

**Prof. Elena Lea Bartolini – ISSR
Milano A.A. 2023-2024**

VISIONE TRADIZIONALE

- **Nell'ebraico biblico** è difficile individuare un termine che corrisponda al concetto di «anima» separabile dal corpo
- Si parla piuttosto di «**spirito che vive**», utilizzando i termini:
 - ***Ruach***, alito/respiro sia negli esseri umani che negli animali, ma anche vento
 - ***Nefesh***, essere vivente che respira, persona
 - ***Neshamah***, spirito di vita nell'uomo e in ogni essere vivente
- **Inoltre:** il termine ***basar*** (carne) può designare l'essere vivente sia nella sua dimensione corporea che nella sua unitarietà di corpo e spirito
- **Centro vitale della persona è il cuore (*lev*):** sede dei sentimenti, della ragione e della volontà

ESEMPI BIBLICI

*Dio disse: le acque brulichino di **nefesh chajah**, «esseri vivente» (Gen 1,20)*

*Il Signore Dio plasmò lo 'Adam con polvere di 'adamah, soffiò nelle sue narici **nishmat chajim**, «alito di vita», e lo 'Adam divenne **nefesh chajah**, «essere vivente» (Gen 2,7)*

*Per questo l'uomo abbandonerà suo padre e sua madre e si unirà a sua moglie, e saranno un unico **basar**, «unica carne» (Gen 2,24)*

*Il numero totale di **nefesh**, «persone», uscite/nate da Ja'aqov era di settanta **nefesh**, «persone», mentre Josef era in Egitto (Es 1,5)*

*Come la cerva anela ai corsi d'acqua, così **nafshi**, «tutto il mio essere», anela a Te o Dio (Sal 42,2)*

ESEMPI BIBLICI (*Shema' Jisra'el*)

*E amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua **nefesh**, «**persona**», e con tutte le tue risorse/forze (Dt 6,5)*

MISHNAH

Berakhoth IX,5

Ognuno ha il dovere di dire una benedizione sul male così come dice una benedizione sul bene, poiché è detto: *E amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua nefesh, «persona», e con tutte le tue risorse* (Dt 6,5).

Con tutto il tuo cuore: con entrambi i tuoi istinti, l'istinto del bene e l'istinto del male;

con tutta la tua nefesh, «persona»: persino se Egli ti priva della vita;

con tutte le tue risorse: con tutti i tuoi beni

TALMUD

Berakhoth 61b

È stato insegnato: Rabbi Eliezer dice: se è detto *con tutta la tua nefesh, «persona»*, perché era necessario dire anche *con tutte le tue risorse*? E se è detto *con tutte le tue risorse*, perché era necessario dire *con tutta la tua nefesh, «persona»*? [Il motivo per cui è detto così] è piuttosto perché se c'è qualcuno per il quale il proprio corpo è più caro a lui del suo denaro, per lui è detto *con tutta la tua nefesh, «persona»* [perché sappia rinunciare al suo corpo per amore di Dio]. Mentre se c'è qualcuno per il quale il proprio denaro è più caro del proprio corpo, allora per lui è detto *con tutte le tue risorse* [perché sappia rinunciare al suo denaro per amore di Dio]. **Rabbi Aqiva dice:** *con tutta la tua nefesh, «persona»* insegna che devi amare Dio persino se prende la tua *nefesh, «persona»*

TALMUD

Berakhoth 61b

(seguito)

[Rabbi Aqiva viene arrestato dai romani]. Quando lo condussero fuori per metterlo a morte, era giunto il momento della lettura dello *Shema*'. Mentre gli scorticavano la carne con pettini di ferro, Rabbi Aqiva accettava su di sé il giogo del Regno celeste [recitando lo *Shema*']. Gli dissero i suoi discepoli: Maestro, fino a questo punto? Disse loro: per tutta la vita ero turbato da questo versetto: *e amerai il Signore... con tutta la tua nefesh*, «*persona*» (Dt 6,5), persino se prende la tua *neshamah*, «*spirito di vita*», poiché mi dicevo: quando mi capiterà di metterlo in pratica? E ora che mi è capitato, non dovrei metterlo in pratica? E prolungò la parola *'Echad*, «Uno», finché la sua *neshamah*, «*spirito di vita*», si dipartì dal corpo con *'Echad*, «Uno». L'eco di una voce uscì dal Cielo e disse: beato te, Rabbi Aqiva, che la tua *neshamah*, «*spirito di vita*», è uscita dal corpo mentre dicevi *'Echad*, «Uno»

DALLA PREGHIERA DEL RISVEGLIO E DEL MATTINO

Riconosco davanti a Te, Sovrano vivente in eterno, che hai fatto ritornare in me la *neshamah*, «spirito di vita/anima» con misericordia. Grande è la Tua fiducia

Mio Dio, la *neshamah*, «spirito di vita/anima» che hai posto in me è pura. Tu l'hai creata, Tu l'hai insufflata in me e l'hai conservata al mio interno, e la riprenderai da me in futuro, per poi restituirla in me nel futuro a venire. Tutto il tempo che la *neshamah*, «spirito di vita/anima» è in me io ne prendo atto davanti a Te, Signore mio Dio e Dio dei miei antenati. Tu sei fonte di benedizione, o Signore, che restituisce le *neshamoth*, «spiriti di vita/anime» ai corpi senza vita

DAL RITO FUNEBRE

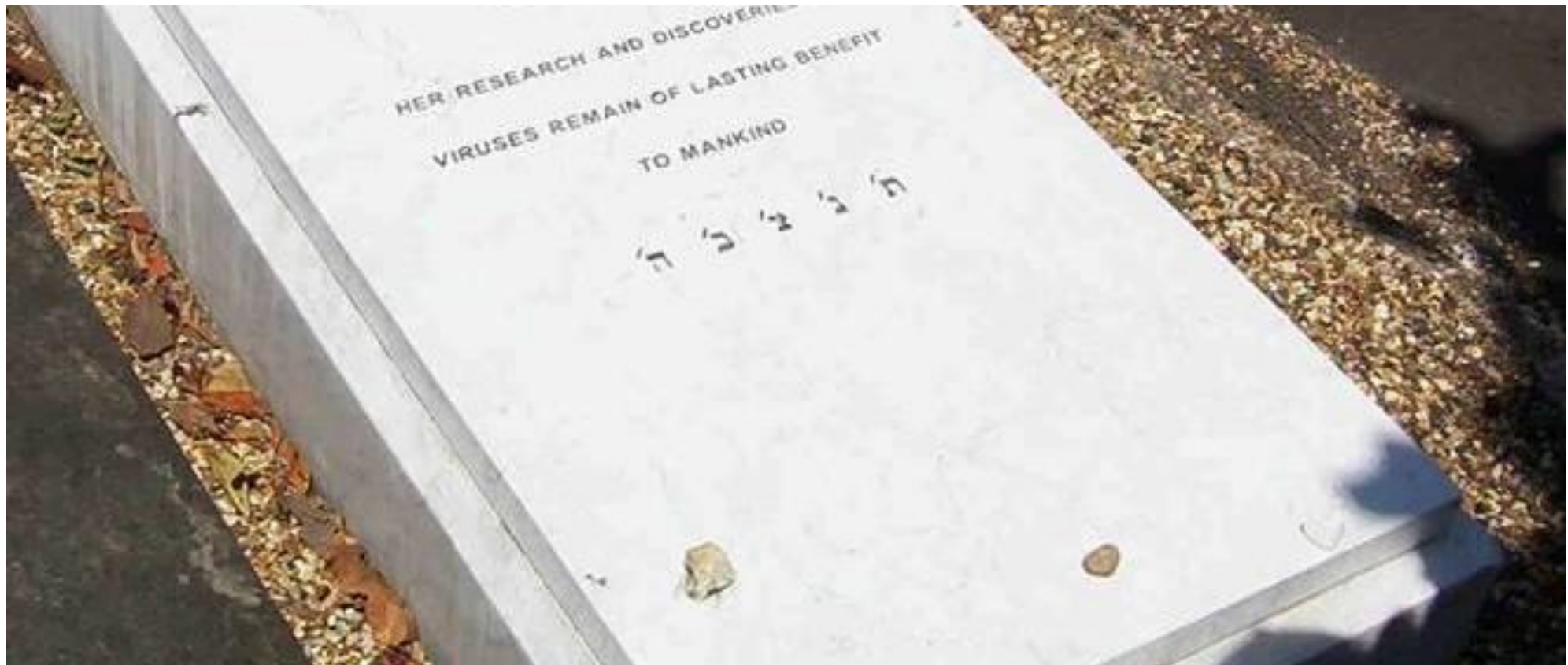
La tua la *neshamah*, «spirito di vita/anima» raggiunga la grotta di Machpelah, quindi salga verso i Cherubini, poi Dio la guidi e là scriva un decreto perché possa compiere il suo sentiero verso il giardino di 'Eden e accedere alla vita eterna

Sia la tua *neshamah*, «spirito di vita/anima» legata a quelle delle persone illustri, dei capi delle accademie di studio, sacerdoti, leviti e gente comune, a quelle delle sette schiere di giusti che ascendono verso il giardino di 'Eden della vita eterna

Possa egli/ella camminare costantemente verso la vita eterna e la sua *nefesh*, «persona/spirito/anima» sia legata/riposi nel vincolo della vita eterna

ת. נ. צ. ב. ח.

Possa la tua *nefesh* (unità di corpo e spirito/anima) essere legata nel fascio della vita





NELLA QABBALAH

SEFER JETZIRAH

(Libro della Creazione)

- La sua composizione si colloca fra il III e l'VIII sec. e.v.
- Risente dell'influsso di correnti mistiche islamiche
- Esiste in due versioni: breve e lunga
- Considera le **lettere dell'alfabeto ebraico** e le loro combinazioni come «**forme cosmiche**» per la creazione, come «**sentieri di saggezza**»
- **Fu tradotto in latino già alla fine del 1400** e attrasse l'attenzione dei primi ebraisti cristiani, come Pico della Mirandola ed Egidio da Viterbo. **Nel 1552 fu stampata a Parigi la prima versione latina, che precede di qualche anno la *editio princeps* mantovana del testo ebraico**



LA RUOTA DELLE 22 LETTERE

- **L'ordine delle lettere** non è lineare ma circolare
- **Si dividono in: 3 madri, 7 doppie, 12 semplici** (cf. testo gnostico di Marcus di Lione, II sec. e.v., che divideva le lettere greche in tre classi ritenute come emanazioni simboliche delle tre potenze che includono il totale degli elementi)
- **Percorrono 32 «sentieri mistici»**
- **32 è il valore numerico di *lev*, «cuore»**

«Trentadue meravigliosi sentieri di sapienza tracciò Iddio Signore delle schiere, Dio di Israele, Dio vivente, Dio onnipotente, *il sommo e l'eccelso colui il cui nome è Santo* (Is 57,15). Creò il suo mondo con tre registri: con la scrittura, il computo e il discorso».

Sefer Jetzirah, 1 – traduzione di G. Busi e E. Loewenthal

TRE DIMENSIONI DELLA CREAZIONE

'OLAM (MONDO)

- **Tre** elementi attivi (fuoco, aria acqua)
- **Sette** corpi visibili del sistema solare (pianeti)
- **Dodici** segni zodiacali

SHANAH (ANNO)

- **Tre** stagioni (calda, fredda, temperata)
- **Sette** giorni della settimana
- **Dodici** mesi lunari

NEFESH come unione della realtà fisica-psichica-spirituale

- **Tre** divisioni principali del corpo (testa-torace-ventre)
- **Sette** aperture del viso
- **Dodici** organi del corpo

PERTANTO

- Esiste una **correlazione fra le parti del cosmo e il corpo umano** significata dalla scansione: Tre, Sette, Dodici che accumuna le tre dimensioni della creazione
- **La materia comprende Tre elementi** attivi primordiali, che tuttavia non sono collegati chimicamente fra loro, ma si modificano a vicenda solo fisicamente
- **La potenza** emana dai Sette e Dodici corpi celesti (pianeti e zodiaco)
- **Il drago** governa il mondo
- **La ruota/sfera** governa il tempo
- **Il cuore** regola tutto il corpo umano

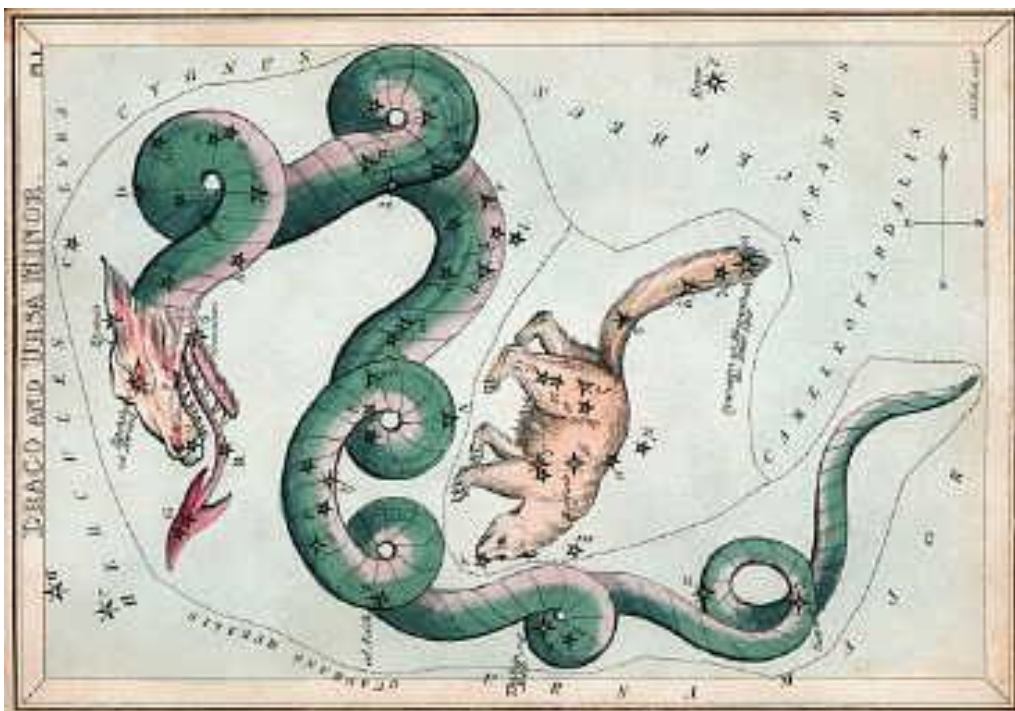
«Il drago nel mondo come un re sul suo trono, la ruota nell'anno come un re nel paese, il cuore nella persona come un re in battaglia»

(*Sefer Jetzirah* 59 – traduzione di G. Busi e E. Loewenthal)



Lettere ebraiche a forma di drago su un Libro di Preghiere ebraico del XIV secolo (Manoscritto Oriental 2733)

Il drago può significare: il serpente oppure i mostri marini descritti nella Bibbia e nei commenti rabbinici



Nell'astrologia ebraica la Costellazione del Dragone è una costellazione circumpolare. **Il Dragone** sta in cima al Polo celeste dando l'apparenza che le stelle siano ad esso in qualche modo «appigliate»

L'immagine è ripresa da una cartolina pubblicata a Londra nel 1825

COME SI PUÒ NOTARE

- Non si tratta ancora di riflessioni strettamente filosofiche
- Il pensiero si articola attraverso **simbolismi e analogie**
- Si lascia all'immaginazione il compito di cogliere i segreti rapporti legati alle diverse realtà a cui il testo rimanda
- **Tale concezione** si diffuse nell'ebraismo spagnolo, all'inizio grazie all'influenza dei neoplatonici ebrei come **'Abraham Ibn 'Ezra** e **'Abraham bar Hijja di Barcellona**, e poi attraverso lo *Zohar*

ZOHAR

(Libro dello splendore)

- Testo classico di riferimento della *qabbalah*, che presenta la **teosofia ebraica** attraverso **lo studio di Dio e dei Suoi attributi (emanazioni)**
- **Attribuito a Rabbi Shim'on bar Jochaj** (II sec. e.v.)
- **Di fatto** la sua redazione è avvenuta **a cura di Mosè di Leon** (1250-1305) alla fine del XIII sec. in Spagna, il quale ha fissato in forma scritta la tradizione attribuita ai maestri del II secolo
- In questo testo, il termine ***Sefiroth*** indica le **emanazioni divine**, una sorta di *upostasis* (nel senso neoplatonico di «sostanza divina»)

Attributi divini (emanazioni)

Rappresentati attraverso «l'albero sefirotico»

Kether: Corona

Binah: Intelligenza

Chochmah: Sapienza

Gevurah: Forza

Chesed: Amore/Misericordia

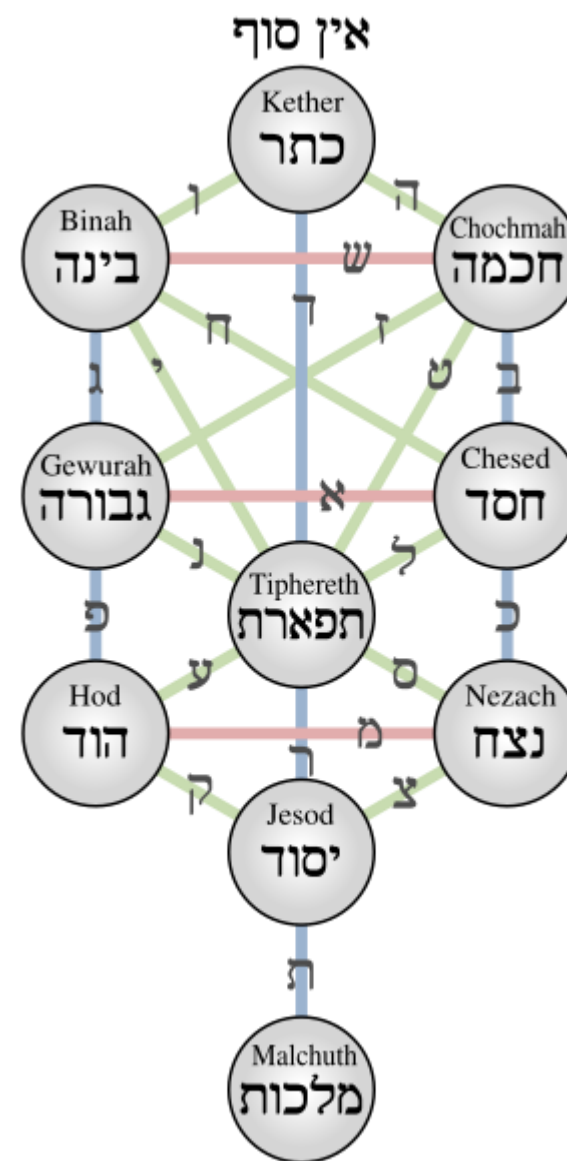
Tiffereth: Splendore

Hod: Maestà

Netzach Eternità

Jesod: Fondamento

Malkuth: Regno

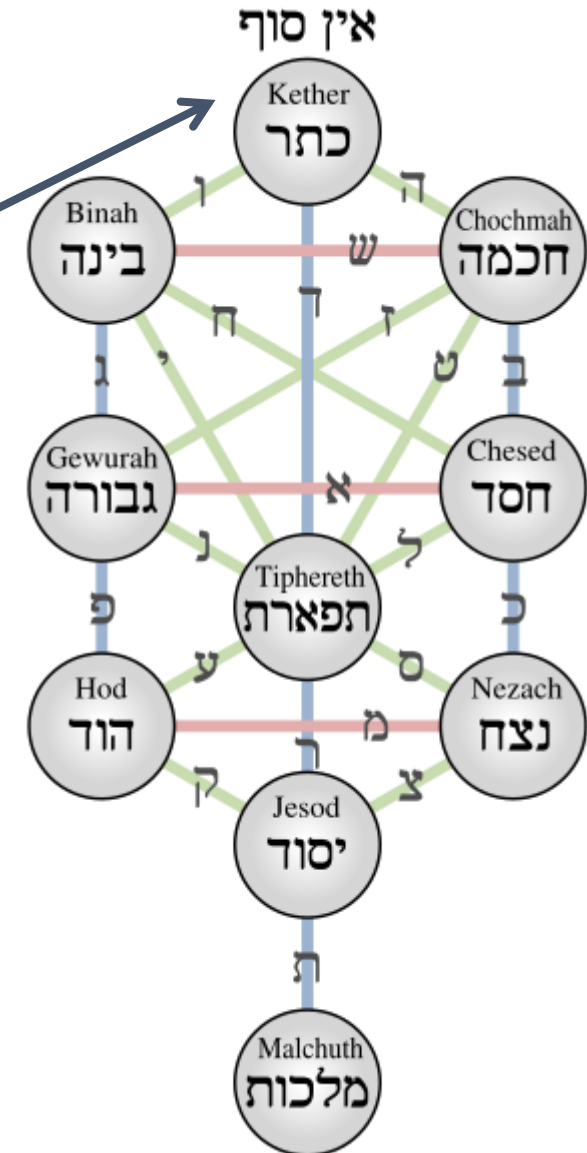


L' *'En sof* (Dio senza fine)
e le *sefirot* (emanazioni)

fino alla Corona (*Kether*) è Dio pensato da Dio

al di sotto della Corona è Dio pensato
dall'uomo

possiamo quindi nominare le *sefiroth* e dire
qualcosa delle loro relazioni solo **dalla Corona**
in giù



ACRONIMO NaRaN

- ***Nefesh***: è il principio vitale, l'anima naturale o vegetativa
- ***Ruach***: è il soffio divino, l'anima sensitiva
- ***Neshamah***: è lo spirito propriamente detto, l'anima superiore, una parte di Dio stesso

NEFESH

- **Principio vitale, anima naturale o vegetativa** che si trova in ogni uomo/donna in quanto entra in lui/lei al momento della nascita
- **È la fonte della sua vita animale** (*chjjut*) e di tutte le sue funzioni psicofisiche
- **È la parte con cui la persona può commettere il male**, può peccare e quindi è soggetta alla punizione divina
- **Chi si ferma al grado di *nefesh*** non è destinato ad alcuna evoluzione spirituale, in quanto è ostacolato dal peccato e dalla **dimensione corporale**

RUACH

- È il soffio, l'anima sensitiva che si trova nell'uomo/donna e che permette di distinguere fra bene e male
- È attraverso la *ruach* che possiamo scegliere la fede, la moralità e la pratica dei precetti (*mitzwoth*) oppure il male
- È a questa dimensione che allude *Qoheleth*: *chi conosce la ruach dei figli dell'uomo che sale alto e la ruach degli animali che scende in basso verso la terra?* (Qo 3,21)

NESHAMAH

- **È lo spirito propriamente detto, l'anima superiore, è una parte di Dio stesso**, la scintilla divina posta nel primo *'Adam* (uomo/donna/umanità)
- **È la componente pura e perfetta della persona**, che si desta quando l'essere umano si dedica non solo allo studio della *Torah* e alla pratica dei precetti, ma anche nella contemplazione mistica dei segreti dell'universo
- **Per i qabbalisti di Gerona (XII sec.) la *neshamah* è la vera e propria anima umana**, l'anima razionale dei filosofi, quella che dà la facoltà intuitiva e profetica
- **È patrimonio di pochi eletti**, ha origine da un livello più alto di quello degli angeli celesti: può precipitare nel più cieco abisso, ma può anche riportare la creazione al *tiqqun*, alla redenzione
- **Quando la persona commette il male la *neshamah* si allontana** per non essere coinvolta nel peccato e nella colpa

«Rabbi Jehudah disse: ci sono **tre forze propulsive nell'uomo**: la forza propulsiva dell'intelletto e della saggezza – che è la forza dell'anima santa (*neshamah*); la forza propulsiva dell'avidità che desidera ogni cattiva attrattiva – ed è la forza del desiderio; infine la forza propulsiva che muove l'uomo e fortifica il corpo ed è chiamata anima corporale (*nefesh laguf*). [...] L'inclinazione al male domina soltanto queste ultime due forze. [...] L'anima avida eccita quella corporale la conduce con il corpo a vincolarsi all'inclinazione al male [...]. Quando la brama, l'avidità, destano la forza corporale e la vincolano all'inclinazione al male, è allora che il male viene compiuto»

Zohar I,109a-109b – traduzione proposta da G. Burrini

«Il segreto dei segreti è stato trasmesso a quelli che hanno il cuore saggio: è costituito da tre gradi collegati l'uno all'altro: **nefesh, ruach, neshamah**. La **nefesh** è la potenza a partire dalla quale il corpo viene costruito. Quando l'uomo nel mondo in Basso desidera accoppiarsi alla sua donna, tutti gli organi si accordano e si dispongono per trarne profitto, e la sua *nefesh* e la sua volontà si armonizzano per compiere questo atto; egli tende allora la sua *nefesh* e la fa entrare nel seme che espelle. [...] Quando l'uomo muore in questo mondo, la sua *nefesh* non si allontana mai dal sepolcro, anzi, grazie ad essa, i morti hanno conoscenza delle cose e comunicano tra loro.

La **ruach** è ciò che dà consistenza alla *nefesh* in questo mondo. [...] La *ruach* ritorna a *'Elohim che l'ha donata* (Qo 12,9). Il soffio, a sua volta, lascia questo mondo, separandosi dalla *nefesh*. Esso penetra il giardino di *'Eden* del mondo in Basso e si riveste dell'aria del giardino, adottando la stessa veste che hanno gli angeli superiori quando scendono in questo mondo, perché hanno anch'essi un soffio di origine, perché è scritto: *Fa dei soffi i suoi angeli* (Sal 104,4). [...] La **neshamah** è la più alta di tutte le

forze citate: emana dal vigore del maschile, secreto dall'Albero della Vita. Essa si eleva verso l'alto direttamente. I tre gradi sono connessi l'uno all'altro e quando vengono a separarsi si elevano e ritornano al luogo da cui provenivano»

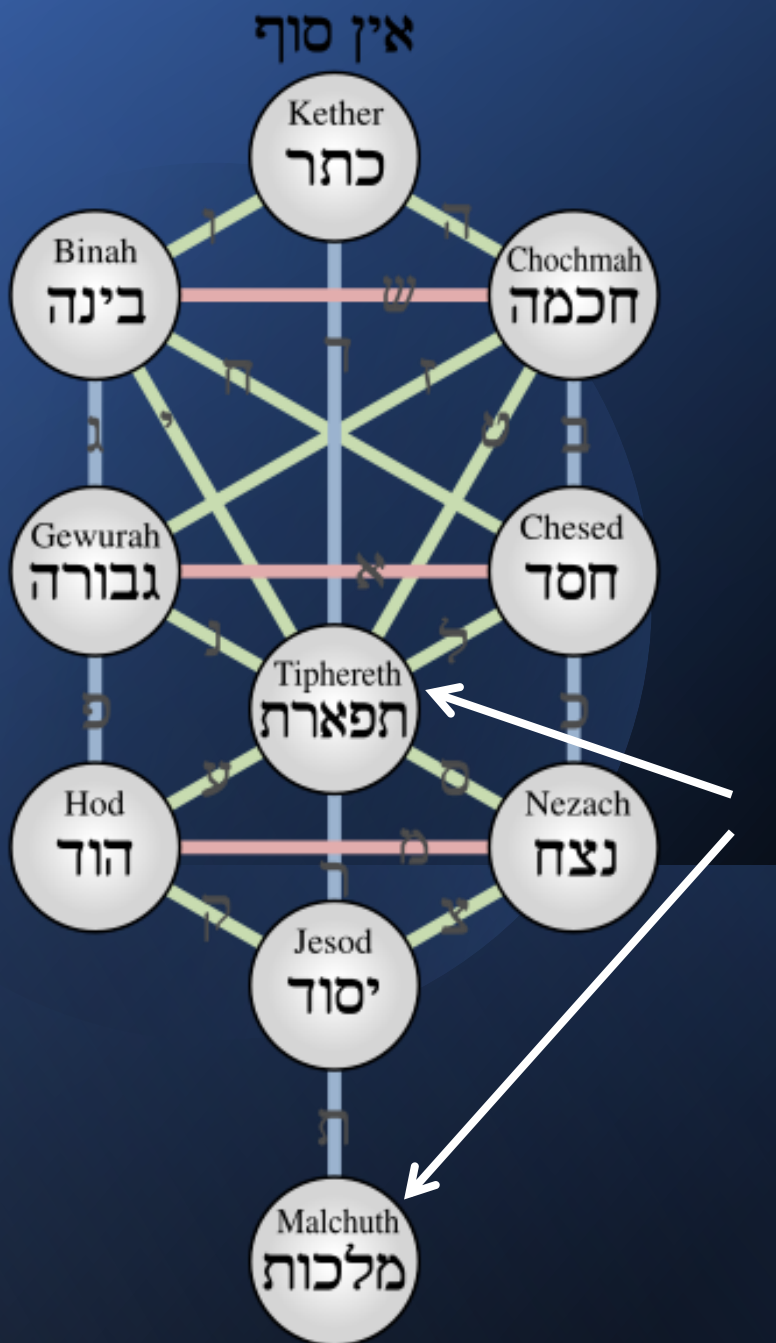
Zohar I,81a-b – traduzione proposta da G. Burrini

«L'anima è costituita da tre gradi e perciò ha tre nomi, allo stesso modo dei misteri dell'Alto: ***nefesh, ruach, neshamah***. ***Nefesh*** è la più bassa. ***Ruach*** è un principio che domina *nefesh* ed è un grado superiore a questo, tanto che la regge ovunque. ***Neshamah*** è un principio superiore che domina tutto, un grado santo al di sopra di tutti gli altri. Questi tre gradi sono presenti negli uomini che hanno meritato ciò con il culto del loro Signore, perché all'inizio l'uomo possiede la *nefesh*, che è una santa preparazione che le permette di perfezionarsi. Quando l'uomo prende l'iniziativa di purificarsi a questo grado, ottiene di essere coronato dalla *ruach* che è un santo grado posto al di sopra della *nefesh*, del quale l'uomo che lo merita si corona. Quando si è elevato con esse, con *nefesh* e *ruach*, si è impegnato ed è progredito nel doveroso culto del Signore, allora la *neshamah* si pone in lui, santo grado superiore, che domina tutto, in modo che egli si corona di un santo grado dall'Alto: allora è tutta perfezione, completo sotto tutti gli aspetti e merita il Mondo futuro, amato com'è dal Santo, sia benedetto, perché è scritto: *Per procurare beni a coloro che Mi amano e riempire i loro tesori* (Pr 8,21). Si tratta di coloro che hanno in sé un'anima santa»

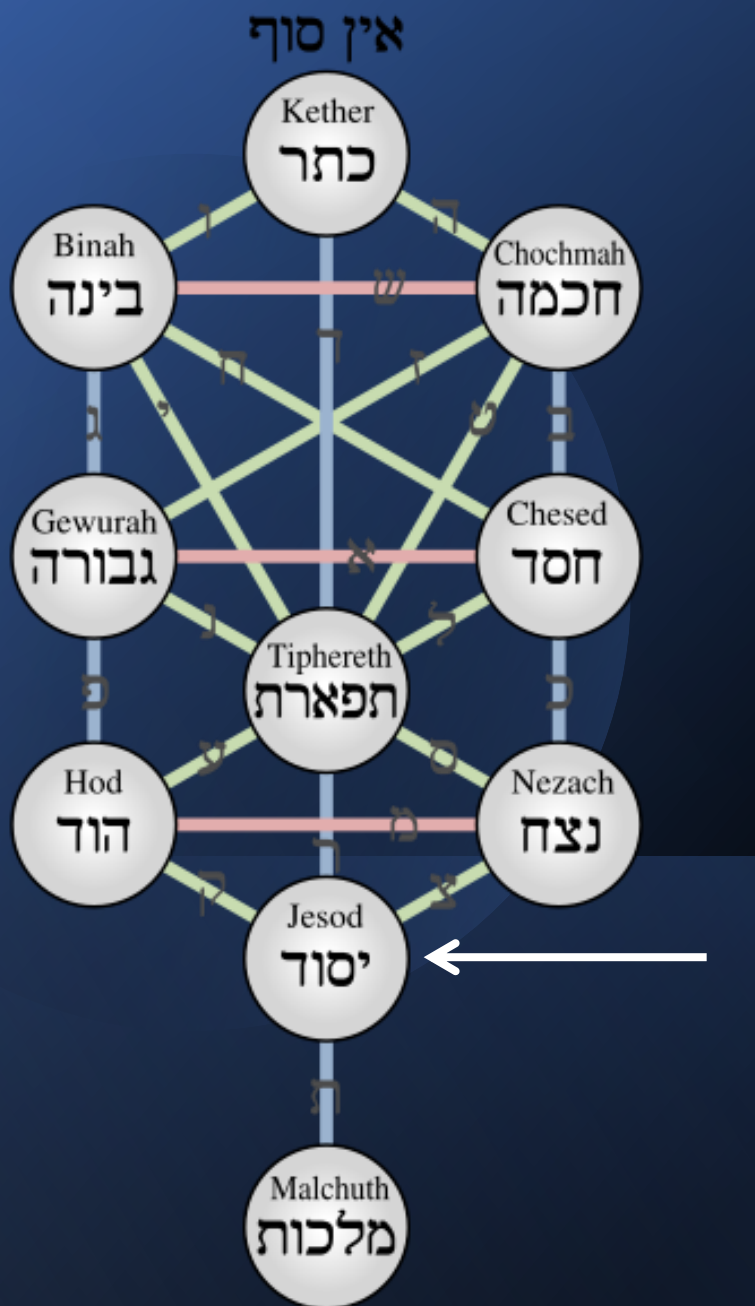
Zohar I,205b-206a – traduzione proposta da G. Burrini

NON SI TRATTA DI ANIME SEPARATE

- ***Nefesh, Ruach e Neshamah*** nella *Qabbalah* non sono anime separate: la prima contiene in potenza la seconda che, a sua volta, contiene la terza
- **Tuttavia:** nell'uomo/donna comune è sviluppata solo la *Nefesh*, mentre la *Ruach* si sviluppa grazie allo studio della *Torah*. Lo sviluppo della *Neshamah* è favorito dalla meditazione mistica e dalla pratica della *Qabbalah*
- La ***Neshamah***, in quanto anima superiore, **preesiste al corpo e non muore con esso**, è un riflesso delle *sefirot*, le emanazioni divine. Per questo **può scendere sulla Terra rimanendo ancorata alla sua origine divina** (simbolismo coniugale insito nell'albero sefirotico)



- La ***neshamah*** può scendere sulla terra solo perché ***Tiffereth e Malkuth***, il re e la regina, si sono uniti secondo il tipico simbolismo coniugale: la *nefesh* e la *ruach* si sono congiunte per preparare la dimora alla personalità umana
- Le ***neshamoth* (anime)** sono impresse nel cielo nella stessa forma dei corpi che animeranno poi sulla Terra, e sanno in anticipo tutto ciò che impareranno nel mondo terreno
- Ogni ***neshamah*** maschile è unita da sempre ad una ***neshamah*** femminile, ma nella discesa terrena si dividono affinché l'unione di quaggiù confermi quella di lassù



Simboli mistici:

- La ***neshamah*** inizialmente fiorisce sull'Albero delle *neshamoth*
- **Poi** un fiume la trasporta verso il basso
- **Si ferma in *Jesod***, il fondamento, da dove si dirige nel «paradiso terrestre» (scrigno delle anime) in cui vive beata
- **Finché** non viene chiamata in Terra ad assumere una forma umana

«**Nefesh** è il risveglio di Quaggiù, è il supporto del corpo che essa nutre; il corpo ad essa è unito ed essa, a sua volta, si unisce al corpo. Una volta fattasi perfetta, la *nefesh* diviene un trono su cui va a risiedere la **ruach**; ciò grazie allo slancio della *nefesh* che incita la *ruach* a congiungersi al corpo, come dice Ez 33,15: *Fino a che la ruach si desti su di noi dall'alto*.

Quando la *nefesh* e la *ruach* si sono accordate, esse sono pronte a ricevere la **neshamah** (anima): è così che la *ruach* fa funzione di trono per l'anima che poggia su di essa»

Zohar I,83b – traduzione proposta da G. Burrini

PER QUESTA RAGIONE

Abramo Abulafia, filosofo e mistico ebreo spagnolo del XIII sec., basandosi sulla concezione qabbalistica dei diversi livelli di anima, proponeva delle tecniche di meditazione basate sia sulla respirazione che su particolari modalità di lettura della Scrittura (tecnica simile all'esicasmismo orientale):

«Prendi penna, pergamena e inchiostro, e scrivi le lettere, permutandole in modo tale da delinearle bene [...]. Prendi la penna in mano [...]. Scrivi [...]. Manipola le lettere e cerca altre parole con lo stesso valore numerico [...]. Devi essere da solo quando lo fai. Medita in uno stato di rapimento così da ricevere l'influsso divino»

(A. Abulafia, *Tesoro dell'Eden Nascosto*)

Raffigurazione tradizionale di
Abramo Abulafia

