

MESE DI **CHESHVAN** NUMERO 12 ANNO VII

MOMENTI DI TORÀ

5 MINUTI AL GIORNO DI MUSÀR E HALAKHÀ

Cheshvan

5780



in onore delle nascite di
Eden Chaya Bendaud
e Eden Meir Nahum

Impaginazione grafica:
Vittorio Nahum
+972 0543576856
+39 335420785





La Luna e il Sole

Dice Rabbi Nachman che il motivo principale dell'esilio dei nostri tempi è la mancanza di Emunà.

L'emunà è rappresentata dalla luna mentre la saggezza è rappresentata dal sole. Ad oggi la luna è più piccola rispetto al sole e questo è dimostrato anche da come noi ci rapportiamo oggi verso l'emunà e verso la Toràh.

La luna, quindi l'emunà, sono meno rivelate rispetto al sole, quindi alla saggezza. Questo perché oggi è più facile studiare tutta la Toràh a memoria piuttosto che pregare una tefillà sola con concentrazione. Una persona che deve raggiungere un qualcosa è disposto a girare tutto il mondo per ottenerla piuttosto che fermarsi un attimo e pregare ad Hashem.

Tutti ci occupiamo di saggezza, c'è chi studia di più e c'è chi studia di meno, Baruch Hashem oggi c'è tanta gente che sa tantissima Torà ma quelli che pregano con vera concentrazione, quelli

che hanno le vera Emunà sono pochi.

Attraverso la tefillà con concentrazione possiamo riempire la luna facendola ritornare alla sua grandezza iniziale. Ogni mancanza che abbiamo, materiale o spirituale è data solamente da una mancanza di tefillà, come diceva Rabbi Natan: *"Dove vedo una mancanza è o perché non ho pregato per niente o perché ho pregato poco."*

Ognuno di noi si deve impegnare a parlare con Hashem con le parole più semplici possibile, parlare con Hashem con le parole che ci escono dal cuore.

Scritto da David Jonas

*Tratto da "Be Gan Adaat"
di Rav Shalom Arush*

Regole su come disfarsi del Skach e delle 4 specie

Che si fa con le foglie o le canne utilizzate per il tetto della sukkà?

Risposta: E' vietato gettare lo skach nella pattumiera. Anche se in molti inciampano in questo sbaglio, è d'obbligo far sapere loro che è un divieto assoluto dal momento che esso, dopo essere stato utilizzato per la mitzvà, ha ricevuto santità ed è vietato mancargli di rispetto, così come è vietato gettare nella spazzatura gli tzitziot logori, ed ogni altro materiale utilizzato nel compimento delle mitzvot.

- Secondo la regola semplice è permesso posare il skach ai bordi del marciapiede vicino al cassonetto, aspettando che siano gli spazzini stessi a disfarsene. Tuttavia c'è chi si contrappone a questo sistema; quindi chi vuole essere rigoroso, ponga il skach in un campo, o sul tetto dove la gente non lo calpesti. È inutile affermare che sia vietato camminare sul skach utilizzato per la mitzvà nel caso lo si sia posato a terra.

- La stessa regola vale per gli "Arbaat Aminim", le 4 specie utilizzate per la mitzvà del lulav. Ed è bene avvolgerli prima in una busta opaca, o in qualcosa di simile.

- Anche il salice (le Oshanot) utilizzate a Oshanà Rabbà ricevono santità dopo averci compiuto la mitzvà dello sbattimento, quindi è bene che il gabbai del tempio, ripulisca il pavimento del Bet Akeneset dalle foglie dell'aravà per far sì che i presenti non le calpestino.

- C'è chi usa gettare il lulav o le oshanot sopra all'aron akodesh del Bet Akeneset, ma è doveroso sapere che questo uso non ha fonte

nell'alachà e c'è chi sostiene che sia addirittura vietato, dal momento che ci si serve dell'aron akodesh, la cui santità è molto elevata.

- Anche per i nodi con i quali si è legato il lulav, ci si deve regolare come per le 4 specie.

- Per il porta-lulav si deve verificare se siano scritti su di esso dei versetti completi, nel qual caso c'è l'obbligo di riporlo in ghenizà. Nel caso ci sia scritto solamente "pri ez adar" o altre parti di un versetto non completo, allora non ci sarà l'obbligo di metterlo in ghenizà, tuttavia è vietato trattarlo in modo disonorevole.

- Per quanto riguarda gli abbellimenti della sukkà, è permesso avvolgerli in una busta e gettarli in questo modo nell'immondizia.

- Le 4 specie è preferibile conservarle in casa, dal momento che nei libri sacri è riportato che queste sono propizie alla protezione della persona. Rabbi Nachman di Breslav scrive che le oshanot sono propizie alla salvaguardia da incidenti stradali, quindi è bene non gettare le 4 specie per tutto l'arco dell'anno e le si potrà bruciare l'anno dopo in occasione della bruciatura del chamez a Pesach.

- C'è l'uso di far mangiare la marmellata fatta dal cedro utilizzato per la mitzvà ad una donna incinta per un parto agevole. E' inoltre favorevole per il parto farle mordere la pitmà (la "testa" dell'etrog, il lato opposto da dove è attaccato all'albero), chiaramente terminato il suo utilizzo l'ultimo giorno di sukkot.

MOMENTI
DI MUSÀR

PARASHAT NOACH

AGIRE O PRENDERE L'INIZIATIVA

All'inizio della parashà di questa settimana (Noach 6:9), la Torà afferma che Noach era una persona retta, perfetta nella sua generazione, che camminava con D_o. Tuttavia, i nostri Maestri affermano che Noach non era all'altezza di Avraham Avinu, nostro antenato, a proposito di cui la Torà afferma che camminava davanti a D_o. Rashì (ibid.) spiega che mentre Noach aveva bisogno dell'aiuto di D_o per seguire la strada corretta, Avraham si sforzava e procedeva grazie alla sua rettitudine. Il Midrash Rabbà (30:6) paragona ciò a un padre che aveva due figli, uno maggiore e l'altro minore. Sapendo che il figlio minore era più debole e aveva bisogno di aiuto, il padre gli disse di camminare al suo lato, in modo da poterlo aiutare per la strada. Il figlio maggiore era più forte e capace, quindi il padre gli disse di camminare di fronte a loro.

Potremmo chiederci, ma non è forse vero che tutti hanno bisogno dell'aiuto e del sostegno di Hashem? Non possiamo esistere, parlare, camminare, o eseguire

la Sua parola senza aiuto divino. Cosa significa, quindi, che Noach aveva bisogno dell'aiuto di D_o, mentre Avraham Avinu non ne aveva bisogno?

Sicuramente Noach eseguiva la volontà di D_o, ma seguiva solamente i Suoi comandi e non cercava di fare di più. Quando gli venne detto che la sua generazione sarebbe stata annientata con il diluvio per via della loro malvagità, e che doveva costruire un'arca per salvare se stesso, la sua famiglia e alcuni esemplari del mondo animale, Noach eseguì tutto ciò che gli era stato comandato. Tuttavia, non prese l'iniziativa di pregare che la sua generazione si pentisse e migliorasse e si potesse così salvare dalla distruzione. Avraham Avinu, invece, lo superò di gran lunga. Alla tenera età di tre anni riconobbe che D_o è il creatore del mondo. Da adulto si impegnò a "spargere la notizia" dell'esistenza di D_o e del fatto che Egli si occupa del mondo. Lo fece di sua spontanea volontà e generosità, sforzandosi a diffondere la verità. Aiutò a gettare le basi della nostra nazione.

Nella vita, dobbiamo adempiere ai nostri obblighi e mantenere le 613 mitzvot che Hashem ci ha dato. Se lo facciamo, D_o ci aiuterà e potremo fare affidamento su di Lui come è stato per Noach. Esiste, però, un livello superiore: una persona che si guarda intor-

no e osserva le opportunità che ha verso se stesso e la comunità che lo circonda, di insegnare, ispirare e influenzare gli altri in modo positivo. Se di sua volontà diffonde la parola di Hashem, segue la via tracciata da Avraham Avinu.

C'è molto da fare, anche intorno a noi, ad esempio realizzare dei programmi educativi e impegnarsi affinché possano continuare. Offriamoci di studiare un'ora a settimana con un vicino che non ha avuto la nostra stessa istru-

zione. Formiamo un gruppo per discutere gli eventi da un punto di vista della Torà oppure per far fronte alla necessità di rafforzare il nostro ambiente con la preghiera o lo studio. Riuniamoci più spesso per pregare sinceramente per chi ha bisogno di salvezza. Offriamo un sorriso, una parola gentile o un favore anche a un passante.

Adempiere alle nostre responsabilità servendo D_ò è bene, ma prendere l'iniziativa è ancora meglio!

MOMENTI DI HALAKHÀ

DIVIETO DI CUCINARE DI SHABBAT

Scrive il Rambam: sia chi cucina un cibo, sia chi riscalda dell'acqua, sia chi cuoce del pane al forno, sono tutti inclusi nel divieto di cucinare di shabbat.

Il divieto di "cucinare" non riguarda soltanto i cibi, bensì anche altri elementi che cambiano il loro stato attraverso il fuoco o simili, infatti troviamo tra i lavori effettuati nel santuario (dai quali impariamo le opere proibite di shabbat) la cottura delle essenze per colorare i tendaggi del mishkan. Inoltre è scritto nel Rambam che si trasgredisce il divieto di "bishul" di shabbat anche fondendo del metallo o squagliando la cera.

È scritto nella ghemarà che è permesso cuocere con il sole, ossia mettere un cibo al sole, e ciò non rientra neanche nel divieto rabbinico di cucinare di sabato. Il motivo di questo fatto è che esso non rappresenta il classico modo di cucinare, e non è neanche simile all'azione di cucinare vietata dalla Torà. Tuttavia i chachamim hanno vietato di cucinare attraverso le derivanti del sole, ossia facendolo con oggetti o sostanze riscaldate al sole (per esempio aprire un uovo sulla carrozzeria della macchina in una giornata di calda estate). Questo decreto deriva dal fatto che la persona potrebbe erroneamente pensare che non ci sia differenza cucinare con le derivanti del sole o con quelle del fuoco (vietato dalla Torà).

Continua il prossimo giovedì...

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT NOACH

Il sacerdote non ebreo

In relazione a quanto promesso da Hashem ad Avraham nel verso “farò di te una grande nazione, ti benedirò, renderò grande il tuo nome” (Bereshit 12, 2), Rashì spiega che le parole “farò di te una grande nazione” sono riferite alla prima delle diciotto benedizioni della Amidà (“D_o di Avraham”), le parole “ti benedirò” si riferiscono alla seconda benedizione (“D_o di Itzchak”), e le parole “renderò grande il tuo nome” corrispondono alla terza benedizione (“D_o di Yaakov”).

Ai tempi in cui Rabbi Yehuda Leow, meglio noto come il “Maharal”, ricopriva la carica di rabbino capo di Praga, viveva lì un sacerdote cattolico che in ogni occasione non mancava di dimostrare tutto il proprio odio contro gli ebrei e la religione ebraica. Gli abitanti del luogo erano soliti elogiare questo sacerdote in quanto egli, discendendo da una famiglia di origini ebraiche, conosceva molto bene le tradizioni del popolo d’Israele.

Un giorno, mentre stava partecipando ad una riunione con i notabili della città, il sacerdote cattolico si accorse che stava passando da quelle parti il Maharal, e si affrettò quindi a raggiungerlo per porgli il seguente quesito: *“Mi risulta che gli ebrei, nella preghiera della Amidà che recitano tre volte durante il giorno, ricordano i tre patriarchi del popolo ebraico: Avraham, Itzchak e Yaakov. E’ quindi quantomeno curioso che non venga menzionato anche il nome di Moshè, ovvero di colui che ha consegnato la Torah agli ebrei”.*

Il Maharal conosceva già le abitudini e le intenzioni negative del sacerdote cattolico, ed era quindi consapevole che la sua domanda era volta esclusivamente a disprezzare le regole della nostra Santa Torah. Per questa ragione, egli rispose al sacerdote in maniera più che “pungente”: *“Intenzionalmente noi non menzioniamo il nome di Moshè Rabbenu nella preghiera della Amidà; infatti, come senz’altro saprai, egli aveva purtroppo un enorme difetto familiare essendo il genero di Yitro, un sacerdote non ebreo...”.*

DERASHÀ DI SHABBAT

PARASHAT NOACH

*Il divieto di consumare “Ever Min HaChaij
~ Membra di animali vivi”*

“Però, non potrete mangiare la carne prelevata da un animale oppure il suo sangue, mentre è ancora in vita. [...] Chiederò conto da parte di ogni animale che abbia ucciso un uomo [...]” (Bereshit 9, 4-5).

Rashì spiega che, con il primo dei versi sopra citati, Hashem ha prescritto a tutti gli uomini il divieto di mangiare Ever Min HaChaij ~ Membra di animali vivi.

I Maestri si interrogano su quale sia la connessione tra i due versi suddetti, ovverosia sul legame intercorrente tra il divieto in questione ed il fatto che, come indicato nella Torah, il Sig-re D-o chiederà conto ad ogni animale per l’uccisione degli esseri umani.

Il Rabbino e noto cabalista italiano Menachem da Recanati, vissuto tra il 13° ed il 14° Secolo, ha spiegato che un uomo che mangia membra di animali ancora vivi, trasgredendo così all’anzidetto divieto di Ever Min HaChaij, verrà reincarnato in un animale che sarà a sua volta sbrantato vivo da una belva feroce: Middà Keneghed Middà ~ Misura contro misura.

Ciò è quindi quanto alluso nel primo dei due versi citati (“non potrete mangiare la carne prelevata da un animale oppure il suo sangue”), per il quale è fatto divieto di consumare membra di animali ancora vivi, visto che in caso contrario “chiederò conto da parte di ogni animale che abbia ucciso un uomo”, in quanto colui che abbia trasgredito a tale divieto sarà condannato ad essere sbrantato vivo da una belva selvaggia dopo essersi reincarnato nel corpo di un animale...


**MOMENTI
DI MUSÀR**
**L'AMORE PER OGNI EBREO
È L'AMORE PER LA TORAH**

Ogni persona dovrebbe pregare e supplicare Hashem di meritare di avere la caratteristica di Ahavat Israel ossia di meritare di essere lontani da ogni tipo di discussione, così da poter arrivare a giudicare ogni ebreo secondo il suo punto positivo, gioire per il successo di ogni ebreo, poiché quando una persona è contenta del successo di un altro ebreo in realtà è contento del successo di Hashem. Il successo di un Ebreo è come simchat Torà perché Kadosh Baruch, la Torà e Israel sono una cosa unica.

Scrive Rabbi Nachman che il segreto per diventare talmid chacham è quello di non parlare mai male di nessuna persona del popolo d'Israele. Più la sposa è bella e più l'amore verso di lei è completo, al contrario se la sposa ha qualche difetto o mancanza sicuramente anche l'amore non sarà completo. È scritto nel trattato di Pesachim che la Torà è chiamata la sposa del

popolo d'Israele e per far sì che il nostro amore sia completo verso di lei, è proibito trovare in essa alcun difetto.

Ogni ebreo ha una propria lettera nella Torà come scrivono i maestri, e quando viene trovato un difetto o una mancanza in una persona del popolo d'Israele sta di conseguenza trovando un difetto nella Torah, quindi il suo amore non potrà essere completo e anche la sua voglia di attaccarsi a lei non sarà così forte. Ma quando si sta attenti a non parlare male di nessun ebreo senza trovare mancanze in tutti, la Torà rimane completa e di conseguenza l'amore verso di lei e la voglia di attaccarsi sarà completa.

Su questo è detto nei Salmi di David: *"Torah Hashem temima meshivat nafesh, la Torah di Hashem è perfetta, integra e ristora l'anima"*.

Quando la Torà è perfetta, integra, senza difetti e mancanze, quando stiamo attenti a non parlare mai male di nessun ebreo, che corrisponde ad una lettera della Torà, allora la Torà è perfetta, integra e quindi ristora l'anima, solo così si può amare lo studio della Torà amandola completamente.

*Scritto da David Jonas
Tratto da "Be Gan Afaat"
di Rav Shalom Arush*

MOMENTI DI HALAKHÀ

QUANDO RISPONDO AMEN

Non si risponde Amen su una propria berachà, ma solo quando si recitano due o più berachot in blocco, come nella berachà di Ishtabach della mattina o nella breachà di Aschkivenu della sera o come alla fine della berachà dell'Amidà.

Se si sente una berachà da un'altra persona, anche se non ha ascoltato tutta la berachà dall'inizio alla fine e anche se non era obbligato a recitare quella berachà è obbligato a rispondere *Amen*.

Se colui che ha recitato è una persona Apikoirus*, non si può rispondere *Amen*.

Se sente la berachà da un non ebreo che non sia mussulmano, non si può rispondere *Amen*.

Se si sente la berachà da un mussulmano bisogna rispondere *Amen*. **

Se sente la berachà da un ebreo che non rispetta Shabat, bisogna rispondere *Amen*.

Se si sente la berachà da un ebreo che cambia le parole o che salta qualche parola, non si può rispondere *Amen*.

Se si sente la berachà tramite telefono o in diretta radio o televisiva, bisogna rispondere *Amen* anche se in questo caso non si esce d'obbligo da questa berachà.

Se si sente la berachà tramite microfono, si deve rispondere *Amen*.

Apikoirus: Ebreo che rinnega le profezie, la profezia di Moshe rabbenu, colui che disprezza la Toràh e gli studiosi di Toràh.

** La differenza tra un non ebreo e un mussulmano è che quest'ultimo crede in Hashem come creatore del mondo e le sue preghiere e berachot sono rivolte a Lui. Mentre le altre religioni pregano e benedicono divinità e persone, non direttamente Hashem. Per questo quando un mussulmano fa una berachà sta benedicendo il creatore del mondo e bisogna rispondere *Amen*.

Mentre quando un non ebreo di un'altra religione benedice, benedice statue o persone ed è quindi proibito rispondere *Amen*.

Tratto in parte da "Yalkut Yosef Berachot"



MOMENTI
DI MUSÀR

**TRISTE?
NO HO EMUNÀ**

È riportato a nome dell'Arì: *“È proibito pregare la tefillà quando si è tristi.”*

Dice il profeta Chabaquk: *“Zadik beemunatò Ichiè, lo zadik vive nella sua Emunà”.*

Vuol dire che tutta la vita dipende dalla nostra emunà, solo chi ha Emunà vive, una persona senza emunà, è come se fosse morto. L'opposto dell'Emunà, della fede, è la tristezza.

Chi è triste potrebbe essere considerato come una persona che non ha Emunà. Può darsi che nel profondo del suo cuore lui ha tanta in fede in Hashem, ma ciò che traspare quando una persona è triste è la mancanza di fede.

La persona che ha emunà sa che c'è suo Padre in cielo che gli vuole bene e che vuole il meglio per lui. Sa che suo Padre ha la forza di poterlo aiutare in ogni suo bisogno e in ogni situazione, che motivo c'è per essere tristi?

La tristezza per questioni econo-

miche o per qualsiasi altro problema non è nient'altro che mancanza di Emunà.

I soldi appartengono ad Hashem, la salute ad Hashem, la salvezza ad Hashem tutto appartiene ad Hashem, non possiamo essere tristi.

La Tefillà è l'espressione della fede in Hashem per questo la tristezza, che è esattamente l'opposto dell'Emunà, annulla la Tefillà, perché una persona triste non ha emunà.

Chi crede nello Shemà Israel, che Hashem è unico e gestisce tutto, che Hashem è il nostro padre e vuole il meglio per noi, starà sempre be simchà, sempre nella felicità.

Per questo non si può pregare quando si è tristi, perché la tefillà è l'espressione dell'emunà, e l'emula si manifesta nella gioia.

Una persona triste non sa chi è Hashem.

Scritto da David Jonas

Tratto da:
“Sichot Rav Pinkus Tefillà”

MOMENTI DI HALAKHÀ

COME MANGIARE KASHER IN BREVE

È degno di nota il fatto che uno dei primi precetti impartiti agli esseri umani concernesse il cibo, con la proibizione ad Adamo ed Eva di mangiare i frutti dell'Albero della Conoscenza. Da allora, gli ebrei hanno sempre posto grande enfasi sull'autocontrollo alimentare.

Le leggi dell'alimentazione ebraica affondano le radici nella Bibbia e vengono osservate dagli ebrei da più di tremila anni. I principi fondamentali della kashrùt sono illustrati nel Pentateuco e sono definiti statuti, ossia leggi di cui non ci viene data alcuna motivazione comprensibile dall'intelletto. Tuttavia, i rabbini hanno sempre sottolineato il loro ruolo essenziale nella preservazione della vita dell'ebreo.

Osservando la kashrùt, i bambini imparano fin dalla più tenera età il concetto di disciplina, distinguendo tra ciò che è permesso e ciò che non lo è. Ma al di là di tale esercizio di autocontrollo, i rabbini del Talmud forniscono un'idea più mistica: mangiando cibo non kosher, si riducono le proprie facoltà spirituali, *"interferendo la comunicazione con la propria anima"*.

Il pensiero chassidico si spinge oltre, spiegando che tutto ciò che mangiamo diventa parte integrante del nostro sangue. E poiché, come dice la Bibbia stessa *"il sangue è l'anima"*, mangiando cibi vietati, cose che D_0 ha creato come impure, diventano parte della nostra anima rendendo quindi impuri noi stessi. Così come una dieta salutare è buona per il corpo, la kashrùt lo è quindi per l'anima.

NELLA CASA EBRAICA, IL TAVOLO È UN ALTARE, LA CUCINA UN TABERNACOLO...

Si tenga presente che quanto segue non è che l'illustrazione dei fondamenti della ben complessa legislazione che determina l'alimentazione ebraica. Un quadro completo dell'argomento si può ottenere solo consultando un rabbino o un esperto nel campo.

Il cibo kosher (o kashèr) si classifica in tre diverse categorie in base alla loro origine: a **base di carne**, a **base di latte**, **parve**.

- **Parve.** I cibi che non contengono ingredienti né di carne né di latte sono definiti parve, termine che indica il loro stato "neutrale". Frutta e verdura allo stato naturale sono kosher e parve. Il pesce che ha pinne e squame è kosher e parve. Il cibo parve può diventare di latte se cucinato con latte o derivati, e di carne se invece cucinato con derivati di carne.

- **Carne.** Le leggi fondamentali che definiscono quali animali, uccelli e pesci sono kosher, sono illustrate in Levitico, cap. XI. Due sono le caratteristiche che rendono kosher un animale quadrupede: **zoccolo fesso** ed **essere ruminanti**. Esempio di animali kosher: mucca, capra, pecora... Esempio di animali non kosher: maiale, cammello, cavallo, coniglio...

La carne di cervo non è più a portata della tavola kosher poiché, in base a normative agricole, tale animale deve essere ucciso a colpo di pistola in campi aperti, e non condotto in un mattatoio. Nel XIX secolo, i macellai kosher usavano recarsi alla tenuta della famiglia Rothschild una volta all'anno per preservare in Inghilterra la tradizione di sgozzare il cervo.

Continua domani.....



Il Tesoro della Vita

Perché esistono nel mondo godimenti e sofferenze?

1. I godimenti sono stati dati all'uomo per mantersi! Ognuno deve mangiare, dormire, bere e vestirsi. Come una macchina che ha bisogno di benzina, parcheggio, lavaggio, etc. Hashem tramite la Sua ChoChma (intelligenza), ha creato in te il senso della fame così da ricordarti di mangiare. Ed ecco! Alla fine del pasto ti senti rigenerato e la fame è passata! La sete è per ricordarti di bere e godere nel soddisfare questo bisogno, la stessa cosa quando sei stanco e riposando ricevi nuove forze. Quindi, se osservi bene, Hashem ti dà la possibilità di ricevere giovamento svolgendo i tuoi doveri.

2. I godimenti sono stati "progettati" da Hashem affinché ascoltiamo i suoi precetti. Come si svolge la conclusione di un affare importante? L'uomo addetto alla vendite è interessato a che tu compri il suo prodotto. Per questo ti invita a un "pranzo di lavoro". Vi siedete, parlate e mangiate a spese del venditore. Alla fine lui vuole "chiudere" l'affare, e se non ci riesce gli rimane solo amaro in bocca...

Perché deve invitarti proprio a un pasto? Dice la ghemara in Chulin 4b: *"En asata ella beachila veshtia"*,

ovvero *"non c'è modo di convincere se non attraverso il mangiare e il bere"*. Infatti quando il Re di Israele che regnava sulle 10 tribù voleva che anche il Re di Yehuda si unisse a lui in guerra contro Aram lo invitò a mangiare. Così tra un bicchierino e l'altro, che avvicina i lontani, lo convinse a legarsi a lui contro Aram.

I nostri godimenti sono come la seduta di affari. Hashem, Benedetto lui Sia, prova a convincerci, creando questi sensi di bisogno, (mangiare, bere, dormire, etc..) di conoscerLo. Con diverse cose Hashem cerca di attirare la nostra attenzione in modo che noi possiamo ammettere *"Ecco Hashem, c'è Hashem!"* Per questo ha creato un moltidune di frutta, fiori dai diversi colori e forme, semi che si riproducono diversamente e il variare delle stagioni. I cambiamenti che vediamo nel mondo sono stati fatti per stimolare i nostri sensi e vedere che c'è una mano che colora e profuma il creato. C'è chi apparecchia per noi una pasto da Re. Non ci rimane che convincerci! Riconoscere il donatore di tutto ciò e credere in Hashem.

In sunto: i nostri sensi di godimento ci sono stati dati da Hashem per aiutarci ad eseguire i nostri doveri, per ricordarci di mangiare, di masticare etc. Hashem nella sua bontà ha fatto di questi nostri duri bisogni un "piacere". L'olfatto per godere dei profumi, il gusto dei cibi,...

Un altro motivo per cui Hashem ha creato questi sensi è per ricordarci che è Lui la fonte del nostro benessere.

...continua domani

COME MANGIARE KASHER IN BREVE

Continua da ieri...

Tutti gli animali e i volatili carnivori, il sangue di animali e di volatili e qualunque sostanza da essi derivata non sono kosher. I rettili, e la maggior parte degli insetti non sono kosher.

- **Volatili.** Alcuni volatili come il pollo, il tacchino e alcuni palmipedi sono kosher. La Torà elenca soltanto gli uccelli vietati, quali lo struzzo, il gufo e l'avvoltoio. Tuttavia, oggi è difficile stabilire con assoluta certezza l'identità esatta di tutte le specie. Per tradizione però, mangiamo pollame (pollo, oca, anatra, tacchino...) e anche piccione, fagiano e pernice. Una tradizione ebraica tedesca permetterebbe anche il passerio.

- **Latte.** Latte e latticini (formaggi, crema, burro ecc...) di qualunque animale kosher sono a loro volta kosher e "di latte". Essi non possono essere consumati assieme a carne o pollame.

Poiché non è possibile distinguere latte kosher (ossia di un animale kosher) da quello non kosher, i rabbini hanno decretato che esso debba essere controllato dalla mungitura fino al confezionamento, per garantire che proviene da un animale kosher. In molti paesi del mondo in cui l'origine del latte in commercio è garantita dalla legge, alcune autorità rabbiniche avevano a loro tempo sostenuto che il latte è garantito come kosher e per questo non deve essere controllato (dopo la II guerra mondiale, data la difficoltà negli USA di reperire del latte controllato, una autorità rabbinica aveva permesso ai consumatori Kosher aventi primaria necessità, come i bambini ecc., l'utilizzo di latte non controllato affidandosi ai severi controlli e sanzioni governative a chi mescolava latte proveniente da altri animali). Il latte kosher controllato, detto Chalav Israel, è oggi molto diffuso sul mercato dei centri di vita ebraica del mondo e quindi facile da reperire.

- **Formaggio.** Per il formaggio la questione si fa un pò più complessa, in quanto sotto qualunque forma deve essere controllato da un rabbino. Questo perché il caglio è di origine animale, provenendo in genere dallo stomaco di vitello. I saggi del Talmud hanno perciò decretato che tutti i formaggi debbano provenire da una fonte controllata, anche qualora il caglio dovesse essere vegetale, chimico o microbico. Un altro vincolo che autorizza il formaggio è la produzione della cagliata, che deve avvenire per mano di un ebreo sensibile alle leggi della Kashrùt, così come per tutti gli alimenti che necessitano cottura.

Continua domani.....



MOMENTI
DI MUSÀR

Il Tesoro della Vita

...continuo

Esistono due strade di avvicinarsi ad Hashem, sceglierò quella del Gan Eden o quella delle sofferenze? Quando Hashem ha creato Adamo l'ha collocato nel posto dove più facilmente avesse potuto conoscere il Re del mondo. Nel Gan Eden l'uomo conosceva i segreti dell'esistenza e della creazione, sia Adam che Chavà ("Eva") avevano dato loro stessi per Hashem. Questo era il motivo della creazione del Gan Eden – il posto di dei godimenti più grandi che si possano ricevere, così da poter riconoscere chi è la fonte di quel benessere. Purtroppo, Adam e Chavà hanno peccato e sono stati cacciati dal Gan Eden.

C'è un altro modo per imparare L'Emuna (credere in Hashem) – attraverso le sofferenze.

Quando succede un disgrazia, Chas Vechalila, anche una persona lontana dalla religione all'improvviso urla: "Hashem, perchè mi hai fatto ciò?" Adesso si ricorda di Hashem! Fino a che viveva bene non ci pensava, solo le sofferenze gli ricordano che c'è Hashem. Da qui vediamo che ci sono due strade per riconoscere l'esistenza di Hashem: quella del Gan Eden, dove l'uomo riconosce che tutto il buono che ha gli viene mandato da Hashem, il Quale crea e rigenera ogni secondo l'universo; oppure la seconda via, quella delle sofferenze per ricordarci di Lui – ricevere sofferenze fino ad invocare: Hashem!

Come le sofferenze aiutano a credere in Hashem?

La tristezza fa in modo di valorizzare la gioia e il benessere che Hashem ci ha dato prima. La ragione della creazione del mondo è avere Emuna (fiducia in Hashem). Se non sei riuscito a riconoscere il buono che ti è stato dato da Hashem, il buono ti viene tolto.

Riassunto: L'obiettivo della nostra vita è quello che David Re di Israele dice nel tehillim 72,28: "Vani Kirvat Elokim li Tov", "La vicinanza ad Hashem è per me il Buono". In pratica vuol dire di sentire che Hashem è con me, proprio vicino a me. Il modo di raggiungere l'Emuna è attraverso due vie:

Hashem è la fonte di tutti i nostri giovamenti: aria, cibo, il cuore che batte, i reni funzionanti, l'apparato digerente sano, denti che possono masticare e occhi che vedono. Come abbiamo detto nell'articolo precedente tratto dalla ghemara di Chulin "non c'è modo di convincere se non attraverso il mangiare e il bere". Dobbiamo farci convincere! Riflettere su tutto il buono che Hashem ci dà dal punto di vista dell'emuna, che è Hashem a darci tutto ciò.

La seconda via, che è percorsa dalla maggior parte della gente: almeno una volta nella vita, di solito alla fine dei proprio giorni, arrivano le sofferenze. Queste fanno sì che la persona affini il proprio carattere, e portano la persona all'emuna.

Come dice Re Davide: "Alzo il calice della salvezza e nel nome di Hashem imploro...sofferenze e angosce trovo... e nel nome di Hashem imploro".

Così in ogni situazione:

Nel nome di Hashem imploro.

Scritto da Rachamim Journò

(Tratto dal libro Or Olam del Gaon e Zadik Rav Avigdor Miller)

COME MANGIARE KASHER IN BREVE

Continua da ieri...

Una posizione centrale nell'ambito della kashrùt è occupata dalla separazione fra carne e latte. I divieti che la riguardano sono molto severi, forse più di ogni altra norma di kashrùt.

Ad esempio, non si può mangiare carne di coccodrillo perché non è kosher, ma si possono indossare scarpe di pelle di tale animale. Ma dalla mescolanza fra carne e latte non è consentito trarre alcun beneficio. Così, se è occasionalmente cuoco in un ristorante non kosher (purché ovviamente non ne assaggi il cibo), l'ebreo può preparare gli hamburger, ma non i cheeseburger.

Per poter consumare latticini dopo aver mangiato carne o derivati è richiesta un'attesa di sei ore. Questo stesso arco di tempo è necessario anche tra la consumazione di formaggi "duri" e carne.

Si noti che, benché il pesce sia parve, esso non deve essere consumato assieme alla carne.

Chi convive con animali domestici deve verificare addirittura il cibo che acquista per loro uso, per assicurarsi che non vi sia mescolanza tra carne e latte fra i loro ingredienti.

La separazione fra carne e latte si applica non solo al cibo stesso, ma anche a tutti gli utensili impiegati per la sua conservazione, preparazione e consumazione. Tale rigore nella separazione comporta il possesso e l'uso di set separati di posate, piatti, utensili e lavandini. Anche la lavastoviglie può essere impiegata o per la carne o per il latte, ma non per entrambi.

Il cibo che non è né di carne né di latte è definito parve, neutro, e utensili parve come bicchieri o ciotole per l'insalata possono accompagnare sia i pasti di latte che quelli di carne. Il vetro non assorbente normale può essere considerato parve per molti pareri. Bisogna stare invece attenti al pyrex o a qualunque altro utensile di vetro resistente al calore del forno, che possono essere usati solo o per la carne o per il latte.

La separazione non si limita alla cucina e alla tavola: siamo infatti tenuti ad astenerci dalla consumazione di latticini dopo la carne finché non sia trascorso un certo numero di ore. Lo Shulchàn Arùch, il Codice di Legge Ebraica, riporta due tradizioni: una, decisamente poco diffusa oggi, richiede un'attesa di un'ora soltanto (e gli ebrei olandesi vi si attengono ancora); l'altra, più universalmente accettata, ne richiede invece sei. Viceversa lo stesso intervallo si applica dopo aver mangiato formaggi detti duri, cioè stagionati, come ad es. il grana o il parmigiano, poiché richiedono un processo digestivo simile a quello della carne.

Infine, per evitare spiacevoli confusioni, il pane deve sempre essere parve, e quindi non può contenere burro o latte.

Continua il 14 nella pagina di alachà



PARASHAT LECH LECHÀ BRIT MILÀ

La parashà di questa settimana tratta della seconda delle 613 mitzvot secondo cui dobbiamo circoncidere ogni maschio ebreo all'età di otto giorni, includendolo così nel patto di Avraham Avinu. Qual è il motivo per cui D_o ci ha comandato di osservare questa mitzvà? Il Chinuch (mitzvà 2) spiega che D_o desidera che abbiamo un segno permanente sui nostri corpi che ci separi dalle altre nazioni del mondo. Nello stesso modo in cui la nostra vera essenza, la nostra neshamà (anima), che è, per così dire, parte di D_o, non è come quella delle altre nazioni, così il nostro corpo fisico, che riveste la neshamà, richiede un segno esteriore di differenziazione. Questo segno e patto, impresso in noi, è sull'organo da cui dipende la continuità della nostra nazione. Cerchiamo di capire, però, se D_o ci ha comunque creati differenti, dal momento che in quanto parte del popolo scelto siamo nati con un'anima elevata, perché non ci ha creati anche fisicamente differenti?

E se D_o vuole che siamo circumcisi, perché non siamo nati così? Il malvagio governatore romano, Turnus Rufus, pose a Rabbi Akivà questa domanda. Rabbi Akivà gli rispose che D_o desidera che noi contribuiamo nel conseguimento della nostra perfezione personale. Quando vediamo che non siamo stati creati perfetti, e dobbiamo effettuare dei cambiamenti per ottenere una perfezione fisica, possiamo capire che, nello stesso modo, dobbiamo migliorare spiritualmente, osservare la Torà e le mitzvot per ottenere una perfezione spirituale.

Al tempo del Bet Hamikdash, una persona che aveva peccato poteva portare un animale di otto giorni e portarlo come offerta a D_o in sostituzione di se stesso. Quando il sangue dell'offerta era messo sull'altare, portava espiazione per i suoi peccati. In seguito, il kohen (sacerdote) che portava l'offerta prendeva la sua parte, procurando un'ulteriore espiazione. La stessa idea si applica alla circoncisione l'ottavo giorno in cui noi, per così dire, offriamo noi stessi. A proposito del brit milà, non solo diamo parte delle nostre possessioni monetarie, ma anche di noi stessi. Il sangue del brit milà porta espiazione e il pasto festivo per mezzo di cui celebriamo la mitzvà espia anch'esso.

Il motivo per cui abbiamo il comando di osservare tutte le mitzvot deriva dal fatto che dobbiamo perfezionare noi stessi in questo mondo fisico. Osservando la volontà di D_o e i suoi comandamenti, eleviamo il nostro livello di perfezione. Le mitzvot creano e migliorano il nostro legame con Lui. Ci sforziamo di costruire la nostra fiducia in Lui, rafforzando

tutti i principi della nostra fede. Le mitzvot ci permettono di sdogliarci delle nostre caratteristiche e tendenze animalesche, raffinando il nostro carattere per poter diventare più umili, gentili, generosi, tolleranti, positivi e pazienti. Interiorizziamo il messaggio del nostro segno e patto eterno e continuiamo a sforzarci per raggiungere la nostra perfezione spirituale.

MOMENTI DI HALAKHÀ

DIVIETO DI CUCINARE DI SHABBAT

...continua da giovedì scorso

Cuocere invece con il fuoco e con le sue derivanti è vietato dalla Torà (e non da un decreto rabbinico come scritto sopra riguardo le derivanti del sole). Mettendo del cibo in una padella riscaldata al fuoco o versandolo nell'acqua riscaldata dal fuoco, si trasgredisce a un divieto della Torà (toledet esh), quindi se lo si è fatto involontariamente, ci si obbliga a portare un sacrificio di chattat di espiazione (ai tempi del bet amikdash) e se fatto volontariamente si incombe nella pena di morte, che Hashem ci scampi. È vietato quindi cuocere con il fuoco e con le sue derivanti, e non c'è differenza tra il fuoco scoperto e quello coperto. Lo stesso vale anche per gli apparecchi elettrici i quali dispongono di un corpo incandescente come la plata, il toaster, ecc., cuocendo con i quali si viola il divieto della Torà. E' vietato cuocere in acqua o altri liquidi così caldi al punto che nel toccarli si tira indietro la mano per non bruciarsi (iad soledet circa 45 gradi), che sono stati riscaldati sul fuoco e ancora si trovano nello stesso primo recipiente e non sono stati trasferiti in un altro utensile, quindi è vietato metterci un cibo crudo (vedremo più avanti quand'è considerato cotto un cibo secondo la Torà). Per questo è vietato mettere nella pentola (kli rishon) contenente una minestra calda (anche se non si trova sul fuoco) un cibo non cotto.

Continua giovedì prossimo

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHÀ LECH LECHÀ

*La carta igienica tagliata
da Rabbi Eliahu*

Ogni buona azione compiuta da uno Tzaddiq con la giusta intenzione, anche la più semplice di tutte, genera una influenza positiva negli altri ebrei.

E' noto che Rabbi Israel Meir Kagan, conosciuto come il "Chafetz Chaijm", fosse intenzionato negli ultimi anni di vita a recarsi in Israele per risiedere nella città di Petach Tiqvà: così, a fronte di questa sua volontà, il municipio decise di realizzare uno splendido edificio in onore dello Tzaddiq e Gadol HaDor – Grande maestro della generazione dove collocare la sua abitazione ed un ampio Beth HaQnesset. Inoltre, al fine di accogliere i numerosi visitatori che sarebbero venuti ad incontrare il Chafetz Chaijm, si decise di realizzare al fianco del primo palazzo una ulteriore costruzione dove collocare i bagni pubblici. Varie ragioni impedirono però al Chafetz Chaijm di realizzare la propria volontà e stabilirsi in Eretz Israel, ma i due edifici in questione, la cui costruzione era ormai stata decisa, vennero comunque eretti.

Una volta, alla vigilia di Yom Kippur, lo Tzaddiq Rabbi Eliahu Doshnitzer si trovava da solo all'interno dell'edificio dove erano stati

collocati i bagni pubblici, intento a "tagliare" e preparare i fogli di carta igienica per le necessità degli ebrei che si sarebbero in seguito recati a pregare nel Beth HaQnesset anti-stante. Un giovane ragazzo ebreo non osservante che passava di lì, accortosi di quanto stava accadendo, si avvicinò curioso di scoprire la ragione dello strano comportamento del rabbino; Rabbi Eliahu rispose alle domande del ragazzo incuriosito con molta cortesia e pazienza, spiegando lui che, essendo proibito "tagliare" la carta igienica durante Yom Kippur (così come di Shabbat e Yom Tov), egli si era recato presso i bagni pubblici per preparare tutta la carta necessaria alle esigenze del numeroso pubblico che sarebbe stato presente l'indomani nel Beth HaQnesset.

Colpito dalla dimostrazione di così tanta gentilezza ed altruismo, il ragazzo disse al rabbino: *"Sappi che ogni pezzo di carte igienica che hai tagliato oggi, ha inciso una profonda traccia nel mio cuore!"*. Grazie all'influenza di tale (apparentemente) "piccolo" gesto compiuto da Rabbi Eliahu, il giovane ebreo decise che, quell'anno, si sarebbe recato alle preghiere di Yom Kippur ed avrebbe osservato il digiuno insieme agli altri. Da lì in poi il ragazzo accrebbe la propria osservanza delle mitzvot divenendo, infine, un Ba'al Teshuvà, nel ricor-

do costante del segno lasciato in sé tagliata quel giorno dal rabbino...
da ciascun pezzo di carta igienica

DERASHÀ DI SHABBAT

PARASHÀ LECH LECHÀ

En Mazal leIsrael ~ Non c'è sorte per il popolo d'Israele

Avrà disse: «Giacché Tu non mi hai dato un discendente, ecco che il mio erede sarà un servo che mi è nato in casa». Allora gli fu rivolta questa parola da Hashem dicendo «Non sarà questa persona a diventare tuo erede, ma chi erediterà da te sarà qualcuno che verrà dalle tue viscere!». [Hashem] lo condusse fuori e disse «Guarda verso il cielo e conta le stelle, se le riesci a contare!» e gli disse ancora: «Così numerosa sarà la tua discendenza!» (Bereshit 15, 3-5).

I nostri Maestri insegnano che ciò distingue il popolo d'Israele dagli altri popoli è solo ed esclusivamente l'adempimento delle mitzvot comandate nella Torah, il quale ha la possibilità di condurre gli stessi al di fuori delle linee tracciate dal destino assegnato loro dal Sig-re D_o.

Quando Hashem appare ad Avrà dopo la guerra contro i quattro re, è scritto infatti che Egli “condusse fuori” il nostro patriarca per mostrargli il cielo ed assicurargli che la sua discendenza sarebbe stata numerosa come le stelle (Bereshit 15, 3); secondo quanto spiegato nel Talmud (Shabbat 156a), in quel frangente Hashem disse ad Avrà: “Esci (abbandona) dai tuoi calcoli astrologici ciò che hai visto nei segni dello zodiaco, cioè il fatto che tu sei destinato a non avere figli. Poiché Avrà è destinato a non averne ma AvraHam (con l’aggiunta della lettera “He”, che ha valore numerico di 5 e rappresenta i cinque libri della Torah) avrà dei figli”.

Nella parashà di Vaetchannan troviamo scritto “Fai attenzione a che tu non giunga a levare i tuoi occhi al cielo e, vedendo il sole, la luna, le stelle e tutte le schiere dei cieli che Hashem ha assegnato a tutti i popoli che si trovano sotto tutti i cieli, non ti senta indotto a inchinarti a loro e a servirli. Hashem vi ha preso e vi ha fatto uscire dal crogiuolo di ferro, dall’Egitto, perché diveniste la nazione del Suo possesso, come siete oggi” (Devarim 4, 19-20): da qui hanno imparato i nostri Maestri che “En Mazal leIsrael – Non c’è sorte per il popolo d’Israele”, a differenza delle altre nazioni le quali, come scritto nella Torah, sono state sottoposte da Hashem alla diretta influenza degli astri, e che quindi hanno già un destino prestabilito ed immutabile. Il popolo d’Israele, essendo “Am Nachalà – Nazione del Suo possesso”, cioè essendo sotto la guida e la protezione solo di HaQadosh Baruch Hu, ha invece la possibilità di governare il suo futuro tramite l’osservanza o meno dei precetti da Lui comandati.


 MOMENTI
DI MUSÀR

LASHON ARA'A

Un'altra spiegazione della grandezza del danno provocato da questo peccato: quando l'uomo corrompe la propria lingua con discorsi vietati, impedisce a ogni parola di santità che dirà in seguito d'innalzarsi, secondo quanto scritto nel santo Zòhar (Pekudè 263b): «E da questo spirito malvagio ne dipendono altri maligni, incaricati di catturare una parola cattiva o volgare pronunciata da qualcuno che in seguito profferisce parole sante. Guai a loro, guai alla loro vita, eccetera. Guai a loro in questo mondo, guai a loro nel mondo futuro, perché quegli spiriti maligni catturano quella parola impura, e quando l'uomo in seguito dice una parola santa, essi si precipitano a catturare la parola impura e rendono impura anche quella parola santa, e l'uomo non ne trae vantaggio, e in un certo modo si indebolisce la forza della santità». Non è forse chiaro da questo passaggio del santo Zòhar che tutte le nostre parole di Torà e le nostre preghiere rimangono sospese nell'aria del cielo e non salgono in alto? E da dove ci verrà l'aiuto per fare venire il mashìach e ciò che gli è connesso?

E quando approfondiremo questo argomento scopriremo ancora di più: non solo si tratta di un peccato criminale, come abbiamo già spiegato, ma esso ingrandisce anche il danno in tutti i mondi e oscura la loro luce.

E ora ci accingiamo, con l'aiuto di Hashem, a spiegare alcuni precetti positivi che vengono trasgrediti quando si racconta lashòn harà e rekhilùt.

Si trasgredisce in questo modo il precetto positivo di «Ricorda ciò che ha fatto il S. tuo D. a Miriàm durante il cammino ecc.», con il quale la Torà ci ha avvertito di ricordare sempre verbalmente la grande punizione che ha inflitto D. alla profetessa, Miriàm la giusta, che ha parlato soltanto di suo fratello che amava quanto sé stessa, e l'ha cresciuto sulle sue ginocchia, e si è messa in pericolo per salvarlo dalle acque, e non l'ha redarguito se non comparandolo agli altri profeti, e non ha parlato davanti a lui mettendolo in imbarazzo, e nemmeno in pubblico, bensì in disparte con il suo santo fratello [Aharòn], e Moshè non se ne è offeso, com'è scritto: «E l'uomo Moshè è molto unile» e, ciononostante, tutte le sue buone azioni non sono bastate ed è stata punita con la lebbra. A maggior ragione le altre persone, gli stolti che tengono ripetutamente grandi discorsi sul prossimo, verranno di certo severamente puniti per questo.

MOMENTI DI HALAKHÀ

“NON TI VENDICHERAI” Levitico 19:18

“Che cos’è la vendetta? Vendicarsi è chiedere a qualcuno ‘prestami la tua falce’ e lui dice di no. Il giorno dopo lui viene da te e ti chiede ‘prestami la tua ascia’. Tu rispondi ‘non te la presto, proprio come tu non mi hai dato in prestito’ ”.
Talmùd Yomà 23a.

Il desiderio di vendetta è parte della natura umana. Quando qualcuno fa un torto a un altro, scatta il desiderio di vendicarsi. Ci si adira, ci si aggrappa ai ricordi di tutti i torti subiti e, quando si ha l’opportunità, si risponde in malo modo. Tuttavia, la Torà proibisce la vendetta. Esploriamo alcune delle fonti disponibili riguardo a questo comandamento.

Maimonide scrive nel Mishnè Torà Deòt 7:7, *“vendicarsi è una caratteristica molto negativa. Infatti una persona dovrebbe abituarsi ad andare oltre i suoi sentimenti per tutte le cose terrene, poiché coloro che capiscono [lo scopo profondo del mondo] considerano tutte queste questioni come vanità e insignificanti per le quali non vale la pena vendicarsi.”* “Piuttosto”, continua Maimonide, *“se una persona che ti ha fatto un torto ti chiede un favore, dovresti rispondergli “con un cuore completo”*. Come dice il Re Davide nei Salmi, 7:5, *“Ho ripagato coloro che mi hanno fatto del male? Ecco, ho salvato coloro che mi hanno odiato senza motivo”*. Inoltre, la legge Ebraica proibisce di serbare rancore, tanto che il Talmùd (sempre in Yomà) spiega che è proibito dire a colui che ha fatto il torto che tu ti comporterai bene anche se lui non l’ha fatto.

Rav Schneur Zalman di Liadi scrive nel suo Codice delle Leggi, 156:3, che *“si dovrebbe cancellare qualsiasi sentimento di vendetta dal proprio cuore e mai ricordarlo a se stesso”*.

In effetti, non vendicarsi non significa solo modificare le proprie azioni, nemmeno il pensiero di vendetta dovrebbe entrare nel proprio cuore (vedi Rav Yona Gherondi Shaarei Teshuvah 3:38). Rav Aharon Halevi di Barcellona spiega nel Sèfer Hachinùch mitzvà 241: *“Una delle fonti di questo comandamento è che una persona dovrebbe sapere nel suo cuore che tutto ciò che le succede, nel bene o nel male, accade perché D_o lo vuole. È D_o che ha desiderato che ciò accadesse e non si dovrebbe pensare di vendicarsi sull’altra persona poiché essa non è la causa di ciò che è accaduto”*

Rav Schneur Zalman di Liadi spiega nel Tanya, che nonostante la persona che ha subito il torto debba perdonare, colui che ha commesso l’azione è comunque responsabile della sua azione poiché *“D_o ha molti agenti tramite il quale Egli può agire”*.

Infine, il versetto che proibisce di vendicarsi si conclude con le famose parole *“amerai il tuo prossimo come te stesso”*. Rav Moshe ben Nachman, Nachmanide, spiega che cancellare l’accaduto dal proprio cuore è una garanzia che non si trasgredirà il comandamento, permettendo così di amare il prossimo qualsiasi cosa accada tra i due.



MOMENTI
DI MUSAR

LASHON ARA'A

E' scritto nei Salmi (34;14): *"Chi è l'uomo che desidera la vita, che ama vedere il benessere per molti giorni? (Risponde il salmista) Trattieni la tua lingua dalla maldicenza!"*.

A tal proposito spiegano i Chachamim: con l'espressione *"la vita"* ci si riferisce alla vita eterna nell'olam abbà. E con *"vedere il benessere per molti giorni"* si intende la vita in questo mondo.

Leggendo questo versetto la domanda sorge naturalmente: *"Com'è possibile che anche se abbiamo 613 mitzvot da rispettare, il versetto fonda il nostro successo sia in questo mondo che in quello avvenire su una sola mizvà, la "Shemirat Alashon", cioè il salvaguardare la bocca dal parlare male del nostro compagno?"* La risposta, con un pò di riflessione risulterà essere altrettanto naturale: se contiamo la numerosa serie di precetti sia negativi (mizvot lo tasè) che positivi (mitzvot asè) che la persona può trasgredire con una sola frase denigrante su un amico, sarà chiaro perché il re David ha incentrato la gran parte della Torà su un'unica mizvà. Se

solamente ci riserveremo dal non raccontare le carenze dell'amico, se ci impegneremo nel giudicare il compagno dal lato positivo non sparlando sul suo comportamento, allora oltre a risparmiarci tutta la sfilza dei 17 precetti negativi e dei 14 precetti positivi enumerati dal Chafez Chaim, riusciremo chiaramente con più facilità ad attenerci a tutte le mizvot tra noi ed il prossimo. David Amelech ci dà un consiglio basilare per riuscire in questa vita e godere pienamente del mondo futuro: se la persona riuscirà a rispettare il prossimo e a non causargli qualsiasi tipo di danno *"solamente"* attraverso la bocca, non denigrandolo, non sparlandogli alle spalle e non svergognandolo davanti ad altra gente, a maggior ragione sarà più naturale non trasgredire a tutte le altre mizvot che riguardano il rapporto con il prossimo come rubare, molestare, mentire, tradire ecc. per le quali è necessaria un'azione pratica a differenza della lashon arà per la quale basta una sola parola per ferire l'amico e violare le numerose mizvot legate ad essa. Che Hashem ci dia il buonsenso per salvaguardarci da questo tremendo avon sul quale poggia gran parte della nostra sorte sia in questo mondo che in quello futuro! *Amen*

MOMENTI DI HALAKHÀ

OTTAVO COMANDAMENTO: NON RUBARE

Sulla strada del ritorno dalla fiera la carrozza di un mercante si ruppe. Era venerdì, e il mercante non aveva altra scelta che raggiungere il centro abitato più vicino e trascorrere lì lo Shabbat.

Chiese di un uomo benestante di cui aveva sentito parlare e gli affidò in deposito fino a dopo Shabbat il proprio portamonete e i beni che aveva con sé.

La sera successiva andò a ritirare i propri beni, ma l'uomo negò che gli fossero stati lasciati oggetti in deposito, sordo alle suppliche e insistenze del povero mercante. Non c'erano testimoni, e alla fine il mercante si dovette arrendere e tornare a casa, con il viso cupo e a mani vuote.

Dopo qualche tempo l'uomo ricco perse la sua fortuna. Decise di recarsi da Rabbi Yehuda Arie Leib di Ger e gli consegnò una lettera che conteneva due richieste: voleva essere liberato una volta per tutte dall'ingiusto sospetto di essersi appropriato di denaro altrui che, si diceva, gli era stato lasciato in deposito, e chiedeva consiglio al Rebbe circa l'opportunità di iniziare un commercio in un'altra città.

Il Rebbe lesse la lettera, poi guardò intensamente negli occhi l'uomo che aveva di fronte. Alla fine rispose: *“per quanto riguarda il commercio, dovrete consultare qualche esperto del campo; io non sono sufficientemente competente. Per quanto riguarda il deposito, è fuori discussione che dovete senza ulteriore ritardo restituire il denaro a chi gli appartiene!”*.

MOMENTI
DI MUSÀR

**SICHOT ARAN Discorsi di
R. Nachaman Di Breslav**

SICHÀ ZADI GHIMEL - 93

La luce è così intensa che non può riceverla una persona mediocre, ma solo un grande saggio che sa dividere le migliaia in centinaia. Un saggio del genere riesce a suddividere quella grande luce in piccole porzioni, che anche chi si trova sotto di lui può afferrare ed è in grado di ricevere, un pò per volta. Una lezione può essere così complicata da risultare incomprendibile, ma se viene divisa in una serie di concetti più semplici, ognuno può essere compreso separatamente. L'intera lezione, così, diventa chiara. Lo stesso vale per la luce che splende in mille mondi. È un'unica luce, semplice, che non si può percepire solo in parte. Un unico concetto può solo essere preso per intero. Lo studioso vendicativo e pieno di rancore riesce a dividere le migliaia in centinaia e può dividere una grande luce in porzioni che possono essere comprese e accettate.

È scritto: «*Chi insiste su qualcosa, separa un principe*» (Proverbi 17, 9). Rashi scrive che «chi insiste» è una persona vendicativa e piena

di rancore, ossessionata da quello che gli fanno gli altri. Con questo comportamento, costui «*separa un principe*», ovvero si separa da D_o, che è il S. e il Principe dell'universo. Dicendo questo, ci riferiamo a un comune individuo, mentre il saggio ha il dovere di vendicativo e pieno di rancore, perché il Talmud insegna: «*Ogni saggio che non sia vendicativo e pieno di rancore come un serpente, non è uno studioso*» (Yoma 22b).

Il versetto parla di saggi vendicativi e pieni di rancore che riescono a dividere le migliaia in centinaia. «*Chi insiste su qualcosa, separa un principe (aluf)*». ALeF significa migliaia. ALuF è il capo delle migliaia. Perciò «chi insiste su qualcosa», il saggio vendicativo e pieno di rancore, «separa le migliaia», ovvero divide le migliaia in centinaia. Il Talmud insegna: «*Se vedi un saggio che è vendicativo e pieno di rancore come un serpente, avvolgetelo attorno alla cintura*» (Shabbat 63a). Rashi spiega: «*Alla fine trarrai vantaggio dai tuoi insegnamenti*». Un saggio così vendicativo può suddividere la grande luce in porzioni più piccole, dividendo le migliaia in centinaia. «*Alla fine trarrete vantaggio dai vostri insegnamenti*», perché, senza di lui, la luce sarebbe stata così grande non poterla afferrare.

Continua domani...

COME MANGIARE KASHER IN BREVE

.....continua dall' 8 nella pagina di alachà

- **Pesce.** Gli ebrei hanno sempre avuto un debole per il pesce. I loro antenati si lamentarono per la sua carenza nel deserto, ricordandosi del pesce mangiato in Egitto! Mentre vi sono poche varietà di carne e pollame kosher, ciò non vale per quelle di pesce, che sono numerosissime. Come la televisione, in passato gli scaffali del pescivendolo erano in bianco e nero. Oggi, grazie alla gran varietà di speci esotiche d'importazione, viene offerto al consumatore un vero arcobaleno di scelte. Per essere kosher, il pesce deve avere pinne e squame facili da rimuovere. Ad esempio, quelle dello storione sono difficilissime da togliere, fatto che lo rende non kosher, come lo sono automaticamente le sue preziose uova, ossia il caviale. Esempi di pesci Kosher; salmone, trota, cernia, nasello, sogliola... Mentre non kosher: anguilla, pesce spada, pesce gatto, squalo... Il pesce, sia fresco che surgelato, dovrebbe essere acquistato con la pelle, in modo da verificarne le squame per riconoscerlo con certezza.

Tutti i crostacei, i frutti di mare ed i mammiferi acquatici non sono kosher.

- **Carne e Pesce.** Un'altra norma vieta di consumare pesce e carne assieme, ma per un motivo diverso dal latte. È semplicemente perché i nostri saggi, paladini di una vita salubre, considerano tale miscuglio nocivo alla salute. Così ci si asterrà dall'accompagnare un buon piatto di carne con salsa di acciughe... D'altro canto, non vi è alcun problema nel mangiare carne immediatamente dopo il pesce, o viceversa. Si usa però "pulire" prima il palato con del pane o bevendo qualcosa. Questo può spiegare perché molti bevono un goccetto di vino dopo il pesce del Sabato prima di passare alla portata successiva...

- **Verdura.** Mentre la consumazione di carne di maiale implica una sola trasgressione, quella di un insetto ne comporta diverse. La Torà è molto esplicita nei divieti concernenti tali creature e quindi la frutta e la verdura potenzialmente esposte a infestazioni devono essere controllate e pulite accuratamente. Quella che può sembrare una bella foglia di lattuga, osservata più da vicino può apparire come un albergo per insetti. Altre "dimore" molto apprezzate da queste bestioline sono ad esempio il prezzemolo, l'asparago, le verdure di primavera, i broccoli e i cavolfiori. Tutti gli insetti o vermi visibili a occhio nudo devono essere "sfrattati", immergendo la verdura in acqua salata o in aceto, oppure mettendo particolari prodotti esistenti sul mercato su un panno e strofinando delicatamente la foglia, il tutto seguito da un accurato controllo visivo. Anche la frutta e la verdura in scatola possono essere problematiche. Gli insetti vi si presentano come granelli neri, ma fortunatamente possono essere rimossi con un panno di mussola.

Continua domani...

MOMENTI
DI MUSÀR

**SICHOT ARAN – Discorsi
di R. Nachman Di Breslav**

SICHÀ ZADI GHIMEL - 93

...continua da ieri

C'è una spiegazione logica per cui solo un saggio vendicativo può dividere le migliaia in centinaia, ma è anche molto profonda.

Chi la capisce può far risuscitare i morti. Di una persona del genere parla il Talmud quando dice: «*Verrà un tempo in cui gli tzaddiqim risusciteranno i morti*». Chi la capisce, capirà davvero la morte. Quando si dividono le migliaia in centinaia, si porta il mille nel cento e si creano delle «centinaia» dalla «morte».

Mille è alef, la lettera alef. Morte è mawet. Metti una alef in Mawet e otterrai mem, alef, waw, tav: MAOT (centinaia).

Chi non comprende questo concetto non sa perché è felice.

Non capisce cosa intendiamo quando parliamo dell'Unità di D_o nel secondo versetto dello Shemà: «*Benedetto il Nome della gloria del Suo Regno per sempre e in eterno*».

Il versetto si pronuncia a bassa voce. Il Talmud spiega il perché con una parabola. Una principessa sente il profumo di un piatto chiamato «tzike qderà», un piatto saporito preparato dalle classi umili. Se ne chiede un pò, cade in disgrazia; se

non lo fa, si rattrista. I servi quindi glielo portano senza clamore.¹⁰³

Chi non capisce le ragioni di un saggio rancoroso, non capisce né il significato dello tzike qderà né quello delle prime due lettere, chet e shin, di Chashmal, la luce della visione di Ezechiele.¹⁰⁴

Non capisce nemmeno il significato di nogah, lo splendore della visione di Ezechiele, citato nel versetto: «*Uno splendore lo circondava*» (Ezechiele 1, 4);¹⁰⁵ non conosce nemmeno come funziona la Merkavà, il Carro Divino (Chagigà 2, 1); non capisce nemmeno il concetto del patto, né perché le persone lo contrastano.

Il Mashiach capisce il concetto alla perfezione. Gli tzaddiqim, però, non possono comprenderlo, a meno che non siano in grado di dividere da soli le migliaia in centinaia. Esistono tzaddiqim, vendicativi e pieni rancore, che sono la cintura del Mashiach.

Il Talmud insegna: «*Se vedi un saggio che è vendicativo e pieno di rancore come un serpente, avvolgitelo attorno alla cintura*». Si tratta della cintura del Mashiach, a proposito del quale è scritto: «*La cintura intorno ai suoi fianchi sarà la giustizia*» (Isaia 11, 5). Il Targum Yonatan lo adatta: «*E gli tzaddiqim saranno tutti attorno a lui*». Questo è il concetto di Matun, matun (attendere, attendere)¹⁰⁶ le centinaia.¹⁰⁷ Gli tzaddiqim in grado di dividere le migliaia in centinaia saranno la cintura del Mashiach e risuscitano gli tzaddiqim inferiori.

COME MANGIARE KASHER IN BREVE

...continua da ieri

- **Vino.** Vino e succo d'uva devono essere esclusivamente di origine approvata dai rabbini, ma non per lo stesso motivo del formaggio. I saggi bandirono il vino di produzione non ebraica essenzialmente per evitare i matrimoni misti, poiché il bere può portare poi all'incontrarsi e così via. Anche prodotti come il brandy e l'aceto di vino devono portare il sigillo di un rabbino. Esso è kosher solo se la sua produzione viene effettuata da un ebreo osservante. La produzione di vino kosher può richiedere un notevole dispendio di tempo e denaro, poiché richiede la scrupolosa kasherizzazione dell'attrezzatura precedentemente impiegata per la produzione di vino non kosher e la presenza di un'intera équipe di personale osservante debitamente addestrato.

Come spesso accade, ingredienti non kosher possono infiltrarsi nella produzione di vini non kosher, ad es. si usava aggiungere sangue di toro per la colorazione o più comunemente un agente di raffinamento proveniente dallo storione.

Si tratta di motivazioni fondamentali che sottolineano l'importanza di un controllo rabbinico molto accurato.

- **Pane.** I rabbini sconsigliano la consumazione di pane non prodotto da ebrei, benché laddove non sia disponibile pane di produzione ebraica, o se esso è di qualità inferiore, si può acquistare pane di produzione commerciale (non fatto intenzionalmente per un consumatore specifico), ma tenendo conto di quanto segue: esso in genere contiene grassi o emulsionanti di origine animale o non identificata. Vi è anche la possibilità che emulsioni o gelatine vengano spalmati sulla crosta o che le teglie vengano oliate con grassi non kosher, i quali per legge non comportano l'obbligo di essere riportati e dichiarati sulla lista degli ingredienti.

Il pane è inoltre esposto al rischio che venga cotto negli stessi forni di pane o dolci non kosher, il che lo renderebbe automaticamente non kosher.

Di fatto, nessun pane non controllato può essere considerato kosher.

...continua il 19 nella pagina di alachà

RACCONTO DI SHABBAT

Parashat VAYERÀ - Lot

La Torà afferma (Bereshit 11:26) che Terach ebbe tre figli: Avram, Nachor e Haran. Haran ebbe un figlio, Lot. Dopo la morte di Haran, Avram si prese cura di suo nipote e dovunque Avram andasse, Lot lo accompagnava. Lot capì che il suo successo dipendeva dalla vicinanza a suo zio, che era una persona di grande levatura spirituale e retta. Tuttavia una volta tornati in Eretz Canaan dopo essere stati in Egitto, scoppiò una disputa tra i pastori di Avraham e quelli di Lot. Avraham aveva dato istruzioni ai suoi pastori di mettere una museruola al suo bestiame in modo che non pascolassero nel terreno di altri. I pastori di Lot, invece, permettevano agli animali di pascolare l'erba altrui. I pastori di Avraham li rimproverarono, ma i pastori di Lot non diedero loro ascolto e affermarono che D-o aveva dato la terra ad Avraham. Avraham non aveva altri discendenti; sembrava, quindi, che suo nipote avrebbe ereditato la terra. Si sbagliavano perchè innanzitutto la terra, che era allora abitata dai Cananei e Perisei, non era ancora stata data ad Avraham. In secondo luogo, sebbene Avraham non avesse ancora un altro erede, gli sarebbe nato in futuro Yitzchak. Volendo mantenere la pace tra loro, Avraham suggerì a Lot di separarsi. Guardandosi attorno Lot vide la fertile riva occidentale del

Giordano, caratterizzata da una grande abbondanza. Lot accettò il suggerimento di Avraham e decise di stabilirsi lì. Anche se Lot comprendeva l'importanza di rimanere in compagnia di Avraham, al momento della scelta i suoi interessi materiali presero il sopravvento. Decise di risiedere nella regione di Sodoma anche se i suoi abitanti incarnavano corruzione, dissolutezza e crudeltà. Il desiderio di Lot per il denaro era più forte di una vita ricca di significato con Hashem. Nella Parashà di questa settimana vennero mandati degli angeli per distruggere la città malvagia di Sodoma e salvare Lot e la sua famiglia. Quando arrivò il momento di distruggere la città, gli angeli dissero a Lot di prendere la sua famiglia e di mettersi in salvo. Quando Lot si mostrò indeciso perchè doveva abbandonare tutta la sua ricchezza, gli angeli presero lui, sua moglie e le sue due figlie non sposate e li portarono fuori da Sodoma. Venne loro detto di rivolgersi verso le montagne e non guardare indietro. La moglie di Lot non resistette alla tentazione di guardare Sodoma in fiamme e diventò immediatamente una statua di sale. Lot e le figlie riuscirono a fuggire, ma non rimase loro nulla. Tutta la ricchezza, acquisita in seguito alla decisione di separarsi di Avraham, venne distrutta quando Hashem punì Sodoma. Spesso ci troviamo in situazioni in

cui dobbiamo prendere una decisione. I desideri di questo mondo si presentano indispensabili, ma di solito sono a discapito della ricompensa eterna di una persona. L'abilità di una persona di vedere la verità è distorta dalla vista dei beni di lusso anche a causa del pensiero che questi possano permettere a una persona di servire meglio Hashem.

Una volta, durante la seudà di Purim con il Chafetz Chaim, un suo studente gli chiese: *"Posso avere un posto nel mondo futuro vicino a te?"*

Dopo aver riflettuto, il Chafetz Chaim gli disse che se avesse prestato attenzione alle proprie parole, avrebbe potuto avere un posto accanto a lui. Spaventato dall'impegno richiesto, lo studente rifiutò. Il Chafetz Chaim cacciò via lo studente: rinunciare all'eternità per via dei propri piaceri non corrisponde al punto di vista della Torà!

Assicuriamoci che, al momento di prendere delle decisioni importanti, chiediamo aiuto a un'autorità rabbinica affinché le nostre decisioni siano corrette e affidabili.

MOMENTI DI HALAKHÀ

DIVIETO DI CUCINARE DI SHABBAT

...continua da giovedì scorso

È vietato cucinare con il forno a microonde anche se non è fornito di un corpo incandescente.

Si viola il divieto della Torà di cucinare anche se il cibo che si prepara è commestibile anche crudo, per questo è proibito scaldare l'acqua o cuocere una frutta che si potrebbe mangiare cruda.

Non si mettono i vestiti bagnati vicino ad una fonte di calore dove si potrebbero riscaldare ad una temperatura che la mano si tira in dietro toccandoli (iad soledet) circa 45 gradi, perché così facendo si riscalderebbe l'acqua impregnata nel vestito. E ciò vale anche se il vestito è indossato. Per questo è proibito mettere uno straccio bagnato sulla pentola calda. Allo stesso modo, è vietato mettere il pane congelato con il ghiaccio sopra o vicino ad una fonte di calore (senza ghiaccio è permesso. Secondo gli ashkenaziti anche senza ghiaccio è vietato mettere il pane a riscaldare direttamente sulla plata bensì su una pentola posta sul fuoco ecc.).

Per un cibo non completamente cotto è vietato fare qualsiasi azione che provochi la sua cottura o l'acceleri. Quindi se c'è un cibo senza coperchio non cotto completamente sulla plata, è vietato coprirlo perché così facendo si aumenterebbe la temperatura e quindi si accorcerebbe il suo tempo di cottura. Lo stesso vale nel caso in cui il cucinato era coperto e lo si fosse scoperto per vedere se fosse cotto: sarà vietato ricoprirlo. Per questo motivo è bene a priori far cuocere completamente tutte le pietanze prima che entri shabbat per non inciampare in situazioni nelle quali si viola il divieto di bishul.

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHÀ VAYERÀ

La mitzvà della Haknassat Orchim ~ Ospitalità

Il Gaon Rabbi Chaijm Soloveitchik di Brinsk era solo dedicarsi integralmente alla gestione della Yeshivà di Volozhin ed alla cura dei bisogni della collettività che ogni giorno gli venivano sottoposti. Ciò nonostante, egli trovava sempre il tempo di occuparsi personalmente di qualunque ospite si presentasse a casa sua.

In una fredda sera d'inverno giunse presso la sua abitazione un viandante in cerca di ospitalità e di un posto dopo poter passare la notte; Rabbi Chaijm accolse l'ospite con gentilezza e disponibilità, servendo lui da mangiare e bere e preparandogli, dopo di ciò, un letto sul quale dormire. Il mattino seguente l'ospite si svegliò molto presto, e dopo aver sottratto da casa di Rabbi Chaijm tutto ciò che poteva mettere nella sua borsa si dileguò rapidamente con la ricca refurtiva.

I famigliari di Rabbi Chaijm si lamentarono molto con lo Tzaddik, rappresentandogli come egli, spinto dal grande desiderio di compiere la mitzvà della Haknassat Orchim – Ospitalità, accoglieva chiunque si presentava a casa sua senza nemmeno verificare se si trattava di una brava persona oppure di un delinquente.

Rispose Rabbi Chaijm ai suoi famigliari: “Quando HaQadosh Baruch Hu volle far meritare ad Avraham di compiere l'importante mitzvà della Haknassat Orchim, Egli inviò lui degli angeli vestiti come arabi che idolatravano la polvere dei propri piedi. Tutto ciò perché? Affinché noi potessimo trarre, da questo episodio, un importante insegnamento, e cioè che nel compimento della mitzvà della Haknassat Orchim non ci si deve mai interrogare sulle qualità e la persona dell'ospite per valutare se egli, a nostro avviso, sia o meno adatto per essere accolto in casa. Le porte delle nostre abitazioni debbono sempre essere generosamente aperte per tutti coloro che passano, ed anche se sappiamo per certo che una tale persona trasgredisce ai comandamenti divini non possiamo comunque esimerci dal garantirgli cibo, bevande ed un posto dove dormire...”.

DERASHÀ DI SHABBAT

PARASHÀ VAYERÀ

Il "Eshel" posto da Avraham a Beer Sheva

"In Beér Shèva [Avraham] collocò un Eshel, e lì invocò il nome dell'Eterno" (Bereshit 21, 33).

I nostri Maestri hanno fornito due diverse interpretazioni circa il significato di questo verso e, in particolare, della parola "Eshel".

Secondo Resh Laqish, Maestro del Talmud vissuto durante il III° secolo e.v., Avraham avrebbe realizzato un "giardino" a Beér Shèva di cui potessero usufruire i viandanti che passavano di lì al fine di attirarli e far loro conoscere la fede in Hashem.

Anche Rabbì Yehuda e Rabbì Nehemia, Maestri della Mishnà vissuti dopo la rivolta di Bar Choqbà del 132 e.v., discussero tra loro circa il significato da attribuire alla parola in questione: uno riteneva, infatti, che si trattasse di un "giardino" (analogamente a Resh Laqish), mentre l'altro sosteneva che fosse una "locanda" dove potevano alloggiare gli ospiti.

Nel suo commento alla Torah, riprendendo l'interpretazione riportata nel Talmud Babilonese (TB Sotà 10a), Rashì afferma che il termine "Eshel" debba essere spiegato tenendo conto delle tre parole che possono essere formate tramite le tre lettere che lo compongono: 1) "Achilà - Mangiare"; 2) "Shtià - Bere"; 3) "Linnà - Dormire"; a suo avviso, pertanto, Avraham avrebbe costruito a Beér Shèva una "locanda" dove garantiva mangiare, bere e dormire ai viandanti, insegnando loro al contempo a benedire Hashem per tutto il bene che era stato loro elargito.

Con la realizzazione di un "Eshel", secondo il Gaon Rabbì Eliahu di Vilna, Avraham voleva fornire un "aggiustamento" spirituale per i peccati che erano stati commessi dalle generazioni precedenti: Adam HaRishon, infatti, aveva trasgredito al comando divino "mangiando" il frutto dell'albero della conoscenza, Noach aveva peccato "bevendo" vino in misura eccessiva e facendosi quindi vedere nudo ed ubriaco dai propri figli, mentre gli abitanti di Sodoma si erano travati al punto tale da impedire a chiunque di assicurare agli ospiti un posto dove "dormire".



MOMENTI
DI MUSAR

SHIVCHE ARAN – Le lodi di A R. Nachman Di Breslav

INTRODUZIONE

Io, Rabbi Natan, mi rendo perfettamente conto che si debba scrivere la vita del nostro santissimo Rebbe.

Ho quindi riportato una piccola parte delle sue sante pratiche, dalla prima rivelazione fino alla sua dipartita da questo mondo. Alcuni dei racconti li ho sentiti di persona dalla voce del santo Rebbe; altri li ho raccolti da chi ebbe modo di conoscerlo in vita. Molto di quello che è stato scritto qui l'ho visto con i miei occhi.

Il Rebbe aveva molti oppositori e so benissimo che molti non crederanno a quanto scrivo, ma questo non mi scoraggia: sono in molti a desiderare queste parole e ad avermi chiesto di pubblicare quest'opera.

I miei pensieri più profondi e più intimi mi suggeriscono che queste parole devono essere pubblicate per chi vorrà seguirle. Poco importa chi le ha introdotte, poco senza dubbio pratiche sante e pure. Come potrei rifiutare quest'opera a chi è veramente assetato delle sue parole?

La verità parla da sola. Guardate agli scritti con occhi innocenti e capirete da soli che il Rebbe ha rivelato idee che l'intelletto umano non avrebbe potuto intuire senza

l'aiuto della fonte più elevata, senza santità e purezza.

Non posso entrare in ulteriori dettagli perché sarebbe superfluo. Come si dice: «*O non serve o è inutile*».

All'inizio mi batteva il cuore tanto ero incerto sulla strada da seguire, ma poi mi sono deciso a scrivere liberamente, senza preoccuparmi delle conseguenze, «che le generazioni future possano sapere [...] che si levino a raccontarlo ai loro figli» (Salmi 78,6). Costoro vedranno il libro e seguiranno le orme disseminate lungo il cammino.

È così evidente che si tratta di pratiche preziose e sante: ognuno è in grado di seguirle e di avvicinarsi a D_0, perché sono adatte a chiunque, grandi e piccoli.

Poco importa quanto in basso vi troviate, sarete in grado di seguire il cammino che viene qui tracciato. Se avete pietà della vostra anima e vi fermate a pensare al vostro vero scopo nella vita, meriterete la vita eterna, vi libererete in alto come i figli della dimora più elevata.1 Rimanete saldi nelle vostre convinzioni, come un palo che non può essere smosso, senza mai deviare dal percorso tracciato in questo libro.

Quello che abbiamo riportato non è altro che una goccia nell'oceano dell'immensa santità e delle straordinarie capacità del Rebbe, che si stagliano là dove l'intelletto umano non può arrivare.

Non abbiamo nemmeno intenzione di raccontare nessuno dei miracoli e dei prodigi del Rebbe. La nostra unica preoccupazione è quella di offrire idee in grado di portare altre persone a temere

D_o. Lasciate che costoro le leggano e imparino.

Chiunque abbia visto i nostri manoscritti ne ha parlato con molta ammirazione e mi ha esortato a pubblicarli, tanto il suo cuore era stato toccato dalla prossimità di D_o. Mi hanno vinto con le loro pa-

role (Ezechiele 35,13) e non ho potuto far altro che completare l'opera.

Possa D_o aver misericordia di noi e farci meritare di seguire le orme dei nostri padri che hanno servito il loro S. con timore, finché Zion e Gerusalemme non saranno ricostruite.

MOMENTI DI HALAKHÀ

COME MANGIARE KASHER IN BREVE

...continua dal 15 nella pagina di alachà

- **Biscotti.** Sono in genere prodotti con margarina non kosher. Anche quelli fatti con il burro (vedi) possono non essere kosher poiché, come detto sopra, le teglie possono essere ingrassate con ingredienti vietati, senza che ciò debba essere segnalato al cliente. Ciò vale anche per le torte. Riguardo ai forni, è valido lo stesso principio del pane.

- **Margarina.** La margarina contiene grassi ed emulsionanti che possono essere di origine animale. Anche i produttori di margarine dette vegetali non sono in grado di garantire che l'origine dei loro emulsionanti sia tale. Di conseguenza, si può impiegare solo la margarina controllata da un rabbino. Nelle margarine in commercio si aggiungono spesso aromi a base di latte o derivati.

- **Sostituti del Latte e Sbianca-Caffè.** Se non controllati da un rabbino, sono vietati poiché contengono caseinati.

- **La Shekhità - Macellazione.** La carne e il pollame kosher deve essere preparata in base al metodo della shekhità, ossia un taglio rapido alla gola dell'animale con un coltello affilatissimo privo di qualsiasi imperfezione sulla lama. Si tratta di un metodo indolore, nel rispetto della sofferenza dell'animale.

Dopo la shekhità, l'animale deve essere sottoposto ad un accurato controllo, detto bedikà, per verificare che non abbia difetti che lo renderebbero non kosher in base alla legge ebraica. I polmoni di bovini e ovini e gli intestini del pollame vengono sempre controllati. È qui che entra in gioco l'espressione **glatt kosher**. Nel caso del bestiame, se il polmone è privo di fori o mucose cicatrici, viene definito "glatt", liscio. Se invece ve ne sono, l'animale può comunque essere kosher anche se non glatt, purché quando vengono rimosse, tali mucose cicatrici non lascino buchi nei polmoni.



MOMENTI
DI MUSAR

SHIVCHE ARAN – Le lodi di A R. Nachman Di Breslav

- 1 Da bambino, il Rebbe decise che si sarebbe distaccato completamente dal mondo.

Voleva persino eliminare il desiderio di mangiare, ma, visto che era giovane, pensava di non poter saltare i pasti. Decise quindi di iniziare a inghiottire il cibo senza masticarlo, per non trarne alcun piacere, e continuò a farlo finché la gola non fu completamente gonfia. Quando il Rebbe ci raccontò l'episodio, menzionò che a quell'epoca aveva solo sei anni.

Una volta sentimmo parlare di un grande Tzaddik che aveva fatto scalpore, perché inghiottiva il cibo senza masticarlo. Pensare che il Rebbe lo faceva già da quando era solo un bambino!

- 2 Da bambino, il Rebbe voleva obbedire letteralmente il versetto: *«Ho posto D_o davanti a me, sempre davanti ai miei occhi»* (Salmi 16, 8). Cercò quindi di immaginare continuamente l'Ineffabile Nome di D_o, anche mentre studiava con il

suo maestro. I suoi pensieri erano così occupati da questo desiderio che spesso si distraeva, facendo arrabbiare così il suo insegnante. Malgrado le sue nobili intenzioni, il Rebbe si comportava come un normale ragazzino della sua età: giocava, saltava correva in giro e faceva lunghe passeggiate. Si comportava sempre così.

- 3 Quando il Rebbe raggiunse l'età del bar mitzvà, suo zio, Rabbi Efraim di Sudytkov, lo chiamò e pronunciò su di lui questo versetto: *«Oggi ti ho generato»* (Salmi 2, 7). Questo versetto parla del giorno in cui un ragazzo compie il bar mitzvà, come riportato nei sacri testi (si veda Zohar Chadash 10c). Suo zio, dunque, iniziò a parlargli brevemente della devozione religiosa e queste parole furono tanto care al Rebbe come chi trova un grande tesoro (Salmi 119, 162). Il Rebbe si sposò poco dopo. Subito dopo il matrimonio si accese di entusiasmo, anelando profondamente a servire D-o. Giorno dopo giorno, avanzò sempre più lungo questo sentiero di devozione. ella liceità.

COME MANGIARE KASHER IN BREVE

...continua da ieri

- **La Melikhà - Salatura.** Per essere finalmente portata in tavola, la carne deve essere privata dei resti di sangue, la cui consumazione è strettamente vietata dalla Torà. Essa deve perciò essere messa a bagno per un'ora e poi sotto sale grosso e risciacquata tre volte prima di essere cucinata. Oggi, la maggior parte della carne viene kasherizzata dal macellaio, risparmiando la fatica al consumatore.

Il fegato è un caso particolare: essendo imbevuto di sangue, non può essere kasherizzato con il normale processo illustrato sopra, ma deve essere preparato "alla griglia", ossia a diretto contatto con una fiamma.

- **Il Nikùr - Purificazione.** Prima di raggiungere gli scaffali della macelleria, la carne deve essere sottoposta ad alcuni procedimenti, detti nikùr, che comportano la rimozione di alcune vene e di grassi vietati. Poiché il nikùr dei quarti posteriori dell'animale è notevolmente complesso, nella maggior parte delle comunità della Diaspora non viene effettuato del tutto in queste parti della bestia, che vengono vendute al mercato non ebraico. I quarti posteriori contengono tra l'altro il nervo sciatico, che non può essere mangiato dagli ebrei poiché fu dove Giacobbe rimase ferito nel suo scontro con l'angelo (Genesi XXXII, 33).

- **Uova.** A causa dei divieti sul sangue, si devono controllare anche le uova aperte prima di essere cucinate, per eliminare quelle che contengono macchie di sangue. (N.B. Non ogni piccola macchia di colore rende vietato l'uovo). Non è però necessario controllare le uova prima di prepararle sode. Le uova bianche hanno in genere meno macchie di quelle marroni, forse per motivi biologici, è quindi più difficile trovare qualche macchia di sangue rosso vivo o simile nelle uova bianche.

- **La kasherizzazione.** Cibo kosher prodotto con utensili precedentemente impiegati per la cottura di cibo non kosher, diventa a sua volta non kosher. Il procedimento che rende utensili, pentolame, piatti, forni, piani di cottura e lavabi kosher viene comunemente chiamato "kasherizzazione". Essa deve essere effettuata sotto la scrupolosa osservazione di un rabbino esperto, poiché la sua esecuzione varia in base al genere di oggetto o utensile.



LA SEMPLICITA' R. Nachman Di Breslav

Al termine del racconto dei “Bambini scambiati” (I racconti di Rabbi Nachman #11), Rabbi Nachman parla di un principe che è stato sfidato a capire il mistero di un certo trono. Vicino al trono c’erano animali e uccelli scolpiti nel legno, un letto, un tavolo, una lampada ed una sedia.

Avendo il dono di saper comprendere una cosa da un’altra, il principe realizzò che il trono era un simbolo di pace, ma solo se tutto era al proprio posto. Cominciò a spostare le cose, questo un po’ più in là, l’altro un altro pò, finché tutto fu al proprio posto. Dal trono quindi uscirono meravigliose melodie di armonia e soavità.

Questo è il sentiero della semplicità: tutto al proprio posto, tutto al momento giusto. Invece dei sentieri complicati, speculativi che spesso le persone scelgono, cerca di trovare la soluzione più semplice. In questo modo, eviterai conflitti interiori, per un sentiero semplice, singolare che non ha diversità e che quindi offre poco se non addirittura nulla per distrarti. In questo modo potrai rimanere concentrato sui tuoi obiettivi.

Rabbi Nachmann era conosciuto

per non forzare mai la situazione, per non imporre mai il momento o il modo in cui fare le cose (Tzaddik#430-435). Questo tipo di approccio non funziona mai (anzi allontana le persone). L’approccio semplice sì che funzionerà. Non funzionerà provare a perdere 10kg in un giorno, ma pian piano possiamo perdere qualche etto, fino a raggiungere il nostro obiettivo. Non funziona mai cercare di guadagnare molti soldi in un brevissimo periodo di tempo, ma risparmiando un pò alla volta –specialmente con un interesse composto- possiamo accumulare un bel pò di soldi. Come il principe, dovremmo compiere piccoli, efficaci passi. I risultati sono armonia interiore, pace in casa e accordo con i tuoi amici, vicini e colleghi. Semplicità vuol dire anche suddividere obiettivi in parti gestibili. Per esempio, una persona che voglia studiare l’intero Talmud ha scelto un obiettivo importante, ma ciò non può essere fatto in un giorno. Richiede di semplificare il compito, una pagina alla volta. “È tutto quello che ho bisogno di fare”. Pulire una casa per le vacanze di Pesach oggi giorno è un compito enorme. Ma può essere compiuto, una stanza alla volta. Lo stesso accade per imparare nuove competenze, costruire una relazione, e per qualsiasi altra cosa tu aspiri di fare. Se persegui il sentiero semplice, scoprirai che viene influenzata la tua abilità di pensare positivo. “Dopo tutto, posso farlo; non è così complicato o difficile.” Se non

sono oppresso dal peso di pagare un esorbitante mutuo invece di uno più contenuto, perché non sto cercando il “migliore” o il “più sofisticato” (e lo stesso per comprare una macchina, l’arredamento, apparecchi e così via), allora posso

respirare più facilmente. Posso concentrarmi. Posso focalizzarmi. Ho più tempo ed energia per le cose importanti.

Con la semplicità, abbiamo la libertà di realizzare molto più di quanto avessimo mai potuto immaginare.

MOMENTI DI HALAKHÀ

TEFILLA' – PESUKEI DEZIMRA'

Nel momento in cui si recita Baruch sheamàr ci si alza, si prendono nella mano destra i due tzitzit anteriori e quando si conclude il brano, prima di lasciarli andare, li si bacia.

Mizmòr letodà si omette nei giorni seguenti: di Shabbàt, di yom tov, alla vigilia di Pésach (il 14 di Nissàn), nei giorni di mezza festa di Pésach e alla vigilia di Kippùr¹. Coloro che seguono il rito sefardita omettono Mizmòr letodà soltanto di Shabbàt e di yom tov².

Quando nel corso del brano Ashré yoshevé vetécha si recitano le parole *potéakh et yadécha umasbia lechòl chày ratzòn~Tu apri la Tua mano e sazi ogni essere vivente con benevolenza* occorre concentrarsi sul fatto che il Signore ha cura e provvede a ogni creatura. Chi avesse recitato questo versetto senza la dovuta attenzione deve ripetere tutto il brano con maggior concentrazione. Nella Mishnà Berurà è scritto che non è necessario ripartire dall’inizio ma che basta ripetere a partire da queste parole fino alla fine del brano³.

Disse Rabbi Eleazàr a nome di Rabbi Abinà: «*Chi recita (il salmo che inizia con) tehillà leDavid (Sai. 145) tre volte al giorno (in corrispondenza delle tre preghiere ; quotidiane) può essere sicuro di poter accedere al mondo futuro. Per quale motivo? Se dici (che ciò avviene) perché (il salmo) è redatto secondo l’ordine alfabetico, allora (considera che) il Salmo 119 contiene l’ordine alfabetico otto volte (per ogni lettera)! Se tu dici che il motivo è perché contiene la frase potéach et yadécha j umasbia lechòl chày ratzòn~Tu apri la Tua mano e sazi ogni essere vivente con benevolenza allora (considera che anche il salmo chiamato) Hallèl Hagadòl contiene ! la frase (Sai. 136, 25) notèn léchem lechòl basàr-fornisce cibo a ogni creatura. Qual’è allora il motivo? È il fatto che il Salmo 145 li contiene entrambi (in esso vi è l’ordine alfabetico e anche una lode alla Provvidenza che nutre ogni creatura.*

Tratto dal libro alachà illustrata tradotto dal dott. Moise Levi



COS'È LA GIOIÀ

Rabbi Nachman insegna: È un grande mitzvah essere sempre felici. Migliorati e rafforzati per allontanare ogni depressione e tristezza. Ognuno ha tanti problemi e la natura dell'uomo è quella di essere attirato dalla tristezza. Per uscire da queste difficoltà, porta costantemente gioia nella tua vita - anche se devi ricorrere alla stupidità (Likutey Moharan II,24).

Forse penserai che sentirti dire di essere felice sia superfluo. Chi non lo sa? È veramente necessario convincere, invitare e incoraggiare le persone ad essere felici? È un desiderio naturale, non una cosa su cui si debba lavorare. O forse lo è?

“La vera gioia è la cosa più difficile di tutte”, insiste Rabbi Nachman. *“Devi importi di essere felice continuamente”*. (Likutey Etzot, Consigli, Gioia 35).

La vita ci dà sicuramente molti motivi per essere preoccupati. Come farò a pagare la retta del debito? Cosa hai detto che è successo all'auto? Chi hai detto che porterai a cena?! E non stiamo neanche accennando ai problemi di salute. La lista è infinita. Le tue alternative sono: gioia o depressione.

La depressione, comunque, è il tuo peggior nemico.

Rabbi Nachman compara la depressione al morso di un serpente (Likutey Moharan I,189). Proprio come un serpente colpisce all'improvviso, lo stesso fa la depressione. Colpisce all'improvviso e ti ritrovi a chiederti come potrai mai essere felice di nuovo. Il mio Rosh Yeshivah, Rabbi Eliyahu Chaim Rosen, era solito dire, *“Le persone pensano che le difficoltà siano imprevedibili nella vita. Si sorprendono quando i problemi colpiscono e quando arriva la tristezza, e anche se una persona dovesse vivere mille anni, avrebbe comunque una lunga lista di problemi che lo attendono. Quando se ne va uno, sicuramente lo segue un altro. Questo è un assioma della vita.”*

È un circolo. Accade qualcosa all'improvviso e noi ci infastidiamo.

La crisi e la depressione, ancora leggeri, sono all'orizzonte.

Siamo già meno tolleranti rispetto a qualsiasi cosa accada dopo. Ovviamente, anticipiamo tutto quello che va male.

Ed è così! Allo stesso tempo, ci arrabbiamo, subiamo grandi fallimenti, diventiamo più depressi, e ci sentiamo più scoraggiati e apatici. Il serpente della depressione ha colpito e il suo veleno della depressione comincia a diffondersi senza che noi siamo realmente coscienti di cosa sia successo.

*Tratto da a tu per tu con
R. Nachman di Breslav*

MOMENTI DI HALAKHÀ

TALLIT

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

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

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

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

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

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

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

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

(alachot tratte da Alachà Brurà e Mishnà Brurà)

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT CHAYÈ SARÀ Sarà Imenu

La parashà di questa settimana inizia con la scomparsa della nostra madre Sarà. Moglie di Avraham, meritò di avere Itzchak come figlio, il secondo anello della catena della nostra nazione. In origine il suo nome era Sarai che significa *“la mia principessa”*, ma dal momento che non poteva avere figli, D-o disse ad Avraham di cambiare il suo nome in Sarà che significa *“principessa di tutti”*. Adesso che il suo nome conteneva la lettera *“hei”*, che secondo la kabalà simboleggia l’abilità di avere figli, poté avere un figlio.

I centoventisette anni della sua vita erano pieni di buone azioni. Incarnava le qualità della donna ebrea: tzniut, modestia, e dignità. È scritto (Chayè Sarà 23:2) che quando Sarà scomparve, Avraham Avinu la elogiò e pianse per lei. Ci potremmo chiedere: sicuramente è normale prima piangere e poi elogiare, perchè Avraham si comportò diversamente? La risposta è che, dal momento che Sarà Imenu rifiutava di stare sotto i riflettori, evitando sempre di ricevere attenzione e parlando con discrezione,

Avraham prima la elogiò spiegando a tutti la sua grandezza; solamente poi le persone apprezzarono completamente chi era stata in mezzo a loro e piansero per lei.

Quando i tre angeli andarono da Avraham a portargli la buona notizia che Sarà avrebbe partorito un figlio, chiesero ad Avraham: *“Dov’è Sarà tua moglie?”* Avraham rispose che era *“nella tenda”*, ovvero che si comportava con la modestia che ci si aspetta dalla donna ebrea, che riserva la sua femminilità per suo marito e non desidera essere lodata dagli altri. Il ruolo della donna ebrea è di essere il fondamento e la forza della casa, di occuparsi delle necessità del marito e dei figli. Le è attribuito il compito onnicomprensivo e dalle molte sfaccettature di operare dietro alle quinte. La qualità e il numero di piani di un edificio dipendono dalle fondamenta e dai pilastri di supporto. Le fondamenta e i pilastri di supporto sono invisibili all’occhio umano, ma definiscono le dimensioni, la forma e la solidità dell’edificio. Utilizzando i suoi talenti naturali, Sarà simboleggiava l’abilità di definire, nutrire e dare forma in modo discreto ai successi spirituali di Avraham Avinu.

Incarnava anche un altro ruolo della donna ebrea: l'aspirazione ad avere e crescere figli. Quando si rese conto di essere sterile, disse ad Avraham di prendere la sua serva Hagar in moglie, in modo che, in merito del fatto che avrebbe tollerato l'unione, avrebbe generato un figlio. Vedendo che Hagar era rimasta subito incinta, Sarà accusò Avraham di averla privata di ciò che era suo di diritto. Egli ave-

va pregato di avere un figlio solo per se stesso e non anche per lei. Impariamo così il profondo desiderio di Sarà di poter adempiere al suo ruolo di costruire le future generazioni.

Sarà Imenu definì il ruolo della donna ebrea: utilizzare la propria integrità e discrezione per delineare e nutrire i successi spirituali del marito e crescere la generazione seguente di bambini ebrei.

MOMENTI DI HALAKHÀ

DIVIETO DI CUCINARE DI SHABBAT

Ci sono vari livelli di cottura di un cibo riguardo il divieto di cucinare di shabbat.

Il primo è cotto un pò, ma non è arrivato nemmeno ad un terzo (c'è chi dice metà) della cottura completa, ossia prima del livello di *"ben dursai"* (spiegato nel secondo livello).

Il secondo livello è cotto come *"ben dursai"* ossia ad un terzo (c'è chi dice metà) della cottura completa ed è adatto per essere mangiato, anche se non pienamente.

Il terzo livello è cotto completamente ed è del tutto pronto per essere mangiato, tuttavia cuocendolo un altro po' questo si migliora. Questo grado è chiamato dai poskim *"miztamek ve tov lo"*, si stringe e si migliora.

Il quarto livello è anche cotto completamente ma cuocendolo ancora si rovinerebbe. Questo grado è chiamato dai poskim *"miztamek ve ra lo"*. Ora vedremo gli effetti nell'alachà di questi 4 livelli di cottura.

E' vietato durante shabbat continuare a cuocere in qualsiasi maniera un cibo cotto come *"ben dursai"*. Allo stesso modo è vietato rimetterlo sulla plata una volta tolto da essa, per esempio per versarne un pò perché così facendo si continuerebbe a cuocere.

Continua giovedì prossimo...

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHÀ CHAYÈ SARÀ

La puntualità nello Studio della Torà

Un Ba'al Teshuvà che studiava in una yeshivà nella città di Denver, nello Stato del Colorado in America, era noto per la sua puntualità e precisione nel rispettare gli orari del suo programma di studio quotidiano: ogni mattina arrivava puntuale alle 9:30, senza tardare mai neanche solo un minuto.

Una mattina lo studente ebbe però bisogno di recarsi dal dentista per una visita, ma, quando giunse nella sala d'attesa del medico posta al piano terra del palazzo, vi trovò tre donne sedute che attendevano il proprio turno. Avendo compreso che, se avesse dovuto attendere che il dentista finisse di visitare tutte e tre le pazienti, non avrebbe mai fatto in tempo ad arrivare alla yeshivà in tempo per l'inizio del proprio studio quotidiano, lo studente si avvicinò alle donne e chiese loro gentilmente di farlo passare avanti. Le pazienti acconsentirono, ed egli entrò quindi nella sala del medico al piano superiore.

Una volta allontanatosi dalla sala d'attesa si verificò un terribile incidente: un automobilista ubriaco perse il controllo del mezzo e si schiantò violentemente contro una delle pareti della sala d'attesa, piombando con tutto il veicolo nella stanza ed uccidendo sul colpo le tre donne che erano lì sedute. Il giovane studente, invece, si salvò miracolosamente essendo ormai entrato nella stanza del dentista al piano superiore, e ciò grazie al merito della sua puntualità nel rispettare l'orario di studio quotidiano nella yeshivà...

DERASHÀ DI SHABBAT

PARASHÀ CHAYÈ SARÀ

“Gli anni della vita di Sarah” (Bereshit 23, 1).

Rashì in loco spiega che gli anni della vita di Sarah erano stati tutti uguali per ciò che concerne la loro “bontà”. Tale spiegazione sembra apparentemente confliggere con gli eventi negativi che, nel corso della sua vita, Sarah era stata costretta ad affrontare: la maggior parte della sua esistenza, infatti, è trascorsa nella sofferenza per il desiderio di avere un figlio che purtroppo non arrivava a causa della sua sterilità, nelle angustie derivanti dalla carestia in cui si trovava la terra di Canaan e nel successivo vagabondare fuori da essa, nelle tribolazioni legate ai rapimenti posti in essere dal Faraone e da Avimelech, etc..

Com'è possibile, pertanto, affermare – al pari di quanto riportato nel commento di Rashì sopra menzionato – che gli anni della vita di Sarà erano stati tutti uguali per ciò che concerne la loro “bontà”?

Il Rabbino Yehudah Aryeh Leib Alter, vissuto a Gher (in Polonia) tra il 18° ed il 19° secolo ed autore del noto commento alla Torah intolato “Sfat Emet”, ha risposto a questo domanda spiegando che, in realtà, durante la propria vita la nostra matriarca Sarah aveva sempre accettato le sofferenze “con amore” nei confronti di Hashem, cosicché di fronte agli eventi negativi che la colpivano lei ripeteva sempre: “anche questo è per il bene”.

Per questa ragione Sarah fu in grado di benedire Hashem con gioia per gli eventi negativi così come Lo benediva di fronte alle occasioni positive, e, di conseguenza, non conobbe mai circostanze “brutte” nel corso della sua vita: come spiegato da Rashì, gli anni della sua vita sono stati quindi davvero tutti uguali per ciò che concerne la loro “bontà”.



MOMENTI
DI MUSÀR

L'IMPORTANZA DELLA PIOGGIA

Una persona affamata dichiarerebbe naturalmente la propria gratitudine nei confronti di qualcuno che gli desse persino un solo fico o un dattero per sostentarla, anche per un breve periodo di tempo soltanto. D'altra parte, una persona che riceve tutto il suo sostentamento da un'altra persona senza neanche doverlo chiedere, dimentica spesso di riconoscere la gentilezza del suo benefattore, proprio a causa della sua munificenza. Tuttavia, non c'è dubbio che la beneficenza del secondo è mille volte superiore a quella del primo.

Per quanto piccolo questo atto di gentilezza possa apparire ad occhi ordinari, i nostri Maestri, che riconoscevano i poteri di Dio, ne comprendevano l'enormità senza mai dimenticarla.

R. Yochanàn diceva: *“Tre chiavi sono nelle mani di Dio e non sono state date a messaggeri: la chiave della pioggia, la chiave del parto e la chiave della resurrezione dei morti. La pioggia è superiore alla re-*

surrezione dei morti, poiché la resurrezione dei morti riguarda gli uomini, mentre la pioggia riguarda sia l'uomo che gli animali. La resurrezione dei morti è per Israele, ma la pioggia è sia per Israele che per le nazioni del mondo”. Come attestano le seguenti citazioni dei Maestri: *“Tre cose si equivalgono: la terra, l'umanità e la pioggia. Senza terra, non c'è pioggia; senza pioggia, non c'è terra; senza entrambe, non c'è l'uomo”* (Bereshit Rabbà 13).

Il versetto in Levitico 26,4 afferma: *«E lo darò le vostre piogge nel loro tempo giusto».* R. Yochanàn diceva: Tre doni sono stati dati al mondo: la Torà, le luminarie del cielo e la pioggia. Ai tempi di Shim'òn ben Shetàch la pioggia scendeva il venerdì sera ed era così abbondante e benefica che il grano (i chicchi) erano fagioli (nelle dimensioni) e l'orzo era (delle dimensioni di) noccioli di olive. Li conservavano per generazioni, per mostrare che cosa può provocare il peccato (ovvero, non avere più queste piogge a causa dei nostri peccati) (Vayikrà Rabbà 35).

Il Talmùd di Ta'anit riporta parecchie affermazioni dei nostri Maestri che dimostrano l'enormità del dono della pioggia. Un giorno in cui cade la pioggia è grande quanto il giorno in cui è stata data la Torà.

MOMENTI DI HALAKHÀ

TAL UMATTAR

-Da Sheminì Atzèret a Pèsach, nella Amidà viene menzionata la rivelazione dei poteri di Dio attraverso la pioggia: *"Mashiv Aruach Umorid Agheshem - Che fa soffiare il vento e cadere la pioggia"*.

-Dal sette di cheshvàn, in Erez Israel, aggiungiamo una preghiera esplicita per la pioggia: *"Veten Tal Umattar - E dà rugiada e pioggia"*.

Perchè proprio il sette di cheshvàn? Poiché, come dicono i nostri Maestri, a partire da questa data gli ultimi ebrei di ritorno dal pellegrinaggio a Yerushalàyim per Sukkòt e Sheminì Atzèret avevano raggiunto l'Eufrate per raggiungere i villaggi più remoti.

-Fuori dalla Terra d'Israele, dove l'acqua è abbondante e c'è meno bisogno che piova precocemente, la preghiera per la pioggia inizia più tardi, ovvero sessanta giorni dopo la tekufàt tishrì.

-Questo calcolo non si basa su un giorno fisso del calendario lunare; nel calendario solare, cade il 5 dicembre negli anni regolari e il 6 dicembre negli anni bisestili, in cui il mese di febbraio ha ventinove giorni.

-Sebbene vi siano paesi in cui la pioggia è necessaria all'inizio dell'inverno, come in Israele, e terre in cui è necessaria anche dopo Pèsach, la preghiera per la pioggia si aggiunge soltanto a partire da una di queste due date, ovvero, il sette di cheshvàn o sessanta giorni dopo tekufàt tishrì, e si recita ovunque ovunque fino alla stessa data, la vigilia di Pèsach.

Continua domani...



MOMENTI
DI MUSÀR

L'IMPORTANZA DELLA PIOGGIA

A che cosa si può paragonare il dono della pioggia? A un padre che manda doni ai figli. Finché manda soltanto pochi regali e li manda con un messaggero, il messaggero dà ai figli soltanto quello che il padre gli ha detto di dare, ma non dà quello che non gli è stato detto di dare. Ma se il padre sceglie di dare loro un grande regalo, non lo invia con un messaggero, ma lo consegna di persona. Che cosa fa? Chiama i figli e apre la stanza del tesoro per dare a ognuno il proprio regalo. Ora che la stanza del tesoro è aperta, tutti vedono i tesori che vi sono conservati e li desiderano. In questo momento, i più saggi tra loro cercano un'opportunità per chiedere al padre ciò che desiderano, ed egli ha una disposizione cortese, poiché la stanza del tesoro è aperta e il momento è favorevole, un'ora di buona volontà.

Allo stesso modo, D_o compie tutti gli atti di gentilezza verso le sue creature tramite i suoi angeli, che compiono la sua missione senza aggiungere o sottrarre nulla. Per quanto riguarda la concessione della pioggia, tuttavia, i nostri Maestri

ci dicono che non viene compiuta tramite gli angeli, poiché questi potrebbero non essere clementi, trattenere le piogge, rendendo in tal modo il mondo desolato.

La chiave della pioggia, perciò, è nelle mani di Dio, che è prodigo nella sua bontà; quando dona la pioggia al mondo, la prende soltanto dalla sua stanza del tesoro. Non la concede perché è stata guadagnata, come ricompensa o per i nostri meriti, ma per la sua grazia, che è completamente buona. Quando questa stanza del tesoro è aperta, la stanza dove sono conservate grande bontà e abbondante misericordia, il momento è favorevole perché Israele chieda tutto il bene di cui le sue anime necessitano.

Tutto ciò di cui hanno bisogno è avere l'intenzione adeguata per chiedere a D_o di concedere la Torà ai loro cuori, come quando i loro antenati si trovavano davanti al monte Sinai. Egli esaudisce le loro richieste: rinnova la creazione, porta loro la salvezza eterna, perdona i loro peccati, benedice le monete che hanno in tasca, raduna gli esuli dai quattro angoli della terra, mette fine alle guerre. Si tratta di un momento davvero favorevole per tutti questi atti di grazia divina. Perché? Perché sono tutti conservati nella stanza del bene che D_o apre nel momento in cui cade la pioggia.

Le Scritture confermano tutto ciò, poiché il versetto (Devarim 28, 12) afferma: «*Possa Dio aprire per te il*

Suo tesoro di bene, i cieli, per darti la pioggia per la tua terra al tempo giusto». E non si pensi che la stanza del tesoro sia aperta soltanto per il dono. Da qui si capisce quanto sia grande la concessione della

pioggia, e quanto devote debbano essere le intenzioni di chi dice: *“Veten Tal Umattar Livrachà - Dà rugiada e la pioggia di benedizione!”.*

*(tratto da Sefer Atodàa
tradotto da Morashà)*

MOMENTI DI HALAKHÀ

TALLIT

...continua da ieri

- In tutti i luoghi dove la pioggia è necessaria in altri periodi, si possono osservare giorni di digiuno speciali, seguendo il particolare ordine di preghiere penitenziali per il dono della pioggia. Tuttavia, non si può deviare dalle modalità di preghiera stabilite per la pioggia che i Maestri hanno fissato nella 'Amidà.
- Se ci si dimentica di aggiungere la preghiera per la pioggia e ci si ricorda prima della fine della berakhà, bisogna aggiungerla nel punto in cui ci si è ricordati, per poi completare la berakhà.
- Se ci si ricorda dopo aver terminato la berakhà, bisogna includere la preghiera per la pioggia durante la berakhà di Shomea tefillà.
- Se ci si ricorda dell'omissione soltanto dopo questa berakhà ma prima di iniziare quella successiva, Retzè, bisogna inserirla in quel momento.
- Se invece ci si ricorda soltanto alla fine, prima di Yihyù leratzòn, bisogna tornare a Barèkh 'alènu e ricominciare da questo punto fino alla fine della 'Amidà; infine, se ci si ricorda soltanto dopo aver detto Yihyù leratzòn, bisogna ricominciare la Amidà da capo.
- Se la pioggia cade al tempo giusto, si dice la seguente berakhà: *“... Che è buono e concede il bene”.* Oggi, non tutti usano recitare questa berakhà, poiché non tutti riconoscono il bene portato dalla pioggia e sono in grado di recitare la berakhà con intenzione sentita.
- Chi è sensibile al bene pubblico quanto al proprio, è colmo di lodi e gratitudine verso D_o per questo atto generoso, il maggiore tra quelli che compie per l'umanità. I Maestri di un tempo celebravano come una festa il momento in cui iniziavano le piogge e recitavano questa berakhà con grande gioia, aggiungendo una grande varietà di lodi e di ringraziamenti.



IL GIOCATORE D'AZZARDO PERDE SEMPRE

A Rosh Hashanà, un decreto Celeste determina quanti guadagni e quante perdite ciascuna persona avrà nell'anno che viene. Per esempio, supponiamo che quest'anno un Tal dei Tali sia destinato a guadagnare 150.000 euro e a perderne 30.000.

Anche se il Tal dei Tali provasse tutti i trucchi del mondo e assumesse un esercito di esperti di statistica e di analisti di computer che gli consigliano come puntare le sue scommesse ai dadi, egli non riuscirebbe comunque a fare un soldo in più di ciò che gli è stato assegnato in Cielo. Tuttavia, se egli persevera nella preghiera, elargisce ingenti somme in beneficenza e si scomoda più del dovuto per aiutare coloro che sono in difficoltà e per istruire i figli alla Torà, allora potrà ricevere più della parte che gli spettava originariamente.

Tuttavia, fai attenzione: per causa del gioco d'azzardo, egli rischia di perdere più della sua perdita prestabilita, fino a tutti i suoi beni. Il giocatore d'azzardo Tal dei Tali mette in pericolo non solo la sua casa, tutti i suoi beni e tutto il suo denaro, ma rischia anche di cadere in un profondo precipizio di debiti che possono renderlo schiavo per tutto il resto della sua vita.

In un modo o nell'altro, il giocatore d'azzardo è un perdente; le sue vincite sono soldi maledetti ed egli comunque non guadagnerà un centesimo di più di ciò che era destinato a lui prima che iniziasse a giocare. D'altro canto, le sue perdite rischiano di essere illimitate. Allora, ne vale la pena?

È risaputo che i corvi sono animali crudeli; essi si preoccupano soltanto di sé stessi e non di nutrire i propri piccoli. La straordinaria attenzione che Hashèm ha per le nidiate di corvi è uno dei miracolosi fenomeni della Creazione (vedi Giobbe 38: 41, Salmi 147: 9, Midràsh Tanchumà, Ekev, b), senza la quale essi morirebbero di fame.

Hashèm non concede denaro a qualcuno perché ne faccia un uso esclusivamente proprio; piuttosto,

il denaro che gli viene assegnato include anche lo stipendio per le necessità della moglie e dei figli. Pertanto, la maggior parte dei soldi di una persona sono riservati per il sostentamento di coloro che dipendono da lui; se è single, guadagnerà probabilmente molto meno.

Il giocatore d'azzardo non ha alcun diritto di giocarsi il cibo destinato ai figli o i vestiti della moglie. Se lo facesse, egli sarebbe peggio di un corvo; il corvo non nutre i suoi piccoli, ma almeno non leva il cibo dalla sua nidia. Dal punto di vista spirituale, il giocatore d'azzardo sarà punito per il dolore e la sofferenza che ha recato ai suoi cari. Egli è quindi, nuovamente, un duplice perdente: in questo mondo e in quello futuro.

Il gioco d'azzardo è estremamente problematico dal punto di vista della moralità. Nella maggior parte dei casi, le vincite di una persona sono le perdite di un'altra. Non vi può essere nessuna benedizione nel denaro guadagnato a spese della sofferenza di un altro essere umano. Anche se un giocatore d'azzardo vince, come può godere dei soldi che erano destinati a diventare il cibo e i vestiti della famiglia di colui che ha perso?

Una persona che crede nell'Onnipotente evita di avere anche il minimo contatto con il gioco d'azzardo.

La voglia di giocare d'azzardo è radicata nel rifiuto di Hashèm; perciò, un giocatore d'azzardo che desidera uscire dal tunnel del gioco deve pregare Hashèm che gli faccia avere più emunà. Deve supplicare Hashèm che lo aiuti a convincersi che tutto il suo sostentamento e tutte le sue necessità vengono da Hashèm grazie alla sua straordinaria Provvidenza Divina. Il gioco d'azzardo, così come altri modi moralmente discutibili per fare soldi, arrugginisce persino i tubi più brillanti dell'abbondanza. Hashèm non ha bisogno dell'aiuto del giocatore d'azzardo per fornirgli il reddito annuale che gli spetta.



MOMENTI
DI MUSÀR

MESSILAT YESHARIM – IL SENTIERO DEI GIUSTI

Gli elementi della devozione

...Continua dallo scorso mese pag.52

Oltre a compiere il proprio servizio di D_o attraverso le Mitzvot che mette in pratica con questa intenzione (nella ricerca della santificazione del nome di Hashem. Vedi momenti di tishri), chi è così devoto certamente prova senza tregua un vero dolore per l'esilio e per la rovina del Tempio di Gerusalemme, perché queste disgrazie limitano, se così si può dire, la Gloria divina. Piuttosto, egli desidera la Redenzione, poiché a essa corrisponderà una esaltazione della gloria del Suo Nome benedetto. Ed è ciò che disse il Tana Devé Eliahu citato in precedenza *"desidera e prova dolore per l'onore di Gerusalemme"* e prega costantemente per la Redenzione degli Ebrei³³ e per la restituzione della gloria divina alla sua dimensione suprema. E se qualcuno dicesse: chi sono io e che importanza ho io, affinché io preghi per l'esilio e per Gerusalemme? È possibile che grazie alla mia preghiera si riuniscano gli esili e sorga la Redenzione? La risposta sta accanto a lui, come abbiamo nel talmud: *"Per questo motivo Adamo fu creato solo: affinché ognuno possa dire 'il mondo è stato creato unicamente per me'."* E il fatto che i Suoi figli chiedano e preghino per la Redenzione e per la ricostruzione di Gerusalem-

me è già una fonte di soddisfazione per il S. benedetto. E se pure la loro richiesta non venisse esaudita perché l'ora non è ancora giunta o per qualunque altro motivo, essi avranno comunque fatto la loro parte e Hashem ne è felice. Il profeta si indignava proprio per l'assenza di questo comportamento: *"E vide che non c'era nessuno e si stupì del fatto che nessuno intervenisse"*. E disse: *"E guardai: nessuno veniva in aiuto; e osservai allibito: nessuno veniva in sostegno"*. Ed è detto: *"Questa è Zion, nessuno la reclama", che i nostri Maestri di benedetta memoria hanno così commentato nel talmud: "Da qui si deduce che bisogna reclamarla"*. Ciò prova che siamo tenuti a farlo e il pretesto delle nostre poche forze non è sufficiente per astenerci, perché a questo riguardo abbiamo imparato nelle Massime dei Padri: *"Completare l'opera non è compito tuo, tuttavia non ti è permesso di sottrarti a essa"*. E anche il profeta disse: *"Di tutti i figli che ha partorito, nessuno si occupa di lei; e di tutti i figli che ha cresciuto, nessuno la aiuta"*. E disse anche: *"Ogni corpo è come l'erba e tutta la sua bontà è come la fioritura del campo"* e i Maestri commentarono dicendo che tutto il bene che costoro compiono è finalizzato al loro interesse, per il loro tornaconto personale, anziché anelare a questa intenzione ideale; e non cercano l'elevazione dell'onore del Popolo Ebraico né la sua Redenzione, eppure la gloria del S. non può propagarsi senza la Redenzione degli Ebrei e l'elevazione del loro onore, che sono veramente indissociabili l'uno dall'altro, come detto nel Tana Devé Eliahu citato in precedenza *"E sospira per l'onore del Santo, benedetto Egli sia, e per l'onore*

del Popolo d'Israel". Da qui impariamo che questo argomento richiede due considerazioni: la prima è che l'intenzione nel compimento di ogni Mitzvâ e in tutto il servizio di D_o deve essere rivolta a esaltare la gloria divina attraverso la soddisfazione che Gli recano le Sue creature. Inoltre, bisogna rammaricarsi e anelare a questa esaltazione della gloria divina, che si compirà in modo ideale attraverso l'elevazione dell'onore degli Ebrei e il loro benessere. Ma c'è una seconda [finalità] sostanziale nell'intenzione del devoto: il bene della propria generazione, poiché si addice a ogni devoto, in ognuno dei suoi atti, di pensare al bene di tutta la sua generazione, per aiutarla e per proteggerla. Come è scritto: *"Lodate il giusto perché è buono: poiché essi mangiano i frutti delle loro azioni"*, cioè tutta la generazione fruisce dei frutti [della devozione del giusto]. E riguardo al versetto *"Verificate se nel paese ci sono alberi"*, i Maestri di benedetta memoria dissero anche: *"Verificate se [nel paese] c'è qualcuno che difende la sua generazione come un albero"*.

E vedrai che questa è la volontà del S.: che gli Ebrei devoti procurino meriti ed espiazione agli altri Ebrei di ogni livello. Ed è ciò che dissero i Maestri riguardo al Lulav e alle sue specie: *"Che vengano questi e che essiino [le colpe] di questi altri"*, poiché Hashem, non desidera la scomparsa dei malvagi; anzi, è imposta ai devoti la Mitzvâ di darsi da fare per aiutarli e per condurli all'espiazione. E [il devoto] deve includere questi elementi nell'intenzione del suo servizio di D_o e anche concretamente nella sua preghiera, cioè deve pregare in favore della sua generazione

per procurare l'espiazione a chi ne ha bisogno, condurre alla Teshuvâ chi ne ha bisogno e prendere le difese di tutta la generazione. E riguardo al versetto: *"E io sono venuto a causa delle tue parole"*, già dissero i Maestri che l'angelo Gabriele non poté più uscire dall'interno della Cortina Celeste finché non prese le difese del Popolo d'Israel. E a Gedeone fu detto: *"Và con questa tua forza"*, perché aveva esposto i meriti del suo popolo. Difatti Hashem ama solamente chi ama gli Ebrei. E più un uomo accresce il suo amore per Israel, più D_o aumenta il Suo amore per lui. Questi sono i veri pastori del Popolo Ebraico, quelli che Hashem ama particolarmente; quelli che si dedicano al Suo gregge, cercano il suo bene e fanno di tutto per realizzarlo; quelli che nei momenti di crisi si alzano sempre a pregare per il popolo, affinché i decreti avversi siano cancellati e si aprano davanti a lui le porte della benedizione. A cosa ciò può essere paragonato? A un padre che si accorge che qualcuno nutre una amicizia fedele e sincera per suo figlio: egli amerà questa persona più di tutte le altre. La natura umana attesta questo fenomeno. Ed è a questo che ci si riferisce quando si parla dei casi in cui un il Sommo Sacerdote avrebbe dovuto chiedere clemenza per la sua generazione e non lo fece. E dissero anche: *"Un tale fu sbranato da un leone a tre leghe di distanza da Rabbi Yehoshua ben Levi; di conseguenza, il profeta Elia non gli parlò per tre giorni."* Quindi i devoti hanno l'obbligo di chiedere [il bene] della loro generazione e di darsi da fare per ottenerlo.

Anzarouth.com

RACCONTO DI SHABBAT

PARASHAT TOLEDOT

Itzchak Avinu

La parashà di questa settimana tratta di Yaakov Avinu (“nostro padre”) ed Esav, figli di Itzchak Avinu, a sua volta figlio di Avraham Avinu.

La Torà (Bereshit 17:16-17) afferma che D_o disse ad Avraham che sua moglie Sarà avrebbe partorito un figlio e sarebbe stata benedetta che in futuro nazioni e re sarebbero discesi da lei. Sentendo ciò e credendo alle parole di D_o, Avraham cadde con il viso a terra e rise di gioia. A Itzchak venne dato questo nome che significa, infatti, “egli riderà”.

Itzchak, il secondo dei nostri padri, incarna il timore di D_o. Questo suo tratto gli permise di elevarsi a un livello di totale sottomissione ad Hashem e alla Sua Torà. Itzchak raggiunse un livello di totale sottomissione ad Hashem quando offrì se stesso come offerta. I nostri Maestri ci insegnano (Avot 1:2) che il mondo dipende da tre elementi: la Torà, la avodà (il servizio ad Hashem) e la gentilezza. La Torà era rappresentata da Yaakov, il servizio a D_o da

Itzchak e la gentilezza da Avraham. Itzchak Avinu personificava sia l’atto di portare un’offerta al Bet Hamikdash, sia la preghiera che la sostituisce. Esemplificava il più alto livello di servizio e di abnegazione ad Hashem, non ribellandosi mai ad alcun comando di Hashem. (Il motivo per cui la preghiera è definita avodà è che l’essenza della tefillà è di mostrare la nostra dipendenza da D_o. Più una persona si rende dipendente da Hashem, comprendendo che non è possibile conseguire nulla da soli, più vicina è all’apice del livello dell’asservimento).

Com’è possibile conciliare “il timore di D_o” con “la gioia” entrambi simboleggiati da Itzchak? La risposta è che il vero timore di Hashem porta felicità. A differenza della paura in un altro essere umano, che porta una persona a distanziarsi da lui, il timore di D_o avvicina a Lui, rendendo una persona più credente e dipendente. Questa dipendenza porta felicità. Il timore di D_o permette a una persona di avere Qualcuno da cui dipendere e permette di vivere più a lungo. (Timore che non porta a dipendenza non è timore di D_o, ma di fattori

esterni. Fiducia che non è basata sul timore di D_o, ad esempio verso i genitori oppure il direttore della banca, non è vera fiducia e non può portare a vera gioia.)

Itzchak rappresentava il più alto livello di timore in D_o. Di conseguenza si generò in lui il più alto

livello di fiducia e felicità che rappresentavano la sua essenza.

Quando ci inchiniamo durante le preghiere (nella amidà), eseguiamo con timore di D_o; quando ci raddrizziamo, facciamo con speranza e fiducia, felici nel nostro servizio al Creatore.

MOMENTI DI HALAKHÀ

DIVIETO DI CUCINARE DI SHABBAT

...continua dallo scorso giovedì

E' permesso, invece, coprire con il coperchio un cibo cotto "miztamek veiafe lo" (vedi il significato nelle alachot dello scorso giovedì), anche se così facendo si aumenta la temperatura e si "stringe" la pietanza.

L'acqua fredda è vietato riscaldarla anche se è stata bollita prima di shabbat dal momento che ora si è fredda. Lo stesso vale se l'acqua è calda a tal punto che nel toccarla si tira indietro la mano (iad soledet circa 45 gradi) ma non è arrivata alla bollitura: in tal caso sarà vietato portarla alla bollitura perchè la consideriamo non cotta completamente ma cotta come "ben Dursai" e, come visto prima, è vietato portare un cibo da non cotto del tutto a cotto completamente.

È vietato mettere un cibo non cotto vicino ad una fonte di calore anche se si ha l'intenzione di toglierlo da lì prima che arrivi alla temperatura di "iad soledet", punto in cui inizia a cuocersi. Quindi è vietato mettere dell'acqua fredda o che si è raffreddata sulla plata anche se si ha l'intenzione di stiepidirla solamente, dal momento che, lasciandola lì, potrebbe arrivare alla temperatura di circa 45 gradi ed essere considerata cotta (ghezerat efsher, decreto rabbinico).

Tuttavia è permesso stiepidire dell'acqua o altri cibi mettendoli vicini ad una fonte di calore che in ogni caso non li porterebbe alla temperatura di circa 45 gradi ("iad soledet")

Continua giovedì prossimo...

Beth Midrash
(Casa di Studio)



Tempio Tripolino ^{ת"פ}
"Beth Ya'acov"
Via Pozzo Pantaleo, 46
(Zona Marconi)

Programma Settimanale delle Lezioni (mese di Cheshvan)

<u>Lunedì</u>		<u>Martedì</u>		<u>Mercoledì</u>	
17:15 - 18:15	Lezione di Torà per Bambini (Tefillà e Parashà), con Rav Amitai Sermoneta	19:00 - 20:00	Parashat HaShavua, con Devid Jonas	19:00 - 20:00	Musar ~ Etica ebraica (Orchot Tzaddiqim), con Giorgio Calò
19:00 - 20:00	Halachot della Tefillà e Musar, con Rav Amitai Sermoneta				
<u>Giovedì</u>		<u>Shabbat</u>		<u>Domenica</u>	
19:00 - 20:00	Talmud - trattato di Kiddushin in Chevruta, con Giorgio Calò	10:00 - 11:30	Talmud - trattato di Shabbat in Chevruta, con Giorgio Calò Halachot e Parashat HaShavua, con Devid Jonas		
		11:30 - 12:15	Lezione di Talmud per Ragazzi 13-16 anni (trattato di Shabbat), con Giorgio Calò		
		15:00 - 16:30	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 zt"l, HaRav Sion ben Ya'acov Burbea, Shimshon Giorgio ben Avraham Calò z"l, Moshè Marco ben Mazliach Zarfati z"l, HeReuven Giorgio ben Elisheva Moresco z"l, Rivkà Virginia bat Ya'acov Moscato z"l, Alfredo Yehudà ben Reuven Moresco

Email: hamefizitalia@gmail.com ☎ (Italia) 392 54 078 50 ☎ (Israël) 052 761 5969

Finito di stampare nel mese di Cheshvan 5780

Immaginazione grafica: Vittorio Nahum +39 3354250785 (whatsapp)

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. לְשֵׁם יְחִוּד
קוֹדֶשׁא בְּרִיךְ הוּא וּשְׁכִינְתָהּ בְּדַחֲלֵנוּ וְרַחֲמֵנוּ עַל יְדֵי הַהוּא טְמִיר
וְנַעֲלָם בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל.

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
 לְבִנֵי אָדָם אֵת יוֹם יְרוּשָׁלַם הָאֲמָרִים עָרוּ עָרוּ עַד הַיְסוּד בָּהּ: בַּת-
 בָּבֶל הַשְׁדֻדָה אֲשֶׁרִי שִׁישְׁלֶם-לָךְ אֶת-גְּמוּלָךְ שְׁגַמְלָתָ לָנוּ: אֲשֶׁרִי
 שִׁיאֲחִז וְנִפֵץ אֶת-עַלְלֶיךָ אֶל-הַסַּלַע:

SALMO 150

הִלְלוּ יְהוָה הִלְלוּ-אֵל בְּקֹדֶשׁ הִלְלוּהוּ בְּרִקִיעַ עֶזֶוּ: הִלְלוּהוּ בְּגִבּוֹרֹתָיו
 הִלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדֻלוֹ: הִלְלוּהוּ בְּתַקְעַ שׁוֹפָר הִלְלוּהוּ בְּנִבְלָ וְכִנּוֹר:
 הִלְלוּהוּ בְּתוֹף וּמְחוֹל הִלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעוּגָב: הִלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי-שִׁמְעַ
 הִלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה: כָּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה הִלְלוּיָהּ:

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

מִי יִתֵּן מִצִּיּוֹן יְשׁוּעַת יִשְׂרָאֵל בְּשׁוֹב יי שְׁבוּת עֲמוֹ יִגַּל יַעֲקֹב יִשְׁמַח
 יִשְׂרָאֵל: וְתִשׁוּעַת צְדִיקִים מִי מַעֲוָזָם בְּעַת צָרָה: נִינְעֹזְרָם יי וְנִפְלְטָם
 יִפְלְטָם מִרְשָׁעִים וְיוֹשִׁיעֵם כִּי-חָסוּ בוּ:

Infine si reciti la tefillà a pag. 55

יי צַרְפָּתָהּ: שֶׁלַח מֶלֶךְ וַתִּתְרָהּ מִשָּׁל עַמִּים וַיִּפְתַּחְהוּ: שָׁמוּ אֲדוֹן
 לְבֵיתוֹ וּמִשָּׁל בְּכָל-קְנִינֹו: לְאֶסֶר שָׁרֵיו בְּנִפְשׁוֹ וּזְקִנָיו יַחֲכִם: וַיָּבֵא
 יִשְׂרָאֵל מִצְרַיִם וַיַּעֲקֹב גַּר בְּאֶרֶץ-חָם: וַיִּפֹּר אֶת-עַמּוֹ מֵאֵד וַיַּעֲצֵמְהוּ
 מִצְרָיו: הִפְךָ לָבָם לְשׂוֹא עִמּוֹ לְהַתְנַפֵּל בְּעַבְדָיו: שֶׁלַח מֹשֶׁה עַבְדּוֹ
 אֶהְרֹן אֲשֶׁר בְּחַר-בוֹ: שָׁמוּ-בָם דְּבָרֵי אֱתוֹתָיו וּמִפְתִּים בְּאֶרֶץ חָם:
 שֶׁלַח חֲשֵׁן נִיחָשֵׁן וְלֹא-מְרוֹ אֶת-דְּבָרוֹ (קרי: דְּבָרוֹ): הִפְךָ אֶת-
 מִימֵיהֶם לְדָם וַיִּמַּת אֶת-דְּגָתָם: שָׁרַץ אֲרָצָם צַפְרָדַיִם בַּחֲדָרֵי
 מְלֻכֵיהֶם: אָמַר וַיָּבֵא עָרֹב כְּנִים בְּכָל-גְּבוּלָם: נָתַן גִּשְׁמֵיהֶם כְּרֹד אֵשׁ
 לְהַבּוֹת בְּאֲרָצָם: וַיֵּךְ גַּפְנָם וַתֵּאֱנַתָם וַיִּשְׁבֵּר עֵץ גְּבוּלָם: אָמַר וַיָּבֵא
 אַרְבֶּה וַיִּלֶק וַאִין מִסֹּפֶר: וַיֹּאכַל כָּל-עֵשֶׂב בְּאֲרָצָם וַיֹּאכַל פְּרִי אֲדָמָתָם:
 וַיֵּךְ כָּל-בְּכוֹר בְּאֲרָצָם רֵאשִׁית לְכָל-אוֹנָם: וַיּוֹצִיאֵם בְּכֶסֶף וְזָהָב וַאִין
 בְּשִׁבְטָיו כּוֹשֵׁל: שָׁמַח מִצְרַיִם בְּצֵאתָם כִּי-נִפְלַח פַּחַדָם עֲלֵיהֶם: פָּרַשׁ
 עַנְן לְמַסְךְ וְאֵשׁ לְהָאִיר לַיְלָה: שָׁאֵל וַיָּבֵא שָׁלוֹ וְלָחֵם שָׁמַיִם יִשְׁבִיעֵם:
 פָּתַח צוּר וַיַּזּוּבוּ מֵיָם הִלְכוּ בְּצִיּוֹת נֹהַר: כִּי-זָכַר אֶת-דְּבַר קִדְשׁוֹ אֶת-
 אֲבָרָהֶם עַבְדּוֹ: וַיּוֹצֵא עִמּוֹ בְּשִׁשּׁוֹן בְּרִנָּה אֶת-בְּחִירָיו: וַיִּתֵּן לָהֶם
 אֲרָצוֹת גּוֹזִים וַעֲמַל לְאֻמִּים יִירָשׁוּ: בְּעֵבוֹר יִשְׁמְרוּ חֻקָיו וְתוֹרָתוֹ יִנְצְרוּ
 הַלְלוּיָהּ:

SALMO 137

עַל נְהָרוֹת בְּכָל שָׁם יִשְׁבְּנוּ גַם-בְּכִינּוּ בְּזִכְרֵנוּ אֶת-צִיּוֹן: עַל-עַרְבִים
 בְּתוֹכָהּ תְּלִינּוּ כְּנֵרוֹתֵינוּ: כִּי שָׁם שְׁאַלּוּנוּ שׁוֹבֵינּוּ דְבָרֵי-שִׁיר וְתוֹלְלֵינוּ
 שִׁמְחָה שִׁירוּ לָנוּ מִשִׁיר צִיּוֹן: אֵיךְ נִשִּׁיר אֶת-שִׁיר- יי עַל אֲדָמַת
 נֹכַר: אִם-אֲשַׁכַּח יְרוּשָׁלַם תִּשְׁכַּח יְמִינִי: תִּדְבַּק-לְשׁוֹנִי לְחֹכֵי אִם-לֹא

וּבַחֲמַתְךָ נִבְהַלְנוּ: שֵׁת (קרי: שֵׁתָה) צוֹנְתֵינוּ לְנִגְדְךָ עֲלַמְנוּ לְמֵאוֹר
 פְּנִיךָ: כִּי כָל-זְמִינוּ פָנוּ בְעִבְרֹתֶיךָ כְּלִינוּ שְׁנִינוּ כְמוֹ-הֶגְהָ: יְמֵי-שְׁנוֹתֵינוּ
 בְּהֵם שְׁבָעִים שָׁנָה וְאִם בְּגִבּוֹרֹת שְׁמוֹנִים שָׁנָה וְרֵהָבִם עָמַל וְאָוֶן כִּי-גָזַ
 חֵישׁ וְנִעְפָּה: מִי-יִדְעַע עַז אַפְךָ וּכְיִרְאַתְךָ עִבְרֹתֶיךָ: לְמִנּוֹת זְמִינוּ כִּן
 הוֹדַע וְנָבֵא לְבָב חֲכָמָה: שׁוֹכֵה יי עַד-מָתִי וְהִנַּחֵם עַל-עֲבָדֶיךָ:
 שְׁבָעֵנוּ בַבֶּקֶר חֲסֵדֶךָ וּנְרַנְנָה וְנִשְׁמַחָה בְּכָל-זְמִינוּ: שְׁמַחְנוּ כִּימֹת
 עֲנִיתָנוּ שְׁנוֹת רְאִינוּ רַעְיָה: יִרְאַה אֶל-עֲבָדֶיךָ פִּעְלֶיךָ וְהַדְרִיךְ עַל-בְּנֵיהֶם:
 וַיְהִי נָעַם אֲד-נִי אֶל-יְנוּ עֲלִינוּ וּמַעֲשֵׂה דִינֵנוּ כּוֹנְנָה עֲלִינוּ וּמַעֲשֵׂה
 דִּינֵנוּ כּוֹנְנָהוּ:

SALMO 105

הוֹדוּ לִי 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 אֲבָרָהֶם עֲבָדוּ בְּנֵי יַעֲקֹב בְּחִירָיו: הוּא יי
 אֶל-יְנוּ בְּכָל-הָאָרֶץ מִשְׁפָּטָיו: זְכַר לְעוֹלָם בְּרִיתוֹ דָּבָר צְנִיָה לְאֶלְהֵ
 דוֹר: אֲשֶׁר פָּרַת אֶת-אֲבָרָהֶם וּשְׁבוּעָתוֹ לְיִשְׁחָק: נִיַּעֲמִידָה לְיַעֲקֹב לְחֹק
 לְיִשְׂרָאֵל בְּרִית עוֹלָם: לֵאמֹר לְךָ אֲתָן אֶת-אָרֶץ-כְּנָעַן חֶבְל נַחֲלַתְכֶם:
 בְּהִיוֹתָם מְתֵי מִסְפָּר כְּמַעַט 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 נִמְכָּר יוֹסֵף: עֲנוּ
 בְּכָל רַגְלֵי (קרי: רַגְלוֹ) בְּרָזַל בָּאָה נִפְשׁוֹ: עַד-עַתָּה בֹא-דְכְרוּ אֲמַרְת

לִמְנַצֵּחַ עַל-יְדִיתוֹן (קרי: יְדוּתוֹן) לְאֶסֶף מִזְמוֹר: קוֹלִי אֶל-אֵל-יָם
 וְאֶצְעָקָה קוֹלִי אֶל-אֵל-יָם וְהֶאֱזִין אֵלַי: בְּיוֹם צָרָתִי אֲדַגִּי דְרָשְׁתִּי יְדִי
 לְלִלָה נִגְרָה וְלֹא תִפּוֹג מֵאֲנָה הַנַּחֵם נַפְשִׁי: אֲזַכְּרָה אֵל-יָם וְאֶהְמִיָּה
 אֲשִׁיחָה וְתִתְעַטֵּף רוּחִי סֵלָה: אֲחֻזֶּת שְׁמֵרוֹת עֵינַי נִפְעַמְתִּי וְלֹא אֲדַבֵּר:
 חֲשַׁבְתִּי יָמִים מִקֶּדֶם שָׁנוֹת עוֹלָמִים: אֲזַכְּרָה נִגְיַנְתִּי בְלִילָה עִם-לִכְבִּי
 אֲשִׁיחָה וְיִחַפֵּשׁ רוּחִי: הֲלֵעוֹלָמִים יִזְנַח אֲדַגִּי וְלֹא-יִסִּיף לְרָצוֹת 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 בְכָל-פִּעֲלֶיךָ
 וּבְעֲלִילוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה: אֵל-יָם בְּקֹדֶשׁ דְּרָכֶךָ מִי-אֵל גָּדוֹל כְּאֵל-יָם:
 אַתָּה הָאֵל עֲשֵׂה פְלֶא הוֹדְעַת כְּעַמִּים עֲנֵךְ: גְּאֻלְתָּ בְזֵרוּעַ עַמְּךָ בְּגִי-
 יַעֲקֹב וַיֹּסֶף סֵלָה: רְאוּךָ מֵיָם אֵל-יָם רְאוּךָ מֵיָם יַחֲלִילוּ אֵף יִרְגְּזוּ
 תְהַמּוֹת: זִרְמוּ מֵיָם עֲבוֹת קוֹל נִתְנוּ שְׁחָקִים אֵף-חֲצָצִיךָ יִתְהַלְכוּ: קוֹל
 רַעֲמֶךָ בַּגִּלְגָל הָאִירוּ בְרָקִים תִּבַּל רְגֹזָה וַתִּרְעַשׂ הָאָרֶץ: בַּיָּם דְּרָכֶךָ
 וּשְׁבִילֶיךָ (קרי: וּשְׁבִילֶךָ) בְּמַיִם רַבִּים וְעַקְבוֹתֶיךָ לֹא נִדְעוּ: נַחֲתָה כְּצֹאן
 עַמְּךָ בְּיַד-מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן:

תִּפְלָה לְמֹשֶׁה אִישׁ-הָאֵל-יָם אֲדַגִּי מֵעוֹן אַתָּה הָיִיתָ לָנוּ בְּדֹר נֹדֵר:
 בְּטָרֶם הָרִים יִלְדוּ וּתְחוֹלַל אָרֶץ וּתְבַל וּמַעוֹלָם עַד-עוֹלָם אַתָּה אֵל:
 תִּשָּׁב אֲנוֹשׁ עַד-דִּכָּא וּתְאִמְרָ שׁוּבוּ בְּגִי-אֲדָם: כִּי אֵלֶךְ שָׁנִים בְּעֵינֶיךָ
 בְּיוֹם אֲתָמוֹל כִּי יַעֲבֹר וְאֲשִׁמוּרָה בְלִילָה: זְכַרְתָּם שָׁנָה יְהִיוּ בְּבִקְרָה
 כְּחֹצֵיר יַחֲלֹף: בְּבִקְרָה יִצִּיץ וְחֲלָף לְעָרֵב יְמוּלָל וַיִּבֶשׁ: כִּי-כָלִינוּ כְּאִפְּךָ

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

SALMO 59

לְמַנְצַח אֵל-תִּשְׁחַח לְדוֹד מִכְתָּם בְּשִׁלַּח שְׂאוֹל וַיִּשְׁמְרוּ אֶת-הַבַּיִת
 לְהַמִּיתוֹ: הֲצִילֵנִי מֵאֹיְבֵי אֵל-יָי מִמִּתְקוֹמָמִי תִשְׁגְּבֵנִי: הֲצִילֵנִי מִפְּעֻלֵי
 אָוֶן וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי: כִּי הִנֵּה אָרְבוּ לְנַפְשִׁי יְגוּרוּ עָלַי עֲזִים
 לֹא-פִשְׁעֵי וְלֹא-חַטָּאתַי יִי: בְּלִי-עֶזְרֵךְ וְרוֹצוֹן וַיִּכּוֹנְנוּ עוֹרְהָ לְקַרְאֵתִי
 וּרְאָה: וְאַתָּה יִי-אֵל-יָם צְבָאוֹת אֵל-יָי יִשְׂרָאֵל הַקִּיצָה לְפָקֹד כָּל-
 הַגּוֹיִם אֵל-תַּחֲזֵן כָּל-בְּגֵדֵי אָוֶן סִלָּה: יִשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כְּכֶלֶב וַיִּסּוּכְבוּ
 עִיר: הִנֵּה יִבְעִיעוֹן בְּפִיהֶם חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם כִּי-מִי שָׁמַע: וְאַתָּה
 יִי תִשְׁחַק-לָמוֹ תִלְעַג לְכָל-גּוֹיִם: עֲזוּ אֵלֶיךָ אֲשַׁמְרָה כִּי-אֵל-יָם
 מִשְׁגְּבֵי: אֵל-יָי חֲסִדוֹ (קרי: חֲסִדֵי) יְקַדְּמֵנִי אֵל-יָם יִרְאֵנִי בְּשִׁרְרֵי: אֵל-
 תִּהְרַגְם פֶּן-יִשְׁכַּחוּ עַמִּי הַנִּיעַמּוֹ בְּחִילֶיךָ וְהוֹרִידֵמוֹ מִגִּגְנוֹ אֶד-נִי:
 חַטָּאת-פִּימוֹ דַּבֵּר-שִׁפְתֵימוֹ וַיִּלְכְּדוּ בְּגֹאוֹנָם וּמֵאֲלָה וּמִפִּחַשׁ יִסְפְּרוּ:
 כֹּלָה בְּחִמָּה כֹּלָה וְאֵינָמוּ וַיִּדְעוּ כִּי-אֵל-יָם מִשָּׁל בְּיַעֲקֹב לְאַפְסֵי
 הָאָרֶץ סִלָּה: וַיִּשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כְּכֶלֶב וַיִּסּוּכְבוּ עִיר: הֵמָּה יִנוּעוּן (קרי:
 יִנְיָעוּן) לְאָכַל אִם-לֹא יִשְׁבְּעוּ וַיִּלְיָנוּ: וְאֵנִי אֲשִׁיר עֲזָךְ וְאֶרְנֵן לְבִקְר
 חֲסִדֶיךָ כִּי-הֵייתָ מִשְׁגֵּב לִי וּמְנוּס בַּיּוֹם צָר-לִי: עֲזֵי אֵלֶיךָ אֹמְרָה כִּי-
 אֵל-יָם מִשְׁגְּבֵי אֵל-יָי חֲסִדֵי:

לִמְנַצַּח מְזֻמּוֹר לַדָּוָד: אֲשֶׁרֵי מִשְׁפִּיל אֶל-דָּל בְּיוֹם רָעָה יִמְלֹטְהוּ
 יי : יי יִשְׁמְרֵהוּ וַיַּחֲיֵהוּ יֵאָשֶׁר (קרי: וְאֲשֶׁר) בְּאֶרֶץ וְאֶל-תַּתְּנֵהוּ
 בְּנֶפֶשׁ אִיְבּוֹ: יי יִסְעֲדֵנוּ עַל-עַרְשׂ דָּוִי כָּל-מִשְׁפָּכוּ הַפִּכֶת בְּחִלּוֹ:
 אֲנִי-אֲמַרְתִּי יי חַנּוּנֵי רַפְאָה נַפְשִׁי כִּי-חֻטְאתִי לָךְ: אוֹיְבֵי יֹאמְרוּ רַע
 לִי מְתֵי יָמוֹת וְאָבֵד שְׁמוֹ: וְאִם-כָּא לְרֵאוֹת שְׁוֹא יִדְבַר לְבוֹ יִקְבֹּץ-אֲנֹן
 לוֹ יֵצֵא לַחוּץ יִדְבַר: יַחַד עָלַי יִתְלַחְשׁוּ כָּל-שֹׁנְאָי עָלַי יַחֲשָׁבוּ רָעָה לִי:
 דָּבַר-בְּלִיעֵל יְצוּק בּוֹ וְאֲשֶׁר שָׁכַב לֹא-יֹוֹסִיף לְקוֹם: גַּם-אִישׁ שְׁלוֹמֵי
 אֲשֶׁר-בְּטַחְתִּי בּוֹ אוֹכֵל לֶחֶמִי הַגְּדִיל עָלַי עָקַב: וְאַתָּה יי חַנּוּנֵי
 וְהַקִּימֵנִי וְאֲשַׁלְּמָה לָּהֶם: בְּזֹאת יִדְעֵתִי כִּי-חַפְצָתְּ בִּי כִּי לֹא-יָרִיעַ אִיְבֵי
 עָלַי: וְאֲנִי בְּחַמִּי תִמְכַּתְּ בִּי וַתַּצִּיבֵנִי לְפָנֶיךָ לְעוֹלָם: בְּרוּךְ יי אֱלֹהֵי-י
 יִשְׂרָאֵל מִהָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם אָמֵן וְאָמֵן:

לִמְנַצַּח מִשְׁפִּיל לְבָנֵי-קָרַח: כָּאֵיל תַּעְרַג עַל-אֲפִיקֵי-מַיִם בֵּן נַפְשִׁי
 תַּעְרַג אֲלֶיךָ אֱלֹהֵי-יָם: צָמְאָה נַפְשִׁי לֹא-לַיִם לְאֵל חַי מְתֵי אָבוֹא
 וְאַרְאָה פְּנֵי אֱלֹהֵי-יָם: הֵיטָה-לִּי דַמְעָתִי לְחֶם יוֹמָם וְלַיְלָה בְּאָמֹר אֵלֵי
 כָּל-הַיּוֹם אֵיךָ אֱלֹהֵי-יָם: אֵלֶּה אֲזַכְּרֶה וְאֲשַׁפְּכָה עָלַי נַפְשִׁי כִּי אָעֵבֹר בַּסֶּךְ
 אֲדַדָּם עַד-בַּיִת אֱלֹהֵי-יָם בְּקוֹל-רִנָּה וְתוֹדָה הַמּוֹן חוֹגֵג: מֵה-תִּשְׁתַּחֲוִי
 נַפְשִׁי וְתַהַמִּי עָלַי הוֹחִילִי לֹא-לַיִם כִּי-עוֹד אוֹדְנוּ יִשׁוּעוֹת פְּנֵינוּ: אֱלֹהֵי-י
 עָלַי נַפְשִׁי תִשְׁתַּחֲוֶה עַל-כֵּן אֲזַכְּרֶךָ מֵאֶרֶץ יִרְדָּן וְחַרְמוֹנִים מִהַר מִצְעָר:
 תְּהוֹם-אֵל-תְּהוֹם קוֹרָא לְקוֹל צְנוּרֶיךָ כָּל-מִשְׁבְּרֶיךָ וְגִלְיֶךָ עָלַי עָבְרוּ:
 יוֹמָם יֵצְנֶה יי חֲסִדּוֹ וּבִלְיָלָה 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 מִנֶּת-חֲלָקִי וְכוֹסֵי אַתָּה תוֹמֵיךְ גּוֹרְלִי :
חֲבָלִים נִפְלוּ-לִי בִנְעָמִים אֶף-נִחַלְתָּ שְׁפָרָה עָלַי : אֲבַרְךָ אֶת- יי אֲשֶׁר
יַעֲצֵנִי אֶף-גִּילּוֹת יְסֻרוֹנֵי כָלִיּוֹתַי : שְׁוִיתִי יי לְנִגְדֵי תָמִיד כִּי מִימֵינִי
בַל-אָמוּט : לִכֵּן שָׁמַח לְבִי בַיְגָל כְּבוֹדֵי אֶף-בְּשָׂרִי יִשְׁפֹּן לְבָטָח : כִּי
לֹא-תַעֲזוֹב נַפְשִׁי לְשָׂאוֹל לֹא-תִתֵּן חֲסִידְךָ לְרֹאוֹת שְׂחַת : תוֹדִיעֵנִי אֲרַח
חַיִּים שְׁבַע שְׁמַחוֹת אֶת-פָּנֶיךָ נַעֲמוֹת בִּימֵינֶךָ נֶצַח :

לְדוֹד מִשְׁפִּיל אֲשָׁרֵי נְשׁוּי-פֶשַׁע כְּסוּי חֲטָאָה : אֲשָׁרֵי אָדָם לֹא יִחְשָׁב
יי לוֹ עוֹן וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָה : כִּי-הִחַרְשֵׁתִי בְלוֹ עֲצָמֵי בְשָׂאֲגַתִּי כָל-
הַיּוֹם : כִּי יוֹמָם וְלַיְלָה תִכְבַּד עָלַי יָדְךָ נִהַפֵּךְ לְשֵׁדִי בְּחַרְבֵי קִיץ סֵלָה :
חֲטָאתִי אֲדִיעֶךָ וְעוֹנֵי לֹא-כִסִּיתִי אֲמַרְתִּי אוֹדָה עָלַי פֶּשַׁעִי 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 תְּסוּבְּבֵנִי סֵלָה : אֲשָׁפִילְךָ וְאוֹרֶךְ בְּדַרְךָ-זוֹ תִלַּךְ אִיעֲצָה עָלֶיךָ
עֵינַי : אַל-תִּהְיֶה כְּסוּס כְּפָרָד אִין הִבִּין בְּמִתְג-נֶרְסָן עָדְיוֹ לְבָלוֹם בַּל
קָרַב אֱלֹהֶיךָ : רַבִּים מִכְּאוֹבִים לְרַשָּׁע וְהַבּוֹטָח בִּי חֶסֶד יְסוּבְּבוּ :
שְׂמַחוּ בִי וְגִילוּ צְדִיקִים וְהִרְגִינוּ כָּל-יִשְׂרָאֵל :