

Le Sorgenti della Torah

*Pensieri raccolti dal
Rabbino Elimelech
Biderman
Shlita*

Shelach



©

diritto d'autore 2026
di Mechon Beer Emunah

Per sottoscrizione e commenti
e-mail: Mail@LeSorgentidellaTorah.com

Traduzione a cura del team
VedibartaBam

Le Sorgenti della Torah

Shelach

Un momento di *teshuvà*

È scritto (14:24): וַעֲבָדֵי קָלֵב אֲעֻבְדוּ אֶת ה' וְרוּחַ אַחֲרֵת עִמּוֹ וַיִּמְלֵא אֶחָדֵי וְהַבִּיאֲתוּ אֶל הָעָרִץ אֲשֶׁר בָּא שָׁמָּה וְזָרְעוּ יוֹרְשָׁנָה, “Ma il Mio servo Kalev, poiché vi era con lui uno spirito diverso ed egli Mi seguì pienamente, lo farò entrare nella terra nella quale è giunto, e la sua discendenza la erediterà”. Rashi¹ scrive che questo significa che la sua discendenza avrebbe ereditato Chevron.

Kalev meritò questa grande ricompensa perché

disse alla nazione che sarebbero riusciti a conquistare Eretz Yisrael, come è detto (13:30): וַיְהִי כִּלְבָּן אֶת הָעָם אֶל מֹשֶׁה וַיֹּאמֶר עֲלֵה נַעֲלֶה וְיִרְשָׁנוּ אֶתְּהָ כִּי יָכוֹל נוֹבֵל לָהּ, “Kalev fece tacere il popolo davanti a Moshe e disse: ‘Saliamo certamente e conquistiamola, poiché possiamo sicuramente riuscirci’. Rav Moshe Feinstein² *zt'l* (*Darash Moshe*) spiega che quando Kalev disse alla nazione che avrebbero conquistato Eretz Yisrael, essi gli credettero. Kalev riuscì a

1. Rabbi Shlomo Yitzchaki *zt'l* (Francia 1040 - 1105), conosciuto anche con l'acronimo Rashi, è stato un commentatore della Torà nonché il più importante commentatore del Talmùd, autore di uno dei più vasti commenti al *Tanàch* (Torà, Neviim, Ketuvim), con spiegazioni del significato *pshat* (semplice) della Torà.

2. Rav Moshe Feinstein *zt'l* (Bielorussia, 1895 - New York City, 1986), è stato un grande *posèk* e *rosh yeshivà* in America, considerato il più grande saggio della sua generazione. È noto soprattutto per la sua opera “*Igròt Moshe*”, la raccolta di tutte le sue risposte *halachiche* in vari campi.

portare la nazione all'*emunà* – fede. Tutti fecero *teshuvà* – pentimento per un momento, e credettero che Hashem li avrebbe fatti entrare in Eretz Yisrael.

La loro *teshuvà* non durò a lungo, perché subito dopo i *meraglim* – gli esploratori dissero alla nazione che non sarebbero riusciti e che non avrebbero conquistato la terra, come è scritto (13:31): וְהָאֲנָשִׁים אֲשֶׁר עָלוּ עִמּוֹ אָמְרוּ לֹא נוּכָל לָעֲלוֹת אֶל הָעָם כִּי חָזָק הוּא מִמֶּנּוּ, “Ma gli uomini che erano saliti con lui dissero: ‘Non possiamo salire contro quel popolo, poiché è più forte di noi’. Klal Yisrael credette loro e, ancora una volta, pianse ed ebbe paura di andare in Eretz Yisrael. Ciononostante, Kalev

meritò un’immensa ricompensa perché portò la nazione alla *teshuvà* anche solo per un momento, e non vi è alcun limite al valore della *teshuvà*, persino quando dura soltanto un istante.

Rav Moshe Feinstein paragona questa idea alla *halachà* secondo cui è permesso profanare lo *Shabbàt* per salvare la vita di una persona, anche se la profanazione dello *Shabbàt* concederà al malato soltanto un altro breve momento di vita (חיי שעה). Un momento di vita è così prezioso che è permesso persino profanare lo *Shabbàt*. Allo stesso modo, un momento di *teshuvà* è incommensurabile ed estremamente prezioso.³

3. Rebbe Ghedalya Moshe *zt'l* di Zvhil (Ucraina, 1887 – Israele, 1950) chiese a qualcuno perché non partecipasse a una *drashà* di *mussàr* (alla quale partecipavano molte persone). L’uomo rispose che, anche se l’oratore fosse riuscito a ispirarlo alla *teshuvà*, sapeva che subito dopo sarebbe tornato alle sue vecchie abitudini; dunque, a che sarebbe servito?

Rebbe Ghedalya Moshe rispose che la *teshuvà*, anche soltanto per

Il Midràsh (*Bamidbar* 16:2) afferma: “Kalev si alzò su una panca e disse והם, e tutti tacquero, pronti ad ascoltare ciò che avrebbe detto. Kalev disse (14:7): מוֹכָהּ הָאֶרֶץ מְאֹד מְאֹד, ‘La terra è molto, molto buona’. HaKadòsh Barùch Hu disse a Moshe: טוֹבָה גְּדוּלָּהּ אֲנִי מוֹחִיזִים לוֹ, ‘Io gli serbo una grande riconoscenza”. Hashem disse di avere *hakaràt hatov* – riconoscenza verso Kalev e promise di dargli una grande ricompensa, perché Hashem ebbe *nachat ruach* – piacere spirituale dal fatto che Kalev pronunciò queste parole. Il Midràsh

aggiunge il *passùk* – verso (*Devarim* 1:36): וּזְלֹתִי כָלֵב בֶּן יִפְנֶה, “Eccetto Kalev ben Yefune”, e spiega che וּזְלֹתִי significa יוֹתֵר, “era con Me”, מְשֻׁשִׁים רַבּוּא מִכֶּם, “più di seicentomila di voi”. In modo particolare, Kalev era con Hashem.

Come stiamo spiegando, questo avvenne perché egli portò la nazione alla *teshuvà*, sebbene la loro *teshuvà* durò soltanto pochi momenti.

Siftei Tzaddik⁴ (#20) scrive: “Da questo impariamo che una persona

un momento, è di valore inestimabile. Gli raccontò un *mashàl* – parabola di una persona che stava annegando in mare. Qualcuno nuotò verso di lui e lo sollevò sopra l’acqua, salvandogli la vita. Poi il soccorritore disse: “Posso tenerti fuori dall’acqua soltanto per mezz’ora. Dopodiché dovrò lasciarti andare e ricadrà nel mare”. La persona che stava annegando accetterebbe forse l’offerta di vivere soltanto mezz’ora, oppure direbbe: “Dal momento che non vivrò a lungo, puoi ributtarmi subito in mare”? Non vi è alcun dubbio che sceglierebbe la vita, anche soltanto per mezz’ora.

Lo stesso vale per la *teshuvà*. Anche se non dura a lungo, il valore persino di un solo momento di *teshuvà* è immenso.

4. Rabbi Pinchas Menachem Elazar Yustman (Polonia 1848 – 1920) *zt’l*, noto anche come Piltzer Rebbe o Rabbi Mendel di Gher.

il cui cuore cambia continuamente, avanti e indietro, tutto il tempo, a volte sale e a volte scende, nondimeno, quell'unico momento in cui era buona è molto prezioso per Hashem".

La ricompensa proviene dalla lotta

È scritto (*Kohelet* 10:1): יָקָר מְעֻט מִחֶכְמָה מְכַבֵּד סְבִלּוֹת מְעֻט, "Più preziosa della sapienza e dell'onore è una piccola dose di follia". Il Remak⁵ (*Or Yakar* su *Tikkunei Zohar*, *Shaar* 2:10) spiega che il *passùk* sta illustrando la grandezza del popolo ebraico rispetto ai *malachìm* - angeli. I *malachìm* non combattono con il loro *yetzer harà* - istinto negativo e, pertanto, non possono compiere

tikkunìm (rettificazioni spirituali) né elevarsi a livelli più alti. Solo il popolo ebraico, che possiede uno *yetzer harà*, può realizzare così tanto nel proprio servizio ad Hashem.

Il *passùk* sta dicendo: יָקָר מִחֶכְמָה מְכַבֵּד, "più preziosi dei sapienti e onorati *malachìm*", סְבִלּוֹת מְעֻט, "coloro che possiedono una piccola dose di follia", cioè il popolo ebraico che ha lo *yetzer harà*. Il fatto stesso di avere uno *yetzer harà* rende la nostra *avodàt Hashem* - servizio divino molto più preziosa di quella dei *malachìm*.

Moshe disse ai *meraglìm* (13:17) וַעֲלִיתֶם אֶת הָהָר, "salite sul monte". Brit Avram (del Rebbe di Zalzi'tz⁶ *zy'a*) scrive che

5. Rabbi Moshe ben Yaakov Kordovero zt'l (Tzfat, 1522-1570), autore del magnifico trattato kabalistico *Pardes Rimmonìm*, che espone una lettura del *Sèfer HaZòhar* in amichevole contrasto a quella espressa da Rabbi Isaac Luria z'l, l'Arizal.

6. Rav Yosef Moshe Shapira zt'l (Polonia, 1735 - Ucraina, 1815), noto anche come Magghìd di Zalizits, è stato rav e noto predicatore *chassidico* attivo nell'est Europa.

הָהָר, “il monte”, rappresenta lo *yetzer harà* (si veda *Sukkà* 52a). Il *passùk* ci insegna che quando ci troviamo di fronte allo *yetzer harà*, נַעֲלִיתֶם, אֶת הָהָר, “potete ascendere il monte”, cioè elevarvi a livelli spirituali molto alti. Le lotte che attraversiamo sono ciò che ci conferisce i nostri livelli spirituali, ed è proprio questo che rende la nostra *avodàt Hashem* preziosa agli occhi di Hashem.

Il desiderio di servire Hashem

È scritto (13:16) וַיִּקְרָא מֹשֶׁה לְהוֹשִׁיעַ בֶּן נּוֹן יְהוֹשֻׁעַ, “Moshe chiamò Hoshea bin Nun, Yehoshua”. Egli aggiunse una ה' al suo nome, e הוֹשֻׁעַ divenne יְהוֹשֻׁעַ, ponendo il Nome di Hashem, ה', all'inizio del suo nome.

Rashi scrive che così facendo Moshe pregò per

lui. Rashi scrive: הַתְּפִלָּה עָלָיו, “Pregò per lui, affinché ה', Hashem, lo salvasse (הוֹשִׁיעַ) dal consiglio dei *meraglim*”. Questa *tefillà* aiutò Yehoshua, ed egli non si unì al grave errore e alla *averà* che i *meraglim* commisero.

Il Midràsh (*Bamidbar Rabbà* 16:9), tuttavia, spiega che non si trattava di una *tefillà*, bensì di una profezia. Moshe pronunciò una profezia: ה' יוֹשִׁיעַ מַעֲצַת מְרַגְלִים, “Hashem certamente ti salverà dal consiglio dei *meraglim*”.

Lo Yetev Lev⁷ spiega che Moshe sapeva che Hashem avrebbe protetto Yehoshua da questo errore e da questa *averà* dei *meraglim*, perché Yehoshua possedeva un forte desiderio di fare la volontà di Hashem. Quando una

7. Rabbi Yekutiël Yehuda Teitelbaum *zt'l* (Ucraina, 1808 - Romania, 1883) è stato il fondatore e primo rebbe della dinastia *chassidica* di Sighet.

persona desidera servire Hashem, Hashem la aiuta. È così che Moshe sapeva con certezza che י"ה ישיעך, Hashem avrebbe aiutato Yehoshua a superare la prova.

Per spiegare ciò, lo Yetev Lev cita la *ghemara* (*Sukkà* 52b), che afferma: "Lo *yetzer harà* dell'uomo si rafforza ogni giorno e, se HaKadòsh Barùch Hu non lo aiutasse, egli non riuscirebbe a vincere lo *yetzer harà*". Lo Yetev Lev cita suo nonno, l'Yismach Moshe⁸ *zt'l*, il quale discute questa *ghemara* e domanda: perché Hashem aiuta soltanto gli *tzaddikim* a prevalere sullo *yetzer harà*? Perché Hashem non aiuta anche i *reshaim* a vincere il loro *yetzer harà*? Inoltre, se gli *tzaddikim* riescono nella

battaglia contro lo *yetzer harà* soltanto perché Hashem li aiuta, in cosa sono migliori dei *reshaim*? Anche i *reshaim* farebbero il bene, se Hashem li aiutasse allo stesso modo!

L'Yismach Moshe spiega che Hashem aiuta gli *tzaddikim* perché essi desiderano sinceramente fare il bene. Combattono contro lo *yetzer harà*, fanno tutto ciò che possono e, pertanto, Hashem li aiuta. Come i nostri *chachamim* *z'l* dicono: הבא לטהר מסייעין אותו, "Colui che viene per purificarsi viene aiutato". Inoltre, è scritto (*Shemòt* 23:5): כִּי תִרְאֶה חֲמוֹר שֶׁנֶּאֱחָךְ רֹבֵץ תַּחַת מִשְׁאוֹ בִּי תִרְאֶה חֲמוֹר שֶׁנֶּאֱחָךְ רֹבֵץ תַּחַת מִשְׁאוֹ, "Se vedrai l'asino del tuo nemico accasciato sotto il suo carico, penseresti forse di non aiutarlo? Certamente

8. Rabbi Moshe Teitelbaum *zt'l* (Polonia, 1759 - Ungheria 1841), fu il Rav di Ujhely (Ungheria). Rabbi Teitelbaum fu determinante nel portare l'ebraismo *chassidico* in Ungheria. Sebbene inizialmente fosse contrario alla *Chassidut*, dopo che suo genero lo introdusse alle opere di Rabbi Horowitz *zy'a* (lo Shla HaKadòsh), ne divenne presto un aderente. *Yismach Moshe*, il nome con cui è noto, è il titolo di una sua opera omiletica sulla Torah.

lo aiuterai insieme a lui". Sulle parole עֵזְבֵהוּ עִמּוֹ, "Certamente lo aiuterai insieme a lui", i nostri *chachamim* z'l spiegano che si è obbligati ad aiutare il proprio prossimo solo se anch'egli cerca di aiutare sé stesso. Se egli sta tentando di rialzare l'animale, allora devi aiutarlo. Ma se non fa nulla e dice: "Tu hai una *mitzvà* di aiutarmi", non sei obbligato ad aiutarlo. Così agisce Hashem con noi. Se cerchiamo di aiutare noi stessi, Hashem ci aiuta. Tuttavia, se siamo pigri e non aiutiamo noi stessi, e non cerchiamo di superare lo *yetzer harà*, Hashem non viene in nostro aiuto.

Moshe sapeva che il vero desiderio di Yehoshua era fare la volontà di Hashem, e per questo poté testimoniare con sicurezza: "יְהוֹשֻעַ מַעֲזֵת מַרְגְּלִים", "Hashem certamente lo aiuterà", ed

egli non fallirà nella prova dei *meraglim*.

È scritto (15:39): וְלֹא תִתְּנוּ אָחֳרַי לְבַבְכֶּם וְאָחֳרַי עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר אַתֶּם וְגוֹ' אַחֲרֵיהֶם, "Non devierete seguendo il vostro cuore e i vostri occhi, dietro ai quali vi smarrite". Da queste parole comprendiamo che la natura dell'uomo è seguire i propri occhi; come può dunque la Torà pretendere da noi ... וְלֹא תִתְּנוּ אָחֳרַי עֵינֵיכֶם, "di non deviare dietro i nostri occhi"? Come possiamo essere obbligati ad andare contro la natura radicata in noi? Il Chidushei HaRim⁹ (*Sefer HaZechut*) risponde che, sebbene la natura innata dell'uomo sia quella di seguire i propri occhi, una persona possiede anche spiritualità dentro di sé, che la ispira a custodire i propri occhi e a cercare di compiere la volontà di Hashem. Ora possiede il libero arbitrio: può scegliere se ascoltare l'ispirazione

9. Rabbi Yitzchak Meir Rotenberg – Alter zt'l (Prussia, 1799 – 1866), primo rebbe della dinastia *chassidica* di Gur.

della propria santità oppure seguire l'attrazione naturale della propria inclinazione, e può scegliere saggiamente, secondo la volontà di Hashem. Il Chidushei HaRim spiega: "Questo *passùk* [che ci obbliga a custodire i nostri occhi] è una garanzia da parte di Hashem *yitbarach* che vi è una scintilla di santità in ogni ebreo, la quale ci permette di vincere lo *yetzer harà* e di non ascoltare il richiamo del cuore e degli occhi". E, come abbiamo spiegato, se qualcuno sceglie di fare il bene, Hashem lo aiuterà.

La Torà (15:41) scrive, e noi lo recitiamo alla fine dello *Shemà*: אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מִמִּצְרַיִם לְהִיּוֹת לָכֶם לְאֱלֹהִים אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם, "Io sono Hashem, il vostro D-o, Che vi ha fatto uscire dalla terra d'Egitto per essere il vostro D-o; Io sono Hashem, il vostro D-o". La *ghemara* (*Menachot* 44a) afferma che in questo *passùk* compare due volte אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם. Con il doppio אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם, Hashem

sta dicendo: "In futuro Io punirò e Io ricompenserò". La *ghemara* (*ibid.*) racconta di uno studioso di Torà che stava quasi per commettere una grave *averà*, ma i suoi *tzitzit* lo colpirono sul volto per fermarlo. In quel momento egli ricordò questo insegnamento: vi è punizione e vi è ricompensa, e questa consapevolezza lo aiutò a superare lo *yetzer harà*.

Il Chidushei HaRim approfondì ulteriormente questo insegnamento. La prima volta che in questo *passùk* compare אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם, si riferisce ai miracoli che Hashem compì per noi durante l'uscita dall'Egitto. Come è scritto אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מִמִּצְרַיִם מִצְרַיִם, "Io sono Hashem, il vostro D-o, Che vi ha fatto uscire dalla terra d'Egitto". Lo scopo era לְהִיּוֹת לָכֶם לְאֱלֹהִים, "per essere il vostro D-o". Il *passùk* conclude quindi con אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם.

La seconda volta che compare אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם, si riferisce ai nostri tempi.

Quando una persona desidera servire Hashem, Hashem compirà miracoli per aiutarla ad avere successo.

Le parole del Chidushei HaRim sono le seguenti: מתעורר כל הנסים והנפלאות מציאת מצרים לסיוע ועזר לאדם שרוצה לעבוד 'ה', "Tutti i miracoli e le meraviglie di *yetziat Mitzrayim* si risvegliano per assistere e aiutare la persona che desidera servire Hashem".

Dipende da lui desiderarlo, provarci, e allora Hashem lo aiuterà, persino in modi miracolosi. Egli può meritare miracoli simili a quelli avvenuti durante *yetziat Mitzrayim*, per aiutarlo a compiere la volontà di Hashem. Tutto inizia dal suo desiderio di fare il bene.

***Shemiràt einayim* - protezione degli occhi**

Alcune persone pensano che custodire gli occhi non sia realmente un obbligo, bensì soltanto una buona abitudine. Tuttavia, è un obbligo della Torà, come è scritto (15:39): וְלֹא תִתְּנוּ אֶתְּעֵינֵיכֶם לְבַבְכֶּם וְאֶתְּעֵינֵיכֶם לְבַבְכֶּם, "Non devierete seguendo il vostro cuore e i vostri occhi...".

La Mishnà Berurà¹⁰ (75:7) scrive: "Tutte le opinioni concordano che guardare una donna, persino il suo mignolo, con intenzione di trarne piacere, costituisce una trasgressione del *lav* (*mitzvà* negativa) di אֶתְּעֵינֵיכֶם לְבַבְכֶּם... אֶתְּעֵינֵיכֶם".

Shaarei Teshuvà¹¹ (3:64) scrive: "Molti commettono l'errore di profanare i

10. Opera *halachica* di Rabbi Yisrael Meir Kagan *zt'l* (Russia, 1838 - Polonia, 1933), il Chafetz Chaim.

11. Opera etica di Rabbi Yonà ben Avraham Gerondi, noto anche come Rabbenu Yonà (Girona, 1180 - Toledo, 1263); fu rabbino, filosofo e moralista (*baal musàr*), cugino del famoso RaMBaN.

propri santi sensi... Riguardo al senso della vista è scritto וְלֹא תִתְּנוּ אֶתְכֶם לְבָבְכֶם וְאֶתְכֶם עֵינֵיכֶם. Questo significa che non dobbiamo guardare donne sposate o altre *arayot* – donne proibite, affinché non si giunga al peccato...”.

Derech Pikudecha¹² (לֹא תַעֲשֶׂה לְפָנֶיךָ חֵלֶק הַדִּיּוּר אוֹת ו־) scrive:

“Molte persone pensano che questo sia soltanto un comportamento di *chassidùt*, e non evitano di guardare le donne. Sappi, amico mio, che questo è un divieto della Torà”.

Il RaMBaM¹³ (*Hilchot Teshuvà* 4:4) afferma che una delle *averòt* per cui è molto difficile fare *teshuvà* è la

12. Opera sulle 613 *mitzvòt* di Rabbi Tzvi Elimelech Spira di Dinov *zt'l* (Polonia, ca. 1783 - 1841), conosciuto anche con il nome della sua maggiore opera “Bnei Yissaschar”.

13. Rabbi Moshe ben Maimon *zt'l* (Spagna, 1135 - Egitto, 1204) conosciuto come Maimonide o RaMBaM, fu forse la più grande figura intellettuale e spirituale del giudaismo post-talmudico. Scrisse opere indispensabili di filosofia, *halachà*, commenti e *responso*. La sua famiglia fuggì dalla Spagna mentre era ancora giovane. Dopo un lungo periodo in Marocco, si stabilì in Egitto, dove divenne *naghid* (leader) della comunità ebraica. Le sue opere furono tutte fondamentali nel loro campo. Fu il primo a produrre un commento completo sull'intera Mishnà. La sua grande opera filosofica, *Morèh Nevuchim* (Guida dei Perplexi), ha generato un'intera disciplina e ha avuto un'incalcolabile influenza sui promotori entusiasti e sui veementi avversari. Il suo codice di legge, *Mishnè Torà*, è il primo e ineguagliabile codice comprensivo della legge e della pratica ebraica. È stato anche medico di corte del leader musulmano Saladino. Tutte le sue opere sono state scritte in lingua giudeo-araba ad eccezione di *Mishne Torà*, che è stato scritto in un magnifico ebraico *mishnaico*. La precisione della sua espressione è leggendaria. I suoi discendenti servirono come *neghidim* d'Egitto per altre quattro generazioni.

trasgressione del guardare dove non si dovrebbe. Il RaMBaM scrive che è difficile fare *teshuvà* per questa *averà* perché “egli non sa che guardare è una grave *averà*, poiché conduce alla *averà* stessa delle *arayot*, come è scritto וְלֹא תִתְּנוּ אֶחָדָם לְבִבְכֶם וְאֶחָדָם עֵינָיִם¹⁴”.

Il Raavad¹⁵ (*Baalei HaNefesh, Shaar HaKedushà*) scrive: “Il primo di tutti i cancelli e delle protezioni è

proteggere gli occhi, poiché quando gli occhi sono protetti, il cuore è protetto, e quando gli occhi e il cuore sono protetti, tutta la persona è protetta. Ma se egli non protegge i propri occhi, *r'l*, certamente cadrà e commetterà *averòt*, come ci insegnano i nostri *chachamim z'l* (*Bamidbar Rabbà* 10:62): ‘L’occhio vede, il cuore desidera e il corpo completa [la *averà*]”.

14. Rav Moshe Feinstein (*Igrot Moshe, Orach Chaim* 40) scrive: “Quando si cammina nel mercato, ogni persona ha l’obbligo di guardare verso il basso, ma non secondo il modo dei פְּרוּשִׁים קִיָּא”.

I פְּרוּשִׁים קִיָּא sono menzionati in *Sotà* 22b. Si tratta di persone che desiderano dare l’impressione di essere sante e di custodire i propri occhi, ma ciò non è autentico. Fingono di essere sante per ingannare gli altri, poiché vogliono che la gente faccia affidamento su di loro. La parola קִיָּא deriva dal termine מִקְצִי דָם, “spargimento di sangue”. Rashi spiega: “Egli si comporta come se custodisse i propri occhi per non guardare le donne e, così facendo, urta la propria testa contro il muro fino a sanguinare”.

Rav Moshe afferma che una persona ha l’obbligo di custodire i propri occhi mentre cammina per strada e in luoghi pubblici, ma non fino al punto di andare a sbattere la testa contro un muro.

15. Rabbi Avraham ben David *zt'l* (Francia, 1125 - 1998), noto come RABaD, o RAVaD, era un grande commentatore talmudico, filosofo e cabalista provenzale. Era rinomato per il suo acuto criticismo che gli valse l’appellativo di “*Baàl Hasagòt*” (il Critico).

I nostri *chachamim* z'l (Vayikrà Rabbà 24:6) ci raccontano che la *isha hashunamit* disse a suo marito (Melachim II 4:9): הִנֵּה נָא יִדְעֵתִי כִּי אִישׁ אֱלֹקִים קָדוֹשׁ הוּא, "Ecco ora, so che egli [Elisha] è un santo uomo di D-o". Come faceva a saperlo? Rabbi Ayvun disse che egli non la guardò mai, per tutta la sua vita.

I nostri *chachamim* z'l affermano riguardo a questo: "Chiunque si protegge dalle *arayot* è chiamato *kadosh*, santo". Scopriamo quindi che tutto dipende dalla protezione gli occhi. Se qualcuno protegge i propri occhi, egli è santo.

È scritto (Bereshit 33:5): וַיֵּשָׂא אֶת עֵינָיו וַיֵּרָא אֶת הַנָּשִׁים וְאֶת הַיָּלְדִים וַיֹּאמֶר מִי אֵלֶּה לָךְ וַיֹּאמֶר הַיָּלְדִים אֲשֶׁר [Esav] alzò חֲנוּן אֱלֹקִים אֶת עֵבֶרֶךְ gli occhi e vide le donne e

i bambini, e disse: 'Chi sono questi per te?'. E [Yaakov] rispose: 'I bambini con i quali Hashem ha favorito il tuo servo'".

Esaminando questo *passùk*, comprendiamo che quando Esav chiese מִי אֵלֶּה לָךְ, "Chi sono questi per te?", stava chiedendo sia delle donne che dei bambini. Yaakov finse di non comprendere che Esav stesse chiedendo anche delle donne, e gli rispose soltanto riguardo ai bambini: הַיָּלְדִים אֲשֶׁר חֲנוּן אֱלֹקִים אֶת עֵבֶרֶךְ.

Lo Shach al HaTorà¹⁶ spiega che Yaakov fece attenzione a non causare imbarazzo a suo fratello. Perciò gli rispose come se pensasse che Esav avesse chiesto soltanto dei bambini.¹⁷

16. Siftei Kohen, opera del kabalista Rabbi Mordechai HaKohen Rappaport (Tzfat, 1523 - 1598) sul Chumàsh, caratterizzato da commenti di *ghematriot* - valori numerici e spiegazioni basate sul *sod*, mistica.

17. Nelle parole dello Shach al HaTorà: יַעֲקֹב עָשָׂה עֲצָמוֹ שְׂאִינוֹ חוֹשְׁדוֹ שֶׁנֶּחֱזַק

Impariamo da ciò che persino per Esav sarebbe stato motivo di vergogna e disonore non essere attento ai propri occhi.

Rebbe Ber'inyu zy'a di Sadigura soleva dire che la preparazione per la *tefillà* consiste nel riflettere sui seguenti quattro *pesukim* che contengono la parola *מה*:

1. (*Tehillim* 8:2): *מָה אֲדִיר שְׁמֶךָ*, "Quanto è possente il Tuo Nome in tutta la terra".

2. (*Tehillim* 8:5): *מָה אָנוּשׁ בִּי*, *תִּזְכְּרֵנוּ*, "Che cos'è l'uomo affinché Tu ti ricordi di lui?".

3. (*Devarim* 10:12): *מָה ה' אֵלֶיךָ*, *שִׁאֵל מִעֲמֶךָ בִּי אִם לִירָאָה*, "Che cosa Hashem, il tuo D-o, chiede da te? Soltanto di temerLo".

4. (*Tehillim* 31:20): *מָה רַב טוֹבְךָ*, *אֲשֶׁר צָפַנְתָּ לִירְאֶיךָ*, "Quanto grande è il bene che hai riservato per coloro che Ti temono".

Per spiegare ciò, egli raccontò un *mashàl* – parabola riguardo a un re che andò a caccia con i suoi servitori. I servitori portarono nella foresta tutto ciò di cui il re avrebbe potuto avere bisogno, come frecce, fucili, cibo, bevande e una pipa d'oro, poiché al re piaceva rilassarsi e fumare la pipa quando si trovava all'aperto. Tuttavia dimenticarono una cosa: dimenticarono di portare i fiammiferi per accendere la pipa.

Quando il re si fermò per riposarsi sul terreno della foresta e fumare la sua pipa, si agitò nello scoprire che non vi erano fiammiferi. Chiese allora ai

"Yaakov fece finta di non sospettare che [Esav] avesse posto i suoi occhi sulle donne; piuttosto, interpretò la domanda come riferita soltanto ai bambini. Per questo motivo gli rispose solamente riguardo ai bambini".

suoi servitori di cercare qualcuno che passasse di lì e di chiedergli un fiammifero.

I servitori trovarono una persona che stava riposando e fumando la propria pipa. Aveva dei fiammiferi, ma si rifiutò di darne uno al re. Il servitore gli disse: "Pensa a chi ti sta chiedendo questo favore: è il grande re! E pensa a chi sei tu: una persona povera e senza potere. Rifletti su ciò che ti sta chiedendo: soltanto un fiammifero che costa pochi centesimi. E pensa alla ricompensa che il re può darti per avergli dato un fiammifero. Come puoi rifiutarti?".

Allo stesso modo, prima di pregare, una persona dovrebbe riflettere davanti a Chi sta per pregare. Davanti al potente Hashem, come è scritto (*Tehillim* 8:2): *מָה אֲדִיר שְׁמֶךָ בְּכָל הָאָרֶץ*, "Quanto è possente il Tuo Nome in tutta la terra".

Inoltre, dovrebbe considerare chi egli stesso

sia. Infatti è scritto (*Tehillim* 8:5): *מָה אָנוּשׁ כִּי תִזְכְּרֵנוּ*, "Che cos'è l'uomo fragile affinché Tu ti ricordi di lui?".

Dovrebbe anche riflettere su (*Devarim* 10:12): *מָה ה' אֱלֹהֶיךָ שְׁאַל מִעֲמֶד כִּי אִם לִירָאָה*, "Che cosa Hashem, il tuo D-o, chiede da te? Soltanto di temere Hashem...". La richiesta non è così grande. Inoltre, contempi (*Tehillim* 31:20): *מָה רַב טוֹבְךָ אֲשֶׁר צָפַנְתָּ לִירְאֶיךָ*, "Quanto abbondante è il bene che hai custodito per coloro che Ti temono". Questo ci insegna la forza della *teshuvà*. Essa possiede il potere di trasformare la natura stessa, e attraverso di essa si possono realizzare tutti i desideri del cuore. Chi, dunque, non correrebbe all'opportunità di pregare con *kavanà* - concentrazione?

La *teshuvà* inizia con la protezione degli occhi

È scritto (*Tzefanyà* 3:20): *בְּשׁוּבִי אָתָּה שְׁבוּתִיכֶם לְעֵינֵיכֶם* אָמַר ה', "Quando ricondurrò i vostri esili davanti ai vostri

occhi, ha detto Hashem". Rebbe Moshe di Kobrin¹⁸ *zt'l* spiega: בְּשׂוּבֵי אֶת שְׁבוּתֵיכֶם, quando desiderate fare *teshuvà*, il primo passo è לְעֵינֵיכֶם, custodire gli occhi. Attraverso la *teshuvà*, una persona può elevarsi a livelli molto alti, e il primo passo è custodire gli occhi.¹⁹

I nostri *chachamim z'l* (Sotà 3a) ci insegnano: "Una persona non commette una *averà* se non quando entra in lei un *ruach shtut*". Una persona riceve dapprima una goccia di follia, *r'l*, e poi commette la *averà*. È scritto (Devarim 28:34): וְהָיִיתָ כְּשֹׁשֶׁנֶּה

מִמְרָאָה עֵינֶיךָ אֲשֶׁר תִּרְאֶה, "Impazzirai a causa delle visioni che i tuoi occhi vedranno". Choshev Machshavot (dal Mishnat Chassidim²⁰) spiega che וְהָיִיתָ כְּשֹׁשֶׁנֶּה significa che uno spirito folle e insensato entra nella persona. Questo è terribile, poiché conduce al peccato. Ciò avviene מִמְרָאָה עֵינֶיךָ, quando una persona non protegge i propri occhi.

È scritto (Yeshayahu 27:6): יִצְיִן וּפְרַח, "Israele germoglierà e fiorirà". Gli *tzaddikim* (si veda Bet Aharon²¹, *Likutim*, ד"ה יצין) spiegano: יִצְיִן,

18. Rebbe Moshe Aharon Polier di Kobrin *zt'l* (Bielorussia, 1784 - 1858), primo rebbe della dinastia *chassidica* di Kobrin, viene considerato uno dei padri spirituali della dinastia di Slonim.

19. Quando recitiamo lo *Shemà*, copriamo i nostri occhi (vedi *Berachot* 13b). Lo Yeshuot Moshe di Vizhnitz *zt'l* (Rebbe Moshe Yehoshua Hager *zt'l*; Romania, 1916 - Israele, 2012) spiega che ciò avviene perché durante lo *Shemà* accettiamo su di noi il giogo del Cielo. Il primo passo è proteggere i nostri occhi.

20. Opera *kabbalistica* di Rabbi Immanuel Hai Ricchi *zt'l* (Italia, 1688 - 1743), rav, *kabbalista* e poeta.

21. Rebbe Aaron (II) Perlow di Karlin-Stolin *zt'l* (Bielorussia, 1802 - 1872), autore dell'opera Bet Aharòn, opera di spiegazioni cabalistiche ed etiche della Torà.

se qualcuno guarda dove non dovrebbe, allora ופָּרַח וישָׁרָאֵל, la sua santità, l'attributo di Yisrael che è in lui, vola via, *r'l*.

Machaze Einayim (scritto dal Magghid di Brisk²² e stampato circa 120 anni fa, תרס"ב) domanda perché le lacrime provengano dagli occhi e non da un altro arto. Anche quando una persona soffre in un determinato arto, quell'arto non piange; soltanto gli occhi piangono. Qual è la spiegazione? Egli scrive: "Questo avviene perché gli occhi dell'uomo sono l'inizio di tutte le *averòt*, e le *averòt* conducono alla punizione, *r'l*. Perciò, quando una persona soffre o affronta un problema difficile, sono gli occhi a piangere. Questo perché gli occhi sono gli organi che hanno causato tutte queste sofferenze e questi problemi".

È scritto (*Tehillim* 119:136): פִּלְגֵי מַיִם יָרְדוּ עֵינַי עַל לֹא שָׁמְרוּ תוֹרָתְךָ, "Rivoli d'acqua scorrono dai miei occhi perché non hanno osservato la Tua Torà". Il *passùk* inizia al singolare, עֵינַי, "i miei occhi", e termina al plurale, לֹא שָׁמְרוּ, "essi non hanno custodito". Sembrerebbe che avrebbe dovuto dire: עַל לֹא שָׁמַרְתִּי תוֹרָתְךָ, "Io piango perché io non ho osservato la Tua Torà". Perché invece dice עַל לֹא שָׁמְרוּ תוֹרָתְךָ, "Io piango perché essi non hanno custodito la Torà"? La risposta è che il *passùk* si riferisce agli occhi. Essi non hanno osservato la Torà. Hanno guardato dove non avrebbero dovuto guardare, e questa è la fonte e la radice di tutte le *averòt*. Per questo motivo, sono proprio i miei occhi a piangere, e nessun altro arto.²³

22. Rabbi Meir Hillel Rappaport *zt'l* (Bielorussia, ca. 1870 - New York, 1963), noto anche come il Bialystoker Magghid, è stato rav e noto predicatore prima in est Europa e in seguito in America.

23. Il Magghid di Brisk (si veda nota precedente) raccontava un potente

Il Kedushàt Levi²⁴ (*Likutim* אבותיות (ד"ה) spiega la sequenza delle lettere: סמ"ך עי"ן פ"ה צד"ק. La lettera סמ"ך è una lettera rotonda, chiusa da tutti i lati. Perciò, סמ"ך עי"ן פ"ה significa che una

persona deve chiudere i propri occhi e la propria bocca. Deve chiudere i propri occhi dal vedere ciò che non dovrebbe vedere, e deve chiudere la propria bocca dal pronunciare ciò

mashàl – parabola:

Le guardie di frontiera stazionano ai confini del paese per impedire ai contrabbandieri di importare merce senza pagare le tasse. Tuttavia, se i contrabbandieri riescono a far passare la merce oltre il confine, allora il lavoro della polizia diventa molto più difficile. Dovranno cercare il contrabbando in ogni città, e questo è un compito arduo. Un paese è grande ed è facile per le persone nascondere la propria merce per evitare di essere scoperte.

Il *nimshàl* è che lo *yetzer harà* desidera introdurre la sua "merce" attraverso i cancelli, che sono gli occhi. Attraverso gli occhi, egli distribuisce la sua merce proibita in tutto il corpo dell'uomo. Se una persona protegge il confine, cioè non guarda dove non dovrebbe, allora sarà facile vincere lo *yetzer harà*. Ma se non protegge l'ingresso, cioè gli occhi, e guarda ovunque desideri, allora diventerà molto difficile, perché dovrà controllare tutte le sue membra per trovare dove lo *yetzer harà* ha nascosto la sua merce.

Il Magghid di Brisk conclude: "Ogni persona timorata di Hashem dovrebbe chiudere i propri occhi dal vedere il male e non permettere allo *yetzer harà* di entrare nel proprio territorio".

24. Rabbi Levi Yitzchàk di Berdichev *zt'l* (Slovacchia, 1740-1809), maestro di *chassidut* e leader religioso in Polonia, Bielorussia e Ucraina, ed uno dei maggiori discepoli del Magghid di Meztrich *zy'a* e di Rabbi Shmelke di Nikolsburg *zt'l*. Rabbi Levi Yitzchàk viene ricordato soprattutto per la sua grande capacità di compassione e misericordia nei confronti dei suoi correligionari.

che non dovrebbe dire. Questo conduce alla lettera successiva, צד:ק: ciò renderà la persona un *tzaddik*. Poiché è impossibile essere uno *tzaddik* se non si custodiscono gli occhi e il linguaggio.

Consigli per essere prudenti

La Torà non si dilunga dicendo: לא תרצח, “Non uccidere, poiché hai la natura di farlo”. E la Torà non dice לא תחמוד, “Non desiderare ciò che appartiene agli altri, poiché tendi a essere attratto da queste cose”. Tuttavia, quando si tratta dell’obbligo di proteggere gli occhi, la Torà ci rivela che l’uomo tende naturalmente a inciampare in questa *averà*. Come è scritto (15:39): וְלֹא תִתּוּרוּ אֲחֵרֵי לְבַבְכֶּם וְאֲחֵרֵי עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר אֶתֶם זֵנִים אַחֲרֵיהֶם, “Non devierete seguendo il

vostro cuore e i vostri occhi, dietro ai quali vi smarrite”.

Questa è l’unica *mitzvà* della Torà riguardo alla quale la Torà stessa ci avverte esplicitamente che dobbiamo essere particolarmente prudenti, poiché tendiamo a deviare e a commettere questa *averà*. La Torà ci istruisce quindi a trovare soluzioni e metodi pratici per custodire i nostri occhi, poiché è molto difficile mantenersi vigili.

Per tutte le altre *averòt* della Torà, è sufficiente prendere una *kabbalà tovà* di non commettere la *averà*. Ma quando si tratta della *averà* legata agli occhi, oltre alla *kabbalà tovà*, una persona deve creare dei *ghedarim*, delle barriere e delle protezioni, per impedire a sé stessa di arrivare a commettere la *averà*.²⁵

25. È scritto (*Bamidbar* 9:13): וְהָאִישׁ אֲשֶׁר הוּא טָהוֹר וּבְדָהָרָהּ לֹא הָיָה, “Ma l’uomo che è puro e non era in viaggio...”.

Segulà per la parnassà**Il Bet Avraham²⁶ insegna**

Rebbe Naftali di Ropshitz *zt'l* (Polonia, 1760 – 1827) ripeteva, citando il Choze di Lublino *zt'l* (Rabbi Yaakov Yitzchak HaLevi Horowitz di Lublino *zt'l*; Polonia, 1745 – 1815), che questo *passùk* allude al fatto che, se una persona è *tahor* – pura, evidentemente non ha viaggiato. Questo perché, quando una persona viaggia, è più difficile custodire la propria *kedushà* (cioè custodire i propri pensieri e i propri occhi).

Un ragazzo disse al Lev Simchà di Gur *zt'l* (Rebbe Simcha Bunim Alter *zt'l*; Polonia, 1898 – Israele, 1992) che gli risultava difficile proteggere i propri occhi quando camminava per strada. Il Lev Simchà rispose: “Allora non camminare per strada”. Poi il Lev Simchà rimase in silenzio per alcuni istanti e disse: “Se pensi a parole di Torà mentre cammini per strada, non vedrai nulla”.

Quando la mente è occupata con la Torà, anche se accidentalmente una persona vede ciò che non dovrebbe vedere, questo non lascia un'impronta nella sua mente.

Soprattutto perché egli si sente elevato grazie ai suoi santi pensieri di Torà e non desidera pensare o vedere cose che lo renderebbero impuro. Perciò, pensare a parole di Torà aiuta una persona a proteggere i propri occhi.

Il Rav di Belz (Rebbe Shalom Rokeach *zt'l*; Ucraina, 1781 – 1855) *zt'l* consigliava di studiare il *Maharsha* come *segulà* per avere pensieri puri. Non conosciamo la ragione di questo consiglio, ma una cosa è certa: si può comprendere un *Maharsha* su un *Tosafot* soltanto dopo aver compreso molto bene il *Tosafot*. E si può comprendere un *Tosafot* soltanto dopo aver conosciuto chiaramente la *ghemarà*. Dunque, per studiare *Maharsha*, bisogna imparare molto bene la *ghemarà* e il *Tosafot*. Quando una persona fa questo, la sua mente è concentrata sulla Torà, e ciò purificherà i suoi pensieri.

Se una persona ripassa la *ghemarà*, il *Tosafot*, il *Maharsha*, ecc., mentre cammina per strada, questo l'aiuterà a proteggere i propri occhi.

26. Rebbe Avraham Weinberg *zt'l* (Bielorussia, 1884 – 1933), terzo rebbes della dinastia *chassidica* di Slonim.

che custodire gli occhi è una *segulà* – atto propizio per la *parnassà* – sostentamento materiale, poiché è scritto: **אֲשֶׁר אַתֶּם זֵינִים**, *“dietro ai quali vi smarrite”*, e **זֵינִים** deriva dalla parola *מוֹזוֹנוֹת*, sostentamento.

È scritto (*Yeshayahu* 33:15-16): **וְעַצְמֵי עֵינָיו מִרְאוֹת בְּרָע הוּא מְרוֹמִים יִשְׁכֵּן מַצְדּוֹת סְלָעִים מְשֻׁגְבוֹ לֶחֱמוֹ נָתַן מִיָּמָיו נֶאֱמָנִים**, *“Colui che chiude i suoi occhi dal vedere il male dimorerà nelle altezze; fortezze di roccia saranno il suo rifugio; il suo pane gli sarà dato e la sua acqua sarà assicurata”*. Rashi scrive: *“[Una persona che protegge i propri occhi] non dovrà cercare il pane, perché il Cielo glielo darà... Tutti i suoi bisogni le saranno forniti”*. Questo significa che proteggere gli occhi è

una *segulà* per ricevere *parnassà* e ogni necessità.

È scritto (*Bamidbar* 11:7): **וְהָמָן כְּזֶרַע גֹּד הוּא וְעֵינוֹ כְּעֵין הַבְּדֹלֶחַ**, *“La manna era come seme di coriandolo e il suo aspetto era come l’aspetto del cristallo”*. La manna rappresenta la *parnassà*. La Torà ci dice: **וְעֵינוֹ כְּעֵין הַבְּדֹלֶחַ**, *“i suoi occhi erano come cristallo”*, cioè quando gli occhi di una persona sono limpidi e puri, il che significa che custodisce i propri occhi, riceverà manna, ossia *parnassà*.²⁷

È scritto (*Tehillim* 145:15): **עֵינֵי כָל אֱלֹהִים יִשְׁבְּרוּ וְאַתָּה נוֹתֵן לָהֶם אֶת הַכֶּלֶם בְּעֵתוֹ**, *“Gli occhi di tutti sperano in Te, e Tu dai loro il cibo al momento opportuno”*. La parola *יִשְׁבְּרוּ* può anche essere tradotta come *“rompere”*. Il *passuk*

27. È scritto (*Shmuel* I 16:7): **כִּי הָאָדָם יִרְאֶה לְעֵינָיו וְה' יִרְאֶה לְלֵבָב**, *“L’uomo vede ciò che appare agli occhi, mentre Hashem vede nel cuore”*.

Il Bet Yisrael *zt'l* (Rav Yisrael Alter *zt'l*; Polonia 1895 – Israele 1977) disse che **לְלֵבָב** è l’acronimo di **לֶחֶם בְּגֵד בֵּית**, *“pane, vestiti, casa”*. Questo significa che, se una persona custodisce i propri occhi, **ה' יִרְאֶה לֵבָב**, Hashem provvederà a tutti i suoi bisogni, e non le mancherà nulla.

sta quindi insegnando che se una persona “rompe” i propri occhi, cioè li custodisce, allora avrà *parnassà*.

Proteggere gli occhi possiede anche altre *segulòt*, come ad esempio garantire una buona memoria.

Una volta qualcuno si recò dal Magghìd di Brisk e gli chiese una *segulà* per migliorare la propria memoria, poiché sentiva che essa era diventata molto debole e continuava a peggiorare. Il Magghìd di Brisk rispose: “Perché hai bisogno di cercare una *segulà*? Ogni giorno pronunci già la *segulà*, come è scritto (15:39-40): וְלֹא תִתּוּרוּ אַחֲרֵי לְבַבְכֶּם וְאַחֲרֵי עֵינֵיכֶם... לְמַעַן תִּזְכְּרוּ, ‘Non devierete seguendo il vostro cuore e i vostri occhi... affinché vi ricordiate”.

Il Magghìd di Brisk riporta questa storia nel suo *sefer* גִּיא חֲזוֹן (stampato insieme a Machaze Einayim) e

scrive: “Questo avviene perché guardare una *averà*, e i pensieri di *averà*, indeboliscono la memoria di una persona. Questo è certo e tutti gli studiosi della medicina concordano su ciò”.

Il Magghìd di Brisk porta una prova da Rav Yosef e Rav Sheshet della *ghemarà*, entrambi dotati di una memoria fenomenale nella Torà. Rav Yosef veniva chiamato Sinai (si veda *Berachot* 64a), e Rashi spiega che ciò avveniva “perché era esperto in tutte le *braytot*”. La *ghemarà* (*Eruvin* 67a) racconta inoltre che Rav Chisda provava imbarazzo davanti alla straordinaria memoria e competenza di Rav Sheshet.

Ora, Rav Yosef e Rav Sheshet erano entrambi ciechi. Questo suggerisce che quando una persona non contamina i propri occhi, merita una memoria eccezionale.²⁸

28. Questa storia avvenne qualche anno fa. Un giovane cominciò

Il Reshit Chochmà²⁹ (*Shaar HaKedushà* cap. 8, citando *Tikkunei Zohar* p.128a) insegna che l'occhio possiede quattro colori. (Sebbene sembri che l'occhio abbia soltanto tre colori, vi sono paesi in cui alcune persone ne hanno quattro. Inoltre, osservando attentamente, si può notare attorno all'iride un sottile anello di un altro colore).

Il bianco dell'occhio rappresenta gli oceani che circondano il mondo. L'anello colorato rappresenta tutte le nazioni del mondo. Il colore successivo, l'iride, rappresenta Yerushalayim. La pupilla dell'occhio rappresenta il *Kodesh*

a diventare molto smemorato. Dimenticava sia parole di Torà sia questioni mondane. Inoltre, soffriva di problemi di salute e aveva difficoltà di *parnassà*.

Si recò dai medici per capire perché stesse perdendo la memoria. Di martedì, *parashà Shelach* 2013 – תשפ"ג, un medico gli disse che, dopo tutti gli esami effettuati, non erano riusciti a trovare una soluzione.

Due giorni dopo (giovedì, *parashà Shelach*), ascoltò uno *shiur* sulla *parashà* e sentì questa *segulà* riportata nel *Machaze Einayim*: quando una persona protegge i propri occhi, ciò è una *segulà* per una buona memoria.

Egli esaminò le proprie azioni e si rese conto che da molto tempo non era stato attento ai propri occhi. Prese quindi una *kabbalà* – buon proposito di proteggere i propri occhi e di studiare il *sefer Machaze Einayim*, poiché desiderava fortemente riottenere la propria memoria. Quel desiderio era più forte dello *yetzer harà* che lo incoraggiava a guardare ovunque desiderasse.

Pochi giorni dopo, sentì che le cose stavano migliorando. La sua memoria ritornò. Anche la sua salute migliorò, ed egli uscì dalle difficoltà economiche nelle quali si trovava da molto tempo.

29. Opera *kabbalistica* di Rabbi Eliyhau de Vidas *zy'a* (Israele, 1518 – 1592), basata principalmente sul *Sèfer HaZòhar*.

HaKodashim, il luogo più santo del mondo.

Comprendiamo da questo che se una persona non custodisce i propri occhi, sta contaminando i luoghi più santi del mondo. Al contrario, comprendiamo che se una persona custodisce attentamente i propri occhi, merita che la *Shechinà* – Presenza Divina dimori con lei.

Un ulteriore beneficio della *shemiràt einàyim* è che essa salva da ogni sofferenza. Il Tikkunei Zohar³⁰ (*Tikun* 70, p.31a) afferma: כל דינן תליין בדיבורא וכן, בעינין, “Tutti i giudizi dipendono dalla parola e dagli occhi”, come affermano i nostri

chachamim z'l (*Bava Batra* 131a): אין לו לדיין אלא מה שעניו רואות, “Un giudice possiede soltanto ciò che i suoi occhi vedono”.

Alluso in queste parole vi è il fatto che i *dinim* giungono quando le persone non custodiscono i propri occhi.

Al contrario, la ricompensa per custodire gli occhi è molto grande. Rabbenu Yonà³¹ (*Iggeret HaTeshuvà* 19:20) insegna: “Quando una persona non alza i propri occhi, i suoi occhi meriteranno di vedere 'בנועם ה', 'la dolcezza di Hashem'. Questa è la sua ricompensa, *middà keneghed middà* – misura per misura. Come affermano i nostri

30. Appendice in aramaico allo *Zohar*, di Rabbi Shimòn bar Yochai *zt'l* e suo figlio Rabbi Elazar *zt'l*, che consiste di vari commenti *kabbalistici* sulla parola iniziale della Torà “*Bereshit*”, e contiene molti insegnamenti segreti e profondi.

31. Rabbi Yonà ben Avraham Gerondi, noto anche come Rabbenu Yonà (Girona, 1180 – Toledo, 1263); fu rabbino, filosofo e moralista (*baal musàr*), cugino del famoso RaMBaN.

chachamim ז'ל (*Vayikrà Rabbà* 23:13): 'Chi abbassa i propri occhi per non guardare le *arayot*, meriterà di vedere la *Shechinà*, come è scritto (*Yeshayahu* 33:15): וְעֵצָם עֵינָיו מִרְאוֹת בָּרַע, "Colui che chiude i suoi occhi dal vedere il male", e subito dopo è scritto (*ibid.* 33:17): מֶלֶךְ בִּיפְיוֹ תִּתְחַזֵּינָה עֵינֶיךָ, "Il Re nella Sua bellezza i tuoi occhi contempleranno".³²

La preziosità del tempo

Una mattina presto, il Rebbe di Radishitz³³ ז'ל disse: "È arrivato un ospite speciale oggi. È la sua

prima visita. Non tornerà più, quindi voglio onorarlo adeguatamente. L'ospite è 'oggi', è arrivato oggi e non tornerà mai più..." perché il tempo sprecato è perso per sempre.

Il Chafetz Chaim³⁴ ז'ל raccontò il seguente *mashàl* - parabola:

Un semplice contadino salvò la vita del re. Per ricompensarlo, il re disse al contadino che in una certa data, potrà entrare nella sua tesoreria e avrà il permesso di prendere

32. *Bederech tzachùt* - scherzosamente: In questo mondo, una stanza si illumina quando si alza l'interruttore della luce. Quando invece si abbassa l'interruttore, tutto diventa buio.

Come è noto, questo mondo è l'esatto opposto del Mondo Futuro. Là avviene il contrario: se una persona abbassa il proprio sguardo, vi sarà luce per lei; ma quando alza i propri occhi, vi è oscurità.

33. Rebbe Yissachar Dov Ber Baron ז'ל (1765 - 1843), fondatore e primo rebbe della dinastia *chassidica* di Radoshitz.

34. Rabbi Yisrael Meir (HaKoen) Kagan Poupko ז'ל (Russia, 1838 - Polonia, 1933), autorità halachica in quanto autore della *Mishnà Berurà* sullo *Shulchan Aruch*, e autore dell'opera "Chafetz Chaim" sulle leggi di *lashon harà* - maldicenza.

quanto desidera, per un'ora.

Quando arrivò il giorno della ricompensa, il re temette che il contadino potesse prendere troppo. Così, il re si informò riguardo al contadino e scoprì il tipo di cibi che piacciono al contadino e il genere di musica che apprezza.

Il re allestì nei pressi della tesoreria una bancarella con il cibo preferito dal contadino, mentre una banda suonava la sua musica preferita.

Il contadino non riuscì a resistere, si fermò a mangiare il cibo che tanto amava e nel frattempo guardava la banda suonare le sue canzoni preferite. Quando fu pronto per entrare rimanevano solo

pochi minuti. L'ora era quasi giunta al termine e lui non aveva ancora iniziato a raccogliere la sua ricompensa.

Il *nimshàl* è: le persone si distraggono per inseguire piaceri mondani e si dimenticano di prendere l'immensa ricompensa che spetta loro.

Il Ben Ish Chai³⁵ *zt'l* narra il seguente *mashàl*:

C'erano una volta due signori benestanti che discutevano costantemente riguardo chi fosse il più benestante tra i due. Era importante per loro saperlo, in quanto il più ricco era quello ad avere l'ultima parola in città. Discussero la questione per svariati anni.

35. Rav Yosef Hayim *zt'l* (Baghdad, 1832 - 1909), noto anche come il Ben Ish Chai dal titolo della sua opera più nota, è stato il leader della comunità ebraica di Baghdad, grande studioso di Torà e maestro di *kabbalà*, tra le principali autorità *halachiche* degli ebrei sefarditi.

Un giorno decisero di mettersi alla prova, una volta per tutte. Sarebbero andati all'oceano e ognuno di loro avrebbe buttato i propri soldi in acqua, centesimo per centesimo. Colui che si sarebbe fermato per primo avrebbe dimostrato di non voler perdere così tanti soldi. Quello che avrebbe continuato a buttare i soldi nel mare avrebbe dimostrato di avere così tanti soldi che questa perdita non è niente per lui. Questo attesta che è più ricco.

Il concorso ebbe inizio e, dopo un po', uno dei due si fermò. L'altro stava ancora buttando monete nel mare. Apparentemente, aveva così tanti soldi che non gli importava di

perdere tutte quelle monete. Tutti erano sbalorditi dalla sua immensa ricchezza.

In seguito si scoprì che stava buttando monete finte, ed era per questo che non gli importava di buttarle nel mare.

Il *nimshàl* è che quando si butta il tempo, è segno che non gli dà valore. Chi dà valore al tempo non lo butta via³⁶.

Nella *ghemarà* (*Chaghià* 5b) si afferma: "Rav Idi (il padre di Rav Yakov bar Idi) viaggiava tre mesi, stava un giorno nel *bet midràsh* di Rav [e poi riprendeva il viaggio di tre mesi per tornare a casa]".

Rashi spiega che Rav Idi viveva lontano dalla *yeshivà* di Rav – tre mesi di viaggio.

36. Alcuni usano dare un orologio d'oro allo sposo. È per ricordargli che il tempo è prezioso come l'oro.

Il Lev Simchà *zt'l* aggiunge che l'orologio d'oro è soltanto l'involucro del tempo. L'involucro è sempre meno prezioso del suo contenuto. Se l'involucro è fatto d'oro, dimostra che il tempo ha molto più valore.

Ogni anno, dopo *Pesach*, Rav Idi partiva per il viaggio di tre mesi per la *yeshivà*, poi impiegava tre mesi per tornare a casa, per poter essere a casa per *Sukkòt* (poiché è una *mitzvà* essere a casa per le festività, per fare contenta la moglie).

La *ghemmarà* scrive che gli studenti della *yeshivà* iniziarono a chiamarlo בר ביה רב דחד יומא, “Uno studente della *yeshivà* di Rav per un giorno”. Rav Idi sentì che lo prendevano in giro. Rabbi Yochanan gli disse: “Per favore, non punire gli studenti”. In altre parole, non doveva arrabbiarsi con gli studenti, perché poteva portare a una punizione degli studenti.

Allora, Rabbi Yochanan entrò nel *bet midràsh* e insegnò la seguente lezione: כל העוסק בתורה אפילו יום אחד בשנה – מעלה עליו הכתוב עסק כל השנה כולה, “Chiunque studi Torà anche solo un giorno all’anno il *passùk* lo

considera come se avesse studiato Torà tutto l’anno”.

Rabbi Yochanan aggiunge che lo stesso vale per le punizioni – un giorno di peccato è contato con se si fosse peccato tutto l’anno. Lo troviamo nella *parashà* di questa settimana. Dato che i *meraglim* avevano peccato per quaranta giorni – i giorni in cui avevano spiato nella terra – la loro punizione fu che dovettero rimanere nel deserto per quarant’anni. Come è scritto (14: 34): כמספר הימים אשר תרתם את הארץ, “[quarant’anni nel deserto] corrispondono al numero di giorni che esplorarono la Terra”. Rabbi Yochanan chiede: “Ma peccarono per quarant’anni? Peccarono soltanto quaranta giorni! Questo ci dice che chiunque pecchi, anche se solo per un giorno, è considerato come se avesse peccato tutto l’anno”.

Il Chatàm Sofè³⁷ *zt'l* dice:

37. Rabbi Moses Schreiber *zt'l* (Germania, 1762 – 1839), rav dell’odierna

In base al principio che la ricompensa è 500 volte superiore alla punizione³⁸, se una persona serve Hashem solo un giorno all'anno è considerato come se avesse servito Hashem per cinquecento anni!

La *ghemarà* (*Pesachim* 94b) afferma che la distanza tra il cielo e la terra è una camminata di cinquecento anni.

Con questa informazione, il Chatàm Sofèr spiega il *passùk*: לָמַעַן יִרְבוּ יְמֵיכֶם... בְּיָמֵי הַשָּׁמַיִם עַל הָאָרֶץ. Questo comporta che, facendo la volontà di Hashem, i tuoi giorni aumenteranno, e ogni

giorno verrà valutato בְּיָמֵי הַשָּׁמַיִם, come la distanza di cinquecento anni tra il cielo e la terra. Questo è quanto vale ogni giorno in cui servi Hashem. È come se avessi servito Hashem per cinquecento anni.

Se servi Hashem per un altro giorno, sarà come se avessi servito Hashem per mille anni e così via.

Quando pensiamo a questi concetti, possiamo capire quanto sia prezioso il tempo. Si può guadagnare una ricompensa così grande con un solo giorno in cui serviamo Hashem.

Bratislava, dove fondò una *yeshivà*, e forte oppositore del movimento reform.

38. I nostri *chachamim* z'l dicono: מִדָּה טוֹבָה מְרֻבָּה עַל מִדַּת פּוֹרְעֵנוּיִת חֹמֶשׁ מֵאוֹת: פעמים, “L’attributo di Hashem di concedere bontà è cinquecento volte superiore al Suo attributo di punire”.