

Orari Accensione delle Candele **ORARI DI SHABAT** * * 坎 Roma 16:36 17:37 Milano 16:40 17:44 Torino 16:47 17:50 Venezia 16:28 17:32 Verona 16:33 17:37 Venezia 16:37 17:40 Lugano 16:40 17:44 Tel Aviv 16:22 17:21

In Memoria di David Halfon Ben Viola

Z"I

ת.נ.צ.ב.ה.

Quando i terroristi insegnano.

DI Gheula Canarutto Nemni

Eravamo alla ricerca di effetti speciali, di emozioni senza precedenti, di ore straordinarie. Speravamo in una vita fatta di istanti unici, irripetibili.

Momenti silenti, passeggiate al parco, gite in bicicletta, panorami pastorali dalla finestra. giornate uguali a quelle passate, risate in cucina di fronte a un piatto di pasta, non appartenevano ai nostri sogni.

La monotonia era cosa dei nostri nonni, un'aspirazione per gli over 80.

Poi la nostra vita è cambiata.

Da un momento all'altro le cose scontate si sono trasformate in occasioni di festa.

La noia si è mutata in un dono senza precedenti. Attraversare la strada e arrivare incolumi sul marciapiede di fronte, un miracolo dichiarato.

Tornare da una gita, rientrare sani e salvi da una riunione di classe, un evento da celebrare.

I terroristi ridono di fronte alle vite spezzate, al timore delle persone ad uscire di casa. distribuiscono dolci e caramelle alla notizia delle stragi di innocenti.

Il male incalza intorno cercando di cambiare le nostre abitudini, i nostri pensieri, le nostre passeggiate in centro.

Non ci arrenderemo alle loro minacce, non permetteremo che tutto questo influisca sul nostro modo di vivere, tuonano i politici di turno al sicuro tra le loro guardie del corpo.

Invece sì, c'è una cosa in cui stiamo iniziando a cambiare. Ed è proprio grazie ai terroristi assassini che il cambiamento sta avvenendo.

Nulla è più così naturale, certo, scontato. Nessun passo è sicuro, statisticamente probabile, obiettivamente senza rischi.

I terroristi ci ricordano che esiste una serie minore di miracoli, quelli che ci fanno camminare, mangiare, gioire, correre, respirare.

Un insieme di eventi senza impatti fantastici sulla nostra vita di ogni giorno.

Momenti silenti, ripetitivi, senza nessun effetto speciale.

Prima del terrorismo scartavamo i regali di D-o quasi con non chalance, come se ci fossero forse dovuti.

Oggi abbiamo imparato che questo automatismo del ricevere in ogni secondo non è una garanzia abbinata alla nostra nascita. Ma un dono, un dono interminabile che D-o prolunga secondo per secondo.

Quando i maestri hanno composto questa preghiera: Ti ringraziamo D-o per la nostra vita che è nelle Tue mani, per le nostre anime che sono presso di Te in custodia, per i miracoli che fai per noi ogni giorno e per le meraviglie e gli atti di bontà che ci concedi in ogni momento, la sera, al mattino e al pomeriggio, avevano sicuramente in testa anche i nostri giorni.

Vediamo D-o come nostro padre? Chaya Sarah Silberberg Chabad.org

Secondo la tradizione
ebraica consideriamo D-o
nostro "Padre" che ama ognuno
di noi? Mentre preghiamo Lo
chiamiamo "Padre"? Ho un amico
che insiste che non è così e che

D-o è lontano da noi . Mi

potresti illuminare?

Risposta: La Torà è piena di esempi in cui Do o ci chiama i Suoi "figli", cominciando dalla prima volta che D-o mandò

Moshè dal Faraone: "E dirai al Faraone, 'così dice D-o, Israele è il Mio

figlio, il Mio primogenito'..." e continuando con l'affermazione "Voi siete figli del Sign-re vostro

D-o" e con il Salmo dove il Re David dice: "Egli, D-o, mi disse, 'tu sei Mio figlio, ti ho generato in questo giorno" e così via. Nell'amidà, che si recita tre volte al giorno, si dice, "Portaci a tornare, nostro padre, alla Tua Torà... perdonaci,

nostro Padre, poiché abbiamo peccato... Padre Misericordioso, abbi pietà di noi... benedicici nostro Padre... tutti come uno...". Una delle preghiere più belle che recitiamo ogni digiuno, di Rosh Hashanà, nei Dieci Giorni Penitenziali e a Kippùr consiste in una serie di

frasi che iniziano con le parole "Avinu Malkenu" ovvero "Il nostro Padre, il nostro Re".

In effetti uno dei principi fondamentali dell'Ebraismo è che nonostante D-o sia infinito e perfetto, ben oltre la comprensione umana, Egli scegli di essere "vicino" a noi. Per Lui è

importante ciò che facciamo, e aspetta che noi interagiamo con Lui osservando le mitzvot che ci ha dato. Questo principio è menzionato nella preghiera di Ashrei (Salmo 145) che diciamo tre volte al giorno: "D-o è vicino a tutti coloro che Lo chiamano, a tutti coloro che lo chiamano con verità".

Alla domanda "Dov'è D-o?" un famoso rabbino rispose "Ovunque Lo si inviti". D-o è nostro Padre, Egli ci ama ed è vicino a noi e possiamo accedere a questa vicinanza quando compiamo lo sforzo di avvicinarci a Lui.



Chayè Sarà חיי שרה

LA TAVOLA DI SHABAT

La Promessa Di Rabbi Lord Jonathan Sacks, chabad. org



a parashà di Chayè Sarà si concentra su due episodi, entrambi riportati in dettaglio: l'acquisto da parte

di Avrahàm della grotta di Machpelà come luogo di sepoltura per Sarà e la ricerca da parte del servo Elièzer di una moglie per Yitzchàk. Queste due vicende corrispondono a due promesse che Abramo ricevette precedentemente da parte di D-o, entrambe reiterate cinque volte nella Torà: la promessa della Terra, ossia del fatto che un giorno l'allora Terra di Canaan, in tutta la sua lunghezza e ampiezza, sarebbe diventata possedimento eterno dei discendenti di Abramo, e la promessa di avere effettivamente una discendenza, numerosa come i granelli di polvere della terra e come le stelle del cielo, che non si riescono a contare. Alla morte di Sarà però, episodio con cui si apre la nostra parashà, Avrahàm non possedeva nessuna terra e aveva un solo figlio che avrebbe portato avanti il Patto.

Due Vicende

Come reazione alla perdita della moglie Sarà, il patriarca prima di tutto si imbarca in una lunga trattativa con gli Ittiti per comprare un campo con una grotta in cui seppellirla. È una trattativa tesa e anche umiliante, poiché gli Ittiti non si dimostrano affatto corretti, dicono una cosa e ne pensano un'altra, fingendo di offrire il luogo di sepoltura come stratagemma per venderlo a caro prezzo. Alla fine, Abramo si aggiudica il terreno per la somma di 400 sicli; è il primo, seppur piccolo, appezzamento di terra che Avrahàm possiede nella terra promessa, ed è l'unica "percentuale" di promessa sulla terra che egli vedrà realizzata nel corso della sua vita. Conclusa la narrazione della vendita della grotta, la Torà apre il capitolo della ricerca di una moglie per il figlio Yitzchàk; si tratta di uno dei capitoli più lunghi di tutta la Torà, che si snoda in minuziosi dettagli riportati tre volte, scelta inusuale per la Torà, in genere concisa e avara di particolari. Secondo i maestri a questo punto Isacco ha 37 anni, e non è ancora sposato; non si può quindi esattamente parlare di "posterità" di Abramo. Anche la ricerca di una nuora

degna richiede astuzia e denaro; il servo Elièzer prega e riesce a trovare Rivkà, la ragazza adatta, ma per estrapolarla dalla famiglia deve donare regali preziosi, a lei e ai suoi famigliari. Anche in questo caso il padre della ragazza, L a b a n o , s i m o s t r a accondiscendente e falsamente generoso solo al fine di estorcere un proficuo "affare". Alla fine Rivkà lascia la sua famiglia e viene celebrato il matrimonio. Queste nozze

sono la garanzia che il Patto verrà portato avanti.

La Forza dell'Azione

Questi capitoli non sono semplici narrazioni di episodi minori ma sono narrazioni di una vicenda complicata. Avrahàm possiederà sì una terra e discendenti numerosi da non poterli contare, ma nessuna di queste promesse si realizzerà immediatamente e nemmeno molto presto, non si realizzeranno senza ostacoli (a volte apparentemente insuperabili) né scossoni, e soprattutto non senza lo sforzo dell'uomo. Al contrario, soltanto la forza della volontà permetterà ad esse di compiersi. Le promesse non sono l'asserzione che D-o farà; sembrano più una richiesta, un invito all'uomo ad agire. D-o poi aiuterà e il risultato sarà conforme alla parola divina. Quattromila anni dopo, la Terra e i figli continuano a essere la principale preoccupazione degli ebrei, ovunque si trovino: la sicurezza e il futuro di Israele come nostra dimora e il futuro del popolo ebraico. Le speranze e i timori di Abramo sono i nostri. Pur essendo il futuro nelle mani di D-o, la promessa, oggi come allora, non significa da parte nostra assistere passivamente agli eventi. Tutto il Libro della Genesi, il primo libro della Torà, con cui comincia la storia di tutta l'umanità e del popolo ebraico, vede i nostri antenati impegnati in iniziative e atti coraggiosi, senza che si tirino mai indietro. Il futuro accadrà, ma siamo noi che, con la fede, l'ispirazione e la forza della promessa, lo dobbiamo portare a compimento.

La metamorfosi di un avversario



n tutti i Baté Midrash di Vilna, la presenza di ebrei stranieri non era inconsueta.

Alcuni erano semplici mendicanti, altri erano poco abbienti che venivano per raccogliere un po' di denaro per la dote della figlia. Altri erano studiosi che si sottomettevano volontariamente a periodi di "esilio" allo scopo di purificare corpo e anima. Ma lo straniero che entrò quel giorno in una delle sinagoghe non sembrava rientrare in nessuna di queste categorie. Di primo acchito, l'occhio allenato dello shamash poteva individuare e catalogare ogni ospite fino a definire la sua categoria professionale. Questi sembrava uomo di medie condizioni, forse un commerciante. Il viandante si diresse verse un banco, aprì una ghemarà e si mise a studiare cantilenando. Due ore passarono così. Si alzò, si lavò le mani e si sedette per mangiare. Quando ebbe finito, lo shamash lo accolse con un "shalom alechem" e gli domandò se doveva prenotargli un posto in un ostello o da un privato. L'uomo rispose che non aveva bisogno di nulla. Verso sera, i fedeli cominciarono ad affluire per la preghiera di Minchà, fra questi c'era un uomo ricco al quale lo shamash inviava sempre gente da ospitare. Ma questa volta l'unico straniero presente rifiutava l'ospitalità.

Solo per il pasto. Il ricco commerciante decise di fare l'invito di persona. Ma lo straniero rifiutò. L'uomo non mollò e insistette ripetutamente e alla fine avanzò che non poteva privarlo della mitzvà dell'ospitalità. Lo straniero accettò con un compromesso: sarebbe venuto per i tre pasti ma avrebbe pernottato al Bet Hamidrash. Durante i pasti i due uomini si scambiarono idee e parlarono a lungo in conversazioni interessanti ed erudite. Ma ad un tratto l'ospite sembrava essere invaso da un attacco di malinconia lasciando emettere un sospiro. Il viandante, per rispetto, non fece commenti. Quando lo shabbàt finì, l'uomo insistette affinché rimanesse per melavé malka. L'ospite accettò, ma anche questa volta, ad un certo punto l'uomo non riuscì a nascondere la sua tristezza. Alche l'ospite non si trattenne più e osò interrogarlo sulla ragione di tanto sconforto.

Il suggerimento. Il signore spiegò che a seguito di un'odiosa calunnia, lui e il suo socio erano stati accusati di un crimine che non avevano mai commesso. Nonostante la loro innocenza, un giudice che nutriva poca simpatia per gli ebrei aveva emesso il verdetto condannandoli alla prigione e ad una multa molto salata. A questo punto lo straniero disse che era un chassìd, discepolo del celebre rabbi Shneur Zalman e che stava facendo proprio la sua visita annuale a Liozna dove viveva allora il Rabbi.

"Se vuole ascoltarmi, sarebbe una buona idea recarsi dal Rebbe per chiedergli consiglio e benedizione. Sono sicuro che vi potrà aiutare."

"Non vedo come, rispose l'uomo. Ma proporrò la cosa al mio socio. Se è d'accordo, andremo tutti e due dal Rebbe."

L'indomani il chassìd prese congedo per Liozna. E il ricco commerciante andò a trovare il socio

A quei tempi il chassidismo non godeva di buona fama e i chassidìm erano guardati con diffidenza. E considerati gente poco seria e poco studiosa. Il socio non aveva voglia di farsi considerare un chassid. Così propose di consultare prima il capo della comunità, rav Meir Rafaels le cui conoscenze e saggezza erano cosa nota. Questi tentò di aiutarli ma non ci riuscì. Alche i due soci gli domandarono se approvava la loro visita al rabbi di Liozna. Rabbi Rafaels non solo non era un chassìd, ma in più era a capo degli oppositori al movimento chassidico. Ma stranamente, affermò che non sarebbe stata una cattiva idea. Dopotutto cos'avevano da perdere? I due soci ignoravano che rav Rafaels era stato lo strumento del rebbe che servì a salvare una donna agunà. Da quel giorno Rav Rafaels si era ricreduto ma non al punto di diventare un chassid.

Partirono per Liozna. Il rabbi Shenur Zalman li ricevette e gli spiegarono la situazione disperata

nella quale si trovavano. Egli ripose: "Vedo che siete persone istruite. Potete dirmi cosa significano le parole dei nostri saggi: 'Il regno terrestre

è simile a quello celeste? ' in quale modo il regno di un re umano può essere paragonato a quello del Re dei re, l'Unico, benedetto Egli Sia?" Si guardarono attoniti senza poter fornir risposta.

"Ve lo dico io, disse il Rebbe. Quando il Signore parlò per la prima volta a Mosè e gli ingiunse di portare ai figli di Israele la notizia che il D-o dei loro padri li avrebbe presto liberati dal gioco egizio, Mosè gli porse questa domanda: "E se mi chiedono: qual è il Suo nome? Cosa riponderò loro?" E D-o disse che il Suo nome era un mistero, che la Sua presenza era visibile in tutto il mondo ma che il Suo nome non doveva mai essere pronunciato. Non è con il Suo nome ma tramite le Sue opere che D-o doveva essere riconosciuto. Non possiamo parlare che di "Maestà divina". Un re umano, sebbene ce ne sia uno, non viene mai chiamato col suo nome, ma "Sua Maestà" o "Sua maestà imperiale". E benché i sudditi non conoscano personalmente il re e non possono neanche chiamarlo col suo nome, si sottomettono al suo potere con rispetto, amore e dedizione. Affidatevi a D-o con la certezza che vi aiuterà."

I due soci se ne andarono delusi. Che cosa c'entravano quelle parole di Torà con la loro situazione? Una volta a Vilna andarono da rav Rafaels per riportargli l'incontro. Il rav ripose con un'alzata di spalle.

E penso fra sé e sé: "Forse mi sono sbagliato?"

Il giorno del processo arrivò. I due soci si recarono a San Pietroburgo, la capitale. Gli avvocati non nutrivano grandi speranze. Tutt'al più avrebbero ottenuto una riduzione della pena. Tuttavia, uno di essi suggerì di incontrare, prima della data del processo, il ministro della giustizia e di chiedregli aiuto.

Incontro col ministro. informarono e appresero che quel ministro soleva passeggiare nel parco ogni mattina prima di raggiungere il suo ministero. Si recarono di buon'ora e lo aspettarono. Ma quel giorno, il ministro non sentendosi troppo bene rinunciò alla sua passeggiatina mattutina. E succedette pure che quel giorno il ministro dell'educazione che a volte pure lui camminava nel parco, fece la stessa strada del suo collega. I due soci non potevano saperlo. Si avvicinarono al ministro e si presentarono con il loro increscioso problema. "Signori voi vi sbagliate" ripose seccamente quest'ultimo. "Voi dovete rivolgervi al mio collega il



ministro della giustizia. Io sono il ministro dell'educazione." E se ne andò lasciando i due soci a bocca aperta. Pochi minuti dopo il guardiano del parco venne correndo per annunciar loro: "Il ministro vuole vedervi subito. Venite con me". Lo seguirono fino alla panca dove stava il ministro. Questa volta parlò con più garbatezza:"Vedo che siete degli ebrei colti. Se potete rispondere alla domanda che vi farò, vi prometto di inoltrare personalmente il vostro caso presso sua maestà imperiale e di sollecitare la vostra grazia. L'altro giorno, sua maestà domandò a me ai miei colleghi di spiegargli un versetto tratto dal Talmud "Il regno di un re umano in terra è simile al regno celeste" e il sovrano terminò con questa domanda "in quale modo i due regni possono essere uguali?" Nessuno fra noi poté dare una risposta. Voi ne siete in grado. I visi dei due soci era palesemente felice. Si ricordarono della loro recente visita al Rebbe di Liozna e dell'argomento su cui verté la loro conversazione. Avevano la riposta bell'e pronta. Ebbero anche la lealtà di rivelarne la fonte al ministro.

Un esito felice. Questi fu impressionato ed espresse la speranza di poter un giorno incontrare il Rebbe. Li rassicurò che potevano d'ora in poi dormire tranquilli per quanto riguarda il suo intervento presso sua maestà in loro favore. E se ne andò tutto contento di poter raccontare al sovrano una storia meravigliosa. Ma i più felici erano i due soci per l'epilogo miracoloso del loro dramma. Tornarono a Vilna, impazienti di andare a trovare il Parnass, capo della comunità, Rav Rafaels. Questa volta non dubitò più del Rebbe e senza perdere tempo si recò subito a Liozna. A partire da quel giorno fu annoverato fra i discepoli più devoti dell'Admur Hazaken.

Ma ad un tratto l'ospite sembrava essere invaso da un attacco di malinconia lasciando emettere un sospiro. Il viandante, per rispetto,

non fece commenti.

La Suocera in Aiuto Di Beryl Tritel, di chabad. org

Sto per partorire due gemelli e abbiamo altri due bambini di 3 e 5 anni. Mio marito ha dei ritmi di lavoro molto serrati e sarà molto poco disponibile, così mia suocera ha deciso che verrà a stare da noi per un mese per aiutarmi. Apprezzo il suo aiuto e riconosco che ne avrò bisogno ma sono un po' nervosa all'idea che venga da noi. Nonostante sia assolutamente in buona fede, mia suocera è critica e a volte un po' sprezzante riguardo al nostro ménage famigliare. Non capisce il nostro stile di vita. Cosa posso fare per rendere il suo soggiorno da noi sereno per tutti?

Gli suoceri possono essere fonte di tensione e ansietà anche nei momenti più calmi della vita di una famiglia. Se a questo aggiungiamo l'entusiasmo e l'ansia dell'imminente arrivo di due gemellini in famiglia (possa avvenire in un buon momento propizio), si tratta di una sfida non indifferente. Ma, come si dice, "uomo avvisato – mezzo salvato". Affrontare l'imminente situazione con l'aspettativa che potrà essere difficile aiuterà a far sì che sia meno ardua, incanalando i problemi in una direzione positiva.

Innanzitutto parla con tuo marito della situazione. È molto importante che vi sediate e pensiate insieme a come gestire gli eventuali momenti problematici. Quelli che possono magari essere prevenuti ed evitati, quelli che possono essere modificati e quelli inevitabili. Cominciate dallo scopo principale dell'arrivo di tua suocera – aiutarti in casa – e ragionate da lì a ritroso.

Raffiguratevi gli scenari problematici inevitabili con le relative conseguenze e ragionate su come li affronterete. Tuo marito probabilmente sa meglio di chiunque altro cosa irrita i suoi genitori e come calmarli quindi lascia che sia il primo a suggerire come alleviare le tensioni; se i suoi genitori sono così da sempre, avrà probabilmente molta esperienza in merito!

Quando tua suocera comincia ad essere critica, sforzati di essere il più positiva possibile e non offenderti, non prenderla sul personale. Spesso le persone sono critiche perché si sentono esse stesse inadeguate o carenti, così sottolineano le supposte carenze altrui per sentirsi meglio con se stesse. Tenendo questo a mente, cerca di essere il più positiva possibile. Ringraziala profusamente per ogni regalo che porta; riconosci il suo aiuto con i bambini e dille quanto è importante per te che lei impieghi così tanto tempo ed energia per venire fin da te ad aiutarti nelle tue responsabilità e sollevarti un po'.

Inoltre, cerca di parlare a tua suocera prima che arrivi. Dille prima quali sono i ritmi famigliari, cosa fanno e cosa piace fare ai bambini durante il giorno. Sii il più naturale possibile; le devi comunicare tutte queste cose ma senza dare "lezioni", in maniera molto leggera, appena accennata. Probabilmente anche tua suocera è nervosa pensando al periodo che passerà a casa tua. È molto disponibile a proporsi di aiutare ma non è mai facile per una suocera andare a stare casa

della nuora! Dandole le linee generali del vostro

andamento di casa in anticipo forse allevierai anche le sue tensioni.

Per attenuare l'eventuale insicurezza di tua suocera, chiedile consiglio su questioni su cui tu sei flessibile. Puoi chiederle per esempio un parere riguardo a come vestire i bimbi o a cosa piacerebbe fare a lei con loro. Se le condizioni meteorologiche lo consentono suggeriscile di uscire con i bimbi; ciò diminuirà il tempo che lei trascorrerà a casa con te e ti concederà spazio per riposarti ed occuparti dei neonati.

Più di tutto ricorda che lei viene per aiutarti; prova ad essere il più grata possibile nell'accettare il suo aiuto anche se non fa esattamente tutto come vorresti tu (sappi che nessuno, suocera o babysitter che sia, farà mai le cose come le faresti tu). Nelle settimane successive al parto, (specialmente quando i neonati sono due) bisogna sempre lasciar andare un po' le cose, delegare qualche responsabilità ed accettare qualche aiuto esterno.

Auguri per l'imminente nascita, che sia in un buon momento propizio e che il parto sia facile.



Il latte munto da un gentile in assenza di una supervisione ebraica al momento della mungitura (sebbene l'animale munto sia kasher) è stato proibito dai nostri Saggi, in quanto esiste da sempre a tutt'oggi la consuetudine presso alcuni caseifici di mescolare latte di animali non kasher.

Questa norma è altresì in vigore per quanto riguarda la produzione di altri prodotti alimentari per la quale esiste il medesimo rischio.

L'importanza di tale mitzvà è considerevole, tant'è che i nostri chachamim

(Saggi) hanno stabilito che nel caso ci si trovasse davanti all'impossibilità di procurarci Chalav Israel, dovremmo essere disposti a spendere tutto ciò che possediamo per rimediare del latte controllato. In molti casi il consumo del Chalav israel garantisce

anche la kashrut del prodotto stesso, in particolare modo nei formaggi morbidi o burro ecc. che in moltissimi stabilimenti vengono prodotti dai resti o cagliate non kosher.

Secondo la Kabalà, il latte, se non è stato controllato a regola d'arte induce a Sfekot Beemunà (dubbi sulla fede) con la conseguenza di ostruire il cuore e la mente rendendoli indisponibili al servizio divino.

Bevendo solo Chalav Israel si mantiene l'Emunà e l'Yirat Shamaim (timore di D-o) intatte.

MEDICINA E ANIMA tratto da "Il Cielo in Terra" della Mamash

Per servire D-o abbiamo bisogno di un corpo e di un' anima sani. Come si può meditare, pregare o studiare disinteressandosi del benessere del corpo? Prendersi cura del corpo affinché stia bene l' anima è un modo di servire D-o.

Non prendertela così tanto. Essere arrabbiati con il mondo significa esserlo con D-o ed è dannoso anche per la tua pressione sanguigna.

Chiedi il parere di un dottore che è anche un amico. Il fatto che sia un amico fa una grande differenza.

Il dottore ha ricevuto da D-o licenza di guarire, non di fare previsioni. Ignora le predizioni e pensa esclusivamente in positivo.

 $www.pensieriditora.it\ info@pensieriditora.it\ 329.80.44.073$