

Intro

Le Tre Preghiere Giornaliere Tefilloth

Siddur Ebreo-Messianico Giornaliero

Secondo la legge Ebraica abbiamo il dovere di pregare tre volte al giorno, la mattina, il pomeriggio e la sera. Tali preghiere sono denominate Shacharit, preghiera del mattino), Minchà, preghiera del pomeriggio, e Arvit o Ma'ariv, preghiera della sera.

I nostri saggi spiegano che l'usanza di pregare tre volte al giorno fu originariamente istituita dai nostri Patriarchi: Abramo, Isacco, e Giacobbe. Abramo introdusse la preghiera del mattino, Isacco del pomeriggio e Giacobbe ne aggiunse una la sera.

Nello Zohar e negli insegnamenti Chassidici Chabad, viene spiegato che ognuno dei tre Patriarchi rappresentò una qualità particolare nel servizio di Hashem (Dio).

Abramo servì Hashem (Dio) con amore, Isacco con timore, Giacobbe con misericordia. Pur avendo uno le qualità dell'altro, ognuno di essi ne aveva una particolare posta più in evidenza. Abramo si distinse nella qualità della gentilezza o bontà, *chessed*, ed amore, *ahavà*. Isacco eccelse specialmente nella qualità della giustizia stretta, *din* e reverenza *yirat Hashem*, mentre Giacobbe le accreditò entrambe, facendo risultare la combinazione in una nuova qualità, l'equilibrata e durevole virtù della verità *emet* e misericordia, *rachamim*.

Noi, figli di Abramo, Isacco e Giacobbe, abbiamo ereditato tutte le tre qualità dei nostri Patriarchi, e queste ci abilitano nel servire Hashem (Dio) con amore, timore, misericordia.

La qualità della misericordia ci pervade quando realizziamo che la nostra anima è parte della Divinità e proviamo per essa pietà, così spesso distratta da Hashem (Dio), a causa degli aspetti materiali della vita quotidiana.

Quando ricevemmo la Torà nel monte Sinai, il nostro stile di vita fu determinato da Hashem (Dio). Torà vuol dire insegnamento, guida, istituzione poiché essa comprende ogni dettaglio della nostra vita quotidiana.

La Torà contiene 613 precetti tra essi vi è il comandamento “servire Hashem (Dio) con tutto il tuo cuore e tutta la tua anima”.

Come serviamo Hashem (Dio) con il cuore?

Pregandolo, così facendo, non solo adempiamo al comandamento di pregare Hashem (Dio), ma anche ad altri comandamenti, come amare Hashem (Dio), temerlo, che sono comandamenti separati,

Durante il primo millennio, e così, dal tempo di Moshe Rabbenu, non ci fu un ordine stabilito di preghiera.

Ciascuno aveva il dovere di pregare Hashem (Dio) quotidianamente, ma lo stile, le ricorrenze giornaliere dipendevano dall'individuo.

C'era comunque, un ordine preciso nel Beth Hamikdash in connessione con i sacrifici quotidiani, mattina e pomeriggio, mentre i sacrifici della sera si estendevano fino a notte nei giorni speciali, come Shabbatot, Rosh Chodesh festività vi erano anche sacrifici addizionali chiamate Musàf.

Dunque, non era forse raro per alcuni ebrei pregare tre volte al giorno, mattina, sera e notte, a loro proprio modo, il Re David per esempio, dichiarò che egli pregava tre volte al giorno, e così dicasi di Daniele (in Babilonia), il quale guardava in direzione di Gerusalemme.

È evidente che anche durante il periodo del primo Bet Hamikdash esistevano luoghi pubblici di preghiera chiamati Bet Hamikdash, che i Caldeani (babilonesi) distrussero insieme a Gerusalemme, ed il Bet Hamikdash.

Dopo che il Bet Hamikdash fu distrutto e gli ebrei condotti in cattività a Babilonia essi continuarono a riunirsi e pregare in congregazione. I luoghi di preghiera divennero come piccoli santuari - Bet Mikdash Me'at - ma durante gli anni dell'esilio, i bambini nati ed educati a Babilonia non avevano una conoscenza adeguata della lingua sacra (ebraico) e parlavano una lingua mista. Così, quando gli ebrei, passati i trent'anni d'esilio, tornarono alla terra madre, Ezra lo Scriba insieme ai profeti e i saggi, (120 membri in tutto) stabilirono il testo della preghiera giornaliera, Shemone Esre, l'Amidà - le diciotto benedizioni) e resero istituzione permanente e dovere nella vita ebraica recitare questa preghiera tre volte al giorno. Da allora ciò divenne parte della legge Ebraica: pregare in tale ordine stabilito, tre volte al giorno, corrispondente ai sacrifici quotidiani del Bet Hamikdash con le preghiere di Musàf di Shabbat Rosh Chodesh e festività ed una speciale preghiera di chiusura di Yom Kippur.

Tali sono le parti principali delle preghiere quotidiane formulate dai nostri saggi: lo Shemà e l'Amidà, tutt'oggi parti essenziali del nostro servizio mattutino e serale, mentre l'Amidà è la parte principale del servizio di Minchà. I salmi quotidiani cantati dai Leviti nel Beth Hamikdash, entrarono a far parte della preghiera del mattino così come altri salmi di David, e altri ancora prima e dopo lo Shemà.

Dal tempo in cui la Mishnà fu redatta da Rabbi Judah il principe (anno 3910 circa - 500 anni dopo Ezra) e specialmente dall'epoca in cui fu completato il Talmùd (circa 300 anni più tardi o 1500 anni fa) l'ordine basilare delle nostre preghiere rimase formulato così come lo conosciamo ora.

Tefilloth e B'rachot

La tefillà (plurale Tefilloth), tradotta il più delle volte con la parola preghiera, è una forma di espressione di un sentimento e di un desiderio dell'uomo.

La tefillà può essere spontanea o riflessa. Quella spontanea non è soggetta a regole di tempo, contenuto o forma: quando l'uomo decide di esprimere i suoi sentimenti a Hashem (Dio) si ha la preghiera spontanea (un esempio di raccolta di tali Tefilloth è il libro dei salmi).

La tefillà riflessa non è improvvisa, a seconda dello stato d'animo, ma è un dovere. L'uomo infatti al di là dei suoi stati d'animo che lo portano a pregare, deve ricordarsi di D.o e ringraziarlo. Per questo la Tefillah è regolata da diverse norme: va recitata quotidianamente in precisi momenti della giornata. Le tre Tefilloth sono: Shacharit quella del mattino, Minchà quella del pomeriggio e quella della sera, prima che cominci la notte Arvith.

Queste Tefilloth sono state istituite dai tre patriarchi, Abramo, Isacco e Giacobbe (Avram, Yitzhak e Yaacov in ebraico). La tefillà è composta dalle Zemiroth (canti), cioè un complesso di inni e salmi. La parte principale della Tefillah è composta da: lo Shemà, una preghiera fondamentale per gli Ebrei: in questo brano sono contenute precise norme della vita quotidiana dell'Ebreo, come la Mezuzah i tefillin e gli Tzitzit il dovere di insegnare ai figli la Torah ed inoltre il primo brano ribadisce che Hashem (Dio) è uno solo (concetto di monoteismo fondamentale).

L'Amidà, composta da 19 benedizioni da recitare in piedi rivolti verso il Kotel, il Muro che rimane del Tempio di Gerusalemme: queste benedizioni sono di inno ad Hashem (Dio), preghiera, omaggio e ringraziamento e si chiede tra le altre cose l'intelligenza, l'espiazione delle colpe, la salute, la protezione divina e la benedizione e la pace ad Israele. Questi sono i punti essenziali della tefillà di tutti i giorni feriali.(nelle festività e shabbat vi sono aggiunte e modifiche).

Preghiere del Mattino

Shacharit

Le preghiere del Mattino di Shabbat iniziano come per gli altri giorni della settimana. Si recita (secondo la tradizione Ashkenazita) il Salmo 19, 34, 90, 91, 135, 136, 33, 92, 93. Gli Ebrei sefarditi mantengono un ordine liturgico diverso, aggiungendo numerosi salmi e due poesie religiose. La preghiera Nishmata viene recitata alla fine del Pesukei D'Zimrah. Le benedizioni prima della Shemà sono estese e includono l'inno El Adon, che è spesso cantato in coro. La quarta benedizione dell'Amidah Shacharit inizia con Yismach Moshe. Il rotolo della Torah è estratto dall'Arca e se ne legge la Porzione settimanale (Parasha), seguita dalla Haftarah.

Da recitare lo Shemà

Shemà in ebraico: שמע שמע Ascolta (a volte detto Shemà Israel; in ebraico: שמע ישראל)

Ascolta Israele il Signore è nostro Hashem (Dio). Il Signore è uno. Benedetto il Suo nome glorioso per sempre. E amerai il Signore Hashem (Dio) tuo con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutte le tue forze. E metterai queste parole che Io, Hashem (Dio) ti comando oggi, nel tuo cuore, e le insegnerai ai tuoi figli, pronunciandole quando riposi in casa, quando cammini per la strada, quando ti addormenti e quando ti alzi. E le legherai al tuo braccio, e le userai come separatore tra i tuoi occhi, e le scriverai sugli stipiti della tua casa e sulle tue porte (delle città). E sarà, se ascolterete i Miei comandamenti, che oggi vi dò, di amare il vostro Hashem (Dio) e di onorarlo con tutto il vostro cuore, con tutta la vostra anima e con tutte le vostre forze, (allora) vi darò rugiada per le vostre terre, pioggia primaverile ed estiva, così raccoglierete le vostre granaglie, il vostro vino ed il vostro olio, e darò erba per il tuo bestiame, e mangerete e sarete soddisfatti. Ma guardatevi dall'aprire i vostri cuori a rivolgervi al culto di altri dei, e di adorarli, perché (allora) l'ira di Hashem (Dio) sarà contro di voi, e chiuderà il cielo, e non ci sarà rugiada, e la terra non darà il suo prodotto, e

passerete (sarete estinti) rapidamente dalla buona terra che Hashem (Dio) vi ha dato. E (quindi) mettete queste parole nel vostro cuore e nella vostra anima, e siano come parole sulle vostre mani e tra i vostri occhi, e insegnatele ai vostri figli, e pronunciatele quando riposare nelle vostre case, quando camminate per strada, quando vi addormentate e quando vi alzate, e scrivetele sugli stipiti delle vostre case e sulle vostre porte. Così saranno moltiplicati i vostri giorni e di giorni dei vostri figli nella terra che Hashem (Dio) promise ai vostri padri di dare loro, per tanto quanto durano i giorni del cielo sulla terra. E Hashem (Dio) disse a Mosè: di ai figli di Israele di fare d'ora in poi delle frange agli angoli dei loro vestiti, e vi sia un filo azzurro in ognuna di queste frange. Questi saranno i vostri tzitzit, e guardandoli ricorderete i precetti divini, e li osserverete, e non seguirete i (vezzi del) vostro cuore e (le immagini dei) vostri occhi, che vi fanno deviare seguendoli. Così ricorderete e osserverete tutti i precetti, e sarete santi per il vostro Hashem (Dio). Io sono il Signore Hashem (Dio) vostro, che vi ha fatto uscire dalla terra di Egitto per essere il vostro Hashem (Dio), Io sono il Signore, vostro Hashem (Dio).

Da recitare l'Amidah

L'Amidah, plur. Amidot in ebraico: תפילת העמידה

La parola significa letteralmente "posizione in piedi", e dà il suo nome al momento centrale delle tre preghiere quotidiane. E' detta anche shemoneh 'esreh, cioè "diciotto benedizioni".

Come dice la parola stessa, è recitata in piedi e con molta concentrazione, prima sottovoce da ognuno degli oranti, e poi ad alta voce dal chazzan. Durante la preghiera si volge il viso in direzione del Tempio di Gerusalemme, indicata di norma in sinagoga, ma anche in casa, da una piastra decorata detta mizrach, che significa oriente. La 'Amidah è anche detta Tefillah, cioè preghiera per antonomasia.

A secondo del momento in cui si recita, la 'amidah è composta da 18 o 19 benedizioni:

- Benedetto Tu, Signore, difensore di Abramo
- Benedetto Tu, Signore, che resusciti i morti (ai tempi futuri del Messia)
- Benedetto Tu, Signore, Hashem (Dio) santo
- Benedetto Tu, Signore, che concedi la conoscenza

Preghiere Giornaliere Ebraiche
Beit Shalom Messianic Congregation, Pozzuoli, Napoli, Italia

- Benedetto Tu, Signore, che accogli la penitenza
- Benedetto Tu, Signore, che vuoi essere indulgente
- Benedetto Tu, Signore, redentore di Israele
- Benedetto Tu, Signore, risanatore dei malati del popolo di Israele
- Benedetto Tu, Signore, che benedici gli anni
- Benedetto Tu, Signore, che raduni i dispersi del Tuo popolo di Israele
- Benedetto Tu, Signore, che infrangi i nemici e umili i malvagi
- Benedetto Tu, Signore, Re che ama la carità e la giustizia
- Benedetto Tu, Signore, costruttore di Gerusalemme
- Benedetto Tu, Signore, che dai vita alla salvezza
- Benedetto Tu, Signore, che ascolti la preghiera
- Benedetto Tu, Signore, che esaudisci nella sventura e rechi salvezza
- Benedetto Tu, Signore, che nella tua pietà farai la Tua residenza (Shekhinah) in Sion
- Benedetto Tu, Signore, il cui Nome è buono e cui dobbiamo rendere omaggio
- Benedetto Tu, Signore, che benedici il Tuo popolo di Israele con la pace

Tachanun

Tachanun o Taḥanun (ebraico: תחנון "Supplica"), chiamata anche nefillat apayim ("cadere con la faccia avanti", prostrarsi), è una preghiera Ebraica che fa parte del servizio liturgico mattutino (Shacharit) e pomeridiano (Mincha), dopo la recitazione della Amidah, parte centrale dei Servizi di preghiera quotidiani. Viene omessa di Shabbat, durante le Festività Ebraiche e in diverse altre occasioni (per es., in presenza di uno sposo il giorno del suo matrimonio sino ai sette giorni dopo, o in presenza di un Mohel, di un Sandak, di un Bar Mitzvah fatto nel giorno del suo compleanno o in occasione di un pasto celebrativo per la conclusione di un trattato del Talmud).

Preghiere del Pomeriggio

Mincha

Minchah o Minha (derivata dalla farina che accompagnava ogni sacrificio) può esser recitata a partire da mezz'ora dopo il mezzogiorno halakhico. Questo orario viene usualmente chiamato Mincha gedola (la "grande Minchà"). Viene recitato preferibilmente dopo Minchà ketana (2,5 ore halakiche prima del tramonto). Idealmente si dovrebbero completare tutte le preghiere prima del calar del sole sebbene molte autorità permettano che Arvit sia recitata fino a notte inoltrata. Gli Ebrei Sefarditi e gli Ebrei Italiani iniziano le preghiere Mincha col Salmo 84 e Korbanot 28:1-8, per continuare poi con il Pittum Hakketoret. La sessione di apertura si conclude con Malachia 3:4. Gli Ashkenaziti occidentali recitano solo i 'Korbanot.

Viene poi recitato Ashrei, che contiene versi dai Salmi 84:5, 144:15 e tutto il Salmo 145, subito seguito da Chatzi Kaddish (metà-Kaddish) e Shemoneh Esreh (o Amidah). Si prosegue con Tachanun, supplicazioni, e poi con tutto il Kaddish. I Sefarditi inseriscono Salmo 67 o 93, poi il Kaddish funebre. Segue, nei riti moderni, l'Aleinu. Nel Tisha B'Av si indossano tallit e tefillin durante la Mincha. I conduttori del Servizio pubblico spesso portano il tallit anche nei giorni normali e devono indossarlo durante i digiuni (Ta'anit).

Kaddish

Sia magnificato e santificato il Suo grande nome, nel mondo che Egli ha creato conforme alla Sua volontà, venga il Suo Regno durante la vostra vita, la vostra esistenza e quella di tutto il popolo d'Israele, presto e nel più breve tempo. Sia il Suo grande nome benedetto per tutta l'eternità. Sia lodato, glorificato, innalzato, elevato, magnificato, celebrato, encomiato, il nome del Santo Benedetto. Egli sia, al di sopra di ogni benedizione, canto, celebrazione, e consolazione che noi pronunciamo in questo mondo.

* [Su Israele e sui nostri Maestri, sui loro allievi e sugli allievi dei loro allievi, che si occupano della santa Torà, che si trovano in questo luogo e che si trovano in qualsiasi altro luogo, vi sia, per noi e per voi, pace e grazia e pietà e misericordia e alimento in larghezza da parte del nostro Hashem (Dio), Signore del cielo e della terra e dite, Amen.]

Scenda dal cielo un'abbondante pace ed una vita felice su di noi e su tutto il popolo d'Israele. Colui che fa regnare la pace nell'alto dei cieli, nella Sua infinita misericordia la accordi anche a noi e a tutto il popolo d'Israele. E così sia*

Questo brano si aggiunge quando si dice il Kaddish dopo la lettura di un brano tratto dal Talmud o dal Midrash.

Kaddish Testo

"Sia innalzato e santificato il nome del Signore, nel mondo da lui creato secondo la sua volontà. Faccia regnare il suo regno nella vostra vita e nei vostri giorni, e nella vita di tutta la stirpe d'Israele, ora e sempre, E dite: Amen. Benedetto il nome del Signore, sulla terra e nell'eternità. Sia benedetto, lodato, onorato, esaltato, magnificato e glorificato il Nome del Santo, sia egli benedetto, oltre ogni benedizione e ogni canto, oltre ogni lode e ogni consolazione che si pronunciano in questo mondo, E dite: Amen, Siano ricevute le preghiere e le suppliche di tutto il popolo d'Israele, davanti al loro padre che è nei cieli, E dite: Amen, Benedetto il nome di Dio, ora e sempre - una grande pace del cielo e la vita sia su noi, e su tutto Israele, e dite: Amen. Ogni aiuto mi viene da Dio che fece la terra e i cieli, Colui che fa la pace nei cieli, su di noi faccia la pace e su tutto Israele, E dite: Amen."

Ashrei

Ashrei è costituita dal Salmo 145, un verso del Salmo 84 e 144 in finale un verso del Salmo 115

Benedizione, canto, celebrazione, e consolazione che noi pronunciamo in questo mondo.

Preghiere della Sera

Ma'ariv/Arvit (Vespro)

In molte congregazioni le preghiere pomeridiane e serali sono recitate in successione durante il giorno lavorativo per evitare che le persone debbano andare in sinagoga due volte. Il Gaon di Vilna scoraggiava questa pratica e i seguaci della sua tradizione di solito aspettano fin dopo il tramonto a recitare Ma'ariv (il nome deriva dalla parola Ebraica "tramonto").

Il servizio inizia con Bar 'chu, la chiamata alla preghiera pubblica formale, e Shema Israel accompagnata da due benedizioni prima e due dopo. Gli ashkenaziti fuori di Israele (ad eccezione di Chabad-Lubavitch e dei seguaci del Gaon di Vilna), aggiungono poi un'altra benedizione (Baruch Adonai le-Olam), che è composta da un insieme di passi

Preghiere Giornaliere Ebraiche
Beit Shalom Messianic Congregation, Pozzuoli, Napoli, Italia

biblici (questa preghiera è anche detta dagli Ebrei Yemeniti Baladi, dentro e fuori Israele). Si prosegue con metà-Kaddish e col Shemoneh Esreh (Amidah), con il Kaddish completo a seguire. I sefarditi poi declamano il Salmo 121, recitano il Kaddish funebre e ripetono il Bar 'chu prima di concludere con l'Aleinu. Gli Ashkenaziti della diaspora non dicono né il Salmo 121, né ripetono il Bar' chu ma concludono con l'Aleinu seguito dal **Kaddish** funebre (in Israele però gli ashkenaziti ripetono il Barechu dopo il Kaddish).