentore, ossia Ha.shem da cui tutto dipende.

Rav David Elia Sciunnach

## MOMENTI DI HALAKHÀ

### RISIEDERÀ SEMPRE DI FRONTE A TE

Rabbi Moshe Isserles (a.k.a. Rama') nella prima halacha del primo capitolo dello Shulchan Aruch riporta come commento uno dei concetti più importanti che si trovano nell'ebraismo. Il concetto in questione è l'obbligo che ognuno di noi a ad immaginare e far "risiedere" la presenza di Kadosh Baruch di fronte a noi in modo costante, praticamente sempre.

Se una persona di trova davanti un Re o un equivalente d'importanza della nostra generazione sicuramente avrebbe un comportamento diverso dal comportamento quotidiano; è innegabile. Se una persona si comporta diversamente alla presenza di tale persona, a maggior ragione si deve comportare bene in quanto Hashem di trova proprio fronte a lui. Questa regola viene spiegata proprio all'inizio dello Shulchan Aruch per far capire quanto debba essere la base della nostra vita quotidiana. Ora BS"D vedremo alcuni "casi" di applicazioni molto erroneamente diffusi.

Solitamente si pensa che quando si è "soli" si può stare in modo meno "modesto" (zanua) rispetto a quando si è in compagnia di altre persone. Lo Shulchan Aruch però taglia subito le gambe a questa idea dicendo che si ha l'obbligo di vestirsi (almeno la parte inferiore) sotto le coperte, o comunque non lasciando scoperte le parti del corpo che si è soliti a coprire.

Abbiamo visto quindi che per quanto riguarda i vestiti, bisogna essere molto attenti a non lasciare mai scoperte, dove possibile, le parti del corpo che solitamente sono coperte.

È importante mantenere un livello di modestia per tutto il tempo anche di notte.

Si dovrebbe coprire la testa prima di vestirsi perché la testa è la parte più importante del corpo e vogliamo mostrarle il giusto rispetto.

Una persona saggia o che ricopre una carica religiosa ha l'obbligo di vestirsi in modo decente, pulito e che rappresentino la sua "carica".

Tutte queste regole aiutano ogni persona a rispettare di più se stessi.





## TEFILLÀ DA RECITARE DOPO AVER LETTO IL TIKKUN HAKLALÌ (e non solo) COMPOSTA DA RABBI NATAN zzk”I

*Oh Padrone del mondo, D-o vivente, Misericordioso che giudica sempre il mondo dal lato buono, che desidera fare del bene e benefica le Sue creature. Padre mio! Mio Salvatore e Redentore, so di essere responsabile di tutto, persino se mi è capitato involontariamente (di disperdere il seme) riconosco di non aver preservato la mia mente da pensieri peccaminosi, provocando tutto questo! E per questo ho profanato la mia santità, ho distrutto, ho rovinato! Guai a me! Ohi! Guai alla mia anima, cosa ho fatto!? Cosa potrò mai dire?! Come potrò giustificarmi?! Hai scovato le mie colpe! Eccomi davanti a Te con tutte i miei peccati, pieno di vergogna e imbarazzo, pieno di empietà e indecenze, colmo di vili perversioni! Sono addolorato oh Padre mio! Guarda la mia afflizione, la mia anima è avvilita! Oh mio D-o solo Tu conosci i tremendi danni causati a tutti i mondi (materiale e spirituale) da questo terribile avon, e adesso come potrò mai aggiustare tutto ciò?! Un giovane sprovveduto come me, in che modo potrà mai riuscire a riparare?!..... Ciò nonostante, so e credo con piena fede che non esiste affatto la disperazione, ancora ho la possibilità di riparare! Ancora non è persa la mia speranza in Te, perché la Tua misericordia è infinita! Per questo vengo davanti a Te, oh mio D-o, D-o dei miei padri, D-o di Avraam, D-o di Izchak e D-o di Yakov, D-o di tutti gli zadikkim e D-o di Israel, abbi pietà di me, conducimi per la Tua strada e fammi osservare le tue mizwot, soggioga il mio istinto alla tua volontà, congeda il mio yezer aràa, liberami da lui per sempre!*

*Salvami, scampami da adesso da tutti i pensieri illeciti, da tutte le visioni proibite, dai discorsi immorali, conservami da ogni Pgam Habrit, stai sempre vicino a me, scampami dalla dispersione del seme sia di giorno che di notte per sempre!*

*Padrone del mondo, fai ciò che credi con la tua immensa misericordia, per aggiustare i danni del brit, i danni che ho causato alla mia mente! Sia quelli causati volontariamente che involontariamente, sia per volontà che forzatamente. Perdonami per tutto, discolpami oh D-o clemente. Dammi la possibilità di aggiustare! Per merito di tutti gli zadikkim perdonami, scagionami da tutte le mie colpe volontarie e involontarie, che ho commesso e specialmente perdonami gli avonot del Pgam Habrit che racchiudono tutta la Torà! Ho fatto ciò che è male ai Tuoi occhi fin dalla mia giovinezza ad oggi! Per questo ti chiedo per favore come regalo gratuito della tua infinita bontà e misericordia di ripulirmi dai miei avonot! “Purificami con l’issopo e sarò puro, lavami e sarò più bianco della neve. Fammi sentire gioia e allegria, possano esultare le ossa che hai colpito! Nascondi il Tuo volto dai miei peccati e cancella le mie colpe!” (Tehillim 51)*

*Sia la Tua volontà, mio D-o e D-o dei miei padri, Padrone della gioia e della letizia, che davanti a Te non esiste nessuna tristezza, aiutami con la tua immensa bontà ad essere sempre felice. Oh tu che rallegri le anime abbattute, allieta la mia anima stanca e avvilita assettata della Tua vicinanza. Allontana da me ogni tipo di sconforto e malumore! “Ridonami la gioia della Tua salvezza e sostienimi con spirito generoso! Insegnami i sentieri della vita, saziami della gioia del Tuo volto. Alla Tua destra è la dolcezza eterna!” (Tehillim 17).*

*Oh Padrone del mondo, suona lo “Shofar” segno della nostra redenzione, radunaci dal nostro esilio, raccogliaci da mezzo i goim e dalle estremità della terra, riunisci i nostri dispersi dai quattro angoli della terra, e mantieni la Tua promessa: “Allora il S. tuo D-o farà tornare i tuoi prigionieri, e avrà compassione di te. Egli ti raccoglierà di nuovo da tutte le nazioni nelle quali il S. ti avrà disperso”(Devarim 30) E portaci a Zion con gioia, costruisci il nostro Santuario con esultanza eterna!*

*“Simchu Zadikim Bado-nai, Veodu lezecher Kodshò”. Amen!  
Nezach! Sela! Vaed!*

# TIQUN HAKLALI

Il testo ebraico del Tiqun haKlali comincia a pagina 76 e finisce a pagina 69, da leggere nel verso ebraico

אָזְכְּרֵכִי אִם-לֹא אֶעֱלֶה אֶת-יְרוּשָׁלַם עַל רֹאשׁ שְׂמֹחֲתִי: זְכוֹר יְהוָה  
לְבַנְיָאָדוֹם אֵת יוֹם יְרוּשָׁלַם הָאֲמָרִים עָרוּ עָרוּ עַד הַיְסוֹד בָּהּ: בַּת-  
בְּבַל הַשְׂדֻדָה אֲשֶׁרִי שִׁישְׁלֶם-לָךְ אֶת-גְּמוּלָךְ שְׂגַמְלֹתַי לָנוּ: אֲשֶׁרִי  
שִׁיאֲחִז וְנִפְץ אֶת-עַלְלֵיךְ אֶל-הַסֹּלַע:

מזמור קג

הִלְלוּ יְהוָה הַלְלוּ-אֵל בְּקִדְשׁוֹ הַלְלוּהוּ בְרִקְיעַ עֲזוֹ: הַלְלוּהוּ בְּגְבוּרֹתָיו  
הַלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדָלוֹ: הַלְלוּהוּ בְּתַקְעַ שׁוֹפָר הַלְלוּהוּ בְּנִבְבֵל וְכַנּוֹר:  
הַלְלוּהוּ בְּתֹף וּמְחוֹל הַלְלוּהוּ בְּמִנְיִם וְעוּגָב: הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי-שִׁמְעַ  
הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה: כֹּל הַנְּשָׂמָה תְהַלֵּל יְהוָה הַלְלוּ יְהוָה:

69

Dopo la lettura del Tiqun haKlali si dicano i seguenti tre versi:

מִי יִתֵּן מִצִּיּוֹן יְשׁוּעַת יִשְׂרָאֵל בְּשׁוּב יְהוָה שְׁבוּת עַמּוֹ נִגַל יַעֲקֹב יִשְׁמַח  
יִשְׂרָאֵל: וְתִשׁוּעַת צְדִיקִים מִיְהוָה מֵעַתָּה בְּעַת צָרָה: וַיַּעֲזְרוּם יְהוָה וַיַּפְלְטֵם  
יַפְלְטֵם מִרְשָׁעִים וַיּוֹשִׁיעֵם בְּי-חֲסוֹ בּוֹ:

Infine si reciti la tefillà a pagina 66

יהנה צרפתהו: שלח מלך ויתירהו משל עמים ויפתחהו: 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 וימת 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  
 הללויה:

מזמור קלו

על נהרות בקל 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

וּבַחֲמַתְךָ נִבְהַלְנוּ: שֵׁת (קרי: שֵׁתָה) עֲזַנְתִּינוּ לְנִגְדְךָ עֲלַמְנוּ לְמֵאוֹר  
 פְּנִיךָ: כִּי כָל-יְמֵינוּ פָּנוּ בְעֵבְרַתְךָ כְּלֵינוּ שְׁנִינוּ כְמוֹ-הֶגְהָ: יְמֵי-שְׁנוֹתֵינוּ  
 בָּהֶם שִׁבְעִים שָׁנָה וְאִם בְּגִבּוֹרֹת שְׁמוֹנִים שָׁנָה וְרֵבָבָם עָמַל וְאָנֹן כִּי-גָז  
 חִישׁ וְנִעְפָּה: מִי-יֹדֵעַ עַז אַפְךָ וּכְיִרְאָתְךָ עֵבְרַתְךָ: לְמַנּוֹת יְמֵינוּ כִּן  
 הוֹדַע וְנָבֵא לְכָב חֲכָמָה: שׁוּבָה יְהוָה עַד-מְתֵי וְהִנַּחֵם עַל-עֲבֹדֶיךָ:  
 שִׁבְעֵנוּ בְּבִקְרַת חֲסִדֶיךָ וְיִרְנָנָה וְנִשְׁמַחָה בְּכָל-יְמֵינוּ: שִׁמְחֵנוּ בִּימּוֹת  
 עֲנִיָּתֵנוּ שְׁנוֹת רְאִינוּ רַעַה: יִרְאָה אֶל-עֲבֹדֶיךָ פִּעְלֶיךָ וְהִדְרֶיךָ עַל-בְּגִייהֶם:  
 וַיְהִי נֵעַם אֲדֹנָי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנֵנָה עָלֵינוּ וּמַעֲשֵׂה  
 יְדֵינוּ כּוֹנֵנָהוּ:

מזמור קה

71

הוֹדוּ לַיהוָה קְרָאוּ בְשִׁמּוֹ הוֹדִיעוּ בְּעַמִּים עֲלִילוֹתָיו: שִׁירוּ-לוֹ זַמְרוּ-  
 לוֹ שִׁיחוּ בְּכָל-נִפְלְאוֹתָיו: הִתְהַלְלוּ בְּשֵׁם קִדְשׁוֹ יִשְׁמַח לֵב מִבְּקִשֵׁי  
 יְהוָה: דַּרְשׁוּ יְהוָה וְעֲזֹ בְקִשׁוֹ פְּנֵיו תִּמְיֵד: זְכְרוּ נִפְלְאוֹתָיו אֲשֶׁר-עָשָׂה  
 מִפְּתֵיו וּמִשְׁפָּטֵי-פִיו: זֶרַע אֲבָרְהָם עֲבָדוּ בְּנֵי יַעֲקֹב בְּחִירְיוֹ: הוּא יְהוָה  
 אֱלֹהֵינוּ בְּכָל-הָאָרֶץ מִשְׁפָּטָיו: זְכֹר לְעוֹלָם בְּרִיתוֹ דָּבָר צְנוּה לְאֵלֶיךָ  
 דוֹר: אֲשֶׁר כָּרַת אֶת-אֲבָרְהָם וּשְׁבֹעַתוֹ לְיִשְׁחָק: וַיַּעֲמִידָהּ לְיַעֲקֹב לְחֵק  
 לְיִשְׂרָאֵל בְּרִית עוֹלָם: לֵאמֹר לְךָ אֶתֵּן אֶת-אָרֶץ-כְּנָעַן חִבְל נַחֲלָתְכֶם:  
 בְּהִיּוֹתֶם מְתֵי מִסְפָּר כְּמַעֲט וְגֵרִים בָּהֶם: וַיִּתְהַלְכוּ מִגֹּי אֶל-גֹּי  
 מִמַּמְלָכָה אֶל-עַם אַחֵר: לֹא-הִנִּיחַ אָדָם לְעַשְׂקֶם וַיִּזְכַּח עֲלֵיהֶם  
 מְלָכִים: אֶל-תִּגְעוּ בְּמִשְׁחֵי וּלְנִבְיָאֵי אֶל-תִּרְעוּ: וַיִּקְרָא רָעַב עַל-הָאָרֶץ  
 כָּל-מִטְּהָ-לְחֵם שָׁבַר: שְׁלַח לַפְּנִיָּהֶם אִישׁ לְעַבְדֵי נִמְכָר יוֹסֵף: עֲנוּ  
 בְּכַפְלֵי רִגְלֵי (קרי: רִגְלוֹ) בְּרִזְל בָּאָה נִפְשׁוֹ: עַד-עַת בְּאֵ-דְבָרוֹ אִמְרַת

זְמַנְצַחַת עַל-יְדִיתוֹן (קרי: יְדוּתוֹן) קָאָסָף מְזֻמּוֹר: קוֹדֵי אֶל-אֱלֹהִים  
 וְאַצְעָקָה קוֹלִי אֶל-אֱלֹהִים וְהֶאֱזִין אֵלַי: בַּיּוֹם צָרָתִי אֲדַנֵּי דְרָשְׁתִּי יְדֵי  
 לִילָה נִגְרָה וְלֹא תִפּוּג מֵאַנְהָה הַנְּחַם נַפְשִׁי: אֲזַכְּרָה אֱלֹהִים וְאֶהְמִיָּה  
 אֲשִׁיחָה וְתִתְעַשֵּׂף רוּחִי סֵלָה: אַחְזֹת שְׁמֵרוֹת עֵינַי נִפְעַמְתִּי וְלֹא אֲדַבֵּר:  
 חֲשַׁבְתִּי יָמִים מִקֶּדֶם שְׁנוֹת עוֹלָמִים: אֲזַכְּרָה נִגְיַנְתִּי בְּלִילָה עִם-לִבִּי  
 אֲשִׁיחָה וַיִּחַפֵּשׂ רוּחִי: הֲלַעוֹלָמִים יִזְנַח אֲדַנֵּי וְלֹא-יִסִּיף לְרָצוֹת עוֹד:  
 הָאָפֶס לְנִצַּחַת חֲסֵדוֹ גָּמַר אִמְרָ לְדֹר וְדֹר: הֲשִׁכַח חֲנוּת אֵל אִם-קִפְץ  
 בְּאֵף רַחֲמָיו סֵלָה: וְאִמְרָ חֲלוּתִי הִיא שְׁנוֹת יָמַי עָלְיוֹן: אֲזַכִּיר (קרי:  
 אֲזַכּוֹר) מַעֲלָלֵי-יְהוָה כִּי-אֲזַכְּרָה מִקֶּדֶם פְּלֹאֵן: וְהִגִּיתִי בְּכָל-פְּעֻלָּתְךָ  
 וּבַעֲלִילוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה: אֱלֹהִים בְּקֹדֶשׁ דִּרְכָּךָ מִי-אֵל גָּדוֹל בְּאֱלֹהִים:  
 אַתָּה הָאֵל עֲשֵׂה פְלֵא הוֹדַעְתָּ בְּעַמִּים עֲזָרְךָ: גִּאלְתָּ בְּזוּעַ עַמְּךָ בְּנֵי-  
 יַעֲקֹב וַיּוֹסֶף סֵלָה: רָאוּךָ מַיִם אֱלֹהִים רָאוּךָ מַיִם יַחִילוּ אֵף וַיִּרְגְּזוּ  
 תְהוֹמוֹת: זָרְמוּ מַיִם עֲבוֹת קוֹל נְתָנוּ שְׁחָקִים אֵף-חֲצֻצְיָן יִתְהַלְכוּ: קוֹל  
 רַעֲמָךְ בַּגִּלְגָּל הָאִירוּ בְּרָקִים תִּבְלַל רַגְזָה וְתִרְעַשׂ הָאָרֶץ: בַּיּוֹם דִּרְכָּךָ  
 וּשְׁבִילֶיךָ (קרי: וּשְׁבִילֶךָ) בְּמַיִם רַבִּים וְעַקְבוֹתֶיךָ לֹא נִדְעוּ: נַחֲתִיתְּ כַצֵּאֵן  
 עַמְּךָ בְּיַד-מִשָּׁה וְאַהֲרֹן:

מזמור צ

תִּפְלָה לְמִשָּׁה אִישׁ-הָאֱלֹהִים אֲדַנֵּי מְעוֹן אַתָּה הָיִיתְּ לָנוּ בְּדֹר וְדֹר:  
 בְּטָרְם הָרִים יָלְדוּ וְתִחַלְלַל אָרֶץ וְתִבְלַל וּמַעוֹלָם עַד-עוֹלָם אַתָּה אֵל:  
 תִּשָּׁב אֲנוֹשׁ עַד-דִּכְּאָ וְתִאמְרָ שׁוּבוּ בְנֵי-אָדָם: כִּי אֵלֶּךָ שָׁנִים בְּעֵינַיִךְ  
 כַּיּוֹם אֶתְמוֹל כִּי יַעֲבֹר וְאַשְׁמוּרָה בְּלִילָה: זָרְמַתָּם שָׁנָה יִהְיוּ בַּבְּקָר  
 כְּחֻצִיר יַחֲלֶף: בַּבְּקָר יִצִּיץ וְחֲלֶף לְעָרֵב יְמוֹלֵל וַיִּבֶשׁ: כִּי-כָלִינוּ בְּאָפְךָ

חַיִּי: אוֹמְרָה לֹאֵל סְלַעֵי לְמָה שִׁכַּחְתָּנִי לְמָה-קָדַר אֲלֶיךָ בְּלַחֵץ אוֹיֵב:  
 בְּרִצָּח בְּעֲצָמוֹתַי חֲרָפוֹנִי צוֹרְרִי בְּאֲמָרָם אֵלֵי כָל-הַיּוֹם אִיֶּה אֱלֹהֶיךָ:  
 מַה-תִּשְׁתַּחֲוֶה־חַי נִפְשִׁי 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 מֵאִיֵּבִי אֱלֹהֵי מִמְתְּקוֹמִמֵי תִשְׁגָּבֵנִי: הֲצִילֵנִי מִפְּעָלֵי  
 אָוֶן וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי: כִּי הִנֵּה אָרְבוּ לְנַפְשִׁי יְגוּרוּ עָלַי עֲזִים  
 לֹא-פִשְׁעֵי וְלֹא-חַטָּאתַי יִהְיֶה: בְּלִי-עוֹן יְרוּצוֹן וַיִּכּוֹנְנוּ 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 יִבְעִיעוֹן בְּפִיהֶם חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם כִּי-מִי שָׁמַע: וְאִתָּה  
 יִהְיֶה תִשְׁחַק-לָמוּ תִלְעַג לְכָל-גּוֹיִם: עֲזוּ אֲלֶיךָ אֲשַׁמְרָה כִּי-אֱלֹהִים  
 מִשְׁגָּבֵי: אֱלֹהֵי חֶסֶדוֹ (קרי: חֶסֶדִי) יִקְדַּמְנִי אֱלֹהִים יִרְאֵנִי בְּשׂוֹרְרֵי: אֵל-  
 תִּהְרַגֶּם פֶּן-יִשְׁכַּחוּ עַמִּי הַנִּיעַמּוּ בְּחִילְךָ וְהוֹרִידְמוּ מִגִּגְנוֹ אֲדָנִי:  
 חֲטָאת-פִּימוֹ דִּבֵּר-שִׁפְתֵימוֹ וַיִּלְכְּדוּ בְּגֵאוֹנָם וּמֵאֲלֶה וּמִכַּפַּחַשׁ יִסְפְּרוּ:  
 כִּלָּה בְּחִמָּה כִּלָּה וְאִינָמוּ וַיִּדְעוּ כִּי-אֱלֹהִים מִשָּׁל בְּיַעֲקֹב לְאֶפְסֵי  
 הָאָרֶץ סְלָה: וַיִּשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כַּכֶּלֶב וַיִּסּוּבְבוּ עִיר: הִמָּה יְנוּעוֹן (קרי:  
 יְנוּעוֹן) לְאָכֹל אִם-לֹא יִשְׁבְּעוּ וַיִּלְיֵנוּ: וְאֲנִי אֲשִׁיר עֲזָךְ וְאֶרְנֵן לְבַקֵּר  
 חֶסֶדְךָ כִּי-הֵייתָ מִשְׁגָּב לִי וּמְנוּס בְּיוֹם צָר-לִי: עֲזֵי אֲלֶיךָ אֲזַמְרָה כִּי-  
 אֱלֹהִים מִשְׁגָּבֵי 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 איבי  
 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

*Tiqun haKlali*

מִכְתָּם לְדוֹד שְׁמֵרְנִי אֵל כִּי-חֲסִיתִי בְךָ : אָמַרְתָּ לִיהוָה אֲדֹנָי אַתָּה  
טוֹבֵתִי בַל-עֲלִיךָ : לְקוֹדְשִׁים אֲשֶׁר-בְּאָרְץ הַמָּה וְאֲדִירֵי כָל-חַפְצֵי-כֶסֶם :  
יִרְבוּ עֲצָבוֹתֶם אַחַר מְהֵרוּ בַל-אֲסִיךְ נִסְפִיהֶם מִדָּם וּבַל-אֲשָׂא אֶת-  
שְׁמוֹתֶם עַל-שְׁפֹתַי : יְהוָה מִנֵּת-חֲלֻקֵי וְכוֹסֵי אַתָּה תוֹמִיךְ גּוֹרְלִי :  
חֲבָלִים נָפְלוּ-לִי בְנַעֲמִים אֶף-נִחַלְתָּ שְׁפָרָה עָלַי : אֶבְרַךְ אֶת-יְהוָה אֲשֶׁר  
יַעֲצָנִי אֶף-לִילוֹת יִסְרוּנִי כִלְיוֹתַי : שְׁוִיתִי יְהוָה לְגִנְדִי תְמִיד כִּי מִימִינִי  
בַל-אֲמוּט : לִכֵּן שָׁמַח לְבִי וַיִּגַּל כְּבוֹדִי אֶף-בְּשָׂרֵי יִשְׁפֹךְ לְבֶטֶח : כִּי  
לֹא-תַעֲזֹב נַפְשִׁי לְשָׂאוֹל לֹא-תִתֵּן חֲסִידְךָ לְרָאוֹת שָׁחַת : תוֹדִיעֵנִי אֲרַח  
חַיִּים שְׁבַע שְׁמֵחוֹת אֶת-פְּנֵיךְ נַעֲמוֹת בִּימִינְךָ נָצַח :

לְדוֹד מִשְׁפִּיל אֲשָׁרֵי נְשׁוּי-פֶשַׁע כָּסוּי חֲטָאָה : אֲשָׁרֵי אָדָם לֹא יִחְשַׁב  
יְהוָה לוֹ עוֹן וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָה : כִּי-הִחֲרַשְׁתִּי בְלוּ עֲצָמֵי בְּשֹׁאֲגַתִּי כָל-  
הַיּוֹם : כִּי יוֹמָם וּלְיָלָה תִּכְבַּד עָלַי יְנַךְ נִהַפֵּךְ לְשָׂדֵי בְּחִרְבֵּנִי קִיץ סֵלָה :  
חֲטָאתִי אֹדִיעֵךְ וְעוֹנֵי לֹא-כִסִּיתִי אֲמַרְתִּי אוֹדָה עָלַי פֶּשַׁעִי לִיהוָה  
וְאַתָּה נִשְׂאתָ עוֹן חֲטָאתִי סֵלָה : עַל-זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל-חֲסִיד אֱלֹהֶיךָ לַעֲת  
מִצָּא רַק לְשִׁטָּף מִיָּם רַבִּים אֱלֹהֵי לֹא יִגִּיעוּ : אַתָּה סִתַּר לִי מִצָּר תִּצְרַנִּי  
רַגְלִי פִלַּט תְּסוּבְּבֵנִי סֵלָה : אֲשַׁכִּילְךָ וְאוֹרְךָ בְּדֶרֶךְ-זוֹ תִלְךָ אִיעֲצָה עֲלֶיךָ  
עֵינַי : אֵל-תִּהְיֶה כָּסוּס כְּפָרָד אִין הִבִּין בְּמַתַּג-נֶרְסֵן עֲדִיו לְכֹלֹם בַּל  
קָרַב אֱלֹהֶיךָ : רַבִּים מִכְּאוֹבִים לְרָשָׁע וְהַבּוֹטֵחַ בִּיהוָה חֲסֵד יְסוּבְּבֵנוּ :  
שְׁמַחוּ בִיהוָה וְגִילּוּ צְדִיקִים וְהִרְנִינוּ כָּל-יִשְׂרָאֵל :

# TIQÙN HA KLALÌ

È bene recitare questo brano prima della lettura del Tiqùn haKlalì:

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 פִּינְא, זכותו יגן עלינו, שגילה  
תיקון זה.

76

לְכוּ נִרְנְנָה לִיהֲנֶה נְרִיעָה לְצוֹר יִשְׁעֵנוּ: נִקְדָּמָה פְּנִי  
בְּתוֹדָה בְּזִמְרוֹת נְרִיעַ לוֹ: כִּי אֵל גָּדוֹל יְהֲנֶה וּמֶלֶךְ גָּדוֹל  
עַל-כָּל-אֱלֹהִים:

הריני מזמן את פי להודות ולהלל ולשבח את בוראי. לשם חוד  
קודשא בְּרִיךְ הוּא וּשְׂכִינְתָּהּ בְּדַחֲלֵיו וּרְחִימוּ עַל יְדֵי הֵהוּא טמיר  
ונעלם בשם כל ישראל.

# 16° Seminario Arachim Italia

Hotel Alfredo Bracciano

venerdì/domenica

# 25 - 27 DICEMBRE 2015

## Il giusto equilibrio tra LAVORO, FAMIGLIA e STUDIO!

Workshop e conferenze con  
Dott. Rav Shalom Srebrenik e  
altri rabbanim italiani



Adulto 165€, 3-13 anni 75€, 1-2 anni 35€  
Pensione completa dal pranzo del  
venerdì al pranzo della domenica.  
Mini-club per bambini durante gli orari  
delle conferenze.



Arachim Italia  
06.89970345 - [italia@arachim.org](mailto:italia@arachim.org)  
Dipartimento Educativo Giovani CER  
06.87450210 - 347.6808950