

# עשרת הדיברות

# LE DIECI PAROLE

**“Il Signore pronunciò tutte queste parole...” (Shemòt 20, 1)**



*A cura di Ruth Mussi e della redazione Area Cultura insegnanti Zeraim*

**“Io sono il Signore tuo Dio, il quale ti trasse dalla terra d’Egitto, dalla casa degli schiavi...”**

La yetziat mitzraim è il fondamento dell’ebraismo e da questo racconto apprendiamo il comandamento della fede assoluta in Dio.

*Ma c'è qualcos'altro:*

Le prime parole che Dio rivolge al popolo d’Israele sono: *«Io sono il Signore, tuo Dio, che ti ha fatto uscire dal paese d’Egitto, dalla casa della schiavitù»*

*questo è il Suo “biglietto da visita”:*

perciò si presenta dicendo: "Io sono Colui che ha visto il tuo dolore e la tua sofferenza in Egitto, sono Colui che si è preso cura di te quando eri nei guai e ti ha fatto uscire da lì".



Il comportamento di Hashem durante l'Esodo dall'Egitto costituisce per noi un modello di comportamento morale e giusto da imitare.

---

*Proprio come Egli ha notato le nostre difficoltà, ci ha redenti dall'Egitto, ci ha aiutato quando eravamo deboli e privati dei nostri diritti, così dovremmo comportarci anche noi nei confronti degli altri.*

- Chi intorno a te deve essere aiutato?
- Riesci a vedere il dolore di chi è intorno a te ? Vuoi aiutarlo?
- Quanta forza abbiamo noi, esseri umani, a volte fragili e privi di poteri, a volte ancora troppo piccoli o troppo giovani, per aiutare gli altri?



**«Non avrai altri dèi di fronte a Me. Non ti farai idolo, né immagine alcuna di quanto è lassù in cielo né di quanto è laggiù in terra. Non ti prostrerai davanti a loro e non li servirai...»**

L'idolatria, avodah zarah, è la schiavitù delle forze esterne, che può portare a comportamenti immorali, al punto che non sono più veramente me stesso perdendo l'immagine di Dio che è dentro di me.

*Immaginiamo* una persona la cui intera vita ruota attorno a una cosa sola che vale più di ogni: il denaro . Per esso è disposto a mentire, imbrogliare, corrompere e persino calpestare gli altri.

Una persona simile è schiava e la sua idolatria è la ricerca del denaro. Sta perdendo i suoi valori fondamentali, il suo codice morale. In realtà, perde sé stesso.



La venerazione di quali altri elementi esterni può diventare un'idolatria? Il desiderio di essere popolari? Cercare l'approvazione costante degli altri? L'onore dagli altri? La bellezza? I like?

---

Descrivi come si rischia a dirigersi verso l'idolatria. Qual è il confine?

- Pensare che noi facciamo tutto da soli è "credere in poteri diversi da quello di Hashem", secondo te?
- Quali elementi della routine ebraica di ogni giorno prevengono la sensazione di onnipotenza, del "faccio tutto solo io"?
- Come si trova l'equilibrio tra auto venerazione e umiltà?



## » Non pronunciare invano il Nome dell'Eterno»

Questo comandamento riguarda fundamentalmente il divieto di giurare invano nel nome di Dio:

- **un nome non è solo una parola.** Quando chiamiamo qualcosa con il suo nome, esprimiamo il nostro atteggiamento nei suoi confronti. Se giuriamo nel Suo nome, invano o falsamente, in realtà Lo stiamo sminuendo e svalutando.

- c'è un'altra dimensione profonda in questo detto, che è espressa nei seguenti versetti:

“Il Signore t’erigerà a popolo sacro a lui, come ti giurò; poscia che osserverai i comandamenti del Signore, Iddio tuo, e seguirai le sue vie [i suoi dettami]. E tutti i popoli della terra scorgeranno **che il nome del Signore è chiamato su di te...**” (Devarim 28, 9,10). Vale a dire che, in virtù della nostra appartenenza al popolo d'Israele, **ognuno di noi porta su di sé il nome di Hashem.**

- cosa significa “portare su di me il nome del Signore”?

**Noi siamo i suoi “rappresentanti”** su questa terra, siamo stati creati a Sua immagine e la esprimiamo nei nostri comportamenti verso chiunque: amando il nostro prossimo, fornendo aiuto, mostrando gentilezza, vivendo concretamente le Dieci Parole.

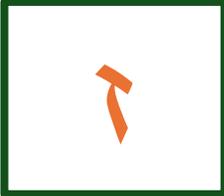


Ognuno di noi è tenuto a rappresentare con rispetto il nome di Dio che viene invocato su di lui.

---

Ogni persona porta con sé molti nomi: il suo nome, il suo cognome, il nome della sua città, il nome del suo paese e il nome del suo popolo, che deve rappresentare con onore in ogni momento, in ogni luogo e in ogni situazione.

- Quando onorate il nome della vostra famiglia?
- Quando onorate il nome del popolo di Israel?
- Quali sono le azioni da evitare per non “disonorare” il nome del popolo di Israele?



## “Ricordati del giorno di Sabato, per santificarlo.”

**Shabbat:** ognuno di noi sente questa parola e si riempie di attesa e calma. Anche se i preparativi sono tanti, Shabbat rappresenta un «assaggio» dal mondo a venire: Meein Olam Habà. (...Che non sappiamo come sarà e che immaginiamo pieno di gioia e senza fatiche). Lo Shabbat ha un messaggio morale, educativo e sociale.

Il Kiddush di Shabbat commemora l'Esodo dall'Egitto, la liberazione del popolo ebraico dalla schiavitù alla libertà. Pertanto, durante lo Shabbat ci liberiamo dalla schiavitù del denaro, dagli schermi, dallo status sociale e dai tanti stimoli che ci opprimono durante tutta la settimana.

Lo Shabbat è come una stazione di servizio settimanale che ci «*fa il pieno*» e ci aiuta a “ricalcolare” il nostro percorso di vita. Durante lo Shabbat abbiamo l'opportunità di essere più vicini a noi stessi. Ci fermiamo per un attimo la corsa della vita, ci “ritiriamo” dagli studi, dal lavoro e ci riconnettiamo con noi stessi, con la nostra famiglia, con i nostri amici, con la tradizione del nostro popolo. In altre parole: pensiamo alle cose che contano davvero per noi.

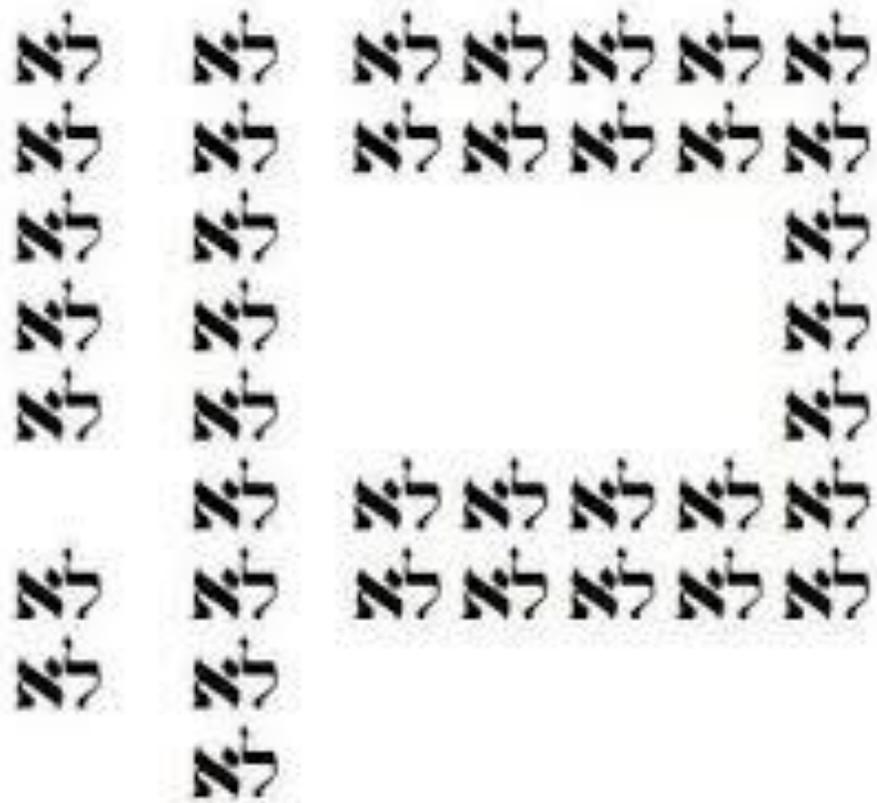
Nel breve racconto “Menuchà” di Agnon (1941), un vecchio, fedele e devoto ad Hashem, rivolge a Moshè una richiesta particolare:

*” Gli disse: «Non chiedo ricchezze, né figli, né che i miei raccolti siano sottomessi all'aratro, né che il mio raccolto non si secchi, né che i miei granai siano benedetti. Ma che cosa chiedo? **Chiedo un po' di riposo.** Per favore, Moshe, non dimenticarmi lassù e se resterò in vita ancora per molti giorni, non dimenticherò la tua gentilezza”*

*Mosè ascese al cielo e ricevette le ultime tavole. Quando giunse il momento della sua discesa, Mosè disse al Santo, Benedetto: "Signore dell'universo, c'è un vecchio che è giusto e temente di Dio. Per favore, trova un po' di riposo per quel vecchio.”.*

*Il Santo, benedetto, disse a Moshè:” Figlio di Amram, stai chiedendo una cosa impossibile". Mosè rispose: "Dio non voglia che ci sia impotenza lassù! Non hai forse scritto nella Tua Torah: 'La mano del Signore (non) si accorcerà?'»*

*Il Santo, benedetto Egli sia, disse a Mosè: "**Tutto ciò che ho creato, l'ho creato in sei giorni, ma non ho creato il riposo**".*



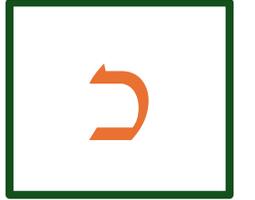
Esaminate I No che creano i Si di Shabbat, da rav Nir Menussi.

Racconta come lo Shabbat ti *“fa il pieno”* per tutta la settimana.

Qual è l’usanza di Shabbat più amata nella tua famiglia ?

---

- Chi deve creare il riposo, l’uomo o Dio?
- È facile per l’uomo creare il suo riposo da solo?
- Che ruolo hanno i molti divieti dello Shabbat per la creazione e mantenimento del riposo?



**“Onora tuo padre e tua madre, affinché si prolunghino i tuoi giorni sulla terra che il Signore tuo Dio sta per darti”.**

Durante l'adolescenza, ci sentiamo abbastanza maturi per decidere su noi stessi senza l'approvazione dei nostri genitori, e ciò talvolta causa tensione, discussioni ed espressioni di mancanza di rispetto nei loro confronti.

In alcuni ambiti ne sappiamo di più e abbiamo la sensazione che i nostri genitori non capiscano veramente cosa stiamo attraversando. Così, le nostre conversazioni diventano discussioni accese sulla “paghetta”, sui vestiti, sui compiti, sul tempo trascorso davanti agli schermi, sull'ora del rientro a casa...

Non dobbiamo accettare la loro opinione in ogni ambito, tuttavia, quando manteniamo un clima di rispetto e gratitudine nei loro confronti, scopriremo che possiamo trarre beneficio sia dalla loro esperienza, dai loro valori e dai loro buoni consigli, sia dallo sviluppo della nostra personalità e identità.



**“Onora tuo padre e tua madre, affinché si prolunghino i tuoi giorni sulla terra che il Signore tuo Dio è per darti”.**

Perché alla fine è scritto “Affinché si prolunghino i tuoi giorni sulla terra”?

Perché è scritto di **onorare prima** il padre **e poi** la madre. In un altro versetto della Torah, viene viceversa anticipato il timore verso la madre:” Ciascuno di voi **dovrà avere timore di sua madre e suo padre** “(Vaikrà 19,3).

Perché? Quale differenza tra onorare e temere?



Il comandamento ci insegna che dobbiamo preservare il rispetto verso nei confronti dei nostri genitori, anche quando iniziamo a sentirci adulti.

---

- Esiste un limite al rispetto dei genitori? Quando è più difficile rispettare i nostri genitori? In giovinezza o vecchiaia?
- Fino a dove arriva la mitzvà di onorare il padre e la madre?
- Rambam nelle Hilchot Mamrim 6,7 scrive:
- *«Se uno dei genitori ha sperperato tutti i beni di famiglia causando danno economico non si può svergognarli, o mostrare dispiacere per ciò che hanno fatto, né tanto meno arrabbiarsi con loro. Si deve accettare ciò che dice la Torah e tacere».*



## “Non uccidere”

L'omicidio è un atto terribile ed è chiaro che nessuno di noi vuole essere un assassino.

In che modo, dunque, il comandamento “*Non uccidere*” è rilevante per noi?

Lo è nella misura in cui è riferito quotidianamente al modo in cui risolviamo i conflitti. Purtroppo, in molti casi le persone scelgono di risolvere le controversie con mezzi violenti. Siamo tutti esposti alla violenza: fisica, verbale, psicologica e altro ancora. I media pubblicano storie difficili di violenza domestica, omicidi per un parcheggio o per una sedia a sdraio in spiaggia, accoltellamenti da parte di ubriachi che litigano per una sciocchezza e bullismo a scuola. I film e i videogiochi sono pieni di violenza e ci siamo abituati a vederla attorno a noi e forse siamo diventati un po' indifferenti ad essa. Le controversie non si risolvono con la violenza, l'allarmismo, il silenzio e l'eliminazione dell'altro.

La violenza (אלימות - *alimut*) assomiglia alla parola mutismo (אילמות - *ilmut*), una debolezza interiore che ci impedisce di parlare delle nostre difficoltà e di raggiungere un accordo o un compromesso pacifico.

Il comandamento “*Non uccidere*” ci indirizza verso uno stile di vita basato su: ascolto, rispetto, tolleranza, pazienza, moderazione, umiltà, dialogo e, soprattutto, sulla pace.

## Edward Burne-Jones, XIX secolo, Inghilterra.



Caino brandisce un grosso bastone e afferra Abele per i capelli, prima di picchiarlo a morte. Abele giace nudo ai piedi di Caino e lo guarda con dolore mentre quest'ultimo cerca di impedire il suo gesto con le proprie mani. Il volto di Caino è girato dall'altra parte rispetto all'osservatore. Sullo sfondo si vedono gli altari dei fratelli: l'offerta di Caino resta senza risposta, mentre quella di Abele arde con un grande fuoco.

- “E disse Caino ad Abele suo fratello e accade che, mentre si trovavano nel campo, Caino si levò contro suo fratello Abele e lo uccise” (Bereshit 4,8).
- 
- Cosa manca in questo versetto? Come potete completarlo? I maestri hanno notato che ove non c'è il dialogo s'introduce la violenza. Per quale motivo i due fratelli non sono riusciti a dialogare ?

**Il Midrash Bereshit Rabbà (parashà 22,7)** ci fornisce diverse ragioni alla base di possibili conflitti:

- rivalità economico –sociale** tra i nomadi, rappresentati da Abele che era un pastore e i proprietari dei terreni, rappresentati da Caino che era un contadino
- rivalità affettiva**: i fratelli litigano per ottenere l'esclusività dell'affetto materno
- rivalità ideologica**: sulla terra di chi verrà costruito il Beit hamikdash.

Un esempio dei tre motivi classici di litigio e disaccordo.

- Pensate a tre esempi storici di rivalità che si sono conclusi con omicidi.



## “Non commettere adulterio”

Tutti noi cerchiamo l'amore che dà un senso alla vita, ci rende felici e ci fa progredire.

Il comandamento “*Non commettere adulterio*” ci insegna che per meritare il vero amore dobbiamo essere fedeli. Quando ci si concentra solo su se stessi e si agisce solo in base a ciò che si ha voglia di fare in quel momento, senza pensare all'altra persona e alle conseguenze delle proprie azioni, non si ama veramente.

Amare è investire, *impegnarsi e mantenere la lealtà* anche quando è difficile e le tentazioni sono ovunque. Solo su queste basi di lealtà l'amore è autentico, può crescere nel tempo e diventare stabile.

Potremmo pensare erroneamente che il detto “*Non commettere adulterio*” sia rilevante solo quando saremo sposati, ma non è così: lealtà e amore vero sono valori che dobbiamo acquisire fin da piccoli.

.



Per creare connessioni autentiche e significative nelle nostre vite le nostre relazioni sociali oggi dovrebbero già essere caratterizzati da una sincera cura e lealtà verso gli altri.

---

- Elencate le coppie menzionate nel Tanakh.
- Quale coppia rappresenta meglio per voi i valori di fedeltà e lealtà? Perché?



## “Non rubare”

Quando ci viene detto “*Non rubare*”, pensiamo subito a un rapinatore mascherato, a un'irruzione in una banca o a furti di iPhone, biciclette e simili.

Il comandamento “*Non rubare*” è molto importante perché ci incoraggia a riconoscere che il concetto di furto è rilevante per ognuno di noi e che tutti possiamo facilmente commettere un errore e rubare.

Il rischio di furto è presente in numerose situazioni: utilizzare l'attrezzatura di un amico senza il suo permesso, copiare durante un esame ( גנבת דעת gnevat daat- “rubare la mente”).

Anche far perdere tempo a un commesso in un negozio o assaggiare prodotti alimentari in un supermercato senza l'intenzione di acquistarli sono considerati furti.

La domanda evidente è: perché la gente ruba? È chiaro a tutti noi che si tratta di un atto negativo che danneggia tutti i soggetti coinvolti e la società nel suo complesso. In realtà, chi ruba è una persona che cerca scorciatoie per raggiungere il suo obiettivo. Non capisce che il percorso è importante tanto quanto la meta e che ciò che ha ottenuto disonestamente non è veramente suo. Proprio come l'oro falso: luccicante ma senza valore.

.



## «Non pronunciare falsa testimonianza...»

Il comandamento “*Non dire falsa testimonianza contro il tuo prossimo*” parla del divieto di dare falsa testimonianza in tribunale. In realtà, esiste più di un “tribunale” di fronte al quale veniamo giudicati: la “corte” degli amici, della classe, della famiglia, dello status, dei “mi piace” su Facebook, dei messaggi di testo su WhatsApp e altro ancora.

Anche in questi contesti è vietato “dare” testimonianza falsa sugli altri. Questo discorso è particolarmente importante durante la delicata fase dell'adolescenza. Purtroppo, le parole feriscono in qualsiasi modo e spesso causano situazioni di isolamento, angoscia e depressione.

Il comandamento ci insegna quanto sia potente **il potere della parola** e ci incoraggia a usare solo parole che facciano del bene agli altri e a noi stessi. La realtà spesso dimostra che il danno verbale ai nostri sentimenti, alla nostra reputazione, al nostro status, fa molto più male del danno fisico.



Abarbanel che vede nei dieci comandamenti una sintesi per tutte le Mitzvot della Torah dice: “Nel divieto di deporre una falsa testimonianza..

---

... è incluso anche il non prendere in giro il suo compagno, non fare Lashon Harà, non spettegolare, non svergognare una persona in pubblico e altre cose simili”.

- Raccontare una bugia per offendere è, ovviamente, proibito. E raccontare una bugia per motivi positivi che “aumentano la pace, la serenità, l’armonia nel mondo” è permesso, secondo voi?
- Perché la Torah deve aggiungere anche “Ti terrai lontano da qualsiasi cosa falsa” (Shemot 23, 7)? Cosa aggiunge al divieto nei dieci comandamenti? E come si fa?



**“Non desiderare la casa del tuo prossimo, non desiderare la moglie del tuo prossimo, il suo servo, la sua serva, il suo bue, il suo asino, né alcuna cosa appartenente al tuo prossimo.”**

Talvolta commettiamo l'errore di pensare che la felicità risieda nei successi esteriori. Ci confrontiamo con gli altri e immaginiamo che se solo avessimo i soldi, gli amici, lo status sociale, i voti, la famiglia, l'aspetto dell'altro, allora saremmo sicuramente felici.

Ma non è così.

Il comandamento “*Non desiderare*” ci insegna che è sbagliato vivere nell’avidità e nell’invidia verso gli altri. Non è lì che risiede la nostra felicità. La persona avida entra in un terribile circolo vizioso. Non è contento di ciò che ha, brama ciò che hanno gli altri per poi scoprire di essere ancora più infelice.

Il comandamento “Non desiderare” ci spinge a prestare attenzione a tutte le cose buone che abbiamo nella NOSTRA vita: i talenti, i successi, gli amici, la salute, la famiglia e le opportunità che il mondo ci offre.



Guardate questo fumetto! Può essere una buona soluzione, secondo voi?

“Chi è considerato ricco? Colui che si accontenta con la sua parte (che li ha elargito Hashem)”. (Mishnà Avot 4,1)

---

- Come possiamo allenarci ad essere contenti con le benedizioni che abbiamo nella nostra vita?

C'è chi scrive meticolosamente un elenco di ringraziamenti per le belle cose che ha nella sua vita ogni giorno prima di andare a dormire. Vorresti provare anche tu?



“*Non desiderare*” - è un comandamento  
sull’emozione o sulle azioni?

“Chi è considerato un ricco? Colui che si accontenta con la sua parte (che li ha elargito Hashem)”. (Mishnà Avot 4,1)

---

- C’è chi sostiene che quest’ultimo è il comandamento più difficile dai comandamenti. Siete d’accordo?



 **Wordwall**



**Interactive  
Activities**



*gubecovr*

Per svelare cosa si nasconde dietro al punto interrogativo:

---

- IL GIOCO DEGLI ABBINAMENTI  
Scegli a quale «detto» abbineresti l'immagine?
- Il gioco sarà bilingue:

*in ebraico*

<https://wordwall.net/it/resource/92778473/%d7%a2%d7%a9%d7%a8%d7%aa-%d7%94%d7%93%d7%99%d7%91%d7%a8%d7%95%d7%aa>

*in italiano*

<https://wordwall.net/it/resource/92789241/le-dieci-parole>