

MESE DI SHEVÀT • NUMERO 3 • ANNO VII

MOMENTI DI TORÀ

5 MINUTI AL GIORNO DI MUSÀR E HALAKHÀ



HAMEFIZ

Organizzazione di diffusione di
Torà e Cheshed

MEIR E SHIRA

Un ringraziamento speciale a tutti i nostri lettori e amici per il grande sostegno portato a Meir e Shira! Grazie alla vostra generosità e buon cuore tipica di Am Israel siamo riusciti a raccogliere circa 5000 euro!

Che Hashem ripaghi i vostri sforzi sia in questo mondo con salute e ricchezza che in quello avvenire! Tizku lamizwot!

HAMEFIZ

Beth Midrash
(Casa di Studio)



Tempio Tripolino ת"פב
"Beth Ya'acov"
Via Pozzo Pantaleo, 46
(Zona Marconi)

Programma Settimanale delle Lezioni (mese di Shevat)

<u>Lunedì</u>		<u>Martedì</u>		<u>Mercoledì</u>	
17:15 - 18:15	Lezione di Torà per Bambini (Tefillà e Parashà), con Rav Amitai Sermoneta	19:00 - 20:00	Parashat HaShavua, con Devid Jonas	19:00 - 20:00	Halachot delle Berachot e Casherut, con Devid Moresco
19:00 - 20:00	Halachot della Tefillà e Musar, con Rav Amitai Sermoneta			19:00 - 20:00	Musar ~ Etica ebraica (<i>Orchot Tzaddiqim</i>), con Giorgio Calò
<u>Giovedì</u>		<u>Shabbat</u>		<u>Domenica</u>	
19:00 - 20:00	Talmud - trattato di Kiddushin in Chevruta, con Giorgio Calò	10:00 - 11:30	Talmud - trattato di Shabbat in Chevruta, con Giorgio Calò		
			Halachot, con Devid Jonas		
		15:00 - 16:00	Halachot di Shabbat, con Giorgio Calò		

B"H il programma delle lezioni verrà successivamente integrato

INFO: Giorgio Calò 3928238261 - Devid Moresco 3315409657 - David Jonas 3333508862



Inviare un SMS per essere inseriti nel gruppo *WhatsApp* del Beth Midrash (orari, registrazioni delle lezioni, materiale, etc.)

Leillui Nishmat HaRav Eliahu ben Shlomo Ouazana ztz"l, Shimshon Giorgio ben Avraham Calò z"l, Moshè Marco ben Enrica Zarfati z"l e HeReuven Giorgio ben Elisheva Moresco z"l

BIRKHÒT HA TORÀ

Prima di studiare Torà, c'è l'obbligo di benedire le Birkhot 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', אֱלֹ-הֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל דְּבַרֵי תוֹרָה:

וְהֵעֲרַב נָא ה' אֱלֹ-הֵינוּ אֶת דְּבַרֵי תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ
וּבְפִיפִיּוֹת עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל. וְנִהְיֶה אֲנַחְנוּ וְצִאֲצָאֵינוּ
וְצִאֲצָאֵי צִאֲצָאֵינוּ כְּלָנוּ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ
לְשִׁמָּה. בְּרוּךְ אַתָּה ה', הַמְלַמֵּד תוֹרָה לְעַמּוֹ
יִשְׂרָאֵל:

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

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

Vearev Nà Ado-ai Elo-enu Et Divrè Toratecha Befinu Uvefshiot 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 Ado-ai Elo-enu Melech Aolam Asher Bachar Banu Mikol Aamim Venatan Lanu Et Toratò. Baruch Attà Ado-ai Noten Atorà.

MOMENTI DI MUSÀR

PERCHÉ TI ARRABBI?

■ di David Jonas

Se diciamo ad una persona: “Ti arrabbi troppo!”, Lui risponderà: “Sì! E ho ragione!”.

Ma se diciamo ad una persona: “Sei un superbo!”, Lui risponderà: “Non è assolutamente vero!”. Perché questa differenza? Perché le persone pensano che la rabbia sia qualcosa di naturale, mentre la superbia è considerata come un qualcosa di oggettivamente negativo?

I nostri maestri ci svelano un segreto: “La rabbia è una derivante della superbia!”.

In altre parole: Ti sei arrabbiato? Sei un superbo! E se non vuoi essere superbo, non ti arrabbiare!

Qual'è il collegamento tra queste due caratteristiche?

Se riflettiamo un attimo, possiamo capire che il pensiero comune di coloro che si arrabbiano è:

È successo qualcosa contro la mia volontà, volevo qualcosa in particolare e nella realtà è successo qualcosa che non volevo, per questo mi arrabbio!

La grande domanda è: È successo qualcosa contro la tua volontà, e allora? Chi dice che la tua volontà è quello che deve accadere? Chi sei te fondamentalmente? Sei una semplice persona con un intelletto limitato, con capacità limitate, oggi sei qua e domani sotto terra... per cosa ti arrabbi???

Per questo quando una persona si arrabbia, è un segnale che in quel momento la persona pensa di avere in mano la verità assoluta, questa è superbia.

Al contrario una persona umile capisce che alla fine lui non è nient'altro che una piccola persona, capisce che c'è qualcuno dall'alto che gestisce il mondo e ne capisce un “pochettino” di più di noi....

Per questo bisogna abbassare la testa e accettare tutto, tutto con amore.

Se ti arrabbi vuol dire che dentro di te c'è la superbia.

Fai un sorriso, è tutto per il bene!!

TRATTO DA “5 DAKOT SHEL TORAH”

MOMENTI DI HALAKHÀ

LA MIZVÀ DEL VIDDUI

■ di David Jonas

Subito dopo la Tefillà dell'Amidà, si dice il viddui (confessione), i tredici attributi di Hashem e i salmi seguenti chiamati "Nefilat Apaim". Anche una persona impossibilitata che prega a casa da solo deve dire il viddui, i tredici attributi con la melodia del sefer Torà e i salmi della Nefilat Appaim.

Bisogna dire tutto il testo del Viddui anche se sono elencati peccati che siamo sicuri di non aver commesso.

Durante il Viddui bisogna stare in piedi, senza appoggiarsi a qualsiasi cosa. Un vecchio e un malato possono fare il Viddui anche appoggiati o seduti.

Se la persona ha già pregato e entrando al tempio trova il pubblico che sta facendo il Viddui, deve rimanere in piedi e recitare di nuovo il Viddui con il pubblico.

Durante il Viddui bisogna stare in piedi ma bisogna inchinarsi leggermente e dire il Viddui con il cuore rotto e grande concentrazione, leggendo parola per parola rendendosi conto davanti a chi sta confessando i suoi peccati.

Scrive l'Ari che durante il Viddui bisogna colpire con il pugno della mano destra la parte sinistra del petto all'altezza del cuore, sia la mattina che la sera, in ogni parola del Viddui.

Dopo il Viddui si recita il "Vaiavor H al Panav" che sono i tredici attributi di misericordia di Hashem.

Questi attributi posso essere recitati solo in presenza di minian, dieci persone. Per questo una persona che prega senza minian o prega in un posto dove non usano dirli, deve dirli con la melodia della lettura del sefer Torah.

Quando si dice Vaiavor e due volte il nome di Hashem, bisogna stare molto attenti a fare una interruzione tra la prima volta e seconda volta. I maestri insegnano che bisogna stare molto attenti su questo.

Tratto da Yalkut Yosef/Seder Haiom be Halacha ubeHagadà

MOMENTI DI MUSÀR

ESISTONO I NEMICI?

■ di David Jonas

È scritto nel Mishlè: “ Sono per volontà di Hashem le strade della persona e anche i nemici completeranno il conto con lui”. Che vuol dire questo versetto?

Che succede ad una persona che ha molti nemici?

Dipende di che nemico si parla. Può essere il vicino di casa, possono essere dei fratelli che litigano per l'eredità, la moglie che si lamenta perché il marito torna tardi a casa, il marito che si arrabbia perché la moglie spende troppo. In sintesi, i nemici non mancano.

Che fa una persona? Prende prestiti, paga avvocati, è pronto a estremi sacrifici pur di dimostrare la sua ragione.

Re Shlomò ci insegna: “Sono per volontà di Hashem le strade della persona e anche i nemici completeranno il conto con lui”. Fermi tutti!! Capite bene, non

sono persone, è Hashem!!

È Hashem che manda i nemici a combattere contro di te, sono degli inviati!

Nel momento in cui sistemerei i tuoi problemi con il padrone del mondo, automaticamente si sistemerebbero tutti i problemi con questi nemici e diventerebbero addirittura i tuoi migliori amici.

Capiamolo attraverso un esempio: Una persona prova ad aprire il rubinetto dell'acqua, lo apre e l'acqua non esce. Inizia a scuotere e a smontare il rubinetto, stacca i tubi, gli agganci, smonta tutto fino a che arriva il vicino e gli dice: “Ma perché smonti tutto? Non hai acqua perché stamattina te l'hanno staccata per il debito che hai con il comune. Vai al comune sistema i debiti e ti riattaccheranno acqua.”

Così è esattamente la nostra vita: Quando vediamo che ci sono problemi e sembra tutto bloccato, non dobbiamo combattere con la realtà, andiamo dal padrone del mondo e sistemiamo con lui i problemi!

“Papà aiutaci!!”

Tratto da “5 dakot shel Torah”

MOMENTI DI HALAKHÀ

LA MIZVÀ DEL VIDDUI

■ di David Jonas

In che giorni non si dice il Viddui?

Ci sono dei giorni particolari nei quali non si recita il Viddui.

I giorni segnalati sono: Rosh Chodesh, tutto il mese di Nissan, 14 di Yar, Lag boomer, dal 1 al 12 di Sivan, il 9 di Av, il 15 di Av, la vigilia di Rosh Hashana e la vigilia di Kippur, dal 11 fino alla fine di tutto Tishri, Chanukà, il 15 di Shvat, il 14 e il 15 del primo Adar nel caso sia anno bisestile e il 14 e il 15 del secondo Adar.

Quando in questi giorni non si dice il Viddui, non si dice nemmeno a Minchà del giorno prima. Come per esempio la vigilia di Rosh Chodesh o la vigilia di Lag Baomer.

Se nel tempio è presente uno sposo nella sua prima settimana di matrimonio, non si dice il Viddui.

L'usanza è quella di non dire il Viddui nel tempio in cui ci sarà in quel giorno una milà, anche se la Milà sarà molto dopo la tefillà. Anche nel caso in cui il papà, il sandak e il moel non sono presenti.

Secondo un'usanza tripolina, il Viddui non viene recitato anche quando la milà non verra fatta in quel tempio ma sarà fatta nella città.

Nel caso in cui ci sia un BarMitzvà non si dice il viddui poiché è un giorno di festa.

Quando c'è un Pidion Aben nel tempio e viene fatto prima o dopo la tefillà, quella tefillà è esente da viddui.

Quando si inaugura un sefer Torah, non si dice il Viddui nella tefillà più vicina.

Quando uno studioso di Torah termina un trattato di Talmud, non si dice il Viddui nella tefillà più vicina.

Nel caso in cui si organizzasse il mignan per pregare nella casa di una persona in lutto durante i primi sette giorni, il Viddui non si recita. Anche se la persona in lutto non è presente.

Tratto da Seder Haiom be Halacha ubeHagadà

MOMENTI DI MUSÀR

IL MONDO FUTURO ESISTE?

■ di David Jonas

Una volta, quando parlavamo con qualcuno di Olam Habà, del mondo futuro, sentivamo spesso dire: “Dove sta l’olam abà? Qualcuno è mai tornato da la?” Oggi anche per queste persone abbiamo la risposta. Oggi non solo una persona è tornata da la, ma molte persone. Persone diverse, da posti diversi, ebrei, goim, religiosi e non, sono saliti nell’olam abà e tornati e tutti raccontano le stesse cose. Chi è interessato a questo argomento può cercare articoli dal titolo “morti cliniche” e leggere le esperienze di queste persone. Ma noi in verità, non abbiamo bisogno di scienza o di testimonianze, noi abbiamo ricevuto la Torah e nella Torah c’è scritto tutto. Noi non solo sappiamo che c’è l’olam abà

ma sappiamo anche ciò che c’è e sappiamo esattamente come funziona.

Il nostro mondo è un mondo di prove, siamo venuti qua per aggiungere scintille spirituali alla nostra anima: Torah, Mizvot e buone azioni. Per arrivare al meglio al nostro scopo, abbiamo ricevuto degli strumenti: Il nostro corpo, soldi, famiglia ecc.. Dopo 120 anni si ritorna alla fonte, il corpo ritorna alla polvere, i soldi restano agli altri e la famiglia continua la vita normale. Arrivato nell’olam abà gli verrà chiesto: “Che hai portato qua?” La persona sarà giudicata su tutto ciò che ha fatto in tutta la sua vita. E’ scritto nel trattato di Sanhedrin: La persona viene inizialmente giudicata su ciò che ha studiato e su ciò che ha fatto. Dobbiamo capire che noi ebrei abbiamo in mano un qualcosa di incredibile, la Torah. Dobbiamo solo sfruttarla!!

Tratto da “Netive Or”

MOMENTI DI HALAKHÀ

LA FINE DELLA TEFILLÀ

■ di David Jonas

È bene non togliere i tefillin fino alla fine della tefillà, fino ad Alenu Leshabeach.

Chi è costretto ad uscire dal tempio prima della fine della tefillà, è bene che resti se possibile fino al kaddish titkabbal, dopo la “Kedushà di Uva Lezion”.

Prima si tolgono i Tefillin e poi si toglie lo Zizzit. I Tefillin si tolgono nello stesso ordine di come sono stati messi. Prima si scioglie il nodo fatto sulla mano, poi si toglie il Tefillin della testa, si piega e si mette a posto. Dopo di che ci si siede, si sciolgono i giri sul braccio e si leva il Tefillin del braccio. Secondo il mina Ashkenazita anche i tefillin del braccio si tolgono in piedi.

È bene baciare i Tefilin e lo Zizzit nel momento in cui si indossano e nel momento in cui si tolgono, dimostrando il nostro affetto per le mizvot.

È bene studiare qualcosa di Torà quando si hanno ancora addosso Talit e Tefillin così da purificare l'anima.

È bene insegnare qualche alachà alla fine della Tefillà così da poter dare a tutti i presenti al tempio la possibilità e il merito di studiare un minimo ogni giorno.

Ogni persona deve sforzarsi affinché la sua tefillà sia recitata con calma e tranquillità per questo ognuno deve trovare un tempio dove l'atmosfera e gli orari siano consoni alle sue necessità così da poter pregare con calma e concentrazione.

Quando si esce dal tempio non bisogna uscire in maniera frettolosa, ma se si esce per tornarci subito, allora è permesso uscire di fretta.

Tratto da Seder Haiom be Halacha ubeHagadà

MOMENTI DI MUSÀR

TEFILLIN

Parashàt Bo

Alla fine della *parashà* di questa settimana la *Torà* tratta della *mitzvà* di indossare i *Tefillin* (filatteri). Si tratta di due scatole nere di pelle di animali *kasher*; ognuna contiene quattro paragrafi della *Torà* e strisce di pelle nera. La scatola che contiene un rotolo con quattro paragrafi viene legato attorno al braccio come “segno”. L'altra, nella quale ogni paragrafo viene scritto su un rotolo separato, si lega attorno alla testa per “ricordare”. I rotoli sono scritti con inchiostro su pergamena, arrotolati e legati con un pelo di un animale *kasher* prima di essere inseriti nelle scatole. Le scatole devono essere perfettamente quadrate e devono avere la lettera “*shin*” in rilievo sulla pelle su entrambi i lati della scatola che viene posta sulla testa e sono chiuse da legamenti.

I paragrafi della *Torà* scritti nei *tefillin* trattano dell'accettazione

del giogo celeste e dell'unicità di *Hashem*. Inoltre, trattano della redenzione miracolosa dalla schiavitù egizia, che provò il fatto che D-o governa il mondo e lo controlla costantemente tramite la Provvidenza Divina. Questi concetti sono fondamentali. Indossare i *tefillin*, oltre ad essere una *mitzvà*, ha anche altri motivi. Dal momento che viviamo nel mondo fisico, i nostri corpi richiedono che i desideri vengano soddisfatti, anche se ciò implica commettere peccati. La nostra anima, invece, in quanto nostra essenza, è lontana dalla sua sorgente spirituale in Cielo e richiede una protezione costante per mantenersi pura dall'esposizione al desiderio e al peccato. Perciò, oltre alle *mitzvot* costanti di studiare *Torà*, indossare un indumento con *tzitzit* e avere una *mezuzà* agli stipiti delle porte, che ci proteggono, abbiamo anche la *mitzvà* di indossare i *tefillin*. Mettendoli sulla testa, sede dell'intelletto, dove risiede la *neshamà*, e sul braccio, vicino al cuore, dove risiedono i nostri desideri, proteggiamo la mente e i desideri e li incanaliamo nella giusta direzione, per compiere azioni piacevoli a D-o ed evitiamo di cadere preda dell'inclinazione al male.

Quando un ragazzo diventa *bar mitzvà* (compie 13 anni e un giorno), è obbligato ad osservare tutte le (613) *mitzvot* della *Torà*.

Quando celebriamo il fatto che è obbligato ad osservare le *mitzvot*, grande enfasi è posta sulla *mitzvà* dei *tefillin* che inizia a compiere in quel momento. Perché la *mitzvà* dei *tefillin* è posta in evidenza più delle altre? Inoltre, è scritto (Bo 13:9): “che sarà scritto come segno sulla tua mano e come ricordo fra i tuoi occhi, così che la *Torà* dell’Eterno siano sempre sulla tua bocca, perché l’Eterno ti ha fatto uscire dall’Egitto con mano potente”. Qual è il legame tra la *mitzvà* dei *tefillin* e lo studio della *Torà*? Quando D-o disse a *Moshè Rabbenu* di portare il popolo ebraico fuori dall’Egitto, spiegò che il motivo era quello di accettare la *Torà* su *Har Sinai* (*Shemot* 3:12). Perciò il versetto afferma che indossare i *tefillin*, i quali trattano della miracolosa

redenzione, sul braccio e sulla testa, ci porta a ricordare dello scopo della redenzione, ovvero il fatto che la *Torà* di *Hashem* sia sempre presente sulle nostre labbra. La *mitzvà* dei *tefillin* riveste un ruolo di rilievo per un ragazzo che raggiunge l’età del *bar mitzvà* perché ricorda lo scopo della *Yetziat Mitraim*: l’accettazione della *Torà*, il progetto del mondo, il cui studio e la cui osservanza garantiscono l’esistenza del mondo. Inoltre, lo studio è più importante delle altre 612 *mitzvot* assieme dal momento che conduce all’osservanza delle altre *mitzvot* e ci permette di elevarci e migliorarci permettendoci di conseguire lo scopo della nostra vita in questo mondo.

shalomlm@zahav.net.il

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT - Kiddush

Nel momento in cui si recita “*Yom HaShisì VaiKullù HaShamaim VeHaHaretz VeKol Zevaam... - Il sesto giorno. Furono completati il cielo e la terra e tutte le loro schiere...*” si sta in piedi, poichè mentre pronunciamo questi versi della *Torah* noi **testimoniamo** che *Kadosh Baruch Hu* ha creato “*il cielo e la terra e tutte le loro schiere...*” in sei giorni e che lo *Shabbat* si è riposato, e visto che le **testimonianze** vanno rese stando in piedi noi recitiamo questi versi stando **in piedi**.

CONTINUA GIOVEDÌ PROSSIMO



SHABBÀT BO

■ di Giorgio Calò

“**E** saranno come segno sulla vostra mano e frontale tra i vostri occhi” (Shemot 13, 16). Una delle differenze esistenti tra i *Tefillin* della testa, che si pongono in corrispondenza del cervello, e quelli del braccio, da collocare invece sul bicipite sinistro all'altezza del cuore, consiste nel fatto che all'interno dei primi vi sono quattro *Batim* ~ *Involucro* contenenti, ciascuno di essi, una pergamena in cui è scritta una delle quattro *parashot* della Torà in cui è menzionata la *mitzvà* dei *Tefillin*, mentre nei *Tefillin* del braccio c'è un solo *Bait* ~ *Involucro* contenente un'unica pergamena in cui sono scritte

tutte e quattro le *parashot* in questione.

Da ciò possiamo trarre un importante insegnamento a carattere etico.

Per quanto concerne le questioni interessanti la “testa” (i cui *Tefillin*, come detto, sono costituiti da quattro diversi *Batim*), ovverosia l'intelletto ed il raziocinio, è infatti consentito anche dissentire gli uni dagli altri, esattamente come avviene nella letteratura rabbinica dove di si riscontrano opinioni discordanti su svariati argomenti.

In relazione al “braccio” (i cui *Tefillin* sono invece costituiti da un unico *Bait*), e cioè laddove vengono in rilievo le azioni ed i comportamenti che ciascuno di noi deve adottare, occorre al contrario tenere un comportamento unitario tra ebrei, agendo in maniera concorde al fine di ingrandire ed elevare la Torà, così da santificare pubblicamente il nome di *Hashem*.

RACCONTO DI SHABBÀT

SHABBÀT BO

■ di Giorgio Calò

Il Ba'al Shem Tov spiega che il "timore del peccato" si colloca ad un livello spirituale più altro del "timore della punizione". Colui che teme di peccare, infatti, fa molta più attenzione ad evitare di trasgredire ed infrangere i comandamenti di *Hashem*, rispetto a colui che semplicemente ha paura di essere punito a causa della commissione di un peccato. Allo stesso modo, costui compirà le *mitzvot* solo per il desiderio di rispettare la volontà di D-o Benedetto, piuttosto che in considerazione della ricompensa che conseguirà, nell'*Olam HaBà*, per il loro adempimento.

Quanto detto più essere esemplificato con la seguente storia, raccontata sempre dal Ba'al Shem Tov.

Un padre ordina al figlio di non camminare scalzo per evitare che una spina possa pungerlo sotto i piedi. Il pa-

dre teme infatti che il proprio figlio si ferisca, e ciò è dettato dal grande amore che egli prova nei suoi confronti. Il bambino, che vorrebbe invece camminare senza indossare le scarpe, rispetta l'ordine del padre, ma ciò solo poiché ha timore di essere punito in caso di trasgressione.

Il timore del figlio, evidentemente, non è lo stesso del padre: quest'ultimo però, con la sua saggezza ed esperienza, spiega al figlio che deve avere timore solo di farsi del male ai piedi camminando scalzo, e non della punizione in cui potrebbe incorrere nel non rispettare il comandamento dato dal suo genitore.

La morale di quanto appena detto, quindi, è che un ebreo è tenuto a rispettare le *mitzvot* e ad astenersi dalle trasgressioni non per il timore della punizione che ad esse può conseguire, bensì per la negatività connessa al peccato in sé in quanto violazione dei comandamenti di *Hashem*.



MOMENTI DI MUSÀR

E NON ANDRETE DIETRO I VOSTRI OCCHI

La Torà proibisce all'uomo di guardare una donna estranea e di soddisfare le proprie fantasie. Questo divieto si basa sul versetto che recitiamo tre volte al giorno nello Shemà: "Lo tatturù achare levavchèm veachare enèchem – E non andrete dietro i vostri cuori e dietro i vostri occhi" (Bemidbar 15,39). Da ciò si deduce che il cuore e gli occhi sono i due responsabili del peccato, in quanto l'occhio vede, il cuore desidera, e quindi il corpo commette il peccato (Midrash Tanchumà parashà Shelach 15).

Il Talmud insegna che lo yezer arà – istinto cattivo, preferisce far peccare l'uomo con la vista, piuttosto che con un atto fisico senza mezzi termini, infatti sa che se l'uomo peccasse subito con l'atto fisico, gli verrebbero dei rimorsi che lo indurrebbero a fare teshuvah – pentimento e ritorno a D-o. Le trasgressioni

legate alla vista, invece, non sono considerate dalla gente così gravi, in quanto non c'è un'azione concreta, per cui si è tutt'altro inclini ad avere dei rimpianti e a fare teshuvà (Talmud Yomà 74b).

Ogni volta che si guarda un'immagine proibita, si crea una grande klipà (lett. "buccia" il termine cabalistico per definire il male), con uno spirito maligno (Taharat Hakodesh 3).

Anche se si trattasse di un grande personaggio come Moshè Rabenu, questi non si sottrarrebbe dalle pene del Gheinnom (luogo di purificazione tutt'altro che piacevole) se si lasciasse andare, guardando le donne proibite. Inoltre, salvaguardando la vista da visione proibite, si evita di risvegliare il proprio yezer arà, cosa che indurrebbe facilmente alla dispersione del seme, che Hashem ci scampi (Sharè Kedušà, parte 2, sezione 5).

Anche guardando le donne, senza l'intenzione di commettere una trasgressione, si danneggia la propria anima poiché le immagini rimangono impresse nella mente (Chessed Avraam naar 33). Infatti, le immagini proibite viste si inculcano nella mente e lo yezer arà le ripropone regolarmente davanti agli occhi del malcapitato provocandogli con molta probabilità lo spreco del seme (Chok Leisrael).

CONTINUA DOMANI

MOTIVO DEI MINAGHIM E FONTI DELLE ALACHOT

■ di Manuel Moscato

Perché si fa la Netilat Yadaim la mattina?

Perché ogni mattina dopo il sonno è come se siamo una nuova persona, quindi i Chachamim hanno stabilito di fare la Netilat Yadaim affinché lo spirito cattivo vada via da noi.

Perché si versa l'acqua per tre volte sulle mani per fare la Netilat Yadaim al mattino?

Perché il numero tre è considerato Hazakà ossia una situazione consolidata. (Per esempio dopo tre volte che una persona fa un'azione si presume che continui a farla questa è considerata Hazakà). Per eliminare quindi l'impurità consolidata durante il sonno notturno sulle mani c'è bisogno di versare l'acqua per tre volte per annullare questa Hazakà.

Perché i Chachamim hanno formulato la berachà della netilat yadaim con le parole "Al Netilat Yadaim"? (Alzata delle mani)

Perché il termine "alzare" viene tradotto come "Si alzi lo spirito". È scritto anche in Isaia capitolo 60 verso 9 "Ha come partecipato a tutte le loro disgrazie, un Suo inviato li ha salvati, con il Suo amore e con la Sua pietà li ha redenti, e li ha portati ed elevati in tutti i tempi". Quindi quando ci svegliamo la mattina la nostra anima rinasce e si solleva.

Perché la mattina quando indossiamo le scarpe bisogna indossare prima la scarpa destra e poi la sinistra?

Se indossiamo scarpe senza lacci come per esempio i mocassini, si indossa prima la scarpa destra perché secondo la Torah la destra è sempre più importante e gli si dà la precedenza. Se si calza invece una scarpa con i lacci, si mette prima la scarpa destra senza allacciarla, poi si indossa la scarpa sinistra allacciandola e poi si ritorna ad allacciare la scarpa destra così come accade per mizwà di legare i tefillin nella quale la alacha ha dato importanza al braccio sinistro legandoli con la destra.

CONTINUA DOMANI

MOMENTI DI MUSÀR

**E NON ANDRETE DIETRO I
VOSTRI OCCHI**

CONTINUA DA IERI

Prima di iniziare a lavorare sulla Shemirat Enaim, dobbiamo tenere bene a mente che questo precetto non è assolutamente un uso o una condotta riservata solo alla gente particolarmente pia o ortodossa, ma si tratta di un divieto esplicito della Torà (“lo tatturù”), proprio come tutte le altre proibizioni, e vincola ogni ebreo a rispettarlo, così come è obbligato a non mangiare il chamez a Pesach.

Scrive il santo libro Taharat Akodesh che se l'uomo merita di sopraffare il suo istinto, senza cedere alle tentazioni di guardare e appagare i suoi desideri, non solo si santificherà lui stesso e riceverà prosperità dall'Alto, ma distruggerà le forze del male di altre centinaia di suoi fratelli ebrei che per merito suo riusciranno a sottomet-

tere il loro yezer aràa ed essere Shomer Enaim!

Lo yezer di essere attratti e guardare le donne è solamente un'illusione, come un pallone d'aria che con la punta di spillo si dissolve subito e non ne rimane che il ricordo. L'uomo è attratto dal guardare una donna nello stesso modo in cui il ladro crede più dolce l'acqua rubata, nel momento che la beve si rende conto che non era realmente così dolce. L'uomo che rivolge lo sguardo a donne proibite, proprio per il fatto che quella non è “sua” dà motivo allo yezer di persuaderlo trascinandolo nel peccato. Però nell'istante che questa veramente gli diventa accessibile, il pallone esplose e di quella folle attrazione non ne rimane che il vano ricordo. Questo significa che il desiderio fisico che l'uomo sente per una donna, rappresenta solamente una brama immaginaria, un'invenzione dello yezer aràa. Infatti, se quella stessa donna fosse stata sua moglie, non si sarebbe accesa in lui nessuna voglia di guardarla o di volerla, e solo perché gli è vietata gli sembra più desiderabile!.....

MOMENTI DI HALAKHÀ

MOTIVO DEI MINAGHIM E FONTI DELLE ALACHOT

■ di Manuel Moscato

Continua da ieri

Perché ci avvolgiamo nel talled la mattina durante la Tefillá di Shahrit?

Perché questo avvolgimento serve a sottomettere il cuore dell'uomo e portarlo verso il timore di Hashem (Hirat Shamaim).

Perché il talled deve essere prevalentemente bianco?

I nostri Maestri z"l spiegano che quando Hakadosh Baruch Hu si avvolge nel talled come un officiante, anche lui è avvolto con il talled bianco come scritto nel pasuk in Daniel (7;9) "E Lui siede vestito di bianco come la neve....".

-Perché nelle Birkot Hatorà che facciamo la mattina diciamo "Che dai la Torah" (ניתן התורה) al presente e non al passato ricordando il dono della Torah?

Perché Hakadosh Baruch Hu ci da la Torah tutti i giorni e ogni volta che ci occupiamo di Torah troviamo motivi e regole nuove e quindi ogni giorno é una nuova Torah.

-Perché la mattina diciamo la berachá "Sheló Hasaní Goi- Che Non Mi Ha Fatto Non Ebreo" e non la formuliamo dicendo "She-asaní Yeudi - Che Mi Ha Fatto Ebreo"?

Perché non è giusto benedire sulla formazione dell' essere umano che non è completo al 100% alla sua nascita mancandogli ancora il brit milà, perché l'ebreo solo dopo la milà può essere considerato integro.

-Perché dopo ogni berachá che si ascolta si deve rispondere Amen?

Perché è scritto in Devarim Cap 32 verso 3 "Quando io invocheró il nome del Signore, magnificate il nostro D-O", e quindi ha detto Moshé al popolo ebraico "Quando faccio una berachá, voi rispondete Amen", da qui impariamo che ogniqualvolta che si ascolta una benedizione di un compagno c'è l'obbligo di rispondere Amen a meno che la situazione non lo concede (per es. se ci si trova al bagno, o si sta recitando l'amidà ecc.) CONTINUA A PAG. 56

MOMENTI DI MUSÀR

DARE IN TUTTI I SENSI

Il significato di “dare” ai bisogni, tocca anche molti altri aspetti del servizio divino, sia tra l'uomo e D-o che tra l'uomo ed il suo prossimo. L'istinto negativo istiga l'uomo al pensiero che se compierà una *mitzvà* o se si asterrà da una trasgressione, egli subirà una perdita; di fatto, il guadagno più grande è fare la volontà di D-o e la perdita più grande è non fare la volontà di D-o ed a maggior ragione, se una persona trasgredisce la volontà di Hashem. Nella *Mishnà*, nel trattato di *Avòt*, è detto “Considera la perdita causata da una *mitzvà* in confronto al suo guadagno, ed il guadagno in una trasgressione in confronto alla perdita da essa causata”, ma è necessario aggiungere che bisogna considerare la questione sotto diversi punti di vista, dal momento che sono presenti diverse differenze tra i due casi. È scritto nella *Mishnà*, nel trattato di *Avòt* (6), a nome di Rabbi Yossi figlio di Kisma, che anche se gli fossero offerte mille migliaia di monete d'oro e pietre preziose da ogni luogo, egli non le compare-

rebbe alla Torà, dal momento che non esistono miriadi di monete, argento o pietre preziose nel mondo a venire, ma solo la Torà e le *mitzvòt*.

Nella *Ghernarà*, nel trattato di *Sanhedrin* 98b è scritto che gli studenti eli Rabbi Elièzer gli chiesero cosa dovrebbe fare una persona per salvarsi dalle sofferenze propedeutiche all'arrivo del *Mashiakh*. Egli rispose: “Occuparsi di Torà e di buone azioni”. Il Khafetz Khayim si chiese come mai proprio queste due cose, e trovò queste risposte: lo studio della Torà è il merito più grande in assoluto, com'è scritto nella *Mishnà* (*Peà* 1, 1): “Lo studio della Torà vale come tutto il resto”, e com'è scritto nella *Ghernarà* (*Bava Kama* 17a): “Lo studio della Torà è grande, dal momento che porta all'azione”. Se un individuo venisse giudicato in cielo secondo il principio della Giustizia, sarebbe molto difficile per lui uscirne meritevoli, anche se avesse il merito enorme di aver studiato la Torà; ma le buone azioni lo renderebbero meritevole, dal momento che è detto che ogni individuo viene giudicato in cielo allo stesso modo in cui egli stesso giudica: se egli compie buone azioni verso il prossimo, anche quando verrà giudicato in cielo egli riceverà lo stesso trattamento. CONTINUA A PAG.56

MOMENTI DI HALAKHÀ

TU BISHVAT – DIVIETO DI CIBARSI DI VERMI

Introduzione

Secondo *l'halachà* soltanto i cibi soggetti a infestazione richiedono un controllo. In caso contrario, si possono mangiare senza alcuna verifica. Non è corretto affermare che un certo cibo è sempre infestato, in ogni tempo e in ogni luogo perché le condizioni (di produzione, raccolta e immagazzinaggio dei prodotti) possono variare da un luogo all'altro, da una stagione all'altra e di anno in anno. Nelle aree geografiche dove si trovano le migliori condizioni sanitarie e dove si utilizzano le migliori tecniche di controllo i cibi di buona qualità che si vendono sono generalmente privi di insetti. Hanno decisamente maggior probabilità di essere infestati quelli importati dai paesi del terzo mondo.

Per quanto riguarda il riso del nostro continente, questo è di solito molto pulito, mentre quello proveniente dall'oriente è più facilmente infestato ha insetti. In alta stagione la maggior parte dei prodotti di prima qualità è priva di insetti mentre alla fine della stagione e durante i caldi mesi estivi la probabilità di infestazione aumenta. Le variazioni di condizioni ambientali possono talora far contaminare anche prodotti generalmente considerati immuni. Inoltre ricordiamo che molti degli insetticidi che si usavano un tempo, oggi sono banditi perché dannosi, e che alcuni insetti hanno sviluppato immunità ad altri disinfestanti. In questo senso, i cibi provenienti da coltivazioni organiche possono dare maggiori problemi. Alcuni paesi produttori esportano grano più vecchio rispetto a quello di produzione nazionale, e quando si acquista da un magazzino che non ha un grosso smercio o dove il prodotto è immagazzinato vicino a cibi infestati, è ovvio che questo necessiterà di un controllo più attento. Sebbene la farina fresca, anche nel nostro paese, in genere sia considerata pulita, quella vecchia dovrebbe sempre essere passata al setaccio.

Il regolamento di alcune mense scolastiche permette che si possano utilizzare prodotti immagazzinati anche per lunghi periodi e, quindi, gli alimenti somministrati sono spesso problematici.

CONTINUA DOMANI

MOMENTI DI MUSÀR

TORÀ E CHESED

Occuparsi di Torà e di buone azioni per salvarsi dalle doglie messianiche, ieri abbiamo riportato la risposta del Chafez Haim che chiese perché proprio grazie a questi due precetti ci si scampa dalle sofferenze da “chevle’ mashiach. Secondo la *Kabalà* invece c’è un’altra spiegazione: quando una persona fa un atto di *Hesed* non stimola solamente le luci collegate all’attributo del *Hesed*, ma anche quelle collegate ad un attributo superiore chiamato *Keter*, che rappresenta la misericordia senza limiti ed oltrenatura. Quando una persona si sforza oltre ogni via naturale per aiutare il prossimo, egli stimola le luci collegate all’attributo del *Keter* ed in questo modo un’influenza positiva di misericordia arriva dal cielo. Nella *Ghemarà*, nel trattato di *Shabbàt* (156b) viene detto a nome di Rabbi Akiva: “Israele è libera dall’influenza degli astri. Rabbi Akiva aveva una figlia. Gli astrologi

gli dissero: “Il giorno in cui ella entrerà nella camera nuziale un serpente la morderà ed ella morirà”. Egli era molto preoccupato. Il giorno del matrimonio spogliandosi la ragazza prese una spilla e la conficcò nel muro, infilandola per caso nell’occhio di un serpente uccidendolo. Il giorno successivo, quando ella rimosse la spilla, si rese conto della salvezza ricevuta. “Cosa hai fatto per meritarti questo?”, le chiese il padre. “Un uomo povero è venuto alla nostra porta” rispose, “e tutti erano troppo occupati al banchetto per occuparsi di lui. Così io ho preso la mia porzione e gliel’ho data”. “Hai fatto una buona azione”, egli le disse. Quindi Rabbi Akiva insegnò: “Zedakà Tazil Mivavet - salva dalla morte; non solo dalla morte innaturale, ma anche dalla morte stessa”. La *Ghemarà* spiega che la *mitzvà* della zedakà ha una forza enorme, ma bisogna notare che in questo caso si tratta di una zedakà speciale, dal momento che tutti gli invitati erano occupati al banchetto a tal punto che non udirono la voce del povero; a maggior ragione la sposa non avrebbe potuto sentirlo, ma la sua sensibilità era tale da sentire chi soffre.

CONTINUA A PAG. 57

MOMENTI DI HALAKHÀ

TU BISHVAT – DIVIETO DI CIBARSI DI VERMI

CONTINUA DA IERI

Anche da noi alcuni tipi di frutta e verdura hanno problemi di infestazione simili a quelli discussi in questa sezione ma se si ritiene che un certo tipo di alimento prodotto nella zona dove si risiede ne sia soggetto in misura minore, si suggerisce di interpellare un rabbino esperto nella normativa alimentare per avere istruzioni in merito.

Le metodiche di esame e di pulizia che presentiamo sono tratte dal libro di un'autorità rinomata nel campo, rav Moshé Vaya, "*Bedikàt Hamazòn KaHalachà*" dedicato al controllo del cibo per accertare l'eventuale presenza di vermi, insetti e parassiti. Desideriamo precisare che, malgrado il fatto che mostreremo le norme di *halachà* e le opinioni di Rabbi Vaya, in questa materia esistono anche altri approcci normativi. Se qualcuno avesse domande in proposito, sarà opportuno si rivolga a un rav esperto e timoroso di Hashem.

Nella *Torà* è detto (Lev. 11, 43-44): «Non renderete ripugnante la vostra anima [mangiando] alcuno dei [piccoli] animali che brulicano. Voi non dovete diventare impuri a causa loro così da esserne contaminati. Come Io sono l'Eterno, il vostro S., [se] voi vi santificherete sarete santi perché Io sono santo e non renderete impure le vostre persone con nessuno di questi [piccoli] animali che brulicano sul terreno». Il divieto della *Torà* di mangiare insetti di tipo differente (insetti d'acqua, vermi, mosche ecc.) è designato nel linguaggio dell'*halachà* con il nome di *issùr tola'im-divieto riguardante i vermi*. Come indicato nei versetti citati, chi (per mancanza del dovuto controllo) dovesse mangiare esseri brulicanti contamina la propria anima e turba il personale processo di perfezionamento spirituale volto a uniformarsi al comportamento indicato dal S. Invece, l'attenzione che si pone per evitare di mangiarli rende migliore la propria anima e l'avvicina ad Hashem. Per evitare di ingerire insetti o parassiti occorre la massima attenzione. Le pagine che seguono forniscono i dettagli di alcuni di questi metodi precauzionali.

CONTINUA A PAG. 27

MOMENTI DI MUSÀR

LA PREGHIERA

Parashàt Beshallah

Il popolo ebraico, una volta liberato dall'Egitto, viaggiò nel deserto. D-o non lo condusse direttamente in *Eretz Israel* in modo che, nel caso in cui venisse attaccato dai nemici, non si perdesse d'animo e decidesse di tornare "al sicuro" in Egitto. Lo condusse, invece, nella strada che porta al mar Rosso in modo tale che gli egiziani, che lo avrebbe presto inseguito, potessero annegare. Infatti, quando la nostra nazione raggiunse il mar Rosso si ritrovò in trappola! Era circondato da tutti i lati. Dietro c'era l'armata egiziana, ai lati il deserto colmo di animali selvaggi e di fronte il mare. Rendendosi conto di trovarsi in una situazione senza via di fuga, alzò la sua voce in preghiera ad *Hashem*. Infatti, la *tefillà* (preghiera) è una *mitzvà* ripetuta diverse volte nella *Torà*. Nello *shemà* affermiamo: "ul'ovdò bechol levav'chem," "e di servirLo (D-o) con tutto il vostro cuore" (*Devarim* 10:13). I nostri

Saggi spiegano che il versetto si riferisce alla preghiera che viene effettuata con tutto il cuore. Secondo il *Rambam*, la *tefillà* è un comandamento positivo che riguarda ogni ebreo ogni giorno. Secondo il *Ramban*, invece, è un obbligo solo in situazioni difficili. Alcune persone pensano erroneamente che non è necessario pregare quando non si hanno problemi; solo quando si è disperati bisogna pregare con concentrazione. In realtà, bisogna sempre sforzarsi di pregare al meglio, anche quando non si hanno difficoltà. Bisognerebbe pregare come se si fosse in una situazione senza via di uscita anche se in realtà oggi non è così, perché domani potrebbe essere differente. Ogni volta che preghiamo, dovremmo farlo come se non avessimo nulla, come se fossimo in una situazione disperata. In questo modo, anche secondo il *Ramban*, siamo obbligati secondo la *Torà* a pregare ogni giorno.

Anche se la *tefillà* è una *mitzvà* della *Torà*, le sue regole sono state decretate dai Maestri. I nostri Saggi hanno stabilito l'obbligo di pregare tre volte al giorno, in corrispondenza delle offerte che si portavano al *BetHamikdash*. *Shachrit* al mattino e *Minchà* al pomeriggio corrispondono alle offerte del mattino e del pomeriggio, mentre *Arvit* la sera corrisponde alle membra delle offerte

bruciate la notte. Di *Shabbat* e *YomTov*, quando veniva portata un'ulteriore offerta solo per quel giorno, aggiungiamo una quarta preghiera: *Musaf*. Il testo delle preghiere è stato stabilito da *Ezrà* lo scriba e dal suo *Bet Din*.

D-o desidera che ci rendiamo conto che tutte le nostre necessità fisiche e spirituali vengono soddisfatte nel momento in cui chiediamo. Anche se Onnipotente e in grado di soddisfare tutte le nostre necessità senza che dobbiamo rivolgerci a Lui, *Hashem* desidera che noi, i Suoi figli scelti, alimentiamo e miglioriamo costantemente il nostro legame con Lui. Perciò, le nostre necessità vengono soddisfatte quando chiediamo. Questo lo impariamo anche dalla *parashà*

di questa settimana che tratta del cibo celeste che D-o ci forniva ogni giorno e non una volta alla settimana o al mese, in modo che ci sentissimo costantemente dipendenti da Lui. In questo senso, è più facile per una persona povera perché deve sempre rivolgersi ad *Hashem* e fare affidamento su di Lui; mentre una persona ricca non sente questa necessità. Si trova, quindi, più lontana da *Hashem* senza un legame con lui. Ricordiamoci che quando preghiamo stiamo eseguendo una *mitzvà*, alimentando il nostro legame con la nostra vera essenza, la nostra anima e il nostro Benefattore e vivendo perciò costantemente con *Hashem*.

shalomlm@zahav.net.il

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBÀT -KIDDUSH

Prima di recitare il *Kiddush* [il venerdì sera] bisogna che ci sia una tovaglia stesa sul tavolo, e sopra ci si ponga il "**Lechem Mishnè - Doppio Pane**" [cioè le due Challot], e dopo di ciò si stenda sopra di esse un'altra tovaglia. Tutto ciò in ricordo della "**Manna**" [la quale durante i 40 anni di permanenza degli ebrei nel deserto scendeva in **doppia razione** il venerdì, mentre lo *Shabbat* non scendeva affatto, e] che era come **avvolta** in una specie di scatola, con della rugiada sopra e della rugiada sotto e la "**Manna**" in mezzo.

Inoltre, [ci si comporta in questa maniera] affinché il pane "**non veda la sua vergogna**", poiché [a differenza di tutti gli altri giorni quando si deve recitare *prima* la Berachà di "**HaMotzy**" e successivamente, nel caso si beva del vino, quella di "**Borè Perì HaGafen**"; invece il **venerdì sera**] si fa **prima** la berachà sul vino [recitando il *Kiddush*] e **dopo** quella sul pane che è posto lì [sul tavolo].

CONTINUA GIOVEDÌ PROSSIMO

DERASHÀ DI SHABBÀT

SHABBÀT BESHALLACH

■ di Giorgio Calò

“**H**ashem disse a Moshè: «Ecco, Io farò piovere per voi pane dal cielo; le persone usciranno e raccoglieranno la quantità necessaria per quel giorno, in modo che Io possa metterli alla prova se seguiranno il Mio insegnamento oppure no»” (Shemot 16, 4).

Vi è una nota usanza del popolo d'Israele, accettata da molti *Posqim* ~ *Decisori Halachici*, per la quale, durante lo Shabbat in cui si legge la parashà di *Beshallah* (ove è narrato, tra l'altro, l'episodio della caduta della manna dal cielo), sarebbe bene dare da mangiare agli uccelli.

I nostri Maestri hanno fornito diverse motivazioni a supporto di una simile consuetudine.

Secondo il *Chozè* di Lublino, Rabbì Ya'acov Itzchaq Horowitz, la fonte di tale usanza dovrebbe ricondursi al fatto che, nel deserto, lo Shabbat della prima settimana in cui era caduta la manna,

i malvagi Datan e Aviram avevano collocato in terra della manna raccolta già dal venerdì, e ciò al fine di sconfessare pubblicamente quanto detto da Moshè secondo cui, invece, durante Shabbat essa non sarebbe scesa dal cielo diversamente da quanto accadeva negli altri giorni. In tale frangente, tuttavia, giunsero numerosi uccelli che mangiarono tutta la manna messa in terra da Datan e Aviram prima che gli ebrei potessero vederla, rovinando così il piano criminale dei due malvagi. Per questa ragione, secondo il *Chozè* di Lublino, durante questo Shabbat si usa dar da mangiare agli uccelli, come premio per aver impedito a Datan e Aviram di portare a compimento il proprio malefico progetto.

Il *Penè Moshè*, Rabbì Moshè Margalit, ha invece individuato in questa usanza un'allusione al fatto che il popolo ebraico è paragonato ad un uccello, e che pertanto, così come accade agli uccelli i quali vengono nutriti direttamente dalla misericordia di *Hashem*, quando gli ebrei si occupano di studiare intensamente la Torà, anch'essi hanno il merito di ricevere il proprio sostentamento direttamente da *HaQadosh Baruch Hu*. Ciò, per l'appunto, esattamente come verificatosi nel deserto con la discesa della manna dal cielo.

RACCONTO DI SHABBÀT

SHABBÀT BESHALLACH

■ di Giorgio Calò

Rabbi Menachem Mendel di Kotz voleva giungere ad una conoscenza di *Hashem* attraverso un proprio personale percorso, e non esclusivamente grazie alle indicazioni che aveva ricevuto da uno dei suoi Maestri, il *Chozè* ~ *Veggente* di Lublino, Rabbi Ya'acov Itzchaq Horowitz.

Il padre di Rabbi Menachem, Rabbi Leivush, che nel profondo del suo cuore era convinto che suo figlio era destinato (come in effetti accaduto) a divenire un grande Maestro del Popolo d'Israele, gli domandò una volta se, presso il *Chozè* di Lublino, egli fosse o meno riuscito a individuare la propria personale strada nella conoscenza di D-o Benedetto.

Rabbi Menachem rispose così: «E' scritto al Cap. 5, *Mishnà 14*, del *Pirqè Avot* ~ *Massime dei Padri*: «Ci sono quattro

caratteristiche in coloro che frequentano il *Beth Midrash* ~ *Casa di Studio*: *colui che vi si reca, ma non mette in pratica, ha il merito di andare*». Questo insegnamento è apparentemente singolare e di difficile comprensione: se un ebreo, dopo essere andato al *Beth Midrash*, non mette in pratica ciò che ha appreso, significa che non ha raggiunto lo scopo del suo andare, e quindi risulta difficile capire perché lo stesso abbia comunque diritto ad una ricompensa. In realtà, nessun uomo può raggiungere il proprio obiettivo se prima non si incammina. Prima di tutto, infatti, egli è obbligato ad avviarsi e camminare, cercando un Maestro che gli indichi la strada da percorrere e lo aiuti a superare i propri dubbi. Ed anche se, nonostante ciò, egli non raggiunge ciò che cercava, comunque già la sola percorrenza di un sentiero lo rende meritevole di conseguire una ricompensa...».



MOMENTI DI MUSÀR

TU B'SHVAT

Tu B'Shvat è il nuovo anno per gli alberi. Come in tutti gli altri punti del calendario ebraico, Tu B'Shvat offre un'opportunità unica per approfondire la vita e la crescita personale. Nel corso dei secoli, i Kabbalisti hanno usato l'albero come metafora per comprendere la relazione di Dio con i mondi spirituali e fisici. Moshe Chaim Luzzatto, nel suo *Il Sentiero dei Giusti*, insegna che i regni spirituali superiori sono le radici che alla fine manifestano la loro influenza attraverso i rami e le foglie nei regni inferiori.

Nel sedicesimo secolo, i cabalisti di Tzfat compilarono un seder di Tu B'Shvat, in qualche modo simile al seder di Pesach. Include i frutti dell'albero, in particolare quelli originari della Terra di Israele, e discute dei concetti filosofici e cabalistici associati al giorno. Tra le altre cose, il seder è un ottimo modo

per apprezzare la grazia che tanto spesso diamo per scontata, e per sviluppare un occhio buono e generoso per il mondo che ci circonda.

Non ci si deve preoccupare se non si riesce a trovare tutti questi elementi, importante è fare il possibile. C'è bisogno di molta frutta, tra cui: Le sette specie con cui viene lodata la terra di Israele, i fichi, i datteri, i melograni, le olive, l'uva (o uvetta), il grano e l'orzo (sotto forma di pane, torta o cereali). In più la frutta secca come le noci, mandorle, pistacchi, cocco) e frutta con bucce (arance, avocado). Altri frutti con semi commestibili (ad esempio mirtilli) Altri frutti con i semi non commestibili (ad esempio pesche, prugne). Poi il vino o succo d'uva, sia bianco che rosso ed una kuppà di zedakà, per metterci dei soldi durante il seder.

Nota importante: poiché gli insetti "non sono casher", bisogna controllare i frutti per assicurarsi che siano privi di insetti e striscianti che Hashem ci scampi vedi le alachot e l'introduzione all'argomento nelle pagine di martedì e mercoledì scorso.

TU BISHVAT – DIVIETO DI CIBARSI DI VERMI

CONTINUA DA PAG.21

Così disse Chizkiyà: «Non posso trascurare di sottolineare la severità della proibizione di mangiare insetti e di renderlo noto alla gente perché ormai, ai loro occhi, questa è diventata un cosa senza importanza, come hanno detto i nostri Maestri: “Una volta che una persona ha commesso una trasgressione e l’ha ripetuta, essa diventa, ai suoi occhi, pari a una cosa permessa”. La gente, non si dà più pensiero per questa trasgressione e in essa ora incorrono sia persone importanti sia un gran numero di persone semplici, del popolo. Il risultato è che chiunque ingerisce (anche involontariamente) vermi, formiche o similari, è passibile, per ciascuna delle creature ingerite, cinque volte della pena delle *maccòt-percosse* [in quanto ha trasgredito a cinque espliciti divieti della *Torà* contro il loro consumo]. Chi abbia ingerito mosche o moscerini sarà passibile della stessa punizione, ma per sei volte. La *Torà* è molto categorica a questo proposito, ci ha imposto numerosi divieti e ha decretato castighi perché è molto frequente che la frutta, la verdura, i legumi e molti altri tipi di alimenti siano infestati. È impossibile evitare di sbagliare e mangiarli se non si usa la massima attenzione nel ricercarli. Questo è il motivo per cui la *Torà* ci sprona a eseguire i controlli e ripete spesso il divieto di mangiare gli “esseri brulicanti”. Di conseguenza, ciascuno di noi dovrebbe sforzarsi di evitare di incorrere personalmente in questa trasgressione e dovrebbe anche trasmettere ad altri la consapevolezza della gravità di questo problema, così che possano provvedere.

Come controllare i cibi generalmente infestati

L’elenco di prodotti che segue non è completo e le modalità di controllo consigliate non sono le uniche esistenti. Da quanto riportato a proposito di alcuni prodotti è possibile apprendere come comportarsi con alimenti simili.

Occorre anche sottolineare che per prendere dimestichezza con queste tecniche di controllo è necessaria molta pratica. Dopo averle applicate per un po’ di tempo diventerà molto più semplice stabilire se un alimento è privo di insetti.

CONTINUA DOMANI



MOMENTI DI MUSÀR

TU B'SHVAT

Sebbene il 15 di shev'at venga considerato un Rosh Hashanà, questa denominazione riguarda soltanto i calcoli che cominciano in quella data per la separazione delle *maaseròt* della frutta. Questo giorno non è caratterizzato dal divieto di lavorare, dall'obbligo di consumare un pasto festivo e di rallegrarsi o da preghiere speciali. Tuttavia, Tu Bishv'at porta in sé un senso di festività, di cui assume alcuni tratti. A *Shachrit* e a *Minchà* del giorno precedente si omette il *Tachanùn*, non si pronunciano elogi funebri e, se cade di shabbàt, non si recita *Av harachamim*, poiché si tratta di una preghiera per le anime dei defunti.

Il motivo del carattere festivo di questo Rosh Hashanà degli alberi (a differenza del Rosh Hashanà del 1° di elùl, che non presenta alcuna differenza con gli altri giorni) è che Tu Bishv'at rivela le lodi della Terra d'Israele, poiché, in questo giorno, la forza del terreno viene rinnovata ed esso inizia

a rendere i propri prodotti, dimostrandone l'insita bontà.

E proprio in riferimento alla frutta degli alberi e ai prodotti del terreno la Torà loda la Terra d'Israele, come afferma il versetto (*Devarim* 8, 8): «Una terra di grano e orzo, di viti, fichi e melograni, una terra di olive e miele». Nel descrivere la ricchezza di questa terra, il versetto parla di due tipi di cereali e di cinque tipi di frutta. Il miele a cui il versetto si riferisce derivava dai datteri. Quindi, il giorno in cui Èretz Israël riceve una forza rinnovata per produrre la propria abbondanza è un giorno di gioia per il popolo d'Israele, che coltiva la terra, la ama ed anela ad essa. Quando i figli d'Israele consumano i frutti della terra e godono della loro bontà, essi benedicono, sia prima di mangiarli che dopo averli mangiati, colui che ha dato loro in eredità questa terra preziosa. Essi pregano Dio, affinché rinnovi la giovinezza della terra e la loro come un tempo, secondo quanto Egli promise ad Àbrahàm, a Yitzchàk e a Ya'akov. Ciò realizza il versetto che loda la Terra d'Israele: «E mangerai e ti sazierai e benedirai il Signore tuo Dio per la buona terra che Egli ti ha dato».

Tratto da Sefer Atodaa tradotto da Morashà

-- **PREGHIERA DI TU BISHVAT**
PER LULAV A PAG 58 --

TU BISHVAT – DIVIETO DI CIBARSI DI VERMI

CONTINUA DA IERI

Uva: l'uva bianca senza semi deve essere immersa in un liquido detergente, sciacquata e poi occorre prendere alcuni acini, tagliarli e controllarli. L'uva scura è più frequentemente infestata. Alcuni acini devono essere controllati anche all'interno. Se durante la verifica si trovano segni di infestazione, occorre aprire e controllarli tutti.

Foglie di vite: sono molto spesso intaccate da vari tipi di insetti. Si devono scegliere delle foglie belle e lisce, senza rigonfiamenti e, prima di usarle, occorre pulirle per bene strofinandole con una spugna o con un panno.

Castagne: bisogna aprire e controllare ogni frutto; questo controllo si può fare sia prima che dopo la cottura.

Uva passa: poiché rimane a lungo immagazzinata è facile che venga infestata. Un po' di acini devono essere sparsi sul palmo della mano per vedere se contengono insetti. Dopo di ciò si passa l'uva sull'altra mano (rovesciandone la posizione) e la si controlla anche da quel lato. Tutta l'uva passa che proviene dalla terra d'Israele, come pure quella bruna che proviene da altri paesi deve essere controllata come descritto e poi immersa per alcuni minuti in acqua tiepida mescolandola. Se dei vermi vengono a galla, tutta quella partita di uva secca deve essere scartata.

Prugne secche: occorre sciacquarle, poi si tagliano e si controllano internamente. Si devono controllare anche le prugne in scatola.

Fichi secchi: è molto difficile riconoscere la presenza di vermi morti dentro i fichi secchi perché hanno lo stesso colore della polpa del fico. Anche la farina che è sparsa sui fichi può essere intaccata dai vermi.

Bisogna sciacquare per bene il frutto all'esterno facendo molta attenzione all'area attorno al gambo. Si controlla la superficie alla ricerca di fori lasciati dagli insetti che vi sono penetrati. Si taglia il frutto in due e si controlla sotto una forte luce. Se il frutto è molto duro è meglio ammorbidirlo e plasmarlo prima del controllo in modo che possa essere attraversato dalla luce. Un colorito bruno indica spesso che il frutto è stato infestato. In linea generale i fichi secchi di consistenza morbida sono preferibili rispetto a quelli più compatti, che sono i più difficili da controllare. CONTINUA A PAG.57

MOMENTI DI MUSÀR

SICHOT ARAN

Rabbi Nachman di Breslav

Sichà 'ain bet - 72

Potresti venire influenzato da cause ingannevoli e distratto da molti pensieri esterni quando preghi. Ignorali completamente. Fai la tua parte e pronuncia le tue preghiere in ordine, ignorando tutti i pensieri che possono distrarti. Il Rebbe disse anche che, allo stesso modo, questi pensieri fuorvianti possono in realtà aiutare le nostre preghiere. Senza pensieri fuorvianti, la preghiera sarebbe impossibile. Poteri grandissimi sono sempre all'opera, nel tentativo di denunciare e fermare le preghiere appropriate. Ma i pensieri fuorvianti servono a travestire le nostre preghiere cosicché vengano ignorate dalle forze esterne. In questo modo tali forze non possono intralciare le preghiere, ed esse possono

entrare nell'alto. D-o conosce i cuori della persona. Potremmo avere ragioni ingannevoli o venire distratti, ma nel profondo dei nostri cuori, il nostro solo intento è verso D-o. Hashem ne è a conoscenza!

Quando preghiamo, i nostri pensieri più intimi sono sempre diretti verso D-o. D-o vede i nostri desideri più celati. Egli vede attraverso i pensieri esterni e accetta la preghiera con amore. È scritto: "Molti pensieri affollano il cuore umano, ma il consiglio di D-o è ciò che spicca" (Proverbi 19:21).

"Rabbot Macshavot Belev Hish - Molti pensieri nel cuore della persona" - quando egli prega, viene distratto da molti pensieri esterni, tuttavia "Vazat Hashem Hi Takum - Ma il volere di D-ò è ciò che sovrasta" c'è un punto più profondo nel tuo cuore. Qui i tuoi pensieri sono diretti solo e soltanto a D-o. Questo punto più intimo è chiamato "il volere di D-o". In questo punto, la tua volontà è solo per D-o. "Il volere di D-o è ciò che sovrasta". Perciò trascura ogni distrazione e recita le tue preghiere e recita le tue preghiere in ordine, senza farti disorientare dallo yezer.

MOMENTI DI HALAKHÀ

COSA E DOVE PREGARE

Occorre articolare le parole *dell'amidà* con la bocca. Non è corretto che l'uomo preghi solo mentalmente, con il pensiero, senza emettere nessun suono con le labbra.

Una preghiera articolata con la bocca ha un'importanza immensa in quanto la parola è la caratteristica che distingue l'uomo da tutte le altre creature. Inoltre, la recitazione delle parole con la bocca esalta il contenuto della preghiera e agevola la concentrazione.

Quando si prega, però, si deve recitare *l'amidà* a bassa voce, in modo tale che chi si trova vicino non riesca a sentirla. Ciò si desume dal modo in cui pregava Channà, madre del profeta Samuele: «Le sue labbra si muovevano appena, ma la sua voce non si sentiva». Una persona che prega in questo modo, anche a posteriori, non ha adempiuto al proprio dovere. Secondo tutti gli autori, per uscire d'obbligo occorre almeno aver articolato le parole con le labbra.

Il volume di pronuncia delle parole deve essere tale da riuscire appena a sentirlle con le proprie orecchie. Curiosità: coloro che pregano utilizzando un alto volume di voce appartengono alla categoria di chi ha poca fede in quanto agiscono come se non credessero che il Signore è capace di ascoltare una preghiera sussurrata. La Mishnà Berurà definisce chi agisce in questo modo falsi profeti perché quelli erano soliti alzare la voce rivolgendosi agli idoli.

Una persona deve fare ogni sforzo per pregare con il *miniàn* al tempio. Il Signore accetta le nostre preghiere quando preghiamo da soli, ma la preghiera con il *miniàn* ha un valore maggiore ed è accettata molto più prontamente.

Vi è un altro vantaggio quando si prega con il *miniàn*, perché solo così si possono recitare anche il *kaddish*, la *kedushà*, *barechù*, la *birkàt kohanim-benedizione sacerdotale*, la lettura della *Torà* e altro. Tutte queste preghiere sono omesse quando si è da soli a pregare.

TRATTO DAL LIBRO ALACHA ILLUSTRATA TRADOTTO DA MOISE LEVI

MOMENTI DI MUSÀR

SICHOT ARAN

Rabbi Nachman di Breslav

Sichà 'ain dalet - 74

A volte le nostre preghiere possono mancare di entusiasmo. In questi momenti, devi forzare le tue emozioni e far in modo che il tuo cuore bruci con le tue parole. Talvolta una persona si provoca da sola e si adira per davvero. Come dicono, *“Er schnitzt zich ein roigez – egli crea la sua stessa rabbia”* (cf. Tzaddik #196).

Devi fare la stessa cosa durante la preghiera. Sii come l'uomo che si arrabbia da solo. Agitati, porta emozione e un cuore infiammato nelle tue preghiere. L'entusiasmo potrebbe essere forzato all'inizio, ma alla fine diventerà vero. Il tuo cuore arderà con la lode di D-o e sarai degno di

pregare con passione.

Puoi diventare felice allo stesso modo, particolarmente durante le tue preghiere. Prega con grande gioia, anche se questa allegria è forzata. La felicità è sempre una virtù, ma lo è specialmente durante la preghiera.

Se sei distratto e infelice, puoi perlomeno fare buon viso a cattivo gioco. Nel profondo potresti anche essere depresso, ma se ti comporti come se fossi allegro, alla fine risulterai degno di una vera felicità. Questo è vero per ogni cosa sacra. Se non possiedi entusiasmo, fai buon viso a cattivo gioco. Agisci entusiasticamente e il sentimento diventerà genuino, a un certo punto. Occorre che tu lo capisca bene.

MOMENTI DI HALAKHÀ

PREGARE CON IL PUBBLICO

Occorre fare il massimo sforzo per arrivare in orario al tempio, così da poter recitare tutta la preghiera assieme al *miniàn*.

La preghiera più importante che si recita con il *miniàn* è l'*amidà*, che si dice in silenzio, assieme a tutti i presenti. Pertanto, chi fosse arrivato in ritardo al tempio dovrà cercare, per quanto possibile, di fare in modo di cominciare a recitare *Yamidà* assieme a tutti gli altri

È scritto: «Quanto a me, possa la mia preghiera (giungere) a Te, o Eterno, (nel) tempo della benevolenza». Chiedono i Maestri: «Quando è il tempo della benevolenza?» e rispondono: «Quando la gente prega tutta assieme». E riportato l'episodio accaduto al Gaòn di Vilna, che dimostrò gioia quando seppe di aver perso l'occasione di un grande guadagno solo per aver voluto arrivare in tempo alla preghiera di *shachrit* con il *miniàn*.

Anche e soprattutto chi è uno studioso di *Torà* (maggior ragione Rav della città o del Bet Akneset) non deve mancare o arrivare in ritardo alla preghiera in sinagoga in quanto la gente potrebbe pensare che il motivo possa essere di tipo economico e, in questo modo, il suo ritardo sarebbe causa di discredito per il Nome del Signore che Hashem ci scampi!

Curiosità: molte persone ritengono erroneamente che lo scopo principale di pregare con il *miniàn* sia quello di sentire il *kaddish*, la *kedushà* e *barechù*, mentre la preghiera che occorre essenzialmente dire con il *miniàn* è l'*amidà* e per questo motivo occorre giungere al tempio con un anticipo sufficiente. Chi non può andare al tempio a pregare con il *miniàn* né riesce a raccogliere dieci persone che preghino con lui in casa sua, cerchi almeno di pregare nello stesso momento in cui si prega al tempio, perché quello è sicuramente un momento propizio, nel quale vengono accolte le preghiere]

TRATTO DAL LIBRO ALACHA ILLUSTRATA TRADOTTO DA MOISE LEVI

MOMENTI DI MUSÀR

IDOLATRIA

Parashàt Yitrò

Dopo aver viaggiato per sei settimane nel deserto, il popolo ebraico arrivò al Monte Sinai e lì si accampò, preparandosi a ricevere la *Torà*. Nel momento stabilito, il popolo ebraico stette ai piedi della montagna e, in mezzo a un fuoco celeste, lampi e suoni dello *shofar*, *Hashem* pronunciò i dieci comandamenti. Il primo è un comando positivo di credere in D-o e nella Provvidenza Divina. Il secondo è un comando negativo di servire gli idoli. Il comando include la proibizione di credere o idolatrare altre forze anche se si crede contemporaneamente in D-o e anche se si crede che D-o dia forza all'idolo. Il comando include anche la proibizione di possedere un idolo, creare o formarne uno anche per altre persone. È vietato ordinarne uno e certamente servirlo. Anche se per le altre *mitzvot* non si è punibili se non al momento della trasgressione, per quanto riguarda

l'idolatria, chi trasgredisce è considerato un eretico, anche solo se pensa che un'altra divinità o forza esista. È vietato pensare che angeli, segni zodiacali o stelle abbiano una forza di per sé. Essendo una grave proibizione, chi serve idoli davanti a testimoni viene punito dal *Bet Din* con morte per lapidazione. Dei quattro metodi di pena capitale del *Bet Din*, la lapidazione è la più severa. Se non esistono testimoni [all'atto intenzionale] il *Bet Din* non può infliggere la pena capitale. È tuttavia punibile da D-o con il *karet*, "essere recisi" sia in questo mondo sia in quello futuro. Se si trasgredisce non intenzionalmente, bisogna portare un'offerta *chattat* (quando c'era il *Bet Hamikdash*). L'idolatria è uno dei tre peccati cardinali (gli altri due sono l'immoralità e l'assassinio). A proposito di queste proibizioni, la *halachà* afferma che se a una persona viene imposto di trasgredire una di esse pena la morte deve essere pronta a dare la propria vita. Ogni persona, uomo o donna, è inclusa nella proibizione. Inoltre, è anche una delle sette leggi Noachidi e si applica, quindi, anche ai non ebrei. Il versetto (*Itrò 20:3*) si riferisce all'idolatria con i termini "*elohim acherim*", letteralmente "altri dei". Perché usare queste parole? Il motivo è che sono estranei a chi li serve, che gridano a loro e non vengono ascoltati. In

alternativa, il motivo è che non sono divinità, ma “altri” li hanno resi divinità. Oppure “altri” non si riferisce agli idolatri, ma alla divinità perché la persona idolatra, che non è mai soddisfatta di nessuna divinità, continua a cambiarla. I nostri Maestri affermano che nel periodo del secondo *Bet Hamikdash* i rabbini prepararono che l'inclinazione al male di ser-

vire gli idoli venisse eliminata dal cuore del popolo ebraico. Perciò al giorno d'oggi non esiste alcuna pulsione verso di essa. Tuttavia, ciò non significa che non è possibile venirne a contatto. Non solo nel Medioriente, ma in tutto il mondo. Bisogna prestare attenzione e non avere nessun legame con pratiche idolatriche.

shalomlm@zahav.net.il

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBÀT -KIDDUSH

È sufficiente che il pane rimanga coperto fino a dopo la recitazione del *Kiddush*. E' cosa positiva però lasciarlo coperto sino a quando non si reciti la Berachà di “*HaMotzy*”.

Ed anche se si recita il ***Kiddush sul pane*** [in mancanza di vino, facendo prima del *Kiddush* la “*Netilat Yadaim - Lavaggio delle mani*” e sostituendo nel *Kiddush* stesso alla Berachà sul vino quella sul pane], è bene che esso rimanga coperto al momento del *Kiddush*.

[In questo caso] si reciti ***prima*** la Berachà di “*HaMotzy*”, mettendo le mani sul pane dopo aver scoperto il “*Lechem Mishnè - Doppio Pane*”, e ***dopo*** la Berachà di “*HaMotzy*”, si reciti la “***Berachà del Kiddush***” [cioè la Berachà per la Santificazione dello Shabbat: “*Baruch Attà Hashem, Elokenu Melech HaOlam, Asher Kiddeshanu Bemizvotav VeRazà Vanù, VeShabbat Kodeshò BeHaavà uvRazon InChilanù, Zikaron leMaasè Bereshit...*”] e quindi [mentre si recita questa seconda Berachà] si torni a coprire il pane e vi si lascino le mani sopra fino a che non si sia finito di recitare il *Kiddush*. [E' bene stare attenti a tutti questi particolari] ma ad ogni modo tutto ciò non è di impedimento [per uscire d'obbligo della recitazione del *Kiddush*].

(*Yalqut Yosef Hilcot Shabbat*, Cap. 271, 22)



SHABBÀT YITRÒ

■ di Giorgio Calò

“**D**ovrai trovare tra tutto il popolo **persone valorose**, timorate di D-o, gente leale e nemici della corruzione. Dovrai nominarli su di loro come funzionari addetti alle migliaia e addetti alle centinaia, addetti ai gruppi di cinquanta e addetti alle decine” (Shemot 18, 21).

Nella *parashà* di questa settimana, Yitrò consiglia a Moshè Rabbenu di nominare dei Giudici e dei Ministri all’interno del popolo ebraico, i quali, però, avrebbero dovuto possedere i seguenti quattro attributi positivi: essere “**persone valorose**”, “*timorate di D-o*”, “*leali*” e “*nemici della corruzione*”.

Ciò nonostante, quando Moshè mise in pratica il consiglio di suo suocero, troviamo scritto che egli “*scelse **persone valorose** tra tutto Israele e le nominò capi del popolo, funzionari addetti alle migliaia e alle centinaia, addetti ai gruppi di cinquanta e addetti alle decine*” (Shemot 18, 25), omettendo quindi, apparentemente,

di verificare che le stesse fossero anche “*timorate di D-o*”, “*leali*” e “*nemici della corruzione*”.

Per quale ragione, quindi, la Torà precisa invece che Moshè “*fece tutto quanto aveva detto*” il suo-cero Yitrò (Shemot 18, 24)?

Spiega Rashì *in loco* che, con il termine “**persone valorose**”, la Torà intende riferirsi a gente “*ricca*”, la quale pertanto non ha bisogno di accettare doni di corruzione o di approntare favoritismi a beneficio di alcuni ed a discapito di altri.

Occorre però ricordare in proposito che, secondo quanto insegnato da Ben Zomà nel *Pirgè Avot* ~ *Massime dei Padri*, colui che può essere definito “*ricco*” è solo chi “*si accontenta della propria parte*” (Mishnà Avot 4, 1): ciò sta quindi a significare che Moshè Rabbenu ha nominato, in qualità di Giudici e Ministri del popolo ebraico, esclusivamente persone che gioivano di quanto *Hashem* aveva loro accordato, i quali, evidentemente, erano senz’altro anche timorati di D-o Benedetto nonché uomini leali e odiatori della corruzione.

Da ciò risulta quindi che quando Moshè Rabbenu ha scelto, tra il popolo d’Israele, “*persone valorose*” da nominare quali Giudici e Ministri nel popolo d’Israele, ha individuato gente in possesso di tutte le qualità richieste per l’idoneo svolgimento di tali importanti incarichi.

RACCONTO DI SHABBÀT

SHABBÀT YITRÒ

■ di Giorgio Calò

Il Ba'al Shem Tov era solito dire che ci sono due tipologie di ebrei fedeli ad *Hashem*: quello che crede in D-o Benedetto in quanto la propria fede gli è stata trasmessa dai suoi genitori ed avi, e quello che, invece, ha raggiunto la fede in *HaQadosh Baruch Hu* a seguito di un personale percorso di ricerca e rafforzamento spirituale.

La differenza tra le predette due tipologie di ebrei risiede nel fatto che la fede del primo, conseguente agli insegnamenti ricevuti dai suoi predecessori, difficilmente potrà essere scardinata anche di fronte a critiche e contestazioni che, *Chas veShalom*, ne mettesero in dubbio il fondamento; una simile fede, tuttavia, è costituita solo dal mantenimento di insegnamenti ricevuti dai propri genitori ed avi, e, quindi, si rivela priva di un adeguato supporto razionale e logico, oltre che della necessaria personalizzazione ed interiorizzazione. La seconda tipologia di fede, quella raggiunta grazie ad un percorso individuale di ricerca e rafforzamento spirituale, è invece molto più solida

sotto l'aspetto motivazionale ed intellettuale, ma è suscettibile, *Chas veChalila*, di essere in seguito perduta in caso di eventuali confutazioni del suo fondamento.

Colui che ripone la propria fede in *Hashem* fondandola su entrambi i predetti aspetti, ovvero sia sulla tradizione dei propri padri che su una personale ricerca ed approfondimento spirituale, raggiunge quindi l'ottimale livello di fiducia in D-o Benedetto. Per questa ragione, prosegue il Ba'al Shem Tov, nella prima benedizione della *Amidà* noi invochiamo il "*D-o nostro*", a cui cioè ci affidiamo dopo un percorso personale di avvicinamento a Lui, ma anche il "*D-o dei Nostri Padri*", che invece riconosciamo come tale anche grazie agli insegnamenti ed alle tradizioni ricevute dai nostri predecessori. Oltre a ciò, il fatto che ci rivolgiamo, in numerose occasioni, al "*D-o di Avraham, D-o di Itzchaq e D-o di Ya'acov*" viene ad insegnarci che anche Itzchaq e Ya'acov non si sono limitati a ricevere gli insegnamenti di Avraham, avendo invece ciascuno di loro intrapreso inoltre un proprio personale percorso di avvicinamento ad *Hashem*.



MOMENTI DI MUSÀR

L'UOMO D'AFFARI DI SUCCESSO

Un principio fondamentale nell'emunà, che è alla base degli sforzi di una persona per fare soldi, nel commercio, nelle trattative, nel trading, nella finanza o in qualsiasi altro tipo di scambio di fondi o di beni, è che il sostentamento di una persona è prestabilito fin da Rosh Hashanà.

Il nostro livello di fede in Hashèm è la manifestazione pratica dell'emunà nelle nostre vite. La fede include la consapevolezza che Hashèm provvede al sostentamento di tutto il Suo creato e che Egli è attendibile nel compito che svolge. Nel momento in cui abbiamo fede in Hashèm, non siamo più preoccupati di come ci procureremo il nostro prossimo pasto; sappiamo che Colui che ci ha nutrito nel passato continuerà a farlo in futuro. Sappiamo anche che il nostro sostentamento non dipende dalla nostra astuzia o scaltrezza: dipende solamente da Hashèm. Nessuno può sottrarsi dal reddito che Hashèm stabili-

sce per una persona. Il Talmùd afferma categoricamente (*trattato di Yomà 38b*) che l'essere umano non è in grado di toccare la porzione che spetta a un altro essere umano. Consci di questo fatto essenziale, non dobbiamo mai preoccuparci o avere paura di nessuna persona o cosa al mondo. La fede in Hashèm, ossia l'interiorizzazione del principio fondamentale dell'emunà che afferma che il nostro sostentamento è prestabilito e viene esclusivamente da Hashèm, ci permette di condurre le nostre questioni d'affari con sicurezza, lucidità di mente e buone prospettive. Lo stress, l'ansia e la preoccupazione si dileguano. Con la fede in Hashèm, viviamo la vita con pace interiore, evitando i tranelli dei giochi finanziari, del commercio e della corsa dietro al denaro a scapito della salute fisica, emotiva e spirituale. Questi sono i danni recati a una persona dalle futili corse dietro al denaro: 1) Danni emotivi – inquietudine, ira, stress e ansietà che comportano anche stati di depressione e di frequenti sbalzi di umore; 2) Danni fisici – la suddetta tensione emotiva aumenta le possibilità di malattie cardiache, disturbi della digestione, ictus e problemi cardiovascolari, D-o ce ne scampi.

CONTINUA A PAG. 57

MOMENTI DI HALAKHÀ

L'IMPORTANZA DELLE HILKHÒT SHABBÀT

Riporteremo nelle prossime pagine con l'aiuto di Hashem, l'introduzione della terza parte del famoso libro Mishnà Berurà, riguardante le regole di Shabbat, per comprendere il grande dovere che abbiamo di imparare le regole di Shabbat:

E' scritto sulla Torà: "Ricordati del giorno dello Shabbat per santificarlo, sei giorni lavorerete...poiché il S. creò il cielo e la terra...". Ci ha insegnato la Torà che lo Shabbat è la radice della fede che il mondo è stato creato da Hashem e che Lui è il Padrone di tutto, e noi siamo i suoi servi con il dovere di fare la sua volontà e di servirLo con tutte le nostre forze, le nostre anime e i nostri averi, dal momento che tutto appartiene a Lui. È la Torà a notificare il precetto dello Shabbat per ben 12 volte (per sottolineare la sua importanza).

Ci hanno insegnato i nostri Maestri: "Chi osserva lo Shabbat gli viene considerato come se adempisse a tutta la Torà. E chi lo profana come se rinnegasse tutta la Torà" e questo per il motivo suddetto: "Lo Shabbat è il fondamento della fede in D-o".

Osserviamo la gravità della profanazione dello Shabbat. Sappiamo che esistono vari livelli di gravità tra le trasgressioni delle mizwot: ci sono le mizwot positive-mizwot asè (per es. sedere in sukkà di sukkot) poi quelle un po' più gravi i divieti-mizwot lò ta-asè (per es. mangiare i frutti di mare) ed ancora più grave ci sono quelle averot che c'è la pena di morte da parte del S. direttamente e non per mano del sanedrin (quando era in funzione). Più gravi di questi ci sono quei divieti che trasgredendoli si incombe nella pena del karet (per es. mangiando chamez di pesach, avendo rapporti con una niddà ecc.) e per ultimo ci sono quelle trasgressioni che c'è la pena di morte a chi le non rispetta intenzionalmente con 2 testimoni e con l'intimazione di un presente. Senza queste ultime 2 condizioni c'è comunque la pena del karet, o se lo si faceva involontariamente si doveva portare un sacrificio al Bet Amikdash.

CONTINUA DOMANI

MOMENTI DI MUSÀR

IL LAVORO E L'EMUNÀ

Con la fede in Hashèm, una persona non deve pensare al denaro per tutto il giorno. La tranquillità è a poche parole di distanza: **Hashèm provvede a tutto.**

Gli affari sono un'incessante prova di fede. Coloro che fanno affari sono costantemente messi alla prova: se essi credono che il loro sostentamento viene da Hashèm, allora sono calmi e composti, e conducono i propri affari onestamente. Se essi credono diversamente, che la loro rendita dipenda dai loro sforzi e predisposizione, allora essi probabilmente lavorano troppo e sprecano le loro energie nel cercare diversi tipi di stratagemmi per fare soldi. La vita intera di una persona dipende dall'emunà che è Hashèm che si prende cura di ogni creatura. L'emunà crea un ruscello spirituale chiaro, puro e splendente attraverso cui scorre ricchezza e abbondanza, proveniente direttamente dal Cielo fino al conto bancario o il tavolo da pranzo della persona. Bere dal ruscello dell'emunà è come bere da un calice d'argento. Senza l'emunà,

si beve invece dall'equivalente spirituale di una fognatura, in cui la propria sicurezza finanziaria è contaminata da emozioni negative, cattiva salute e danni dell'anima.

Sta a voi decidere quale opzione della vita preferite, perché esse sono sostanzialmente solo due:

La prima è di credere che Hashèm predetermini la situazione economica di ognuno di noi e che ogni singolo centesimo a noi destinato giungerà a noi in un momento ben preciso e nella sua totalità, se non da una fonte, allora da un'altra, e se non oggi, allora domani. Di conseguenza, si può rimanere calmi e composti in attesa, evitando l'ansia di affari illegali e disonesti, ipertensioni, ulcere e arresti cardiachi.

La seconda è invece di non credere in Hashèm e nella Sua capacità di mantenerti e ti fai in quattro nel tentativo di guadagnare da vivere, sempre inquieto e nervoso perché la tua vita è insopportabile. Sprofondi nei debiti, sei confuso e non riesci a pensare con lucidità a causa delle tensioni e dello stress che ti offuscano la mente. Spesso, ti ritrovi a prendere scorciatoie al limite dell'onestà e della legalità per cercare di guadagnare qualche soldo in più. Ricorda! Ogni persona riceve il suo stipendio Celeste fino all'ultimo centesimo. Chi imbroglia, mente o fa trattative disoneste non ricaverà neanche un centesimo in più della cifra che gli spetta.

Tratto da gan emuna di rav Arush

MOMENTI DI HALAKHÀ

L'IMPORTANZA DELLE HILKHÒT SHABBÀT

CONTINUA DA IERI

Le pene di morte previste dalla Torà sono 4: strangolamento, uccisione a fil di spada, bruciatura e lapidazione che è quella più dura tra tutte. E proprio per la profanazione dello Shabbat si incombeva nella lapidazione D. ci scampi.

(Il motivo per cui riportiamo le pene previste è non per spaventare i lettori chas veshalom, ma solo per far capire la severità che la Torà rimarca per colui che profana il Santo Shabbat). Infatti abbiamo ritrovato più volte nella Torà e nei testi alachici, la sua comparazione a colui che compie culto idolatrico D. ci scampi, per esempio nel toccare il vino di un ebreo, o la sua conformità e fedeltà nel macellare ecc dove vediamo che la Torà li compara.

E' risaputo che l'uomo è dotato di 248 membra e 365 tendini, ed in corrispondenza di questi organi materiali ci sono altrettanti al livello spirituale. C'è scritto inoltre come prova di questo, su Giobbe 10;11: "Pelle e carne rivestimi e con ossa e tendini ricoprimi" cosa riveste la pelle e gli organi umani se non l'anima, la parte principale dell'uomo? Così come per ogni organo materiale esiste lo stesso sotto forma spirituale. Vale a dire che l'anima come il corpo, è dotata di 248 membra e 365 tendini. Il Santo Benedetto ha disposto a ciascuno di questi una mizwà, quindi ci sarà un precetto legato alla gamba, uno alla mano, e nel momento che si compie quella determinata mizwà con quel membro, si illuminerà spiritualmente quello dell'anima, godendo inoltre della ricompensa nell'olam abbà-mondo avvenire. E questo avviene, D. ci scampi, anche nel caso si compiano trasgressioni con ogni membro del nostro corpo e non ci si è pentiti di questo, si affievolirà allora la luce spirituale di quel organo e si riceverà la pena in quel organo chas veshalom. Come già scritto, la mizwà dello Shabbat è l'anima della nostra emunà in Hashem e quindi corrispondente alla parte principale della persona nell'olam abbà. Quindi più meriteremo di adempiere a tutti i suoi dettagli con minuziosità, più la nostra nostra fonte vitale nel mondo futuro sarà maggiormente integra.

(tradotto dall'introduzione di Mishnà Brurà 3)

MOMENTI DI MUSÀR

LA SUPERIORITÀ DELL'UOMO

■ di David Spizzichino

La persona che si frena dal proferire Lashon HaRà meriterà di vedere la “luce nascosta” (“Or Haganuz”) che secondo il famoso commento di Rashi spetta agli Tzadikim e fu messa loro da parte al momento della creazione. Al contrario i nostri Chakhamim hanno insegnato (T.Y. Peah 1,1) che “la punizione per questo peccato (il Lashon HaRà) è scontata dalla persona in questo mondo mentre la parte principale gli rimane nel mondo futuro”. Ma perché, ci potremmo chiedere, tutta questa importanza a questa Mitzvà? E' opportuno a questo scopo riflettere sulla natura umana rispetto alle altre creature. L'uomo infatti può vantare una superiorità rispetto ad esse in via della sua Neshamà divina che HaKadosh BaruchHu ha dotato dello stesso intelletto col

quale può esprimersi attraverso il potere della parola. E infatti Onkelos rende proprio “*Nefesh chayà*”- “anima vivente” con “spirito parlante” (Bereshit 2,7) a sottolineare la caratteristica peculiare del genere umano. Ma questa nostra dote distintiva permette all'uomo di arrogarsi una superiorità solo se questi la usa per un fine costruttivo e non per lo scopo distruttivo del Lashon HaRà. Se la usa in maniera malvagia allora, contrariamente a quanto detto, tutte le altre creature divine, che non possono parlare e quindi provocare il danno che il Lashon HaRà può compiere, gli sono superiori. Per questo David HaMelekh nel Salmo 34 (vv 13-14) domanda: “Chi è l'uomo che desidera la vita, che ama vedere il benessere per molti giorni? Trattieni la tua lingua dalla maldicenza e la tua lingua da parole ingannevoli”. Chi è dunque il vero uomo? Quale uomo è meritevole del premio che il Re David promette nel salmo? Quello che usa la caratteristica distintiva della parola in modo permesso e con lo scopo costruttivo che gli ha comandato “Colui che parlò e il Mondo fu”.

MOMENTI DI MUSÀR

DOMANDA: Perché è così importante sapere ed approfondire lo studio delle regole della lashon araa'?

RISPOSTA: E' importante sapere ed approfondire lo studio delle regole della lashon araa' per non commettere questa terribile trasgressione. Il Chafez Chaim nel suo libro ci avverte dicendoci che con una sola frase di lashon araa' si possono violare 17 precetti negativi e 14 positivi. Viceversa, facendo attenzione a queste regole della maldicenza si raffinano le virtù caratteriali dell'uomo e si tracciano i parametri del Creatore, svelandoci come il Signore vuole che l'uomo conviva con il suo prossimo. Queste sono gli strumenti che la Torà ci ha dato per poter estirpare in noi la rabbia, l'amarezza, l'invidia dai nostri cuori e per allontanare dal popolo d'Israele le liti, le offese e le controversie, all'insegna di una pacifica convivenza.

Quando riflettiamo sugli effetti della parola capiamo che questa è l'aspetto più rilevante tra le pecu-

liarità umane per svelare la personalità della persona. Ciò che diciamo o il modo in cui ci esprimiamo rispondono alla domanda chi siamo noi. La persona pacata o la persona aggressiva la si riconosce facilmente dal suo modo di esprimersi. Questo principio si riflette sulla struttura dell'uomo stesso: la lingua è l'unico organo del corpo umano che è possibile nascondere da un lato edall'altro lato scoprire; la maggior parte del tempo è nascosta ma quando vuole si fa sentire. Secondo il Maral di Praga la lingua e la parola rispecchia anche l'interiorità e la personalità della persona; infatti il linguaggio scopre quali sono le vere idee celate nell'animo dell'uomo.

Le regole della lashon araa' indicano la volontà di Hashem di come bisogna utilizzare questo importante strumento, la parola che rappresenta la nostra entità. Esse ci insegnano come guardare il prossimo, come parlare con il compagno e come parlare di lui. Queste regole ci aiutano a non radicare in noi stessi quei difetti caratteriali come l'odio, l'invidia e la crudeltà. Allontanando dalla nostra bocca espressioni negative di maldicenza semplifichiamo la nostra esistenza rendendo la nostra vita più gradevole sia per noi che per chi ci circonda.

MOMENTI DI MUSÀR

GIUDICARE FAVOREVOLMENTE

■ di David Spizzichino

La Torà ci comanda con le parole “BeTzèdek tishpòt lamitèkha” (Vayikrà 19,15) di giudicare il nostro prossimo favorevolmente. Quello che si intende con questa espressione è di dare al prossimo il beneficio del dubbio giudicandolo secondo i propri meriti: “Dan lekhàf zechùt”, secondo il detto di Rabbi Yehoshua Ben Perakhià negli Avot. Facciamo degli esempi. Se vediamo un ebreo qualsiasi fare qualcosa che può sembrare, a seconda di come la si vede, essere giusta o sbagliata, allora dobbiamo ipotizzare che egli abbia in effetti agito correttamente. Se la persona in questione è invece risaputamente timorosa del Cielo allora, anche se apparentemente è quasi certo che l'azione sia stata sbagliata, gli va comunque lasciato il beneficio

del dubbio. Rabbi Nachman di Breslav va oltre e afferma che bisogna cercare elementi di bene persino in persone che si direbbero completamente malvagie. E' importante a questo punto sottolineare come la fonte di questa attitudine e la sua posta in palio è il sentimento della “Ahavat Israel”, l'amore per il nostro fratello ebreo. Scrive Rav Alexander Ziskind nel “Sefer Yesod veShores haAvodà”: “E' chiaro che se si giudica negativamente il prossimo anche una sola volta si troverà difficile in futuro adempiere alla Mitzvà di amarlo”. Tutto ciò è molto importante ai fini del Lashon HaRà perché applicando questi principi cambia totalmente la prospettiva con cui guardiamo gli altri e la tentazione di commettere maldicenza sarà stroncata sul nascere: di quale difetto potremmo a quel punto parlare? Avere questa disposizione positiva verso le persone ci potrà inoltre avvicinare ad essere ed avvicinarle alla Torà, allora anche queste potranno emulare questo atteggiamento benevolo ed evitare essi stessi di cadere nel Lashon HaRà.

MOMENTI DI MUSÀR

LASHON ARÀ'A E LA TESHUVA'

DOMANDA: Come si fa la teshuvà - Ritorno. Pentimento e ravvedimento per il peccato del lashon aràa ?

L'averà (trasgressione) della lashon aràa può determinare delle violazioni sia nei rapporti tra l'uomo ed il S. che tra l'uomo ed il suo prossimo. Non c'è trasgressione tra l'uomo ed il suo prossimo se chi ascolta lashon aràa non crede al racconto, dal momento che non si è provocato alcun danno o denigro nei confronti della persona che è stata oggetto della maldicenza e quindi non c'è l'obbligo di scusarsi con questi. Comunque, in questo caso, sarà necessario pentirsi sinceramente davanti al S. prendendo su di sé l'impegno di evitare il più possibile discorsi che contengono lashon aràa.

Viceversa, ci sarà l'obbligo di scusarsi con la persona chiedendo il suo perdono se la maldicenza ha causato un danno o una diffamazione, o un danno morale (ossia uno spavento, una preoccupazione o una sofferenza). Dopo aver ottenuto il perdono dalla persona si dovrà fare teshuvà verso il S. come descritto sopra.

Nel caso in cui la persona oggetto della maldicenza non voglia perdonare si dovrà prendere con se tre persone e scusarsi davanti a lui per tre volte in tre circostanze diverse. Se anche in questo caso, non vorrà scusare e perdonare si sarà esenti dal chiedergli scusa di nuovo. (Vedi Shulchan Aruch Orach Chaim c606,1).

Il maldicente ha l'obbligo di rivelare al danneggiato l'accaduto e chiedergli perdono anche nel caso in cui il compagno non è a conoscenza della maldicenza che lo riguarda e/o chi ha provocato questa chiacchera nei suoi confronti. Tuttavia, ci sono legislatori di alachà che sostengono che il rivelare al compagno di aver parlato su di lui potrebbe provocare più screzi, quindi chi vuole scusarsi con il prossimo è bene prima che stimi la reazione del compagno e scusarsi se questi accetterà le sue scuse.

E' bene sapere che la giornata di Kippùr non serve ad espriare i torti compiuti nei riguardi di un compagno, pertanto è necessario fare la pace con il diretto interessato. Ne consegue, che a Yom Kippùr si espiano soltanto i peccati commessi verso il Signore ma, per tutte le averot commesse verso il prossimo (come l'offesa o la molestia ecc) Yom Kippùr non espia se non si chiede prima scusa e perdono alla persona danneggiata.

(Tratto dal libro Hilchot lashon aràa verechilut di Rav Haim Nosboim)

MOMENTI DI MUSÀR

PRESTARE DENARO

Parashàt Mishpatim

Dopo un'attenta riflessione, possiamo notare che molte *mitzvot* nella nostra santa *Torà* implicano generosità. D-o ci comanda di lasciare la terra incolta nel settimo anno e di permettere al povero di prendere ciò che cresce, di restituire oggetti perduti ai proprietari e di aiutare il prossimo a caricare il proprio asino. Si tratta di esempi di *mitzvot* positive o negative legate al tratto di generosità di D-o. Un altro esempio (dei 52 nella *parashà* di questa settimana) è quello di prestare soldi a chi ne ha bisogno (*Mishpatim* 22:24). Questa *mitzvà* è superiore a quella di dare carità, perché chi riceve è meno imbarazzato di prendere dal momento che poi ripaga. Inoltre il prestito permette alla persona di mantenersi e di evitare l'umiliazione di ricevere carità. La *mitzvà* di prestare soldi si applica anche a una persona ricca che ha bisogno di avere "denaro liquido" per un certo

periodo (anche se questa *mitzvà* include solo il prestito di denaro, prestare un vestito, un utensile o altro è anche una forma di carità, di compiere atti di gentilezza). Se si può, bisognerebbe cercare di prestare la quantità di cui una persona ha bisogno e di permettere di tenerla per il tempo necessario. La *mitzvà* si applica sia agli uomini, sia alle donne, ai ricchi e ai poveri. È *mitzvà* prestare a un amico e ancora di più a una persona verso cui non si prova simpatia. Se si può dare un solo prestito, una persona della stessa città ha precedenza rispetto a una di un'altra città. Nello stesso modo, i parenti hanno la precedenza (anche se sono di un'altra città). Quando si dà in prestito, bisogna prestare attenzione a prendere un pegno, o farlo di fronte a testimoni o chiedere a chi prende in prestito di firmare un documento dettagliato. Anche se si è certi che la persona restituisca, con il tempo potrebbe dimenticarsi di aver preso in prestito oppure negarlo. È obbligatorio dare in prestito in ogni circostanza? Se si sa che chi prende in prestito non è una persona responsabile, ad esempio se userà il prestito senza avere modo di ripagare, è meglio non prestare denaro (a meno che non si abbia una garanzia). Inoltre se non si ha denaro liquido disponibile, non è necessario prendere soldi in prestito per poter pre-

stare ad altri. Se una persona ha bisogno di una grande somma in prestito, mentre altri di piccole, è meglio dare tanti piccoli prestiti invece di uno grande perché così si effettuano tante *mitzvot* invece di una sola. Un negoziante che dà a credito non sta effettuando la *mitzvà* di prestare soldi. Ha bisogno dei soldi che gli sono dovuti per acquistare ulteriori prodotti. Tuttavia, se una persona bisognosa gli chiede qualche prodotto a credito per sopravvivere, è *mitzvà* aiutarlo a non essere completamente dipendente

da altri. Una persona che ha i mezzi di prestare agli altri a volte può sentirsi pressato da continue richieste di prestiti. Il *Chafetz Chaim* spiega che ogni persona è destinata ad essere perseguita in una certa misura. Se ci viene chiesto aiuto, dovremmo essere grati di essere perseguiti per “buoni motivi” e non per altro. Cogliamo l’occasione di compiere atti di gentilezza e imprestiamo denaro agli altri quando ne hanno bisogno.

shalomlm@zahav.net.il

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBÀT - L’HAMOTZY DI SHABBAT

[Il venerdì sera, dopo aver recitato il *Kiddush* ed aver fatto la *Netilat Yadayim - Lavaggio delle Mani*] si recita la Berachà di “*HaMotzy*” sul *Lechem Mishnè - due pani (integri)*, si tengono entrambi in mano e si spezza il pane *inferiore*.

Aggah: E ciò solamente la sera di Shabbat, ma al *mattino di Shabbat* e le *sere di Yom Tov* si spezza il pane *superiore*, e la motivazione risiede nella mistica.

Si prendono due pani in ricordo della Manna che gli ebrei mangiarono nel deserto, la quale non scendeva di Shabbat ma scendeva in doppia ragione il venerdì, come è scritto “*raccoglieranno il Lechem Mishnè - Doppio pane...*”. Ed anche di Yom Tov bisogna fare l’“*HaMotzy*” su due pani. La Mishna Berurà specifica che anche le donne sono obbligate a prendere il “*Lechem Mishnè - Doppio pane*” poichè anche esse furono coinvolte nel miracolo della manna nel deserto.

A priori bisogna fare attenzione affinché i pani siano *integri*, ma se proprio non si hanno a disposizione due pani integri si può fare la “*HaMotzy*” anche su una piccola fetta di pane grande solo un *KeZait - 28 gr.*

CONTINUA A PAG. 57



SHABBÀT MISHPATIM

“**U**n Ain (אין) ~ Occhio **Ta-**
chat ~ **Sotto** un Ain (אין)
~ Occhio...” (Shemot 21, 24).

Nella *parashà* di questa settimana è scritto che nei confronti di un ebreo che, colposamente o dolosamente, abbia danneggiato fisicamente un altro ebreo, si applica il principio “un occhio **Tachat** ~ **Sotto** un occhio...” (Shemot 21, 24).

A tal proposito, i nostri Maestri (TB Baba Qama 84a) hanno tuttavia spiegato che, con il predetto principio, la Torà intende in realtà porre in capo all'ebreo danneggiante l'obbligo di ristorare economicamente il danno subito dall'ebreo danneggiato, secondo il concreto valore pecuniario che i Giudici attribuiranno al danno fisico patito da quest'ultimo.

Il Gaon di Vilna ha fatto notare, in proposito, che la spiegazione fornita dai *Chachamim* trova una diretta allusione nella forma

letterale utilizzata nel verso sopra citato.

La Torà avrebbe infatti dovuto scrivere “Occhio per occhio ~ Ain BeAin o Ain BeAd Ain”: perché, invece, troviamo scritto “un Ain (אין) ~ Occhio **Tachat** ~ **Sotto** un Ain (אין) ~ Occhio...” (Shemot 21, 24)?

In questo modo, spiega il Gaon di Vilna, la Torà vuole espressamente alludere che la punizione per colui che danneggia un altro ebreo in un occhio va rinvenuta “**Tachat** ~ **Sotto** un Ain (אין) ~ Occhio”, ovvero sia nelle lettere che, nell'alfabeto ebraico, sono collocate subito dopo (“**sotto**”) le lettere che compongono la parola “Ain (אין) ~ Occhio”.

Dopo la lettera א (Ain) c'è infatti la lettera פ (Pè), mentre dopo la lettera י (Yud) troviamo la lettera כ (Kaf); successivamente alla lettera נ (Nun), infine, c'è la lettera ס (Samech). Queste tre lettere messe assieme (פ - כ - ס) compongono la parola “כסף ~ **Kesef**”, che significa appunto “**Denaro**”: da ciò si desume pertanto che colui il quale danneggia il proprio fratello ebreo in un occhio (Ain (אין) ~ Occhio), o in un altro membro del corpo, è tenuto a ristorare il danno cagionato tramite il denaro (כסף ~ **Kesef**)...

RACCONTO DI SHABBÀT

SHABBÀT MISHPATIM

■ di Giorgio Calò

Rabbi Chanoch di Alexander raccontò una volta di essere rimasto diverso tempo presso un tale rabbino, e che, più conosceva e si avvicinava a quest'ultimo, più il valore e l'importanza che gli aveva originariamente attribuito si riduceva ai suoi occhi.

Tale circostanza lo aveva indotto a cercare un altro Maestro presso cui studiare Torà, fino a che non era giunto al cospetto di Rabbi Menachem Mendel di Kotzk: in questo caso, infatti, più tempo passava e meglio aveva modo di conoscerlo ed avvicinarsi a lui, e più il valore e l'importanza che aveva inizialmente attribuito alla sua figura cresceva ai propri occhi, di pari passo con il timore provato di fronte alla sua grandezza spirituale.

Ciò, spiegò Rabbi Menachem, mi ha consentito di comprendere il significato del seguente verso contenuto nella Torà: *“E risiederò all'interno dei figli d'Israele, e sarò per loro D-o”* (Shemot 29, 45).

Gli idoli, false divinità, possono risultare attraenti e seducenti solo qualora li si osservino da lontano; quando però ci si avvicina meglio, ci si rende conto della loro più totale inconsistenza ed inutilità. Al cospetto di *Hashem*, invece, accade esattamente il contrario: *“E risiederò all'interno dei figli d'Israele”*, e, solo allora, *“sarò per loro D-o”* (Shemot 29, 45). Più un ebreo si avvicina a D-o Benedetto, e maggiormente ne percepisce la grandezza ed immensità.



MOMENTI DI MUSÀR

PERCHÉ DOBBIAMO PREGARE

Ogni ebreo fa tre preghiere al giorno. Se ci pensiamo bene, noteremo che preghiamo prevalentemente per ciò che ci manca. Ora, non è strano? Hashem ha creato il suo mondo, dal più piccolo verme alle stelle della galassia, Egli nutre tutte le creature dal più insignificante al più grande, quindi che cosa dobbiamo chiedergli? Non sa forse di che cosa ha bisogno l'uomo, senza implorarlo? Quindi ... Perché pregare?

Questa domanda può essere spiegata da una parabola. Un uomo aveva un solo figlio che amava molto. Un giorno capitò un'occasione per il figlio di andare al campo estivo per due settimane. Prima della partenza, parlò con suo padre: "Papà, ho bisogno di un po' di soldi per le due settimane che sarò lì". Il padre fece un cenno con la testa e gli porse una banconota di 20

euro. "Papà, ho bisogno di più di questo. Me ne vado per due settimane!" "Lo so molto bene", rispose il padre. "Quando ne avrai bisogno, mi chiamerai e ti manderò più soldi".

Il figlio se ne andò, fece delle escursioni, visitò molti posti e, quando i soldi scarseggiarono, telefonò a suo padre. Il papà mantenne la sua promessa e gli mandò dei soldi, e ciò accadeva ogni volta che l'amato figlio lo chiamava. Dopo quelle due settimane il ragazzo comprese perché suo padre non gli aveva dato tutto subito. Voleva che lo chiamasse per tenersi in contatto nonostante la distanza.

La preghiera è il collegamento con il nostro Creatore. Conosce molto bene ciò che ci manca e ciò di cui abbiamo bisogno, ma vuole che i suoi cari figli si tengano in contatto, che Gli si rivolgano, che chiedano, che riconoscano la Sua grandezza, la Sua onnipotenza.

Ralleghiamo quindi Nostro Padre, ogni piccola esigenza rivolgamoci a Lui ed Egli sarà sicuramente felice di ascoltarci e colmare le nostre mancanze per servirLo nel migliore dei modi!

Tratto da Hidabroot Francia

MOMENTI DI HALAKHÀ

DUE PERSONE CHE MANGIANO UNO CARNE E UNO LATTE SULLO STESSO TAVOLO

È vietato poggiare carne e latte insieme sul tavolo dove si sta ora mangiando. Tale divieto riguarda anche il caso di carne di volatile (o carne di animale selvatico) e latte sullo stesso tavolo.

Il motivo risiede nella possibilità che uno dei commensali possa per sbaglio prendere dal piatto del compagno.

Il divieto riguarda non solo se ci sono due o più commensali allo stesso tavolo, ma anche colui che mangia da solo non può mettere sullo stesso tavolo carne e latte.

È permesso comunque dopo aver mangiato carne sedersi ad un tavolo dove il compagno sta mangiando latte anche entro le sei ore da quando ha mangiato carne e non si teme che qualcuno possa porgergli il cibo di latte. Il divieto infatti vuole allontanare un rischio attuale (nel caso in cui ora i commensali mangiano insieme) e non la remota possibilità che cada in errore mangiando latte entro le sei ore.

Il divieto riguarda due persone che si conoscono anche se non sono in una certa familiarità tra di loro, due persone che invece non si conoscono possono a priori mangiare sullo stesso tavolo uno carne e uno latte, facendo attenzione che i cibi non vengano in contatto. Anche coloro che si conoscono possono comunque mangiare uno carne e uno latte sullo stesso tavolo osservando uno dei seguenti accorgimenti come segno di distinzione:

Mangiare uno ad un capo del tavolo e uno all'altro capo in modo che allungando la mano uno non arrivi al piatto dell'altro; oppure mangiare ognuno su una tovaglia diversa (oppure uno dei due sulla tovaglia e l'altro solleva la tovaglia e mette il piatto sul piano del tavolo); oppure mettere un segno di riconoscimento interposto tra i commensali come pane (purchè non mangino entrambi da esso ovviamente) o altro oggetto che però sia un po' alto e visibile e che non sia solitamente appoggiato sul tavolo ma sia stato messo allo scopo.



MOMENTI DI MUSÀR

LA DEVOZIONE

Il sentiero dei giusti

Gli elementi principali della devozione sono tre: il primo riguarda l'azione; il secondo riguarda le modalità dell'azione; il terzo riguarda l'intenzione.

Anche il primo di essi, l'azione, si divide in due parti: da un lato [le azioni che riguardano] il rapporto tra l'uomo e D-o, dall'altro [le azioni che riguardano] il rapporto con il prossimo. La prima parte del primo elemento è dunque l'azione dell'uomo nei confronti di D-o e consiste nel compimento di tutte le Mitzvot in tutti i loro dettagli, fino ai limiti delle possibilità dell'uomo. Sono ciò che i Maestri di benedetta memoria chiamarono i *"residui delle Mitzvot"* e dissero (Talmud Bavli, trattato Sukkà 38a): *"I residui della Mitzvà frenano le avversità"*. Perché malgrado la Mitzvà in sé sia completa anche senza di loro e ciò basti per considerare compiuti i

propri obblighi, tuttavia questo vale per la massa del Popolo Ebraico; i devoti, invece, devono dedicarsi con continuità al proprio perfezionamento, senza ometterne alcunché.

La seconda parte del primo elemento riguarda i rapporti con il prossimo e si occupa di quanta bontà l'uomo debba sempre riversare sulle creature e di come non si debba recar loro alcun danno. E questo va messo in pratica con il corpo, con i soldi e con lo spirito:

1) Con il corpo, cercando di aiutare ogni persona secondo le proprie facoltà e alleviando il peso delle tribolazioni altrui, come insegnato nelle Massime dei Padri: *"Portando il fardello insieme al prossimo"*. E se un problema fisico coglie il prossimo e si ha la possibilità di evitarlo o di guarirlo, bisogna sforzarsi di farlo. 2) Con i soldi, aiutando [il prossimo] secondo i propri mezzi e cercando in ogni modo di impedirgli di finire nei guai; e a maggior ragione allontanando da sé ogni possibilità di provocare dei danni, sia a scapito dei singoli individui che della collettività. E perfino quando nessuno subisce alcun danno, bisogna rimuovere ed eliminare [tutti i pericoli potenziali] dato che il danno può manifestarsi in seguito. E dissero i Maestri di benedetta memoria:

“Che i beni del prossimo siano per te preziosi quanto i tuoi”. 3) Con lo spirito, sforzandosi di procurare agli altri tutte le soddisfazioni possibili, portando loro rispetto e in qualsiasi altro modo. La devozione richiede di fare al prossimo tutto ciò di cui si sa che gli farà piacere; e a maggior ragione di non addolorarlo assolutamente e in nessun modo. E tutto questo fa parte della *Ghemilut Chassadim*, della quale i Maestri hanno decantato i grandissimi meriti e il nostro obbligo di compierla. Ed essa include la ricerca della pace, che è lo stato di benessere generale tra l'uomo e il prossimo.

Nel trattato di Meghillà è scritto: “Gli allievi di Rabbi Zakkay gli chiesero: *‘A cosa devi la tua longevità?’* Egli rispose: *‘Non ho mai orinato vicino al posto in cui avevo pregato, non ho mai usato soprannomi per chiamare i miei amici e non ho mai mancato il Kiddush del giorno. Mia madre era anziana: una volta, vendette uno dei suoi copricapi per procurarmi [il vino] per il Kiddush di quel giorno.’* Ecco un esempio di devozione applicato ai particolari di una Mitzvà, in quanto [Rabbi Zakkay] era ormai esente dall'obbligo di usare il vino per il Kiddush, non avendone i mezzi, al punto che sua madre dovette vendere un panno che portava in testa. Ed è per devozione che

si comportava in questo modo e che onorava gli amici evitando di chiamarli con appellativi, pur non infamanti.

E pure Rav Huna dovette stringere il proprio abito con una cinghia perché aveva venduto la sua cintura per comprare il vino necessario al Kiddush del giorno. Nello stesso testo, gli allievi di Rabbi Elazar ben Shammua gli chiesero a cosa dovesse la sua longevità. Ed egli rispose: *“Non ho mai usato la sinagoga come una scorciatoia [per recarmi altrove] e non ho mai camminato scavalcando la testa del popolo santo.”* Ecco, questa è devozione nei confronti della sinagoga e delle persone sedute: evitare di scavalcarle, affinché questo non venga interpretato come un segno di disprezzo. Sempre nello stesso passaggio, gli allievi di Rabbi Frida gli chiesero: *“A cosa devi la tua longevità?”* Egli rispose loro: *“Nessuno è mai arrivato prima di me al Beit-Midrash, non ho mai preceduto un Cohen nelle benedizioni e non ho mai mangiato la carne di un animale dal quale non fossero state prelevate le offerte sacerdotali”.* E dissero anche (ibid., foglio 28a): *“Gli allievi di Rabbi Nechunia gli chiesero a cosa dovesse la sua longevità. Egli rispose loro: ‘Non ho mai cercato onori infamando qualcun altro e l'astio verso il prossimo non è mai entrato nel mio letto.’”*

CONTINUA DOMANI

E lì è spiegato che è come la storia di Rav Huna che portava un'ascia sulla spalla finché venne Rav Chana bar Chanilay e lo alleggerì del peso dell'ascia; [Rav Huna] gli disse: *“Se là dove vivi è tua abitudine portarla, fai pure, altrimenti non sono disposto ad acquisire onori attraverso la tua umiliazione”*. Impariamo da questo passaggio che nonostante infamare il prossimo significhi provocare la sua vergogna per accrescere il proprio onore, malgrado ciò i devoti rifiutano questo onore anche quando gli altri sono consenzienti, se la conseguenza conduce all'onta altrui. E secondo lo stesso principio disse Rabbi Zera (ibid.): *“Non sono mai stato ostinato nei confronti di qualcuno della mia famiglia. Non ho mai camminato davanti a una persona più importante di me, non ho mai pensato [parole di Torà] in luoghi maleodoranti, non ho mai camminato due metri senza Torà e Tefillin, non ho mai dormito né sonnecchiato nel Beit-Midrash, non ho mai gioito delle disgrazie altrui e non ho mai chiamato un amico con il suo soprannome”*. Ecco quindi degli esempi di tutti i tipi di atti devozione elencati in precedenza. E dissero ancora i nostri Maestri (Baba Kama, 30a): *“Disse Rav Yehuda: Colui che vuole essere un devoto, che applichi le leggi delle benedizioni”* cioè [gli obblighi] verso il Creatore, *“e c'è*

chi suggerisce di applicare le leggi dei danni” cioè [gli obblighi] verso il prossimo, *“e c'è chi suggerisce di applicare le Massime dei Padri”*, che includono tutti i vari argomenti.

Anche fare del bene è un principio fondamentale della devozione, perché il termine usato per indicarla ['Chassidut'] deriva dalla medesima radice del termine 'bontà' ['Chessed']. E dissero i Maestri: *“Il mondo poggia su tre fondamenti”* e uno di loro è rappresentato dagli atti di bontà. E i Maestri inclusero la bontà tra quelle azioni delle quali è detto che i frutti vengono mangiati in questo mondo e il capitale viene conservato per il mondo futuro⁹. E dissero anche: *“Rabbi Simlay spiegò: La Torà comincia con la bontà e termina con la bontà.”* E dissero anche *“Rava spiegò: tutti coloro che possiedono queste virtù provano di discendere da Abramo, il nostro patriarca: compassione, modestia e bontà.”* E dissero *“Disse Rabbi Elazar: la bontà è più importante della Tzedakà, poiché è detto: ‘Seminate per voi con Tzedakà e raccoglirete con bontà.’”* E dissero anche: *“La bontà è più importante della Tzedakà per tre motivi: a) la Tzedakà si compie con il proprio denaro, mentre gli atti di bontà si compiono con il proprio corpo; b) la Tzedakà viene elargita ai poveri, mentre le buone azioni*

vengono fatte a favore dei ricchi e dei poveri; c) si dà la Tzedakà solo a persone viventi, mentre si fanno buone azioni verso i vivi e verso i morti.” E dissero anche il versetto “Ed ebbe pietà di te e fu clemente con te” indica che Hashem è clemente con tutti coloro che sono clementi con le creature. E questo è ovvio, perché il Santo, benedetto Egli sia, rende misura per misura. E anche a chi ha compassione e agisce con bontà verso le creature sarà corrisposta la stessa clemenza nel suo giudizio e con bontà gli verranno perdonati i suoi peccati; infatti questo perdono è giustificato, perché rende misura per misura e questo è ciò che dissero i Maestri “Chi è colui il cui peccato [Hashem] sopporta? Colui che soprassiede al torto [ricevuto]”. Invece, è giusto perseguire con lo stesso suo rigore chi non rinuncia a impuntarsi oppure rifiuta di agire con bontà. Vedi ora, chi potrebbe resistere davanti al Santo, benedetto Egli sia, quando Egli lo giudica con stretto rigore? E il re David pregava dicendo: “Non chiamare a giudizio il tuo servitore, perché davanti a Te nessun essere vivente può aver ragione”. E infatti chi fa del bene verrà ricambiato con il bene; più ne fa, più ne riceverà. E David si compiaciava di questa sua virtù, che consisteva nel cercare di fare del bene persino ai propri nemici. È

ciò che è detto (Salmi 35, 13): “Invece io, quando loro si ammalarono, mi cingevo di un sacco e mi mortificavo con il digiuno ecc.”; e disse anche (Salmi 7, 5): “Se mi sono vendicato con chi mi ha fatto del male ecc.”. E questa regola richiede anche di non far soffrire alcuna creatura e nemmeno gli animali: anzi, bisogna avere pietà di loro e preoccuparsene, infatti è detto (Proverbi 12, 10): “Il saggio conosce l'animo della sua bestia”. E secondo l'opinione di alcuni, [il divieto di] causare dolore agli animali è un precetto negativo della Torà; in ogni caso, è perlomeno rabbinico. La regola generale richiede che la bontà e le azioni di beneficenza siano per sempre radicate nel cuore del devoto, che sarà sempre teso a procurare soddisfazioni agli altri e non farli mai soffrire.

<http://www.anzarouth.com/2010/05/mesilat-yesharim-13-astinenza-prishut.html>

CONTINUA DA PAG. 17

-Perché nella Tefillà della mattina si legge il korban Atamid? (Branco che parla del sacrificio quotidiano che si faceva nel Bet Amikdash al mattino e nel pomeriggio).

Perché hanno stabilito i Nostri Maestri che dal momento che non esiste il Bet Amikdash, quando una persona si occupa di questo brano leggendo, è come se facesse il sacrificio davanti ad Hakadosh Baruch Hu.

-Perché dopo il salmo di Ashré Yoshevè Betechè che si recita nelle pesuke dezimrà diciamo il verso “Vaahnú Nevareh Yà Meattà Vad Olam Halleluyà – E Noi benediremo Hashem Ora E Per Sempre Halleluyà” anche se questo passo non fa parte del salmo 145? Perché hanno detto i nostri Maestri z”l che colui che dice il salmo di Ashré Yoshevè Betechè tre volte al giorno avrà il merito di prendere parte dell’ Holam Abà. E così noi affermiamo di avere il merito di benedire Hakadosh Baruch Hu anche nell’Holam Abà.

-Perché ad Arvit diciamo due Berachot prima dello Shemà e due dopo (Veemunà Kol Zot e Hasckivenu) mentre a Shachrit solo una dopo lo Shemà (Emet Veiaziv)?

Perché a Shachrit c’è la mitzvà dello tzitzit che alla sera non c’è (l’obbligo di indossarlo).

-Perché c’è il minag di tenere gli tzitziot durante la lettura dello Shemà con la mano sinistra?

Perché i nostri Maestri z”l hanno stabilito che devono essere in corrispondenza del cuore sede dei sentimenti, dimostrando che abbiamo a cuore le mizvot di Hashem enumerate nei tre brani dello Shemà.

-Qual è il significato della Berachà di “Sheasani Kirzonó Che mi hai creato secondo la Sua Volontà” recitata dalle donne ogni giorno? Con questa berachà la donna afferma che Hashem Itbarach è zadik e accetta con beatitudine il decreto celeste di averle dato altri compiti e non tutte le mizvot che invece l’uomo ha il merito di eseguire giornalmente.

CONTINUA DA PAG. 18

Per questo motivo ha menzionato Rabbi Eliezer questi due suggerimenti: il primo affinché ogni individuo abbia un grande merito, il secondo affinché venga cambiato il metro di giudizio da quello di Giustizia a quello a prescindere dalla Giustizia.

CONTINUA DA PAG. 20

Non solo: di norma la sposa non avrebbe dato del suo cibo, ma si sarebbe preoccupata che qualcuno portasse del cibo al povero; questo è un motivo per ricevere ancora più bontà divina, soprannaturale (anche se in questi casi si tratta di zedakà in denaro, bisogna sapere che ci sono molti modi di aiutare il prossimo e la ricompensa è allo stesso modo enorme a seconda dell'impegno e sacrificio impiegato.

CONTINUA DA PAG. 29

Datteri: si taglia il frutto a metà, si toglie il nocciolo. Ogni dattero deve essere esaminato mettendolo sotto una forte fonte luminosa. I datteri pressati sono di qualità inferiore, difficili da esaminare e non si dovrebbero mangiare. La crema di datteri non richiede controllo perché il prodotto è stato completamente macinato.

Tratto dal libro alachà illustrata tradotto dal dott. Moise Levi

CONTINUA DA PAG. 38

Inoltre, essi sono trampolini per l'uso e la dipendenza da sostanze come l'alcol, il tabacco e la droga. 3) Danni spirituali – chi rincorre il denaro si dimentica delle leggi della Torà e spesso ricorre alla disonestà, alla frode, al furto e ad altre trasgressioni, che macchiano gravemente l'anima di una persona.

CONTINUA DA PAG. 47

Continua la Mishna Berurà dicendo che è una buona usanza che colui pronuncia la Berachà sul pane, solitamente il capofamiglia, ponga la **Kavanà - Intenzione** di far uscire d'obbligo tutti i invitati e che li avverta, prima di recitarla, affinché anche loro mettano la giusta **Kavanà - Intenzione** per uscire d'obbligo con la Berachà pronunciata dal capofamiglia. E prima di pronunciare la Berachà per far uscire d'obbligo tutti i invitati, è bene che il capofamiglia dica: "*Birshut Rabbotai - Col permesso dei presenti*".

Nel momento in cui si recita la Berachà di "*HaMotzy*" **il pane va tenuto in mano** poichè la Torah stessa, parlando del *Lechem Mishnè - Doppio pane*, parla appunto di "*Raccogliere*". Il Perì Megadim scrive che sarebbe meglio disporre di pane cotto da un ebreo per i pasti dello Shabbat, ma che comunque in mancanza si può usare anche del pane cotto da un Goi.

Non si spezza il pane fin quando non si è recitata la Berachà, per poter appunto recitarla su due pani interi.

Tefillà sulle 4 specie per la mitzwà del lulàv da recitare il giorno di Tu Bishvát

È scritto nel famoso libro di chassidut “Benè Issa-char” che abbiamo ricevuto per tradizione dai nostri padri, che nel giorno di Tu Bishvat il pregare per il conseguimento di un buon etrog, è propizio affinché la tefillà sia ascoltata. Quindi è bene che ognuno preghi in questa giornata, in cui la linfa sale negli alberi, ed in cui iniziano gli alberi a germogliare, che Hashem gli dia il merito di eseguire la mizwà dei 4 minim durante Sukkot, e la sua tefillà darà i suoi “frutti”!

Riportiamo qui a fianco una delle tefillot di Rabbi Natan, discepolo prediletto di Rabbi Nachman di Breslav, presa dal suo libro di tefillot -Likutèi Tefillot-; ognuno approfitti di questa giornata per richiedere ad Hashem le sue 4 specie per la festa di Sukkot e che le nostre tefillot siano esaudite! Amen

“Oh S. dacci il merito di adempiere alla mizwà dell’etrog e delle altre specie con completezza, e a suo tempo. E fa che abbiamo sempre un etrog ben fatto, kasher e di bell’aspetto in tutti i suoi dettagli, estremamente meuddar; rivela la bellezza della santità del Tuo popolo d’Israele al mondo, e specialmente il puro splendore dei Tuoi zaddikim! A tal punto che tutte le creature della terra, desidereranno legarsi a loro, prendere il loro nome ed accedere al loro splendore! Allora l’umanità seguirà la loro strada, per fare la Tua Volontà per sempre!”

“Concedici un etrog di bell’aspetto per la santa festa di Sukkot, affinché possiamo disporre di un etrog bello, kasher veramente e meuddar in tutti le sue minuziosità! Ed il lulav, il mirto ed il salice, belli, ksherim e perfetti! Dacci il merito di compiere la mizwà del lulav appieno e a suo tempo, con grande santità, con amore e timore, con gioia e con grande ardore! Ed il merito di recitare l’hallel con vera concentrazione con le 4 specie e con le Oshanot! Di compiere gli scuotimenti, e i favolosi giri intorno alla Tèv! E tutto con amore e semplicità, con attaccamento e devozione, con la massima gioia per il Tuo Grande e Santo Nome Temibile, così com’è la Tua Volontà e la volontà dei Tuoi zadikim!”

Chiaramente ognuno può aggiungere parole e suppliche secondo il consiglio del suo cuore!

– Tratto da Likutè Tefillòt di Rabbi Natan da Breslav –

└

TIKKÙN HAKLALÌ

Il testo ebraico del Tikkùn Haklalì comincia a pag. 72 e finisce a pag. 65, da leggere sfogliando le pagine nel verso ebraico

■ composta da Rabbi Natan ש"ס

Oh Padrone del mondo, D-o vivente, Misericordioso che giudica sempre il mondo dal lato buono, che desidera fare del bene e beneficia 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 arà, 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 zadikim 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 ralleghi 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 BaAdo-nai, Veodu lezecher Kodshò” Amen! Nezach! Sela! Vaed!

אֶזְכְּרֶכִי אִם-לֹא אֶעֱלֶה אֶת-יְרוּשָׁלַם עַל רֹאשׁ שְׁמֹחֲתִי: זָכֹר יי
 לְבִנְי אָדוֹם אֵת יוֹם יְרוּשָׁלַם הָאֲמָרִים עָרוּ עָרוּ עַד הַיְסוּד בָּהּ: בֵּת-
 בָּבֶל הַשְׁדֻדָה אֲשֶׁרִי שִׁישָׁלֶם-לָךְ אֶת-גְּמוּלָךְ שְׁגַמְלָתָ לָנוּ: אֲשֶׁרִי
 שִׁיאֲחִזוּ וְנִפְּץ אֶת-עַלְלֶיךָ אֶל-הַסֵּלַע:

SALMO 150

הִלְלוּ יְהוָה הַלְלוּ-אֵל בְּקִדְשׁוֹ הַלְלוּהוּ בְרִקִיעַ עֶזֶוּ: הַלְלוּהוּ בַגְּבוּרֹתָיו
 הַלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדֻלוֹ: הַלְלוּהוּ בְּתַקְעַ שׁוֹפָר הַלְלוּהוּ בְּנִבְלָ וְכִנּוֹר:
 הַלְלוּהוּ בְּתוֹף וּמְחוֹל הַלְלוּהוּ בְּמִנְיִם וְעוּגָב: הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי-שִׁמְעַ
 הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה: כָּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה הַלְלוּיָהּ:

Dopo la lettura del Tikkun Haklalì si dicano i seguenti tre versi

מִי יִתֵּן מִצִּיּוֹן יִשׁוּעַת יִשְׂרָאֵל בְּשׁוּב יי שְׁבוּת עַמּוֹ יִגַּל יַעֲקֹב יִשְׁמַח
 יִשְׂרָאֵל: וְתִשׁוּעַת צְדִיקִים מִיִּי מִעוֹזִם בְּעַת צָרָה: וַיַּעֲזְרֵם יי וַיַּפְּלֵטֵם
 יַפְּלֵטֵם מִרְשָׁעִים וַיּוֹשִׁיעֵם כִּי-חָסוּ בוּ:

Infine si reciti la tefillà a pag. 63

יי צְרַפְתָּהוּ: שְׁלַח מֶלֶךְ וַיִּתִּירָהוּ מִשָּׁל עַמִּים וַיִּפְתַּחְהוּ: שָׁמוּ אֲדוֹן
 לְבִיתוֹ וּמִשָּׁל בְּכָל-קַנְיָנוּ: לְאִסּוֹר שְׁרָיו בְּנִפְשׁוֹ וּזְקָנָיו יַחֲבֹם: וַיִּבְא
 יִשְׂרָאֵל מִצְרַיִם וַיַּעֲקֹב גַּר בְּאֶרֶץ-חָם: וַיִּפֹּר אֶת-עַמּוֹ מֵאֵד וַיַּעֲצֵמָהוּ
 מִצְרָיו: הִפְךָ לָבֶם לְשֵׁנָא עַמּוֹ לְהִתְנַפֵּל בְּעַבְדָּיו: שְׁלַח מִשָּׁה עַבְדּוֹ
 אַהֲרֹן אֲשֶׁר בָּחַר-בּוֹ: שָׁמוּ-בָם דְּבָרֵי אֹתוֹתָיו וּמִפְתִּים בְּאֶרֶץ חָם:
 שְׁלַח חֹשֶׁן וַיִּחְשַׁךְ וְלֹא-מָרוּ אֶת-דְּבָרָיו (קרי: דְּבָרוֹ): הִפְךָ אֶת-
 מִימֵיהֶם לְדָם וַיָּמָת אֶת-דַּגְתָּם: שָׁרַץ אֲרָצָם צִפְרָדַעִים בְּחֹדְרֵי
 מַלְכֵיהֶם: אָמַר וַיִּבְא עֶרֶב כְּנִים בְּכָל-גְּבוּלָם: נִתַּן גְּשֵׁמֵיהֶם כְּרֹד אֵשׁ
 לְהַבּוֹת בְּאֲרָצָם: וַיִּךְ גַּפְנָם וַתֵּאֱנַתֶּם וַיִּשְׁבֵּר עֵץ גְּבוּלָם: אָמַר וַיִּבְא
 אַרְבֶּה וַיִּלַּק וַאִין מִסְפָּר: וַיֹּאכַל כָּל-עֵשֶׂב בְּאֲרָצָם וַיֹּאכַל פְּרִי אֲדָמָתָם:
 וַיִּךְ כָּל-בְּכוֹר בְּאֲרָצָם רֵאשִׁית לְכָל-אוֹנָם: וַיּוֹצִיאֵם בְּכֶסֶף וְזָהָב וַאִין
 בְּשִׁבְטָיו כּוֹשֵׁל: שָׁמַח מִצְרַיִם בְּצֵאתָם כִּי-נִפְלַ פְּחָדָם עֲלֵיהֶם: פָּרַשׁ
 עָנָן לְמִסְךָ וְאֵשׁ לְהָאִיר לְיָלֵה: שָׁאַל וַיִּבְא שָׁלוֹ וְלַחֵם שָׁמַיִם יִשְׁפִיעֵם:
 פָּתַח צוּר וַיִּזּוּבוּ מַיִם הִלְכוּ בְּצִיּוֹת נְהַר: כִּי-זָכַר אֶת-דְּבַר קִדְשׁוֹ אֶת-
 אֲבָרְהָם עַבְדּוֹ: וַיּוֹצֵא עַמּוֹ בְּשֵׁשׁוֹן בְּרִנָּה אֶת-בְּחִירָיו: וַיִּתֵּן לָהֶם
 אֲרָצוֹת גּוֹיִם וַעֲמַל לְאֲמִים יִירָשׁוּ: בְּעַבּוֹר יִשְׁמְרוּ חֻקָּיו וַתּוֹרַתָּיו יִנְצְרוּ
 הַלְלוּיָהּ:

SALMO 137

עַל גְּהָרוֹת בְּכָל שָׁם יִשְׁבְּנוּ גַם-בְּכִינוּ בְּזִכְרָנוּ אֶת-צִיּוֹן: עַל-עַרְבִים
 בְּתוֹכָהּ תְּלִינוּ כְּנֹרֹתֵינוּ: כִּי שָׁם שָׁאֲלוּנוּ שׁוֹבֵינָנוּ דְּבָרֵי-שִׁיר וַתּוֹלְלֵינוּ
 שְׁמִחָה שִׁירוּ לָנוּ מִשִׁיר צִיּוֹן: אֵיךְ נִשִּׁיר אֶת-שִׁיר- יי עַל אֲדָמָת
 נְכַר: אִם-אֶשְׁפָּחַךְ יְרוּשָׁלַם תִּשְׁפַּח יְמִינִי: תִּדְבַּק-לְשׁוֹנִי לְחִפֵּי אִם-לֹא

וּבַחֲמַתְךָ נִבְהַלְנוּ: שֵׁת (קרי: שֵׁתָה) עֲוֹנֹתֵינוּ לְנִגְדְךָ עֲלַמְנוּ לְמֵאוֹר
 פְּנֶיךָ: כִּי כָל-יָמֵינוּ פָּנוּ בְעֵבְרֹתֶיךָ כְּלֵינוּ שָׁנֵינוּ כְּמוֹ-הֶגְהָ: יְמֵי-שָׁנוֹתֵינוּ
 בְּהֵם שְׁבָעִים שָׁנָה וְאִם בְּגִבּוֹרֹת שְׁמוֹנִים שָׁנָה וְרַהֲבָם עָמַל וְאָנֹן כִּי-גַז
 חֵישׁ וְנִנְעָפָה: מִי-יֹדַע עַז אִפְּךָ וּכְיִרְאָתֶךָ עֵבְרֹתֶיךָ: לְמִנּוֹת יָמֵינוּ בֵּן
 הַדּוֹעַ וְנִבְא לְבַב חֲכָמָה: שׁוּבָה יי עַד-מְתִי וְהִנַּחֵם עַל-עֲבֻדֶיךָ:
 שְׁבַעֲנוּ בְבִקְרַת חֲסֵדֶךָ וְנִרְנְנָה וְנִשְׁמַחָה בְּכָל-יָמֵינוּ: שְׁמַחְנוּ כִּימוֹת
 עֲנִיָּתֵנוּ שָׁנוֹת רֵאֵינוּ רָעָה: יִרְאָה אֶל-עֲבֻדֶיךָ פִּעְלֶיךָ וְהַדְרִיךְ עַל-בְּגִינָהֶם:
 וַיְהִי נֵעַם אֶד-נִי אֶל-יְנוּ עֲלֵינוּ וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָה עֲלֵינוּ וּמַעֲשֵׂה
 יְדֵינוּ כּוֹנְנָהוּ:

SALMO 105

הוֹדוּ לַיי קְרָאוּ בְשֵׁמוֹ הוֹדִיעוּ בְּעַמִּים עֲלִילוֹתָיו: שִׁירוּ-לוֹ זִמְרוּ-
 לוֹ שִׁיחוּ בְּכָל-נַפְלְאוֹתָיו: הִתְהַלְלוּ בְּשֵׁם קִדְשׁוֹ יִשְׁמַח לֵב מִבְּקִשֵׁי
 יי: דִּרְשׁוּ יי וְעֲזֹ בִקְשׁוּ פָּנָיו תָּמִיד: זְכְרוּ נַפְלְאוֹתָיו אֲשֶׁר-עָשָׂה
 מִפְּתִיו וּמִשְׁפָּטֵי-פִיו: זֶרַע אֲבָרָהֶם עֲבָדוּ בְּנֵי יַעֲקֹב בְּחִירְיוֹ: הוּא יי
 אֶל-יְנוּ בְּכָל-הָאָרֶץ מִשְׁפָּטָיו: זְכַר לְעוֹלָם בְּרִיתוֹ דָּבָר צְנִה לְאֶלֶף
 דּוֹר: אֲשֶׁר כָּרַת אֶת-אֲבָרָהֶם וּשְׁבוּעָתוֹ לְיִשְׁחָק: וַיַּעֲמִדָה לְיַעֲקֹב לְחֹק
 לְיִשְׂרָאֵל בְּרִית עוֹלָם: לֵאמֹר לֵךְ אֶתְּן אֶת-אָרֶץ-כְּנָעַן חִבְל נַחֲלָתְכֶם:
 בְּהִיּוֹתֶם מְתֵי מִסְפָּר כְּמַעֲט וְגֵרִים בָּהֶם: וַיִּתְּהַלְכוּ מִגּוֹי אֶל-גּוֹי
 מִמַּמְלָכָה אֶל-עַם אַחֵר: לֹא-הִנִּיחַ אָדָם לְעַשְׂקֶם וַיִּזְכַּח עֲלֵיהֶם
 מַלְכִּים: אֶל-תִּגְעוּ בְּמִשְׁיַחַי וּלְנִבְיָאֵי אֶל-תִּרְעוּ: וַיִּקְרָא רָעַב עַל-הָאָרֶץ
 כָּל-מִטָּה-לְחֵם שָׁבַר: שְׁלַח לְפָנֵיהֶם אִישׁ לְעַבְדֵי נִמְפָּר יוֹסֵף: עֲנוּ
 בְּכָפַל כְּגִלְיוֹ (קרי: כְּגִלּוֹ) בְּרִזְלָה בָּאָה נִפְשׁוֹ: עַד-עַתָּה בְּאֵ-דְבָרוֹ אִמְרַת

לְמַנְצַח עַל-יְדֵי־תוֹן (קרי: יְדוּתוֹן) לְאֶסֶף מְזֻמּוֹר: קוֹלִי אֶל-אֵל-יִם
 וְאֶצְעָקָה קוֹלִי אֶל-אֵל-יִם וְהֶאֱזִין אֵלַי: בְּיוֹם צָרָתִי אֲדַגֵּי דַרְשָׁתִי יְדִי
 לִילָה נִגְרָה וְלֹא תְפּוּג מֵאֲנָה הַנַּחֵם נַפְשִׁי: אֲזַכְּרָה אֵל-יִם וְאֶהְמִיָּה
 אֲשִׁיחָה וְתִתְעַטֵּף רוּחִי סֵלָה: אַחֲזֹת שְׁמֵרוֹת עֵינַי נִפְעַמְתִּי וְלֹא אֲדַבֵּר:
 חֲשַׁבְתִּי יָמִים מִקֶּדֶם שָׁנוֹת עוֹלָמִים: אֲזַכְּרָה נְגִינָתִי בְּלִילָה עִם-לְבָבִי
 אֲשִׁיחָה וְיִחַפֵּשׂ רוּחִי: הִלְעוּלְמִים יִזְנַח אֲדַגֵּי וְלֹא-יִסִּיף לְרַצוֹת עוֹד:
 הֶאֱפֵס לְנִצַּח חֲסֵדוֹ גָּמַר אֲמַר לְדֹר דָּר: הִשְׁכַּח חֲנוּת אֵל אִם-קִפְצָה
 בְּאֶף רַחֲמָיו סֵלָה: נֹאמַר חֲלוּתִי הִיא שָׁנוֹת יָמִין עֲלִיוֹן: אֲזַכִּיר (קרי:
 אֲזַכּוֹר) מֵעַלְלִי-יָהּ כִּי-אֲזַכְּרָה מִקֶּדֶם פִּלְאָן: וְהִגִּיתִי בְּכָל-פְּעֻלָּתְךָ
 וּבַעֲלִילוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה: אֵל-יִם בִּקְדָשׁ דִּרְכָּךָ מִי-אֵל גָּדוֹל כְּאֵל-יִם:
 אַתָּה הָאֵל עֲשֵׂה פְלֶא הוֹדְעֵת בְּעַמִּים עֲזָן: גָּאֲלֹת בְּזוֹרַע עֲמֻן בְּגִי-
 יַעֲקֹב וַיּוֹסֶף סֵלָה: רָאוּךְ מֵיִם אֵל-יִם רָאוּךְ מֵיִם יַחִילוּ אֶף יִרְגְּזוּ
 תְהַמּוֹת: זָרְמוּ מֵיִם עֲבוֹת קוֹל נְתַנּוּ שְׁחָקִים אֶף-חֲצֻצִיךָ תְהַלְכוּ: קוֹל
 רַעֲמָךְ בַּגִּלְגָּל הָאִירוּ בְּרָקִים תִּבְלַח רְגִזָּה וְתוֹרַעַשׂ הָאֶרֶץ: בְּיָם דִּרְכָּךָ
 וּשְׁבִילֶיךָ (קרי: וּשְׁבִילָךְ) בְּמֵיִם רַבִּים וְעַקְבוֹתֶיךָ לֹא נִדְעוּ: נַחִית כְּצֹאן
 עֲמֻן בְּיַד-מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן:

תִּפְלָה לְמֹשֶׁה אִישׁ-הָאֵל-יִם אֲדַגֵּי מְעוֹן אַתָּה הֵייתָ לָנוּ בְּדֹר דָּר:
 בְּטָרָם הָרִים יָלְדוּ וְתַחֲלִל אֶרֶץ וְתַבַּל וּמַעוֹלָם עַד-עוֹלָם אַתָּה אֵל:
 תִּשָּׁב אֲנוֹשׁ עַד-דִּפְא וְתֹאמַר שׁוּבוּ בְּגִי-אָדָם: כִּי אֵלֶּךָ שָׁנִים בְּעֵינֶיךָ
 כְּיוֹם אֶתְמוֹל כִּי יַעֲבֹר וְאֲשַׁמּוּרָה בְּלִילָה: זָרַמְתָּם שָׁנָה יִהְיוּ בְּבִקְרָה
 כְּחֻצִיר יַחֲלֶף: בְּבִקְרָה יַצִּיץ וְחֲלֶף לְעָרֵב יְמוּלִל וַיִּבֵּשׂ: כִּי-כָלִינוּ בְּאֶפְרַיִם

חַיִּי: אֹמְרָה לֹאֵל סְלַעֵי לְמָה שְׂכַחְתָּנִי לְמָה-קָדַר אֶלְךָ בְּלַחַץ אוֹיֵב:
 בְּרִצָּח בְּעֲצָמוֹתַי חֲרַפּוֹנֵי צוּרְרֵי בְּאִמְרָם אֵלַי כָּל-הַיּוֹם אֵיֶה אֶל-יָד:
 מַה-תִּשְׁתַּוְּחָחִי נַפְשִׁי וּמַה-תִּתְּהַמֵּי עָלַי הוֹחִילִי לֹאֵל-יָם כִּי-עוֹד אוֹדְנֶנּוּ
 יְשׁוּעַת פָּנָי וְאֵל-יָי:

SALMO 59

לְמַנְצַח אֵל-תִּשְׁחַח לְדוֹד מִכְתָּם בְּשִׁלַּח שְׂאוּל וַיִּשְׁמְרוּ אֶת-הַבַּיִת
 לְהַמִּיתוֹ: הֲצִילֵנִי מֵאֲיֵבֵי אֶל-יָי מִמִּתְקוֹמְמֵי תִשְׁגָּבֵנִי: הֲצִילֵנִי מִפְּעֻלֵי
 אֲנָן וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי: כִּי הִנֵּה אָרְבוּ לְנַפְשִׁי יְגוּרוּ עָלַי עֲזִים
 לֹא-פִשְׁעֵי וְלֹא-חַטָּאתַי יִי: בְּלִי-עוֹן וְרוּצוֹן וַיְכַוְּנוּ עוֹרָה לְקַרְאֲתִי
 וּרְאָה: וְאֵתָה יִי-אֶל-יָם צָבָאוֹת אֶל-יָי יִשְׂרָאֵל הַקִּיֵּצָה לְפָקֹד כָּל-
 הַגּוֹיִם אֵל-תִּחַן כָּל-בְּגֵדֵי אֲנָן סֵלָה: יִשׁוּבוּ לְעָרְב יִהְמוּ כְּכֹלֵב וַיִּסּוּבְבוּ
 עִיר: הִנֵּה יִבְעוֹן בְּפִיהֶם חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם כִּי-מִי שָׁמַע: וְאֵתָה
 יִי תִשְׁחַק-לְמוֹ תִלְעַג לְכָל-גּוֹיִם: עֲזוּ אֶלֶיךָ אֲשַׁמְרָה כִּי-אֶל-יָם
 מִשְׁגָּבֵי: אֶל-יָי חֲסִדוֹ (קרי: חֲסִדֵי) יִקְדַּמְנִי אֶל-יָם יִרְאֵנִי בְּשַׂרְרֵי: אֵל-
 תִּהְרַגְם פֶּן-יִשְׁכַּחוּ עַמִּי הַנִּיַּעְמוּ בְּחִילְךָ וְהוֹרִידְמוּ מִגִּגְנוֹ אֲדֹנָי:
 חֲטָאת-פִּימוּ דַבֵּר-שִׁפְתֵימוּ וַיִּלְכְּדוּ בְּגֹאוֹנָם וּמֵאֲלֹה וּמִפִּחַשׁ יִסְפְּרוּ:
 כֹּלָה בְּחִמָּה כֹּלָה וְאֵינָמוּ וַיִּדְעוּ כִּי-אֶל-יָם מִשָּׁל בְּיַעֲקֹב לְאַפְסֵי
 הָאָרֶץ סֵלָה: יִשׁוּבוּ לְעָרְב יִהְמוּ כְּכֹלֵב וַיִּסּוּבְבוּ עִיר: הִמָּה וְנוֹעוֹן (קרי:
 וְנוֹעוֹן) לְאָכַל אִם-לֹא יִשְׁבְּעוּ וַיִּלְיֵנוּ: וְאֵנִי אֲשִׁיר עֲזָךְ וְאֶרְנֵן לְבִקְר
 חֲסִדְךָ כִּי-הָיִיתָ מִשְׁגָּב לִי וּמְנוּס בְּיוֹם צָר-לִי: עֲזֵי אֶלֶיךָ אֲזַמְרָה כִּי-
 אֶל-יָם מִשְׁגָּבֵי אֶל-יָי חֲסִדֵי:

לַמְנַצַּח מְזִמּוֹר לְדָוִד: אֲשֶׁרֵי מִשְׁפִּיל אֶל-דָּל בְּיוֹם רָעָה יִמְלֹטְהוּ
 יי : יי יִשְׁמְרֵהוּ יִחְיֶהוּ יֵאָשֶׁר (קרי: וְאֲשֶׁר) בְּאֶרֶץ וְאֶל-תַּתְּנֵהוּ
 בְּנֶפֶשׁ אִיבִיו: יי יִסְעֲדֵנוּ עַל-עֵרֶשׁ דְּרִי כָּל-מִשְׁכָּבוֹ הַפִּכָּת בְּחִלְיוֹ:
 אֲנִי-אֶמְרָתִי יי חֲנִנִי רָפְאָה נִפְשִׁי כִּי-חָטָאתִי לָךְ: אוֹיְבֵי יֹאמְרוּ רַע
 לִי מְתֵי יָמוֹת וְאָבֵד שְׁמוֹ: וְאִם-כָּא לְרֵאוֹת שְׁוֹא יְדַבֵּר לְבוֹ יִקְבֹּץ-אָנֹן
 לוֹ יֵצֵא לַחוּץ יְדַבֵּר: יַחַד עָלַי יִתְלַחֲשׁוּ כָּל-שֹׁנְאֵי עָלַי יִחְשְׁבוּ רָעָה לִי:
 דַּבֵּר-בְּלִיעַל יִצּוֹק בוֹ וְאֲשֶׁר שָׁכַב לֹא-יִוָּסֵף לְקוֹם: גַּם-אִישׁ שְׁלוֹמִי
 אֲשֶׁר-בְּטַחְתִּי בוֹ אוֹכַל לַחְמִי הַגְּדִיל עָלַי עָקַב: וְאַתָּה יי חֲנִנִי
 וְהִקִּמְנִי וְאִשְׁלַמְהָ לָּהֶם: בְּזֹאת יְדַעְתִּי כִּי-חָפַצְתָּ בִּי כִּי לֹא-יָרִיעַ אִיבֵי
 עָלַי: וְאֲנִי בַתְּמִי תִמְכַּת בִּי וַתַּצִּיבֵנִי לְפָנֶיךָ לְעוֹלָם: בְּרוּךְ יי אֱלֹהֵי-
 יִשְׂרָאֵל מִהָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם אָמֵן וְאָמֵן:

לַמְנַצַּח מִשְׁפִּיל לְבָנֵי-קַרְח: כָּאֵיל תַּעֲרַג עַל-אֶפְיָקִי-מַיִם בֵּן נִפְשִׁי
 תַּעֲרַג אֵלַיךְ אֱלֹהֵי-יָם: צָמְאָה נִפְשִׁי לֹאֵל-יָם לֹאֵל חָי מְתֵי אָבוֹא
 וְאַרְאָה פָּנֵי אֱלֹהֵי-יָם: הֲיִתָּה-לִּי דִמְעָתִי לְחֵם יוֹמָם וּלְלֵילָה בְּאָמֹר אֵלֵי
 כָּל-הַיּוֹם אֵיךְ אֱלֹהֵי-יָם: אֵלֶּה אֲזַכְּרֶה וְאֲשַׁפְּכָה עָלַי נִפְשִׁי כִּי אֶעֱבֹר בְּסַךְ
 אֲדָדָם עַד-בֵּית אֱלֹהֵי-יָם בְּקוֹל-רִנָּה וְתוֹדָה הֵמוֹן חוֹגֵג: מֵה-תִּשְׁתַּחֲוֶי
 נִפְשִׁי וַתִּהְיֶי עָלַי הוֹחִילִי לֹאֵל-יָם כִּי-עוֹד אוֹדְנֹו יִשׁוּעוֹת פָּנָיו: אֱלֹהֵי-
 עָלַי נִפְשִׁי תִשְׁתַּחֲוֶח עַל-כֵּן אֲזַכְּרֶךָ מֵאֶרֶץ יִרְדֵּן וְחֶרְמוֹנִים מִהַר מִצְעָר:
 תְּהוֹם-אֵל-תְּהוֹם קוֹרָא לְקוֹל צְנוּרִיךָ כָּל-מִשְׁבְּרֵיךָ וְגַלְיָךְ עָלַי עָבְרוּ:
 יוֹמָם יִצְוָה יי חֲסִדוֹ וּבְלִילָה שִׁירָה (קרי: שִׁירוֹ) עָמִי תִפְלֶה לֹאֵל

מִכְתָּם לְדוֹד שְׁמֵרָנִי אֵל כִּי-חֲסִיתִי בְךָ : אָמַרְתָּ לִּי אֲדֹ-נִי אַתָּה
 טוֹבָתִי בַל-עֲלִיךָ : לְקַדוֹשִׁים אֲשֶׁר-בְּאָרְץ הַמָּה וְאֲדִירֵי כָל-חֲפְצֵי-בָם :
 יָרְבוּ עֲצוּבוֹתֶם אַחַר מְהֵרוּ בַל-אֲסִיךְ נִסְכֵיהֶם מַדָּם וּבַל-אֲשָׂא אֶת-
 שְׁמוֹתֶם עַל-שְׁפֹתַי : יי מִנֵּת-חֲלָקֵי וְכוֹסֵי אַתָּה תוֹמִיךְ גּוֹרְלִי :
 חֲבָלִים נָפְלוּ-לִי בְנַעֲמִים אֶף-נִחַלְתָּ שְׁפָרָה עָלַי : אֲבַרְךָ אֶת- יי אֲשֶׁר
 יַעֲצָנִי אֶף-לִילֹוֹת יְסַרְוֵנִי כְלִיּוֹתַי : שְׁוִיתִי יי לְנִגְדֵי תַמִּיד כִּי מִימִינִי
 בַל-אָמוּט : לְכֵן שְׁמַח לִבִּי וַיִּגַּל כְּבוֹדִי אֶף-בְּשָׂרִי יִשְׁפֹן לְבֹטֶח : כִּי
 לֹא-תַעֲזוֹב נַפְשִׁי לְשָׂאוֹל לֹא-תִתֵּן חֲסִידֶיךָ לְרְאוֹת שְׁחַת : תוֹדִיעֵנִי אֲרַח
 חַיִּים שְׁבַע שְׁמַחוֹת אֶת-פְּנֵיךָ נַעֲמוֹת בִּימִינְךָ נֹצַח :

לְדוֹד מִשְׁפִּיל אֲשָׁרִי נְשׁוּי-פֶשַׁע כְּסוּי חֲטָאָה : אֲשָׁרִי אָדָם לֹא יִחְשָׁב
 יי לוֹ עוֹן וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָה : כִּי-הִחֲרַשְׁתִּי בְלוּ עֲצָמַי בְּשִׂאֲגָתִי כָל-
 הַיּוֹם : כִּי יוֹמָם וְלַיְלָה תִכְבַּד עָלַי יָדְךָ נְהַפֵּךְ לְשֹׁד בְּחַרְבֵי קִיץ סֵלָה :
 חֲטָאתִי אֹדִיעֶךָ וְעוֹנֵי לֹא-כִסִּיתִי אָמַרְתִּי אֹדָה עָלַי פֶשַׁעִי לִי
 וְאַתָּה נִשְׂאתָ עוֹן חֲטָאתִי סֵלָה : עַל-זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל-חֲסִיד אֲלֶיךָ לַעַת
 מִצֵּא רַק לְשֹׁטֵף מִיָּם רַבִּים אֲלֵיו לֹא יִגִּיעוּ : אַתָּה סֹתֵר לִי מִצַּר תִּצְרַנִּי
 רְגִי פִלֵּט תְּסוּבְכֵנִי סֵלָה : אֲשַׁפִּילְךָ וְאוֹרֶךְ בְּדַרְכֶךָ-זוֹ חֲלַךְ אִיעֲצָה עָלֶיךָ
 עֵינַי : אֵל-תִּהְיֶה כְּסוּס כְּפָרָד אִין הִבִּין בְּמַתְג-נֶרְסֵן עֲדִיו לְבָלוּם בַּל
 קָרַב אֲלֶיךָ : רַבִּים מִכְּאוֹבִים לְרַשָּׁע וְהַבּוֹטֵחַ בִּי חֲסֵד יְסוּבְכֵנוּ :
 שְׁמַחוּ בִי וַיִּגִּילוּ צַדִּיקִים וְהִרְנִינוּ כָּל-יִשְׂרָאֵל :

TIKKUN HAKLALI

È bene recitare questi tre brani prima di leggere il Tikkun Haklali

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

לְכוּ נִרְנְנָה לִי נְרִיעָה לְצוֹר יִשְׁעֵנוּ: נִקְדְּמָה פָּנֵינוּ
בְּתוֹדָה בְּזִמְרוֹת נְרִיעַ לֹ: כִּי אֵל גְּדוֹל יִי וּמֶלֶךְ גְּדוֹל
עַל-כָּל-אֵלִים:

הריני מזמן את פי להודות ולהלל ולשבח את בוראי. לשם יחוד
קודשך בְּרִיךְ הוּא וּשְׁכִינְתָהּ בְּדַחֲלוֹ וּרְחִימוֹ עַל יְדֵי הַהוּא טְמִיר
ונעלם בשם כל ישראל.

hamefizitalia@gmail.com
3925407850- 3333508862

APRI
MOMENTI DI TORÀ
DA
QUESTO
LATO
E
LEGGI
IL

**TIKKÙN
HAKLALÌ**

