

17 di Elul – Il respiro della vita

Inserito il 25 agosto 2021

17 Elul - 25 agosto

In ebraico, la parola *respiro* è sinonimo di forza vitale, non solo in modo meccanicistico, il respiro è più del nostro prendere ed espellere l'aria, è ciò che dà vita, e significa anima.

All'inizio del libro della Genesi leggiamo che “L'Eterno Dio plasmò l'essere umano (*ha'adam*) dalla polvere della terra. Dio soffiò nelle sue narici un alito di vita e la creatura (*ha'adam*) divenne un essere vivente”. Genesi 2:7

E nel libro dei Proverbi leggiamo:

נִרְיָהוּהָ נְשִׁמַת אָדָם חַיִּי כָּל־חֲדָרַי־בָּטֶן:

Il soffio vitale dell'umanità è la luce dell'Eterno, che rivela tutte le sue parti più intime.

Esistono cinque diverse parole usate per indicare l'anima: *nefesh*, *ruach*, *neshamà*, *chayà* e *yechidà* (vedi Bereishit rabbà 14:9). La lingua ebraica è generalmente molto parsimoniosa, relativamente poche radici verbali si espandono per dare senso ad una pletera di significati. Ma qui abbiamo cinque aspetti diversi del nostro unico sé umano.

Rav Saadia Gaon ha spiegato così le diverse parole:

“... Quando [l'anima] è attaccata al corpo, si possono vedere tre abilità: – il potere di scelta – il potere del desiderio – il potere della rabbia. Perciò, nella nostra lingua, è chiamato con tre nomi: *nefesh*, *ruach* e *neshamà*.”

...“*nefesh*” ha il potere del desiderio, vediamo ad esempio la frase “per il desiderio della tua *nefesh*” (Devarim 12:20), “la sua *nefesh* fu soddisfatta del desiderio” (Giobbe 33:20).

E il “*ru'ach*” contiene il potere di essere infastidito e arrabbiato, quando dice “non diventare vuoto attraverso il tuo *ru'ach* arrabbiandoti” (Kohelet 7:9).

E la “*neshamà*” ha il potere della saggezza, come dice “la '*Neshamà*' di Shakaai li capirà” (Giobbe 32:8).

A causa di questi tratti diversi potremmo dire che uno di loro è nel cuore e l'altro nel resto del corpo. Piuttosto, tutti e tre sono solo nell'anima (*nefesh*). Quindi è diventato necessario aggiungere più parole: "chayahà" e "yechidà". È chiamata "chayahà" perché vive a causa del Creatore e "yechidà" perché è unica per l'umanità.

Secondo Rav Saadia Gaon, ognuno di noi ha un'anima indivisibile con aspetti diversi. Abbiamo il desiderio, che ci attrae verso le persone e abbiamo la rabbia che ci allontana. E infine, abbiamo pensiero/conoscenza/saggezza.

Con ogni respiro che facciamo, diamo la priorità a uno degli aspetti: muoverci verso gli altri o allontanarli, o cercare di capire o semplicemente aspettare il prossimo respiro. Ma in ogni momento siamo unici e ogni respiro che facciamo è un dono del nostro creatore.

L'unica vera domanda che abbiamo è: come stiamo usando il nostro io vivente e respirante per rendere il nostro mondo un posto migliore?

traduzione dall'inglese di Eva Mangialajo Rantzer

17th Elul – the breath of life

Posted on August 25, 2021

Elul 17 - 25 August

In Hebrew, breath is synonymous with the life force, not just in a mechanistic way, but breath is more than our intake or expulsion of air, it is that which animates us, and signifies the soul.

At the beginning of the book of Genesis we read that "The Eternal God formed the human being (ha'adam) from the dust of the earth. God blew into their nostrils the breath of life, and the creature (ha'adam) became a living being. Genesis 2:7

And In the book of Proverbs we read:

גַּרְיָהוּהָ נְשַׁמַּת אָדָם הַיֵּשׁ כָּל־חַדְרֵי־בֶטֶן:

The lifebreath of humanity is the light of the Eternal, Revealing all their inmost parts.

There are five different words used for the soul – nefesh, ruach, neshamah, chayah, and yechidah (see Bereishit rabbah 14:9) The Hebrew language is generally very sparing, relatively few verbal roots expand to mean a plethora of meaning. But here we have five different aspects to our unique human selves.

Rav Saadia Gaon explained the different words thus:

“ .. When [the soul] is attached to the body, one can see it three abilities: – the power of choice – the power of desire – the power of anger Therefore it is called in our language by three names: nefesh, ruach and neshamah.

...”nefesh” has the power of desire, we see for example the phrase “for the desire of your nefesh” (Devarim 12:20), “his nefesh was satisfied of desire” (Job 33:20).

And the “ru’ach” contains the power of being annoyed and angry, when it says “do not become empty through your ru’ach by getting angry” (Kohelet 7:9),

And the “neshamah” has the power of wisdom, as it says “the ‘Neshamah’ of Shakaai will understand them” (Job 32:8).

Because of these different traits we might say that that one of them is in the heart and the other in the rest of the body. Rather, all three are in the soul (nefesh) alone. So it became necessary to add more words: “chayah” and “yechidah”. It is called “chayah” because it lives on account of the Creator, and “yechidah” because this is unique to humankind.

According to Rav Saadia Gaon, we each have one indivisible soul with different aspects. We have desire, which draws us towards people and we have anger which drives us away. And finally, we have thought/ knowledge /Wisdom.

With every breath we take, we prioritise one of the aspects – moving towards others or driving them away, or trying to understand or simply waiting for the next breath. But at all times we are unique, and every breath we take is a gift from our creator.

The only real question we have is – how are we using our living breathing selves to make ourselves an our world a better place.

