



MESE DI **AV** NUMERO 9 • ANNO VII

MOMENTI DI TORÀ

5 MINUTI AL GIORNO DI MUSÀR E HALAKHÀ





In ricordo di
לעלוי נשמת



Leilui Nishmat
Pacifico Shelomo di Porto
ben Verginia




MOMENTI DI MUSAR

VIAGGIARE IN TERRA D'ISRAELE.....

Avendo constatato che molti ebrei italiani che visitano Israele pensano che lì si possa comprare e mangiare senza controllare la kasherut, riteniamo importante informare che anche in Israele ci sono problemi a riguardo. Innanzitutto bisogna verificare se i ristoranti o qualsiasi attività di genere alimentare abbiano il certificato di kasherut in corso (necessario controllare quindi la data di emissione) con il timbro dalla Rabbanut locale.

Secondo l'alachà è molto difficile affidarsi al padrone dell'attività, specialmente se questi non è osservante della Torà e delle mitzvot; è consigliabile inoltre, di non accettare nessun tipo di giustificazione per la mancata certificazione di kasherut (del tipo: *"la carne è kasher ma non ho il certificato perché sono aperto di Shabbat!"*) a meno che ne disponga come detto sopra.

Bisogna inoltre sapere che la frutta e la verdura cresciuta in Terra d'Israele è vietato mangiarla se non sono state prelevate prima le maaserot-decime e le terumot-offerte e che ci sia accertati che la frutta dell'albero che si vuole mangiare non provenga da un albero nel suo terzo anno (orlà) o quarto anno (neta revai) dalla sua piantagione.

Per il precetto dell'orlà, il quale riguarda solo per i frutti dell'albero, ci sono autorità rabbiniche che alleggeriscono e ritengono che ci sia la possibilità di appoggiarsi alla maggioranza di questi che sono presenti in Israele i quali non provengono

da un albero di orlà e quindi in caso di necessità è permesso cibarsene a meno che ci sia la certezza che provengano da una piantagione di orlà che allora in questo caso sarà proibito mangiarli. La stessa regola vale sulla frutta dell'albero del quarto anno chiamata neta revai che in caso di dubbio è possibile alleggerire e appoggiarsi sulla maggioranza come per l'orlà. Chi vuole comunque essere rigoroso e non appoggiarsi alla maggioranza, prenderà solo frutta dell'albero certificata dal Rabbinat locale.

Ai tempi del Santuario la frutta dell'albero del quarto anno si doveva portare a Gerusalemme e consumarla lì o riscattarla sul denaro e portarlo a Yerushalaim ed acquistarla con esso cibo e mangiarlo lì. Oggi però c'è l'obbligo, non essendoci il Santuario, semplicemente di riscattarlo come spiegheremo più avanti. Per il prelievo invece delle terumot e delle maaserot dove c'è l'obbligo di prelevarle su ogni tipo di frutta e verdura cresciuta in Israele, non esiste alcun tipo di facilitazione. Quindi anche nel caso che ci sia il dubbio che siano state prelevate le terumot e le maaserot o meno, ci sarà l'obbligo di prelevarle.

Un altro obbligo che vige sulla frutta e verdura di Erez Israel è il prelevamento del maaser sheni e maaser ani. Ai tempi del Santuario a Gerusalemme il maaser sheni si doveva prelevare e portare a Gerusalemme e mangiarlo lì. Il maaser ani invece si dava al povero. Oggi però, non essendoci il Bet-Amikdash, vige l'obbligo comunque di prelevare il maaser sheni, riscattando la sua santità o su una moneta (c'è chi permette di farlo su un pò di zucchero) spiegheremo più avanti il processo molto semplice del riscatto.

Il maaser ani invece, al giorno d'oggi, non si dà al povero e non

necessita il riscatto ma sarà incluso nel prelevamento che si estrae per le terumot e le altre maaserot. Si deve sapere che il maaser sheni vige solo nel primo, secondo, quarto e quinto anno del ciclo dei sette anni dall'anno sabbatico, ed il maaser anì solo nell'anno terzo e sesto del ciclo dei sette anni dall'anno sabbatico. L'anno 5779-2018/19 per esempio è il quarto anno dall'anno sabbatico quindi ci sarà l'obbligo di effettuare come spiegato il maaser sheni. Il settimo anno ovviamente è l'anno di Shemittà-l'anno sabbatico in cui vigono altre norme che non ci dilunghiamo qui a spiegare. L'operazione del prelevamento della terumà e maaserot e del riscatto del maaser sheni (quando è necessario) e del neta revai (quando si tratta di frutti dell'albero) è molto semplice. Si deve prendere un piccola parte di ogni specie di frutta o verdura che si vuole mangiare, (nel caso si voglia mangiare più di un frutto della stessa specie basterà prelevarne da uno solo). Poi si dovrà prendere una moneta o un pò di zucchero dove ricadrà la santità per il riscatto del maaser sheni ed enunciare quindi la formula seguente: (per facilitare l'operazione riportiamo qui la formula sintetica, ma chi vuole essere più rigoroso dovrà recitare la formula completa riportata su molti libri di tefillà): ***“Tutti i prelievi delle terumot e delle maaserot e il riscatto del maaser sheni e del re'vai ricadano come scritto nel testo (come il siddur tefillà) in mio possesso secondo la norma”*** (è necessario che si abbia un libro di tefillà in possesso anche non con sé nel momento dell'operazione e che ci sia scritta la formula completa del prelevamento delle terumot e delle maaserot).

Prima di buttare il pezzo di frutta o di verdura prelevata, bisognerà avvolgerla (per non disprezzare la

santità in essa contenuta). Dopo di che si potrà mangiare.

La moneta che è stata presa per il riscatto del maaser sheni o del neta revai si dovrà eliminare il suo valore rendendola inutilizzabile e poi gettarla via o più semplicemente passare la santità ricaduta sulla moneta su un pò di zucchero dicendo solamente: *“la santità presente in questa moneta passi su questo zucchero”* poi si dovrà avvolgerlo e gettarlo via e la moneta si potrà utilizzare come si vorrà.

Bisogna fare attenzione, quando il riscatto si fa con la moneta, di conservarla accuratamente fino a che non si faccia passare la santità in essa sullo zucchero o dopo averla resa inutilizzabile come detto sopra. Il numero di riscatti che si possono effettuare su una moneta dipende dal valore della stessa. Ogni riscatto persino su una grande quantità di frutta richiederà dalla moneta presa per l'operazione, il valore di circa 15 agurot-centesimi Israeliani quindi con uno shekel è possibile fare non più di sei volte il riscatto.

E' bene ribadire che le regole qui riportate riguardano il caso che ci sia il dubbio che non siano state effettuate i prelevamenti delle terumot e maaserot, ma nel caso si compri della frutta o verdura con il certificato valido del Rabbinate locale non ci sarà assolutamente alcuna necessità di queste operazioni.

Per ulteriori informazioni su queste regole ci è stata data la gentile disponibilità da parte di Rav Amitai Sermoneta Rav Michele Ajò e Rav Hillel Sermoneta ai quali chiunque abbia la necessità, potrà loro rivolgersi senza esitazioni.

I numeri di telefono da Israele:

Rav Amitai Sermoneta:

057 3131543 - 02 6510202

Rav Michele Ajò:

050 4119334 - 03 5793439.

Rav Hillel Sermoneta: 052 3377819

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHOT MATTOT - MA'ASÈ

“Con tutti i tuoi beni” (Devarim 6,5)

Rabbi Menachem Mendel di Chernobyl venne a sapere che in una piccola città dell'Ucraina in cui viveva una comunità ebraica, non era presente un miqvè per le immersioni rituali.

Di fronte a questa notizia, lo Tzaddiq decise di rivolgersi ad un ricco e facoltoso ebreo di sua conoscenza, promettendogli che, se avesse realizzato a suo spese un miqvè per quella piccola città, gli avrebbe “venduto” la propria parte nell'Olam HaBà ~ Mondo futuro. E così avvenne.

I Chassidim del grande rabbino interrogarono il loro maestro per tale insolita concessione, non comprendendo come lo Tzaddiq potesse aver ceduto la propria parte nell'Olam HaBà, faticosamente guadagnata con il costante studio della Torah e la scrupolosa osservanza delle mitzvot.

Rabbi Menachem rispose loro così: *“E' scritto nella Torah: “Ed amerai Hashem il Tuo D_o con tutto il tutto cuore, con tutta la tua anima e con tutti i tuoi beni” (Devarim 6, 5). Ha spiegato Rashi che il termine “con tutti i tuoi beni” allude al fatto che dobbiamo essere disposti a servire HaQadosh Baruch Hu “con tutto il nostro denaro”. Questo verso contenuto nello Shemà Israel, che recito scrupolosamente al mattino ed alla sera, mi ha sempre posto di fronte ad un dilemma personale. Come può infatti un povero ebreo come me – continuò lo Tzaddiq – affermare di servire Hashem “con tutto il proprio denaro” senza, però, mentire di fronte a Lui, visto che non possiedo neanche una insignificante monetina? Per questa ragione, avendo io un qualcosa, la mia parte nell'Olam HaBà, a cui altri attribuiscono un importante valore economico, mi è sembrato assolutamente necessario che vendessi la mia “proprietà” al fine compiere l'importante mitzvà di amare HaQadosh Baruch Hu con tutto il mio denaro e non, Chas veChalila, recitare una falsa dichiarazione innanzi a Lui...”*

DERASHÀ DI SHABBAT

PARASHAT MATTOT - MA'ASE'

La richiesta delle tribù di Reuven e Gad

“Molto bestiame possedevano i figli di Reuven, e quello dei figli di Gad era molto possente” (Bemidbar 32, 1).

Spiega il noto commentatore Qli Yaqar che, in realtà, mentre il bestiame posseduto dalla tribù di Reuven era molto numeroso, quello della tribù di Gad, seppur quantitativamente inferiore, era però più forte e possente del primo. Com'è scritto nel Talmud, infatti, il bestiame della tribù di Gad era talmente vigoroso da essere in grado di uccidere anche i lupi (TB Ta'anit 25a).

Visto che il loro bestiame era così numeroso e forte, gli stessi chiesero a Moshè Rabbenu il permesso di poter risiedere da soli appena fuori i confini di Erez Israel (in particolare, nel territorio di Yazèr e Ghilad), senza temere che eventuali nemici si appropriassero dei loro greggi, in quanto confidavano, in proposito, nella propria forza ed in quella degli animali di loro proprietà. Tutto ciò, al punto da spingerli a chiedere di poter *“costruire qui degli ovili per il bestiame e poi delle città per i nostri piccoli”* (Bemidbar 32, 16), affinché i loro figli fossero stati *“protetti”* in caso di aggressione nemica dalla presenza, intorno alle città, da propri greggi costituiti da possenti e numerosi animali. Il che, secondo le loro valutazioni militari e strategiche, avrebbe consentito loro di avere il tempo a disposizione per porre in salvo donne e bambini.

Nonostante quanto sopra, Moshè rimproverò aspramente le tribù di Reuven e di Gad accusandoli di non aver fiducia nella salvezza di Hashem.

Egli, infatti, disse loro: *“costruitevi prima delle città per i vostri piccoli e poi delle recinzioni per le vostre greggi”* (Bemidbar 32, 24), e ciò fece affinché le altre tribù d'Israele avrebbero visto e compreso che anche le tribù di Reuven e Gad, nonostante le proprie capacità difensive, riponevano piena fiducia nella protezione di D_o Benedetto, giungendo così, a loro volta, a confidare nella costante supervisione e difesa di HaQadosh Baruch Hu.



Lutto del Bet Amikdash

Siamo tutti sapienti, siamo tutti intelligenti, sappiamo tutti sappiamo la Torah, ma nonostante ciò..

Noi ogni anno siamo in lutto in ricordo della distruzione di Yerushalaim e del Bet Hamikdash.

Durante tutto l'anno e specialmente durante le tre settimane dal 17 di Tamuz e il 9 di Av abbiamo delle usanze particolari che avrebbero in teoria lo scopo di ricordarci la distruzione di Yerushalaim.

Siamo rigorosi nell'osservare tutte queste Alachot e tutte queste usanze, ma nonostante ciò....

Nonostante ciò, il nostro cuore rimane fuori da tutto questo!!

È scritto nella Torah: *"E saprai oggi, e potrai nel tuo cuore che Hashem è il solo Dio, nel cielo in alto e sulla terra in basso, e non vi è nessun altro."*

Questo verso ci insegna che, anche dopo la sapienza, il lavoro è quello di portare le cose imparate, al nostro cuore.

Il cuore ha delle regole a parte e

il sapere dell'intelletto non condiziona le sensazioni del cuore.

Quindi anche se noi compiamo tutte le regole e tutte le usanze di questo periodo così come ci hanno insegnato i nostri maestri, a volte succede che non riusciamo a fare proprio la cosa più importante: Portare il lutto per Yerushalaim al nostro cuore. Non riusciamo ad unirci al dolore di quello che è successo, alla perdita del Bet Amikdash.

Bisogna capire ciò che abbiamo perso, ciò che abbiamo smarrito e quanto la nostra vita oggi è distante anni luce rispetto alla vita che avremmo potuto avere se avessimo ancora la presenza di Hashem in mezzo a noi.

*Tratto da
"Im eshkachech Yerushalaim"*

MOMENTI DI HALAKHÀ

(Le alachot inerenti ben amezarim consulta momenti di torà di av degli scorsi anni)

Il 9 di Av sono accadute delle terribili catastrofi al popolo di Israele e nel Kitzùr Shulchàn Arùch è scritto (cap. 121, 5): *«In quel giorno fu decretato che i nostri antenati non sarebbero potuti entrare in Eretz Israel. Gli esploratori erano appena tornati dalla loro missione e quella stessa notte il popolo ebraico pianse inutilmente; pertanto, fu stabilito (che) quella data (divenisse un giorno) di pianto per le future generazioni. Nella medesima data avvennero anche la grande distruzione del primo Tempio e quella del secondo Tempio; fu conquistata la città di Betàr, che era una grande città in cui viveva un numero incalcolabile di ebrei; in questo stesso giorno Turnus Rufus ordinò di far passare un aratro sulle rovine del Tempio e nei suoi sobborghi, realizzando il (contenuto del) versetto (Ger. 26, 18 e Mi. 3, 12): “Tziòn sarà arata come un campo”».*

Tutte le tragedie avvenute in questa data hanno influito profondamente sulle successive generazioni perché, con la distruzione del Santuario abbiamo perso la nostra più grande fonte di spiritualità. Le norme di lutto che osserviamo il 9 di Av sono accompagnate da una grande attesa che il Santuario possa essere presto ricostruito e dalla speranza di poter, tra breve, ai nostri giorni, assistere alla redenzione finale.

Le normative per il digiuno del 9 di Av sono più severe di quelle concernenti gli altri digiuni pubblici (Ghedalià, 10 di Tevèt, 17 di Tamùz ecc.), con l'eccezione di Kippùr. Il 9 di Av dovrebbero digiunare anche le donne in gravidanza o quelle che allattano, allo stesso modo in cui devono farlo quando è Kippùr. Curiosità: gli autori dibattono a lungo sulla legittimità o meno di avere rapporti sessuali con la moglie quando il 9 di Av capita di Shabbàt. Dopo lunghe discussioni essi stabiliscono che è proibito averli, nonostante la concomitanza con Shabbàt, purché quella non sia la notte in cui la donna s'immerge nel mikvé, al termine del periodo mestruale.

Il digiuno del 9 di Av inizia con il tramonto del sole e si protrae fino all'uscita delle stelle del giorno successivo. La sera in cui ha inizio il 9 di Av è soggetta alla medesima normativa del giorno, sotto ogni aspetto. Quando la vigilia del 9 di Av è Shabbàt, dato che in quel giorno è vietato compiere in pubblico segni di lutto, s'inizierà ad applicare le normative di lutto dal momento in cui l'officiante dice barechù, nella preghiera di arvìt

Continua domani.....



MOMENTI
DI MUSAR

Lutto del Bet Amikdash

Proviamo a chiederci: Veramente pensiamo che le regole e le usanze di lutto siano lo scopo finale?

Qualcuno veramente pensa che possano avere l'effetto desiderato senza rendere partecipe il nostro cuore?

Veramente pensiamo che un lutto del genere, di regole e usanze esteriori ci possa assicurare un biglietto per assistere alla ricostruzione di Yerushalaim secondo il principio per il quale chi sta in lutto per il Bet Amikdash ne vedrà presto la sua ricostruzione?

Probabilmente no...

Ognuno di noi può capire che le usanze in ricordo di Yerushalaim hanno solamente lo scopo di portare il lutto dentro di noi. Ognuno di noi può capire che il lutto, la tristezza interiore, il dolore, il vero dispiacere alla distruzione del Bet Amikdash e alla perdita della presenza di Hashem, sono il vero scopo che i maestri hanno prefissato.

Ognuno di noi capisce che sola-

mente il vero lutto, dal profondo del cuore può darci la sicurezza di essere tra gli spettatori della prossima redenzione.

Tutto questo però è difficile. È difficile perché sono passati troppi anni dalla distruzione.

È difficile perché siamo sommersi dagli impegni quotidiani e con molta difficoltà riusciamo a uscire fuori.

È difficile perché il nostro cuore si trova lontanissimo.

È difficile, ma non impossibile.

Se riuscissimo ad interrompere un attimo la nostra vita quotidiana, se riuscissimo a studiare e capire ciò che scrivono i nostri maestri sulla distruzione di Yerushalaim, se riuscissimo ad aprire il nostro cuore e a permettere a ciò che ascoltiamo e leggiamo di entrare nei punti più profondi, non c'è dubbio che il nostro approccio a questo periodo sarebbe del tutto differente.

Il nostro lutto sarebbe più profondo, più sentito. Riusciremmo a collegarci con al vero lutto, a percepire il velo dolore.

E solo così potremmo avere veramente la sicurezza che "Colui è in lutto per Yerushalaim, merita di rivedere la sua costruzione".

*Tratto da
"Im eshkachech Yerushalaim"*

MOMENTI DI HALAKHÀ

Il motivo per cui i nostri Maestri hanno fissato il digiuno il 9 di Av e non il 10, è che, quando vi è una tragedia, il suo inizio è considerato più importante dell'epilogo. In esso, come vedremo più avanti, si devono mettere in pratica le cinque "afflizioni", quelle che si applicano anche il giorno di Kippùr. Una puerpera, entro trenta giorni dal parto, come pure una persona ammalata che ha necessità di nutrirsi, sono esenti dal digiuno senza che sia necessario eseguire accertamenti clinici. Siccome l'uso corrente è quello di digiunare, se possono, è meglio rivolgersi a un rabbino per decidere in merito mentre è caldamente sconsigliato digiunare entro i primi sette giorni dal parto e assolutamente vietato entro i primi tre.

In questo giorno è assolutamente vietato mangiare o bere. Una persona ammalata che, proprio per le sue deboli condizioni, è costretta a mangiare o bere, deve consultare un rabbino per sapere come comportarsi in questa occasione.

Non è permesso lavarsi i denti né sciacquarsi la bocca. Un fumatore accanito che avverte una grande sofferenza per l'astensione, è autorizzato a fumare dopo il chatzòt hayòm-metà del giorno, ma solo in privato.

In questo giorno è proibito lavarsi. Quando, alzandosi al mattino, si esegue la netilàt yadàim oppure quando, dopo essere andati ai servizi ed essersi puliti, ci si lava le mani occorre farlo limitatamente alle dita e non oltre la loro congiunzione con il palmo della mano.

Altra cosa vietata il 9 di Av è l'ungersi. Con questo termine s'intende l'uso del sapone e l'applicazione sulla persona di qualsiasi fragranza. Nella stessa categoria di azioni rientrano l'uso di cosmetici, oli e detergenti su qualsiasi parte del corpo.

Non si possono mettere calzature o sandali di pelle. Sono proibiti i rapporti coniugali. In questo giorno marito e moglie non si possono neppure toccare.

Continua domani.....



Hanno cacciato nostro Padre da casa!

Vorrei farvi una domanda: Se fossero arrivati degli estranei a casa vostra e avessero cacciato di casa vostro padre e al posto suo, avessero messo degli asini o dei maiali, che avrebbero iniziato a girare per tutta casa....che avreste fatto?? Sareste impazziti? Avreste pianto? Urlato? Non avreste trovato pace nemmeno per un secondo! Giusto??

Ed ecco, sono più di due mila anni che hanno cacciato Kadosh Baruchu dalla Sua casa, al Suo posto hanno messo nella Sua casa asini e somari!. Hanno fatto entrare nel Tempio di Gerusalemme, nel posto più santo del mondo, l'idolatria più bassa dal mondo! Hanno iniziato a fare i propri bisogni dove una volta ai tempi del tempio anche una pensiero sbagliato costava la vita al Grande Sacerdote!

Per caso qualcuno di noi è impazzito per questo? Per caso qualcuno di noi piange? Urla?. NO!

Noi non ci rendiamo conto che hanno cacciato NOI dalla nostra casa, non riusciamo a capire che hanno cacciato NOSTRO PADRE dalla sua casa, per questo noi non soffriamo. L'unica cosa per la quale soffriamo a Tisha Beav è per il digiuno. Nessuno soffre per le sofferenze che subiamo ogni giorno a causa di questo esilio! Nessuno si chiede: *"Quando verrà il Mashiach, quando verrà ricostruito il tempio."* Per questo il Maschiach non viene.

Se solo lo aspettassimo veramente...

Tratto da "Netive Or"

MOMENTI DI HALAKHÀ

Dalla sera in cui inizia il digiuno fino al chatzòt del giorno successivo, non è permesso sedersi su una panca o su una sedia ma solo su un sedile basso. Analogamente, quando è ora di andare a dormire, occorre farlo disponendosi in un modo meno confortevole del solito. Ad esempio, se una persona è abituata a dormire con due cuscini, la sera del 9 di Av ne utilizzerà solo uno. L'uso di sedersi a terra o su panche basse prende origine dal comportamento della persona in lutto. Chi trovasse particolarmente scomoda questa posizione può mettere sotto di sé un cuscino o altro. L'uso di sedersi a terra non è così rigido come le altre manifestazioni di lutto e, pertanto, è permesso sedersi regolarmente dopo che si è tornati dal cimitero, solitamente quando è ormai trascorso chatzòt.

Fino al chatzòt hayòm-metà del giorno del 9 di Av c'è l'uso di non lavorare. Lo scopo di questa limitazione è di non distrarsi, rimanendo il più possibile consapevoli che si stanno applicando le norme del lutto per ricordare la distruzione del Santuario di Gerusalemme. Vi sono località ove il 9 di Av si lavora e chi vuole può conformarsi all'uso del posto. In ogni caso, chi si dedica con regolarità allo studio della Torà è bene che si astenga dal lavoro. Anche in località dove ci si astiene dal lavoro, è permesso che un gentile svolga un lavoro per un ebreo, persino nella sua abitazione. Piccole attività come accendere la luce, annodare e altre piccole attività che non sono impegnative e che non richiedono troppo tempo, sono permesse.

In questo giorno non ci si rivolge il saluto tra amici e conoscenti. Se qualcuno riceve il saluto da una persona che non è informata di questa regola, è lecito rispondere, ma sommessamente e in modo contenuto. In situazioni delicate, per evitare che il mancato saluto sia causa di sgradevoli malintesi con un non ebreo, è opportuno informarlo della particolarità della circostanza in cui ci si trova.

Lo studio della Torà rallegra il cuore, come detto (Sal. 19, 9): *«I precetti dell'Eterno sono giusti, rallegrano il cuore»*. Il 9 di Av è proibito essere lieti e per questo motivo si studiano esclusivamente argomenti legati alla distruzione del Santuario e al lutto: le halachòt del giorno, il libro di Giobbe, la meghillà di Echà, i capitoli di Geremia che descrivono la distruzione del Tempio (omettendo i versi consolatori), il terzo capitolo del trattato talmudico Moèd Katàn (che è dedicato alle norme di lutto) e le pagine 55b-58a del trattato talmudico Ghittìn, nelle quali si discute della distruzione del Tempio e del successivo esilio degli ebrei dalla terra di Israele.

Continua dopodomani.....


**MOMENTI
DI MUSÀR**
**INVOCAZIONE PER
GERUSALEMME**

Quando Hashem cercò di distruggere il Tempio, disse: *“Finché Io risiedo nel suo centro, le nazioni del mondo non lo toccheranno; ma chiuderò i miei occhi come per non vederlo”*. Poi giunse il nemico e lo distrusse. Hashem disse: *“Tristezza per la mia casa! Figli miei, dove siete? Cosa farò di voi, dal momento che vi ho avvertiti, ma non vi pentiste!”*. Hashem disse a Geremia: *“Sono ora come un uomo che aveva un solo figlio per il quale aveva preparato un baldacchino nuziale, sotto il quale, però, il figlio morì. Andate, convocate Abramo, Isacco, Giacobbe e Mosè dalle loro tombe, perché loro sanno come piangere. Andate, e dalle rive del Giordano, intonate le vostre voci nel grido “Figlio di Amram, figlio di Amram, alzati e guarda il tuo popolo che i nemici hanno distrutto”*.

Geremia andò alla grotta di Machpelà e disse ai patriarchi del mondo: *“Alzatevi, è venuto il momento in cui è richiesta la vostra presenza di fronte al Santo dei Santi, benedetto Egli sia”*. *“A che proposito?”* chiesero. Disse che non lo sapeva, temendo che potessero dire *“Una*

tale cosa è avvenuta ai nostri figli nella tua epoca!”. Geremia li lasciò e dalle rive del Giordano chiamò: *“Figlio di Amram, figlio di Amram, alzati: è giunto il momento in cui è richiesta la tua presenza, di fronte al Santo dei Santi, benedetto Egli sia”*. Quando Mosè gliene chiese la ragione, Geremia rispose che non lo sapeva. Mosè chiese quindi agli angeli, che risposero: *“Figlio di Amram, non sai che il Tempio è distrutto e che Israele è in esilio?”*. Egli pianse a voce alta finché raggiunse i patriarchi. Abramo parlò dinanzi al Santo dei Santi, benedetto Egli sia: *“Sovrano dell’Universo, perché hai esiliato i miei figli e li hai sparsi in nazioni pagane che li hanno condannati a morte e hanno distrutto il Tempio, il luogo in cui offrii mio figlio Isacco di fronte a Te?”*. Hashem rispose ad Abramo: *“I tuoi figli hanno peccato e trasgredito contro tutta la Torà. Che la Torà venga a testimoniare contro Israele”*.

Quando la Torà venne a testimoniare, Abramo disse: *“Figlia mia, sei venuta a testimoniare contro Israele perché ha trasgredito i tuoi comandamenti e non te ne vergogni? Ricorda il giorno in cui Hashem ti offrì ad ogni nazione sulla terra, ma esse rifiutarono di accettarti, mentre i miei figli ti accettarono con gioia. Ed ora tu vieni a testimoniare contro di loro nel giorno del loro dolore!”*. Quando la Torà udì ciò, fece un passo indietro e non testimoniò

contro di loro. Mosè disse a Geremia: *“Cammina davanti a me, perché possa andare a vedere ciò che è successo loro”*. Geremia rispose: *“È per me impossibile camminare lungo la strada per via dei cadaveri”*. *“Tuttavia, andiamo”* disse Mosè. Andò con Geremia, e il profeta indicò la via finché arrivarono ai fiumi di Babilonia. Quando gli esiliati videro Mosè, dissero l'un l'altro: *“Il figlio di Amram è venuto dalla tomba per riscattarci dalle mani dei nostri avversari”*. Una voce celeste venne ad annunciare: *“Questo decreto proviene da Me”*. Quindi Mosè disse loro: *“Figli miei, non è ora possibile portarvi indietro perché così è stato decretato, ma l'Onnipotente vi porterà indietro quanto prima”*.

Quando Mosè venne dai patriarchi del mondo, gli chiesero: *“Che cosa ha fatto il nemico ai nostri figli?”* Egli rispose: *“Alcuni di loro furono uccisi; le mani di altri furono legate dietro le loro schiene; alcuni furono incatenati; altri denudati; alcuni morirono durante il cammino e i loro cadaveri divennero cibo per uccelli e bestie; altri furono esposti al sole, affamati ed assetati”*. Udendo ciò, tutti cominciarono a piangere e a lamentarsi. Mosè alzò la voce dicendo: *“Maledetto sole! Perché non ti sei oscurato quando il nemico è entrato nel Tempo? O vincitori, vi prego, non sterminate completamente il mio popolo, non uccidete un figlio di fronte a suo padre, né una figlia in*

presenza di sua madre. Verrà un giorno in cui il Signore del cielo vi chiederà un resoconto”. Rachele scoppiò in lamenti commoventi: *“Sovrano dell'Universo”, Tu sai che il tuo servitore Giacobbe mi ha tanto amato e faticò per me sette anni. Quando trascorsero i sette anni giunse il tempo per il mio matrimonio, mio padre mi sostituì con mia sorella. Non tenni conto del mio desiderio ed ebbi pietà di mia sorella perché non fosse esposta vergogna. La sera le rivelai tutti i segni segreti che avevo convenuto con Giacobbe, perché egli non avesse dubbi di stare con me. Fui buona con lei. Non ero gelosa di lei e non la esposi a vergogna. E se io, una creatura di carne e sangue, formata di polvere e cenere, non invidiavo la mia rivale, e non la esposi a vergogna e riprovazione, perché dovrei tu, eterno e misericordioso Re, essere geloso di idoli che sono assolutamente irreali? Perché mandi in esilio i miei figli e lasci che siano assassinati dalla spada?”*. La misericordia divina fu colpita, ed Egli disse: *“Per tuo merito, o Rachele, riporterò il popolo di Israele alla sua terra”*. È scritto in Geremia: *“Si sente una voce in Ramà, un lamento e un pianto: Rachele piange per i suoi figli in esilio. Così dice il Signore: “Smetti di piangere; la tua opera sarà ricompensata ed essi torneranno dalla terra del nemico. C'è speranza per il tuo futuro. I tuoi figli torneranno alla loro terra”*.

Tratto dal Midrash



MOMENTI
DI MUSAR

PARASHAT DEVARIM

L'onore di una persona

Questa settimana iniziamo a leggere il quinto libro della Torà, Sefer Devarim. Traducendo letteralmente, significa "il libro delle parole", riferendosi alle parole con cui Moshè Rabbenu rimproverò il popolo ebraico prima di mancare. Appena prima di entrare nella Terra Promessa, il nostro famoso leader ripeté i loro difetti e insuccessi durante i quarant'anni di permanenza nel deserto sotto la sua guida.

Il libro di Devarim è il mussar (libro di insegnamento etico) di Moshè Rabbenu. È colmo di etica, valori, spinte al perfezionamento del carattere, al miglioramento personale, e insegnamenti su come pentirsi. Queste cose non erano rilevanti solo per quella generazione, ma per ogni membro di Israele, per sempre. Le prime parole di Moshè Rabbenu ricordano tutti i difetti di quella generazione. Egli però alluse solamente a essi e non li disse apertamente. Il motivo è che Moshè si preoccupava dell'onore del popolo.

In questo periodo siamo in lutto per la distruzione dei nostri sacri Templi che avvenne in questo momento dell'anno, migliaia di anni fa. La Ghemarà (Ghittin 55b) tratta di una delle cause della sua distruzione: C'era una persona che aveva un amico chiamato Kamtza

e un nemico chiamato Bar Kamtza. Quando organizzò una festa, disse al suo servo di andare a invitare Kamtza. Il servo per errore invitò Bar Kamtza. Alla festa il padrone di casa vide che il suo nemico era seduto lì e gli ordinò di andarsene. Bar Kamtza, cercando di proteggere il proprio onore, lo supplicò, visto che ormai era venuto, di lasciarlo pagare per la sua porzione e di permettergli di restare, per non dover sopportare l'imbarazzo di dover andarsene. Tuttavia, il padrone di casa non ne volle saperne e anche dopo che Bar Kamtza offrì di pagare il costo dell'intero evento, la sua offerta "cadde nel vuoto". Il padrone di casa lo prese e lo buttò fuori. Estremamente imbarazzato, volendosi vendicare, andò dal re di Roma e s'inventò che gli ebrei si stavano ribellando contro di lui. Alla fine, il risultato di questa storia fu la tragica perdita del nostro sacro Tempio, quando i romani distrussero il Bet Hamikdash. La Ghemarà deduce da questo episodio la gravità di danneggiare l'onore di qualcuno. A causa della gigantesca negligenza in questa area, D_o permise al nostro sacro Bet Hamikdash di essere distrutto come lezione per tutti. Perché, insegnano i nostri saggi, se una persona imbarazza un'altra in pubblico perde la sua parte nel mondo a venire? Perché ogni persona è creata a immagine di D_o. Quindi, se si danneggia questa immagine, è come se si degradasse D_o stesso. Inoltre, la Torà mette molta enfasi sull'obbligo di onorare il prossimo. La radice di questo obbligo è comprendere che

dobbiamo onorare l'immagine di D_o, a imitazione della quale ogni persona è creata.

Quando sono in presenza di grandi personalità della Torà, quello che mi colpisce di più di loro è come trattano tutte le persone intorno, con massimo onore e ri-

spetto, non importa quale livello, status o età abbiano.

La settimana scorsa mia figlia di tredici anni voleva porre una domanda a un saggio della Torà. Non solo egli l'ha accolta cortesemente, ma le ha anche dato venti minuti del suo tempo prezioso!

MOMENTI DI HALAKHÀ

9 BEAV

Alcuni iniziano ad astenersi dallo studio della Torà (con l'eccezione degli argomenti tristi che sono stati indicati) da chatzòt della vigilia. Se, poi, la vigilia del 9 di Av è Shabbàt, da chatzòt non si dovrebbero studiare neppure i pirkè avòt~ massime dei padri. Curiosità: ce un autore che vieta di studiare Torà persino con il pensiero. Infatti, pensare e riflettere su argomenti di Torà è tanto bello e piacevole da essere una attività da evitare in questa giornata. Tra le altre cose proibite, vi è anche la formulazione di decisioni sull'halachà (sempre che ciò non riguardi un ammalato che ha necessità di questa decisione proprio in quel momento) e l'emissione di un giudizio in campo finanziario (purché entrambi i contendenti non debbano partire e non possano attendere l'indomani); in entrambi i casi si tratta pur sempre di studio di Torà. Molti autori dissentono da questo rigore nel divieto di studiare Torà, specialmente quando la vigilia del 9 di Av è Shabbàt.

Anche quando si studiano i testi permessi, occorre esaminarli solo genericamente per il loro contenuto senza impegnarsi in discussioni tipicamente talmudiche, con la consueta dialettica di domande e risposte.

Alla sera del 9 di Av si recita la preghiera di arvìt sommessamente e mestamente, con il tono dimesso che userebbe una persona in lutto. La sera, dopo la preghiera di arvìt, si accendono dei lumi in cera (o si attenua la luce presente nella stanza) e si leggono la meghillà di Echà e le kinnòt-lamentazioni.

Il 9 di Av, al tempio, si usa togliere il paròchet, la tenda che è posta davanti all'aròn hakòdesh; vi sono però alcune comunità che non seguono quest'usanza.

Dopo la preghiera di arvìt si legge Echà. Scritta dal profeta Geremia, la meghillà Echà è un'elegia che descrive la distruzione del Santuario. Queste letture si compiono mettendosi seduti a terra (o su sgabelli bassi) e al lume di candela, anche quando si prega da soli, a somiglianza di come si comportano le persone in lutto.

Continua domani.....

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT DEVARIM - Tish'à BeAv

Colui che fa lutto per Yerushalaim ha il merito di vederla nella sua gioia (TB Ta'anit 30b).

Una volta, durante il giorno di Tishà BeAv, il Gaon Rabbi Yom Tov Israel, dopo essere uscito dal Beth HaQnesset, camminando per le strade del quartiere ebraico della città in cui viveva in Egitto, si imbattè in un negozio di un ebreo che, nonostante fosse un luttuoso giorno di digiuno per tutto il popolo d'Israele, era regolarmente aperto e serviva da mangiare e da bere come ogni altro giorno. L'ebreo proprietario del locale, alla vista dello Tzaddiq, con fare provocatorio prese quindi il bicchiere di caffè che aveva di fronte a sé, e, dopo aver recitato (con fare ironico) la benedizione di *"SheHaCol Ni'ia BiDvarò"*, ne bevve tutto di un sorso il contenuto.

Gli allievi di Rabbi Yom Tom, di fronte a tale sprezzante ed ostentata mancanza di rispetto, rimproverarono l'ebreo facendogli presente che quello era un triste giorno di digiuno e di grande lutto per il popolo ebraico. Da parte sua, l'ebreo rispose, ridendo, che avrebbero dovuto lasciarlo in pace, visto che *"ogni anno si continua ancora a ricordare inutilmente questo digiuno nonostante siano passati ormai duemila anni dalla distruzione del Beth HaMiqdash..."*. Il rabbino, da parte sua, fece cenno ai suoi allievi di non rispondere alla provocazione, e di procedere oltre. Trascorsero sei mesi e giunse quindi la festa di Purim, nel corso della quale gli ebrei più ricchi della città erano soliti acquistare, spesso proprio presso il negozio dell'ebreo, importanti e costosi pacchi contenenti cibo e bevande prelibate da inviare ai propri amici, così da compiere la mitzvà del *"Mishloach Manot"*.

Il negoziante ebreo si era quindi attrezzato per soddisfare le esigenze della ricca clientela, e guadagnare così importanti somme di denaro.

Il giorno prima della festa, tuttavia, il rabbino inviò due suoi fedeli servitori presso il negozio dell'ebreo, incaricandoli di arrestarlo e, dopo averlo costretto a chiudere il locale, imprigionarlo in una stanza nel seminterrato del Beth HaQnesset.

"Che cosa ho fatto?", domandò l'ebreo.

"Hai bevuto durante il digiuno di Tishà BeAv!", rispose Rabbi Yom Tov.

"Ma perché mi punisci proprio ora?", chiese l'ebreo. *Avevo preparato tantissima merce da vendere durante il giorno di Purim come Mishloach Manot, ed ora perderò tutto il mio guadagno!!"*.

"Lascia perdere Purim , rispose il rabbino, *ogni anno continui ancora a festeggiare questo giorno nonostante siano passati ormai duemila anni dalla vicenda di Ester, Mordechai e degli ebrei persiani..."*.

ALACHÀ DI SHABBAT

9 BEAV

Quando si legge la meghillà di Echà in pubblico utilizzando una pergamena scritta a mano, prima della lettura si recita la benedizione "*al mi-krà meghillà*" ~ per la lettura della meghillà. Vi sono autori che non sono d'accordo sulla recitazione di questa benedizione e quindi si è limitata la sua recitazione a quando si legge Echà da una pergamena simile a quella della meghillà di Estèr.

Dopo la lettura della meghillà si recitano le kinnòt che sono composizioni e preghiere che esprimono la nostra tristezza per la distruzione del Santuario, per i successivi esili e per le tribolazioni del nostro popolo.

Queste preghiere e composizioni si trovano raccolte in uno speciale libro chiamato Kinnòt per il 9 di Av. Anche chi non prega in pubblico deve leggere sia Echà che le kinnòt.

Per quale motivo è stato distrutto il primo Santuario? A causa di tre cose (negative): l'idolatria, l'immoralità e l'omicidio...

E allora, per quale motivo è stato distrutto il secondo Santuario, dal momento che (in quel tempo, la gente) si occupava di Torà, (dell'osservanza) dei precetti e di azioni di misericordia? Perché allora vi era l'odio immotivato. Questo insegna che l'odio immotivato è considerato di pari gravità rispetto ai tre peccati più gravi: idolatria, immoralità e omicidio.

Se il 9 di Av capita di Shabbàt, il digiuno è rimandato alla domenica.

Quando il 9 di Av capita di domenica (o quando dovrebbe essere di Shabbàt, ma è rinviato alla domenica) alla sera della vigilia, che corrisponde all'uscita di Shabbàt, non si recita l'havdalà. In questo caso si recita la benedizione boré meoré ha-èsh appena si vede una candela accesa.

Nell'amidà della preghiera di arvit si aggiunge il brano attà chonantànu come ogni Shabbàt (nel rito italiano il brano inizia con le parole "*attà hivdàlta*"). Chi non ha recitato questo brano, oppure chi desidera compiere qualche lavoro prima di recitare arvit, deve dire le seguenti parole: *barùch hamavdil ben kòdesh lechòl* ~ benedetto Colui che distingue ciò che è sacro da ciò che è profano, senza pronunciare il Nome del Signore.

L'havdalà si recita poi quando termina il 9 di Av (la domenica sera) solo su un bicchiere di vino. Non si reciteranno però le benedizioni "*boré meoré ha-èsh*" ~ che crea le fiamme del fuoco e "*boré miné besamim*" ~ che crea i vari tipi di profumi.

Continua domani.....

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT DEVARIM

Il rimprovero di Moshè al popolo d'Israele

“Queste sono le parole che Moshé disse a tutto Israele” (Devarim 1, 1).

Fa notare il Qli Yaqar come, in tutta la Torà, non si riscontri alcun episodio in cui Moshé Rabbenu abbia parlato a tutti gli ebrei congiuntamente, e ciò in quanto, a ben vedere, sarebbe stato effettivamente impossibile per lui rivolgersi in un'unica occasione a tutte le centinaia di migliaia di persone presenti nel deserto.

Nonostante quanto sopra, sia nella parashà di Devarim che in quella di Vayelech (in cui è riportata la mitzvà dell'“HaQehel”) è scritto che Moshè Rabbenu parlò *“a tutto Israele”*: a tal riguardo, spiega sempre il Qli Yaqar che il termine *“figli d'Israele”* è riferito a tutto il popolo complessivamente inteso, mentre quando nella Torà si utilizza il termine *“Israele”* si intende riferirsi alle guide ed alle personalità presenti all'interno del popolo, i quali sono singolarmente assimilabili al patriarca Ya'acov, chiamato appunto anche *“Israele”*.

Secondo quanto insegnano i nostri Maestri sui leader del popolo d'Israele con i quali Moshé Rabbenu ha parlato all'inizio della parashà di Devarim (*“a tutto Israele”*), pende infatti l'obbligo di rimproverare e redarguire gli ebrei per indirizzarli verso la retta via, al punto che, qualora il popolo commette errori, degli stessi debbono considerarsi responsabili proprio i richiamati responsabili del popolo, per non essere stati in grado di correggerne i comportamenti. E per questa ragione chiunque, in qualità di guida, abbia la possibilità di redarguire il proprio fratello ebreo e non lo faccia, non può in seguito *“trincerarsi”* dietro al fatto che quest'ultimo, qualora ammonito, probabilmente non lo avrebbe comunque ascoltato cambiando la propria condotta.

Nella nostra parashà, Moshè Rabbenu ha poi insegnato alle guide del popolo ebraico che, affinché sia possibile che le parole di rimprovero vengano ascoltate dagli ebrei diretti destinatari, è necessario che le stesse vengano rese in modo *“allusivo”* (ovverosia, tale da consentire al diretto interessato di comprendere, tra le righe, che il rimprovero riguarda lui), visto che, nella generalità dei casi, colui che viene redarguito in maniera diretta difficilmente accetta tale ammonimento.

Il che è appunto quanto scritto più avanti nella Torà, dove si precisa che il libro di Devarim contenente i rimproveri di Moshé Rabbenu al popolo d'Israele, avrebbe dovuto essere letto dal Re e guida degli ebrei *“nelle loro orecchie”* (Devarim 31, 11), ovverosia come se i predetti ammonimenti fossero stati *“sussurrati”* nelle orecchie dei diretti destinatari degli stessi.

ALACHÀ DI SHABBAT

9 BEAV

Di mattino non si mettono né tallèd gadòl né tefillin (alcune comunità mettono il tallèd gadòl a shachrit). L'officiante nella ripetizione dell'amidà inserisce il brano "anénu" tra la settima benedizione (goèl Israël) e l'ottava (refaénu) come una berachà a sé, e questo si conclude con le parole BAA haoné (leammò Israël) beet tzarà (umoshia).

La lettura della Torà è eseguita sul brano della parashà Vahetkhannàn (Deu. 4, 25-40): *Ki tolid banim* ~quando avrai generato figli... Al termine, si legge l'haftarà (Geremia 8, 13-9, 23) con lo stesso rito mesto con cui si è letta la meghillà di Echà: *Asòf asifèm* ~Io li annienterò completamente..

Dopo la preghiera di shachrit si leggono le "kinnòt" ~lamentazioni, (si trovano nel libro dedicato al 9 di Av) fino a circa il chatzòt hayòm. E quindi si legge nuovamente la meghillà di Echà ma senza benedizione.

Il 9 di Av non si recita il tachanùn. Quando si dice "uvà leTziòn", si omette il verso "vaAni, zòt beriti.."

Durante la preghiera di minchà si indossa il tallèd gadòl, si mettono i tefillin e si recitano quelle parti della preghiera che sono state omesse a shachrit. Si dice "Ashré" e subito dopo l'officiante recita il mezzo kaddish. Poi si legge nel séfer Torà lo stesso brano che si utilizza a minchà per gli altri digiuni pubblici.

Nell'amidà di minchà, all'interno della 14° benedizione (bone Yerushalàim) si aggiunge il brano *nachèm H. Elokénu* ~consola, o Eterno nostro Signore (chi è in lutto per Tziòn) mentre nella 16° benedizione (shemà kolénu) si aggiunge il brano "anénu H. anenu, beyòm taaniténu".

Chi avesse dimenticato di dire il brano "nachèm H. Elokénu" all'interno di boné Yerushalàim, lo potrà dire

durante "retzé", prima di *vetechezéna enénu* ma al termine non dovrà dire la benedizione BAA *menachèm Tziòn uvoné Yerushalàim* e proseguire invece con *vetechezéna enénu*. Se si fosse ommesso del tutto di aggiungere quei brani, non è necessario ripetere tutta l'amidà. Gli ebrei sefarditi recitano i brani *nachèm* e *anénu* sia durante l'amidà di shachrit che durante quella di minchà.

Nei profeti è scritto: «*Il mio occhio piangerà amaramente (letteralmente lacrimerà lacrime) e verserà lacrime perché il gregge del Signore sarà deportato*». Disse Rabbi Eleazàr: «*Per quale motivo ci sono tre espressioni che si riferiscono alle lacrime?*» La prima è riferita al primo Santuario, la seconda al secondo Santuario e la terza al popolo di Israele che sarà esiliato dal suo paese.

Il Santuario iniziò a bruciare il 9 di Av ma le fiamme continuarono ad ardere anche il giorno successivo. Pertanto vi è l'uso di applicare alcune norme di lutto anche il 10 di Av, fino al chatzòt hayòm ~metà del giorno: non si fa un bagno (o doccia) per trarne piacere, non si lavano indumenti o biancheria, non ci si taglia i capelli, non si mangia carne e non si beve vino. Quando il 9 di Av capita di giovedì, il venerdì è permesso lavarsi in onore dello Shabbàt anche prima del chatzòt hayòm. Analogamente, se il 9 di Av capita di Shabbàt, ma è rinviato di domenica, al mattino del lunedì è permesso mangiare carne e bere vino.

Se il 9 di Av capita di Shabbàt, ma è rinviato di domenica, al mattino del lunedì è permesso mangiare carne e bere vino a differenza di quando il digiuno non è respinto.

Tratti dal libro alachà illustrata tradotta dal dott. Moisè Levi



MOMENTI
DI MUSÀR

Con il digiuno del 17 di Tamuz che quest'anno cadeva il 21 luglio, siamo entrati nelle 3 settimane in cui si cominciano i riti di lutto fino al culmine di questo periodo che e' il 9 di Av. Nella alachà è scritto che chi ha una causa o una disputa contro un goy e vuole avere successo, non dovrebbe fissarla nel mese di Av, che è il mese in cui sono accadute le vicende più tristi al nostro popolo. Ogni anno ci auguriamo che sia l'ultimo anno, e che il Mashiach sicuramente verrà e ci porterà fuori dal Galut (diapora); ci farà vivere in pace nella nostra terra e rinaugurerà il terzo e ultimo Bet Hamikdash.

Così ci ritroviamo un'altra volta allo stesso punto, con nuove minacce dall'Iran pronto a far scoppiare un conflitto, etc.; e tutti si chiedono cosa aspetti Hashem a liberarci, a darci tutte le profezie scritte nella maggior parte dei nostri testi: cosa manca? La verità è che il motivo della distruzione dell'ultimo tempio era l'odio gratuito. E' scritto nella Ghemara che in ogni generazione in cui non è

stato ricostruito il Bet Hamikdash nei suoi giorni, è come se fosse stato distrutto nei suoi giorni. Ognuno di noi ha l'obbligo e la responsabilità di fare un'esame di coscienza e cercare come aumentare opere di Chesed (beneficenza), che non vuol dire solo aiutare i poveri, ma anche sollevare di morale un amico, o donare il proprio tempo per gli altri. Uno dovrebbe uscire di casa chiedendosi: come posso aiutare oggi un altro ebreo? Solo così possiamo sperare di ritrovarci un'altra volta tutti riuniti nella nostra terra come un tempo

Scritto da Rachamim Journo

MOMENTI DI HALAKHÀ

PREPARARE LA PROPRIA PERSONA ALLA PREGHIERA

Sia il corpo della persona che si accinge a pregare che il luogo nel quale si prega o si recitano benedizioni devono essere adeguati alla sacralità della preghiera.

Questo si deduce dal verso: «*Anima mia, benedici l'Eterno, e tutto quanto è in me (benedica) il Suo sacro Nome*». Ciò significa che l'uomo deve benedire e lodare il Signore solo quando tutto il suo fisico è pronto a ciò. Pertanto, se qualcuno ha necessità di recarsi ai servizi, lo deve fare prima di accingersi a pregare. Dopo essersi recato ai servizi, l'uomo deve pulirsi perbene il corpo in modo che sia pronto a presentarsi davanti al Signore per la preghiera. Occorre porre la massima attenzione che non rimanga traccia di sporco alcuno in questi posti, in quanto la presenza di residui organici non è assolutamente tollerata ai fini della preghiera, a meno che sia impossibile vederli, sia in piedi sia da seduti. Curiosità: se fosse rimasto dello sporco in altre sedi, purché questo non sia visibile quando si è seduti, allora è permesso leggere lo Shemà in quanto *"la Torà non è stata data a esseri angelici"*, ma a esseri umani che hanno le loro limitazioni.

Quando si pronunciano delle benedizioni o si studia Torà, la parte superiore del corpo deve essere fisicamente separata da quella inferiore per mezzo di una cintura o una fascia allacciata ai fianchi. La ragione di questa norma è che, in questo modo *"il cuore (la mente) non veda la nudità del proprio corpo"*.

Nella Torà è scritto: *«Il Signore si muove dentro il tuo accampamento per salvarti e il tuo accampamento dovrà essere sacro, così che presso di te non si debba vedere nulla di vergognoso»* e da ciò deriva che le cose *"vergognose"* non debbano essere viste neppure da altri. Ed è scritto: *«Il mio cuore ha visto molta sapienza e conoscenza»* da cui il principio per il quale il cuore può *"vedere"* la nudità del corpo. In conseguenza di queste considerazioni ne deriva la norma che non si possa parlare di argomenti di Torà o recitare delle preghiere quando del materiale sconcio o sporco o le parti intime del corpo siano esposti alla visione.

Curiosità: se una persona si trova completamente sotto una coperta, ma è priva di indumenti, per poter recitare lo Shemà deve porre un indumento sopra il cuore così da separarlo dal resto del corpo. Chi avesse recitato lo Shemà in una delle condizioni previste come proibite dovrà coprirsi e poi lo dovrà recitare nuovamente.

Disse Rav Channà bar Binà a nome di Rabbi Shimòn chasidà~il pio: *«Chi prega deve immaginare come se la Shechinà-Presenza Divina si trovasse di fronte a lui, come è scritto: "Ho posto l'Eterno davanti a me, continuamente"»*.

Continua domani...



MOMENTI
DI MUSAR

IL TERZO BET HAMIKDASH

Uno tra i principali compiti del Messia sarà la ricostruzione del Bet Hamikdash a Gerusalemme. Si tratta del terzo Santuario che rimarrà edificato in eterno, secondo la profezia di Ezechiele (37, 26-28). *“E stabilirà con loro un patto di pace, che sarà patto stabilito con loro per sempre, li collocherà nel loro paese, li accrescerà e metterà in mezzo a loro il mio Santuario per sempre. Il mio Santuario si eleverà sopra di loro, Io sarò il loro D_o ed essi saranno il mio popolo. E essendo il mio Santuario in messo a loro per sempre, le genti riconosceranno che sono io che ho fatto di Israele il popolo santo.”* La ricostruzione del terzo Santuario dimostrerà che il Messia è *“il Messia definitivo”* e solo quando vedremo che tutto ciò si verificherà e sarà compiuto lo considereremo come il vero Redentore.

Chi Ricostruirà il Santuario?

Alcune fonti dicono che il Santuario scenderà dai cieli, poiché D_o stesso lo costruirà e l'edificio sarà eterno a differenza dei due che lo hanno preceduto. Rashi, nel commento a Talmud Sukkà 41a scrive che il terzo Bet Hamikdash scenderà dai cieli, poiché è scritto: *“il Santuario, o Signore, che hanno preparato le tue mani”* (Esodo 15, 17). In Vayiqrà Rabba (9, 7) e Bemidbar Rabba (13, 2) è detto, invece, che sarà l'uomo a costruire il terzo Santuario. Maimonide sostiene

che sarà proprio il Messia a edificarlo (Hilkhòt Melakhim 11, 4) ed è per questo che il comando è stato dato al popolo ebraico.

In verità non c'è alcuna contraddizione tra le opinioni dei Maestri: il popolo costruirà parte del Santuario, secondo quanto gli è stato comandato, lasciando le parti superiori a D_o stesso, quale garanzia di eternità. L'opera dell'uomo e l'apporto Divino alla costruzione del Santuario si divideranno e si combineranno tra loro in vari modi, secondo l'opinione dei Maestri:

1. Il Messia in primo luogo costruirà per intero il Bet Hamikdash, successivamente l'edificio spirituale, opera di D_o, discenderà nella struttura materiale.
2. Le dimensioni del terzo Santuario sono riportate nella profezia di Ezechiele (cap.40-44), ma molti dettagli sono poco chiari. Quando il Messia edificherà il terzo Santuario, tutti i particolari descritti da Ezechiele, che sono al di là della comprensione umana, saranno completati per opera Divina e discenderanno dai cieli.
3. Un'altra soluzione all'apparente contraddizione che si rileva tra le opinioni dei Maestri è suggerita dal Midràsh che insegna che le porte del Bet Hamikdash sono tuttora interrate nel Monte del Tempio. Quando il terzo Santuario discenderà dai cieli, esse si paleseranno reinstallandosi al loro posto con l'aiuto del Messia: poiché colui che fissa le porte è considerato dalla Halakhà come il costruttore dell'intero edificio, in questo modo il popolo ebraico adempirà al comando di costruire il Bet Hamikdash.

MOMENTI DI HALAKHÀ

LUOGO ADATTO ALLA PREGHIERA

Nella Torà è scritto (Deu. 23, 15): «*Dal momento che l'Eterno, il tuo Signore, si muove dentro il tuo accampamento... il tuo accampamento dovrà essere sacro*». Da queste parole i nostri Maestri hanno imparato (Talmùd B. Berachòt 25a) che ovunque il Signore proceda con noi, vale a dire, ogni volta che si preghi o ci si occupi di argomenti sacri, occorre che anche il luogo sia sacro.

Pertanto, occorre fare attenzione che nel luogo dove si prega non vi siano cattivi odori, pannolini sporchi di bambini, o cose simili.

Occorre stare attenti a queste cose anche quando si studia Torà. Nei servizi o in bagno è proibito persino meditare sulle parole della Torà, o studiare argomenti sacri o pregare; lo stesso divieto vale quando ci si trova davanti a questi luoghi e la loro porta è aperta.

In ogni luogo del quale c'è motivo di pensare che non sia perfettamente pulito, è proibito pregare senza prima aver eseguito un controllo.

In caso di malattia, quando si è in un ospedale o in luoghi in cui non è possibile prendere i provvedimenti necessari per la pulizia del corpo e del luogo, occorre interpellare un rabbino per sapere come ci si debba comportare.

Un uomo non deve pregare in presenza di una donna che non è vestita pudicamente. Analogamente, non si deve pregare davanti a una donna sposata, se questa ha i capelli scoperti.

Durante la preghiera e durante lo studio della Torà occorre evitare di ascoltare il canto di una donna.

Se ci si trova in un luogo dove si sente il canto di una donna e non è possibile cambiare posto o provvedere altrimenti, è permesso studiare Torà e pregare ma occorre cercare di concentrarsi al massimo sugli argomenti di cui ci si sta occupando per non prestare attenzione al canto. È in ogni caso vietato, anche quando non è il momento di pregare o di studiare Torà, ascoltare il canto di una donna.

Tratto dal libro alachà illustrata tradotto dal dott. Moisé Levi

MOMENTI DI MUSÀR

I bambini tendono a credere facilmente alle cose che sentono o vedono. Genitori e maestri devono quindi fare molta attenzione a ciò che dicono ai loro figli e alunni e devono assicurarsi che le loro intenzioni siano completamente comprese da essi.

Un padre che una volta ho conosciuto disse a suo figlio undicenne: *“Se litigherai di nuovo con tua sorella, ti darò un pugno così forte che ti farò cadere tutti i denti e dovrai raccoglierti da terra”*. Il padre intendeva trasmettere il messaggio, *“Ti punirò severamente”*; il figlio però prese le sue parole alla lettera. Per mesi ed addirittura per tutto un anno a seguire, ogni volta che il bambino vedeva suo padre si copriva la bocca per non farsi colpire i denti. Non possiamo controllare sempre ciò che i nostri figli ascoltano da altri; ma dovremmo almeno assicurarci che ciò che sentono dalle persone più importanti nella loro vita – i loro genitori e maestri – sia compreso chiaramente, e non supporre che non diano importanza alle esagerazioni o che comprendano i messaggi nascosti.

Ecco riportati alcuni esempi di frasi ambigue che spesso i bambini sentono:

Quando una madre dice al figlio, *“Vedrai quando tuo padre torna a*

casa! Vedrai come ti punirà”, il messaggio che in verità sta tentando di comunicare è, *“Io non ho la forza ed il tempo di trattare con te”*. Comunque, il messaggio che il figlio potrebbe ricevere è che il padre è il crudele incoraggiatore della madre, cosa che non aiuta a costruire una relazione positiva. Un messaggio più chiaro potrebbe essere, *“Due teste sono meglio di una. Quando tuo padre torna a casa, cercheremo di trovare una soluzione insieme.”*

Quando un genitore dice al figlio, *“Perché sei sempre tu a causare problemi la sera a cena?”* Il messaggio che sta tentando di comunicare è, *“qualcosa ti sta infastidendo, visto che gli altri bambini sono tranquilli ed educati”*. Il messaggio che il figlio potrebbe recepire è che lui non è buono come gli altri. Un messaggio più chiaro che il genitore potrebbe trasmettere è: *“Per favore dimmi cosa ti disturba la sera a cena. Forse possiamo trovare una soluzione al problema, cosicché i nostri pasti siano più sereni e tranquilli”*.

Un maestro potrebbe dire allo studente, *“La tua punizione è di scrivere cento volte, ‘non dimenticherò più i miei compiti a casa’”*. Il messaggio che il maestro vuole comunicare è, *“Ricordati di fare i compiti a casa”*. Invece, il bambino potrebbe iniziare ad associare la scrittura ad una punizione e finire per odiare la scrittura. Forse un modo più chiaro potrebbe essere: *“Scrivere una cosa molte volte aiuta a ricordarla, scrivi il messaggio cento volte.”* Così facendo lo studente conside-

ra la scrittura come uno strumento utile alla memoria.

È anche importante rispettare i sentimenti dei bambini. Raccontare ai fratelli o agli altri membri della famiglia le malefatte del figlio può causare imbarazzo ed una bassa autostima, e far perdere la fiducia del figlio nei confronti del genitore. Rimproveri come *“La stanza di Sara è sempre pulita”* o *“Adam è sempre puntuale,”* non aiutano a costruire l'autostima del figlio.

È saggio capire cosa il figlio ha compreso del nostro messaggio,

assicurandoci quindi che ciò che intendevamo trasmettere, sia ciò che è stato effettivamente recepito dal figlio.

“Saggi, siate attenti alle vostre parole” (Massime dei Padri 1,11). Quando non siamo certi se la nostra comunicazione possa far sentire male il figlio o meno, la miglior politica è semplicemente non dire nulla. Dovremmo sforzarci, nella nostra comunicazione coi figli, di trasmettere messaggi chiari che li lascino motivati, ispirati, e li facciano sentir bene con loro stessi.

MOMENTI DI HALAKHÀ

QUANDO E COME ENTRA SHABBAT

Come premessa, è importante considerare che per calcolare gli orari secondo l'halacha, bisogna sapere qual'è la durata di un ora secondo i canoni halachici. L'ora secondo l'halacha menzionata dal Gaon di Vilna, va calcolata prendendo l'orario del sorgere del sole (*“netz”*) e l'orario del tramonto, poi dividerli in 12 parti uguali. Il risultato varia di giorno in giorno ma in generale durante l'estate, dove i giorni sono più lunghi rispetto alle notti, l'ora secondo il canone halachico si estende fino a circa 1 ora e 15 minuti secondo l'orario dell'orologio e viceversa d'inverno dove l'ora puo' arrivare a circa 45 minuti. Per sapere la durata di un ora secondo l'halacha in ogni determinato giorno e in generale gli orari secondo l'halacha si possono consultare siti internet e applicazioni apposite. Quando vengono menzionati qui ore e minuti, ci riferiamo a ore e minuti secondo il canone halachico.

Lo Shabbat entra al tramonto, ovvero quando il sole sparisce dall'orizzonte. Secondo la maggior parte dei maestri, la tora ci richiede di aggiungere dei minuti dal venerdì allo Shabbat, ovvero di far entrare Shabbat prima del tramonto accettando su di noi lo Shabbat in anticipo (*“tosefet Shabbat”*).

Continua domani...



CHI COMANDA IN FAMIGLIA

Esistono alcuni vecchi principi che non perdono validità col passare del tempo ma di cui, al contrario, capiamo sempre di più l'importanza man mano che il tempo passa. Nella Torà, D_o ci comanda di onorare e temere i nostri genitori. I nostri Saggi ci forniscono alcuni esempi di cosa significhi veramente *"temere"* un genitore: non sedere sulla sua sedia, non interromperlo o contraddirlo mentre parla, e via dicendo. Alcuni genitori pensano che ai nostri giorni è decisamente più opportuno che i figli chiamino i genitori col nome proprio; questi figli dovrebbero potersi esprimere e parlare con i propri genitori come fa loro più comodo e sentendosi a proprio agio. L'idea è: *"Eliminando le distanze tra il genitore ed i figlio, mio figlio sarà più affettuoso e tra di noi ci sarà maggior confidenza"*. Psicologi ed educatori ci dicono che è giusto esattamente il contrario. Un figlio ha bisogno e desidera che i suoi genitori prendano il controllo. Trasmette loro un senso di fiducia e di sicurezza. Loro desiderano che i propri genitori diano istruzioni, li guidino e li facciano stare coi piedi per terra quando è necessario. Un figlio vuole sapere che la propria

famiglia è portata avanti da persone adulte e mature – che sappiano prendere in mano la situazione – e non da loro stessi! Chiaramente i figli dovrebbero poter esprimere le proprie idee, ma sempre in maniera appropriata e rispettosa. Alla fine di tutto però, colui che prende le decisioni è il genitore e non il figlio. L'idea della fattoria ci può aiutare ad illustrare il concetto. Quando un gregge di bestiame è portato al pascolo in un nuovo territorio recintato, la prima cosa che fanno gli animali è avvicinarsi al recinto per controllare se è una vera barriera oppure ci sono dei varchi da cui poter uscire. Se trovano una breccia, usciranno subito e si perderanno. Ma se il recinto è forte e resistente, pascoleranno tranquillamente all'interno dei nuovi confini preparati per loro. La stessa cosa accade coi bambini. Ogni tanto, metteranno alla prova le barriere. Proveranno a dire o fare qualcosa che fino a quel momento non era permessa. Poi osserveranno la reazione del genitore. Se scopriranno che i vecchi buoni confini sono ancora intatti, si sentiranno rassicurati. In caso contrario, si sentiranno come un'anima dispersa, abbandonata a vagare da sola. Quando nasce una discussione, quello che il figlio veramente vuole da noi è che non ci *"arrendiamo"* a loro, ma che li rassicuriamo, che li amiamo e che agiamo veramente nei loro interessi, anche se in un

primo momento potrà non sembrargli così. Un adolescente potrà resistere ad una pressione negativa di un amico di frequentare un cattiva compagnia semplicemente dicendo ai propri compagni i principi stabiliti dai genitori, *“Nella mia famiglia comandano i miei genitori,*

sono severi e mi hanno detto: No!”. Un adolescente che arriverà veramente dire questo, avrà una buona scusa per non arrendersi alla pressione dei compagni, e riuscirà a mantenere intatte le sue amicizie. Perciò, fate un favore ai vostri ragazzi: prendete il controllo!

MOMENTI DI HALAKHÀ

...riprende da ieri

C'è una discussione tra i maestri su quanti minuti prima del tramonto bisogna far entrare Shabbat ma l'opinione più considerata è quella di aggiungere 20 minuti. Un'altra discussione fra i maestri a questo riguardo è se l'accensione delle candele dello Shabbat porti la persona ad accettare su di se lo Shabbat da quell'istante. E' considerato da alcuni maestri un buon uso far entrare lo Shabbat quanto prima per aggiungere il più possibile dal profano al sacro (*“mechol al kodesh”*).

In ogni caso, anche per quest'aggiunta c'è il limite di farlo solo dopo il *“plag haminha”*, ovvero un'ora e un quarto prima dell'uscita delle tre stelle (*“zman tzet akochavim”*). Lo Yalkut Yoseph (orach haim, capitolo 263, paragrafo 45) scrive di evitare di far entrare lo Shabbat al plag haminha con l'accensione delle candele di Shabbat perchè accendendo così presto non si dimostra chiaramente che l'accensione sia avvenuta in onore dello Shabbat. Continua lo Yalkut Yosef dicendo che chi vuole accendere le candele di Shabbat tra il plag hamincha e mezzora prima del tramonto, deve necessariamente far entrare Shabbat con l'accensione. In generale, lo Yalkut Yosef segue l'opinione dello Shulchan Aruch secondo la quale l'accensione delle candele non comporta necessariamente l'accettazione dello Shabbat da quell'istante. Per accettare su di se lo Shabbat bisogna avere l'intenzione di farlo (*“kavana”*) o in alternativa rispondere al *“Barechu et H. Amevorach”* della tefilla di arvit. In ogni caso, qualora una persona dimenticasse di accettare su di se lo Shabbat nei minuti prima del tramonto, viene considerata un'accettazione il fatto che la maggior parte della comunità abbia già risposto al *“Barechu et H. amevorach”* o il fatto che il sole sia tramontato, e in quest'ultimo caso la persona perde la mitzva del *“tosefet Shabbat”*. Secondo alcuni maestri, l'ideale oltre all'intenzione di far entrare Shabbat è che per accettare su di se lo Shabbat in tempo la persona dica che accetta su di se il tosefet Shabbat.

**MOMENTI
DI MUSÀR**

PARASHAT VAETCHANNAN
Non siate gelosi!

La parashà di questa settimana tratta della rivelazione di Hashem sul Har Sinai: Hashem scese e insegnò i Dieci Comandamenti alla nostra nazione. Questi comandamenti sono stati dati a tutti noi, costituiscono la base della nostra religione che giustifica la creazione del mondo e la sua continuità. Cinque comandamenti erano scritti su una tavola e cinque sull'altra. Le prime cinque mitzvot sono "tra l'uomo e Hashem", mentre le seconde cinque "tra l'uomo e il suo prossimo".

L'ultimo comandamento ci prescrive di non desiderare la moglie, la casa, il campo o altre proprietà degli altri.

Cerchiamo di capire. Se vedo un'altra persona che guida intorno a casa mia nella sua nuova macchina sportiva, come posso non essere geloso? Anche se non esprimo la gelosia verbalmente, la Torà non vuole che provi alcuna gelosia, perfino nel mio cuore! Come possiamo essere all'altezza

di tali aspettative? Bisogna certamente essere un angelo per non desiderare in una simile circostanza.

Ibn Ezra spiega con una parabola. Immaginiamo l'abitante di un villaggio che cerca moglie. Nello stesso momento, il re cerca un marito adatto a sua figlia. L'abitante del villaggio, anche se sa che il re sta cercando un marito per la figlia, non si proporrà mai perché sa che non verrà preso in considerazione. Il re ha bisogno di un ragazzo di un alto ceto sociale, ricco, nobile e istruito. Inoltre, l'abitante di villaggio sa che è cresciuto senza alcuna conoscenza dell'ambiente, della mentalità, delle esigenze e dello stile di vita di una principessa. Perciò la coppia non verrà mai in mente, né al re, né all'abitante di villaggio.

Se viviamo con la costante consapevolezza che Hashem provvede a tutte le nostre necessità, non saremo mai gelosi. Ci renderemo conto che, se non possediamo qualcosa, il motivo è che non è necessario o rilevante per noi. Come non ci immagineremo mai di sposare un membro della famiglia reale, così non dovrebbe mai venirci in mente che le proprietà degli altri siano adatte a noi.

Essere gelosi è, in realtà, come

servire idoli. Significa non riconoscere che Hashem comprende e provvede a tutte le nostre necessità. Si tratta di servire i propri desideri invece di credere che Hashem provveda a noi.

Prima che i nostri occhi devino e desiderino ciò che appartiene agli

altri, pensiamo e interiorizziamo il fatto che tutte le nostre necessità vengono soddisfatte in base al compito che dobbiamo svolgere in questo mondo. Se non abbiamo lo stesso set di posate dei nostri vicini, significa che Hashem sa cos'è meglio per noi!

MOMENTI DI HALAKHÀ

SHABBAT - DIVIETO DI MACINARE

Introduzione alla melachà di Tochen – macinare

-Una delle 39 melachot vietate di Shabbat, che si imparano dai lavori che si compivano nel Tabernacolo durante la permanenza del popolo Ebraico nel deserto, è **Tochen – Macinare**. Questo lavoro veniva effettuato nel tabernacolo macinando delle spezie per ricavarne le tinte con cui si coloravano le tende del tabernacolo (la maggior parte dei *ri-shonim*), e c'è chi dice veniva effettuato per macinare il grano per la preparazione del pane di presentazione, il "*lechem appanim*", che era posizionato all'interno dell'*echal* (vedi la *parashà* di *Terumà* nel libro di *Shemot* cap.25).

-La melachà di *tochen* consiste nel prendere un corpo unico e dividerlo in tanti pezzetti, per esempio prendere dei semi e sminuzzarli in più parti con la macina, o tritare delle spezie con il torchio ecc.

Il divieto di macinare di Shabbat include non solo i cibi, ma anche dei materiali: per esempio è vietato di Shabbat grattare il legno per ricavarci della segatura.

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT VAETCHANNAN

La fondamentale importanza dello Yetzer HaRà ~ Istinto negativo.

Hanno insegnato i nostri Maestri che il verso della Torah in cui è scritto che, al termine del sesto giorno della Creazione dell'Universo, "D_o osservò tutto quello che aveva fatto, ed ecco che era molto buono" (Bereshit 1, 31), è riferito alla creazione, da parte di Hashem, dello Yetzer HaRà ~ Istinto negativo (Bereshit Rabbà 9, 9).

Gli istinti dell'uomo, sia quello positivo che – soprattutto – quello negativo, sono infatti ciò che gli consentono di essere benedetto grazie alla innata possibilità di scegliere e decidere come comportarsi nella quotidianità, rappresentando quindi, gli stessi, una potentissima forza instillata nel genere umano da HaQadosh Baruch Hu.

E' scritto inoltre nella Torah che, dopo aver creato il primo uomo (Adam HaRishon), "il Sig-re D_o disse «Non è bene che l'uomo rimanga da solo»" (Bereshit 2, 18).

Rabbì Simcha Bunim di Peshischa spiega il termine "da solo" come riferito al fatto che non sarebbe stato bene, per il Creato, che l'uomo esistesse senza la presenza, in esso, dei due istinti in questione (positivo e negativo).

Ciò in quanto se l'uomo non fosse quotidianamente impegnato a "lottare" contro il proprio istinto negativo, il suo cuore sarebbe sostanzialmente desolato come un arido deserto, ed egli scenderebbe dal livello di un essere pensante, parlante e migliorabile, a quello di una creatura priva della capacità di crescere ed elevarsi.

A tal riguardo, spiega inoltre Rabbì Naftali di Rofshitz che il famoso detto del Pirqè Avot, secondo cui l'uomo valoroso è colui che è in grado di "dominare il proprio istinto" (Pirqè Avot 4, 1), è riferito al fatto che ciascuno di noi è tenuto a dominare il suo istinto, e non quello degli altri.

Accade molto spesso, infatti, che ciascuno di noi sia naturalmente portato a voler dominare l'istinto altrui, pretendendo che gli altri siano misericordiosi, compassionevoli e timorosi di Hashem, senza però preoccuparsi di lavorare per affinare le sue caratteristiche ed i suoi atteggiamenti negativi...

DERASHÀ DI SHABBAT

PARASHAT VAETCHANNAN

Il segreto del ricordo nello studio della Torà

“Però fai attenzione a te e molta attenzione alla tua anima in modo da non dimenticare le cose...” (Devarim 4, 9).

Da questo versetto, i nostri Maestri hanno desunto che colui il quale dimentica qualcosa del proprio studio è passibile di pena (Pirgè Avot 3, 10), in quanto, in tal modo, fa sì che anche Hashem si dimentichi di lui, come è scritto: *“E se dimenticherai la Torà del Signore Tuo D-o, anche Io dimenticherò i tuoi figli”* (Oshea 4, 6).

A tal proposito, i Nostri Maestri hanno inoltre insegnato che chi studia e ripassa un argomento per 101 volte, non è uguale a chi invece ha studiato e ripassato il medesimo argomento solo 100 volte.

Fa notare inoltre il Qli Yaqar che se si esaminano attentamente le parole ebraiche “ricordo ~ zachar” e “dimenticanza ~ shacach”, è possibile notare che la differenza dei valori numerici tra le due parole corrisponde esattamente a 101.

Laddove la parola “ricordo ~ zachar” (z = 7; c = 20; r = 200), che è anche il nome del Malach ~ Angelo Divino deputato al ricordo, ha infatti un valore numerico di 227 (7 + 20 + 200), il valore numerico della parola “dimenticanza ~ shacach” (Sh = 300; c = 20; het = 8), che è anche il nome del Malach ~ Angelo Divino deputato alla dimenticanza, è invece pari a 328 (300 + 20 + 8).

Ciò allude quindi al fatto che colui il quale vuole “sconfiggere” la dimenticanza nello studio della Torà, deve sforzarsi di studiare e ripassare 101 volte, così da “sottrarre” il numero 101 dalla parola “dimenticanza ~ shacach” (328) ed arrivare, infine, alla parola “ricordo ~ zachar” (227)...



MOMENTI
DI MUSÀR

La VISITA all'ALUNNO e lo STUDIO della TORA

Un giorno uno degli alunni di Rabbi 'Akivà si ammalò e non si presentò alla lezione. Il Maestro chiese sue notizie, ma nessuno ne aveva. Capi che neppure un compagno si era recato a trovarlo perciò interruppe la sua lezione e si recò a casa del giovane, accompagnato da alcuni discepoli. Entrò in una stanza buia. L'aria era viziata poiché da tempo non vi era chi apriva le finestre. Il pavimento e i pochi mobili erano pieni di polvere. Il povero ragazzo viveva da solo e la febbre non gli permetteva di alzarsi dal letto. Rabbi 'Akivà in persona prese una scopa e aiutato dagli alunni iniziò a pulire la stanza. Aprì le finestre e cucinò un pò di minestra e la diede al giovane ammalato. Il suo volto pallido pian piano prese colore e, nel frattempo, anche la febbre si era notevolmente abbassata. Rabbi 'Akivà si apprestò ad uscire e l'alunno lo ringraziò: *"Grazie, Maestro. E' come se mi avessi ridato la vita"*. Rabbi 'Akivà tornò alla scuola e trovò

centinaia di persone che studiavano con impegno. La confusione era grande e le voci delle discussioni di Torà si sentivano in lontananza. Il Maestro diede un forte pugno su un tavolo e improvvisamente un silenzio s'impadronì della grande aula. Nessuno osava parlare. *"Voi state studiando Torà"* disse il Rabbi *"e questa è una grande mitzvà. Ma io oggi ho imparato una lezione da un mio discepolo: chi si reca a trovare un ammalato è come se gli desse la vita. Guai a lasciare da solo un ammalato o chi ha bisogno d'aiuto: questa è la prima lezione di Torà che anche voi dovete apprendere"*.

MOMENTI DI HALAKHÀ

Domanda: Perché è così importante studiare mitzvòt che non hanno più applicazione pratica nella nostra vita, come ad esempio le leggi inerenti ai sacrifici, che non possiamo più offrire dalla distruzione del secondo Bet Hamikdash?

Risposta: Domanda eccellente. A che scopo studiare un argomento che non ha nessuna applicazione pratica? Se il mio scopo è quello di curare i malati di oggi, mi conviene specializzarmi in una branca della medicina che studia malattie oggi inesistenti? Come mai la stessa logica non si applica alla Torà?

Ecco alcune riflessioni al riguardo:

- a) L'intera Torà è la saggezza di Hashem. Essa è un riassunto della conoscenza di Hashem messa per iscritto. Studiando ogni aspetto della Torà, che sia applicabile nella pratica o meno, si acquisisce una maggior intuizione della saggezza Divina. Indubbiamente, tale visione ha un messaggio e qualcosa da insegnare per ogni aspetto della vita.
- b) Secondo gli insegnamenti chassidici, lo scopo finale dello studio della Torà non è la conoscenza pratica ottenuta, ma l'unione che essa crea tra Hashem e colui che studia il testo.
- c) Studiando quelle leggi un tempo applicabili ma ora non più a causa della distruzione del Bet Hamikdash, avviciniamo l'arrivo del Mashiach, quando queste leggi saranno di nuovo rilevanti. Inoltre, mostriamo al Sign-re che queste leggi ci sono talmente preziose che le continuiamo a studiare, nonostante non le possiamo osservare. Sicuramente il Sign-re ascolterà le nostre preghiere facendo arrivare quest'epoca presto nei nostri giorni.
- d) Studiare queste mitzvòt è considerato come osservarle materialmente.
- e) La Torà ha molte sfaccettature. Mentre al livello basilare ci insegna leggi pratiche, a livello più profondo ogni mitzvà ha un significato a livello spirituale. Prendendo i sacrifici come esempio: il sacrificio di un animale per ottenere l'espiazione di un peccato è il riflesso di una verità spirituale, ovvero il sacrificio che la persona che ha errato deve compiere con il cuore e con la mente, desiderando tornare a Hashem. Quando studiamo i dettagli delle mitzvòt è importante cercare di capirne il messaggio e gli strati profondi.



MOMENTI
DI MUSÀR

SICHOT ARAN
Discorsi di Rabbi Nachman
Di Breslav

SICHÀ PEI GHIMEL 83

Per quanto riguarda le ansie e le paure, bisogna sapere che la maggior parte delle cose e delle persone di cui si ha paura non possono fare alcun male.

L'unico momento in cui un uomo può pensare chiaramente, è quando sarà morto. Quando sarà disteso a terra con i piedi rivolti verso la porta (così si fa uscire la salma dalla porta di casa), avrà la calma e la chiarezza per guardarsi dentro e vedere finalmente la verità. Poiché allora realizzerà che tutte le sue ansie e le sue paure, per quanto si trovassero sulla sua strada, erano una semplice follia. Tutte le sue ansie erano immotivate: cosa può fare, infatti, un semplice mortale contro di lui?

Lo stesso è vero per i suoi desideri e tentazioni. Disteso, morto, egli realizzerà di aver sprecato i suoi giorni invano (cf. Salmi 78:33). Saprà che i suoi desideri più irrefrenabili erano solo follie e confusione. Chi lo costringeva davvero?! Ma solo quando sarà morto comprenderà appieno queste cose.

C'è anche un significato più profondo. Non è l'uomo ad aver paura, ma qualcosa dentro di lui. Egli potrebbe realizzare chiaramente che le cose che teme non possono fargli del male. Eppure, non potrebbe fare a meno di esserne terrificato. Questo accade a causa di qualcosa dentro di lui che genera questa paura. Vediamo ogni giorno molte persone con fobie ridicole. Loro stessi realizzano la stupidità delle loro fobie, ma non riescono a superarle.

Quando gridiamo all'improvviso alle spalle di qualcuno, egli sobbalza. Prova paura anche prima di sapere di cosa dovrebbe essere spaventato. Può impaurirsi senza che questa paura entri nella coscienza. Ma la paura non fa parte della mente cosciente e per questo cos'ha da sobbalzare? Questo accade perché la persona ha cresciuto delle paure o delle ansie irrazionali che con il tempo ha reso parte della sua natura, ma che in realtà non hanno fondamento.

Lo stesso vale per il desiderio.

Una persona potrebbe realizzare che il suo desiderio è una completa sciocchezza, ma esso potrebbe comunque rimanere forte. Anche in questo caso, non è la persona a desiderare, ma qualcosa dentro di lei. Anche quando questa realizza quanto insensato sia un desiderio, continuerà imperterrita a desiderarlo.

Se imparerai a calmare la tua mente, potrai facilmente liberarti da tutte le paure, le ansie e i desideri. Devi capire che queste paure e desideri non sono davvero nulla e che qualcos'altro dentro di te è responsabile per loro. Capisci que-

sto, e potrai superare tutto. Poiché tu possiedi il libero arbitrio. Puoi facilmente allenare la tua mente a scartare ciò che è dentro di te e che causa le tue paure e i tuoi desideri.

MOMENTI DI HALAKHÀ

Sangue dentro le uova

È proibito mangiare il sangue che si trova nelle uova di gallina o di altre specie di volatili.

Se il sangue che si trova nell'uovo è di un embrione in formazione, come avviene nelle uova fecondate, è vietato mangiare tutto l'uovo. La posizione del sangue all'interno dell'uovo può aiutare a capire se si tratta di un embrione in sviluppo. Questa norma si applica soltanto alle uova che potrebbero essere state fecondate (ad esempio, quelle comprate in una fattoria).

La maggior parte delle uova in commercio oggi non sono insemi-nate e il sangue che vi si trova non indica la presenza dell'embrione; per questo motivo è permesso gettare la parte di uovo nella quale si trova il sangue e mangiare il resto. Alcuni, però preferiscono gettare comunque tutto l'uovo.

In caso di dubbio, bisogna mostrare l'uovo a un rabbino oppure a una persona esperta in questo campo. Se per errore si aggiunge un uovo contenente tracce di sangue a un impasto, occorre rivolgersi a un rabbino per sapere come comportarsi.

Quando si preparano dei dolci o altri cibi ai quali si aggiungono delle uova, è preferibile versarle preventivamente, una per una, in un recipiente trasparente per controllare che non vi siano tracce di sangue. Infatti, se si versassero le uova direttamente nel cibo, risulterebbe molto difficile separarle dal resto degli ingredienti se si dovesse vedere del sangue.

Dal momento che le uova normalmente non contengono sangue, si possono mangiare sode senza bisogno di esaminarle.

**MOMENTI
DI MUSÀR**

SICHOT ARAN
Discorsi di Rabbi Nachman
Di Breslav

SICHÀ PEI DALET - 84

Non dire che la fossa e la tomba saranno il tuo rifugio (Massime dei Padri). In questo mondo, hai il fardello di provvedere al tuo sostentamento e molte altre preoccupazioni. Per questo non ti accorgi di fastidi minori. Una zanzara potrebbe pungerti, ma a causa delle tue tante afflizioni, potresti non sentire nulla. Ma nella tomba, non hai distrazioni. Puoi persino sentire il suono dei vermi che strisciano verso di te e sentire il dolore di ogni morso che affondano nella tua carne. Non c'è nulla che possa distogliere la tua mente da questa sofferenza, D_o ce ne scampi.

SICHÀ PEI HEI - 85

Una volta, un uomo chiese al Rebbe se fosse il caso di intraprendere un certo viaggio. Il Rebbe rispose che se una persona ha la necessità di viaggiare in un certo posto non dovrebbe astenersi dal farlo rifiutandosi testardamente di

andare. Ovunque l'ebreo viaggia avrà lì aggiustamenti spirituali da riparare.

Devi solo essere attento a non commettere peccati mentre ti trovi lì. Se non commetti peccati, puoi correggere ogni cosa ovunque tu vada. Anche se tu fossi una persona comune, farai cose sacre in ogni luogo. Pregherai, reciterai una benedizione sul cibo, e farai molte di santità. Anche l'Ebreo più umile fa cose sacre ovunque egli vada. Ogni persona è destinata dall'alto a trovarsi in un particolare luogo in un particolare momento. In quel luogo ed in quel momento, vi è qualcosa che egli deve correggere.

Il Talmud insegna che Jacov sarebbe dovuto scendere in Egitto persino in catene (perché lui e la sua discendenza avevano da compiere degli aggiustamenti spirituali. (Shabbat 89b).

Questo è vero di ogni persona. Se trovi necessario viaggiare, si tratta di un favore dall'alto. Altrimenti avresti potuto dover effettuare il viaggio in catene.

Il Rebbe disse questo ad un semplice ebreo, perché anche una persona nella media compie grandi cose ovunque egli vada – a patto che egli non commetta peccato in alcun modo.

MOMENTI DI HALAKHÀ

TEFILLA'

Al mattino si recita la preghiera di shachrìt. Prima della preghiera si indossano il tallèd e i tefillin. Il testo di tutte le preghiere nel loro ordine si trova nei siddurìm. La preghiera di shachrìt comprende:

Birkòt hashàchar-benedizioni del mattino. *Parashòt hakorbanot* -brani (che descrivono i) sacrifici. La sezione dei *Pesuké dezimrà* -versi di lode. Lettura dello *Shemà con le relative benedizioni*. *Amidà* chiamata anche *she-moné esré-diciotto* (benedizioni), che si recita a bassa voce e che è seguita dalla sua ripetizione ad alta voce da parte dell'officiante quando la preghiera si svolge in pubblico. *Takhanùn* -suppliche. *Keriàt haTorà* -lettura della Torà (che si svolge il lunedì e il giovedì, il giorno del capo mese e in altre occasioni). *Preghiere che concludono la funzione*.

Rabbi Meìr usava dire: «*Due persone sono a letto per la stessa malattia... uno riesce a (guarire e a) scendere (dal letto) e l'altro non scende. Per quale motivo uno scendeva (guarito) e l'altro no? Per quale motivo questa differenza pur avendo pregato entrambi per la propria guarigione?*». E rispondeva: «*Tutto dipende dalla concentrazione e sincerità nella preghiera*». Rabbi Eleazar, tuttavia diceva: «*Il primo ha pregato prima che [in cielo] venisse emessa la sentenza finale, e il secondo ; ha pregato quando la sentenza era stata ormai pronunciata*». Talmùd Rosh Hashanà.

All'inizio della preghiera di shachrìt si usa leggere il brano che descrive la akedà-legatura di Isacco (Gen. 22,1-19), quelli relativi ad altri sacrifici e altri brani che si trovano nei siddurìm subito dopo le birkòt haShàchar. La Mishnà Berurà spiega che si legge il brano della legatura di Isacco per richiamare alla memoria ogni giorno i meriti dei patriarchi e anche per aiutarci a controllare il nostro istinto, così come fece Isacco quando si dimostrò disposto all'estremo sacrificio per rispettare il comando divino.

I nostri saggi ci insegnano che, da quando il Santuario è stato distrutto - motivo per cui non siamo più in grado di offrire sacrifici - chiunque recita i brani che descrivono i sacrifici è considerato come se li avesse effettivamente offerti. (Talmùd Menachòt)

MOMENTI
DI MUSÀR

L'INVITO A CENA

Nella benedizione della Birkàt Hamazòn si dice che Dio è colui che procura l'alimento all'uomo. Tra i modi di assomigliare a Dio vi è dunque quello di invitare al proprio tavolo chi necessita di cibo.

Si narra che quasi 800 anni fa viveva in Spagna un grande Maestro: Avrahàm Ibn Ezrà. Egli era noto come commentatore di Torà e Talmùd, come medico astronomo matematico e filosofo. Tutti lo conoscevano di fama ma pochi avevano visto il suo aspetto fisico.

Un giorno, il Maestro, arrivò alla vigilia dello Shabbàt in un piccolo paesino. Le cronache non riportano il nome di quel luogo ma si pensa che questo paesino si trovasse nel sud Italia. Egli si sedette su una panchina nella piazza del paese. *"Sicuramente qualche ebreo mi inviterà a casa sua per Shabbàt. Si sa, gli ebrei sono molto ospitali"*. Ma gli ebrei di quel paese non erano dello stesso avviso. Nessuno si fermò a parlare con il rabbino. Avrahàm Ibn Ezrà era ormai

certo di dover trascorrere quello Shabbàt a digiuno, quando un povero ebreo lo notò e con umiltà gli si avvicinò. *"Lei è sicuramente straniero. Non sa forse dove andare per lo Shabbàt?"* "No!" rispose il saggio *"Questa mi sembra una città poco ospitale"*. *"La mia è una povera casa"* - rispose l'uomo - *"ma un piatto di minestra riusciremo a trovarlo, se si accontenta"*. *"Vedrà che mangeremo ben più di un piatto di minestra. Dio aiuta sempre le persone che fanno delle mitzvòt"*, rispose Ibn Ezrà. Quella sera il rabbino si recò al tempio. Ovviamente nessuno sapeva che egli era il grande saggio di Spagna e lui si guardò bene dal dirlo. Non amava sfoggiare il suo nome a meno che... ma continuiamo la storia. Il rav fu accompagnato nella casa, veramente misera del gentile ebreo. Si sedettero a tavola e iniziarono a mangiare. Ebbene, l'unico cibo posto a mensa era un solo piatto di minestra. *"Veramente squisito questo brodo"* - disse il rabbino - *"E che ci mangiamo per secondo?"* *"Veramente il secondo piatto è per il pranzo di domani. Sa, noi siamo molto poveri"* rispose il padrone di casa. *"Non sia mai!"* fu la risposta *"Ce lo mangeremo subito e domani pranzeremo con ottimi e abbondanti cibi. Non sapete forse che Dio aiuta*

sempre le persone che adempiono alla mitzvà dell'ospitalità?". Il padrone e la moglie si vergognarono di contraddire l'ospite e portarono a tavola tutto il cibo destinato al giorno successivo. Ibn Ezrà mangiò di gusto il secondo e poi la torta, che in realtà era stata preparata per il terzo pasto dello Shabbàt, poi disse: "Veramente ottimo. Complimenti alla cuoca. Se mi permettete tornerò anche al pranzo di domani". L'uomo e la moglie si guardarono sconsolati. Domani non avrebbero avuto cibo per loro, figuriamoci per un ospite. "Non siate tristi" disse Ibn Ezrà "Dio aiuta sempre quelli che eseguono i suoi precetti". Così dicendo uscì di casa. Il giorno dopo Ibn Ezrà si recò al tempio. Fu uno dei primi ad arrivare. Si sedette e recitò con calma la preghiera. Intanto la sinagoga si riempì di gente. Quando arrivò il momento del discorso del rabbino della Comunità ogni posto era già occupato. Il rabbino si alzò per parlare alla gente ma, di fronte allo stupore generale, Ibn Ezrà salì sul pulpito prima di lui e disse: "Oggi il discorso non lo terrà il vostro Maestro. Sarò io a tenere una lezione". Tutti pensarono si trattasse di un pazzo ma il rabbino decise di lasciarlo parlare per qualche minuto. Ibn

Ezrà parlò per molto tempo e il discorso fu così bello e profondo che nessuno osò interrompere il forestiero. Alla fine il rabbino del tempio gli chiese di presentarsi: "Mi chiamo Avrahàm Ibn Ezrà". Il pubblico rabbrividì. Avevano tra loro il più grande Maestro di Spagna e non lo sapevano. Il rabbino del tempio, il presidente della comunità e i ricchi ebrei della città volevano tutti invitare il Maestro a pranzo, magari solo per fare invidia a qualche vicino antipatico. "No!" rispose Ibn Ezrà. "Andrò a casa dell'unico ebreo che mi ha invitato a casa sua per Shabbàt, e voi dovrete vergognarvi per la vostra mancanza di ospitalità". La gente insisteva e gli chiedeva perdono, allora Ibn Ezrà disse: "Ebbene! So che la città in cui mi trovo è recintata ed è possibile quindi trasportare anche di Shabbàt. Portate dunque a casa dell'uomo che mi ha ospitato ieri sera tutto il cibo preparato dalle vostre mogli e mangeremo assieme". Insomma quel giorno a casa del povero ebreo c'era tanto cibo e tanta gioia, come non se ne vide più in quel paese. Ibn Ezrà durante il pranzo ringraziò il povero ebreo e disse: "Hai visto quanto cibo? Te l'avevo detto: Dio aiuta sempre le persone che eseguono la mitzvà dell'ospitalità".

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT EKEV

Birkat Hamazon

"Mangerai e ti sazierai e benedirai Hashem tuo Hashem". La Torà ci comanda di benedire Hashem dopo aver consumato il pane ed essere sazi. Il pane può essere costituito da uno dei seguenti cinque tipi di grano: frumento, orzo, avena, secale o spelta.

Quando una persona mangia e si sazia (ma non necessariamente sazia i suoi occhi!) ha il comando della Torà di recitare la birkat hamazon, la benedizione dopo il pasto. I nostri Maestri ci comandano di recitare la birkat hamazon se abbiamo mangiato un kezait, una quantità di pane pari a un'oliva (circa trenta grammi) anche se non siamo sazi. La mitzvà si applica agli uomini e alle donne, per tutte le generazioni. Per quanto riguarda le donne, però, non è chiaro se il loro obbligo derivi dalla Torà oppure se sia di origine rabbinica. Anche se la mitzvà di recitare la birkat hamazon è dalla Torà (almeno per gli uomini), il testo è stato redatto dai nostri Maestri. Prima della composizione di questo testo, era permesso pronunciare parole di ringraziamento e lode a Hashem per averci dato il nostro sostenta-

meto e questo era sufficiente.

Cerchiamo di comprendere l'idea che sta alla base della birkat hamazon e di tutte le berachot in generale: Hashem ha forse bisogno del nostro ringraziamento per il bene che ci dà? Hashem non ha forse saggezza, bontà e onnipotenza? Potremmo forse aggiungere o detrarre dalla Sua onnipotenza? La risposta è che quando pronunciamo le parole *"Baruch attà Hashem"*, *"Benedetto sei tu, nostro Hashem"*, riconosciamo e lodiamo Hashem per essere la fonte delle benedizioni e per la Sua capacità di compiere atti di bontà secondo la Sua volontà. In questo modo meritiamo di ricevere una maggiore quantità di benedizioni che Egli desidera molto donarci.

Alcune berachot iniziano e terminano con le parole *"Baruch attà Hashem"* perchè così riconosciamo il fatto che Egli è onnipotente e, nella parte centrale della benedizione, effettuiamo le nostre richieste.

Spesso, dopo aver mangiato ed essere sazi, potremmo sentirci stanchi e avere difficoltà a eseguire la mitzvà della birkat hamazon con una totale concentrazione. Dovremmo ricordarci, però, che i nostri Maestri ci insegnano che non esiste la lettera *"pè finale"* nel-

la birkat hamazon. Impariamo che chi presta attenzione a recitare la birkat hamazon, non verrà dominato da nessuna forma di rabbia (dal momento che i termini che designano la rabbia contengono la "peh finale": "af", "ketzef").

Il Sefer HaChinuch ci insegna che chi sta attento a recitare sempre la birkat hamazon, riuscirà sempre a trovare sostentamento in modo onorevole. Siamo sempre alla ri-

cerca di segulot per la parnassà! Il Sefer HaChinuch ci dà il consiglio migliore: presta attenzione alla mitzvà della birkat hamazon e a non ti mancherà mai ciò di cui ha bisogno.

Cerchiamo di concentrarci sulle parole che pronunciamo e prestiamo attenzione a dire la birkat hamazon leggendo le parole da un testo e meriteremo di vedere la mano di Hashem che ci sostiene.

MOMENTI DI HALAKHÀ

SHABBAT - DIVIETO DI MACINARE

-E' proibito macinare sia con la macina manuale o elettrica (attivata prima di shabbat), che con il torchio, sia con le mani che con una posata (a meno che la posata o le mani siano il modo inconsueto di farlo, come vedremo più avanti; il torchio, la macina sono tutti utensili che sono proibiti di Shabbat). Anche con i denti è proibito tritare, ma solo se non si ha l'intenzione di mangiare o di dar da mangiare ad un altro individuo.

-Una condizione per considerare la melachà di Tochen un lavoro proibito di shabbat, è solamente se lo si fa su un corpo che cresce dalla terra, per esempio frutta, verdura, legno, ecc. Ed al contrario non rientra in questo divieto il formaggio, la carne le uova ecc. dal momento che non crescono dal terreno.

-C'è discussione tra i Rishonim, se ci sia il divieto della Torà di macinare quei cibi che non necessitano una preparazione successiva prima di cibarsene dopo la loro macinazione, come la frutta o verdura fresca, di cui si può godere senza una ulteriore preparazione. La sentenza alachica è che anche sulla frutta e verdura c'è il divieto di sminuzzarli durante Shabbat.

Tuttavia secondo tutte le opinioni, per quanto riguarda le spezie esiste il divieto di Tochen, dal momento che la sua macinatura è essenziale per usufruirne.

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT EQEV

Colui che non desidera "duecento", non avrà neanche "cento".

Rabbì Hirsch di Opotochna, in Polonia, incontrò nel corso di uno dei suoi viaggi un giovane studente di Yeshivà, al quale domandò se egli fosse o meno un Chassid.

Il giovane studente rispose dicendo che gli sarebbe bastato anche riuscire ad essere un semplice e timorato ebreo.

"In gioventù – rispose Rabbì Hirsch – mi recai dal rabbino di Lublino, con l'aspirazione di divenire un pio ebreo come il Ba'al Shem Tov, ma se il tuo desiderio è solo quello di essere uguale ad un semplice timorato ebreo, allora tu non riuscirai a raggiungere neanche tale molto più basso livello".

Lo Tzaddiq raccontò quindi al giovane ebreo la storia del Re di Prussia, il quale aveva comandato a suo figlio, prima di morire, di iniziare una guerra nei confronti di tutti gli Stati confinanti con la Prussia, al fine di ampliare i propri possedimenti.

Il figlio del Re di Prussia, tuttavia, disse al padre: *"Perché ho bisogno di avviare dei conflitti con gli Stati limitrofi? Forse la Prussia non è un paese sufficientemente grande?"*.

"Figlio mio – disse il Re – se non lotterai per espandere i confini del tuo impero, allora anche lo Stato della Prussia finirà per non essere più sotto il tuo dominio...".

E così, in effetti, avvenne.

DERASHÀ DI SHABBAT

PARASHAT EQEV - *L'attaccamento ad Hashem*

"Dovrai aver timore di Hashem, il tuo Sig-re, prestargli culto, attaccarti a Lui, giurare nel Suo nome" (Devarim 10, 20).

Fa notare l'autore del Darchè Musar come molti credano, erroneamente, che l'"attaccamento" a D_o Benedetto sia un retaggio esclusivo di poche eccelse persone che hanno scelto di isolarsi dal resto del mondo e vivere una vita di privazioni, digiuni e stenti, difficilmente sostenibile dalla gente "comune". I nostri Maestri ci hanno però insegnato che, in realtà, ciascun ebreo ha la possibilità di giungere ad un livello massimo di "attaccamento" ad Hashem (che, peraltro, costituisce anche una mitzvà espressamente comandata nella Torà), essendo solo richiesto, a tal fine, di "prendere esempio" dal modo di operare di D-o Benedetto: così come Egli è misericordioso, anche ciascun ebreo deve essere misericordioso, così come Egli è fa del bene, ciascun ebreo deve fare del bene, etc..

Ciò in quanto, secondo quanto scritto nello Zohar, HaQadosh Baruch Hu, la Torà e il popolo d'Israele sono un'unica cosa, e pertanto se un ebreo riesce a collegarsi al resto del popolo ebraico (tramite il rispetto della mitzvà che impone di *"amare il prossimo tuo come te stesso"*), allora risulterà direttamente collegato anche ad Hashem.

Secondo Rabbi Akiva, il precetto *"ama il prossimo tuo come te stesso"* (Vaiqrà 19, 18) è il più grande principio della Torah (Bereshit Rabbah, 24, 7); da qui possiamo imparare che colui il quale mantiene degli atteggiamenti negativi nei confronti di altri ebrei, anche laddove rispettasse scrupolosamente tutte le restanti mitzvot della Torà, comunque non potrebbe mai osservare integralmente i comandamenti della Torà di Hashem.

E' scritto nella Torà che Avraham Avinu in occasione del suo incontro con Avimelech disse a quest'ultimo: *"In questo luogo non c'è sicuramente timore del Sig-re e mi uccideranno per poter prendere mia moglie"* (Bereshit 20, 11); a tal proposito, i nostri Maestri hanno in particolare affermato che, in tale frangente, Avraham Avinu era rimasto insospettito dalla condotta degli abitanti del paese di Gherar, i quali, anziché chieder loro se avessero necessità di ospitalità per mangiare o dormire, si erano soffermati a chiedere informazioni sulla donna che era con lui (Sarà), per comprendere se fosse sua moglie o sua sorella (TB Baba Qama 92a).

Il fatto quindi che gli abitanti di Gherar non si erano resi disponibili a fornire ospitalità ad uno straniero, ha consentito Avraham Avinu di capire che gli stessi non avevano alcun timore di Hashem; infatti, colui che tiene un atteggiamento sbagliato nei rapporti umani è senz'altro lontano da qualsiasi forma di attaccamento a D_o Benedetto, non essendo possibile "collegarsi" a Lui se si dispone di un cuore malvagio o comunque insensibile nei confronti delle necessità del prossimo.



MOMENTI
DI MUSÀR

Ogni cosa ha il suo tempo

Un commerciante che possiede emunà deve sapere che ciascun capo del suo inventario dipende del tutto dall'influenza della Provvidenza Divina. È Hashèm che decide se un determinato oggetto, che sia un palazzo di dodici camere o un tubetto di dentifricio, debba essere venduto, a chi e a che prezzo. Secondo il pensiero cabalistico, ciascun oggetto possiede delle scintille spirituali di santità che appartengono o gravitano verso una certa anima; quell'anima prima o poi acquisterà l'oggetto, come correzione dell'anima sia per l'oggetto che per sé stessa. Approfondendo questo concetto, R. N. di Breslav scrive che ogni cosa ha un suo tempo, in cui essa ritorna alla sua radice spirituale. Per esempio, se le scintille di santità all'interno di una determinata carota sono radicate nell'anima di uno tzaddik, la moglie dello tzaddik andrà un certo giorno in un certo banco di verdure e pagherà un certo prezzo per un certo numero di carote. Tornerà poi a casa e darà da mangiare al marito quella determinata carota le cui scintille spirituali erano radicate nella sua anima. Una volta che lo tzaddik recita una benedizione sulla carota e la mangia,

la carota acquisisce una correzione spirituale più elevata. Nel caso della carota o di qualsiasi altro alimento, esso diventa fisicamente parte dello tzaddik!

Alla luce dell'esempio portato sopra (che in realtà non è che una goccia d'acqua presa da un vasto oceano, poiché l'argomento della correzione dell'anima necessita un intero volume a sé stante), ogni affare commerciale, di baratto, commercio o compravendita, avviene soltanto nel momento e nel luogo che Hashèm decide. Quando il tempo è abbastanza maturo per un certo prodotto o pezzo di merce di arrivare in possesso di una particolare anima, allora la transazione verrà perfezionata, né prima né dopo.

Se un acquirente e un oggetto non hanno un comune denominatore spirituale, essi non si troveranno a nessun prezzo o in nessuna circostanza. Pertanto, non ha alcun senso che un commesso troppo invadente o un commerciante opprimente tentino di costringere un cliente ad acquistare qualcosa che non desidera.

Molti uomini d'affari raccontano molte storie di merce apparentemente inutile che riuscirono a vendere ottenendo un esorbitante profitto o di prodotti che pensavano sarebbero diventati dei best seller che invece finirono per accumulare polvere sugli scaffali. Gli agenti immobiliari hanno tutti avuto a che fare con potenziali clienti che prima storcivano

la bocca verso una determinata casa o proprietà e tre mesi dopo finivano per acquistare proprio

quell'immobile. Ogni campo ha esempi di Provvidenza Divina. Ogni cosa ha il suo tempo.

MOMENTI DI HALAKHÀ

I 13 PRINCIPI DI FEDE DEL RAMBAM

- 1) Io credo con fede completa che il Creatore, benedetto sia il Suo Nome, è il Creatore e la Guida di ogni essere creato, e che Egli soltanto ha fatto, fa e farà ogni cosa.
- 2) Io credo con fede completa che il Creatore, benedetto sia il Suo Nome, è Uno e Unico, che non esiste altra Unità come Lui, e che Egli solo è il nostro D-o, lo è stato e lo sarà.
- 3) Io credo con fede completa che il Creatore, benedetto sia il Suo Nome, è incorporeo, che non ha alcun carattere antropomorfo, e che non ha assolutamente un'immagine reale.
- 4) Io credo con fede completa che il Creatore, benedetto sia il Suo Nome, è il primo e l'ultimo.
- 5) Io credo con fede completa che il Creatore, benedetto sia il Suo Nome, è l'unico al quale è lecito rivolgere le nostre preghiere e che è illecito pregare qualsiasi altro.
- 6) Io credo con fede completa che tutte le parole dei Profeti sono verità.
- 7) Io credo con fede completa che la Profezia di Moshè, nostro maestro, pace a lui, fu vera, e che egli fu padre di tutti i Profeti, quelli che lo precedettero e quelli che verranno dopo di lui.
- 8) Io credo con fede completa che l'intera Torà, quale è giunta a noi, è stata data a Moshè, nostro maestro, pace a lui.
- 9) Io credo con fede completa che questa Torà non sarà cambiata e che non ci sarà altra Torà data dal Creatore, benedetto sia il Suo Nome.
- 10) Io credo con fede completa che il Creatore, benedetto sia il Suo Nome, conosce tutte le azioni e tutti i pensieri degli esseri umani, così come è detto: *"E' Lui Che forma i cuori di tutti loro, Lui Che conosce tutte le loro azioni"* (Salmi 33, 15).
- 11) Io credo con fede completa che il Creatore, benedetto sia il Suo Nome, ricompensa coloro che osservano i Suoi precetti e punisce coloro che li trasgrediscono.
- 12) Io credo con fede completa nell'avvento del Messia e, sebbene possa tardare, aspetterò ogni giorno la sua venuta.
- 13) Credo con fede completa che ci sarà la risurrezione dalla morte nel tempo in cui lo vorrà il Creatore, benedetto sia il Suo Nome ed in eterno esaltato il Suo ricordo.



MOMENTI
DI MUSÀR

NEGOZIARE CON EMUNÀ

Il Talmùd insegna che la prima domanda in assoluto che il Tribunale Celeste chiede alla persona che lascia il mondo terreno è: *“Hai compiuto ogni negoziazione con emunà?”*. Coloro che includono l’emunà in tutte le loro trattative, potranno essere fieri di rispondere: *“Sì!”*.

Avere emunà in affari significa che l’individuo sia giusto, onesto e di parola. Se una persona crede con emunà che tutti i mezzi di sostentamento vengono da Hashèm, non ricorrerà a nessun mezzo criminale o immorale per ottenere denaro.

Un commerciante che possiede emunà non fa dichiarazioni false sulle sue proprietà, poiché egli sa che il giusto acquirente arriverà e pagherà il giusto prezzo per un particolare prodotto. Egli non fa pressione né cerca di persuadere un potenziale cliente, poiché sa che il sostentamento viene da Hashèm e non dal cliente. Pertanto, egli è gentile e rispettoso nei confronti del cliente, poiché così è la

volontà di Hashèm. Non tenta di forzare una vendita, poiché sa che il cliente alla fine non sarà soddisfatto, farà una protesta, o vorrà restituire l’acquisto, o addirittura dare un cattivo nome e una cattiva reputazione al commerciante e al suo business. Un commerciante o uomo d’affari che non ha emunà, nel momento in cui cerca di forzare un affare, ne uscirà sempre da perdente a lungo termine.

Niente può spaventare l’uomo d’affari che possiede emunà. Egli non rimane mai deluso quando un potenziale cliente se ne va via. La persona che ha emunà sa che se un determinato profitto non si concretizza in conseguenza della transazione A, allora si concretizzerà in conseguenza della transazione B. La gente riesce spesso a fare soldi attraverso mezzi che non hanno niente a che fare con il loro settore professionale; abbiamo tutti sentito storie come quella del dentista non molto riuscito che ha fatto tanti soldi in borsa o della semplice casalinga che ha trasformato una buona idea in un florido business on-line.

MOMENTI DI HALAKHÀ

LE FESTE INIZIANO DAL TRAMONTO

Domanda: Come mai le feste ebraiche iniziano al tramonto?

Risposta: La tua domanda riguarda l'affascinante argomento del passare del tempo. In base al calendario ebraico, non solo le festività ma tutti i giorni iniziano al tramonto. Questa regola è tratta dal testo biblico che descrive minuziosamente la creazione del mondo, nel Libro della Genesi. Al termine di ciascuno dei sei giorni della Creazione è scritto: *"E fu sera, e fu mattina, il primo giorno"*, *"E fu era sera, e fu mattina, il secondo giorno"* e così via. Nel testo di Torà la sera è sempre citata prima del mattino: si deduce che in base alla Torà il giorno comincia al tramonto e continua il mattino seguente, fino al calare del sole.

Questa definizione del tempo non è significativa solo per la determinazione del calendario, ma ha un importante impatto nel nostro modo di affrontare la vita.

La vita, si sa, è segnata da momenti positivi e negativi. Periodi di euforica gioia si alternano a momenti di sconforto. I quali, a loro volta, saranno seguiti da nuovi felici eventi o da ottimi stati d'animo. La vita è fatta di alti e bassi.

La domanda che ci si pone è se siano preponderanti i momenti felici o quelli difficili. C'incamminiamo tutti verso mete tanto agognate ed elevate quanto lontane, sia materialmente che spiritualmente. Il viaggio è lungo e stancante. Siamo pronti ad affrontare gli ostacoli che incontreremo durante il percorso, ma che una volta superati ci avranno rafforzati? È il buio ad estinguere la luce o è la luce a conquistare il buio? La notte segue il giorno o il giorno segue la notte?

L'approccio ebraico è chiaro. *"E fu sera, e fu mattina"*. Prima viene la notte, poi il giorno. La tempesta è sempre seguita dal cielo sereno. Il buio prepara la strada per accogliere l'alba che è momentaneamente nascosta, che aspetta silenziosa e paziente per poi apparire. Le sfide che D_o ci manda servono a individuare la nostra capacità di risolvere il problema. Le difficoltà ci inducono a far ricorso alle nostre forze dalle quali dobbiamo attingere per rivelare a noi stessi le nostre potenzialità, la nostra fiducia, la nostra solida fede nella Provvidenza. Senza determinati ostacoli forse non saremmo nemmeno consapevoli di avere tutta questa forza interiore.

Il tempo scandito dal punto di vista della Torà, ci porta a capire che per quanto la vita possa sembrare dominata dal buio e dalle tenebre, alla fine sarà comunque sempre la luce a prevalere.



LE BASI DI BRESLAV

L'ebraismo ha una radice: la Torah. Quella radice ha la sua radice, D_o. È ragionevole pensare che, dal momento che la Torah proviene dall'unico D_o, non ci dovrebbero essere variazioni in essa, o almeno non troppe. Eppure anche uno sguardo superficiale a coloro che studiano la Torah ci fa notare molti percorsi diversi, molte interpretazioni e molti approcci, ma dobbiamo sempre ricordare che tutti gli insegnamenti della Torah devono portare a capire che "D_o è Uno". Quindi cosa rende una serie di insegnamenti più forti di un'altra?

Rabbi Nachman una volta disse: *"Ti sto guidando su un nuovo sentiero che è davvero molto vecchio"* (Tzaddik # 392).

Il Rebbe era un pensatore molto creativo che era in grado di vedere tutto in termini di divinità e, allo stesso tempo, vedere ogni cosa dal punto di vista dell'essere umano. Usando le opere basilari dell'ebraismo - Torah, Mishna, Talmud, Shulchan Aruch, Zohar e Kabbalah

lah - come punto di partenza, il Rebbe ha tracciato nuove strade che l'uomo moderno può usare per raggiungere una realizzazione fisica, emotiva e spirituale in questo mondo.

Questa sezione delinea i concetti del Rebbe già ben noti come il libero arbitrio, la fede e la verità, il trovare la gioia e la pace, e come effettuare un tikun (rettifica) per gli errori che abbiamo commesso. Parla anche dell'importanza di trovare lo Tzaddik, il leader di cui tutti abbiamo bisogno:

dopo tutto, è stato Mosè a far uscire gli ebrei dalla schiavitù in Egitto e Re David quello che forgiò il popolo ebraico in un'unità coesa e nella nazione leader del suo tempo. Un leader è un leader, uno che conduce effettivamente, non che segue.

Ogni argomento si conclude con una nota personale, offrendo spunti e suggerimenti pratici per incorporare le idee di Rabbi Nachman nelle nostre vite.

*Tratto dal libro
A tu Per tu con Rabbi Nachman*

ATTESA TRA CARNE E LATTE

Il motivo dell'attesa tra carne e latte è già dibattuto tra i Rishonim. In sintesi si riscontrano le due seguenti motivazioni:

1. Secondo Rashi: a causa del sapore della carne che continua a restare in bocca per lungo tempo.
2. Secondo Rambam: a causa della carne che potrebbe essere rimasta tra i denti.

Lo Shulchan Aruch nel suo psaq è rigoroso tenendo conto di entrambe le posizioni.

La Ghemara in Chulin riporta l'uso di attendere tra carne e latte come *"tra un pasto e l'altro"*. Discutono i Rishonim quanto si debba attendere: Tosfot sostiene che subito dopo aver mangiato carne e aver fatto la beracha del dopo pasto si può fare un altro pasto di latte; il Rambam (con Rif, Ran, Rashi, Rosh, Rashba) sostiene che bisogna attendere la misura quotidiana tra un pasto e l'altro (uno di giorno, l'altro di sera), la cui misura viene fissata in sei ore. La misura di sei ore può essere spiegata come segue: la carne rimasta in mezzo ai denti continua a rilasciare sapore e non basta lavare la bocca perchè forse non laverà bene ogni pezzo di carne rimasto tra i denti. Durante sei ore comunque si ritiene che ogni residuo che era tra i denti esca da solo poco alla volta e passate sei ore invece non si teme che vi siano rimasti ancora residui tra i denti.

La decisione alachica: Dopo aver mangiato carne, anche se si tratta di carne di volatile (come pollo) o animale selvatico, è proibito mangiare latte se non dopo che siano trascorse sei ore (e che si sia fatta la beracha acharonà dopo il pasto di carne). Se, trascorse sei ore, si trova ancora carne tra i denti, basta toglierla e si può subito mangiare latte, dopo aver sciacquato la bocca.

-Le sei ore si intendono a partire da quando ha finito di mangiare la carne a quando inizia a mangiare latte, non da quando ha finito il pasto durante il quale ha mangiato anche carne e inizia il pasto in cui mangerà anche latte.

-Se sono passate cinque ore e mezza c'è chi permette e non bisognerebbe attendere sei ore precise (R.Eliashiv). Basandosi su questa interpretazione di Rambam si può essere facilitanti e non contare sei ore precise dopo che si è mangiati il pollo (Rav Yosef z"l, riportato in Mappat HaShulchan). Badei HaShulchan e altri poskim sostengono invece che bisogna attendere 6 ore precise.

(tratto dal libro Bechorè Asher)



RABBI NACHMAN DI BRESLAV
Cos'è il libero arbitrio?

Una volta, un tale chiese a Rabbi Nachman: *“Qual è l'idea che sta dietro al libero arbitrio?”*

“È molto semplice” rispose Rabbi Nachman: *“Se vuoi fare qualcosa, la fai. Se non vuoi farla, non la fai”*.

Reb Nathan aggiunse *“Ho ritenuto necessario annotare anche questo perché le persone devono sapere: in molti si sentono confusi, poiché si sono abituati alle proprie azioni quotidiane e si sono relegati nelle proprie abitudini da così tanti anni da pensare di non avere la libertà di scelta o di non poter controllare la propria vita. Tuttavia, non è come pensano. Ogni persona può scegliere liberamente riguardo a qualsiasi cosa.”*

“Ciascuno agisce nel modo che più gli aggrada. Mettetevelo bene in testa” (Likutey Moharan II, 110).

Cos'è il libero arbitrio? È la capacità di decidere di fare qualsiasi cosa desideri fare, dove vuoi, in qualsiasi tipo di situazione. Sapendo di avere questo potere, puoi trarre profitto da qualsiasi idea o suggerimento e applicarlo

a tuo beneficio. Come spiega Reb Nathan, il libero arbitrio è il potere più incredibile del mondo intero. Potresti chiederti *“Cos'ha di così incredibile?”*.

Immagina di essere un re - un dominatore o anche un leader democraticamente eletto. Vorresti certamente che il tuo popolo ti seguisse e facesse quello che tu pensi sia meglio per il territorio da te controllato. In questo caso, daresti ad ognuno il potere di scegliere di ribellarsi a te?

Questo, invece, è esattamente quello che ha fatto D-o quando creò il mondo! Conferì all'uomo la da'at (l'intelletto) e gli diede diversi comandamenti a cui ubbidire senza l'aiuto di alcun poliziotto spirituale.

Siamo liberi di fare quello che vogliamo!

Questo è l'incredibile potere del libero arbitrio.

Tratto dal libro

A tu Per tu con Rabbi Nachman

MOMENTI DI HALAKHÀ

ATTESA TRA CARNE E LATTE

Chi mastica il cibo di carne ma non lo ingoia e lo fa uscire dalla bocca (per darlo a un bambino o assaggiare un cibo durante la cottura) deve comunque attendere sei ore prima di poter mangiare latte. Se invece lo assaggia solo con la lingua non deve attendere.

- Riguardo agli altri usi nell'attesa tra carne e latte si riportano di seguito le varie posizioni: Remà: riporta l'uso di attendere solo un'ora tra carne e latte e considera comunque l'uso di sei ore la cosa migliore da seguire. Si può essere facilitanti in caso di un malato (Chokhmat Adam) purchè prima faccia la berachà dopo il pasto e sciacqui la bocca da ogni residuo.

- Gli Ebrei di origine tedesca usavano attendere tre ore.

- Pri Chadash riporta l'uso di attendere solo 4 ore in inverno quando il tempo di attesa tra i due pasti è più breve. Comunque scrive esplicitamente lo Shach a nome del Marshal, che deve attendere sei ore chiunque abbia in sè *"odore di Torà"*. In Misgheret HaShulchan Rav Castelnovo scrive testualmente: *"...e il nostro minhag come mi ha insegnato mio padre è di attendere sei ore tra la carne e il formaggio e tre ore tra formaggio e carne e molti tementi del Signore usano come i kabbalisti che nel giorno che hanno mangiato formaggio non mangiano carne e non c'è bisogno di dire il contrario.."*.

Anche in Ikkare HaDat Rav Daniel Terni da Firenze (capitolo 10/5) riporta autorevoli opinioni che sostengono l'attesa di sei ore tra carne e latte.

- Per quanto riguarda i bambini si può adottare quanto segue:

Fino ai tre anni non c'è bisogno di attendere tra carne e latte, non bisogna costringerli se vogliono il latte, in particolare se si tratta prima di andare a dormire e fanno i capricci. Tra i tre e i sei anni è bene iniziare ad educare di attendere almeno un'ora (come il Remà di sopra). Tra i sei e i nove anni devono attendere almeno tre ore. Dopo i nove anni devono attendere sei ore come gli adulti.

- In generale da quando il bambino arriva ad un'età in cui capisce, va educato ad attendere tra carne e latte.

(tratto dal libro Bechorè Asher)

RACCONTO DI SHABBAT

Parashat Re'è

Dare per ricevere

La Mishnà in Avot (1:2) afferma che il mondo si basa su tre attività: la prima è lo studio della Torà, la seconda è l'esecuzione del servizio di Hashem (portare le offerte nel Bet Hamikdash che oggi si esprime nella forma della tefillà) e la terza è l'esecuzione di atti di generosità.

Non esiste fine alle situazioni e alle modalità in cui siamo messi alla prova nell'essere generosi verso gli altri. La parashà di questa settimana tratta della mitzvà di asser teasser (Re'è 14:22), dare la decima del proprio prodotto al Levì, per aiutarlo a vivere. I nostri Maestri ne deducono la mitzvà di dare la decima dei propri guadagni. Dopo aver dedotto le spese dai propri guadagni, una persona dovrebbe dare la decima ai meno fortunati. Le vengono promesse in cambio benedizioni e ricchezza.

Per alcune persone, però, è difficile separarsi dalla propria ricchezza. Sentono che l'hanno guadagnata, per cui perché dovrebbero dare via ciò che è loro di diritto. In primo luogo, dovrebbero considerare se dare ai meno fortunati significa veramente dare via. La

verità è che, quando una persona scompare, lascia il mondo senza alcuna ricchezza fisica. Si trova poi di fronte alla propria ricchezza eterna e vede che ciò che le rimane sono i meriti dei guadagni che ha dato in beneficenza!

In secondo luogo, devono prendere in considerazione il fatto che tutto ciò che guadagnano è in realtà dato da Hashem. Una persona può sforzarsi molto e non avere successo e, al contrario, effettuare uno sforzo minimo, o anche un errore, e avere, però, molto successo. In quanto credenti, capiamo che ciò dimostra che tutto è deciso da Hashem e qualsiasi conseguimento dipende dall'aiuto divino.

Come otteniamo la benedizione di Hashem? Ovviamente, dobbiamo fare del nostro meglio per mantenere la Torà e le mitzvot. Una volta una persona andò dal suo Maestro, lamentandosi della sua situazione. Aveva problemi di salute e finanziari, uno scarso shalom bait, etc. Il Maestro gli chiese: *"Osservilo Shabbat, la kasherut, le regole della purità familiare etc.?"*, a cui quello rispose: *"No"*. *"Beh, allora"* disse il Maestro, *"non mi sorprende che tu abbia tutti questi problemi! Non*

ci si può aspettare la benedizione di Hashem senza il proprio sforzo e la propria sottomissione.”

Detto ciò, esistono a volte motivi a noi sconosciuti per cui la ricchezza non raggiunge una persona. Forse perché le sarebbe nociva, caso in cui i profitti che avrebbe potuto ricevere in questo modo sono tratti per aumentare la ricompensa eterna nel mondo futuro. I nostri Saggi, però, ci suggeriscono: se una

persona vede che la sua situazione finanziaria è difficile, dovrebbe fare beneficenza. Potremmo chiederci: l'opposto dovrebbe essere vero, quando una persona ha più soldi, può permettersi di dare di più! La risposta è che dando, mostriamo a Hashem che vale la pena investire in noi. Se mostriamo generosità con i nostri soldi, meritiamo che *“il condotto si apra”* per noi.

Più diamo, più riceviamo!

MOMENTI DI HALAKHÀ

REGOLE DI SHABBAT

Melachà di Tochen – Macinare

Continua dallo scorso giovedì

-Un altro particolare che bisogna conoscere, è che per il Rashbà non esiste il divieto di macinare secondo la Torà se lo si fa subito prima del pasto. Il motivo è perché questo lavoro, è considerato una preparazione del pasto e non un'opera vietata.

-E' vietato di Shabbath sminuzzare della frutta o verdura in pezzettini piccoli. Tuttavia se lo si fa subito prima del pasto è permesso farlo, ma è bene comunque essere rigorosi anche così facendo, e tagliarla quindi un pochino più grande rispetto all'abitudine. Ciononostante è proibito in tutti i casi utilizzare quegli strumenti apposti nel tagliare la frutta e verdura, come la grattugia, ecc.

- Il tempo di *“subito prima del pasto”* (riportato nel paragrafo precedente) è quello che occorre per preparare il cibo prima di iniziare a mangiare. Se invece si prepara del cibo tagliandolo a pezzetti durante il pasto, è permesso farlo anche se si continua a mangiare anche per qualche ora.

- Lo stesso vale se si prepara del cibo per molte persone, e quindi si inizia qualche ora prima a prepararlo, anche in questo caso è considerato *“subito prima del pasto”*.

Beth Midrash
(Casa di Studio)



Tempio Tripolino 1102
"Beth Ya'acov"
Via Pozzo Pantaleo, 46
(Zona Marconi)

Programma Settimanale delle Lezioni (mese di Av 5779)

Lunedì

Martedì

Mercoledì

**B"H le lezioni infra-settimanali
del Beth Midrash del Tempio Tripolino "Beth
Ya'acov" riprenderanno regolarmente durante
il mese di Elul 5779.**

Giovedì

Shabbat

Domenica

10:00 - 11:30

Talmud - trattato
di Shabbat in
Chevruta, con
Giorgio Calò
Halachot e
Parashat
HaShavua, con
Devid Jonas

18:30 - 19:30

Regole di Shemirat
HaLason
(Maldicenza) e
Halachot 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.)

Leilui Nishmat HaRav Eliahu ben Shlomo Ouazana z"l, HaRav Sion ben Ya'acov Burbea, Shalom ben Mantina Tesciuba z"l, Shimshon Giorgio ben Avraham Calò z"l, Moshè Marco ben Mazliach Zarfati z"l, HeReuven Giorgio ben Yehuda Moresco z"l, Rivkà Virginia bat Ya'acov Moscato z"l

Contatti: Email: hamefizitalia@gmail.com
Tel (Italia) 392 54 078 50
Tel (Israel) 052 761 5969

Finito di stampare nel Luglio 2019
Impaginazione Grafica:
Vittorio Nahum

Tefillà da recitare dopo aver letto il Tikkùn Haklali

■ composta da Rabbì Natan Z'L

Oh Padrone del mondo, D-o vivente, Misericordioso che giudica sempre il mondo dal lato buono, che desidera -vatore 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 pro-fanato la mia santità, ho distrutto, ho rovinato! Guai a me! Ohi! Guai alla mia anima, cosa ho fatto!?! Cosa potrò mai Eccomi davanti a Te con tutte i miei peccati, pieno di ver-gogna e imbarazzo, pieno di empietà e indecenze, colmo di vili perversioni! Sono addolorato oh Padre mio! Guarda la conosci i tremendi danni causati a tutti i mondi (materiale e spirituale) da questo terribile avon, e adesso come potrò mai che modo potrà mai riuscire a riparare?!... Ciò nonostante, -ne, ancora ho la possibilità di riparare! Ancora non è persa la 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 zadikim e D-o di Israel, abbi pietà di me, conducimi per la Tua strada e fammi osservare le tue mizwot, soggioga il mio istinto alla tua volontà, congeda il mio yezer aràa, liberami da lui per sempre! Salvami, scampami da adesso da tutti i pensieri illeciti, da tutte le visioni proibite, dai discorsi im-morali, 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 in-volontarie, che ho commesso e specialmente perdonami gli avonot del Pgam Habrit che racchiudono tutta la Torà! Ho oggi! Per questo ti chiedo per favore come regalo gratuito più bianco della neve. Fammi sentire gioia e allegria, possa-no 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 rallegrì le anime abbattute, allieta la mia anima stanca e avvilita assettata della Tua vicinanza. Allontana da me ogni tipo di sconforto e malumore! "Rido-nami 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 pro-avrà compassione di te. Egli ti raccoglierà di nuovo da tutte portaci a Zion con gioia, costruisci il nostro Santuario con esultanza eterna!

"Simchu Zadikim BaAdo-nai, Veodu lezecher Kodshò" Amen! Nezach! Sela! Vaed!

אֶזְכְּרֶיךָ אֵם-לֹא אֶעֱלֶה אֶת-יְרוּשָׁלַם עַל רֹאשׁ שְׁמֹחֲתִי: זָכֹר יי
לְבָנֵי אָדָם אֵת יוֹם יְרוּשָׁלַם הָאֲמָרִים עָרוּ עָרוּ עַד הַיְסוּד בָּה: בַּת-
בְּבַל הַשְׂרוּדָה אֲשֶׁרִי שִׁישְׁלֶם-לְךָ אֶת-גְּמוּלְךָ שְׁגַמְלַתְ לָנוּ: אֲשֶׁרִי
שִׁיאֲחִז וְנִפֵץ אֶת-עַלְלֶיךָ אֶל-הַסַּלַע:

SALMO 150

הִלְלוּ יְהוָה הַלְלוּ-אֵל בְּקֹדֶשׁ הַלְלוּהוּ בְּרִקִיעַ עֲזוּ: הַלְלוּהוּ בְּגִבּוֹרֹתָיו
הַלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדֻלוֹ: הַלְלוּהוּ בְּתַקְעַ שׁוֹפָר הַלְלוּהוּ בְּנִבְבֵל וְכִנּוֹר:
הַלְלוּהוּ בְּתוֹף וּמְחוֹל הַלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעוּגָב: הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי-שִׁמְעַ
הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה: כָּל הַנְּשָׁמָה תִהְלֵל יְהוָה הַלְלוּיָהּ:

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

מִי יִתֵּן מִצִּיּוֹן יְשׁוּעַת יִשְׂרָאֵל בְּשׁוֹב יי שְׁבוּת עֲמוּ יִגַּל יַעֲקֹב יִשְׁמַח
יִשְׂרָאֵל: וְתִשׁוּעַת צְדִיקִים מִי מַעֲזֵם בְּעַת צָרָה: נִינְעֹזְרֵם יי וְנִפְלְטֵם
יִפְלְטֵם מִרְשָׁעִים וְיוֹשִׁיעֵם כִּי-חָסוּ בוּ:

Infine si reciti la tefillà a pag. 55

יי צָרְפָתָהוּ: שֶׁלַח מֶלֶךְ וַיִּתִּירָהוּ מִשָּׁל עַמִּים וַיִּפְתַּחְהוּ: שָׁמוּ אֲדוֹן
 לְבֵיתוֹ וּמִשָּׁל בְּכָל-קְנִינֹו: לְאָסֹר שָׁרְיוֹ בְּנִפְשׁוֹ וּזְקִנְיוֹ יַחֲכֵם: וַיָּבֵא
 יִשְׂרָאֵל מִצְרַיִם וַיַּעֲקֹב גַּר בְּאֶרֶץ-חָם: וַיִּפֹּר אֶת-עַמּוֹ מֵאֵד וַיַּעֲצֵמָהוּ
 מִצְרָיו: הִפְךָ לָבָם לְשׂוֹא עִמּוֹ לְהִתְנַפֵּל בְּעַבְדָּיו: שֶׁלַח מִשֶּׁה עַבְדּוֹ
 אֶהְרֹן אֲשֶׁר בָּחַר-בוֹ: שָׁמוּ-בָם דְּבָרֵי אֱתוּתָיו וּמִפְתִּים בְּאֶרֶץ חָם:
 שֶׁלַח חֲשֹׁן וַיַּחֲשֶׁן וְלֹא-מָרוּ אֶת-דְּבָרוֹ (קרי: דְּבָרוֹ): הִפְךָ אֶת-
 מִימֵיהֶם לָדָם וַיִּמֵּת אֶת-דְּגָתָם: שָׁרַץ אֲרָצָם צִפְרִדְעִים בַּחֲדָרֵי
 מְלֻכֵיהֶם: אָמַר וַיָּבֵא עָרֹב כְּנִים בְּכָל-גְּבוּלָם: נָתַן גִּשְׁמֵיהֶם כְּרֹד אֵשׁ
 לְהַבּוֹת בְּאֲרָצָם: וַיֵּךְ גַּפְנָם וַתֵּאֱנַתָם וַיִּשְׁבֵּר עַץ גְּבוּלָם: אָמַר וַיָּבֵא
 אַרְבֶּה וַיִּלֶּק וַאִין מִסָּפֵר: וַיֵּאכַל כָּל-עֵשֶׂב בְּאֲרָצָם וַיֵּאכַל פְּרִי אֲדָמָתָם:
 וַיֵּךְ כָּל-בְּכוֹר בְּאֲרָצָם רֵאשִׁית לְכָל-אוֹנָם: וַיּוֹצִיאֵם בְּכֶסֶף וְזָהָב וַאִין
 בְּשִׁבְטָיו כּוֹשֵׁל: שָׁמַח מִצְרַיִם בְּצֵאתָם כִּי-נִפְל פַּחַדָם עֲלֵיהֶם: פָּרַשׁ
 עַנְן לְמַסְךָ וְאֵשׁ לְהָאִיר לַיְלָה: שָׁאֵל וַיָּבֵא שָׁלוֹ וְלָחֵם שָׁמַיִם יִשְׁבִיעֵם:
 פָּתַח צוּר וַיַּזּוּבוּ מִיָּם הִלְכוּ בַצִּיּוֹת נִהָר: כִּי-זָכַר אֶת-דְּבַר קִדְשׁוֹ אֶת-
 אֲבָרְהָם עַבְדּוֹ: וַיּוֹצֵא עִמּוֹ בְּשִׁשּׁוֹן בְּרִנָּה אֶת-בְּחִירָיו: וַיִּתֵּן לָהֶם
 אֲרֻצּוֹת גּוֹזִים וַעֲמַל לְאֵמִים יִירָשׁוּ: בְּעֵבוֹר יִשְׁמְרוּ חֻקָּיו וְתוֹרָתָיו יִנְצְרוּ
 הַלְלוּיָהּ:

SALMO 137

עַל נְהָרוֹת בְּכָל שָׁם יִשְׁבְּנוּ גַם-בְּכִינֹו בְּזָכְרָנוּ אֶת-צִיּוֹן: עַל-עַרְבִים
 בַּתּוֹכָהּ תִּלְיֵנוּ כְּנִירוֹתֵינוּ: כִּי שָׁם שְׁאַלּוּנוּ שׁוֹבֵינֹו דְּבָרֵי-שִׁיר וְתוֹלְלֵינוּ
 שִׁמְחָה שִׁירוּ לָנוּ מִשִׁיר צִיּוֹן: אֵיךְ נִשִּׁיר אֶת-שִׁיר- יי עַל אֲדָמַת
 נֶכֶר: אִם-אֲשַׁכַּח יְרוּשָׁלַם תִּשְׁכַּח יְמִינִי: תִּדְבַּק-לְשׁוֹנִי לְחִכֵּי אִם-לֹא

וּבַחֲמַתְךָ נִבְהַלְנוּ: שֵׁת (קרי: שֵׁתָה) צוֹנְתֵינוּ לְנִגְדְךָ עֲלַמְנוּ לְמֵאוֹר
 פְּנֵיךָ: כִּי כָל-זְמִינוּ פָנוּ בְעִבְרֹתֶיךָ כְּלִינוּ שְׁנִינוּ כְמוֹ-הֶגְהָ: יְמֵי-שְׁנוֹתֵינוּ
 בְּהֵם שְׁבָעִים שָׁנָה וְאִם בְּגִבּוֹרֹת שְׁמוֹנִים שָׁנָה וְרֵהָבִים עָמַל וְאָוֶן כִּי-גָזַ
 חֵישׁ וְנִעְפָּה: מִי-יִדְעַע עַז אַפְךָ וּכְיִרְאָתֶךָ עִבְרֹתֶיךָ: לְמִנּוֹת זְמִינוּ כִּן
 הוֹדַע וְנָבֵא לְבַב חֲכָמָה: שׁוֹכֵה יי עַד-מָתִי וְהִנָּחֵם עַל-עֲבָדֶיךָ:
 שְׁבָעֵנוּ בְּבִקְרָה חֲסֵדֶךָ וְנִרְנְנָה וְנִשְׁמַחָה בְּכָל-זְמִינוּ: שְׁמַחְנוּ כִּימֹת
 עֲנִיתָנוּ שְׁנוֹת רְאִינוּ רַעְיָה: יִרְאֵה אֶל-עֲבָדֶיךָ פִּעְלֶיךָ וְהַדְרִיךְ עַל-בְּנֵיהֶם:
 וַיְהִי נָעִם אֶד-נִי אֶל-יְנוּ עֲלִינוּ וּמַעֲשֵׂה דְיִינוּ כּוֹנְנָה עֲלִינוּ וּמַעֲשֵׂה
 דְיִינוּ כּוֹנְנָהוּ:

SALMO 105

הוֹדוּ לַיְי קְרָאוּ בְשִׁמּוֹ הוֹדִיעוּ כְּעַמִּים עֲלִילוֹתָיו: שִׁירוּ-לוֹ זְמֵרוּ-
 לוֹ שִׁיחוּ בְּכָל-נִפְלְאוֹתָיו: הִתְהַלְלוּ בְּשֵׁם קְדֹשׁוֹ יִשְׁמַח לֵב מְבַקְשֵׁי
 יי: דְרָשׁוּ יי וַעֲזוּ בְקִשׁוֹ פְּנֵיו תְּמִיד: זְכְרוּ נִפְלְאוֹתָיו אֲשֶׁר-עָשָׂה
 מִפְּתָיו וּמִשְׁפָּטָיו-פִּיו: זֶרַע אֲבָרְהָם עֲבָדוּ בְּנֵי יַעֲקֹב בְּחִירָיו: הוּא יי
 אֶל-יְנוּ בְּכָל-הָאָרֶץ מִשְׁפָּטָיו: זְכַר לְעוֹלָם בְּרִיתוֹ דָּבָר צְנִיָה לְאֶלֶף
 דוֹר: אֲשֶׁר פָּרַת אֶת-אֲבָרְהָם וּשְׁבוּעָתוֹ לְיִשְׁחָק: נִיַּעֲמִידָה לְיַעֲקֹב לְחֵק
 לְיִשְׂרָאֵל בְּרִית עוֹלָם: לֵאמֹר לְךָ אֲתָן אֶת-אָרֶץ-כְּנָעַן חֲבַל נַחְלָתְכֶם:
 בְּהִיוֹתָם מְתֵי מִסְפָּר פְּמַעַט וְגָרִים בָּהֶם: וַיִּתְהַלְכוּ מִגֹּי אֶל-גֹּי
 מִמַּמְלָכָה אֶל-עַם אַחֵר: לֹא-הִנִּיחַ אָדָם לְעַשְׂקֵם וַיּוֹכַח עֲלֵיהֶם
 מַלְכִים: אֶל-תִּגְעוּ בְּמִשְׁחֵי וּלְנִבְיֵי אֶל-תִּרְעוּ: וַיִּקְרָא רָעַב עַל-הָאָרֶץ
 כָּל-מִטָּה-לְחֵם שָׁכַר: שָׁלַח לְפָנֵיהֶם אִישׁ לְעֹבֵד גַּמְכָר יוֹסֵף: עֲנוּ
 בְּכָל רַגְלֵי (קרי: רַגְלוֹ) בְּרָזַל בָּאָה נִפְשׁוֹ: עַד-עַתָּה בֹא-דְכָרוּ אֲמַרְתָּ

לִמְנַצֵּחַ עַל-יְדֵי־תוֹן (קרי: יְדוּתוֹן) לְאֶסֶף מִזְמוֹר: קוֹלִי אֶל-אֱלֹהִים יָם
 וְאֶצְעָקָה קוֹלִי אֶל-אֱלֹהִים יָם וְהֶאֱזִין אֵלַי: בְּיוֹם צָרָתִי אֲדַגִּי דְרָשְׁתִּי יְדֵי
 לַיְלָה נִגְרָה וְלֹא תִפּוֹג מֵאֲנָה הַנְּחָם נַפְשִׁי: אֲזַכְּרָה אֱלֹהִים יָם וְאֶהְמִיָּה
 אֲשִׁיחָה וְתִתְעַטֵּף רוּחִי סֵלָה: אֲחֻזֵּת שְׁמֵרוֹת עֵינַי נִפְעַמְתִּי וְלֹא אֲדַבֵּר:
 חֲשַׁבְתִּי יָמִים מִקֶּדֶם שָׁנוֹת עוֹלָמִים: אֲזַכְּרָה נִגְיַנְתִּי בַלַּיְלָה עִם-לִבִּבִי
 אֲשִׁיחָה וְיִחַפֵּשׁ רוּחִי: הֲלֵעוֹלָמִים יִזְנַח אֲדַגִּי וְלֹא-יִסִּיף לְרַצוֹת עוֹד:
 הֶאֱפֵס לְנֹצַח חֲסֵדוֹ גָּמַר אִמְרָ לְדֹר נֹדֵר: הֲשִׁכַח חַנוּת אֵל אִם-קִפְּץ
 בְּאֵף רַחֲמָיו סֵלָה: וְאִמְרָ חֲלוּתִי הִיא שָׁנוֹת יָמִין עֲלִיוֹן: אֲזַכְּרִי (קרי:
 אֲזַכּוֹר) מֵעַלְלֵי-יָהּ כִּי-אֲזַכְּרָה מִקֶּדֶם פְּלֹאֲךָ: וְהִגִּיתִי בְּכָל-פִּעְלֶיךָ
 וּבַעֲלִילוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה: אֱלֹהִים יָם בִּקְדֹשׁ דְּרָכְךָ מִי-אֵל גְּדוֹל כְּאֵל-יָם:
 אַתָּה הָאֵל עֲשֵׂה פְלֶא הוֹדַעְתָּ בְּעַמִּים עֲנָךְ: גָּאֲלַתְּ בְּזֵרוּעַ עַמְּךָ בְּגִי-
 יַעֲקֹב וַיֹּסֶף סֵלָה: רָאוּךְ מַיִם אֱלֹהִים יָם רָאוּךְ מַיִם יַחֲיִלוּ אֵף יִרְגְּזוּ
 תְהַמּוֹת: זָרְמוּ מַיִם עֲבוֹת קוֹל נִתְנוּ שְׁחָקִים אֵף-חֲצָצִיךָ יִתְהַלְכוּ: קוֹל
 רַעֲמָךְ בַּגְּלִגֹּל הָאִירוּ בְּרָקִים תִּבַּל רַגְזָה וַתִּרְעַשׂ הָאָרֶץ: בַּיָּם דְּרָכְךָ
 וּשְׁבִילֶיךָ (קרי: וּשְׁבִילֶךָ) בְּמַיִם רַבִּים וַעֲקֹבוֹתֶיךָ לֹא נִדְּעוּ: נַחֲיֵת כְּצֹאן
 עַמְּךָ בְּיַד-מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן:

תִּפְלָה לְמֹשֶׁה אִישׁ-הָאֵל-יָם אֲדַגִּי מֵעוֹן אַתָּה הָיִיתָ לָנוּ בְּדֹר נֹדֵר:
 בְּטָרֶם הָרִים יָלְדוּ וַתְּחוֹלֵל אָרֶץ וַתִּבֵּל וּמַעוֹלָם עַד-עוֹלָם אַתָּה אֵל:
 תָּשָׁב אֲנוֹשׁ עַד-דִּכָּא וַתֹּאמֶר שׁוּבוּ בְּגִי-אֲדָם: כִּי אֵלֶּךָ שָׁנִים בְּעֵינֶיךָ
 בְּיוֹם אֶתְמוֹל כִּי יַעֲבֹר וְאֲשִׁמּוֹרָה בַלַּיְלָה: זָרַמְתָּם שָׁנָה יִהְיוּ בַּבֶּקֶר
 כְּחֹצִיר יַחֲלֶף: בַּבֶּקֶר יִצִּיץ וַחֲלָף לַעֲרֵב יְמוּלֵל וַיִּבֶשׁ: כִּי-כָלִינוּ כְּאֶפֶס

חַיִּי: אֹמְרָה לֹאֵל סְלַעֵי לְמָה שְׂכַחְתָּנִי לְמַה-קִּדְרֵךְ אֵלֶיךָ בְּלַחֵץ אֹיֵב:
בְּרִצָּח בְּעֲצָמוֹתַי חֲרַפּוֹנֵי צוּרְרֵי בְּאֶמְרָם אֵלַי כָּל-הַיּוֹם אֵיֶה אֵל-יְיָ:
מַה-תִּשְׁתַּחֲוִי נַפְשִׁי וּמַה-תִּהְיֶה עָלַי הוֹחִילִי לֹאֵל-יָם כִּי-עוֹד אוֹדְנֶנּוּ
יְשׁוּעוֹת פָּנַי וְאֵל-יָי:

SALMO 59

לְמַנְצַח אֵל-תִּשְׁחַח לְדוֹד מִכַּתָּם בְּשִׁלַּח שְׂאוֹל וַיִּשְׁמְרוּ אֶת-הַבַּיִת
לְהַמִּיתוֹ: הֲצִילֵנִי מֵאֹיְבֵי אֵל-יָי מִמַּתְקוֹמָמִי תִשְׁגָּבֵנִי: הֲצִילֵנִי מִפְּעֻלֵי
אָוֶן וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי: כִּי הִנֵּה אָרְבוּ לְנַפְשִׁי יְגוּרוּ עָלַי עֲזִים
לֹא-פִשְׁעֵי וְלֹא-חַטָּאתַי יִי: בְּלִי-עֶזְרֵךְ וְרוּצוֹן וַיִּכּוֹנְנֶנּוּ עוֹרְהָ לְקַרְאֵתִי
וּרְאָה: וְאַתָּה יִי-אֵל-יָם צְבָאוֹת אֵל-יָי יִשְׂרָאֵל הִקִּיצָה לְפָקֹד כָּל-
הַגּוֹיִם אֵל-תַּחֲזֵן כָּל-בְּגֵדֵי אָוֶן סָלָה: יִשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כְּכֶלֶב וַיִּסּוּבּוּ
עִיר: הִנֵּה יִבְעִיעוֹן בְּפִיהֶם חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם כִּי-מִי שָׁמַע: וְאַתָּה
יִי תִשְׁחַק-לָמוֹ תִלְעַג לְכָל-גּוֹיִם: עֲזוּ אֵלֶיךָ אֲשַׁמְרָה כִּי-אֵל-יָם
מִשְׁגָּבִי: אֵל-יָי חֲסִדוֹ (קרי: חֲסִדֵי) יִקְדָּמֵנִי אֵל-יָם יִרְאֵנִי בְּשַׁרְרֵי: אֵל-
תִּהְרַגֶם פֶּן-יִשְׁכַּחוּ עִמִּי הִנִּיעֵמוּ בְּחִילְךָ וְהוֹרִידֵמוּ מִגִּגְנוֹ אֶד-נִי:
חַטָּאת-פִּימוֹ דַּבֵּר-שִׁפְתֵימוֹ וַיִּלְכְּדוּ בְּגֵאוֹנָם וּמֵאֲלָה וּמִפִּתְּחַשׁ יִסְפְּרוּ:
כֹּלָה בְּחִמָּה כֹּלָה וְאֵינָמוּ וַיִּדְעוּ כִּי-אֵל-יָם מִשָּׁל בְּיַעֲקֹב לְאַפְסִי
הֲאָרְץ סָלָה: וַיִּשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כְּכֶלֶב וַיִּסּוּבּוּ עִיר: הִמָּה יִנוּעוֹן (קרי:
יִנִּיעוֹן) לְאָכַל אִם-לֹא יִשְׁבְּעוּ וַיִּלְינוּ: וְאֵנִי אֲשִׁיר עֲזָךְ וְאֶרְנֵן לְבִקְר
חֲסִדְךָ כִּי-הִיִּית מִשְׁגָּב לִי וּמְנוּס בְּיוֹם צָר-לִי: עֲזֵי אֵלֶיךָ אֹמְרָה כִּי-
אֵל-יָם מִשְׁגָּבִי אֵל-יָי חֲסִדֵי:

לִמְנַצַּח מְזֻמּוֹר לַדָּוִד: אֲשֶׁרֵי מִשְׁפִּיל אֶל-דָּל בְּיוֹם רָעָה יִמְלֹטְהוּ
 יי : יי יִשְׁמְרֵהוּ וַיַּחֲיֵהוּ יְיָ אֱשֶׁר (קרי: וְאֲשֶׁר) בְּאֲרֶץ וְאֶל-תַּתְּנֵהוּ
 בְּנֶפֶשׁ אֵיבֹיו: יי יִסְעֲדֵנוּ עַל-עַרְשׂ דָּוִי כָּל-מִשְׁפָּכוּ הַפִּכֶת בְּחִלּוֹ:
 אֲנִי-אֲמַרְתִּי יי חַנּוּנֵי רַפְּאָה נַפְשִׁי כִּי-חָטָאתִי לָךְ: אוֹיְבֵי יֹאמְרוּ רַע
 לִי מְתֵי יָמוֹת וְאָבֵד שְׁמוֹ: וְאִם-כָּא לְרֵאוֹת שְׁוֹא יִדְבַר לְבוֹ יִקְבֹּץ-אֲנֹן
 לוֹ יֵצֵא לַחוּץ יִדְבַר: יַחַד עָלַי יִתְלַחֲשׂוּ כָּל-שֹׁנְאָי עָלַי יִחְשְׁבוּ רָעָה לִי:
 דָּבַר-בְּלִיעַל יְצוּק בּוֹ וְאֲשֶׁר שָׁכַב לֹא-יוֹסִיף לְקוֹם: גַּם-אִישׁ שְׁלוֹמֵי
 אֲשֶׁר-בְּטַחְתִּי בּוֹ אוֹכֵל לֶחְמִי הַגְּדִיל עָלַי עָקַב: וְאַתָּה יי חַנּוּנֵי
 וְהַקִּימֵנִי וְאֲשַׁלְּמָה לָהֶם: בְּזֹאת יִדְעֵתִי כִּי-חָפַצְתָּ בִּי כִּי לֹא-יָרִיעַ אֵיבֵי
 עָלַי: וְאֲנִי בְּחַמֵּי תַמְכֶת בִּי וַתַּצִּיבֵנִי לְפָנֶיךָ לְעוֹלָם: בְּרוּךְ יי אֱלֹהֵי-י
 יִשְׂרָאֵל מִהָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם אָמֵן וְאָמֵן:

לִמְנַצַּח מִשְׁפִּיל לְבָנֵי-קָרַח: כָּאֵיל תַּעְרֵג עַל-אֲפִיקֵי-מַיִם בֶּן נַפְשִׁי
 תַּעְרֵג אֵלַיךְ אֱלֹהֵי-יָם: צָמְאָה נַפְשִׁי לֹא-לַיִם לְאֵל חַי מְתֵי אָבוֹא
 וְאַרְאָה פְּנֵי אֱלֹהֵי-יָם: הֵיטָה-לִּי דַמְעָתִי לֶחֶם יוֹמָם וְלַיְלָה בְּאָמֹר אֵלַי
 כָּל-הַיּוֹם אֵיךְ אֱלֹהֵי-יָם: אֵלֶּה אֲזַכְּרֶה וְאֲשַׁפְּכָה עָלַי נַפְשִׁי כִּי אָעֵבֹר בַּסֶּךְ
 אֲדַדָּם עַד-בַּיִת אֱלֹהֵי-יָם בְּקוֹל-רִנָּה וְתוֹדָה הַמּוֹן חוֹגֵג: מֵה-תִּשְׁתַּחֲוֶי
 נַפְשִׁי וְתַהַמֵּי עָלַי הוֹחִילִי לֹא-לַיִם כִּי-עוֹד אוֹדְנוּ יִשׁוּעוֹת פָּנָיו: אֱלֹהֵי-י
 עָלַי נַפְשִׁי תִשְׁתַּחֲוֶה עַל-כֵּן אֲזַכְּרֶךָ מֵאַרְצֶךָ יִרְדֵּן וְחַרְמוֹנִים מֵהַר מִצְעָר:
 תְּהוֹם-אֵל-תְּהוֹם קוֹרָא לְקוֹל צְנוּרֶיךָ כָּל-מִשְׁבְּרֶיךָ וְגַלְיֶךָ עָלַי עָבְרוּ:
 יוֹמָם יֵצְנֶה יי חֲסִדּוֹ וּבְלִילָה שִׁירָה (קרי: שִׁירוֹ) עָמִי תִפְלָה לְאֵל

מִכְתָּם לְדוֹד שְׁמַרְנִי אֵל כִּי-חֲסִיתִי בְךָ : אָמַרְתָּ לִּי אֲד-נִי אַתָּה
טוֹבְתִי בַל-עֲלִיךָ : לְקַדוֹשִׁים אֲשֶׁר-בְּאָרֶץ הַמָּה וְאֲדִירֵי כָל-חֲפְצֵי-כֶסֶם :
יִרְבוּ עֲצָבוֹתֶם אַחַר מְהָרוּ בַל-אֶסְיֵךְ נִסְכֵּיהֶם מִדָּם וּבַל-אֶשְׂא אֶת-
שְׁמוֹתֶם עַל-שְׂפָתַי : יי מִנֵּת-חֲלָקֵי וְכוֹסֵי אַתָּה תוֹמֵיךְ גּוֹרְלִי :
חֲבָלִים נִפְלוּ-לִי בִנְעָמִים אֶף-נִחַלַת שְׁפָרָה עָלַי : אֲכַרְךָ אֶת- יי אֲשֶׁר
יַעֲצֵנִי אֶף-גִּילּוֹת יְסֻרוֹנֵי כָלִיּוֹתַי : שְׁוִיתִי יי לְנִגְדֵי תְמִיד כִּי מִימִינִי
בַל-אָמוּט : לִכְן שָׁמַח לְבִי וַיִּגַּל כְּבוֹדֵי אֶף-בְּשָׂרֵי יִשְׁפֹן לְבָטָח : כִּי
לֹא-תַעֲזוֹב נַפְשִׁי לְשָׂאוֹל לֹא-תִתֵּן חֲסִידְךָ לְרֹאוֹת שְׁחַת : תוֹדִיעֵנִי אֲרַח
חַיִּים שְׁבַע שְׁמַחוֹת אֶת-פְּנֵיךָ נַעֲמוֹת בִּימִינְךָ נֹצַח :

לְדוֹד מִשְׁפִּיל אֲשָׁרֵי נְשׁוּי-פֶשַׁע כְּסוּי חֲטָאָה : אֲשָׁרֵי אָדָם לֹא יִחְשָׁב
יי לוֹ עוֹן וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָה : כִּי-הִחַרְשֵׁתִי בְלוֹ עֲצָמֵי בְּשִׂאֲגֹתֵי כָל-
הַיּוֹם : כִּי יוֹמָם וְלַיְלָה תִכְבַּד עָלַי יָדְךָ נִהַפֵּךְ לְשֵׁדִי בְּחַרְבֵּנִי קִיץ סֵלָה :
חֲטָאתִי אֲוִדְעֶךָ וְעוֹנֵי לֹא-כִסִּיתִי אֲמַרְתִּי אוֹדָה עָלַי פֶּשַׁעֵי לִי
וְאַתָּה נִשְׂאתָ עוֹן חֲטָאתִי סֵלָה : עַל-זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל-חֲסִיד אֱלֹהֶיךָ לַעַת
מִצָּא רַק לְשֹׁטֵף מִיָּם רַבִּים אֱלֹהֵי לֹא יִגִּיעוּ : אַתָּה סֹתֵר לִי מִצָּר תִּצְרֵנִי
רְגִי פִלַּט תְּסוּבְּכֵנִי סֵלָה : אֲשָׁפִילְךָ וְאוֹרְךָ בְּדַרְךָ-זוֹ תִלַּךְ אִיעֲצָה עָלֶיךָ
עֵינַי : אַל-תִּהְיֶה כְּסוּס כְּפָרָד אִין הִבִּין בְּמִתְג-נִרְסָן עָדְיוֹ לְכֹלוֹם בַּל
קָרַב אֱלֹהֶיךָ : רַבִּים מִכְּאוֹבִים לְרַשָּׁע וְהַבּוֹטָח בִּי חֲסֵד יְסוּבְּכֵנוּ :
שְׁמַחוּ בִי וַיִּגְלוּ צַדִּיקִים וְהִרְגִּינוּ 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 פיגא, זכותו יגן עלינו, שגילה
תיקון זה.

לְכוּ נִרְנְנָה לִי נְרִיעָה לְצוֹר יִשְׁעֵנוּ: נִקְדְּמָה פָּנָיו
בְּתוֹדָה בְּזִמְרוֹת נְרִיעַ לוֹ: כִּי אֵל גָּדוֹל יִי וּמֶלֶךְ גָּדוֹל
עַל-כָּל-אֱלֹהִים:

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



Apri

MOMENTI DI TORÀ

da questo lato e leggi il

TIKKUN HAKLALÌ

hamefizitalia@gmail.com
3925407850 · 3333508862