

# Pensieri

SCINTILLE

## di Yom Kippur

### AVER FIDUCIA

Una persona che fa teshuvà chiedendo perdono da Hakadosh Baruch Hu - deve aver fiducia in Lui, che con la Sua grande misericordia, appena gli si chiede perdono, immediatamente Egli accetta la richiesta.

Anche l'uomo deve imparare da D-o e perdonare subito coloro che gli hanno fatto del male.

*Tanya, igheret heteshuva cap.11*

### NON ACCAREZZARE LO YETZER HARÀ

Uno dei vecchi chassidim soleva dire: quando pronunciamo l'"ashamnu" e si batte sul petto si dovrebbe battere con un bastone... quando si batte con la mano lo Yetzer hara pensa che lo si stia accarezzando.

### UNO STRANO CANTO DI GIOIA

Il Baal Shem tov una volta, trascorse yom kippur in una comunità dov'era di passaggio. quando il chazan (l'ufficiante) arrivò alla lista dei peccati "al Chet", cominciò ad intonare una melodia allegra. Il Baal Shem Tov lo fu stupito e chiese al chazan il motivo di quello strano comportamento, e questi gli rispose: "Quando si ripulisce il palazzo reale, per poter accogliere il re, non lo si deve forse fare con gioia?!" Il Baal Shem Tov accolse soddisfatto le sue parole.

### TESHUVA - PASSATO PRESENTE E FUTURO

La teshuvà consiste nel:

- Riparare il presente;
- Pentirsi del passato;
- Accettare di migliorare in futuro.

Quando il presente è come si deve, allora si riesce a riparare le carenze del passato e a porsi dei limiti per il futuro.

In memoria di  
Shimon Kahlun z"l e  
Sultana Bublil z"l  
ת.נ.צ.ב.ה.

### EDITORIALE

#### Imaginate...

**Immaginate un vigile.** Che vi osserva mentre sfrecciate davanti a lui alla velocità di 200 chilometri orari. L'ebbrezza di una guida senza regole sulle note della vostra musica preferita. Interrotta da un rapido inseguimento. Immaginate l'espressione del vigile quando finalmente può porgervi la multa. La sua soddisfazione nel sentirvi inventare una scusa dopo l'altra ed essere in potere di non accettarne nemmeno una. Avete trasgredito il codice della strada. E ora ne pagate le conseguenze.

**Immaginate un professore.** Che vi osserva mentre tirate fuori dei bigliettini durante l'esame di maturità. La gioia di poter finalmente inserire qual-

che risposta nel foglio bianco davanti a voi. Interrotta da un rapido cenno. Immaginate l'espressione del professore quando può farvi capire che vi ha scoperto. La sua soddisfazione nel sentirvi inventare una scusa dopo l'altra ed essere in potere di non accettarne nemmeno una. Avete trasgredito le regole del ministero. E ora ne pagate le conseguenze.

**Immaginate un addetto ai controlli tributari.** Che vi osserva mentre fate uscire dal vostro negozio un cliente senza scontrino. La possibilità di un profitto non tassato e le immagini della prossima vacanza di lusso. Interrotte dall'esibizione di un tesserino. Immaginate la sua soddisfazione nel sentirvi inventare una scusa dopo l'altra ed essere in potere di non accettarne nemmeno una. Avete trasgredito le normative fiscali. E ora ne pagate le conseguenze.

**Immaginate D-o.** Che ci osserva durante la nostra vita quotidiana. Mentre mangiamo, parliamo, lavoriamo. L'abitudine di una vita senza regole, con giusto qualche traccia di Torà, sulle note del ritmo del mondo che ci circonda. Interrotta da un giorno all'anno. Yom Kippur. Immaginate la Sua espressione quando facciamo il resoconto delle nostre azioni, di ciò che abbiamo compiuto nei mesi passati. Immaginate la Sua possibile soddisfazione nel sentirci inventare una scusa dopo l'altra ed essere in potere di non accettarne nemmeno una. Abbiamo trasgredito le Sue leggi. Non abbiamo osservato la Torà. E ora dovremmo pagarne le conseguenze. Ora pensate alla realtà. In cui D-o ci concede di ricominciare



l'anno con una nuova patente, una nuova prova d'esame e una nuova fedina penale. Yom Kippur è la nostra chance di ricominciare da capo. Nonostante gli eccessi di velocità, nonostante le trasgressioni e le mancate dichiarazioni. Venticinque ore dell'anno che D-o ci concede per ascoltare il nostro pianto, le nostre scuse inventate, un po' arrampicate, forse anche ripetute. Immaginate come dovrebbe chiuderci le porte sentendo i nostri resoconti. E ora pensate alla realtà. in cui D-o quelle scuse le accetta. Quelle lacrime le raccoglie. Yom Kippur è qua. E con esso, D-o ci concede un'altra possibilità.

*Gmar chatimà tovà,  
Gheula Canarutto Nemni*

Orari di Yom Kippur (Sabato 8/10):



Roma: 18:24 19:22  
Milano: 18:35 19:36

In Memoria di Reizi Rodal ז"ל

## Vigilia di Yom Kippur

Al mattino presto si fanno le kapparòt (espiazioni) che fungono da espiazione simbolica dei nostri peccati. Si fa roteare un volatile, un pesce o dei soldi – che poi verranno devoluti in beneficenza - sulla propria testa per tre volte pronunciando ogni volta la seguente frase (sui soldi):

**Ze Chalifati, ze temurati, ze kaparati, ze hakesef yelech litzedakà vaani elech lechaim tovim aruchim uleshalom.**

È opportuno immergersi nelle acque del mikvè per essere spiritualmente pronti al giorno speciale di Kippur.

Alcuni hanno la consuetudine di chiedere un pezzo di dolce di miele a un amico come a scongiurare la povertà. Questo gesto simbolico è volto ad augurarsi di non trovarsi mai in situazioni tanto disperate da dover sollecitare sostegno materiale al prossimo.

Si consuma un pasto festivo al fine di manifestare la nostra fede nella grazia Divina. All'ora di pranzo, il pasto dev'essere abbondante mentre quello che precede immediatamente il digiuno sarà più leggero. Un'altra usanza da segnalare è quella della benedizione dei genitori ai figli accompagnata dalla Benedizione Sacerdotale -Birkàt Cohanim. Dopo minchà si recita al chet, la confessione dei peccati.

È usanza dare soldi in tzedakà con generosità poiché questa mitzvà protegge dai decreti negativi.

Si accendono le candele prima del tramonto.

Benedizioni sulle candele:

**1. Ba-ruch A-tah Ado-nai E-lo-hei-nu Me-lech Ha-olam Asher Ki-deshanu Be-mitzvo-tav Ve-tzvi-vanu Le-hadlik Ner Shel Shabat veshel Yom Hakipurim.**

**2. Ba-ruch A-tah Ado-nai E-lo-hei-nu Me-lech Ha-olam She-heche-ya-nu Ve-ki-yi-ma-nu Ve-hi-ghi-a-nu Liz-man Ha-ze**

Chi ha perso un caro accende un lume in questo momento e, in ogni caso, tutti accendono un lume in più. Le scarpe in pelle vanno tolte prima del tramonto.

Il digiuno inizia prima del tramonto e si apre con la preghiera di Kol Nidrà - Kol Hanedarim. La Torà ingiunge alle donne dai 12 anni in su e agli uomini a partire da 13 anni di non mangiare e bere a Yom-Kippur. Oltre a tutte le regole vigenti a Shabbàt, a Kippur è proibito lavarsi, spalmare creme e calzare scarpe in pelle. E' inoltre vietata l'intimità coniugale. In caso di seri problemi di salute è necessario consultare un rav prima del digiuno per sapere se è possibile o meno somministrarsi medicinali.

## Giorno di Yom Kippur

Molti hanno l'usanza di indossare vestiti bianchi poiché in questo giorno siamo paragonati agli angeli; vi è anche l'usanza di non indossare gioielli d'oro per non ricordare il peccato del vitello d'oro nel giorno del giudizio.

Yom Kippur, il giorno più santo e solenne del calendario ebraico e il giorno nel quale siamo più vicini al Signore, è un giorno dedicato alla preghiera e all'introspezione. Inizia alla sera con Kol Nidrei - Kol Hanedarim e arvit; prosegue poi al mattino con la preghiera di shachrit che include la lettura del Sefer Torà, Yizkor, Musaf e la Benedizione Sacerdotale. La tefillà pomeridiana di minchà include la lettura del Sefer Torà e della haftarà di Giona. La preghiera conclusiva è quella di Neillà (chiusura), quando le Porte del Cielo vengono chiuse, al termine della quale si suona lo Shofar. Dopo arvit e la recitazione della Havdalà si può rompere il digiuno. Appena finito Yom Kippur si usa già cominciare a costruire la Sukkà, per dimostrare l'apprezzamento delle Mitzvòt.

## L'ANGOLO DELL'HALACHÀ

### MEDICINALI DI YOM KIPUR

Di Yom kippur vige il divieto di mangiare e bere in maniera equa per tutti, uomini, donne e anziani. Tuttavia nel caso una persona avesse delle medicine importanti da prendere potrà chiedere il permesso da un rabbino di prenderle nel seguente modo.

Per gli alimenti la misura massima che un malato può mangiare è di 30 gr. circa (ovviamente nel caso di pericolo potrà mangiare tutto ciò di cui necessita).

Per le bevande la misura massima è 'Melò Lugmav' che significa una guancia piena. Siccome questa misura varia di persona a persona, questa dovrà essere misurata prima di Yom Kipur.

Se una persona beve o mangia una quantità che non supera le misure sopraccitate con intervalli superiori ai 9 minuti, non verrà considerato che egli ha rotto il digiuno.

Tuttavia prima di somministrare dei medicinali o degli alimenti per motivi salutari si dovrà ad ogni modo contattare il proprio rabbino che dia il proprio consenso.

Tutte queste regole sono valide unicamente per coloro che hanno una grande necessità, come anziani o malati, o donne in gravidanza che corrono un pericolo.

**SONO APERTE LE ISCRIZIONI  
PER I CORSI DI TORÀ E MISHNÀ.  
PER INFO: 329.80.44.073  
RAVRONNIE@GMAIL.COM**



## COME POSSO PERDONARLI?

**Domanda:** So che è necessario perdonare tutti prima di Yom Kippur, mi è anche stato detto che se io perdono gli altri, il Sign-re concederà il perdono a me. Tuttavia, ci sono alcune persone che non posso proprio perdonare. Ad esempio, non riesco a perdonare l'insegnante di quinta elementare che ha rovinato un anno intero della mia vita. Allo stesso modo, non posso perdonare mio zio per avermi maltrattato a parolemi facendomi sistematicamente sentire piccolo piccolo. Infine, ho difficoltà a perdonare perfino i miei genitori, nonostante li ami e li apprezzo molto, per alcune loro azioni. Questo potrebbe significare che il Sign-re non mi perdonerà?



**Risposta:** Hai sicuramente sentito la storiella della yiddish mamma che offre un piatto di broccoli al figlio; al 'bleah' del figlio, risponde: "lo mangerai e ti piacerà pure!".

Il figlio replica: "Ebbene, cara mamma, se proprio insisti, li mangerò ma per quanto tu possa insistere, i broccoli non mi piaceranno perché proprio non mi piacciono, mi dispiace ma non ci posso fare nulla".

La stessa cosa accade con il perdono. Si può



## YOM KIPPUR: UN'ESTASI MODERATA.

I Testi letti a Yom Kippur evocano il servizio del Cohèn Gadol-Sommo Sacerdote nel Beth Hamikdash-Tempio e si aprono con queste parole: "E D-o parlò a Mosè dopo la morte dei due figli di Aronne quando si avvicinarono a D-o e morirono". Qual è il nesso tra questo versetto con il nostro servizio personale in questa ricorrenza? Il tabernacolo era stato inaugurato con una Rivelazione divina alla quale assistette tutta la nazione. Il popolo emise un sospiro di sollievo collettivo poiché quella Rivelazione dimostrava che il Sig-re aveva perdonato tutti per il peccato del Vitello d'Oro. In quel momento storico i due figli di Aronne, Nadav e Avihu, due Giusti, furono colti da un'estasi divina che li spinse nel Kodesh Hakodashim-Sancta Sanctorum con un'offerta di incensi. A quel punto, le loro anime pure furono sature di divinità e, di conseguenza, si effusero per essere assorbite dal sacro fuoco.

## Una spiritualità concreta.

Cosa ci insegna questo episodio? Che le elevazioni spirituali sono esaltanti ma non fini a se stesse, non costituiscono lo scopo per il quale siamo stati creati. La nostra missione in Terra consiste nel far permeare di divinità il nostro ambiente materiale mediante le mitzvot, azioni che concretizzano le attività spirituali. Un'elevazione spirituale che non si materializza, seppur inebriante, rimane virtualmente inutile. L'obiettivo del giorno più solenne del calendario, nel quale siamo descritti come angeli tutti di bianco vestiti, è di apportare santità e di dare un senso alle attività quotidiane. Come penetrare nel Santo dei Santi a Yom Kippur? È interessante notare che, nella Torà, la Tefillà-preghiera è appena menzionata mentre un intero capitolo viene dedicato al procedimento della Avodà-Servizio nel Tempio che non è paragonabile a quello di nessun'altra festa a livello di lunghezza, di difficoltà e di dettagli. Il punto centrale faceva convergere gli elementi più sacri del tempo, dello spazio e dell'essere umano. Il Cohèn Gadol entrava nel Kodesh Hakodashim e vi pregava per il benessere dei fratelli e per assicurare loro la grazia divina. Oggi, privi di Bet-Hamikdash, la Avodà è sostituita da lunghe preghiere con le quali tentiamo di ricostituire, in termini spirituali, il servizio nel Tempio serbandolo la sincera speranza di ottenere la stessa misericordia procurataci a suo tempo da quelle celebrazioni.

## Un Tempio interiore.

Ogni ebreo è un Tempio potenziale per D-o e ogni individuo è il Cohèn Gadol che officia nel proprio Tempio interiore. Lo scopo del Giorno del Perdono è di accedere al Santo dei Santi del Tempio personale. Il Kodesh Hakodashim custodiva l'Arca d'Oro con le Tavole della Legge recanti i Dieci Comandamenti. Questi, essendovi incisi, erano parte integrante del minerale stesso delle Tavole. Durante l'anno ci connettiamo al Sig-re con le nostre facoltà esterne: il cuore e la mente, strumenti versatili come le parole scritte a mano con inchiostro su pergamena del Sefer Torà, inclini a sbiadirsi e persino a cancellarsi. Questa connessione esige un impegno costante. Ma a Yom Kippur, la camera più interna dell'essere, il Kodesh Hakodashim, la sua essenza, ovvero, la sua anima, si ricollega con Hashem senza sforzi poiché si tratta di una relazione naturale, automatica, intrinseca e solida quanto le Tavole della Legge. È lo stesso rapporto esistente tra le lettere scolpite nella pietra e la pietra stessa, che formano insieme una singola entità. Questa relazione è ciò che siamo veramente: "una parte di D-o stesso". In questo giorno unico ci viene data la possibilità di accedere a questo spazio che di norma è fuori dalla portata della nostra coscienza. Contemporaneamente, riattizziamo il nostro legame rammentandoGli altresì che esso fa parte di ciò che è Lui. Egli non può dimenticarci come noi non possiamo dimenticare Lui. Così D-o concede il perdono e ci registra nel Sefer Hachayim, il Libro della Vita e della prosperità. Durante l'anno, il Cohèn Gadol indossava un abito cucito con fili d'oro e ornato da pietre preziose; per contro, a Yom Kippur era vestito con un abito semplice e spoglio di umile lino bianco. Niente sfarzi. Ogni anno, non dobbiamo pensare che siamo sprovvisti di qualificazioni, di gesta straordinarie o di impressionanti conoscenze di Torà per essere degni di entrare nel Kodesh Hakodashim. Non occorrono sfarzi. Non serve altro che purezza di cuore e d'animo e il desiderio di ricominciare tutto da capo in modo corretto, voltando una nuova pagina.

(likutei sichot)

dire a una persona di frenare la propria lingua, di rinunciare a pareggiare i conti, di non pensare nemmeno a

pareggiare i conti e di fare il contrario di ciò che prova aiutando coloro che non si sono comportati bene con lei,

proprio come Yosef aiutò i suoi fratelli a stabilirsi in Egitto nonostante essi l'avessero venduto come schiavo.

Tuttavia non le si può dire, "questa persona ti deve piacere".

È questo il significato del perdono: non si fa nulla a causa del risentimento che si prova, non si dice nulla per esprimere il proprio rancore né si pensa al motivo del rancore. Quando il pensiero sale alla mente, lo si ignora, pensando a quante cose positive si hanno nella vita nonostante le varie sfide che ognuno incontra.

Ti svelerò un segreto: I sentimenti sono come le piante, se non le annaffi esse si avvizziranno fino a diventare polvere.

Allo stesso modo, per un periodo di tempo smetti di pensare a tutti i risentimenti che hai, anche a quelli giustificati, e un giorno ti sveglierai e scoprirai che quei sentimenti sono spariti.

*Rav Tzvi Freeman per gentile concessione di Chabad.org*



LA GHEULÁ

La teshuvà (ritorno a D-o-) che un ebreo fa di yom kippur, è dovuta alla rivelazione dell'essenza della propria anima dove non esiste il peccato. Di Yom kippur il mondo assaggia quel livello di purezza spirituale che raggiungerà il mondo dopo la venuta del Mashiach. In quei giorni non saremo capaci di peccare, poiché saremo in grado di vedere D-o nel mondo materiale.

## Yom Kippùr in prigione



**B**oris, 1,95 m, 120 kg di muscoli, sulla quarantina, stava in piedi di fronte a me e mi squadrava dall'alto in basso. Il viso, la corporatura e l'andatura di un assassino. Qualche anno fa trascorsi Yom Kippùr in una delle prigioni israeliane di cui sono il cappellano. Arrivai nel pomeriggio per verificare gli ultimi preparativi. Un'ora prima della festa, avevo fatto il giro delle celle per augurare ai detenuti un buon digiuno e un buon anno. È lì che incontrai una montagna umana, una massa di carne impressionante... – "Du Reids yiddish (parli yiddish?)" Mi chiese facendomi capire che non parlava molto bene l'ebraico – "Yo!" Risposi. Mi strinse la mano e gli diedi una pacca amichevole sulla spalla e gli sorrisi. Si ammansì un poco, con un abbozzo di sorriso sulle labbra. Informò i suoi compagni: "Er iz besseder, è dei nostri". In parole povere, benvenuto nel clan dei mafiosi... Sulla sua enorme spalla aveva un tatuaggio che raffigurava un vecchio ebreo dalla lunga barba bianca e con un cappello di pelliccia; con un ginocchio in terra, teneva in mano sopra la testa le due estremità di una spada, su un'estremità vi era incisa la stella di Davide. – "Perché ha quel tatuaggio?" Domandai. – "Sono ebreo, io! E voglio che lo sappiano tutti. Soprattutto quei perdenti dei russi, aggiunse mormorando. E sono un Cohèn, io!" Concluso con orgoglio. – "Ma, mi dica, cosa sa dell'ebraismo?" – "Niente di niente!" Scoppiò in una risata violenta che malcelava sofferenze, paure, ma anche ostinazione. Era palesemente fiero delle sue origini etniche. Durante il digiuno, gli domandai cosa faceva per mantenersi in Russia. Con tono distratto rispose: "A Ganev (il ladro)" – "Quanto tempo ha passato in prigione?" – "In tutto più di 27 anni, entrando e uscendo per periodi più o meno lunghi..." – "Come sono le prigioni in Russia? Ho sentito che sono particolarmente dure!" – "Le guardie sono diverse da quelle di qui, fece notare, scoppiando a ridere ancora una volta. Qui sono umane, lì non lo erano affatto!" –

"Come trascorreva il suo tempo?" – "Per anni dovevamo spaccare enormi blocchi di pietra, otto ore al giorno con strumenti molto pericolosi. Poi le guardie ce li facevano caricare sui camion e dai camion venivano buttati in mare! Tutto quel lavoro per niente! Lo scopo della prigionia era di schiacciarci il morale e basta! Niente altro!" – "Come consideravano gli ebrei?" – "Non li consideravano affatto", affermò fissandomi con sguardo macabro. "Sceglievano i più deboli." – "Chi?" – "I delinquentelli russi. Solo i più forti potevano sopravvivere in prigione soprattutto quando si trattava di ebrei". – "E lei come è sopravvissuto a tutti quegli anni nelle prigioni russe con quel tatuaggio?" Accennò un sorriso. Ma i suoi

**I prigionieri mi ascoltavano attentamente, alcuni – fra i più duri – quasi piangevano. Proseguii: "Vi è scritto: D-o desidera il cuore! Non solo la mente ma anche il cuore.**

occhi illustravano scene orribili. Ebbi un fremito. Era un ebreo, che si reputava completamente ignorante ma orgoglioso quanto basta per sfoggiare per così dire la sua carta d'identità sul braccio, con quell'immagine che poteva procurargli mille condanne a morte. – "Ha subito aggressioni?" – "Sì!" disse sollevando la sua maglietta e mostrandomi una lunga cicatrice sulla pancia. – "Cosa accadde?" – "Uno di fronte con una pala, l'altro alle spalle con un coltello..." – "E poi?" – "Quello che mi stava davanti lo uccisi. Poi svenni e mi risvegliai nell'infermeria".

Non smisi di pensare a Boris per tutto lo Yom Kippùr. Prima dell'ultima funzione come è d'uso, pronunciasti un discorso. Rammentai i soprannominati 'cantonisti', i bambini ebrei catturati durante le retate della polizia dello Zar Nicola per servire per ben venticinque anni nell'esercito russo. Si valuta che ce ne furono decine di migliaia. Molti di loro riuscirono a rimanere insieme, tentando ad ogni costo di ricordarsi della fede dei loro avi e delle loro pratiche religiose. Ciò causò spietate bastonate e alcuni

perirono a seguito delle gravi lesioni. Un giorno, prima di Kippùr un gruppo di rabbini si recò a San Pietroburgo per chiedere udienza presso lo Zar. A Yom Kippùr stesso si recarono in una sinagoga frequentata dai 'cantonisti'. Giunse il momento della Neillà, i rabbini chiesero se uno di loro sapesse condurre l'ufficio. Gli risposero "Abbiamo l'abitudine di affidare questo arduo compito ad uno di noi. Quest'uomo ha veramente santificato il nome di D-o, ha subito angherie e gravi sofferenze". L'uomo in questione si sbottonò la camicia: aveva la pelle coperta di ferite talmente era stato picchiato. Prostrati, i rabbini lo guardarono con pietà mista a rispetto. Prima di cominciare il Kaddish che apre la Neillà, il 'cantonista' pronunciò una richiesta che aveva lui stesso redatto: "Re dell'Universo! In questo momento tutto il popolo è al tuo cospetto; tutti gli ebrei ti implorano per ottenere soddisfazioni dai figli, per una buona salute e di che guadagnare da vivere degnamente. Noi, i 'cantonisti', cosa ti chiediamo? Forse soddisfazione dai figli? No! Non abbiamo potuto sposarci e non abbiamo avuto figli! Chiediamo forse lunga vita e buona salute? No! Perché le nostre non sono vere vite! Chiediamo soldi forse? No! Viviamo della pensione che ci versa l'esercito per i servizi prestati alla patria! Allora cosa vogliamo? Non vogliamo niente per noi stessi perciò chiediamo solo: Yitgadàl Veyitkadàsh Shemé Rabà- che il Grande Nome sia esaltato e santificato"

I prigionieri mi ascoltavano attentamente, alcuni – fra i più duri – quasi piangevano. Proseguii: "Vi è scritto: D-o desidera il cuore! Non solo la mente ma anche il cuore. Ritengo normale di chiedere a Boris di aprire l'Arca Santa che rimarrà aperta durante tutta la Neillà affinché le nostre preghiere si innalzino fino al Cielo". Tutti quanti annuirono col capo in segno di approvazione. Boris si diresse esitando verso l'Arca, tirò la tenda, ma l'espressione del viso manifestava esplicitamente che non capiva perché gli venisse dato questo onore...