

a cura di
Emanuele Pacifici

“HIGGERETH MUSAR - LETTERA MORALE,,
di R. Moshè ben Nachman

UN MESSAGGIO DI UMILTÀ
DAL FONDO DEI SECOLI

Presentazione e traduzione dall'ebraico
di Alberto A. Piattelli



ROMA 5742 - 1982

Offerto dai genitori

Eliana e Nessim

in onore di

ISABELLA ESTHER HAZAN

da oggi nuova figlia

d'Israele.

Roma 24 Elul 5742

12 Settembre 1982

PRESENTAZIONE

Tra i vari e numerosi scritti di Rabbì Moshè ben Nachman (RaMBaN, 1194-1270), talmudista, esegeta e filosofo, un posto particolare occupa la famosa Higgereth Musar (Lettera morale) da lui inviata al figlio Nachman.

Argomento della lettera è l'esaltazione dell'umiltà e della modestia, virtù intese quale fondamento della vita umana, atte a proteggere dal peccato e ad infondere in ciascuno sicurezza e soddisfazione per il proprio stato, doti ritenute necessarie affinché sull'uomo « si posi lo spirito della Presenza Divina (Shechinà) e lo splendore della Sua gloria ».

La popolarità della Lettera morale è da ricercarsi soprattutto nei motivi semplici ed umani, nelle idee sempre ricche di attualità e nell'espressione calda e suadente; anzi tutti questi motivi hanno fatto sì che la Lettera venisse introdotta perfino nel Formulario di Preghiere (Siddur). Secondo una tradizione assai diffusa, RaMBaN inviò la Lettera al figlio, rimasto in Spagna, proprio da Erez Israel dove il Rabbino si era

trasferito il 9 Elul 5027 (1267) all'età di 73 anni. La Lettera, scritta dal Rabbino ultrasettantenne, assume il significato di un testamento spirituale, in cui si ritrovano le linee fondamentali della vita e del pensiero del Maestro.

Il messaggio contenuto nella Lettera, non è rivolto soltanto al figlio Nachman, il quale sia per età che per cultura non era certo un ragazzo da essere ammestrato, bensì ad ogni membro del popolo d'Israele.

אגרת הרמב"ן לבנו

שמע בני מוסר אביך ואל תטוש תורת אמן; תתנהג תמיד לדבר כל דברין בנחת לכל אדם ובכל עת, וזוה תנצל מן הכעס שהיא מדה רעה להתטיא בני אדם, וכן אמרו רז"ל, כל הכועס כלימיני גיהנום שולטין בו, שנאמר הסר כעס מלבך והעכר רעה מכשרך, ואין רעה אלא גיהנום, שנאמר וגם רשע ליום רעה, וכאשר תנצל מן הכעס תעלה על לבך מדת הענוה שהיא מדה טובה מכל המדות הטובות, שנאמר עקב ענוה יראת ה', ובעבור הענוה תעלה על לבך מדת היראה כי חתן אל לבך תמיד מאין באת ולאן אתה תולך ושאתה רמה ותולעה כחייך ואף כי במותך, ולפני מי אתה עתיד ליתן דין ותשבון לפני מלך הכבוד, שנאמר, הנה השמים ושמי השמים לא יכלכלוך אף כי לבות בני אדם, ונאמר, הלא את השמים ואת הארץ אני מלא נאם ה'.

וכאשר תחשוב את כל אלה תירא את בוראך ותשמור מן החטא ובמדה האלה תהיה שמח בחלקך, וכאשר תתנהג במדת הענוה להתבייש מכל אדם ולפחד ממנו ומן החטא, אז תשרה עליך רוח השכינה וזיו כבודו והיי עולם הבא, ועתה בני דע וראה כי המתגאה בלבו על הבריות מורד הוא במלכות שמים כי מתסאר הוא בלבוש מלכות שמים שנאמר, ה' מלך גאות לבש, וכמה יתגאת לב האדם, אם בעושר, ה' מוריש ומעשיר, ואם בכבוד, הלא לחי הוא, שנאמר, והעושר והכבוד מלפניך, ואין מתסאר בכבוד קונו, ואם מתסאר בתכמתה מסיר שסת לנאמנים וטעם זקנים יקח, נמצא הכל שות לפני המקום, כי באמו משטיל גאים וברצונו מגביה שפלים, לכן השמל עצמך ויגשאר המקום.

ע"כ אמרש לך, איך תתנהג במדת הענוה ללכת בה תמיד, כל דברין יחיו בנחת וראשך כמוף ועיגין יביטו למטה לארץ ולבך למעלה, ואל תבט בפני אדם בדברך עמו, וכל אדם יהיה גדול ממך בעיניך, ואם אדם עשיר הוא או חכם עליך לכבודו ואם רש הוא ואתה עשיר או חכם ממנו חשוב בלבך כי אתה חייב ממנו והוא זכאי ממך, שאם הוא חוטא הוא שוגג ואתה מויד בכל דרכיך ומתשבותיך, ובכל עת חשוב בלבך כאלו אתה עומד לפני הקב"ה ושכינתא עליך כי כבודו מלא עולם, ודברין יהיו באימה וכיראת כעבר לפני רבו, ותתבייש מכל אדם ואם יקראך איש אל תענונו בקול רם רק בנחת כעומד לפני רבו, והיי זהיר לקרא בחורה תמיד אשר תוכל לקיימה, וכאשר תקום מן הספר תחמש באשר למדת אם יש בו דבר אשר תוכל לקיימו ותחשמש במעשיך בבקר ובערב, וזוה יהיו כל ימיך בתשובה, והסר כל דברי העולם מלבך בעת ותמלה והכן לבך לפני המקום ב"ה וטהר רעיונך וחשוב הדיבור קודם שתוציאנו מפיך, וכן תעשה כל ימי חיי הבלך בכל דבר ודבר ולא תחטא וזוה יחיו דברין ומתשבותיך ישרים ותמלתך תהיה זכה וזכרה ונקיה ומכונה ומקובלת לפני המקום ב"ה שנאמר, תכין לבם תקשיב אונך.

תקרא האגרת הזאת פעם אחת בשבוע ולא תמחות לקיימה וללכת בה תמיד אתר השי"ת למען תצליח בכל דרכיך ותזכה לעולם תבא תצטון לצדיקים, ובכל יום שתקראנה יענך מן השמים כאשר יעלה על לבך לשאול עד עולם אמן סלת.

« *Figlio mio, ascolta l'ammonimento di tuo padre e non allontanarti dall'insegnamento di tua madre* » (Proverbi 1:8). Prendi l'abitudine di parlare con calma con qualunque persona ed in ogni momento. Grazie a ciò ti potrai considerare salvo dall'ira, vizio cattivo perché induce l'uomo a peccare. Questo d'altronde hanno affermato i Maestri quando hanno detto (Nedarim 22^a): « *Chiunque si adira è come se su di lui dominassero tutte le specie di Gheinnom; poiché è scritto: « Allontana l'ira dal tuo cuore se vuoi tenere lontano il dolore dalla tua carne » (Ecclesiaste 11:10) e, come si sa, il dolore non è altro che il Gheinnom, secondo quanto è scritto: « Il malvagio è destinato al giorno del dolore » (Proverbi 16:4) ».*

Non appena sarai salvo dal vizio dell'ira comincerai a porre mente alla modestia, la migliore fra tutte le altre virtù, come sta scritto: « *Premio dell'umiltà è il timore di Dio* » (Proverbi 22:4).

Grazie alla modestia, ti verrà dunque in mente il timore di Dio, perché allora ti domanderai: da dove sono venuto? Dove vado? Ti porrai il problema come ciascun uomo sia bachi e vermi in vita e tanto più dopo la morte. Rifletterai, davanti a Chi dovrai rendere conto e ragione, cioè dinanzi al Re la cui gloria riempie tutta la terra, come è detto: « *I cieli non ti possono contenere* » (I Re 8:27), « *tanto più i cuori degli uomini* » (Proverbi 15:11), ed ancora: « *Non*

riempio Io forse il cielo e la terra? » (Geremia 23:24).

Allorché penserai a tutte queste cose, avrai il timore del tuo Creatore e starai attento dal commettere peccato. Facendo tue queste virtù, sarai lieto e soddisfatto qualunque sorte ti tocchi.

Comportandoti con modestia, ovvero nell'esser umile di fronte al prossimo e timoroso del peccato di fronte al Creatore, si poserà su di te, lo spirito della Presenza divina (*Shechinà*) e lo splendore della Sua gloria; con ciò godrai della vita in questo mondo e nel mondo avvenire.

Sappi, figlio mio, che invece colui il quale insuperbisce è come se si ribellasse al potere divino, in quanto è come se si vestisse dell'abito che appartiene al Signore, perché è detto: « *Il Signore regna rivestito di maestà* » (Salmo 93:1).

Ma per quale ragione insuperbisce il cuore degli uomini? Forse per la ricchezza? Ma è il Signore « *che fa diventare poveri e che fa arricchire* » (I Samuele 2:7). Forse per l'onore? Anche questo proviene dal Signore, come è detto: « *L'onore e la ricchezza da Te provengono* » (I Cronache 29:12). Ma forse l'uomo insuperbisce per la propria sapienza? Ecco che è scritto: « *(Dio) toglie la favella agli uomini autorevoli e allontana il senno dai sapienti* » (Giobbe 12:20). Da ciò si può dedurre che ogni cosa proviene da Lui, che sia benedetto: in un attimo d'ira abbatte i superbi

e con un atto di volontà innalza gli umili. Sii pertanto sempre umile perché il Signore provvederà ad innalzarti.

Perciò voglio spiegarti come dovrai comportarti seguendo questa virtù. Ogni tuo discorso sia espresso con calma ed affabilità; il tuo capo sia curvo; i tuoi occhi guardino a terra mentre il tuo cuore è rivolto in alto. Non guardare fisso negli occhi di chi ti parla; ogni uomo appaia ai tuoi occhi più grande di te.

Se un uomo è saggio oppure ricco, è tuo dovere rendergli onore; ma se lui è povero e tu sei più ricco o più saggio di lui, ricordati che tu hai dei doveri nei suoi confronti, mentre quello non ne ha alcuno verso di te. Se quello commette un peccato, per lui sarebbe considerato trasgressione involontaria, mentre per te l'atto da lui compiuto varrebbe come una vera colpa.

Poi, durante ogni tua azione, tuo discorso e tuo pensiero, considera come se ti trovassi davanti al Signore e come se la Presenza Divina (*Shechinà*) fosse sopra di te: perché la Sua gloria riempie il mondo. Così pure le tue parole siano espresse con riverenza e timore, come fa un servo davanti al suo padrone.

Abbi rispetto di ogni uomo; se qualcuno ti chiama non rispondergli con voce eccitata, ma con affabilità e voce contenuta, come se ti trovassi davanti a persona autorevole.

Sii assiduo nello studio della Torà, grazie al quale arriverai a metterla in pratica. Anzi quando ti riposerai dallo studio, ripensa a quello che hai imparato, e può darsi che ti venga in mente qualche cosa che tu possa adempiere subito.

Passa in rassegna, al mattino e alla sera, ogni tua azione: in questo modo, tutti i tuoi giorni passeranno in continuo pentimento (*teshuvà*).

Quando preghi, allontana dal tuo cuore ogni cosa mondana; disponi il tuo spirito davanti al Signore; purifica i tuoi pensieri; pensa a quello che vuoi dire prima di parlare, e fa così per qualsiasi tua azione, ogni giorno della tua vita, sicché tu non commetta peccato. Di conseguenza tutte le tue azioni saranno rette e la tua preghiera sarà limpida e pura, rivolta al Signore e da Questo accettata, secondo quanto è detto: « *Quando il loro cuore è ben disposto, Tu porgerai ascolto* » (Salmo 10:17).

Figlio mio, leggi questa lettera una volta alla settimana; non mancare di metterla in pratica; cammina sempre dietro al Signore, benedetto Egli sia.

Avrai allora senz'altro successo in tutte le opere e meriterai tutto il bene riservato ai giusti.