

PENSIERI DI TORA'

Numero 330

In memoria di Reizi Rodal z"l

Quando l'Occidente credente negò l'esistenza di D-o

Di Gheula Canarutto Nemni

Fiat lux, e luce sia, ordinò D-o. La luce emerse, ridimensionando il buio. Ci sia una divisione tra il cielo e la terra, continuò D-o. E da allora i due si incontrarono solo all'orizzonte. Vi siano alberi, fiori, la luna, il sole, le stelle. Le foglie iniziarono a respirare l'ossigeno e a sintetizzare la luce per trasformarla nel proprio nutrimento. E poi arrivarono i pesci, i volatili, le pecore, i cavalli. L'uomo. E D-o disse ad Abramo

'questa terra la darò a te e ai tuoi discendenti' ed apparve a Isacco suo figlio, per ribadire la propria promessa. E Giacobbe scappò dal fratello Esaù. Durante la fuga si mise a dormire e D-o gli apparve in sogno **'darò la**

terra su cui sei sdraiato a te e ai tuoi discendenti'. E i discendenti di Abramo, Isacco e Giacobbe non smisero mai di studiare la Torà. E non smisero mai di credere nelle promesse che D-o, il Creatore del mondo, aveva fatto ai loro padri. E poi arrivarono degli uomini. Degli uomini che dicevano di essere persone di fede, credenti. Uomini che non si facevano smuovere dalle teorie sul big bang e i buchi neri. Persone che avrebbero cavalcato per migliaia di chilometri per liberare i propri luoghi sacri, per riportare la parola di D-o là dove

regnavano gli infedeli. Individui che avrebbero giurato di dire la libertà sul libro più letto e venduto del mondo. E si riunirono per decidere le sorti di un fazzoletto di terra in cui il clima non è dei più favorevoli.

Abbracciarono rappresentati del terrore mettendo da parte stragi, bambini sgozzati, dedicando le proprie energie a quei pochi chilometri quadrati quasi invisibili sul mappamondo, Ma non accantonarono solo i problemi dell'uomo. In questi ultimi anni in cui l'occidente si siede a tavolino per discutere la legalità e legittimità dello di Israele, in cui il rappresentante della cristianità abbraccia degli assassini, si sta mettendo in discussione

D-o. Perché se un individuo crede che sia stato D-o a generare la luce a soffiare dentro di lui l'anima stessa, se prega a D-o, quello stesso D-o che ha creato il mondo, se si crede nella veridicità della Bibbia e la si considera un libro sacro, non si potrà mettere in discussione la parola divina quando dichiara ad Abramo, Isacco, Giacobbe, Mosè, Isaia, che la terra appartiene al popolo ebraico. E chi mette in dubbio l'eternità di queste parole, nega la veridicità della Bibbia. E l'esistenza di D-o stesso.



Orari Accensione delle Candele

DELLO SHABAT

		★ ★
Milano	16:55	18:02
Roma	16:52	17:56
Torino	17:02	18:09
Verona	16:48	17:55
Venezia	16:43	17:50
Lugano	16:54	18:02
Tel Aviv	16:42	17:43

EDITORIALE

In memoria di Saul Attia ben Rachel z"l

Un uomo che ha dedicato la sua esistenza alla sua famiglia seguendo i suoi figli con amore, saggezza, forza e umiltà. Il tuo esempio rimarrà sempre nei nostri cuori, ti ricorderemo con tanto amore.

La tua famiglia

Come mai si usa cantare “Eshet Chayil” il Venerdì sera? Rav Yehuda Shurpin, chabad.org

Risposta: Il bellissimo canto “Eshet Chayil”, “Donna di Valore”, è un acrostico che si trova alla fine del libro dei Proverbi. Tradizionalmente lo si canta in molte case ebraiche il Venerdì sera prima del kiddush. Nonostante non l’abbia visto documentato, sembra che, come molti dei riti per il Venerdì sera, questa usanza abbia origine dai mistici di Safed, in particolare dagli allievi di Rav Isaac Luria, l’Arizal, come saluto alla Shechinà, la Presenza Divina, e alla Regina dello Shabbat. Sembra che il primo accenno a quest’uso si trovi nel siddur di Rav Yeshayah haLevi

Horowitz.

A livello basilare, cantare “Eshet Chayil” è diventato un modo di esprimere gratitudine alla donna di casa: qual momento è più adatto del Venerdì sera per cantare le lodi alla donna dopo che ha lavorato instancabilmente per far sì che la regina dello Shabbat venga accolta in modo regale? È noto che l’Arizal baciava le mani di sua madre il Venerdì sera; alcuni seguono quest’usanza tutt’oggi ed i bimbi baciano le mani della madre il Venerdì sera.

A chi si riferisce l’”Eshet Chayil”?

Alcuni dicono che è un inno a ogni donna lodevole. Secondo un Midrash, l’”Eshet Chayil” fu composto dal patriarca Avrahàm come elogio per sua moglie Sara e più tardi fu incluso nel libro di Proverbi. Secondo altri invece fu scritto dal Re Shlomò in onore di sua madre, la regina Batsheva, moglie del Re David.

Il Midrash Shocher Tov sui Proverbi spiega come i ventidue versi del canto corrispondano a diciannove grandi donne ebraiche, e delinea le lezioni che possiamo imparare da ognuna di loro.

Ci sono però anche motivi più profondi dietro l’Eshet Chayil, e lo si recita a prescindere dal proprio status di single o sposato.

Secondo Rav Yeshaya haLevi Horowitz (il Shalo), questo inno è una metafora della Shechinà. L’acrostico di ventidue versi che include tutto l’alef-bet, corrisponde ai ventidue canali mistici di benedizioni che si aprono di Shabbat.

Ciò rispecchia l’insegnamento dello Zohar che tutte le benedizioni per la settimana successiva vengono dallo Shabbat. Non è un caso quindi che in

Eshet Chayil si dica: “Ella si alza quando è notte; ella dà cibo alla sua famiglia e una quota assegnata alle sue ancelle”; infatti la benedizione di cibo per la famiglia viene dallo Shabbat.

Le 48 Corone della Torà

La parola chayil (חַיִל) ha il valore numerico di 48 (8+10+30=48), corrispondente alle 48 abitudini tramite cui viene acquisita la Torà. Pertanto, Eshet Chayil è una metafora della Torà, che è stata data di Shabbat.

La Regina Shabbat

I Kabbalisti spiegano che Venerdì sera è riferito alla regina, chiamata anche eshet chayil, pertanto si canta l’Eshet Chayil per dare il benvenuto alla regina Shabbat.

La Sposa Shabbat

Il Midrash racconta che ogni giorno della creazione è stato creato con un “compagno”. Domenica è stata accoppiata a Lunedì, Martedì con Mercoledì, Giovedì con Venerdì. Solo lo Shabbat è rimasto senza compagno. In risposta alla protesta dello Shabbat, D-o rispose che il popolo ebraico sarebbe diventato il compagno dello Shabbat. Pertanto cantiamo l’Eshet Chayil di Venerdì sera alla nostra “sposa” Shabbat.

L’Anima

Eshet Chayil si riferisce all’anima. Potrebbe essere una lode all’anima animale (precisamente l’anima intellettuale) tramite cui l’anima Divina serve D-o durante la settimana. Oppure lo si dice per lodare l’anima Divina che lascia il suo posto elevato in alto e scende in questo mondo fisico. Di Shabbat l’anima viene spiritualmente elevata e D-o, insieme agli spiriti celesti, canta le sue lodi: “Una donna di valore chi può trovare, poiché il suo prezzo è oltre le perle”.

Effettivamente tutte le spiegazioni menzionate sono collegate tra loro. Poiché è la donna nobile, più dell’uomo, che rende la casa una dimora spirituale, un posto di Torà, un posto dove le nostre anime possono prosperare, servendo D-o in tutto ciò che facciamo. Come dice il Midrash, come D-o ha dato la Torà agli ebrei tramite le ventidue lettere dell’alef-bet, così pure Egli loda la donna ebrea con ventidue lettere.

אשת
חַיִל

Domanda:
Come mai si usa
cantare “Eshet
Chayil” il
Venerdì

LA TAVOLA DI SHABBAT

La Paura e La Fiducia

Adattato da Likutei Sichot vol. 36-1, Parashat Shemot

“Moshè crebbe e uscì dai suoi fratelli... vide un egizio colpire un ebreo... abbatté l’egizio e lo nascose nella sabbia. Uscì il giorno successivo ed ecco che due ebrei litigavano; chiese al malvagio: ‘Perché colpisci il tuo prossimo?’ [Questi] disse: ‘Forse tu parli di uccidermi come hai ucciso l’egizio?’ Moshè ebbe paura e disse: ‘Allora la cosa è risaputa’. Il Faraone udì questa cosa e volle uccidere Moshè e Moshè fuggì...”. (Esodo 2:11-15)

Il commentatore Rashi si sofferma sulle parole “Moshè ebbe paura” e fornisce due spiegazioni, la prima secondo il significato letterale (Moshè ebbe paura perché si sapeva che aveva ucciso l’egizio) e la seconda basta sul Midrash: egli era preoccupato del fatto che ci fossero delle spie malvagie nel popolo d’Israèl e pensò “Forse questo significa che non meritano di essere liberati dall’esilio”. Rashi spiega il motivo per cui proprio in quel preciso verso è menzionata la paura di Moshè e porta un’ulteriore Midrash, a sostegno del primo, secondo cui il timore di Moshè non concerneva la sua propria sorte ma l’eventuale redenzione del popolo ebraico. Egli disse: “Adesso lo so; fino ad ora mi chiedevo quale colpa gli ebrei avessero commesso per essere sottomessi a un lavoro così duro”. Mosè quindi pensava che gli ebrei furono fatti schiavi in Egitto a causa della colpa di delazione.

In due altri passi della Torà vengono riportati due episodi in cui Yaakov e Moshè hanno paura,

nonostante la assicurazione di D-o che li avrebbe protetti (Genesi 32:8 e Esodo 3:12). Secondo alcuni commentatori, in questi passi Mosè e Giacobbe manifestarono la loro grandezza: non davano per scontata la promessa di D-o poiché pensavano di possedere una qualche colpa che li rendeva indegni della promessa. Altri invece ritengono che non bisogna prendere esempio da questi episodi poiché non c’è motivo di aver paura: “Il nostro cuore sia pronto e abbia fiducia in D-o” (Salmi 112:7).

Cosa c’è di sbagliato se si pensa di aver una qualche colpa che ci rende immeritevoli del sostegno Divino? Non è forse una qualità, indice di umiltà e della volontà di continuo perfezionamento del nostro servizio verso D-o?

In effetti, ci è stato comandato di aver fiducia in D-o, e questo non vuol dire credere nella possibilità che D-o ci prodighi il Suo bene e ci salvi dai pericoli ma avere la certezza che Egli lo faccia, ed esserne talmente persuasi da sentirsi totalmente sicuri e da non permettere ad alcuna preoccupazione di turbare i nostri animi, come scritto nell’opera di etica Chovot Halevavot.

Su quale base si fonda questa certezza? Se esiste l’eventualità che una promessa di D-o non si realizzi a causa di una qualche colpa, l’incertezza è fondata, poiché, com’è scritto, “Non esiste giusto sulla terra che non abbia delle manchevolezze” (Ecclesiaste 7:20). Si potrebbe rispondere che la fiducia si basa sul principio per cui tutto viene da D-o e non abbiamo nulla da temere, perché sarà il Sign-re ad aiutarci a superarla. Possiamo quindi avere totale fiducia in D-o anche sapendo di avere manchevolezze poiché, qualsiasi cosa accadrà, perfino una punizione, sarà per decisione del Sign-re e quindi per il nostro bene.

Shemot

שמות

Pensiero Positivo

Sono note le parole del Tzèmach Tzèdek, più volte citate dal Rebbe di Lubavitch: “Pensa bene e sarà bene”. Un pensiero positivo è la manifestazione della fiducia che apporterà un bene effettivo. L’uomo si rimette a D-o al punto di abbandonare il suo destino nelle Sue mani. La fiducia nell’Onnipotente implica un continuo lavoro con noi stessi che ci

porterà a ottenere il favore Divino, proporzionato alla misura del nostro sforzo. Sono la nostra assoluta sincerità e l’abbandono di ogni inquietudine a far sì che Egli ci prodighi il bene, anche se non lo meritiamo.

Possiamo adesso spiegare il significato del verso che riporta la paura di Moshè quando l’ebreo gli disse: “tu parli di uccidermi come hai ucciso l’egizio?” La Torà ci insegna che, se si soccombe a una prova, è per mancanza di fiducia. Infatti, subito dopo la paura di Moshè, la Torà riporta che “Il Faraone udì questa cosa e volle uccidere Moshè e Moshè fuggì”. Il timore di Moshè per la sua incolumità e la mancanza di fiducia nella protezione del Sign-re provocarono l’intervento del Faraone contro di lui ed egli fu costretto alla fuga. Se Mosè avesse avuto veramente fiducia in D-o senza preoccuparsi della situazione contingente, se non si fosse fermato a pensare che l’episodio sarebbe sicuramente arrivato alle orecchie del Faraone, tutta la vicenda sarebbe finita nell’oblio e ne avrebbe ricavato solo del bene visibile e rivelato. Come a proposito dell’uscita dall’Egitto è detto che gli ebrei furono liberati per merito della loro fede, per questo stesso merito noi saremo liberati da questo ultimo esilio. Grazie alla fiducia nel fatto che la salvezza è vicina, meriteremo di uscire definitivamente da questo esilio, presto.



La vita del Rambam

di Rav Gianfranco DiSegni, tratto da Alef Dac 28, Morasha.it

Cordova

a tradizione ci ha rimandato non solo il giorno, ma anche l'ora esatta in cui nacque Maimonide: Mosè, figlio di

Maimon, vide la luce a Cordova il sabato 14 di Nissan 4895 (30 marzo 1135), vigilia di Pesach, alle ore 13 e 20 minuti. Questo dettaglio ci dà un'idea della profonda impressione che Maimonide fece ai suoi contemporanei e alle generazioni successive.

Il padre di Mosè, Maimon, era Dayan (giudice del tribunale rabbinico) di Cordova, e anch'egli discendente da un'illustre famiglia di rabbini e giudici. La tradizione fa risalire la genealogia addirittura fino a Rabbi Yehudà ha-Nassi, il compilatore della Mishnà, ossia fino a circa mille anni prima. Maimon era un uomo dotto e di larghe vedute, talmudista ma anche astronomo e matematico. La città stessa, del resto, in cui nacque Maimonide era un luogo fuori dal comune. Cordova, nell'Andalusia, all'interno della Spagna meridionale, una città di origine cartaginese, è stata identificata da alcuni con la biblica città di Tarshish (vedi p. es. Giona 1, 3). Già fiorente centro commerciale e culturale sotto il dominio romano, durante il quale fu patria di Luciano e Seneca, divenne poi, nel periodo in cui fu sotto il dominio islamico (756-1236), la città più grande e probabilmente più ricca culturalmente d'Europa, con una popolazione (secondo gli storici arabi dell'epoca) di un milione di abitanti, con 260.000 edifici, inclusi 80.000 negozi, 3.000 moschee, bagni, palazzi e, soprattutto, con una biblioteca di ben 400.000 volumi. In questa città nacque Maimonide, e, soltanto dove anni prima, nacque il filosofo Averroè.

Nella casa di Rabbi Maimon, Mosè ricevette un'educazione conforme a quella che veniva data a quell'epoca in una famiglia ebrei colta della Spagna islamica. Se la Bibbia e il Talmud erano le opere predilette, non meno familiari erano, per il giovane Mosè, la matematica, la logica, la metafisica, la filologia, la scienza naturale e la medicina. Ma quando Mosè non aveva che tredici anni, la piena libertà religiosa e culturale che la Spagna islamica aveva accordato fino ad allora ai suoi cittadini fu abolita. Nel 1148 Cordova cadde nelle mani degli Almohadi (gli "Unitariani"), una setta musulmana rivoluzionaria e fanatica che scosse tutto il mondo islamico con il puritanesimo spinto all'eccesso, diffidente verso la cultura, nemica dell'arte e dei costumi ingentiliti, i quali erano per loro solo sinonimi di rilassatezza morale, e soprattutto intollerante verso le altre sette islamiche e le altre religioni. A cristiani e ad ebrei fu data l'alternativa tra la conversione all'Islam o l'emigrazione. Molti ebrei affrontarono il martirio altri finsero di accettare la fede dell'Islam, in attesa di tempi migliori, rimanendo tuttavia legati in privato ai riti ebraici, e altri ancora preferirono l'esilio.

La famiglia di Maimon temporeggiò, praticando l'ebraismo in privato, e comportandosi in pubblico in modo più possibilmente simile ai musulmani; è controversa la questione se essi fecero mai un atto formale di adesione all'Islam. Maimon andò errando con la sua famiglia da un posto all'altro in Spagna, e forse anche in Provenza, per circa dieci anni; in questo periodo, il giovane Mosè pose i fondamenti della sua vasta opera letteraria. Iniziò il commento alla Mishnà, e scrisse, su richiesta di un amico, un piccolo trattato sul Calendario ebraico e uno sulla Logica.

Fez

Quando la doppia vita si rivelò troppo fastidiosa e rischiosa per rimanere nella Spagna islamica, la famiglia s'insediò a Fez, in Marocco, nel 1160. Nonostante che anche Fez fosse sotto il dominio della setta degli Almohadi, la vita si prospettava presumibilmente migliore che a Cordova, poiché come stranieri potevano far passare inosservata la loro funzione. Non erano noti come ebrei, e con ogni probabilità erano considerati come musulmani provenienti da un altro paese. A Fez Mosè continuò i suoi studi rabbinici e filosofici, e approfondì molto quelli medici.

La comunità ebraica del Marocco si era, per la maggior parte, convertita, almeno formalmente, all'Islam, ma ciò era motivo di profondo turbamento per le coscienze: per questo Maimon e suo figlio Mosè furono stimolati a scrivere, rispettivamente, la Lettera di Consolazione e la Lettera sulla conversione forzata, nelle quali veniva mostrata una profonda comprensione delle motivazioni che avevano spinto gli ebrei all'apostasia. Maimonide critica duramente coloro che condannano gli ebrei che per salvare la loro vita si sono convertiti, ma la sua conclusione è che comunque un ebreo deve andar via da un luogo in cui non ha la libertà di osservare la propria legge. Questa famosa lettera fu scritta da Maimonide all'età di circa 25 anni, e con essa, per la prima volta, egli entrò nella vita pubblica, collocandosi immediatamente fra le più alte autorità ebraiche del tempo. E quando anche a Fez la vita per gli ebrei si fece insostenibile, Maimonide, con il padre e il resto della famiglia, emigrarono verso la Terra d'Israele.

Acco

Il 18 aprile 1165 la famiglia di Maimon salpò verso la Terra Santa; dopo un viaggio di un mese intero, e dopo essere scampati a una terribile tempesta approdarono ad Acco. Così Maimonide scrisse: "Il 3 di Sivan (16 maggio) arrivai sano e salvo ad Acco, e fui salvato così dall'apostasia". La Terra Santa si trovava allora in mani cristiane. Non vi erano più di mille famiglie ebraiche, sparse per tutto il paese in diverse città. La popolazione del paese, e in particolare gli ebrei, viveva tuttavia in uno stato di profonda depressione economica. La popolazione del paese, e in particolare gli ebrei, viveva tuttavia in uno stato di

profonda depressione economica. La comunità ebraica, povera di beni e di cultura, non poteva soddisfare i bisogni economici e intellettuali della famiglia di Maimonide, così che, dopo un viaggio a Gerusalemme e a Hebron in visita ai luoghi santi, essi lasciarono la Terra d'Israele, dopo soli sei mesi da quando vi erano arrivati, ed emigrarono nuovamente, questa volta verso l'Egitto.

Il Cairo

Dopo una breve sosta ad Alessandria, la famiglia si insediò a Fostat, la vecchia Cairo. In quel periodo, o poco prima, il padre di Maimonide morì. In Egitto gli ebrei erano relativamente numerosi e liberi di praticare la loro fede apertamente, formando una comunità, quanto ai propri affari interni, quasi del tutto autonoma. Ma dal punto di vista spirituale non mancavano i problemi: non c'erano uomini capaci di guidare e illuminare. Inoltre, la comunità era profondamente corrotta dalla scissione creata dai Caraiti, una setta ebraica di notevole influenza in Egitto, in quell'epoca, che cercava di conformare la propria vita in base alla lettera della Scrittura, e rifiutava quindi tutta la tradizione rabbinica. Si deve proprio a Maimonide se il Caraismo perse forza e fu praticamente sconfitto.

Maimonide arrivò al Cairo all'età di circa 30 anni, e una dozzina d'anni dopo era già divenuto il capo ufficiale della comunità ebraica di Fostat. Nel frattempo era perito, in un naufragio nell'Oceano Indiano, il fratello minore David, un prospero mercante di gioielli. Con David andò perduto tutto il capitale della famiglia, e Mosè ne divenne l'unico supporto economico; non poté rivolgersi alla pratica rabbinica, perché in quei tempi il rabbinato era concepito come un servizio pubblico che non offriva una remunerazione economica, e comunque Maimonide aveva sempre rifiutato di sostentarsi per mezzo della Torà. Pressato dalle necessità, trasse vantaggio dai suoi studi medici, e diventò medico praticante. La sua fama come medico si estese sempre più, tanto che fu nominato medico alla corte del Sultano Saladino, e i suoi servizi furono sollecitati persino, così si narra, da Riccardo Cuor-di-Leone.

Quelli furono gli anni più fruttuosi della vita di Maimonide. La sua prima moglie era morta in gioventù, e in Egitto si risposò ed ebbe un figlio, Abraham, anch'egli destinato a lasciare un segno nel mondo della cultura ebraica.

Come capo influente della comunità ebraica, insegnava in pubblico e aiutava la sua gente nei problemi personali e negli affari comuni. Intratteneva una fitta corrispondenza con quasi tutto il mondo ebraico d'allora, e divenne "assai grande in saggezza, dottrina e rango", "la luce dell'est e dell'ovest, maestro unico e meraviglia della generazione", come è descritto da autori dell'epoca.

In Egitto Maimonide portò a compimento le sue tre opere

maggiori: nel 1168 il Commento alla Mishnà, iniziato in gioventù in Spagna, nel 1180 il Mishnè Torà, il primo vero codice di leggi dall'epoca della Mishnà, e infine nel 1190 l'opera filosofica Guida degli smarriti. La fama di queste opere si diffuse rapidamente nel mondo ebraico; centinaia di amanuensi si misero all'opera per ricopiare i libri e soddisfare le richieste che provenivano da ogni terra abitata da ebrei. Il Commento e la Guida, che erano stati scritti da Maimonide in arabo, per permetterne una maggiore diffusione e comprensione, furono tradotti in ebraico durante la vita stessa di Maimonide.

Tuttavia, pur godendo di una così grande venerazione, Maimonide aveva anche rivali ed avversari, dai quali veniva criticato spesso duramente per non aver egli citato le fonti talmudiche delle norme raccolte nel Codice, o per aver introdotto idee filosofiche straniere e giudicate eretiche o quanto meno pericolose per la fede. In alcuni casi Maimonide accettò le critiche postegli, in particolare se in riferimento a specifiche norme del Codice, e ringraziava i suoi corrispondenti, pregandoli di continuare a esaminare attentamente la sua opera.

La Guida fu ultimata quando Maimonide aveva 55 anni, ed aveva dunque ancora 14 anni di vita davanti a sé. Ma la sua salute era ormai rovinata, e tutte le sue energie erano assorbite dalle sue occupazioni come capo della comunità e come medico di corte. Solo lo Shabbath egli aveva ancora qualche ora di tempo da dedicare agli studi e all'insegnamento.

Il 20 di Tevet (13 dicembre 1204), a 69 anni, Maimonide morì. A Fostat ebrei e musulmani lo piansero per tre giorni. In tutte le parti del mondo gli ebrei decretarono un pubblico lutto. A Gerusalemme fu indetto un digiuno generale. Fu sepolto nella Terra d'Israele a Tiberiade, dove la sua tomba ha attirato fino ad oggi un continuo flusso di pellegrini.

**LITOGRAFIA
TIPOGRAFIA
GRAFICA
PREZZI
IMBATTIBILI**

328 602 8886

327 870 48 91



Un Ambiente Scolastico Sano Di Di Shoshanah Shear, di Chabad.org

Lo scopo e la bellezza della terapia occupazionale sono spesso sconosciuti. Essa comporta prevenzione, promozione e riabilitazione di un individuo o di un gruppo, per assicurarne il rendimento ottimale. Nell'età evolutiva, la terapia occupazionale viene prescritta quando è necessario migliorare in un alunno la concentrazione e l'attenzione che non sono ottimali, causando difficoltà di apprendimento.

Essendo ebrei, prima di tutto dobbiamo esaminare ciò che è scritto nella Torà. Nel suo primo giorno di vita, fu detto ad Adamo ed Eva che c'è un tempo per tutto e un contesto per tutto. I primi uomini ignorarono le indicazioni del Sign-re e mangiarono il frutto dall'albero proibito anzitempo; se avessero aspettato anche solo poche ore, D-o avrebbe permesso loro di mangiare dall'Albero della Conoscenza e loro ne avrebbero imparato gli insegnamenti. Se avessero aspettato anche solo poche ore, sarebbero rimasti nel Giardino dell'Eden, l'ambiente ottimale per il loro apprendimento e la loro crescita. Nell'esatto istante in cui si fecero carico troppo presto della propria crescita evolutiva, caddero rovinosamente. In genere, "non si cammina prima di gattonare e non si gattona prima di sedersi". C'è una giusta successione di tappe e D-o le conosce al meglio, e la Torà è

il nostro elisir di lunga vita e il manuale per il nostro successo.

Maimonide, che era medico, dice in maniera molto esplicita che per quel che riguarda la salute, la miglior strategia è la prevenzione, e un ambiente appropriato può maggiormente portare a raggiungere il massimo del nostro potenziale. Come si applica tutto questo nella pratica all'apprendimento scolastico?

Anzitutto, quando D-o creò il primo uomo, infuse il Suo respiro vitale nelle narici di Adamo, e l'anima prese vita. Noi esseri umani abbiamo bisogno di aria, perfino la nostra anima ha bisogno di respirare! Nelle linee-guida generali per un ambiente sano, un elemento che viene sempre menzionato tra i primi è un'adeguata aerazione, seguito da luce naturale e spazio. Questi criteri dovrebbero essere adottati nelle scuole per delimitare le aule, ma anche per delimitare il locale adibito alla terapia occupazionale. Se la scuola non fornisce questa terapia in loco, quando ci si rivolge agli istituti specializzati bisogna sempre fare attenzione che il locale risponda a queste tre caratteristiche. Altri fattori fondamentali sono: una temperatura ideale, pulizia ed ordine, arredamento e organizzazione dello spazio adeguati. È necessario anche che non vi siano muffe o eccessiva umidità. I banchi non devono essere rotti e l'alunno deve poter stare

seduto in posizione comoda e sana e deve poter stare comodamente in piedi. Tutti questi elementi influenzano la

capacità di apprendimento e il modo di assimilare le informazioni, e sono da verificare prima ancora di rivolgersi a terapeuti specializzati in caso di difficoltà di apprendimento. Se la classe manca di ossigeno, luce naturale, non è pulita o è disordinata, l'alunno potrebbe non essere in grado di concentrarsi adeguatamente e di conseguenza non risponderebbe alle aspettative. Eventuali attività sportive, benché salutari, non bastano a controbilanciare queste carenze. Inoltre, alcune delle condizioni menzionate sopra (ad esempio assenza di muffe e umidità) valgono anche per palestre e luoghi sportivi. **Come dice Maimonide, le condizioni appropriate ad una vita sana fa parte del servizio di D-o**, e, attraverso queste, si promuove il livello ottimale di apprendimento.



La luce del frigorifero

Domanda:

Ho dimenticato di disattivare la lampadina del frigorifero prima di Shabbàt. Posso chiedere a un non ebreo di aprire la porta del frigo?

Risposta:

È permesso chiedere a un non ebreo di compiere un atto non legato a "un lavoro vietato di Shabbàt", fintanto che non si tratta dell'atto vietato in sé. Ciò vale anche se è ovvio che il lavoro vietato di Shabbàt verrà compiuto per forza di cose (Pesik reish).

Per questo motivo, se capita di dimenticare di spegnere la lampadina del frigorifero prima di Shabbàt, è consentito chiedere a un non ebreo di aprirlo in quanto non gli viene chiesto di accendere o spegnere la lampadina, bensì di aprire il frigorifero, di cui l'accensione della lampadina non è che un effetto.

Fonte: שולחן ערוך אדמו"ר הזקן סימן רנג סעיף י
Risposta di Rav Baruch Blizinsky (chabad.org.il).

SCINTILLE

Il Corpo tratto da "Il Cielo in Terra" della Mamash

Il digiuno e la punizione del corpo non sono più un cammino percorribile dalla nostra generazione, perché molti di noi sono già troppo deboli per indebolirsi ulteriormente; inoltre, la fiacchezza causata dalla fame interferisce con la possibilità di fare del bene nel mondo. Ma soprattutto perché è finalmente giunto il momento di condurre un'esistenza spirituale con il corpo, piuttosto che contro di esso.

Ricordati che non sei il corpo. Non sei neanche l'animale che gli pulsa dentro e che avanza con insistenza le proprie pretese. Tu sei un'anima divina. Non confondere la sofferenza e la lotta del corpo con la gioia e la purezza dell'anima.

Tu sei il padrone dell'animale dentro di te, non il suo schiavo. Solo perché brucia con grande intensità, non vuol dire che devi obbedirgli.

L'ANGOLO
DELL'
HALACHA'