Anônimo

ארחות צדיקים

A Psicologia dos Justos





CLÁSSICOS

ארחות צדיקים

A Psicologia dos Justos

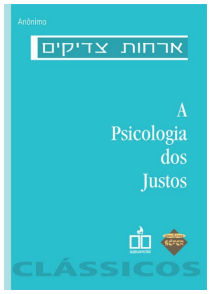
Anônimo

Tradução: Paulo Rogério Rosenbaum

OR ISRAEL COLLEGE
ישיבת אור ישראל

editora & livraria SÊFER

CLÁSSICOS



A Psicologia dos Justos

ISBN 978-85-7931-034-8

A tradução desta obra está baseada no livro
ORCHOT TSADIKIM

Versão Eletrônica

©2012 - Todos os direitos reservados à
EDITORA E LIVRARIA SÊFER LTDA.
Produção: **LCT Informática Editorial**

Versão Impressa

©2002 - Todos os direitos em língua portuguesa reservados à
EDITORA E LIVRARIA SÊFER LTDA.
Alameda Barros, 735
CEP 01232-001 — São Paulo - SP — Brasil
Tel. 11 3826-1366 Fax 11 3826-4508
sefer@sefer.com.br
Livraria Virtual: **www.sefer.com.br**

Em parceria com
OR ISRAEL COLLEGE
Rua Gal. Fernando Albuquerque, 1011 Cotia SP Brasil
Tel.: 4612-2450

Tradução **Paulo Rogério Rosenbaum**
Edição Final **Betty Rojter e Jairo Fridlin**
Revisão **Rabino Chaim Vital Passy**
Rabino Raphael Shammah **Rabino Raphael Shammah**
Editoração Eletrônica **Editora Sêfer**
Projeto Gráfico e Capa **Dagui Design**

Nota:
Nesta obra, as citações da Torá foram extraídas do livro TORÁ – A LEI MOISÉS,

do Rabino Meir Matzliah Melamed (Editora Sêfer, 2001);
dos Salmos, do livro Salmos - com tradução e transliteração,
de David Gorodovits, Vitor Fridlin e Jairo Fridlin (Editora Sêfer, 1999)

Proibida a reprodução total ou parcial desta obra, por qualquer meio, sem a autorização expressa da Editora e Livraria Sêfer Ltda.

Prefácio à Edição Brasileira

Praticar o que ensina é a melhor lição que um professor pode dar ao aluno. Não foi por acaso que o autor deste livro, num ato de imensa humildade, preferiu manter o anonimato. Ainda assim, muitos tentaram descobrir quem escreveu este verdadeiro tesouro.

O Rabino Shabetai Meshurar Bass, de Praga, autor de *Siftê Chachamim*, o famoso comentário sobre Rashi, diz em seu livro que *Orchot Tsadikim* foi escrito pelo mestre do Rabino Iehuda Migash, um dos professores do Rambam (Maimônides).

O livro *Sêder Hadorot*, do Rabino Chaim Iossef David Azulay, o Chidá, afirma que *Orchot Tsadikim* também pode ser chamado de *Sêfer Hamidot*, um título que Rambam cita em suas obras – o que confirmaria a hipótese do autor ter sido mestre de um de seus professores.

Segundo outra opinião, o autor de *Orchot Tsadikim* seria o Rabino Iom Tov Hacohen, que também escreveu outro livro famoso, chamado *Hanitzachon.*

Em *Sedê Chemed*, obra do Rabino Chaim Chizkiyáhu Medini, afirma-se ainda que o autor jamais poderia ser alguém tão anterior à época de Maimônides, uma vez que o livro (*Orchot Tsadikim*) cita em suas páginas o próprio Rambam e outros rabinos que viveram depois dele. E ainda acrescenta que o *Sêfer Hamidot* citado pelo Rambam não seria o *Orchot Tsadikim*.

Daí concluímos que o verdadeiro autor de tão magnífico manancial de sabedoria determinou-se a fazer o tipo mais elevado de *Tsedacá* – escreveu e doou anonimamente sua obra, a qual viemos a receber sem conhecer a identidade do doador.

Sabemos apenas que a primeira edição do livro foi em yidish e que veio à luz no ano judaico de 5302 (1502). Para o hebraico, foi traduzido somente no ano de 5341(1581). Podemos inferir da leitura que o autor teria vivido durante o período posterior à expulsão dos judeus na França, porque cita alguns dos sábios da época.

Também encontramos em *Orchot Tsadikim* citações de obras como *Chovot Halevavot*, de Bachiá ibn Pacuda (publicado recentemente em português pela Editora Sêfer sob o título "Deveres do Coração"), de *Shaarê Teshuvá*, escrito pelo Rabênu Ioná, do *Mishnê Torá*, obra do Rambam, de *Sêfer Mitsvót Gadol* e do *Sefer Chassidim*, entre outros.

Orchot Tsadikim também é citado por outros grandes sábios em suas obras, como, por exemplo, em *Reshit Hochmá* e em *Migdal Oz*, de Iaabets. Na introdução de uma edição de *Orchot Tsadikim* de 5570 (1770) escrita pelo Rabino Iechezkel Michalzhon, ele cita o *Sefat Emet*, um dos Rebes de Gur, que aconselhava seus discípulos a estudarem os livros *Orchot Tsadikim* e *Chovot Halevavot.*

Como se vê, dispomos apenas de indicações mas de nenhuma certeza quanto ao nome do autor de *Orchot Tsadikim*. Tomemos como inspiração a humildade desse ilustre erudito e façamos de sua grandiosa obra um instrumento que nos ajude a lapidar nosso próprio caráter.

* * *

A época que vivemos incita ao culto das aparências. Não nos referimos aos cuidados para manter a saúde ou a boa forma física, essenciais para a saúde espiritual. Esta requer cuidados ainda maiores. Quando os recebe, estes cuidados refletem-se imediatamente na maneira como nos relacionamos com a vida e com nossos semelhantes.

Orchot Tsadikim analisa minuciosamente o perigo de nos tornarmos pessoas falsas e vazias, como é citado no Tratado *Iomá* 86b: "Alguém que se faz de *Tsadic* e *Chassid* é chamada de *Chonef*, um bajulador e um falso, e é uma *Mitsvá* desmascará-lo."

"A Psicologia dos Justos", nome da edição brasileira do *Orchot Tsadikim*, é composto de 28 capítulos que têm o poder de despertar nossa capacidade reflexiva, convidando-nos a prestar atenção ao que ocorre em nosso mundo interior. O conteúdo profundo é transmitido de forma clara e direta, e inclui indicações de ordem prática cuja finalidade é a de nos levar a alcançar níveis cada vez mais elevados de *Ticun Hamidot* – o aperfeiçoamento das nossas virtudes.

As lições de vida contidas em *Orchot Tsadikim* transformam-no em obra de referência para todos os que têm o sagrado anseio de desenvolverem seu potencial espiritual. A ampliação

do entendimento dos conceitos expostos, que invariavelmente resulta de várias leituras, conduz à pratica e à aplicação de tudo o que nossa Torá ensina.

Em sintonia com a humildade que levou-o a omitir o próprio nome, o autor respeitosamente citou as fontes que deram origem às suas considerações. Com o intuito de facilitar a leitura, parte das fontes foi transferida para o final desta edição em português.

Que este livro nos incentive a apreciar a grande força espiritual de que dispomos, o precioso potencial explicado com tanta felicidade pelo autor no último capítulo, através da analogia que estabelece entre o corpo humano e o universo.

Que esta obra magnífica possa aperfeiçoar o que nossa alma possui de melhor, contribuindo para transformá-la de pedra bruta no mais brilhante diamante lapidado.

Nissan 5763.

Rabino Chaim Vital Passy

Rabino e educador da Ieshivá "Or Israel College"

Nota do Editor

A escolha do título "A Psicologia dos Justos" está baseada na segunda acepção da palavra hebraica *"ôrach*", citada pelo dicionarista Avraham Even Shoshan em seu "Hamilon Haivri Hamerucaz", *"dérech hitnahagut"* (comportamento), e na definição abaixo encontrada no "Aurélio".

A tradução mais convencional, "caminho", acabaria por confundir o leitor com a obra do Rabino Moshe Chayim Luzzatto, "O Caminho dos Justos", já publicada por esta Editora.

Ao final do livro, o leitor atento compreenderá nossa decisão.

Psicologia: [De psic(o) + logia.] *s.f.* **1.** A ciência dos fenômenos psíquicos e do comportamento. **2.** Conjunto de estados e disposições psíquicas de ideias de um indivíduo ou de um grupo de indivíduos...

Aurélio Século XXI – O Dicionário da Língua Portuguesa
Editora Nova Fronteira, 1999

Observação: Os intertítulos foram elaborados pelos editores e acrescentados à obra apenas para facilitar sua leitura.

Introdução do Autor

"E tendo tudo sido devidamente estudado, eis a conclusão final:

Teme a Deus e guarda Seus mandamentos,
pois nisto consiste todo o dever do homem".[1]

Este versículo foi escrito pelo rei Salomão, o mais sábio e grandioso de todos os homens, que a todas as criações terrenas e celestiais conheceu.[2] E que depois de ter visto todos os feitos e de tudo ter experimentado e com imensa sabedoria ter brindado o mundo, disse que a essência de todas as coisas é o temor a Deus. Começou sua obra Mishlei (Provérbios) afirmando que "O temor a Deus é o início do conhecimento" [3] e a concluiu com as palavras "A mulher que teme a Deus – ela será glorificada".[4]

Se fosse outro o homem a nos alertar sobre o temor aos céus, possivelmente não aceitaríamos de pronto suas palavras. Diríamos "Esta pessoa não tem outras preocupações. Assim, ocupa seu tempo exortando-nos a temer a Deus". Mas o rei Salomão não só foi o mais inteligente dos homens mas também o mais rico, como está escrito: "E o rei adornou Jerusalém com prata e pedras preciosas." (1 Reis 10:27) Apenas alguém que já provou tanta riqueza, saber, poder e glória poderia ter afirmado que tudo é vão e fútil. Por isso não temos que nos preocupar com mais nada, exceto temer a Deus. Moisés, o maior dos profetas, disse: "E agora, Israel, qual é a coisa que pede o Eterno, teu Deus, de ti? Senão que temas ao Eterno, teu Deus".[5] O rei David reforçou esta ideia: "O temor ao Eterno e a plena compreensão de Seus mandamentos são a base da sabedoria".[6]

E porque vemos o homem como a mais perfeita criação Divina no mundo material, forjado à Sua imagem e possuidor de uma alma sábia, capaz de compreender os mistérios mais elevados e os mais simples, somos levados a crer que ele é o propósito primeiro deste mundo e que tudo aqui foi criado em seu benefício. Por esta razão o homem recebeu a Torá da verdade – para aprender o caminho justo. Pois o homem é profundamente amado

pelo Eterno, que determinou aos anjos que sirvam aos íntegros e ilustres, como nossos patriarcas Abrahão, Isaac e Jacob,[7] e a Oseias,[8] e Daniel.[9] Em outra ocasião, um anjo veio em socorro de um homem justo.[10] Apesar de todos os homens serem dotados do mesmo potencial, sabemos que alguns atingiram um nível espiritual e intelectual superior ao de outros, pois se esforçaram para isto, fazendo com que sua alma governasse suas paixões e não permitindo que elas dominassem seu espírito, impedindo assim que a trajetória de suas vidas fosse como a daqueles que tateiam em meio à escuridão.

O homem possui cinco sentidos: audição, visão, olfato, paladar e tato. São faculdades presentes em todas as suas ações. Transmitem o que captam ao coração e este age, então, a partir das informações que recebe. O coração humano é o centro de muitas emoções e características, como o orgulho, a humildade, a memória, o esquecimento, a tristeza, a alegria, a vergonha e a ousadia, entre tantas outras. Todas elas vêm dos sentidos. E por isso um cego não pode ter a mesma certeza daqueles que veem.

É dever de cada um utilizar ao máximo seus sentidos, de modo a aprimorar sentimentos e traços como os que mencionamos acima, usando-os apenas para aprimorar seu comportamento e ampliar a quantidade das boas ações que faz. Quanto mais se aprimorar e se elevar no uso de seus sentidos, maiores podem ser suas aspirações espirituais, até que atinja o nível do Bem Supremo e mereça as recompensas reservadas aos justos no Mundo Vindouro. O rei David galgou todos os níveis.[11] Mas só atinge graus espirituais tão elevados quem se empenha o bastante.[12]

Uma vez descritos os estágios espirituais superiores do homem justo, explicaremos o que é importante e o que é supérfluo, o que é bom e o que é ruim em relação às virtudes, para que as pessoas sábias possam selecionar o que há de melhor e aprimorar suas atitudes, tomando o trigo e livrando-se do joio, podendo então atravessar os portais do palácio do Rei.

Dos Traços de Cada Um de Nós

Você já deve ter percebido que certas pessoas que estão sempre zangadas, enquanto outras praticamente jamais se enfurecem – e, quando isto acontece, é passageiro. Já deve ter sentido que algumas pessoas são excessivamente arrogantes e outras, extremamente humildes; que algumas jamais se saciam, enquanto outras se contentam com o mínimo que precisam para sobreviver e até com menos do que têm. Existem os que se ocupam incansavelmente em amealhar fortuna[13] e os que fazem bastar o que recebem, sem correr atrás de lucros. Há os que são tão mesquinhos que prejudicam a si mesmos, deixando de gastar até mesmo o estritamente necessário para sua própria saúde, enquanto outros, de tão perdulários, gastam logo tudo o que têm. A estas personalidades opostas, podemos relacionar características pessoais igualmente opostas. Entre eles, estão disposição e depressão; avareza e generosidade; crueldade e misericórdia, e coragem e covardia etc.

Certos traços pessoais são inatos, enquanto outros são adquiridos no decorrer da vida, de acordo com a constituição física e as inclinações de cada um. Muitos de nós não nascemos com determinados traços de caráter, por exemplo, mas os aprendemos observando o comportamento de outras pessoas, ou passamos a adotá-los depois de concluirmos que implicam a forma correta de agir ou, ainda, porque ouvimos outros mencionarem os benefícios que produzem. Alguns destes traços devem estar em estado de alerta todo o tempo, ao passo que outros são "acionados" em situações especiais.

Podemos fazer uma analogia com o preparo de um prato por um cozinheiro. Imaginemos que ele use vegetais, carne, água, sal e pimenta para fazer um cozido, mas que coloque na panela um volume generoso de determinado ingrediente e apenas uma pequena porção dos demais. Se ele colocar pouca carne, o cozido ficará aguado. Se exagerar no sal, não poderemos saboreá-lo. O mesmo princípio se aplica ao restante dos ingredientes: se usar muito quando pouco é o suficiente ou se usar pouco daquilo que é preciso em maior quantidade, invariavelmente estragará o prato. Como especialista que é, ele deve saber a quantidade exata de cada ingrediente do prato que prepara. O mesmo se dá com nossos traços de caráter: alguns devem estar presentes em nossa conduta praticamente todo o tempo, como a humildade, a vergonha e virtudes semelhantes. Por outro lado, atitudes como o orgulho, a audácia e a severidade devem ser raramente adotadas. Por isso, o homem precisa pesar e equilibrar o uso de cada uma de suas características, de modo a não ultrapassar a medida indicada pelo bom senso. Não deve ser parcimonioso em relação

às virtudes que lhe são necessárias em grandes quantidades e nem exagerar ao lançar mão de traços que só trazem benefícios quando minimamente usados. Só assim ele alcançará o Bem maior.

Saiba e entenda que a pessoa acostumada a maus hábitos, não preocupada em corrigi-los, terminará fazendo por desaparecer quaisquer traços positivos que possua. Assim como a dor, o sofrimento e o desconforto indicam que o corpo está enfermo, o mau comportamento aponta a existência de uma doença da alma. Da mesma forma que o palato de quem está fisicamente doente não distingue o doce do amargo (e há homens doentes que recusam o que lhes faz bem e pedem o que lhes faz mal), o enfermo de espírito deseja e ama o mal, odeia o caminho do bem e não é capaz de se modificar, o que lhe seria tremendamente difícil em razão da própria doença. Assim o profeta Isaías falou destes enfermos: "Pobres dos que chamam o mal de bem e o bem de mal; confundem a escuridão com a luz e a luz com a escuridão, o doce com o amargo e o amargo com o doce." [14] Para o rei Salomão, este tipo de indivíduo está fugindo do rumo certo e enveredando por caminhos tenebrosos.[15]

Portões que Estão Sempre Abertos

Salomão escreveu de quem não tenta se desfazer de suas más qualidades: "Menosprezam os caminhos da moral e da correção".[16] Algumas pessoas desejam seguir os caminhos do bem mas não sabem o que é bom para elas; desejam elevar-se, mas não conseguem fazê-lo. Isto pode ser explicado de duas maneiras:

1) Há quem não conheça os próprios defeitos ou não saiba distinguir entre seus defeitos e qualidades. Se uma pessoa procura por outra mas não a conhece, jamais a encontrará, mesmo que procure sem trégua e em todos os lugares. Poderá até passar por ela várias vezes, mas não a reconhecerá. O mesmo se dá com quem não conhece os próprios defeitos: não consegue aprimorar-se, ainda que se interesse em seguir o caminho correto.

2) Há quem conheça os defeitos que possui, mas não se esforça em tratar de corrigi-los nos locais apropriados. Assim, não consegue emendar-se. Quando uma pessoa a outra conhece mas não a encontra, é porque não sai à sua procura ou, então, não a busca com o devido empenho.

O rei Salomão escreveu: "A prata testa a língua do justo".[17] Podemos entender este versículo do seguinte modo: Se alguém vier saldar os débitos com seu credor com certa quantidade de prata, mas se o credor não conhecer os pesos e medidas usados para determinar o valor da prata sofrerá prejuízos por não saber avaliar o metal precioso ou reconhecer seu grau de pureza. Mesmo se for um especialista em prata mas na maneira de pesá-la não prestar a devida atenção, poderá receber seu pagamento em prata pura mesclada a metais baratos. Em todos os casos, será prejudicado. Mas se for um especialista e estiver atento à pesagem, será recompensado com a quantidade certa de prata pura. Ao comparar a língua do justo ao teste da prata, o rei Salomão quis dizer que o homem justo deve saber reconhecer a diferença entre o bem e o mal e saber pesar o valor de cada virtude humana, observando atentamente cada uma delas e usando todas as suas forças físicas e mentais para abster-se das tolices do mundo, para purificar sua alma e preparar-se para Deus, como está escrito: "Remove a impureza da prata e tomará forma na mão do artesão" (ibid. 25:4). Aí, ele implica que somente a remoção das impurezas permite à matéria ser moldada.

Existe um outro tipo de pessoa, caracterizada por sua conduta pouco estável, inconsistente: ora comporta-se de determinada maneira, ora de outra. Assemelha-se ao caminhante que muda de trilha várias vezes a caminho de certa cidade, dando voltas e se confundindo, até não mais encontrar seu destino, como disse o rei Salomão: "A labuta dos tolos os exaure como o caminhar de quem não sabe chegar até a cidade".[18] Devemos nos apiedar das pessoas que vivem mergulhadas nas futilidades da vida e orientá-las para que tomem o caminho certo e pesem suas ações de maneira correta e justa. Se as ensinarmos a trilhar o caminho correto, reconhecerão desde o início que trata-se da rota que os levará de encontro a um lugar fértil e prazeroso, onde as benesses são abundantes. Esta trilha é o temor a Deus, propósito supremo de todas as ações humanas. É a pergunta que o Eterno faz na Torá, dirigindo-se à nação como um todo e cada indivíduo em particular: " E agora, Israel, qual é a coisa que pede o Eterno, teu Deus, de ti? Senão que temas ao Eterno, teu Deus".[19]

Nenhum ato é perfeito se não for acompanhado do mais puro temor a Deus. Por isto é importante alertar Seus filhos que todo aquele que deseje aumentar o número e a qualidade de suas boas ações, deverá imbuí-las do temor ao Eterno, o elo que une todas as virtudes. Podemos fazer uma comparação com o fio que une as pérolas e forma um colar. Se cortado o fio e uma pérola deslizar, todas as outras a seguirão. O mesmo se dá com o temor ao Eterno: ele é o vínculo entre todos os traços do caráter humano. Sem ele, todas as virtudes se esvairão, uma após a outra. E, sem nossas virtudes, não poderemos ter a Torá e as *Mitsvót* (mandamentos), pois toda a Torá depende do aperfeiçoamento do caráter humano.

O homem sábio pode transformar todos os traços negativos de seu caráter em qualidades, mas o tolo transforma suas virtudes em defeitos. Quem caminha na escuridão, sem refletir sobre seus hábitos, põe todos os seus méritos a perder. Exemplo disto é o arrogante, que se acha melhor que seus colegas, menosprezando-os e tentando governá-los, denunciando-lhes os defeitos e divertindo-se às custas do infortúnio alheio. Uma pessoa como esta se assemelha a um vinho raro vertido sobre um barril sem fundo. O bom vinho se perde – a menos que reparemos o barril. Assim é o arrogante. Ainda que estude a Torá, acaba perdendo seus méritos em função de sua soberba, a menos que procure corrigi-la.

Poucos homens no mundo reconhecem a Verdade. Outros não são suficientemente sábios para reconhecê-la. Tal e qual o amputado que não pode subir uma escada, a pessoa

desprovida de senso de compreensão não pode galgar os degraus do conhecimento. Existem também pessoas inteligentes que utilizam esta condição para conseguir tudo o que puderem no plano material e alimentar suas paixões, hábito que cultivam desde a juventude e do qual não conseguem livrar-se na idade adulta, caindo presas da própria luxúria e dos maus hábitos. Outros entendem o bastante para reconhecer que devem trilhar o caminho da bondade e que desejam fazê-lo. Mas como não encontraram homens justos para lhes ensinar como proceder, continuam a tatear no escuro. Assemelham-se à pessoa que tem um tesouro oculto em sua casa mas não sabe, e vende a casa.

Observe os diferentes traços do caráter humano: cada um deles nos induz a tomar tipos diferentes de atitudes e o *létser Hará* (inclinação malévola) está sempre pronto a nos levar a escolher o caminho errado. Com o quê isto se parece? Com um homem que viaja pelo deserto e se depara com animais selvagens, predadores. Se ele não mantiver os olhos bem abertos e ficar atento o tempo todo, estes animais poderão devorá-lo em segundos. O mesmo acontece com o homem: as más qualidades, como a luxúria, o orgulho, o ódio, a raiva etc, circulam sem parar dentro do coração. Se ignorá-las, se não tentar remediar a situação, eliminará a luz da verdade de sua alma e seguirá tateando no escuro.[20]

Quando nasce, o homem é a mais fraca de todas as criaturas, física e mentalmente. Todos as outras começam a caminhar, a se alimentar e a cuidarem de si mesmas logo no início da vida. O ser humano precisa de atenção ininterrupta por um longo período para não perecer. Assim, da mesma forma que precisa aprender a atender aos chamados do seu corpo, deve treinar seu espírito, aperfeiçoando sua compreensão e conhecimento, para que se habitue a trilhar sempre o caminho do bem. Sem um mestre para educá-lo, acabará assemelhando-se a um animal; seu coração não passará de uma tábua lisa onde se pode gravar qualquer coisa. Se tal pessoa cair aproximar-se de um tolo, este rabiscará nela coisas sem sentido, até inutilizá-la por completo. Mas, junto a um sábio, terá gravado neste mesmo coração tudo o que precisa saber para manter-se saudável, para cumprir do melhor modo os deveres para consigo mesmo e para com os que dele dependem, fazendo-o de maneira correta e constante. Assim é o coração humano: os tolos desenham nele figuras vãs e ilusórias, preenchendo-o com pensamentos fúteis e vazios, mas os sábios nele escrevem as palavras de Deus, fundamentos da Torá e das *Mitsvót*, do conhecimento e das boas virtudes, até fazerem-no brilhar como o azul do firmamento.[21]

Aprender é Possível

O rei Salomão também escreveu que os atos de uma pessoa podem ser reconhecidos como bons ou maus desde sua juventude.[22] Esta ideia refere-se às diferenças de comportamento que notamos nas pessoas desde a mais tenra idade. Alguns jovens demonstram possuir a qualidade da vergonha; outros são arrogantes. Alguns são fúteis e outros demonstram inclinação para as boas virtudes. Saiba que todas as qualidades encontradas na fase adulta e na velhice já estavam presentes durante a infância das pessoas. Mas nem sempre dispõe-se de meios que favoreçam o desenvolvimento do que existe em potencial. Uma criança mal comportada talvez possa ser corrigida a tempo se ouvir de fontes e maneira adequadas o que é certo fazer. Na idade adulta, porém, não se abandona maus hábitos facilmente. Nessa fase, podemos comparar a pessoa a uma bandeja de prata que ficou enterrada durante muito tempo, adquiriu uma camada espessa de sujeira e precisa de uma série contínua e incessante de polimentos para readquirir seu brilho original. Se um homem cultivou maus hábitos durante toda a vida, é necessário "polir" seguidamente sua mente adulta para que possa discernir entre o bem e o mal, entre o puro e o impuro, despertando e cultivando nele o hábito de servir ao Eterno até que os traços positivos de seu caráter se tornem enraizados em seu coração.

Este livro também poderia ser chamado de "O Livro das Virtudes", pois foi escrito com sabedoria, para ensinar discernimento ao homem e servir-lhe de instrumento para retificar suas qualidades e ações. Um artesão pode moldar qualquer coisa se tiver ao seu alcance as ferramentas adequadas mas, sem elas, nada poderá fazer. Por isso, meu filho, ouça este conselho e use as ferramentas que tem agora em mãos para corrigir e aprimorar seus traços de caráter. Não é evidente que se alguém tiver no bolso moedas de diferentes valores mas não conhecer o valor específico de cada uma, lhe será difícil adquirir qualquer coisa com elas? Esta pessoa deverá saber também quais as moedas que o rei tirou de circulação e quais moedas ainda são válidas. Somente depois de pesar e avaliar cada uma, saberá o que pode comprar. Tomará cuidado também para não usar as moedas que não têm valor e correr o risco, assim, de ser punido pelo rei. Terá a mesma prudência para eleger a melhor maneira de usar as moedas válidas, de modo que a escolha lhe traga benefícios. Por outro lado, o tolo, aquele que não sabe distinguir as moedas e usa as proibidas, acabará fazendo grande mal a si mesmo.

Meu filho, aplique esta analogia a cada uma de suas virtudes, grandes ou pequenas, pesando cada traço de caráter o melhor que puder, até aprender o real valor de cada um deles. Aprenda quais são os traços de caráter que o Grande Rei "tirou de circulação", cuidando para que não estejam em seu poder e que não façam parte de sua vida. Só assim, sendo o escultor do seu próprio caráter, você poderá alcançar a perfeição. A partir daqui, vamos lhe mostrar a raiz de cada qualidade humana e falar de suas ramificações, seus benefícios e perigos. Nosso único objetivo é fazer com que os homens abandonem a tolice e amem o bom conselho, transformando-se de simplórios em sábios.

Rogamos ao Eterno, bendito seja, que nos auxilie e mostre o rumo certo a seguir, o caminho dos justos, para que as tribos de Ieshurún (Israel), Sua misericordiosa congregação, possam trilhá-los!

A Psicologia do Orgulho (*Gaavá*)

O orgulho é nosso primeiro tema de discussão. A ordem procede, uma vez que o homem tem por obrigação manter-se distante dele, pois é a porta de entrada para muitos males. Nenhum outro traço de personalidade nos parece tão prejudicial quando usado sem sabedoria e critério. É nosso dever rejeitá-lo totalmente sempre que fora de hora e lugar.

O orgulho é uma moeda cunhada pelo Grandioso Rei, bendito seja, que nos alertou na Torá, sobre seu uso: "Guarda-te que não te esqueças do Eterno, teu Deus", [23] porque o orgulhoso geralmente se esquece de Quem o criou, como está escrito: " ...e teu gado e teu rebanho se terem multiplicado, e tua prata e teu ouro se terem multiplicado...por isso tudo, se orgulhe o teu coração e te esqueças do Eterno, teu Deus... quiçá dirás no teu coração: 'A minha força e a fortaleza da minha mão me conseguiram estes bens! Mas antes te lembrarás do Eterno, teu Deus, porque é Ele quem te dá força para conseguires riqueza".[24] Se a Torá alerta até os reis[25] para que não se se deixem tomar pelo orgulho, o quanto este alerta não cabe ao homem comum!

Existem dois tipos de orgulho. O primeiro é o orgulho que o homem sente em relação ao próprio corpo. O segundo é aquele que sente em relação às suas atitudes, à qualidade de sua sabedoria e às suas boas ações. Também o orgulho quanto aos dotes físicos existe sob duas formas – uma delas boa e a outra, má. Esta última é a vaidade humana, a qual, quando se instala no coração invade todo o corpo, da cabeça aos pés. Na cabeça:[26] "Pois as filhas de Tsión caminhavam vaidosamente e de queixo erguido"; nas mãos e nos pés, como está escrito: "Que não me calque o pé do arrogante, nem me desvie a mão do perverso". [27] Nossos sábios contam sobre a filha do Rabi Chaniná ben Tardion. Ao passar em frente a dignitários romanos, ouviu-os elogiar seu modo de andar e esmerou-se ainda mais. Por isto, teve sua vaidade punida e acabou morando em um bordel.[28]

A vaidade ainda se instala nos olhos, como disse o mais inteligente dos homens: "Olhar fidalgo e língua mentirosa despejam sangue inocente".[29] Na audição, ela se manifesta quando não ouvimos o pranto dos miseráveis; no olfato, quando estamos na presença dos necessitados, quando entramos em suas casas e franzimos o nariz, magoando seus corações. Até na fala, que não faz parte dos cinco sentidos mas é uma faculdade adquirida, o orgulho pode estar presente – quando nos referimos com desdém aos justos e íntegros, por exemplo. Também torna-se visível nas maneiras que temos à mesa e nos alimentos que ingerimos; em nossas peças de roupa e na forma ostensiva com que imitamos os gentios no vestir.[30] Tudo isso nos alerta quanto a um mesmo ponto: a nação de Israel deve se diferenciar dos povos que a rodeiam no seu modo de vestir, falar e caminhar.[31]

Deus odeia os orgulhosos, como está escrito: "Quem se orgulha em seu coração é uma abominação aos olhos do Eterno".[32] À mercê de seus maus instintos, ele não recebe assistência Divina. Mesmo que não dê mostras de seu orgulho através de palavras ou ações, abrigando-o somente em seu íntimo, ainda assim, o traço será considerado "abominação." Nossos sábios ensinam que o arrogante de espírito iguala-se ao idólatra,[33] como está escrito – "Quem se orgulha em seu coração, é uma abominação aos olhos do Eterno" [34] – e como se lê na Torá: "Não tragas abominações para dentro de vossa casa".[35] Eles comparam o orgulhoso a quem oferece sacrifícios em altares proibidos, "porque todas estas abominações fizeram os homens da terra que estavam antes de vós." [36] O Talmud alerta: "No final, o orgulhoso será rebaixado" [37] ou, como disse Job: "Os elevados serão diminuídos". [38] Isaías disse que os orgulhosos merecem ser erradicados, como as árvores usadas para cultos idólatras [39] e que as cinzas do orgulhoso serão espalhadas ao vento e a Presença Divina dele se afastará. O Eterno, bendito seja, diz do orgulhoso: "Eu e ele não podemos coexistir no mesmo mundo", como está escrito: "Ao de olhar insolente e coração presunçoso, não tolerarei." [40] Leia-se aqui não "Ao de olhar" mas, sim, "Com o de olhar".[41] Em outro tratado, o Talmud diz: "O homem que se vangloria não é aceito nem em sua própria casa, [42] como disse o profeta: 'O orgulhoso não habitará – nem mesmo seu próprio lar.' " [43]

Trata-se de uma característica que induz a pessoa a buscar honrarias e a querer sobrepor-se aos outros. Veja o que aconteceu a Côrach (Coré) e à sua gente como

resultado da arrogância. Vangloriando-se por algo que não lhes fora concedido por Deus, entraram em grave controvérsia com Moisés, o que os levou a invejar e odiar nosso mestre. [Ao final, foram tragados pela terra, Côrach e as 250 pessoas que o apoiaram (N. do T.)] Como vemos, o orgulho, a altivez e a arrogância são traços de caráter extremamente negativos. Quando alguém usa adornos para alimentar a própria vaidade, acaba esquecendo o Eterno, bendito seja, e desprezando as *Mitsvót* (mandamentos). Não busca fazer boas ações, pois está preocupado demais consigo mesmo. Enfeita o corpo – que no final será devorado pelos vermes – e não se lembra da alma, que viverá para sempre. Homens que lançam mão de adornos para atrair a atenção das mulheres cedo ou tarde caem na licenciosidade e falta de decoro, e as mulheres que se enfeitam para os homens, inflamando seus corações e levando-os a fantasias sobre os pecados que com eles cometeriam, serão punidas pelos céus, porque provocam nestes homens a vontade de pecar. Nossos sábios proibiram os homens até mesmo de olhar peças de roupas femininas espalhafatosas estendidas no varal. Imagine quão grave é olhar para as mulheres que as vestem *(Avodá Zará* 20b).

O orgulho também gera ambição, pois o orgulhoso deseja possuir tudo o que vê à sua frente. E a ambição desmesurada é o pior dos defeitos. Faz o homem gastar o que tem e o que não tem para vestir-se, morar e se alimentar de acordo com padrões que lhe confiram um status privilegiado na sociedade, fazendo-o sentir-se superior aos outros. O ambicioso acaba ainda sendo intolerante para com todas as criaturas, o que o torna uma pessoa de baixo nível moral. Ele credita tudo a si mesmo e por isso não se esforça em cumprir adequadamente as disposições da Torá e nem se preocupa em glorificar a Deus – a menos que o ato em questão sirva para que pensem que ele é um grande devoto, um sábio ou um homem generoso. Alegra-se com os deslizes e com a falta de conhecimento de outros; diverte-se à custa do sofrimento alheio e este é um dos vinte e quatro obstáculos para a *Teshuvá* (arrependimento). O homem que pratica boas ações para ganhar reconhecimento e honrarias se assemelha a um requintado cozido, temperado com os mais saborosos condimentos, que ficou no fogo por muito tempo e queimou, exalando um odor insuportável, tornando-se impossível de ser ingerido. Uma iguaria queimada: Assim é o homem que se orgulha de seus atos para ganhar prestígio.

Não há falta maior para um homem do que orgulhar-se de conhecimentos que na verdade não possui e de boas ações que não fez. Se as pessoas acreditam que certo indivíduo conheça dois tratados do Talmud quando só conhece um, ele deve corrigir a informação.[55]

O quanto este homem não deve cuidar, então, para que não pensem que dispõe de outros conhecimentos ou virtudes que não possui... É importante saber que todos os nossos atos têm por finalidade glorificar o Criador, bendito seja, tanto em público quanto em particular, e que toda a nossa prática espiritual deve ter como meta satisfazer unicamente a vontade Divina, sem pretender contentar ou esperar reconhecimento de homem algum, agindo sempre de acordo com a vontade do Altíssimo, que sabe o que está dentro de nosso coração: "Eu, o Eterno, esquadrinho o coração e examino o pensamento, para dar a cada um segundo os seus caminhos, segundo o fruto de suas obras" [56] ; "As coisas ocultas pertencem ao Eterno, nosso Deus".[57] Por isso, alertamos o orgulhoso para não gabar-se de seu conhecimento da Torá e de suas boas ações, pois pode ser punido.

A Face Saudável

Existe, porém, um aspecto positivo no orgulho, que se traduz no sentimento de dignidade em relação ao próprio corpo. É possível que alguém se engane e pense, "Já que a vaidade é tão maligna, não comerei carne, não beberei vinho, não me casarei, não viverei em um lar confortável, não vestirei roupas adequadas, usarei apenas trapos e roupas desprezíveis para me cobrir, utensílios feios e sujos para me servir; não lavarei meu rosto, as mãos e os pés. Terei assim uma aparência repugnante e não atrairei o pecado." Mas quem pensa e age desta maneira é considerado um pecador pois sobre o nazireu está escrito: "Oferecerá o sacerdote um por oferta de pecado e outro por oferta de elevação" [44] e nossos sábios, comentam: "Se a Torá chama o nazireu de 'pecador' por se abster somente do vinho, quão pecador não será quem abrir mão do restante das necessidades humanas!" [45]

Já não são suficientes as proibições da Torá? Por que colocar sobre si mesmo um fardo que Deus não ordenou? [48] O rei Salomão sugere o equilíbrio entre as verdadeiras necessidades humanas e o supérfluo: "Não pretendas ser extremamente correto nem incomensuravelmente sábio; por que haverias de atrair sobre ti desolação?" [49] O modo correto de se conduzir na vida é agir com retidão em tudo o que se faz: nos cuidados com a própria saúde, no lar, nos negócios e no comportamento. Como fazê-lo? Devemos nos vestir com roupas simples mas agradáveis, que não sejam exuberantes mas que tampouco sejam trapos que nos envergonhem, sempre em congruência com a situação financeira – o pobre, de acordo com suas posses; o rico, de acordo com sua riqueza. Não devemos usar roupas com defeitos, peças manchadas, sujas ou remendadas.

Nossa alimentação deve seguir o mesmo princípio: não devemos nos empanturrar com guloseimas caras e nem oprimir nossos estômagos comendo pouco; devemos nos alimentar o suficiente para termos saúde e a comida deve ser saudável, limpa e saborosa. O mesmo se dá com o que bebemos e os utensílios que usamos na mesa, que não devem ser sujos ou quebrados, para que não nos aborreçamos quando estivermos nos alimentando.[50] Nossas mesas e camas devem estar sempre limpas, como tudo o mais em nossas vidas. O corpo deve estar sempre asseado, a face e as mãos sempre limpas. Devemos nos banhar regularmente, como fazia Hilel, o sábio, quando se despedia de seus alunos e estes lhe perguntavam:

— Onde vais, nosso rabi?

— Cumprir uma *Mitsvá*.

— A que *Mitsvá* o nosso rabi se refere?

— Vou à casa de banhos.

— Isto é uma *Mitsvá*, rabi?

— Sim, é uma *Mitsvá*! Se as pessoas colocam estátuas de reis nos teatros e circos, adornando-as, lavando-as constantemente e ofertando comida a seus pés, eu, que fui criado à imagem Divina,[51] não devo ter cuidados ainda maiores com meu corpo? [52]

"O Eterno fez o homem para Sua glória". [53] Por esta razão, tudo o que o ser humano faz para melhor servir a Deus e glorificá-lo inclui cuidados minuciosos com o próprio corpo, o que é considerado uma grande *Mitsvá*, ainda que aparentemente se assemelhe à vaidade ordinária, fonte de arrogância e exibicionismo. [54]

O grande inimigo: suas artimanhas e nossas defesas

O *létser Hará* (inclinação malévola) espreita o homem e lhe dá maus conselhos, fazendo-o racionalizar seus atos e, assim, justificar o orgulho em sua mente e desta forma afastá-lo do mundo.[58] Portanto, o homem não deve poupar esforços para dominar o *létser Hará* durante todos os dias de sua vida, esforço que os nossos sábios chamam de "a grande guerra" – como no episódio em que alguns homens justos avistaram guerreiros retornando do campo de batalha e lhes disseram: "Estão retornando de uma pequena batalha; agora, a grande batalha vos espera." O grupo retorquiu: "E que grande batalha será esta?" Os sábios responderam: "A batalha contra o *létser Hará* e seus exércitos!"

Quando você tem um inimigo e o derrota uma, duas e três vezes, ele não mais te perturbará. Mas o *létser Hará* não te deixará em paz, mesmo que você o derrote cem vezes. Como disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Não confie em ti até o dia de tua morte".[59] Ele o enganará e mentirá para você seguidamente, esperando apanhar-lhe desatento. Ao conseguir lhe derrotar na menor das menores faltas, conseguirá também abalar você na mais grave das faltas graves. Como o orgulho é um grande assistente do *létser Hará*, cuide para não se convencer de que seu orgulho tem sentido e que você deve alimentá-lo, pois esta é mais uma armadilha. Lute incessantemente para sobrepujá-lo.

O primeiro estratagema do *létser Hará* é distorcer e endurecer o coração do homem até que este veja a si mesmo como superior às outras criaturas. Quem assume tal atitude inadvertidamente, mesmo sabendo ser o orgulho um grave pecado, incentiva o *létser Hará* a inflamar seu coração e, assim, cometer o pecado mais vezes – até que o orgulho não mais lhe pareça uma transgressão. Por outro lado, quem é puro de coração sabe quão grave é o orgulho e toma todos os cuidados para não se deixar dominar. Mesmo assim, o *létser Hará* consegue engendrar tramas especiais para fazer esta pessoa pecar, levando-a a crer que o orgulho seja uma *Mitsvá* e que poderá trazer benefícios, dando-lhe até provas disto. O *létser Hará* dirá, por exemplo: "Você já atingiu tão elevado grau de conhecimento espiritual e boas ações; é chegada a hora de mostrar seu potencial às pessoas, para que reconheçam e valorizem suas boas atitudes; lembre-se do que dizem nossos sábios: 'Todo aquele que agrada ao espírito de seus semelhantes, agrada ao espírito do Onipresente'."[60]

Distorcendo as palavras acima e apresentando-as como prova que o orgulho é uma virtude positiva, o *létser Hará* faz com que o homem peque. Mas este não é o real sentido do versículo. Corretamente interpretado, ele diz que o homem que cumpre a vontade Divina e, ao mesmo tempo, recebe a estima alheia sem ser esta sua intenção é, também, estimado por Deus – que implanta no coração das pessoas o apreço que sentem, fazendo com que queiram bem aquele homem. A verdade é que existem muitos que são amados por outros, mas não pelo Eterno. Ele só ama quem estuda a Torá e se apega a ela.

O próximo passo do *létser Hará* será tentar fazer com que você torne pública a benemerência que pratica, levando-o a crer que assim incentivará outros a copiarem seus atos. Esta também é uma forma de orgulho. Apesar de encontrarmos algumas instâncias em que os sábios exaltaram os próprios atos (Talmud, *Meguilá* 28a), sabemos que o fizeram apenas em frente aos seus alunos, com o intuito de estimulá-los a seguir o exemplo. Certamente é uma *Mitsvá* fazer com que outros copiem nossas boas ações. Mas, mesmo quando isto acontece, não devemos deixar a vaidade invadir nossos corações e dizer a nós mesmos coisas como "Ah, isto eu sei como se faz." Gabar-se em voz alta, publicamente, é ainda mais grave. Mesmo se você for diligente no estudo da Torá, sentando-se no seu lugar na sinagoga para rezar e estudar sem molestar os outros, o *létser Hará* lhe tentará sem descanso, dizendo: "Veja como as pessoas te olham e têm respeito pelo teu conhecimento de Torá, tua profunda humildade e tuas boas ações; aproveite para aconselhá-las e dar-lhes lições de moral. Assim, te respeitarão mais e você será recompensado por isto".

Ah, quanta tolice! Tuas boas ações devem ser feitas somente em honra aos Céus; e se procurar corrigir as pessoas, elas aceitarão ou não a tua palavra somente se Deus assim o quiser, independentemente daquilo que você pensa! Mesmo se conseguir ignorar os conselhos do *létser Hará*, ele te tentará ainda com outra artimanha, dizendo: "Teu Serviço Divino jamais será pleno de coração até que afaste qualquer coisa que faça você se orgulhar perante os outros; não cometa nenhuma boa ação em público, para que não pensem que você está se vangloriando; não reze em público, mas em casa, apenas uma curta oração, para que só Deus te veja. Assim, você não se sentirá orgulhoso. Não seja diligente em cumprir os mandamentos da Torá, porque pode ficar famoso e tornar-se um orgulhoso; em vez disso, cumpra os mandamentos sem devoção e não mostre aos outros que você é uma pessoa temente a Deus; não deixe que te vejam colocando *Tefilín*, usando *Tsitsit* ou beijando a *Mezuzá* na porta de sua casa; pelo contrário, procure comportar-se

como um não judeu, comendo o que comem os gentios, frequentando os lugares que eles frequentam, gastando seu tempo para comer, beber e se divertir." Deste modo, o *létser Hará* convence o homem religioso a abandonar o Serviço Divino, argumentando que ele estará fazendo uma *Mitsvá*. Dar ouvidos a esse tipo de conselho é como saltar de uma pequena para uma grande fogueira e perder os méritos já amealhados pelos mandamentos observados.

Medidas que Funcionam

O modo certo de proceder é cumprir todos os mandamentos de Deus com fervor e dedicação – em particular e em público – e rezar com devoção, pronunciando cada palavra com amor e fé, ordenando ao intelecto que pratique o bem e fuja do mal. Se receber elogios, não perderá seus méritos, pois não cumpriu a vontade Divina para se engrandecer, mas por estar convencido de que este é o seu dever. Por isso, quando fizer uma boa ação, pense em quem estará reconhecendo seus atos: se pensar em Deus, eles serão perfeitos; se pensar nos homens, não o serão. Quanto às boas ações que faz em público: se feitas em particular, elas serão corretas e perfeitas.

Tudo o que explicamos até agora sobre o *létser Hará* não é sequer uma gota no oceano quando comparado ao imenso cuidado que devemos ter com seus maus conselhos. O impulso negativo tenta o homem em todas as suas atitudes, a todo momento e em todos os lugares. Daí, tamanha preocupação com o alerta sobre este grande inimigo do homem. O indivíduo inteligente entende esta mensagem e trata de erradicar de si todos os seus impulsos negativos, como disse o profeta: "O homem que purifica suas mãos, multiplica suas forças" (Job, 17:9).

Orgulhar-se do conhecimento Divino é uma atitude louvável, pois está escrito: "Mas aquele que se vangloria, que se vanglorie nisto: em Me entender e conhecer a Mim".[61] E mais: Devemos agradecer a Deus por nos ter concedido a oportunidade de adquirir sabedoria e boas virtudes, como fazemos na prece que recitamos após concluir um tratado do Talmud: "Agradeço a Ti, que traçaste meu destino entre os estudiosos de Torá e não entre os desocupados... quão generoso é o nosso quinhão, que agradável é o nosso destino, que bela é nossa herança." [62] ou, como dizem as Escrituras: "Seu coração sentiu-se elevado nos caminhos do Eterno" [63]

O homem deve sentir-se encorajado a conquistar os assuntos relativos ao Mundo Vindouro; não deve contentar-se com o que já conseguiu e nem dizer que já sabe o suficiente. Neste terreno, deve aspirar a estágios cada vez elevados e sentir-se incompleto se falhar no Serviço Divino. Este tipo de orgulho não mina seu sentimento de humildade. Ao contrário, ajuda-o a elevar-se cada vez mais e a alegrar-se com as virtudes que já alcançou e com aquelas que seus amigos também lograram. Sentirá orgulho deles e os honrará.

Orgulhar-se perante os perversos também é um lado positivo do orgulho. Devemos repreendê-los por seus maus atos, envergonhá-los por cometê-los e exortá-los a praticar o bem, ainda que isto pareça aos olhos das criaturas uma atitude prepotente. Não devemos nos curvar frente aos malvados mas, sim, seguir o exemplo de Mordechai, que não se curvou face a Haman, o cruel. E, esteja onde estiver, o homem não deve envergonhar-se diante de um malvado quando este lhe solicitar que peça algo de bom dos céus: deve fazê-lo com orgulho, de coração pleno e publicamente. Mas deve saber quando e como fazê-lo pois, às vezes, por querer ajudar o malvado em nome de uma *Mitsvá*, pode acabar perdendo o mérito por outras cem, como salientou o rei Salomão: "Não responda ao perverso... responda de acordo com sua perversidade" [64]

A pessoa sensata deve pesar as circunstâncias e saber quando e como deve reagir frente à maldade. Algumas vezes é melhor abandonar o perverso à própria sorte. Mas, em alguns casos, devemos nos prostrar frente a ele com todas as nossas forças e não dar o braço a torcer frente a suas exigências, principalmente quando o cumprimento de uma *Mitsvá* estiver em questão. Também não devemos confrontar o perverso com assuntos mundanos ou financeiros. Nestes casos, indica-se a complacência – o que, por si só, já é uma grande *Mitsvá*.[65]

Quanto ao que conhecemos como orgulho humano corriqueiro, devemos fazer todo o possível para evitar este terrível defeito. Seu potencial destrutivo é grande, sempre iminente, e eventuais benefícios, invariavelmente insignificantes. Devemos dele nos afastar, pois está escrito que o orgulho antecede a destruição [66] e rebaixa o homem.[67] Veja o que aconteceu ao faraó do Egito por ter tido a audácia de perguntar a Moisés "Quem é o Eterno para que eu escute Sua voz?" [68] ; o que aconteceu a Golias, o filisteu, por haver se vangloriado frente aos exércitos de Israel [69] , a Senaqueribe, que desafiou Deus a tirar Jerusalém de suas mãos,[70] e a Nabucodonosor, que duvidou que o Eterno tiraria o povo de Israel de seu domínio. [71] Estes e todos os que se pronunciaram de maneira semelhante terminaram suas vidas em desgraça. Presunçosos como eles não escapam ao castigo Divino. O rei Salomão escreveu: "O zombador não é senão um malvado que atua para prejudicar o próximo" [72]

Como já exploramos o tema de modo abrangente, gostaríamos agora de ilustrá-lo com alguns comentários de nossos sábios:

"Que tipo de pessoa jamais se livra de suas preocupações? Aquele que busca o que está acima do seu alcance."

"Quem vê a si mesmo como um grande sábio é visto pelos outros como um ignorante."

"O orgulho está sempre perto das más ações – e quem se presta a praticar o mal, faz com que as pessoas o odeiem e dele se afastem."

"Assim como a beleza da forma é a luz do corpo, a beleza do caráter é a luz do espírito".

"Não importa para a alma de um rei exaltar-se sobre as criaturas e menos ainda para a alma de uma pessoa comum sentir-se superior à de outras."

Uma parábola ilustrativa: um rei colocou três cadeiras de diferentes alturas em frente ao seu trono e convidou três nobres, seus súditos, para uma visita. Estes chegaram ao palácio e ocuparam as cadeiras de acordo com os respectivos graus de nobreza. "Como ousaram sentar-se sem o meu consentimento?", perguntou o rei. O nobre sentado na cadeira mais alta respondeu: "Venho da família de melhor linhagem e por esta razão ocupei a cadeira mais alta." O que estava sentado na cadeira de altura média disse: "Sentei-me aqui porque sou mais sábio do que ele", referindo-se ao nobre na cadeira mais baixa, o qual, por sua vez, respondeu: "A modéstia da minha alma e sentimento de humildade do meu coração me induziram a sentar-me abaixo deles". Ao ouvir estas palavras, o rei levantou-se e exaltou as virtudes do terceiro homem, outorgando-lhe uma posição mais elevada que os demais. Sobre esta parábola, o rei Salomão disse: "Melhor ser humilhado perante os humanos do que perante o Altíssimo".[73]

Corrigir a si mesmo: a Grande (e possível) missão

Quando o homem vê a presunção tomar conta do seu coração, deve pensar em assuntos que lhe causem temor: de como ele vem de uma gota fétida; de como retornará ao pó e aos vermes, e das contas que terá que prestar aos Rei dos reis, o Santíssimo, bendito seja.[74] Deve pensar nos inúmeros arrogantes que já partiras deste mundo e dos quais ninguém mais se lembra. De que lhes adiantou então, tanto orgulho?

Construa escudos à sua volta para impedir que o orgulho e a vanglória se aproximem. Se quiser erradicar por completo de sua mente todos os sentimentos desse tipo, não conseguirá fazê-lo só através do pensamento. Terá que agir, excluindo de seu comportamento qualquer atitude que implique elementos que deem vazão a eles até o limite de suas forças.

Se você tiver por hábito vestir-se de forma sofisticada, com roupas caras, de nada adiantará passar a usar roupas de preço médio. O correto será vestir-se da maneira mais humilde possível, para cortar pela raiz todo e qualquer sentimento de superioridade que ainda possa ser encontrado em seu coração. A mesma atitude também vale para quem está acostumado a dar ordens e falar asperamente os outros: este tem que passar a sentir-se a mais baixa das criaturas, agindo e falando com doçura e muita humildade, até erradicar de vez a própria altivez. Do mesmo modo, alguém que se irrita e perde o controle com facilidade deve cultivar uma postura passiva, mesmo quando insultado. Deve persistir na conduta até que seu coração e sua mente sejam reeducados, até que conquiste uma atitude equilibrada, mantendo-se assim até o fim da vida. Aja deste modo em relação a todas as características semelhantes.

O primeiro passo é sempre erradicar por completo os maus hábitos, adotando a postura oposta por um longo período, até que seu coração e sua mente se habituem. A partir daí, escolha sempre o caminho do meio, o caminho do equilíbrio. Isto garantirá a cura completa de seus males e você terá uma vida saudável. O indivíduo que deseja servir a Deus usando todas as suas faculdades do melhor modo possível deve seguir este modo de conduta consigo mesmo e com o próximo, como está escrito: "E aquele que procura melhorar sempre seu caminho, a este mostrarei a redenção Divina". [75]

A Psicologia da Humildade (*Anavá*)

A humildade, traço nobre e louvável, é o oposto do orgulho. Quem a tem, poupa a própria alma de diversos males e recebe recompensa por todas as *Mitsvót* que cumpre de acordo com o grau da virtude ao qual chegou.

Ela é a raiz do Serviço Divino. Um pequeno mandamento cumprido por uma pessoa humilde é milhares de vezes mais bem recebido pelo Altíssimo do que um importante mandamento cumprido por uma pessoa sem modéstia. Nossos sábios ensinam que devemos cumprir os mandamentos do modo que estiver ao nosso alcance: alguns fazem muito e outros fazem pouco – o que importa é ter no coração a intenção de honrar a Deus.[76] O rei Salomão vai além e afirma que os mandamentos cumpridos pelo orgulhoso são uma abominação aos olhos do Eterno [77] e, por este motivo, quando clama por Deus não é atendido, como está escrito: "Ainda quando multipliqueis as vossas orações, não as ouvireis". [78] As *Mitsvót* do orgulhoso lhe são atiradas na cara, como está escrito: "Quem requereu de vós isto, para pisardes os meus átrios?" [79] Quando traz oferendas, as portas do Templo se fecham e elas não são aceitas.[80] O Altíssimo as repudia: "Ajuntai vossas ofertas de elevação (já que não são do Meu agrado) aos vossos sacrifícios, e comei a carne".[81] Por outro lado, a humildade e a submissão trazem bonança: "Aos humildes, Ele faz favores".[82]

Por agradar a Deus, o humilde suplica e é atendido: "Pois antes mesmo de pedirem, já os terei atendido".[83] Quando cumpre os mandamentos da Torá, os tem imediatamente aceitos por Deus.[84] O Eterno deseja os mandamentos da pessoa humilde, como está escrito: "Então a oferta de Judá e de Jerusalém será agradável ao Eterno como nos dias antigos e como nos anos anteriores." (Malaquias 3:4)

A profunda humildade equivale à autoanulação, a forma mais elevada do sentimento de amor, aquela que faz com que a pessoa volte-se por completo para Deus e para as outras

pessoas. É também sinônimo de modéstia, a modéstia que não deixa com que alguém atribua a si mesmo excesso de importância. O homem humilde não clama méritos para si, tem coração brando e espírito que acolhe a dor alheia. Sua principal característica é o temor a Deus. Por exemplo, se tiver riquezas, ele não verá a si mesmo como merecedor da graça recebida, atribuindo tudo à bondade Divina: "Quem sou eu e o que fiz para merecer tanta abundância? A soma de todas as minhas boas ações não passam de uma gota d'água no oceano se comparada a tudo o que eu poderia e deveria ter feito!"

Ele também não pede distinção ou honrarias; tudo o que faz, o faz em honra aos céus, atitude que é o fundamento da humildade. Mas se ele tornar-se repentinamente humilde, seja ao confrontar-se com uma doença repentina, com a perda de bens materiais ou de um ente querido, apesar de ter seu sofrimento alentado pela misericórdia do Eterno, ainda não poderá ser considerado verdadeiramente humilde.

O homem deve conduzir seus negócios e lidar com dinheiro alheio com toda humildade, portando-se acima da letra da lei.[85] Deve sentir e demonstrar paciência e compreensão em todos os contatos que mantiver com outros. A verdadeira humildade consiste em colocar-se exatamente no mesmo nível do que aqueles que têm situação social inferior à sua, como os funcionários que emprega e os pobres aos quais dá ajuda e alimento. Quem é modesto a ponto de se humilhar perante órfãos, viúvas e convertidos, unindo-se a estes em seu sofrimento, ou ouvindo insultos sem retrucar terá atingido o mais alto grau de humildade.

Há um outro patamar de humildade também extremamente elevado, que se revela quando o homem demonstra respeito aos nossos mestres, sábios e justos, dizendo a si mesmo: "Essas pessoas servem o Santíssimo, bendito seja; apegam-se a Ele e O amam – por isso devo diminuir a mim mesmo frente a elas e honrá-las; se eu conseguir, talvez façam com que delas me aproxime e me ensinem os caminhos de Deus." Ao mesmo tempo, é expressão de humildade respeitar os discípulos, explicando-lhes pacientemente aquilo que têm dificuldade para aprender – aos mais velhos segundo sua experiência e aos mais jovens de acordo com seus conhecimentos. O mestre que é modesto explica demorada e seguidamente os tópicos que seus alunos não compreendem, até que os entendam por completo – sem queixar-se dos que parecem não querer absorver o que lhes está sendo ensinado, como o Rabi Preida, que reviu um determinado ponto cem vezes, até que todos os seus discípulos o tivessem compreendido e que, por isso, foi recompensado (por

Deus).[86] O professor humilde senta-se para estudar com os mais pequeninos e espera aprender com eles pelo simples fato de os estar ensinando, como está escrito: "Aprendi de todos os que me ensinaram" [87]

Nossos sábios de abençoada memória ensinam que devemos ter um espírito modesto diante de todas as pessoas, [88] e não só diante dos chamados grandes e importantes. Quem segue este caminho ajuda a criar uma comunidade digna, pois adquire a confiança e o apreço dos seus integrantes. Eles, por sua vez, seguirão o exemplo e o transmitirão aos seus filhos.

Acima de tudo, a conduta humilde santifica o nome de Deus. Já o orgulhoso denigre a Imagem Divina e leva outros pecarem; é como a carcaça de um animal atirada no meio da estrada, fazendo com que as criaturas torçam o nariz devido ao mal cheiro.[89] O orgulhoso menospreza a Torá e os que a estudam, fazendo-os abandoná-la, pois deixaram-se convencer de que não tem serventia alguma. Ao se afastarem da Torá, desonram a glória do Eterno e perdem Suas bênçãos.

Como se Expressa; Como se Reconhece

São seis as maneiras através das quais a humildade se manifesta:

1) Na intensidade com que alguém se irrita. Se conseguir controlar seu ânimo quando atacado por outra pessoa e perdoá-la, você terá demonstrado um elevado grau de humildade. Em algumas circunstâncias, porém, é proibido perdoar um agressor, como aquele que provoca um rabino em público. Neste caso, deve primeiro pedir desculpas ao erudito e somente depois pode ser perdoado.

2) Quando alguém sofre uma perda irreparável e a entende como parte da Justiça Divina, aceitando seu destino com amor. Um dos maiores exemplos é a extrema humildade que demonstrou nosso primeiro Sumo Sacerdote quando perdeu dois de seus filhos: "E Aarão silenciou".[90]

3) Ouvir alguém elogiando seu grau de conhecimento ou suas boas ações e não orgulhar-se em seu coração, admitindo que tudo o que estão dizendo a seu respeito não é senão uma gota no oceano comparado ao que poderia fazer. Isto é ainda mais grave se alguém te elogiar por algo bom que você não fez. No caso de apontarem alguma falha no teu comportamento, não procure evitar a crítica ou eximir-se da responsabilidade, clamando nada ter feito. Reflita sobre sua conduta e tente reagir como Judá, filho de Jacob, quando atestou que Tamar dizia a verdade: "E reconheceu Judá, e disse: Mais justa é ela do que eu".[91] Não devemos nos ressentir com alguém que nos critica em público e, sim, atribuir isto ao julgamento Divino, que tem por objetivo levar-nos a corrigir nossos próprios erros. Se o que for dito não corresponder à verdade, também não devemos nos irritar com a pessoa que o disse para não envergonhá-la, procedendo assim da mesma maneira que nosso agressor. Certa vez, alguém falou mal de um homem justo. Este, ao invés de repreendê-lo por isto, enviou-lhe um presente com um bilhete: "Você enviou-me um presente de seus méritos. Envio-te como retribuição uma lembrança dos meus".

No Dia do seu Julgamento, muitos recebem o mérito de *Mitsvót* que não fizeram, e exclamam surpresos: "Mas eu não cumpri estes mandamentos". Dizem-lhe então: "Estes mandamentos foram cumpridos por pessoas que te caluniaram e por isso os méritos destas pessoas foram transferidos para você." Já aos malvados, nesse Dia, são mostradas transgressões que não cometeram. Quando protestam, o Eterno lhes responde:

"Estas transgressões foram feitas pelas pessoas que vocês difamaram; por isto foram removidas delas e transferidas para vocês." É a isto que se refere o Salmo 79:12: "Retribui a nossos vizinhos sete vezes mais desgraças que aquelas com que Te desonraram, ó Eterno!" – pois quem insulta um homem justo é como se tivesse insultado o Altíssimo, bendito seja. As Escrituras se referem aos inimigos de Israel como inimigos do próprio Criador. A Torá nos lembra que até mesmo uma pessoa justa pode ser punida por ter difamado outro justo, como no caso de Miriam, irmã de Moisés.[92] Portanto, quem sofre suas injúrias em silêncio é verdadeiramente humilde, como Hilel, o príncipe, a quem disseram: "Tomara que não haja muitos como você no povo de Israel". Mesmo envergonhado, Hilel calou-se e não respondeu.[93]

Toda pessoa humilde é capaz de ouvir insultos e não retribuir, como está escrito: "E falaram Míriam e Aarão contra Moisés [94] ... e o homem Moisés era muito humilde, mais do que todos os homens que houve sobre a face da Terra".[95] As Escrituras dizem do homem humilde: "Os que amam ao Eterno são como o sol no auge do seu brilho." [96]

4) Quando o Criador, bendito seja, banha com bençõe a vida de um homem, agraciando-o com riqueza e prole, sabedoria, compreensão e honrarias, esta pessoa tem por dever ser ainda mais humilde perante Ele e, mais do que antes, honrar a outros e desejar seu bem-estar. Quando o Criador honrou Abrahão, dizendo-lhe "Esconderei de Abrahão o que farei?" [97] , sua resposta foi: "E eu sou pó e cinza." [98]

A abundância de sabedoria ou riquezas concedidas ao homem neste mundo podem ser o resultado de uma entre três situações:

a) O Eterno, bendito seja, está lhe concedendo uma bênção.

b) O Eterno, bendito seja, o está testando.

c) O Eterno, bendito seja, o está punindo.

Um sinal de que riquezas ou sabedoria são uma benção Divina é o uso que a pessoa fará destes recursos: se usá-los em benefício do mundo ao seu redor e não se vangloriar deles, saberá que foi agraciado por Deus. Um sinal de que os dotes são um teste é a constante preocupação em cuidar deles, temendo perdê-los e deixando de usufruir deles de maneira apropriada. Apesar de não usar de seus meios ou faculdades para fazer mal

aos outros, recusa o bem a si mesmo, cuidando tão somente de manter aquilo que tem. Se, por um lado, não pratica o mal, por outro também não faz o bem, deixando os pobres que lhe estendem a mão à deriva, temendo que ao ajudá-los estará se prejudicando. Se for um homem sábio, mas usar seus conhecimentos apenas em benefício próprio, não aprimorando o mundo à sua volta, saberá que tais conhecimentos também lhe foram concedidos como um teste. E, se usar suas riquezas e conhecimentos somente para si, recusando-se a ajudar os necessitados e tratando somente dos próprios prazeres, deve saber que a abundância da qual desfruta é uma punição Divina, como está escrito: "Se alegram e festejam, abatendo bois e ovelhas";[99] "Tocam liras e harpas, tamborins e flautas, o vinho é sua bebida, mas não contemplam os favores do Eterno",[100] afastando-se dos deveres que o Criador lhe ordenou, como está escrito: "Riqueza guardada por seu possuidor, apenas para gerar seu próprio dano".[101] Os profetas também aludem à riqueza e à sabedoria quando são punições Divinas e não bênçãos: "Usam sua inteligência para fazer o mal e não sabem como praticar o bem".[102]

A pessoa sábia, portanto, deve se empenhar usar seus bens e conhecimentos em prol do próximo, não se vangloriando deles e tornando-se mais humilde à medida que recebe favores Divinos adicionais, preocupando-se com o fato dos benefícios que recebeu de Deus não sejam um teste [103] e nem uma punição.[104] O melhor caminho para o homem é empregar seu saber e suas posses para adquirir mais conhecimento Divino e praticar ainda mais as boas ações, até o limite de suas forças.

5) Quando alguém que ofendeu ou feriu o próximo com palavras ou atos se corrige, sem esperar qualquer retribuição, rogando perdão a quem prejudicou por iniciativa própria, sem influência de outros, humilhando-se e fazendo todo o possível para reparar o dano que causou.

6) A pessoa que é humilde fala com suavidade, como está escrito: "Uma resposta amena repele o rancor";[105] "Falarás da terra e tua voz brotará do seu pó".[106] Uma postura humilde em relação à vida não permite ao homem ser vaidoso e gastar seu tempo e dinheiro comprando roupas e joias caras.[107] Deve manter um olhar modesto e a cabeça ligeiramente curvada para frente, pois Deus ajuda os que se humilham.[108] Não deve comer em excesso, alimentando-se apenas com o suficiente para satisfazer as necessidades do próprio corpo.[109]

O Segredo de um Tsadic

A humildade é como uma escada cujos degraus galgamos para chegar até Deus, como está escrito: "Aos humildes orienta em Sua justiça, e Seu caminho lhes ensina".[110] A modéstia leva o homem a temer a Deus[111] e faz com que a Presença Divina repouse sobre os humildes, como está escrito: "Habito no alto lugar, mas também estou com aquele que é constrito e humilde de espírito".[112] A humildade é louvada pelo Altíssimo em toda a Sua criação, pois Ele renunciou a todos os picos elevados do mundo e fez Sua Presença pousar sobre o Monte Sinai, que era mais baixo que os outros à sua volta. Sobre a virtude da humildade disseram nossos sábios e profetas: "Quem faz-se vizinho do pó neste mundo, será elevado no Mundo Vindouro";[113] "Mesmo das alturas, o Eterno se apercebe dos humildes e adverte os ignorantes".[114] A pessoa que amolece seu coração, tem suas preces ouvidas [115] como está escrito: "Virá toda criatura prostrar-se perante Mim" e "A Ti, que acolhe as preces, acorrem todos os homens".[116]

O Talmud nos conta sobre o Rabi Iehoshua ben Levi[117] , que dizia: "Vejam quão importante é a humildade perante o Criador: quem trazia oferendas ao Templo Sagrado em Jerusalém era recompensado por Deus de acordo com o tipo do sacrifício oferecido, mas a pessoa humilde era recompensada como se tivesse ofertado todos os tipos de sacrifícios e suas preces eram atendidas, como está escrito: 'O verdadeiro sacrifício ao Eterno é o coração contrito; o Eterno jamais desprezará um coração angustiado e cheio de arrependimento".[118]

Da humildade nascem diversas outras qualidades. A pessoa constrita é paciente e, por ser, paciente encontra a paz e não se zanga,[119] pois a paz é uma excelente virtude. O humilde está sempre amparado [120] e sua preces são sempre ouvidas pelo Eterno, pois ele dispensa honrarias e perdoa com facilidade. O Rabi Akiva teve suas orações atendidas porque as iniciava com as palavras "Nosso Pai, Nosso Rei".[121] O homem modesto adquire sabedoria, pois se curva ante os sábios, colocando-se à altura do pó dos seus pés;[122] é perdoado por Deus, pois confessa seus pecados[123] e não busca posições de honra, como está escrito: "E andes humildemente nos caminhos dos preceitos de Deus!"[124]

A pessoa modesta se contenta com a porção que o Criador, bendito seja, lhe reservou neste mundo, seja ela pequena ou grande: "Mais vale o pouco que tem o justo do que a abundância dos malévolos."[125] O humilde livra seu coração das preocupações desse mundo e ocupa seu tempo com a aquisição do conhecimento e do serviço Divino. Sempre dá ao próximo o benefício da dúvida.

Uma vez perguntaram a um *Tsadic*: "Como tornou-se líder de sua geração?" O justo respondeu: "Sempre considerei os outros homens como melhores do que eu. Se era mais sábio, pensava: deve temer mais a Deus do que eu, e por isso foi agraciado com sabedoria. Se sabia menos, eu ponderava: seus pecados não são intencionais, mas os meus o são. Se era mais velho, eu dizia: ele adquiriu mais méritos que eu. Se eu era mais velho do que ele, dizia: ele cometeu menos pecados do que eu. Caso se igualasse a mim em sabedoria e anos de vida, eu dizia: seu coração é melhor que o meu, pois eu sei quais os pecados que cometi, mas desconheço os dele. Se fosse mais rico, eu pensava: certamente pratica mais caridade que eu. E se fosse mais pobre, eu dizia: é mais humilde e melhor do que eu. Por estes motivos, sempre encontrei algo em que podia me basear para honrar os outros homens a acreditar que fossem melhores do que eu."

A Psicologia da Vergonha (*Bushá*)

"A vergonha é a inteligência e a inteligência é a vergonha".

Nossos sábios, de abençoada memória, formularam este pensamento a partir da história de Adão e Eva: "E estavam ambos nus, o homem e sua mulher, e não se envergonhavam."[131] Eles não conheciam a virtude do pudor e não sabiam distinguir entre o bem e o mal, até provarem o fruto da Árvore do Conhecimento, como está escrito: "E foram abertos os olhos de ambos e souberam que estavam nus".[132] Entende-se daí que, exceção feita ao homem, as outras criaturas não se envergonham – por não serem dotadas de inteligência. Qualquer pessoa com senso de discernimento sabe que é por meio da inteligência que podemos descobrir a Verdade, conhecer a Deus e servi-Lo. É a inteligência que permite ao homem chegar ao nível dos anjos.

Já que se trata de uma faculdade que é verdadeiro privilégio, seu par, a vergonha, ou pudor, no sentido mais nobre da palavra, merece de ser igualmente exaltada. Prova disso é não encontramos pessoas sábias desprovidas de vergonha, nem tampouco pessoas sem pudor que possuam um alto grau de sabedoria. Aprendemos assim que o homem deve empenhar-se em cultivar a virtude da vergonha em seu coração e em sua mente, de modo a conseguir controlar seus impulsos, pois ela é a âncora de todas as boas virtudes e um escudo protetor contra o *létser Hará*.

É, a um só tempo, uma cerca aramada e uma pesada cortina de ferro – deixa ver através e, em determinados momentos, impede a visão. Sua grande função prevenir o pecado. Mas, na verdade, somos capazes de cometer em particular pecados que não cometeríamos em público. Quando Raban Iochanán ben Zacái estava em seu leito de morte, seus discípulos lhe pediram: "Mestre, abençoa-nos!" Respondeu-lhes: "Que vocês

temam aos Céus assim como temem aos homens". Perguntaram-lhe: "Somente isto, nada mais?" Disse-lhes: "Se for assim, que bom será! Pois quando alguém comete um pecado, diz a si mesmo, 'Tomara que ninguém me veja neste momento'[133] , pois não suportaria a vergonha se o vissem pecando. Por isto, antes de pecarem, devem pensar que alguma criatura os está observando. Assim não pecarão diante do Eterno. De tanto acostumarem-se a não pecarem em público por vergonha dos homens, não pecarão em particular por envergonharem-se de Deus".[134]

O mais alto nível de pudor é sentir vergonha diante do Santíssimo, bendito seja, como está escrito: "Meu Deus, envergonho-me de erguer meu semblante diante de Ti".[135] Se você se perguntar como pode envergonhar-se de Alguém que não vê, saiba que Ele Se revela dentro dos corações e das mentes das criaturas. Podemos atingir níveis cada vez mais altos da virtude do pudor tão somente refletindo sobre a grandeza do Altíssimo, bendito seja, lembrando-nos que Ele está sempre observando nossos atos e investigando nossas consciências.

Um certo sábio costumava dizer: "Se você afirmar que jamais pecou em toda sua vida, não pense que agiu deste modo por mérito próprio, pois a maior parte dos homens não peca apenas porque se envergonha de outros homens." Devemos ter cuidado para não orientar nosso pudor em vista do que pensarão aqueles ao nosso redor, porque o *létser Hará* está atento também a isso e engendrará todo tipo de armadilhas para fazer-nos fraquejar, dizendo: "Se fizer tal e tal coisa, as pessoas te envergonharão".[136] Como consequência, o homem deve ter sempre em mente que é o Criador quem o observa ininterruptamente e que somente a Ele devemos temer, pois a Ele prestaremos contas de nossos atos. Ao envergonhar-se e se restringir diante Dele, o homem não peca. O rei David alertou seu herdeiro, Salomão: "Conheça o Deus de seu pai e sirva-o."[137] Assim, nos envergonharemos única e exclusivamente perante o Eterno e só a Ele prestaremos juízo.

É de conhecimento comum que a maioria das pessoas trata de seus negócios e assuntos particulares em segredo, cuidando para que não se tornem públicos. Elas têm todo tipo de pensamento em mente e não se preocupam, pois sabem que os outros não os podem ler. Se todos os atos impulsivos de sua mocidade viessem a público, certamente morreriam de vergonha. Veja então quanto devemos nos envergonhar perante o Santíssimo, bendito seja, que conhece todos os nossos atos e pensamentos, particulars e públicos, feitos durante

toda a nossa vida, e que jamais os esquece. Transgredir em particular mandamentos que não seriam desobedecidos em público é como "enganar" o Criador. Envergonhar-se de outras pessoas mas não se envergonhar de Deus... Quão grande é o pecado de uma criatura assim!

Três exemplos que levam ao aperfeiçoamento pessoal

1) Não cometer transgressões em particular por temer ser descoberto e envergonhado publicamente: nossos sábios dizem que desta maneira o homem temerá a Deus também em particular, pois uma boa ação que no começo não é feita em honra aos Céus, se repetida incessantemente, acabará sendo feita em honra aos Céus.[138]

2) Não pecar em particular por saber que ao agir deste modo estará "enganando" o Altíssimo – isto é um grande feito.

3) Envergonhar-se de falhar com o Eterno, bendito seja, em particular e em público, e sentir-se da mesma forma em relação ao próximo: não há nível mais elevado da virtude em questão do que este.

Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Quem comete uma transgressão e envergonha-se disto, tem todos os seus pecados perdoados,"[139] e "O recatado tem lugar no Gan Eden (Paraíso)."[140] Disseram também que o pudor e a confiança caminham de mãos dadas, pois a tendência comum é confiar na pessoa que é discreta e desconfiar daquela que sabe se restringir. O rei Salomão disse: "Quem não se envergonha, faz o que lhe passa pela cabeça".

O homem deve cuidar para não fazer nada que embarace o próximo, como, por exemplo, ir à sua casa num momento em que ele não deseja visitas, deixando-o sem jeito para pedir que vá embora. Ou ler cartas e documentos de colegas quando estes sentem-se constrangidos em pedir-lhe que não o faça e toda sorte de coisas do gênero. Devemos ter cuidado para não fazer a outros qualquer tipo de imposição, não solicitar-lhes presentes, não pedir dinheiro emprestado ou pertences de alguém que, sabemos, não está motivado ou não pode nos ajudar, mas que se envergonhará se não o fizer. Quem tem pudor não colocará a outros em situação como estas.

Também eles, nossos sábios, recomendam que tenhamos amizade com pessoas que nos valorizem ao máximo; pessoas que, se as ofendermos, nos perdoarão de imediato, causando-nos a impressão que foram elas a nos ofender; pessoas que nos peçam coisas as quais realmente não precisam – simplesmente para que nós não tenhamos constrangimento de pedir-lhes algo se e quando necessário.

Se quiser aprimorar seu senso de pudor, preste atenção à conduta de alguém que não o possua. Não perca sua dignidade, pedindo todo o tempo a ajuda de outros. Ninguém a restaurará. Em outras palavras, ninguém lhe devolverá a dignidade que pôs a perder por conta própria.

Existem pessoas que são capazes de envergonhar o próximo, não por que lhes desejam mal, mas para desviar a atenção de sua própria falta de pudor. São os que dizem: "Mas o que eu fiz eu de tão terrível? Fulano não fez o mesmo?" Agindo assim, procura diminuir o peso da própria falta. O mal que se origina deste tipo de atitude é maior do imaginamos: em primeiro lugar, a pessoa se vangloria por não ser a única a cometer aquele erro e pelos defeitos que rapidamente tratou de apontar no próximo; em segundo lugar, porque não procura arrepender-se do que fez, já que outras pessoas agiram da mesma forma e, em terceiro lugar, leva outros a cometerem o mesmo pecado, uma vez que o banalizou ao alegar que todos agem assim e que não há mal nenhum nisto. Pior ainda será essa pessoa mentir sobre os feitos dos amigos para encobrir a própria desgraça, pois estará pecando duplamente e fazendo com que gente idônea seja incriminada pelo que não fez. E estas são apenas três das possibilidades.

Preservando Princípios que Enobrecem

Algumas pessoas podem chegar a se constranger por seguirem a Torá, como no caso dos homens que não costumam fitar as mulheres na rua e tornam-se alvo do deboche daqueles que se habituaram a tal leviandade. O homem religioso jamais deve sentir-se envergonhado se ridicularizarem sua moralidade. Ele deve seguir agindo da forma, ignorando a troça. O mesmo é imperativo para aqueles que cumprem os mandamentos da Torá desprezados por outros. Não devem sentir-se acanhados por fazê-lo e nem se preocupar se ouvirem risadas, pois o fazem em honra e por ordem do Altíssimo, bendito seja, e só Dele devem se envergonhar. Qualquer pessoa é capaz de entender que um emissário do rei levará a cabo qualquer missão que lhe for confiada, seja qual for a reação do restante dos súditos, e ainda que a missão o envergonhe e torne-o objeto de riso. Este emissário precisa ter em mente quanta vergonha sentirá quando se prostrar diante do rei sem ter cumprido seu dever e também o quanto as pessoas que o ridicularizaram estarão à mercê do monarca, devendo prestar contas a ele.

Se alguém se sente embaraçado ao cumprir uma *Mitsvá* em público e por isto deixa de obedecê-la, faz a si mesmo mais mal do que bem. É igualmente vergonhoso não admitir a verdade; deixar de recriminar alguém que esteja atuando perversamente, e não esclarecer dúvidas com seu rabino por sentir embaraço em fazê-lo, como está escrito: "Te tornaste desprezível por omitir-se e vilão por tapar a própria boca"[141] e "O tímido não pode aprender"[142] A conduta correta é não sentir-se envergonhado em perguntar sobre o que não conhece a qualquer pessoa que seja, pequena ou grande, como disse o rei David: "De Teus testemunhos falarei perante reis, e não serei envergonhado!"[143]

O termo *Chassid* ("piedoso") tem sua raiz na cor alva da *Chassidá* (cegonha),[144] que literalmente significa "a ave de cor branca (pálida)", pois está escrito em Isaías: "Jacob não será mais envergonhado, nem mais se empalidecerá o seu rosto".[145] Em aramaico, a tradução da palavra vergonha é *Chissuda*.[146] Por quê? Porque o *Chassid* tem que estar disposto a passar por situações embaraçosas e até ser objeto de troça por estar cumprindo um mandamento Divino. Isto faz da pessoa um *Chassid*, pois ele removeu a vergonha de sua tez ao cumprir uma *Mitsvá*.[147] Dessa forma alcançará o nível da profecia, como está escrito: "Numa visão profética falastes aos que te são devotos".[148] Do pudor emana o temor aos Céus, como está escrito: "Para que esteja o Seu temor diante de vós,

a fim de que não pequeis".[149] E que tipo de temor se nota da face do homem? A vergonha.[150]

Devemos tomar muito cuidado para não envergonhar os outros. Nossos sábios alertaram: "Quem embaraça o próximo em público não tem quinhão no Mundo Vindouro."[151] O termo usado pelo Talmud não é "embaraçar" mas, literalmente, "embranquecer", pois faz com que a coloração natural desapareça do rosto do humilhado e sua tez se torna pálida, levando-o a sentir-se como se o tivessem matado.[152] Nossos sábios dizem que a dor sofrida com a vergonha é tamanha que é preferível cair dentro de um caldeirão fervente do que envergonhar o próximo em público. Aprenderam isto de Tamar, que arriscou-se a ser queimada até a morte para não humilhar seu sogro, Judá. A Torá também nos ordena a repreender os que pecam, mas nos manda fazê-lo com amor e sentimento fraterno: "Repreenderás a teu companheiro, e não levará sobre ti pecado".[153]

Como devemos proceder quando precisamos repreendemos alguém? Temos como obrigação falar em particular com a pessoa, gentilmente, pois se o recriminarmos em público, o dano poderá ser ainda pior. [154] Jerusalém foi destruída como resultado da vergonha a que foi submetido Bar-Camtsa.[155]

Por isso, é imperativo pesarmos todos os nossos atos para não incorrer no enorme pecado de fazer algo que possa envergonhar o próximo. O mesmo se aplica ao estudo da Torá. Ao ver um colega repetir algo errado ou equivocar-se na conclusão que tirou do objeto de seu estudo, não lhe diga: "Você errou!" ou "Você não sabe o que está dizendo." Aproxime-se e comece a falar-lhe assim: "Ouvi de nossos rabinos que..." ou, então, finja não ter notado seu erro.

Também é proibido dar apelidos aos outros, ou identificá-lo por apelidos quando não em sua presença; ao invés disto devemos nos referir a pessoa como "o filho do senhor..... ou da senhora....." ou como "a pessoa que encontramos neste ou naquele lugar", até que o indivíduo ao qual estamos nos referimos seja identificado sem a necessidade de apelido algum.

Um rapaz não deve dizer nem em público e nem em particular a um colega, por exemplo, algo do tipo: "Tal pessoa quis dar-me sua filha em casamento, mas eu não aceitei." É um comentário que contém extrema arrogância e, ao mesmo, envergonha a jovem em questão

e deixa o interlocutor constrangido. É essencial tomarmos cuidado para evitar que nossas palavras sejam interpretadas como algo que possa envergonhar outros. O exemplo a ser seguido é o daqueles que se deixam envergonhar mas não envergonham, que se calam ao serem insultados para não insultar. As Escrituras definem pessoas que têm essa nobre atitude como: "Os que amam o Eterno serão como quando o Sol se levanta e a sua força vai aumentando".[157] O Eterno pagará a quem age deste modo, medida por medida,[158] pois ao escutar insultos, sua tez amarelou-se de vergonha e, em consequência, o Santíssimo, bendito seja, fará com que ela brilhe como o Sol, em seu momento mais resplandecente.[159]

O sentimento de vergonha leva à humildade, pois quem se envergonha de seus maus atos ou pensamentos não os exibe em público e será, portanto, visto como um homem constrito. Nossos sábios disseram que para sabermos se uma criança teve uma boa educação, devemos observar se há um sinal de pudor em sua face, sinal que caracterizava os patriarcas Abrahão, Isaac e Jacob. Disseram também que o pudor de um homem faz-se notar em seus momentos de rancor e que o ódio de um homem constrito é preferível ao amor de um tolo. Devemos sempre usar a máscara do pudor em nossas faces e nos envergonharmos diante de todos os homens, como o rei Saul,[161] o que o fez ser escolhido para reinar sobre Israel.[162]

Nossos sábios dizem que o pudor está entre as mais elevadas virtudes humanas; por meio dele o homem alcança grande elevação espiritual e perfeição física. O grau de elevação de um homem é medido por seu grau de pudor. Reflita sobre isto e tire suas próprias conclusões.

A Psicologia da Arrogância (*Azut*)

A arrogância, negativa sob quase todos os aspectos, é o traço de personalidade oposto à vergonha. Um homem constrito deixa passar insultos que recebe, perdoa e esquece o mal que lhe fizeram. O arrogante desconhece o perdão, não se envergonha de nenhuma de suas atitudes, é teimoso e insolente e não respeita quaisquer limites.

Para o profeta Jeremias, quem se alimenta da própria petulância dificilmente se arrepende do que faz.[163] Ezequiel disse: "Teus filhos tem a face e o coração endurecidos".[164] Todas as qualidades encontradas no sentimento de vergonha, de pudor, têm seu contraponto no sentimento de arrogância e seus sinônimos mais comuns: insolência, ousadia e atrevimento.

O insolente é mal visto pelas pessoas, ainda que seja inteligente e versado. Muitos males derivam da característica, pois ele dissemina controvérsia, inveja e ódio entre os que a rodeiam. Despreza seus ancestrais, menospreza os sábios e ridiculariza os anciãos. A arrogância lhe permite transgredir todos os mandamentos da Torá sem que sinta remorsos por isto. Sobre alguém assim, nossos sábios dizem: "O descarado merece o inferno".[165]

O arrogante é chamado de perverso pelo rei Salomão, como está escrito: "O perverso é um descarado"[166] e sua lembrança é desprezada pelo Eterno: "Que o nome dos perversos apodreça!"[167] O salmista, por sua vez, elogia a pessoa que sabe restringir-se — "Aos humildes, orienta em Sua justiça, e Seu caminho lhes ensina"[168] — e amaldiçoa o prepotente: "Ele frustra o caminho dos ímpios".[169]

Um homem sem limites, além de desobedecer a Torá, tem a ousadia de considerar-se um *Tsadic* (justo). Por este motivo, começamos nossa confissão com as palavras: "Não somos atrevidos e arrogantes a ponto de dizer a Ti, ó Eterno, nosso Deus e Deus de nossos

antepassados, que somos homens justos e não pecamos, mas nós e nossos antepassados pecamos..." Um dos piores traços de caráter do malvado é negar sua malvadeza. O Altíssimo julga com especial rigor quem tem a ousadia de declarar-se inocente após ter cometido tantas transgressões,[170] como está escrito: "Quem esconde seus males não terá sucesso, mas quem os confessa, será consolado."[171]

O arrogante que quer arrepender-se de seus atos tem um longo caminho a trilhar ,[172] pois ele é, mesmo inadvertidamente, insolente para com os pobres, os humildes e os anciãos, como está escrito: "O pobre suplica e o rico responde com arrogância."[173] Mais grave ainda é levantar-se contra seus mestres e contra os que o reprovam para seu próprio bem, respondendo-lhes asperamente e com rancor. Este modo de conduta terminará por remover o homem da vida neste e no Mundo Vindouro, se não decidir afastar-se totalmente dele.

Às vezes, levantar a voz é preciso

Ao mesmo tempo, porém, resguardadas as diferenças na intenção e na forma de manifestação, trata-se de uma característica extremamente recomendada no serviço Divino: o homem justo deve ousar levantar-se contra o malvado, não aceitando seus conselhos nem tampouco tolerando suas mentiras e abominações. É fundamental, também, não se deixar perturbar no que diz respeito ao cumprimento dos mandamentos da Torá, ainda que o devoto seja ridicularizado por isto.

Outra instância em que a ousadia é bem vista: quando um discípulo precisa levantar-se frente a seus mestres e pedir-lhes que lhe esclareçam algum tópico da Torá (escrita ou oral) que não conseguiu compreender.[174] E não resta dúvida de que a arrogância transforma-se em bravura quando usada para recriminar os pecadores, mostrando-lhes os caminhos de Deus.

Mas o ser humano deve tomar cuidado especial de não deixar que sua insolência venha à tona em circunstâncias não adequadas, para que não cause dano ao próximo. Como dissemos, ela é justificada única e exclusivamente quando usada contra os pecadores, um auxílio em nome do cumprimento dos mandamentos da Torá em lugares e momentos em que forças opostas desejam impedi-lo. Os que se manifestarem em circunstâncias assim serão amplamente recompensado pelo esforço.

A Psicologia do Amor (*Ahavá*)

O amor exige um maior número de compromissos do que todas as outras virtudes; quando o homem dirige seu amor para o bem, atinge o mais alto nível espiritual, como está escrito: "E amarás ao Eterno, teu Deus".[175] Não existe grau maior de religiosidade do que servir a Deus com amor. Por outro lado, quem usa seu amor para o mal, desce ao nível mais baixo que um ser humano pode chegar.

Neste capítulo, demonstraremos também como o amor pode provocar mais prejuízos que benefícios quando cega a mente.

Os Tipos de Amor

1) Entre um pai e seu filho. De tanto amar a criança, o pai pode achar por bem não repreendê-la quando faz uma artimanha, dando-lhe desta forma uma educação não saudável, que a acostumará a fazer somente o que seu coração ditar.

2) Amor ao dinheiro. No anseio por amealhar fortuna, o homem se achará no direito de agir de má fé e empregar meios desonestos para obter seu intento. De tanto amor que tem pelo dinheiro, acabará fechando seu coração e sua mão para a caridade, tornando-se um avarento.

3) Amor pelas mulheres. Se sua mulher é malvada e arrogante, fará com que deixe o caminho da Torá e se amolde ao caráter dela. De tanto que a deseja, escuta seus conselhos e jamais a contraria. Aproveitando-se disto, ela fará com que você peque continuamente. O próximo passo será olhar para as mulheres na rua e desejá-las, começando por conversar com elas, até cometer adultério.

4) Amor pelos familiares – pai, mãe, irmãos, e por outros parentes. O amor que nutre por estas pessoas pode fazer com que não enxergue seus maus feitos e os defenda mesmo se não tiverem razão em seus confrontos com outras pessoas, pois sempre tomará seu partido. Os auxiliará, defenderá e dará cobertura a suas contravenções, ainda que sejam culpados e tenham ofendido gravemente o outro lado na disputa. Ouvirá seus conselhos e não deixará de se aconselhar com eles, ainda que isto não lhe seja benéfico. Tentará ajudá-los a galgar posições sociais, profissionais e políticas, posições que talvez não estejam preparados para ocupar. Se forem pessoas malvadas, não o deterá de praticar o mal, pois você os ama e fecha seus olhos e ouvidos para sua perversidade. E eles continuarão a pecar, pois não têm alguém na família com coragem suficiente para desencorajá-los.

5) Amor por uma vida longa. O homem que deseja viver muito não está disposto a sacrificar-se por ideais elevados, quando necessário.

6) Amor a honrarias. Quem demanda respeito, não honra os céus. Se pratica caridade, estuda Torá e cumpre seus mandamentos, o faz para ser lembrado ou respeitado como benemérito ou erudito, esperando que lhe prestem homenagens e considerem-no pessoa de destaque na sociedade. Agindo desta maneira, esta pessoa acabará perdendo todos

os méritos que ganhou. Se isto é certo para quem estuda Torá e pratica boas ações, tanto pior para quem não vive religiosamente, tendo como único objetivo na vida a demanda de glória e honrarias.

7) Amor por prazer e o conforto, pela cozinha refinada e bebidas caras, relações sexuais ilícitas e passeios pelo mundo. Este tipo de amor é pior do que todos os outros. Quem gosta de vinhos raros, entrega-se a banquetes e festas e obviamente acaba esquecendo-se de seu Criador, como está escrito: "E quando comeres e te fartares, guarda-te de não esquecer ao Eterno[176] ... e comerás e te fartarás; guardai-vos para que não suceda que o vosso coração vos seduza e vos desvieis, sirvais outros deuses e vos prostreis diante deles."[177] Numa alusão aos que enriqueceram e esqueceram-se do Eterno, está escrito: "E engordou-se Ieshurún e deu coices".[178]

Transformar é Possível

Quem quiser ficar fora do alcance das armadilhas que estes tipos de sentimentos colocam frente ao homem, precisará de uma boa dose de coragem e firmeza de propósito, pois são tipos de amor que envolvem e ocupam o coração. O homem que consegue dominar um deles, vê logo outro a ocupar lugar vago e convencê-lo a fazer somente o que manda seu coração, deixando a mente de lado. Por isto, é vital ao homem que escute os conselhos contidos na Torá bem como os de nossos sábios, e os use para saber como proceder cada vez que o sentimento de amor aflorar em seu coração, como está escrito: "Conheça ao Eterno em todos os seus caminhos."[179]

O amor que um pai tem pelo filho deve traduzir-se em orientá-lo segundo os caminhos da Torá e do cumprimento de seus mandamentos: "O pai ensinará Tua verdade a seus filhos".[180] A Torá ensina como os pais devem expressar seu amor pelos filhos, preparando-os para a vida: "E as farás conhecer aos teus filhos e aos filhos dos teus filhos"[181] e "Porque o conheci, e sei que ordenará a seus filhos e à sua casa depois dele, a fim de que guardem o caminho do Eterno."[182]

O amor ao dinheiro deve tomar a seguinte forma: amar aquilo que o Eterno lhe presenteou e não desejar o dinheiro alheio, de modo a não se sentir compelido a roubar ou viver em função de doações. O homem deve usar seu dinheiro em benefício do próximo, para alimentar e vestir os pobres e para fortalecer os justos e os aplicados no estudo da Torá. Suas posses devem ser usadas para dar-lhe independência financeira, para que possa sentar-se na Casa de Estudos e dedicar mais tempo ao estudo da Torá e a cumprir os mandamentos, pois disponibilidade para isto. Mas não ser apegado ao seu dinheiro a ponto de orgulhar-se em possuí-lo. Pelo contrário, deve dispor de tudo o que possui para adquirir seu quinhão no Mundo Vindouro. Para esta finalidade, tem todo o direito de amar seu dinheiro.

O amor pela mulher deve ser concentrado no amor pela esposa, do seguinte modo: ela protege o marido de pensamentos impróprios, e o salva da promiscuidade; junto com ela, ele cumpre o mandamento de ter filhos. Ela os cria com ele; ajuda-o a viver preparando-lhe refeições e cuidando do bom andamento do lar e, assim, deixa-lhe tempo livre para dedicar-se ao estudo da Torá e ao cumprimento das *Mitsvót*, auxiliando-o durante toda a sua vida a servir o Criador.

O amor aos pais deve ser expresso especialmente sob forma de constante agradecimento por o terem criado, atendido as suas necessidades, por terem lhe ensinado os caminhos de Deus, orientado-o para uma vida de Torá e *Mitsvót* e por terem lhe dado a oportunidade de cumprir a importante *Mitsvá* de honrar pai e mãe.[183] Quanto a seus irmãos, irmãs e parentes, deve ser-lhes agradecido por terem se ocupado de você em muitos momentos de sua vida, também lhe ajudando a trilhar os caminhos de Deus, devendo você auxiliá-los da mesma forma no que puder, inclusive orientando-os na aquisição dos valores da verdade e da boa conduta, como está escrito: "Jamais praticou o mal a seu companheiro nem causou vergonha a seu próximo".[184] Nossos parentes nos ajudam, como Abrahão, que lutou contra vários reis para salvou seu sobrinho Lot,[185] que mais tarde foi salvo de Sodoma e Gomorra por dois anjos pelo mérito de Abrahão.[186]

Devemos ainda amar nossos amigos e todas as pessoas do nosso povo, como está escrito: "E amarás ao próximo como a ti mesmo."[187] Este é um grande princípio da Torá: "Não faça aos outros o que não quer que façam a você",[188] pois o homem foi feito à Imagem Divina.[189] O homem que trata com afeto e amizade o próximo beneficia-se neste mundo e no Mundo Vindouro. Neste mundo, porque quem ajuda os outros é ajudado por todos. Se cair na rua, muita gente virá em seu socorro. Se alguém voltar-se contra ele, amigos intercederão a seu favor e o protegerão. Se alguém caluniá-lo, todos silenciarão o pecador e o envergonharão. Se o infortúnio o acometer, muitos serão solidários com sua sorte e virão em seu auxílio. Se cair na pobreza, receberá presentes e doações. Será beneficiado no Mundo Vindouro, porque neste mundo todos o respeitavam e escutavam seus conselhos e reprimendas, corrigindo erros e aproximando-os mais de Deus. Por estar em paz com as pessoas, este homem pode ocupar-se do estudo da Torá e do cumprimento das *Mitsvót* com mais tranquilidade e paz de espírito. Além disso, seus amigos e vizinhos o ajudarão em tudo o que necessitar para que possa servir a Deus de coração pleno e sem obstáculos. Seu amor por todos os homens será correspondido e como consequência ele será respeitado e suas atitudes imitadas por todos os que o conhecem.

O amor à longevidade deve ter como justificativa a dedicação constante ao aprimoramento espiritual, em detrimento da corrida atrás dos prazeres corporais e mundanos, pois mesmo se viver duas, três ou quatro vezes mais, ainda assim não cumprirá todos os deveres que Seu Criador te impôs, nem alcançará todos os níveis que a Torá

prescreve. Ame todos os dias de sua vida sempre e quando neles encontrar oportunidades de servir o Eterno e aprimorar cada vez mais seu serviço e aprofundar-se no seu temor a Deus. Sua vida deve servir para adquirir neste mundo os méritos que lhe trarão benefícios no Mundo Vindouro. Por meio da vida efêmera que lhe foi reservada neste mundo, busque a vida e os prazeres eternos.

Tema sempre o dia de sua morte e aprimore seu estado de pureza e abnegação, tendo sempre em mente que ainda não atingiu todo o potencial espiritual que poderia ter atingido e que a cada dia deve fazer o que estiver ao seu alcance, para realçar seu temor e seu amor ao Santíssimo, bendito seja. Uma vida sem temer o Eterno não é uma vida; o homem deve abominar uma vida cujo conteúdo não seja a busca do conhecimento Divino e o cumprimento de Sua vontade. Rebeca, nossa matriarca, expressou seu profundo pesar caso seu filho Jacob tomasse para si uma das filhas do povo de Chet, pois elas o conduziriam na direção contrária da vontade de Deus.[197]

Por esta razão, não devemos medir esforços para conduzirmos nossas vidas de modo a estarmos sempre progredindo religiosamente, alimentando nosso espírito e nosso corpo com a Torá e as *Mitsvót*.

O amor pelas honrarias é um péssimo defeito; devemos nos afastar o quanto pudermos de pessoas que demandam respeito. Quem logra afastar-se dos orgulhosos e privar-se da ajuda alheia, alcançará com mais facilidade as boas qualidades da alma. Pois as honrarias empanam as boas ações, estimulando o homem a buscar sempre o que lhe trará mais respeito ao invés do que é correto e verdadeiro. Mesmo quem não procura honrarias, mas se preocupa constantemente em aumentar seus ganhos, adquire com facilidade muitos defeitos, pois seu coração está sempre inclinado ao proveito material. Portanto, o melhor é levar uma vida longe da busca de honrarias e do proveito material sem limites.

Ocasionalmente, a honraria é importante e até considerada uma *Mitsvá*, quando se trata de um justo, a quem o mundo despreza e humilha por sua erudição e bondade de coração, consequentemente, não lhe dando ouvidos. Se este homem puder fazer com que as criaturas o honrem e respeitem, para que escutem palavras de Torá e admoestações de sua boca, neste caso é recomendável que demande honrarias, pois estará trazendo um bem à sua comunidade. Por exemplo, se alguém o insultar em público, não deve perdoar o agressor até que este se humilhe e peça seu perdão. Obviamente, na maioria dos casos,

deve continuar fugindo das honrarias e não deve demandar respeito dos que convivem consigo. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "A inveja, a luxúria e as honrarias, removem o homem do mundo."[198] O homem deve cuidar também para que sua erudição em Torá e suas boas ações não sejam motivadas pela obtenção do respeito alheio, mas sejam unicamente em honra do Santíssimo, bendito seja.

Em relação ao amor pelos prazeres deste mundo, como a alimentação, a bebida, o sono, saiba que todos eles devem ser direcionados somente para o serviço Divino e que todos os atos e movimentos humanos devem refletir esta finalidade.

Receita Infalível

O melhor caminho para aprender a amar da maneira certa é ajudar a todos da melhor maneira que puder, seja através de ações, seja através de meios materiais ao seu dispor. Sirva ao rico e ao pobre com a mesma dedicação, emprestando ao rico em tempo de necessidade e doando ao pobre quando atravessa tempos difíceis. Envie presentes aos pobres sempre que puder e de tempos em tempos também aos ricos. Procure ser benevolente e abrir mão do que possui em benefício dos que precisam. Ao conduzir seus negócios, aja com exímia honestidade e não deve prenda a detalhes menores. Fique feliz com o lucro de seus amigos e não os inveje, nem tente ganhar deles mais do que o considerado razoável. Converse amigavelmente com todas as pessoas.

Se alguém o envergonhar, não retribua a ofensa; se alguém o enganar, não se vingue. Sofra a dor dos amigos como se fosse sua, mas não imponha sua dor a eles. Não discuta com as pessoas e receba a todos com alegria e bondade, com gestos que expressam seu amor. Negocie idoneamente com seus amigos e alente os que estão em dificuldades. Se alguém lhe confiar um segredo, não o revele a ninguém, mesmo se quem lhe confiou vier a hostilizá-lo. Não comente a vida alheia e nem dê ouvidos a quem o faz. Dê sempre o benefício da dúvida aos equívocos alheios. Respeite todos os homens, independentemente de sua ocupação ou posição social e não se ache superior a ninguém. Seja constrito perante as pessoas e quanto a tudo o que faz o faz em honra a Deus. Cuide para não se associar a pessoas de reputação duvidosa, nem procure aprender seus modos. Afaste-se dos que fazem pouco dos outros.

O rei Salomão recomendou a seu filho: "Se cogitares buscar companhia, procure somente a dos sábios".[190] Pois ao tornar-se mais sábio, as pessoas tenderão a respeitar sua opinião e você mesmo terá em que se apoiar.[191] Se honrar os sábios, eles te honrarão; se os exaltar, eles te exaltarão; se precisar se seu auxílio, te ajudarão. Quando disser algo, te justificarão. Se algo te incomodar, te tolerarão e você aprenderá com a maneira deles de proceder. Procure estar sempre na companhia de homens de quem possa aprender como aprimorar seu serviço Divino."

Nossos sábios disseram: "Quando buscares uma amizade, teste a pessoa, irritando-a. Se disser a verdade no auge de sua fúria, seja seu amigo, caso contrário, afaste-se dele. Seja companheiro apenas de quem conhece seu próprio valor; pessoas que não se conhecem

não são boa companhia. Busque amigos que te recriminem quando fizer algo errado e te indiquem o caminho certo, e não se enfureça quando te repreenderem. Quem te ajudar de corpo e alma é teu verdadeiro amigo; faça tudo para manter esta amizade e não se desfaça dela. Mas quem te adula e compactua com teus pecados, deste você deve manter distância. Do mesmo modo, um companheiro que toma muito de você, causa-lhe danos e traz-lhe pouco bem estar, apressa-te em afastar-se dele. E não te associes jamais com pessoas que compactuam com o mal."[192]

É igualmente proibido associar-se a pessoas que não conduzem seus negócios com retidão, pois está escrito: "Porque te fizeste amigo de Achazyiahu, o Eterno rompeu contigo."[193] Não podemos buscar a companhia de pessoas mal intencionadas ainda que seja para praticar uma boa ação;[194] nossos sábios são bastante meticulosos a respeito,[195] pois muitos são os caminhos da perdição inerentes à companhia dos malvados.

A pessoa circunspecta comunica-se docemente e socializa-se educadamente com os outros, não retribui ofensas, que honra mesmo os que o desprezam, conduz seus negócios com honestidade, não se junta com pessoas mal intencionadas nem procura seu conselho, é visto sempre ocupado com o estudo da Torá e o cumprimento de seus mandamentos, envolvo com seu Talit e coroado com seu par de Tefilín, buscando sempre cumprir mais do que a lei obriga, sem no entanto cair no ascetismo; todos a louvam, amam e desejam imitar seus atos; ela santifica o nome do Eterno, como está escrito: "E Ele me disse, Israel, tu és meu servo e me ti glorifico meu Santo Nome."[196]

Tudo Depende da Intenção

Quando o homem cuida de seus negócios ou de qualquer ocupação que lhe permita ganhar o pão, não deve motivar-se pela vontade de obter lucros, mas sim pelo sustento de suas necessidades enquanto ser humano, como a alimentação, saúde, moradia e felicidade matrimonial.

Da mesma forma, quando come, bebe ou coabita com sua esposa, não deve ser motivado unicamente pelo prazer carnal – a ponto de só comer, beber e manter relações conjugais apenas quando lhe apetece. Precisa ter em mente que faz todos estes atos para manter sua saúde física, mental e emocional. Não deve comer tudo o que seu palato quiser provar, como fazem os animais; deve se alimentar do que faz bem ao seu organismo, seja amargo ou doce, e evitar o que lhe faz mal, mesmo que seja saboroso. É essencial acostumar-se a uma dieta saudável, tendo consciência de que os bons hábitos servem à elevação do seu espírito e à criação de condições para que se aproxime cada vez da vontade do Criador.

Ao mesmo tempo, é impossível para uma pessoa comum concentrar-se no estudo da Torá e cumprir adequadamente seus mandamentos se estiver com fome, sede, sono, frio ou doente. Por esta razão, deve evitar jejuns voluntários, para não debilitar seu organismo e enfraquecer sua mente. Tudo o que ingerir deve ter como objetivo permitir que seu corpo e membros sirvam diligentemente a Deus: se comer muito, sentir-se-á pesado demais; se comer pouco, sentir-se-á fraco. É recomendável diminuir molhos e temperos, pois eles fazem com que mais comida vá ao estômago e a pessoa se torne gulosa. O melhor seria dispensar os molhos de vez em quando, até livrar-se deles de vez, para não acostumar o corpo à gulodice, educando o estômago a ingerir alimentos em sua condição natural, até não sentir necessidade de molhos temperados em sua alimentação. Evitando os molhos, a ingestão e digestão tornam-se mais lentas. Deve também comer menos durante o dia e mais durante a noite, para que o corpo não se sinta pesado e possa movimentar-se e estudar Torá com mais desenvoltura. Acostume-se também a beber somente água, a menos que o vinho tenha alguma função terapêutica para você, ou diminua sua ansiedade ao beber. Não ultrapasse os limites do razoável, pois a Torá abomina o beberrão. Siga sempre este princípio: a comida e a bebida devem ser ingeridas até satisfazerem as necessidades básicas e imediatas do corpo e não mais do que isto. Não devemos gostar deste mundo somente porque nos dá oportunidades para saciarmos nossas paixões físicas. O sábio diz: "Como para viver", mas o tolo diz: "Vivo para comer." Ou como disse o

rei Salomão: "O justo come até saciar-se, enquanto o estômago do malvado está sempre vazio."[199]

Pelos mesmos princípios, quando um homem se casa, deve fazê-lo por ser um mandamento Divino, pois o matrimonio lhe permite cumprir a *Mitsvá* de ter filhos e educá-los nos caminhos do Eterno. Outra motivação válida é apaziguar seu desejo sexual, para que não se entregue à promiscuidade. Isto inclui satisfazer sua esposa para que ela também não deseje outros homens. É igualmente válido casar-se para que as relações conjugais regulares auxiliem no seu equilíbrio hormonal, sem no entanto exagerar, para não causar disfunções ao organismo.

Quem seguir este método de vida estará continuamente servindo ao Eterno, seja nos negócios, seja em suas relações maritais, pois todo o seu pensamento estará voltado para atender à vontade Divina. Mesmo quando dormir, se o faz para que o corpo possa descansar e despertar fortalecido para servir a Deus, seu sono é considerado uma *Mitsvá*.[200]

O rei Salomão disse: "Sirva a Deus em *todos* os seus hábitos, e Ele fortalecerá *todos* os teus caminhos."[201]

Uma Única Fonte

Abandone todos os outros tipos de amor e entregue seu amor somente ao Criador, bendito seja. Amar a Deus é a fonte de todas as qualidades do homem, o topo de todas as virtudes na escala dos valores espirituais mais nobres. Todos os traços de caráter devem ser desenvolvidos para aumentar ainda mais o amor ao Eterno. Este é um presente dado aos justos, profetas e santos; é a finalidade da vida humana na terra; não há nível espiritual mais elevado. A Torá não raro coloca o temor a Deus antes do amor a Ele, como na passagem: "E agora, ó Israel, qual é a coisa que pede o Eterno, teu Deus, de ti? Senão que temas ao Eterno teu Deus... ames e sirva o Eterno, teu Deus, com todo o teu coração e com toda a tua alma."[202] Por ser o temor a Deus a mais exaltada virtude, ao mesmo tempo que é a mais próxima do amor ao Criador, a Torá nos ensina que o temor a Deus é condição indispensável para amarmos a Ele com todo o nosso coração e por este motivo coloca o temor antes do amor.

O caminho que nos leva a amar o Criador, bendito seja, de forma tão completa consiste em nos voltarmos totalmente em Sua direção. A alma humana é pura e refinada, fonte do discernimento. O Eterno a fez descer a este mundo e ligou-a a um corpo físico cheio de desejos, a fim de testá-la e ver se segue ou não os Seus caminhos. Como o homem é dotado também de uma alma animal, sua alma Divina não tem forças suficientes para manter-se em permanente ligação com Seu Criador, pois o homem vive atrás dos prazeres materiais, para satisfazer sua alma animal.

Desde a tenra infância, o homem não pensa em outra coisa a não ser no que lhe proporciona prazer, deixando-se levar pelo gosto pela comida, bebida, luxúria de todo o tipo, ganância e demais tolices deste mundo, não deixando espaço para a alma Divina, que busca aproximar-se do Eterno mas precisa de mais forças, porque é levada pela alma animal a suprir todo tipo de desejo e satisfação material. Quando a alma Divina consegue finalmente se expressar, sente-se como um corpo doente que se curou, pronto para agir e mostrar seu valor. Preenche-se então de amor e luz, promovendo o bem estar espiritual do homem, já no controle de suas tentações e impulsos desenfreados. A alegria experimentada pela alma contente suplanta a satisfação dos desejos materiais do coração, e todos os prazeres físicos deste mundo se tornam pequenos quando comparados com a exuberância do amor pelo Santíssimo, bendito seja. A alegria de uma criança quando tem nas mãos seu brinquedo favorito em nada se compara à exaltação da alma humana

quando esta se apega ao Criador de todo coração. Porque todos os impulsos da alma se concentram na vontade de Deus, na santificação de Seu Nome e no sacrifício pessoal por amor ao Eterno.

O temor a Deus se revela na decisão de não transgredir mandamento algum da Torá – por amor a Deus – como fez Pinchas, que esteve disposto a dar sua vida para santificar o Nome do Eterno;[203] como fez Abrahão, nosso patriarca, "Levanto minha mão ao Eterno, Deus Altíssimo, Criador de céus e terra, que nem um fio e até uma correia de sapato tomarei de tudo que é teu, para que não digas: "Eu enriqueci Abrão"[204] e Elisha, que nada quis de Naaman.[205] O amor a Deus não deixa que o homem gaste seu tempo com assuntos que o desviem do estudo da Torá, para divertir-se como uma criança, olhar para as mulheres e engajar-se em conversas fúteis. Fixa-se onde pode aprimorar sua espiritualidade e deixa de lado os passeios e excursões. Cantarola dentro de seu coração cantigas que alimentem sua alma de felicidade, paz e amor no Santíssimo, bendito seja.

Quem serve a Deus por amor, estuda a Torá e cumpre seus mandamentos sem esperar recompensa algum neste mundo, por medo do sofrimento ou por esperar benefícios – busca a verdade, somente por amor à verdade, o bem pelo próprio bem. Esta é a mais elevada qualidade humana, à qual nem todo sábio pode chegar. É a virtude de Abrahão, nosso patriarca, a quem o Santíssimo, bendito seja, chamou "meu amado",[206] porque O servia de todo o coração. É a qualidade que Deus ordenou que os israelitas persigam, por intermédio de Moisés, nosso mestre: "E amarás ao Eterno, teu Deus, com todo o teu coração, com toda a tua alma e com todas as tuas posses".[207] Quando o homem serve a Deus da maneira correta, terminará por cumprir todos os mandamentos da Torá regido pelo mais puro amor dentro de seu coração.

A face do sentimento maior

O verdadeiro amor é incondicional, constante e eterno, e busca incessantemente a presença do objeto amado e sente que não pode viver sem ele, como o homem que conheceu a mulher de sua vida e pensa nela a todo o momento, quando anda, quando come e quando bebe. O amor a Deus supera em muito o amor entre um homem e uma mulher, pois preenche todos os cantos do coração e permeia todos os aspectos da nossas vidas, como citado anteriormente, "de todo o teu coração, com toda a tua alma." O rei Salomão exclamou em sua obra Shir Hashirím:[208] "Sustentai-me... porque desfaleço de amor." Todo este Cântico é uma analogia entre o amor do povo judeu e Deus, na forma do amor entre um casal.

O amor a Deus não se firma no coração do homem até que ele abandone sua corrida em busca de paixões materiais, como está escrito: " ...com todo o teu coração, com toda a tua alma... " É impossível amar a Deus se não O conhecermos. Quanto mais nos aprofundamos em Seu conhecimento, maior será o nosso amor por Ele. Em contrapartida, quanto menos O conhecermos, menos O amaremos. Por isto, o homem deve fazer tudo o que estiver a seu alcance para conhecer a Deus e compreender todas as Suas facetas, desta forma elevando-se cada vez mais na prática de Sua vontade.

É um mandamento da Torá amar e temer ao Eterno, Exaltado e Glorificado, como está escrito: "e amarás ao Eterno"[209] ; "E temerás ao Eterno, vosso Deus".[210] A maneira pela qual o homem alimenta seu amor a Deus é refletindo sobre a maravilha da Criação, a grandeza de Suas ações, Sua infinita e ilimitada Sabedoria, temendo, amando e exaltando cada vez mais a Ele como disse o rei David: "Minha alma está sedenta de Ti, ó Deus vivo, quando poderei contemplar Tua Divina face?" [211]

Quando pensa sobre tudo isto, o homem sente o quanto é pequeno, desprezível, insignificante e ignorante; seu coração enche-se de temor e reverência, como exclamou o salmista: "Quando contemplo Teus céus, obra dos Teus próprios dedos, vejo a luz e as estrelas que criaste, e me pergunto: o que é o ser humano para que dele Te lembres?" [21] Ao refletir sobre a grandeza do Universo e reconhece a Sabedoria Divina em toda a Criação, dos anjos e planetas aos homens e demais seres vivos, seu amor pelo Eterno cresce a cada instante e sua alma deseja somente aproximar-se Dele. Seu temor aumenta

à medida que se dá conscientiza do seu real tamanho frente às galáxia e demais criaturas Divinas. Assume seu papel insignificante e ama cada vez mais o Santíssimo, bendito seja.

O temor deve ser bem compreendido

Quando as Escrituras se referem ao temor a Deus, como no livro de Job, [213] nossos sábios explicam que trata-se do temor pelos castigos neste mundo e no *Guehinom* (purgatório).[214] Este tipo de temor é muito distante do amor a Deus. O homem deve temer a Deus assim como o marido teme fazer mal a sua esposa e perder o seu amor em consequência de sua negligência e falta de zelo pelo seu bem estar. O mesmo acontece com o amor a Deus: as chamas do amor a Deus são como as chamas do fogo – o homem deve temer transgredir Seus mandamentos por medo de perder o Seu amor. É a isto que se refere o salmista: "Servi ao Eterno com reverência e regozijai-vos com temor e respeito."[215]

Em outras palavras, o temor a Deus deve inspirar o amor a Ele e este amor deve estimular o homem a cumprir Sua vontade. Este temor que inspira o amor Divino foi descrito pelo profeta Isaías: "O temor a Deus é o verdadeiro tesouro do homem."[216] Mas o amor que do temor se origina perdura somente no coração do homem que estuda a Torá e cumpre suas *Mitsvót* de acordo com os estatutos prescritos por nossos sábios, pois quem desconhece os detalhes da Lei Divina jamais poderá amá-lo com perfeição. Assim, ama as *Mitsvót*, pois elas te levarão até a Presença do Altíssimo, bendito seja Seu Nome. Quem o faz é bem aventurado neste mundo e no Mundo Vindouro.

A Psicologia do Ódio (*Siná*)

"Não odiarás a teu irmão em teu coração."[217]

A proibição de odiar o próximo é um dos mandamentos negativos da Torá.[218] A vontade Divina nos exorta a remover todo e qualquer resquício de sentimento hostil dos nossos corações. Este defeito de caráter leva o homem a cometer outro grave pecado: a difamação. Quem odeia os outros, fatalmente os caluniará, aceitará ouvir mexericos sobre eles, os invejará, cobiçará seus bens, tratará de fazer-lhes mal, vingar-se-á deles e lhes guardará rancor no coração. Não terá pena das pessoas que odeia, mesmo se estiverem na mais penosa situação. O ódio faz o homem desprezar as boas ações do próximo e induz a fazer com que outras pessoas compactuem com sua opinião. Tenta impedir que qualquer coisa lhes cause benefícios e não deixa que a verdade a respeito deles seja conhecida. Se lhe devem dinheiro, os cobra na data exata, sem complacência.

Os Motivos, as Formas

Um indivíduo pode odiar a outro por este ter lhe causado algum tipo de prejuízo financeiro, danos físicos, por tê-lo envergonhado, dando margem à má reputação, e por uma infinidade de outras razões. Se acidentes como estes acontecem, não podemos tolerá-los em silêncio, odiando em nosso coração a pessoa que nos ofendeu.[221] Ao contrário, temos a obrigação de informá-lo que nos magoou, dizendo-lhe: "Por que você me fez ou disse tal coisa?"[222] Se em resposta nosso amigo nos pedir perdão, é uma *Mitsvá* perdoá-lo; não fazê-lo seria uma crueldade, pois até Abrahão rezou por Abimelech.[223] E se uma pessoa que nos ofendeu não pedir nosso perdão, temos de evitar nutrir sentimentos de rancor em nosso coração, e buscar entender e amar esta pessoa. Isto é o que remediará a situação.

Uma forma extrema de ódio é o ódio gratuito, o tipo de ódio que causou a destruição do Segundo Templo.[224] Pior do que ele, somente o ódio causado pela inveja. É melhor sofrer danos e prejuízos do que ser invejar. Às vezes o homem odeia um companheiro porque não atendeu às suas expectativas. Ou não lhe falou da maneira como gostaria, não lhe deu um presente que queria receber ou não lhe emprestou dinheiro no momento que precisava. É importante, portanto, não nutrirmos expectativas em relação a outros seres humanos e confiarmos apenas em Deus, agradecendo a Ele por tudo o que nos proporciona, aceitando a tudo com amor e procurando entender que se Ele não satisfaz nossas expectativas, é para nosso benefício.

O homem não deve apoiar-se no auxílio e nem nas promessas que lhe fazem seus companheiros. Deve pensar assim: "Se eu merecesse, o Criador me daria tudo o que espero receber, sem que precise que outros me presenteiem estes objetos; se sofro por um estado de aflição e pobreza, devo aceitá-lo com amor e saber que tudo é para meu benefício". Não resta dúvida de que se raciocinar desta maneira conseguirá remover todo o ódio de seu coração. Este é um dos pilares fundamentais da Torá e seus mandamentos – aceitar tudo com amor e concluir que "isto também é para o bem." Agindo desta maneira, aceitará todos os decretos Divinos e desta forma se afastará de todo ódio, rancor e inveja.

De um modo geral, quem está no mundo dos negócios detesta seus competidores,[225] o que é totalmente fora de propósito, pois ninguém pode ganhar mais do que o Criador lhe destinou. Um dos piores e mais duros tipo de ódio é o ressentimento que algumas pessoas

nutrem contra quem as repreende e lhe montra o caminho correto a seguir, como está escrito: "Eles odiavam os que repreendiam nos portais de cidade."[226] Existe um grau ainda: o ódio às pessoas boas e aos que buscam sempre praticar o bem. Está escrito: "Me hostilizam porque o bem busco praticar".[227] Os que tomam este rumo na vida odeiam o Criador, porque odeiam os que O amam e odeiam a Torá e seus mandamentos porque menosprezam os que a seguem.

O rei Salomão recomendava: "Se quiser ser odiado por seus amigos, visite-os frequentemente; se quiser ser amado por eles, visite-os uma vez que outra" ; "Faça com que seus pés sejam bem vindos na casa de seus colegas, para que não se fartem de ti e passem a te odiar."[228]

Saiba que, se odiar os outros, será fatalmente odiado por eles e se alimentar ódio no coração, não atrairá senão ódio contra si mesmo. Um amor que não seja movido por intenções Divinas também termina causando ódio entre as pessoas, como o caso de Amnon e Tamar: "E odiou-a Amnon uma ódio maior do que o amor que tinha por ela."[229]

Não confie nos conselhos de pessoas que odeiam e se fazem inimigas de outras, como está escrito: "Profusos são os beijos do rancoroso."[230] Saiba que muita gente demonstra amor em suas palavras ao mesmo tempo em que nutre ódio em seus corações; não confie neles,[231] ainda que te falem suave e amigavelmente, não se deixe convencer pela conversa ameno, como está escrito: "Não acredite na voz graciosa pois ela contém sete abominações"[232] – como Ioav fez a Avner ben Ner[233] e a Amassa ben Ieter,[234] mostrando amor de início e matando-os no fim. O mesmo fez Ismael ben Netania ao rei Gedalia ben Achicam.[235] Um sábio disse: "O melhor que pode fazer contra um inimigo é torná-lo seu amigo, amando-o, se puder realizá-lo."

Há no entanto um tipo de ódio que é considerado uma *Mitsvá*. Trata-se do ódio dirigido a um malvado, que não se deixa repreender, como está escrito: "Odiar o perverso é mostra de temor a Deus"[236] e: "Repudio os que Te odeiam e combaterei os que contra Ti se levantarem; eu os abomino e verdadeiramente os considero meus inimigos."[237]

Devemos também odiar a falsidade e a fraude. Em síntese, devemos odiar tudo que nos distancie do amor ao Criador do Universo.[238] Este é um importante princípio. Quanto mais

odiarmos a falsidade, mais amaremos a Torá, como está escrito: "Rejeito e abomino falsidade, a amo intensamente a Tua lei."[239] Sigamos portanto o exemplo do profeta Zacarias, que em suas palavras nos exortava a amar somente a verdade e a paz.[240]

A Psicologia da Misericórdia (*Rachamim*)

A misericórdia, ou piedade, está entre os mais nobres traços do caráter humano. Na Torá, o Criador é chamado "Misericordioso e Benevolente." [241] O homem deve esforçar-se em praticar tudo o que o leve a adquirir e aperfeiçoar esta virtude. Se deseja que os outros tenham compaixão por você quando estiver atravessando tempos difíceis, deve fazer o mesmo por eles quando estiver em tempos de bonança, como está escrito: "Amarás ao próximo como a ti mesmo." [242] O Criador, bendito seja, distinguiu todos os Seus justos com esta característica. De José, por exemplo, a Torá disse: "Sua piedade era extrema." [242] O homem justo traz em seu coração as virtudes da misericórdia e da complacência, durante todos os dias de sua vida na Terra.

Um dos diversos tipos de misericórdia é aquele que existe por parte de um pai em relação ao seu filho, que também pode ser encontrada em diversos animais. No entanto, se um pai tem pelo filho o mesmo grau de compaixão que um cão tem por sua cria, chegou ao mais baixo nível da virtude. Um senhor que se apiada de seu servo ou um indivíduo que demonstra misericórdia por seus vizinhos experimenta um grau maior de compaixão, mas ainda não o desejado. O mais elevado nível de compaixão que um pai pode ter por seu filho é fazer dele um homem temente a Deus.[243] A compaixão pela alma deve ser maior do que a compaixão pelo corpo. Se necessário, um pai não deve poupar o filho de uma cintada, pois fazê-lo para evitar que se habitue ao mal servirá de lição para toda a sua vida. À primeira vista isto parece cruel. Mas não fazê-lo, isto sim, é verdadeiramente cruel. Se tiver pena de castigar o filho e deixar que faça o que lhe vier à cabeça, permitirá que cultive maus hábitos no coração. Este tipo de piedade não leva senão ao mau caminho e priva a criança de seu quinhão no Mundo Vindouro. Mesmo quem cria um órfão deve puni-lo caso necessário, ainda que a Torá nos alerte a não sermos cruéis com os órfãos e as viúvas.[244] Embora não possa permitir que este órfão faça o que bem quiser, seu tutor deve

tomar um cuidado especial ao puni-lo, pois o coração dele é mais sensível que o das outras crianças.

O homem não deve ter compaixão de si mesmo ao buscar adotar o caminho correto, mesmo que isto incorra em sofrimento. A finalidade é suprimir o *létser Hará* de seu coração.

Parte de processo de educarmos a nós mesmos é demonstrar compaixão por parentes pobres.[245] Devemos estender este sentimento a todos os pobres, em especial aos estudantes de Torá e demais indivíduos tementes a Deus. Este é o mais altivo grau de compaixão – demonstrar piedade com os que servem a Deus e realizam Sua vontade.

Quando todo o cuidado é pouco

Existem alguns tipos de compaixão que são piores que a crueldade, como sentir compaixão pelos ímpios e ajudar a fortalecê-los. É grande o obstáculo frente aos olhos de quem ajuda o perverso e rejeita o justo. A Torá condena veementemente este tipo de conduta,[246] do mesmo modo que não permite ter pena de alguém que faz algo incorreto em razão de sua condição social: "E ao pobre não favorecerás (por ser pobre), em sua briga." [247]

Um tipo de compaixão que se assemelha bastante à crueldade é o da pessoa que presta algum auxílio a um necessitado e logo o lembra: "Hoje te ajudei. Amanhã você tem o dever de me ajudar ou de fazer o que eu te pedir." Sobre isto, o rei Salomão afirmou: "A misericórdia do perverso é na verdade um ato de maldade." [248]

Devemos ter misericórdia pelos animais, evitando causar-lhes qualquer tipo de sofrimento.[249] A Torá nos ordena erguer um animal caído no chão devido ao acumulo de carga em seu lombo[250] e nos obriga a alimentar os animais da casa[251] antes que nos sentemos à mesa.[252]

Nossos sábios afirmam que a compaixão é um sinal dos descendentes de Abrahão,[253] como está escrito: "Para que o Eterno... se compadeça de ti e te multiplique, como jurou a teus pais." [254] Portanto, devemos sempre nos empenhar em falar de modo suave, agradável e que inspire bons sentimentos. Quando oramos, nossa reza também deve ser pronunciada sob a forma de súplica[255] e grande é a recompensa de quem se dirige atenciosamente aos pobres. A maioria das pessoas é ciente do mandamento de ajudar a quem necessita e da recompensa Divina que esta *Mitsvá* acarreta, mas poucos conhecem a grandeza da caridade praticada com palavras de alento e apoio. Nossos mestres disseram: "Quem dá um centavo a um pobre recebe seis bênçãos, mas quem o consola com palavras recebe onze bênçãos!" [256]

É importante entender o alcance das palavras ditas com amor e suavidade a um necessitado. Devemos sempre nos dirigir com ternura aos menos afortunados ou aqueles que estão passando por dificuldades em suas vidas. É crucial honrá-los e elevar seu moral nesses momentos de adversidade.

Quanto a você, seja piedoso para com tua alma eterna e faça o que estiver ao seu alcance para brindá-la com o verdadeiro prazer, aquele que o olho humano é incapaz de perceber, não permitindo que a luxúria deste mundo te leve ao pecado e te empurre da luz para a escuridão. Tenha compaixão de si mesmo! Seja piedoso com tua alma! Não desonre a majestade do teu espírito alimentando-o com prazeres carnais e outras futilidades. Um sábio disse: "O homem é benevolente consigo mesmo quando adquire a virtude da piedade." Em seus ensinamentos, o rei Salomão nos instrui e sermos misericordiosos e complacentes: "Salve os condenados e os que estão à beira da morte." [257]

Adquira estas virtudes tão belas com todas as tuas forças e habilidades, pois o Criador Se manifesta através delas em toda a Sua obra, como está escrito: "Ele é Bom para todos e o manifesta através de todos os Seus feitos." [258]

A Psicologia da Crueldade (*Ach'zariut*)

A crueldade é o oposto de misericórdia, como está escrito: "Eles são cruéis e não tem compaixão alguma." [259] O coração dos justos está livre deste sentimento, mas ele faz parte a alma do malvado: "Até a misericórdia do perverso é cruel." [260] É também um traço típico do arrogante: "Povo grosseiro, que não terá respeito ao velho e não se compadecerá do moço".[261]

Quem é cruel, além de vitimar a outros, faz mal a si mesmo, como está escrito: "Se o perverso busca somente a rebeldia, contra ele será enviado um anjo cruel"[262] e "O homem gentil é bom para sua alma, mas o cruel não respeita nem a própria carne".[263] Dificilmente adquire boas virtudes, pois já se acostumou a não prestar auxílio algum ao próximo e a não socorrê-lo em momento de necessidade, embora a recompensa por fazê-lo seja grande, como está escrito: "Quem dá aos pobres, empresta a Deus";[264] "Bem haverá para quem tem compaixão e empresta a quem necessita"[265] e "Bem aventurado aquele que atenta para o debilitado; no dia de seu infortúnio, o Eterno o livrará."[266] Mas nenhuma benesse recai sobre os desprovidos de compaixão. Não se compadecem do próximo e, deles, este não se compadecerá.

O rei David é um símbolo de tudo o que é oposto à crueldade: "Entretanto, em sua adversidade me cobri de luto e em jejum afligi minha alma; possam beneficiar a mim, as preces que por eles fiz."[267] Job tinha semelhante compaixão para com o próximo: "Não chorei pelos menos afortunados? Minha alma não cobriu-se de luto pelos mais pobres?" [268]

A crueldade integra o caráter daqueles cujo sangue se assemelha ao dos leões, o que os faz querer atacar as criaturas e rasgá-las aos pedaços. Quando pessoas como estas se zangam, qualquer traço de piedade que possam ter em seus corações se minimiza ao

máximo, cedendo lugar ao sentimento de selvageria que aflora e deseja destruir tudo o que vê pela frente.[269] Não há estado de fúria comparado com o da pessoa cruel. Uma das formas de compreender tal intensidade é colocá-la face aos igualmente intensos mas totalmente opostos atributos do Criador. Um exemplo: "Quando Tua ira desperta, junto a ela desperta Tua misericórdia".[270]

Esta terrível e triste característica é também um dos principais fatores responsáveis pelos acessos de vingança que acometem a alma humana.[271] A Torá alerta claramente ao homem para que se deixe tomar pela vontade de vingar-se de seu semelhante.[272] Devemos estar sempre atentos para expulsar qualquer desejo de vingança de nossos corações, jamais permitindo que ele se amplie, o que pode levar à ação. E se um inimigo sucumbir, mesmo que não tenhamos causado seu mal, nossos sábios nos proíbem de nos alegrar com sua queda, pois este também é um sinal de crueldade, como está escrito: "Não te alegres com a queda do teu inimigo; se ele fracassar, que não regozije teu coração".[273] Quem se vinga e guarda rancor de seus inimigos, não os perdoa nem esquece suas faltas, cai num redemoinho de controvérsia e ódio – o oposto dos bons e frutíferos caminhos da paz.

O furto é um tipo de crueldade. Quem rouba seu companheiro, além de causar-lhe prejuízo real, entristece seu coração. A penalidade por roubar uma pessoa pobre é ainda maior do que aquela por roubar quem possui algo de valor, pois quem rouba um pobre é como se estivesse tirando-lhe a alma.[283] . Mesmo que lhe furte algo de tão pouco valor como um centavo apenas, ainda assim é passível da pena capital: "Não furte o pobre, que nada possui; pois o Eterno lutará sua luta e afligirá igualmente a alma que o afligiu."[274] Ou, "E disse Deus a Noé: 'O fim de toda criatura veio perante Mim, porque se encheu a terra de roubo por causa deles e eis que os farei perecer junto com a terra'" [275] Nossos sábios disseram: "Num cesto cheio de pecados, não há um que incrimina tanto quanto o roubo".[276] E na mesma categoria de quem rouba dos pobres está quem calunia um colega, causando-lhe sofrimento e vergonha. E quem difama toda uma família não tem como expiar tão grande pecado.[284]

Quem, de alguma maneira, aflige a um órfão ou a uma viúva também é passível de sofrer pena de morte decretada pelos Céus. Também juízes que se encontram em posição de pronunciar sentenças em prol dos menos favorecidos mas não o fazem estão sujeitos à

mesma pena, como está escrito: "A nenhuma viúva ou órfão afligireis" [277] pois "Se os afligirdes, e clamarem a Mim, escutarei seu clamor" [278] e como resultado "Acender-se-á a Minha ira e vos matarei com a espada, e serão vossas mulheres, viúvas, e vossos filhos, órfãos".[279] Deus aplica a regra da contrapartida: as mulheres dos cruéis serão, também elas, viúvas, porque eles afligiram às viúvas e seus filhos, portanto, ficarão órfãos porque os cruéis não fizeram justiça aos órfãos.

De um modo geral, quem engana uma alma de Israel está transgredindo um mandamento Divino: "E não enganareis cada um ao seu companheiro, e temerás a teu Deus, pois Eu sou o Eterno, vosso Deus".[288] O tipo de engano a que se refere o texto da Torá é aquele cometido com palavras, com promessas.[281] Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Todos os portais do Céus estão fechados, exceção feita aos que choram porque foram afligidos".[282] Tudo isso nos ensina que devemos tomar o máximo cuidado para não ferirmos o próximo, seja com atos, seja com palavras.

Está escrito: "Emprestarás dinheiro ao Meu povo, ao pobre que está contigo, e não serás para ele como credor, não porás juros sobre ele".[285] Deste mandamento aprendemos que, mesmo quando emprestamos a um colega dinheiro sem juros, não devemos cobrá-lo continuamente e nem passar perto dele, sabendo que isto poderá embaraçá-lo, até que a dívida seja saldada.[286]

Quem toma uma vestimenta de um pobre a título de penhor, por ter lhe emprestado dinheiro, ou um instrumento de trabalho, deve devolvê-la por quantos dias forem necessários antes do por do sol, para que o necessitado não se resfrie, "Pois só esta é a sua coberta, a túnica para sua pele! Em que se deitará?" [289] e, se assim não fizer, "quando clamar a Mim, Eu o escutarei, porque Eu sou misericordioso", [290] e "ao peregrino não fraudareis e não o oprimireis, porque peregrino fostes na terra do Egito".[291]

Não devemos ser cruéis com os animais, pois "O homem justo conheçe a alma do seu animal".[292] Não podemos, portanto, sobrecarregá-los e nem deixá-los com fome, como está escrito: "Quando vires o asno daquele que te aborrece, prostrado debaixo de sua carga, não te recusarás a ajudá-lo, auxiliá-lo-ás (a descarregar o peso)!" [293] Os sábios do

Talmud (Tratado *Baba Metsiá* 32b), por sua vez, afirmam que maltratar os animais é uma proibição da Torá.[294]

Pessoas que naturalmente impõem certo medo aos outros, seja por sua postura ou modo de falar, tampouco podem agir com crueldade. Precisam tomar cuidado extra quando dão ordens a seus empregados, familiares ou a quaisquer outras que dependam delas, ainda que seja somente para ferver um pouco de água ou ir ao mercado comprar um filão de pão. A Torá nos alerta nesse sentido: "...sobre vossos irmãos, filhos de Israel, cada um sobre seu irmão, não dominará com rigor".[295] Isto significa não demandar de nossos irmãos tarefas extenuantes ou contra a sua vontade. Apesar de ser permitido fazê-lo com relação ao escravo cananeu, ainda assim devemos atuar com misericórdia, não obrigando-o a executar tarefas que o estafem e nem envergonhando-o em público, seja açoitando-o, seja com palavras duras, pois a Torá permite-o para o labor e não para ser envergonhado.[296] Devemos portanto ser gentis com ele se houver uma discussão, e ouvir seus argumentos, como fez Job: "Como poderei ser cruel como meus servos se levantam alguma disputa contra mim? O que diria a Deus, se Ele levantasse uma disputa contra mim? E se Ele me censurasse, o que Lhe diria? Pois Ele não fez a mim e a meu servo do mesmo modo, dentro do ventre de uma mulher?" [297]

Nossos sábios davam de comer a seus servos o mesmo que comiam[298] e serviam os empregados e os animais antes de sentarem-se à mesa[299] , pois está escrito: "Assim como se fixam os olhos dos servos na mão de seus senhores e os da serva nos da sua senhora, voltam-se nossos olhos para o Eterno, nosso Deus, e Nele se tornarão fixos, até que de nós Se compadeça".[300] Um homem santo dava de comer a seu empregado antes de comer e por este motivo, Elias o profeta falhou-lhe antes de falar aos outros.[301]

A Torá nos ordena amarmos uns aos outros.[302] Qualquer ser humano que tenha a crueldade como parte de sua personalidade está longe de poder cumprir este mandamento. Pessoas bondosas em geral não demonstram boa vontade para com o cruel e não o toleram. A Torá também nos comanda evitar ser cruel se tivermos de repreender alguém: "Não odiarás o teu irmão em teu coração; repreenderás a teu companheiro, e não levarás sobre ti pecado".[303] Em outras palavras, não o recriminará com veemência, para não magoá-lo e não envergonhá-lo em público.[304]

O outro lado da moeda

Até aqui tratamos do lado negativo da crueldade, embora ela tenha também seus aspectos positivos. Por exemplo, não devemos mostrar qualquer grau de clemência com os cruéis, como disse Job: "Com uma pancada quebrarei os dentes dos vilões e deles removerei a carne que comeram."[305] A própria Torá prescreve o açoite e a morte aos cruéis. [306] Nossos sábios ensinam que devemos ser cruéis com os perversos e não sentir pena deles: "Quem é clemente com os cruéis acabará sendo cruel com os clementes".[309] Sem experimentar da amargura, o cruel não se endireitará. Os rabinos também disseram que podemos forçar quem se recusa a fazer uma *Sucá*, colocar *Tsitsít* (franjas) em suas vestes de quatro pontas ou fixar uma *Mezuzá* em seus umbrais – afligindo-o até sua alma expirar.[307]

Temos ainda o dever de ser cruéis quando submetermos pessoas que amamos a julgamento, ou mesmo pessoas pobres, pois a Torá ordena não favorecer pessoa alguma que estiver frente a um tribunal, para que a verdade possa subir à tona. O Talmud diz que devemos confiar nos juízes que têm a capacidade de serem firmes com os próprios familiares quando necessário, como o Rabi Ada bar Masna, que a caminho da casa de estudos deu instruções à esposa para que açoitasse os filhos com juncos se preciso para fazê-los trabalhar no pântano enquanto estivesse fora. Quem poupa seus filhos da labuta e da punição termina por acostumá-los a adquirir seus meios de sustento de qualquer forma, legal ou ilegal, pois o amor exagerado aos filhos pode levar o homem ao extremo de desvinculá-lo do estudo da Torá e de trabalhar horas excessivas para satisfazer seus luxos.[308]

As Escrituras contam que o rei Saul foi clemente com Agag e como consequência, Haman perseguiu os judeus de todo o mundo.[310] Devemos também ser cruéis para com nosso corpo, não satisfazendo todas as suas necessidades e forçando-o a servir o Eterno, não mostrando clemência nem misericórdia aos ditames do coração. Não podemos, no entanto, ser cruéis a ponto de maltratar a nós mesmos. O caminho a tomar é o do equilíbrio. E certamente devemos ser cruéis com nosso *létser Hará*, para que nos deixe viver com simplicidade, estudando a Torá e cumprindo seus mandamentos apesar dos apelos mundanos que nos testam.

Pense sobre estas palavras e decida remover todo e qualquer vestígio de crueldade de seu coração. Seja misericordioso com os desafortunados e abra as portas de seu lar para os pobres.[311]

Nossos sábios, de abençoada memória, lembram o seguinte versículo da Torá: "Que (o Eterno) tenha piedade de ti, Se compadeça de ti e te multiplique" [312] – para lembrar ao homem que os Céus são misericordiosos aos que têm piedade do próximo.[313] Não deixe tua alma se desviar do caminho da misericórdia e guarda-te da crueldade, para que tua glória não seja o alento dos outros e tua vida, um legado para os cruéis.[314] Jamais se vingue de criatura alguma e não deixe que tal espécie de crueldade aconselhe teu coração. Se quiser vingar-se de inimigos com sucesso, melhore teu próprio caráter e desta maneira estará se distanciando deles e de sua maneira equivocada de agir, pois eles, ao te verem agir como pessoa íntegra mesmo depois de terem te feito tantos males, o lamentarão, já que resultado final de sua crueldade foi forjar um homem de bem. Mas se você optar por agir com rancor e pagar crueldade com crueldade, teus inimigos se alegrarão com tua conduta, tua desonra e tua vergonha e serão eles que estarão se vingando de ti.

Se quiser tornar-se misericordioso para com teus filhos e familiares, fazendo-lhes favores e concedendo-lhes honrarias, dedique-se firmemente ao estudo da Torá e à prática de boas ações. Tuas atitudes sagradas trarão honra e bênçãos aos que te são caros e eles não se envergonharão de ti. Não há vergonha pior do que ter parentes cruéis. Se o pai de alguém é um ladrão ou cometeu alguma outra transgressão que o tornou mal visto pela comunidade, seus filhos e demais descendentes estarão condenados a serem conhecidos como "os descendentes daquele sujeito". Sabemos também, que eventualmente os filhos podem morrer pelos pecados dos pais, como está escrito: "Eu sou o Eterno, teu Deus, Deus zeloso, que visito a iniquidade dos pais nos filhos, até a terceira e sobre quartas gerações aos que Me aborrecem".[315]

Reflita. Existe algo mais cruel do que fazer com que os filhos pereçam em função do mal praticado pelos pais? Por outro lado, não há homem mais misericordioso para com seus filhos do que o *Tsadíc* (justo), pois seus méritos perduram por mil gerações. Quando Abrahão levou seu filho Isaac ao altar, o Eterno jurou-lhe ser caridoso para com suas gerações futuras. Foi então durante o pecado do bezerro de ouro que Moisés lembrou a Deus a promessa que havia feito: "Recorda a Abrahão, a Isaac e a Israel, Teus servos".[316]

O mesmo gesto repetiu-se em Salomão, que lembrou ao Eterno os méritos do pai: "Recorda a bondade de David, teu servo".[317] Ambos, Moisés e Salomão, tiveram suas preces atendidas, por lembrarem a Deus os méritos dos nossos ancestrais. Com a mesma intenção lembramos os méritos dos Patriarcas todos os dias em nossas orações.

Saiba portanto, que não há crueldade maior que eximir-se de praticar os mandamentos da Torá, pois o Segundo Templo não foi destruído por outra razão que não a crueldade de um homem para com seu companheiro,[318] e as calamidades que assolam o planeta não são consequência senão dos desvios de caráter do homem, como disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Não há bênçãos nos silos porque as mulheres não separam a *Chalá* (pequena porção de massa); as chuvas não precipitam no momento e nos lugares adequados porque os homens não separam os dízimos da maneira correta;[319] e por causa dos tribunais corruptos e o abandono do estudo da Torá, o mundo é acossado por guerras, pragas e catástrofes.[320]

Na verdade, as pessoas cruéis são cruéis sobretudo para consigo mesmas, para com seus filhos e a gente de sua geração. Em contrapartida, os atos dos justos são benéficos a eles, a seus filhos e à sua geração, como no tempo do Rabi Chanina ben Dossa, cujos méritos foram suficientes para alimentar todo o planeta. [321]

Esta é também a resposta que damos aos pobres, quando indagam: "Como podemos fazer bem ao mundo, se não temos como dar caridade aos pobres?" Esta preocupação é, no fundo, vã. Porque toda pessoa tem o poder de fazer caridade através de seus atos, cumprindo os mandamentos da Torá, sendo útil à sociedade e esforçando-se o máximo possível para aprimorar seu serviço Divino. Pelo mérito da caridade feita pelos puros de coração, o Santíssimo, bendito seja, despejará Suas bênçãos por sobre o mundo e nada faltará à humanidade. Pode haver maior contribuição que esta? A propósito, o pobre é obrigado a dar uma pequena parte dos donativos que recebe a outros pobres, [322] igualando-se desta forma aos homens mais ricos do mundo, pois Deus vê o coração e a ação em relação ao que o homem tem e pode fazer. Ao doar de seu parco quinhão a outros pobres, a pessoa terá sua recompensa aumentada e redobrada nos Céus. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Alguns doam mais e outros menos – mas que doem com seus corações voltados para o Céu".[323]

A Psicologia da Alegria (*Simchá*)

A alegria é o sentimento que emana do coração de quem se encontra em estado de plenitude e paz de espírito, sentindo que nada lhe falta. Se alguém está sempre satisfeito com o que recebe e nada o entristece, experimenta um constante estado de alegria. Quem é alegre mostra uma face radiante, um corpo saudável e a velhice não lhe pesa. O rei Salomão disse: "Um coração feliz cura tanto quanto um bom remédio".[324]

Ao mesmo tempo, porém, a alegria desenfreada, ou euforia, produz gargalhadas que podem levar o homem à leviandade, como está escrito: "Pois o riso dos néscios se assemelha ao crepitar da lenha sob o caldeirão, e isto é uma coisa vã".[325] Um dos mais claros sinais de distinção do tolo é o seu riso no local e momento inadequados. Não é pois recomendado ao homem temente a Deus engajar-se em conversas casuais das quais brotam risos e gargalhadas, pois está escrito: "Quem ri demais, teme (a Deus) de menos", pois quem se entrega ao riso desmedido não pode concentrar-se em Deus. Isto ocorre de modo mais severo ainda quando a pessoa começa a perambular com os amigos e a entregar-se aos jogos de apostas. Por isso, o homem justo deve educar seu filho a não rir às gargalhadas e não deve contratar um professor com estas características, como está escrito: "Não sentei-me com gente debochada e brincalhona".[326] O rei Salomão disse: "Em cada ato de tristeza existe algum ganho".[327]

Muitos males estão conectados com a euforia, a alegria gratuita e excessiva, como por exemplo aquele que marca os indivíduos que se alegram quando um infortúnio acomete um companheiro. Sobre isto foi dito: "Não te alegres com a queda de teu inimigo; que não regozije teu coração com seu fracasso".[328] Um tipo ainda pior de alegria é o da pessoa que se regozija quando vê que um amigo falha no serviço Divino ou não consegue adquirir sabedoria suficiente para realizá-lo. Se o súdito de um rei vê outros cidadãos transgredirem as leis do reino, deve entristecer-se com isto, vendo nesse tipo de atitude

uma desmoralização do monarca. Se agir assim, é um bom cidadão. Se os repreender e persuadir a deixar o caminho incorreto e a começar a agir de forma adequada, será um cidadão exemplar. Da mesma forma, se ficar feliz ao ver sabotadas as ordens do rei, será considerado um mau cidadão e pagará por sua irreverência. O salmista diz: "Agradam-lhe sim, os que O reverenciem e que em Sua misericórdia confiam".[329]

Quem se alegra com a desgraça alheia não tem parte no Deus de Israel. Foi para isso que o Rabi Nechuniá ben Hakaná rezou: "Que meus companheiros não falhem em assuntos de *Halachá*, que eu não me alegre com seu fracasso e que não falhe e eles se alegrem com meu fracasso".[330] O Rabi Nechuniá rezou desta forma porque viu que havia se tornado um costume entre os estudantes de Torá regozijarem-se com as falhas cometidas por seus colegas. Todo homem de bem deve frustrar-se ao ver um colega desdenhar um mandamento Divino e deve imediatamente orar para que esta pessoa se emende e tome o caminho de Deus. Quando oramos "Concede-nos sabedoria"; "Faz-nos retornar à Tua Torá" e "Perdoa-nos", devemos ter em mente todo o povo de Israel, nossos amigos e inimigos – assim como em todas as outras bênçãos. É inconcebível que alguém peça a Deus que o cure sem estar pensando em outras pessoas que também precisam ser curadas ou em pessoas que necessitem de sabedoria para saber como agir na vida!

Como muitos homens deixam suas paixões tomarem conta de suas decisões e não sabem como proceder para tomar o caminho do bem, os justos e outros homens tementes a Deus têm a incumbência de incutirem em seus próprios corações o dever de interceder junto ao Eterno para que Ele conceda a essas pessoas uma saída, uma luz que possam seguir e desta forma venham a estar entre os que servem ao Criador de coração pleno e puro. O homem íntegro pede por todo o povo de Israel, seus amigos e inimigos, quando abre seu coração frente ao Eterno, bendito seja, cumprindo da forma mais exaltada o mandamento "Amarás ao próximo como a ti mesmo"[331] e ao que disse Job: "Quem tem as mãos limpas cresce e se fortalece".[332]

Existe um tipo de alegria particularmente maligna. É a alegria daquele que se diverte às custas dos que comportam-se de modo circunspecto e restrito justamente porque cumprem os mandamentos da Torá. A atitude dos perversos neste caso traz em si quatro males:

1) Quem caçoa dos justos traz escuridão à própria alma e não deixa a luz das *Mitsvót* penetrar-lhe o espírito. Ao desfazer de quem cumpre os mandamentos, torna estes desprezíveis aos seus próprios olhos.

2) Talvez um homem justo venha a desistir de agir da maneira correta por não poder suportar ser alvo de chacota.

3) Alguns indivíduos que haviam cogitado estudar Torá e seguir os caminhos do Eterno poderão se deixar constranger pelo riso dos maldosos e desistirão da empreitada antes mesmo de iniciá-la, prosseguindo pelo resto da vida no caminho das sombras. Este tipo de pilhéria não só faz com que a pessoa abandone o caminho do bem mas também que não se encoraje a novas tentativas no futuro. Quem cause este tipo de mal é como os que levam uma multidão inteira a pecar.

4) O quarto tipo de mal decorrente deste tipo de comportamento se assemelha ao provocado por um ladrão à espreita na beira da estrada que leva ao palácio real. Além de roubar os presentes que os súditos desejam oferecer ao rei, também corta-lhes os pés para que não possam seguir adiante. Este é o pior dos danos: o de prejudicar a outros e, ao mesmo tempo, cortar-lhes a chance de caminhar pela estrada do bem.

Outro tipo de alegria que começa doce mas termina em amargura é a que está por trás do riso fácil dos que correm atrás dos prazeres sexuais, gastronômicos e diversões semelhantes. Sobre estas pessoas está escrito: "Quem se regozija ao praticar o mal e se arregala na perversidade e na maldade...".[333] A alegria dos beberrões, dos que frequentam bares, merece atenção especial, pois deixa confusa a cabeça e inibe as boas ações, espantando o temor aos céus do coração do homem. O fim dessa alegria é uma grande tristeza, porque a bebida provoca males às vezes incuráveis no homem. O rei Salomão, filho de David, descreveu de maneira espantosa o mal que este vício causa: "Quem grita 'ai!'? Quem grita 'acudam!'? Quem briga? De quem é este acesso de cólera? Quem se fere sem motivo algum? Quem está com os olhos rubros? – os que se encharcam de vinho e se entregam às reuniões nas tavernas".[334]

Alertas Proféticos

"Pobres dos que acorrem tão cedo às tavernas para tomar um vinho forte e lá manterem-se até que o vinho da tarde os inflame".[335]

"Tocam lira, flauta, tamborim, gaita e regam suas festas com vinho, esquecendo-se do Eterno e de contemplar a Sua obra".[336]

"Por isto meu povo tornou-se cativo sem o saber, seus homens honrados agora são pessoas famintas e as multidões morrem de sede".[337]

"Por isto o *Sheól* alargou-se para abocanhar toda a sua glória, suas multidões, seus fanfarrões e farristas".[338]

"Até mesmo profetas e sacerdotes erraram e se perderam no vinho, perecendo junto ao povo. Vejam pois que mal causa a bebida!"[339]

A este respeito, o mais sábio dos homens disse: "O vinho causa o deboche e este faz com as palavras vertam da boca do homem; que se perde nesta bobagem não ganhará sabedoria".[340]

Nosso mestre, Maimônides, escreveu: "Participar de festas no meio de beberrões deve ser evitado mais que sair às ruas totalmente despido, pois a bebida é um mal que faz o homem perder a chama Divina provinda do sopro do Criador".

Por outro lado, o vinho pode ser benéfico e saudável se bebido no momento adequado e de maneira sábia: "Dê de beber a quem está desesperado e um pouco de vinho ao deprimido. Deixe-o beber para que esqueça sua pobreza e não se lembre de seu sofrimento".[341] Sobre o vinho as Escrituras disseram: "Que alegra a Deus e aos homens".[342] O salmista revela que: "O vinho alegra o coração do homem."[343] E o mais sábio dos homens escreveu: "Porque melhores são os Teus amores do que o vinho"[344] e "O Teu paladar como o bom vinho para o meu Amado, que se bebe suavemente, e faz com que falem os lábios dos que dormem".[345] Estes são alguns exemplos dos efeitos do vinho, quando bebido com moderação e sabiamente, como quando a mente domina o vinho e não o vinho à mente, e diz respeito a sorver um copo na presença de sábios e justos para

alegrar o espírito. Outro uso positivo da bebida: a Torá nos ordena alegrar nosso espírito diante do Eterno, [347] na ocasião das Festividades da Peregrinação.[348] Mesmo assim, alerta o homem para que não se exceda e faça tolices ao invés de *Mitsvót*.[349] Devemos ter o bom senso de usar os prazeres do corpo de modo que incrementem nosso serviço Divino e não o contrário, pois é impossível servir ao Criador com a cabeça cheia de álcool e o coração tomado pela leviandade.

É como uma semente de vida para o sábio, aumentando-lhe o conhecimento ao mesmo tempo que multiplica a ignorância do tolo; renovando o amor de quem ama e o ódio dos inimigos; fazendo abrir a mão do benevolente e fechando o coração do miserável. Deve ser degustado da seguinte maneira: você pode beber um pouco para curar suas mágoas e fortalecer seu espírito quando entregar-se ao estudo da Torá, pois ninguém consegue estudar se estiver deprimido. Mesmo um *Bêt Din* (Corte Rabínica) não pode julgar com ponderação caso seus membros se vejam em estado de angústia. A melancolia também atrapalha o homem quando este reza e se um amigo lhe pede um favor quando está triste, dificilmente se compadecerá dele, como está escrito: "Em estado de graça, lhe serei útil".[346]

Um justo pode beber um copo de vinho nesses casos, sendo extremamente cauteloso para não ingerir quantidade desmedida, que resulta no efeito oposto e indesejável. Do mesmo modo, não deve beber a ponto de não conseguir se concentrar no estudo da Torá ou cairá em risos e gargalhadas fúteis, pondo a perder todo o benefício que o vinho lhe poderia ter causado. Deve tomar cuidado ainda para não perder seus bens, brigar com os companheiros, sair por aí quebrando o que vir pela frente ou revelando segredos dos quais se arrependerá, tudo fruto de ter perdido o autocontrole por ter bebido em excesso. Se usar da bebida deste modo, ela se tornará uma maldição.

O homem deve cultivar em seu coração um constante estado de alegria, para que compreenda a Justiça Divina em todos os eventos de sua vida, como está escrito: "E saberás em teu coração que, como o homem castiga seu filho, assim te castiga o Eterno, teu Deus".[350] Se um homem se arrepende de seus pecados e mesmo assim seu estado geral não melhora, deve manter o brilho da alegria em seu coração, pois o Eterno está refinando seu espírito e decretando que já não será culpado destes pecados no Mundo Vindouro, recompensando-o totalmente pelo bem praticado: "E paga em vida aos que O

odeiam, fazendo-os perecer".[351] De modo correspondente ao pago neste mundo aos que O odeiam, Deus paga aos que O amam neste mundo, punindo-os por suas transgressões, para que cheguem puros e de alma cristalina no Mundo Vindouro. Para que o homem possa se satisfazer com seu quinhão neste mundo e confiar plenamente na justiça Divina, deve manter seu coração em constante estado de alegria e felicidade.

As formas como o homem aceita seu quinhão nesse mundo e alegra-se com o que recebe dos Céus caracteriza-se por sua **confiança em Deus, sua fé, sabedoria e contentamento**. Quando tem fé no Criador e sabe que todo o seu sucesso neste mundo e no Mundo Vindouro dependem única e exclusivamente de Sua vontade, o homem desenvolve por Ele um grande amor no coração. O sábio disse: "Todo homem precisa de uma cerca, uma escora e um suporte para perpetuar suas boas ações." De que constitui esta cerca? Da confiança contínua e irrestrita no Santíssimo, bendito seja, como está escrito: "Confia teu fardo ao Eterno e Ele te sustentará".[352]

Quem tem fé aceita seus infortúnios com alegria no coração.[353] A situação se assemelha à de um servo que conhece seu senhor e sabe que ele é bondoso e generoso, recompensando-o grandemente por cada missão que lhe outorga. Sabe também que, quando uma tarefa árdua é imposta aos servos, eles serão elevados e recompensados à altura por levá-la a cabo com dedicação, tornando-se conselheiros e homens de confiança de seu senhor, sentando-se junto a ele à mesa, acompanhando-o em sua carruagem e sendo apontados como governadores sobre partes de suas terras. Não há dúvida de que um servo deste senhor deixará o que estiver fazendo para atender-lhe, realizando tudo o que lhe for pedido com extrema atenção e dedicação. Em contrapartida, um servo que vê um senhor remunerar com mesquinhez os empregados e dar-lhes um fardo maior do que a recompensa, não desempenhará as tarefas senão com o coração apertado. O mesmo se dá com nossa fé em Deus. Se ela é perfeita e inabalável porque o Criador é benevolente e paga regiamente a todos os que cumprem Sua vontade, seremos diligentes e exímios em cumprir todos os seus mandamentos, fazendo deles a prioridade de nossas vidas, em honra aos Céus e de maneira prazerosa, obtendo recompensa no Mundo Vindouro.

O rei Nabucodonosor foi recompensado com um grande reinado por ter caminhado quatro passos em honra ao Criador[354] e Esaú foi recompensado com riqueza e honrarias neste mundo por ter dedicado atenção especial a seu pai. Quem acredita no julgamento Divino

de coração pleno e com grande alegria ficará tão satisfeito quanto alguém de quem tomaram uma moeda de bronze e lhe deram outra... de ouro!

Se acreditamos em Deus de todo coração e confiamos Nele com todas as nossas forças, não temeremos nada nem ninguém neste mundo. Não devemos servir a ninguém além Dele, esperar favores de criatura alguma e nem compactuar com pessoas que tramam opor-se ao serviço Divino. E não temos porque sentir medo delas ou de suas atitudes perniciosas. Se preciso, repreenderemos o malvado em público, não receando envergonhá-lo ao expor suas mentiras aos olhos do povo, como afirmou o profeta: "Pelo que não me sinto envergonhado, e por este motivo pus o meu rosto como uma pederneira, para falar com dureza, e sei que não serei envergonhado."[355]

Quem tem fé plena em Deus, remove toda e qualquer preocupação de seu coração e serve a Ele com total dedicação. E é nossa a responsabilidade de ponderarmos ideias e pensamentos com a finalidade de encontrar quais são as que fortalecem nossa fé em Deus. Sugerimos sete passos:

1) Devemos ter em mente que Deus é mais misericordioso com os homens do que o mais misericordioso dos homens; que protege o homem secreta e abertamente e o faz mesmo sem que ele saiba que está sendo protegido, como está escrito: "Ele protege os que são simples". [356]

2) Sabermos que todo o bem que nos fazem nossos pais, irmãos, parentes e amigos, não provêm de outro que não o Todo-Poderoso, sendo estes Seus meros mensageiros.

3) Do mesmo modo, devemos sempre lembrar que tudo o que o Altíssimo nos dá é fruto de Sua benevolência infinita, não por o merecermos ou porque o Santíssimo, bendito seja precisa nos favorecer, mas simplesmente porque Ele é Bom.

4) O homem deve entender que existem limites e um fim para tudo o que ele tem na Terra e que ninguém exceto o Criador tem o poder de diminuir ou estender estes limites. Não temos o poder de diminuir o que Ele nos decretou nem de aumentar o que ele nos subtraiu. Nenhum homem pode adiantar o que Ele decidiu que irá tardar, nem atrasar o que Ele decretou que se antecipará. Tudo acontece e existe de acordo à vontade e aos decretos do Exaltado, bendito seja.

5) Devemos ter em mente que o Santíssimo, bendito seja, sabe o que guardamos no coração, conhece nossos mais íntimos pensamentos e sabe quando falamos a verdade e quando mentimos. O servo de um rei de carne e osso pode enganar seu senhor por toda uma vida, fazendo-o pensar que o ama, quando na verdade o detesta, recebendo benefícios em troca deste amor superficial. Mas é impossível esconder qualquer tipo de pensamento ou sentimento do Criador, bendito seja, pois Ele conhece nosso íntimo e nossas inclinações dos pés à cabeça. Sabe se acreditamos Nele ou não.

6) Devemos fazer tudo o que Deus nos manda e evitar tudo o que Ele nos proíbe, se almeja receber os favores que o Criador lhe tem reservado, como está escrito: "Faze a vontade Dele como se fosse a tua, para que Ele faça a tua vontade como se fosse a Dele. Suprime a tua vontade ante a Dele, para que Ele suprima a vontade dos outros ante a tua".[357] Mas se alguém confia no Eterno e não faz o que ele ordena, peca por tolice! Sobre este tipo de pessoa as Escrituras dizem: "Que esperança tem o malfeitor? Deus lhe tolherá o espírito! Ouvirá, pois, Deus o seu pranto?" [358] E o profeta exclama: "Roubarás, matarás, te prostituirás, levantarás falso testemunho, queimarás incenso ao Baal, servirás outros deuses, que não conheceste e então virás à Minha Casa, que tem o Meu Nome?[359] Porventura tornar-se-á a Casa que leva o Meu Nome, um covil de ladrões?" [360]

7) Cada indivíduo tem que levar em conta que Deus o criou para executar um certo número de tarefas no decorrer de sua vida e que também criou os meios para seu sustento, que deve ganhar com esforço e labor. Se tudo que o homem precisa, como vestimenta e alimentação, pudesse ser conseguido sem esforço, algumas *Mitsvót* não seriam cumpridas, como a caridade e o esforço para não roubar e cobiçar o bem alheio. Se pudesse conseguir tudo o que precisa sem esforçar-se, o que levaria o homem a roubar? No entanto, quando precisar lutar pelo seu sustento e ao mesmo tempo afasta seus pensamentos de furtar o que é do próximo, demonstra sua plena confiança em Deus, como está escrito: "Porém aquele que confia no Eterno, a benevolência o envolve".[361] Similarmente, Ezequias (Chizkiáhu), o rei de Judá, ocultou seu "Livro das Curas" – para que os homens confiassem em Deus e não nos remédios.[362]

Se o homem não precisasse trabalhar pelo seu sustento, poderia tornar-se ocioso e ir atrás dos prazeres do corpo, cometendo todo tipo de transgressão, como está escrito: "E engordou-se Ieshurún e deu coices".[363] Nossos sábios, de abençoada memória, disseram:

"É bom estudar Torá e ter simultaneamente um trabalho, pois ocupar-se com ambos faz esquecer o pecado".[364] Mas o Altíssimo delegou ao homem dois tipos de serviço: o que lhe propicia sustento e o que lhe ordena a Torá. O modo correto de distribuir seu tempo é o meio tempo entre o que faz para sustentar-se e para progredir espiritualmente. O homem tem por dever fortalecer tanto corpo quanto espírito, para que um não sobrepuje as necessidades e missões do outro, como está escrito: "Vosso pai não comeu e bebe ao mesmo tempo que promoveu a justiça e a benevolência? Pois isto foi bom para ele". [365] E o rei Salomão disse: "Bom que não te esqueças nem de um nem de outro pensamento, pois aquele que teme ao Eterno, livrar-se-á de ambos".[366]

O correto é confiar na Providência Divina e não dirigir todo o empenho ao seu meio de sustento, sabendo que este serve unicamente para dar-lhe forças e meios de servir o Eterno. Comparemos esta situação com um homem que corta lenha com seu machado. O poder para rachar a lenha não vem da lâmina do machado, mas dos golpes desferidos pelo lenhador. O machado é somente o meio pelo qual sua força é transferida para o pedaço de madeira, rachando-o ao meio.

Quando se ocupa do seu trabalho, o homem não deve pensar que o pão de sua família depende daquilo com o que se ocupa naquele momento, e que se for despedido ou perder seu negócio, sua família perecerá. Ao contrário, precisa ter em mente que o Altíssimo o colocou ali ou que fez seu negócio prosperar, e confiar que se houver mudanças de qualquer natureza, Deus tem uma alternativa reservada para ele e sua família. Muitos são os mensageiros do Eterno, como está escrito: "Nada impede o Todo-Poderoso de salvar uma alma por meio de uma pessoa ou de uma multidão";[367] "Porque é Ele quem te dá forças para conseguires riqueza";[368] e "Não por força nem por poder, mas por Meu espírito de Boa Vontade, disse o Eterno".[369]

Quando alguém tira seu sustento de uma só fonte, não deve colocar nesta fonte todas as suas esperanças, mas sim, do fundo do coração, depositá-las nas mãos do Criador, bendito seja. Não é suficiente apenas pensar no assunto; devemos expressar continuamente nossa gratidão ao Criador por não nos ter abandonado. Veja um bom exemplo desta situação: Uma fila de cem cegos caminha pela rua, cada um apoiando uma das mãos sobre o ombro do colega à frente. A primeira pessoa da fila enxerga perfeitamente e conduz a todos. Cada cego sabe que o homem que está à sua frente não

é quem realmente conduz a fila. Quem faz isto, na verdade, é o que enxerga. Se ele falhar, toda a fila pode cair. Do mesmo modo, devemos pensar que somos como aquela fila de cegos, cada um de nós apoiando-se no companheiro, mas que quem dirige a fila porque enxerga toda a realidade é o Altíssimo, bendito seja.

Se dependemos de outra pessoa para nosso sustento, esta depende de outras, que por sua vez dependem de outras e todos dependem de Deus, como está escrito: "Guiarei os cegos por um caminho que não conhecem; fá-los-ei caminhar por veredas que lhes são desconhecidas... olhai os que são cegos, para que possam ver... quem é cego como o meu servo (que não quer ver), ou surdo, como o meu mensageiro (que não quer escutar) que envio? Quem é cego como aquele homem perfeito, e cego como o servo do Eterno?" [370]

Nossa confiança em Deus deve estar presente a todo momento em todas as áreas de nossa vida. Aqui estão alguns pontos tão próximos quanto cruciais aos quais esta confiança está intimamente ligada. Ampliando nossa consciência sobre sua importância, estaremos cultivando e fortalecendo ainda mais o sentimento:

1) Nosso estado de saúde: Ao mesmo tempo em que depositamos toda a nossa confiança na Providência Divina e tomamos consciência que é Ele quem nos dá saúde e faz todos os órgãos e membros de nosso corpo funcionarem da maneira apropriada, devemos nos alimentar corretamente e a espaços de tempo que aumentem o aproveitamento do alimento ingerido. Temos também a obrigação de procurar o médico para nos indicar o modo certo de curar alguma moléstia que tenha nos afligido. E devemos saber que o médico que nos cura foi colocado em nosso caminho pelo Eterno. É proibido deixar de ir ao médico se estivermos doentes, achando que Deus nos curará sem que tomemos medicamento algum. Tampouco devemos ingerir alimentos podres ou venenosos, acreditando que, se os Céus nos decretaram saúde, nada nos fará mal. O profeta Samuel disse: "Como caminharei com tranquilidade, sabendo que o rei Saul quer me matar?" [371] Ainda que confiasse plenamente em Deus, isto não demonstrava falta de fé. Por isto o Eterno apareceu-lhe e ordenou: "Tome um bezerro e diga que veio ofertá-lo a Mim!".[372] O rei Salomão diz ser um tolo quem se coloca em situações de perigo, dizendo "Confio em Deus".[373] A Torá vai mais além e alerta o homem: "Não experimentarás ao Eterno, vosso Deus".[374] Quem se coloca numa situação perigosa e com isso perde a vida é punido com mais severidade que um assassino.

2) Nosso sustento: Devemos confiar plenamente no Criador, bendito seja, que nos provê com tudo o que precisamos para nossa sobrevivência de acordo as nossas necessidades. Ele não fará que nos cansemos de trabalhar a ponto de não termos tempo para dedicar ao estudo da Torá. Quem confia em Deus encontra sossego para o espírito e paz em seu coração, não se sobrecarregando na busca atrás do sustento. Terá sempre o que precisa para viver neste mundo, enquanto dedica seu tempo para adquirir seu quinhão no Mundo Vindouro. Nossos sábios disseram: "Incremente seu estudo de Torá e diminua sua jornada de trabalho"[375] e "Faça o estudo da Torá sua prioridade e do restante, atividades secundárias".[376] Este é o maior teste enviado ao ser humano: despreocupar-se de seu sustento enquanto focaliza seu pensamento nos objetivos espirituais de sua vida. É sua obrigação, portanto, dedicar apenas o tempo suficiente para ganhar seu pão, enquanto determina períodos fixos para estar mais próximo a Deus por meio do estudo da Torá, da oração e da prática das *Mitsvót*.

3) Nossa família e nossos amigos: Quem não tem família ou amigos, como os estrangeiros e conversos, deve ter a Deus como seu companheiro, como está escrito: "Tal é o meu Amado, e tal é o meu Amigo".[377] Na verdade, todos devemos pensar que, numa hora ou outra, nossos seres mais queridos serão levados deste mundo e permaneceremos sós. A pessoa solitária deve ter em mente que, se por um lado não tem amigos e parentes, por outro não tem a obrigação de sustentar outras pessoas, podendo dedicar todo o seu tempo, atenção e posses para seu sucesso espiritual e para descansar. A solidão pode se apresentar não raro como uma bênção, para permitir que o indivíduo dedique-se de corpo e alma a Deus, sem que ninguém interponha-se em seu caminho. É por este motivo que alguns religiosos separam-se de suas famílias e camaradas, buscando refúgio nos picos isolados dos montes, onde poderão refletir a dedicar seu coração unicamente a Deus. Por outro lado, quem tem mulher, filhos e outras pessoas que dependam de seus esforços, deve confiar na Providência do Altíssimo, que não deixará que lhe faltem forças e os meios para conseguir seu sustento e dos que dele dependem. O mesmo se dá em relação aos que dependem de orientação espiritual: deve confiar no Eterno, que lhes dará sabedoria e capacidade de expressá-la corretamente para ensinar a Torá e a forma correta de cumprir os mandamentos, para que os que dependem de seus ensinamentos não se equivoquem e tateiem no escuro. Estes homens não devem esperar que lhe agradeçam, retribuam, engrandeçam ou honrem por estarem mostrando os caminhos do Criador, bendito seja, nem deve usar seus conhecimentos e status de professor para subjugar as pessoas ou

fazê-las servi-los como forma de agradecimento. Se estiverem precisando de algo e alguém vier em seu auxílio, devem ter em mente que está atuando como mensageiro de Deus e que não o fazem para adulá-lo. Devem evitar tomar para si qualquer tipo de honrarias. No entanto, se lhes pedirem algo e eles recusarem, não deve culpá-los por isto, mas confiar no Eterno, que dispõe de diversos emissários para fazer cumprir Sua vontade.

4) Os deveres do coração: A pessoa devota pratica jejuns, cumpre todos os mandamentos que pode e evade-se de todas as proibições da Torá. É nossa obrigação dedicarmos todo o nosso coração e sentimento ao cumprimento das *Mitsvót* e quando nos concentramos em Seu santo Nome. Devemos implorar ao Eterno que nos auxilie, mostrando o caminho correto a seguir, como disse o rei David, a paz esteja com ele: "Orienta-me a seguir Tua verdade";[378] "Faze-me trilhar a vereda dos Teus mandamentos" [379] e "Escolhi o caminho da verdade e ponho ante meus olhos Teus mandamentos".[380] Estas asserções mostram que o rei David não tinha outros interesses a não ser cumprir a vontade Divina.

Devemos sempre dirigir nossas preces em duas direções: primeiro, que nosso coração fortaleça-se no serviço Divino e que preocupações com assuntos mundanos não aflorem à nossa mente; segundo, que nosso corpo seja sempre saudável, assim teremos forças para praticar boas ações. É esta a intenção de versículos como: "Faze-me trilhar a vereda dos Teus mandamentos" [381] ; "Ampara-me e serei salvo, e com Teus estatutos ocupar-me-ei" [382] e outros. Entendemos então que, devemos confiar a Deus todo o nosso sustento e as forças que necessitamos para serví-lo de acordo com Sua vontade.

5) Os deveres cujo cumprimento envolve nossas habilidades corporais: Como a caridade, o ensino da Torá, a boa conduta e a proibição de pecar, o esforço em fazer o perverso retornar ao caminho do bem, mais ainda quando nos insulta ao tentarmos fazê-lo ver que será punido se continuar agindo inconvenientemente e recompensado se decidir emendar-se. É dever de todos tomar para si estas tarefas sem esperar recompensa, agradecimento ou honrarias por havê-las levado à cabo. O homem deve lembrar-se continuamente que qualquer tipo de benefício ou recompensa por haver atuado da maneira que Deus esperava dele, virá somente do Criador e de nenhuma outra criatura humana. Deve alegrar-se com o fato do Eterno ter-lhe confiado uma missão espiritual e alegrar seu coração com isto e não com os elogios que talvez receba por seus atos.

6) A recompensa neste mundo: É importante confiarmos ao Eterno tudo do que necessitamos para cumprir nossa missão neste mundo, sem temer que os benefícios que Dele recebemos serão computados quando nos for dada a recompensa no Mundo Vindouro. Devemos confiar nosso sustento, proteção, saúde e bem estar unicamente ao Altíssimo e ter em mente que, se recebemos algum favor Divino, isto não ocorreu porque o merecemos, mas porque Ele é infinitamente Benevolente. Não há momento em nossas vidas em que algum Bem Divino não nos seja concedido. Ainda que dobremos, redobremos e multipliquemos indefinidamente nossas boas ações, não estaremos pagando uma pequena fração que seja, de todo o Bem que Deus nos faz cada momento. Após tê-lo compreendido bem, o homem deve depositar sua total confiança no Eterno, pois sabe que Ele dá ao homem mais do que merece e concede favores não mais do que por Sua infinita bondade. Pois ele é o Todo-Misericordioso e complacente, aquém e além dos atos humanos. Sua Benevolência é tamanha que não deixa faltar nada mesmo à mais reles das criaturas, às bestas, aos animais, pássaros e tudo o mais que existe no mundo – dos chifres do boi aos ovos dos piolhos.[383] Assim como a Misericórdia Divina sobre estas criaturas não depende de seus atos mas flui de Sua grande compaixão, é a Sua Benevolência sobre o homem.

7) A recompensa Divina na Era do Mashiach (Messias): Devemos confiar que o Rei dos reis, que impera sobre tudo, bendito seja, trará a salvação a Israel, que restabelecerá Jerusalém e reconstruirá o Templo, ainda em nossos dias. Isto não significa imaginar que viveremos com uma enorme dose de tranquilidade quando estes dias chegarem, bebendo e comendo do bom e do melhor, mas que serão dias mais oportunos para o serviço Divino. Pois quando estes dias chegarem, Deus removerá a crosta de impureza espiritual e toda a malvadeza dos corações humanos, e todos, jovens e idosos, conhecerão o Criador. Não haverá nada que detenha o homem de servir o Eterno nesta era – nem pragas, nem doenças, nem guerras, nem preocupações cotidianas – tudo estará ao alcance do homem e todos poderão ascender grandemente no conhecimento Divino. Nestes dias, a sabedoria disponível ao ser humano crescerá imensamente, como está escrito: "Não farão dano nem destruirão em todo o Meu santo monte, porque a terra será cheia de conhecimento do Eterno, assim como as águas cobrem o mar".[384]

8) Nossa recompensa no Mundo Vindouro: São infinitos e incomensuráveis os prazeres do Mundo Vindouro. Os lábios do homem não podem descrever tamanha beleza, nem seus olhos pode ver a radiância da gloria dos justos. Não haverá comida ou bebida no Mundo

Vindouro, mas não devemos concluir: "Se não comeremos e nem beberemos, o que então nos dará prazer?"

É vital que você entenda que, assim como o peixe não pode sentir o prazer que uma ave tem quando voa livremente pelos céus e o pássaro não tem como imaginar o prazer que tem os peixes quando nada sob as águas, pois sua natureza é diversa do meio em que vive a outra criatura – o pássaro morreria na água e o peixe se afogaria na terra seca – do mesmo modo, nós, neste mundo, com nossas almas mergulhadas dentro de nossos corpos, cujo prazer é obtido por meio dos sentidos, não temos como conceber o que dá prazer única e exclusivamente à alma. É impossível compreender o que deleita a alma quando ela chegar às alturas sem pensar de modo profundo a respeito.

Vivemos num mundo material e podemos reconhecer apenas prazeres carnais e efêmeros. Mas os prazeres da alma são intermináveis, infinitos. Não há conexão nem semelhança entre estes dois tipos de prazeres. Após deixar o corpo e experimentar os prazeres espirituais, não há lembrança ou desejo dos prazeres físicos, como um rei, que, após experimentar a altivez e a exaltação da realeza, já não tem saudades de seus jogos de criança ou de uma situação temporária que passou em sua vida, quando teve de se comportar e usufruir dos prazeres de uma pessoa simplória. Este rei pode ter uma recaída e decidir voltar aos prazeres da juventude, deixando de lado o esplendor da realiza. Se isto acontecer, falta-lhe ainda completar o conhecimento pleno de seu verdadeiro status e todo o bem que isto lhe traz. Do mesmo modo, se nos entregamos aos prazeres deste mundo e não buscamos conhecer o que nos espera no Mundo Vindouro, podemos estar pecando por não discernir entre o prazer momentâneo e o que realmente interessa à alma. Em nossa vida terrena temos algumas oportunidades para saber como se sente a alma quando o corpo não está absorto em suas necessidades e prazeres, como por exemplo, alguém que vê seu inimigo derrotado e sente que lhe foi feita justiça ou vingança; quando nos conferem um prêmio ou nos honram em público; quando vemos algo muito bonito, quando um pai vê novamente um filho depois de alguns anos de separação; quando escutamos boas notícias e demais acontecimentos; onde não há comida ou bebida alguma envolvidas e, no entanto, sentimos uma terna sensação de deleite, algo que pode durar toda a vida quando lembramos ou revivemos o fato.

Ter uma noção do que deleita a alma já neste mundo nos permite ter um maior conhecimento do que realmente lhe trará paz e felicidade, quando chegar ao mundo da

verdade e poder desfrutar diretamente da Luz Divina. Este prazer é indescritível, incomensurável, incomparável com qualquer tipo de deleite que pensamos poder existir neste mundo, como disse o profeta, maravilhado com a glória do Mundo Vindouro: "Imensa é a bondade que destinas àqueles que Te temem e que dispensas aos que em Ti buscam refúgio".[385] Quanto ao Mundo Vindouro, pousada eterna de todo homem, devemos confiar no Todo-Poderoso, que nos elevará ao mundo celestial e à Sua Presença, não deixando nossa alma à deriva.

De nada adianta a fé sem a prática de boas ações. Contudo, quando o homem se empenha para cumprir os mandamentos da Torá e elevar sua alma, desviando sua atenção dos prazeres deste mundo e dedicando todo o seu coração ao Criador, bendito seja, pode e deve confiar na reciprocidade do Altíssimo, que lhe corresponderá com Sua benevolência, como fez com os profetas e justos, bem-afortunados são e afortunado é o seu quinhão. Quem confia no Altíssimo demonstra ter uma alma virtuosa. Mas o caminho até a fé perfeita é traçado por várias emendas e retificações no caráter humano.

Quem confia em Deus, torna-se imediatamente um recipiente de Suas bênçãos, como está escrito: "Aquele que confia no Eterno, a benevolência o envolve".[386] Porque o salmista usa o termo "o envolve"? Porque quem tem fé em Deus precisa transpor várias barreiras neste mundo. Não deve recear repreender os malvados ainda que isto lhe custe danos físicos ou monetários; deve abandonar o convívio com seus parentes e colegas que não seguem os caminhos de Deus; não deve adulá-los; não deve envolver-se com algumas práticas comerciais, por serem proibidas pela Torá ou por impedi-lo de progredir espiritualmente – e para isto o homem necessita de uma grande dose de fé! Por isto está escrito: "a benevolência o envolve."

É impossível confiar em Deus sem desenvolver nossa fé, como está escrito: "E confiarão em Ti todos os que conhecem o Teu nome". [387] Pois os que conhecem o Teu nome e reconhecem Tua grandeza e confiam Nele com todo o seu coração – estes podem dizer que tem fé em Deus, pois a confiança e a fé caminham juntas.

Onde não há fé, não há confiança; e onde não houver confiança, saiba que não há fé – e a fé é o ápice da Torá, como está escrito: "Eu sou o Eterno... não terás outros deuses".[388] Mas, quem precisa de fé, de que lhe adianta a Torá? Quando homem acredita do fundo de sua alma que Criador fará cumprir tudo o que está escrito na Torá – punindo o pecador e

recompensando o justo – então observará a Torá dedicadamente. Se todos os ladrões e assassinos soubessem de verdade, que serão punidos pelo que fizeram e que não há como escapar da justiça Divina, não haveria roubo, nem mortes. Contudo, os criminosos creem que podem escapar ao seu juízo e por isto fazem tudo o que lhes dita o coração. Assim faz todo pecador. Pois se soubesse a magnitude de seu castigo – não pecaria. Por este motivo, toda a Torá baseia-se na *Emuná* (fé), como disse o profeta: "O justo vive pelo mérito de sua fé".[389] E sobre Abrahão, está escrito: "E acreditou Abrahão no Eterno, e (Deus) considerou isso como mérito".[390] A Torá não diz que o Eterno fez caridade a Abrahão, exceto quando ele demonstrou fé. O mesmo a Torá diz de Moisés: "Em toda a minha casa ele é fiel".[391] A literatura rabínica exalta a grandeza da fé: "A fé é tão importante perante o Altíssimo, que em seu mérito, a Presença Divina pairou sobre nossos ancestrais,[392] quando entoaram cânticos sagrados em honra a Deus após Ele ter feito o mar abrir-se para Israel".[393] O povo judeu foi redimido por causa de sua fé, como está escrito: "E acreditou o povo, e compreenderam que visitou o Eterno aos filhos de Israel"[394], após o quê, nossos sábios disseram: "Todo aquele que aceita sobre si uma *Mitsvá* de fé plena, merece que a Presença Divina paire sobre si". Todos os exilados serão redimidos por mérito de sua fé, como está escrito: "Olha desde o cume de Amaná (fé)."[395] O profeta Oseias exalta a fé, considerando-a o elo principal entre o povo de Israel e Deus: "E desposar-te-ei Comigo pela fé que tiveste em Mim, e chegarás então a conhecer o Eterno".[396]

Também aqui é preciso separar o joio do trigo

Não devemos nos alegrar com as futilidades deste mundo. Quem conhece este mundo, não se alegra a não ser com coisas que o levam a servir a Deus, bendito seja.

O homem deve tomar bastante cuidado para não se alegrar com algo que lhe traga felicidade mas que, ao mesmo tempo, seja prejudicial a seus colegas. Se tiver uma colheita farta, não deve se contentar quando vier o frio e a fome, e com isto a necessidade das pessoas se proverem de suas mãos, fazendo-o prosperar. Nem deve se alegrar com a morte de alguém, sabendo que com isto herdará parte de seus bens. Em suma, não deve se alegrar com o infortúnio alheio em proveito próprio, como está escrito: "E amarás a teu próximo como a ti mesmo".[428] Do mesmo modo, devemos educar nosso coração a se jubilar com a prosperidade do próximo, se este a logrou enquanto se dedicava de corpo e alma ao serviço Divino.

Ao mesmo tempo, não devemos exagerar em nosso júbilo enquanto o templo Sagrado de Jerusalém ainda permanecer destruído,[429] pois nossa alegria não pode ser considerada plena. No dia em que o Rabi Judá, o Príncipe, riu-se, o mundo conheceu a desgraça [430] e "o Rabi Yirmiá tentou fazer o Rabi Zeira rir, mas ele não riu".[431]

Retornemos ao tema deste capítulo, a alegria. O homem que acredita e confia plenamente no Rochedo de Israel vive em constante estado de alegria e, apesar de sentir seus infortúnios, os compreende, assim como o doente que se vê obrigado a ingerir remédios amargos, sabendo que o faz para sua cura. Quem sofre com tranquilidade suas agruras, consegue desligar-se de suas preocupações, pois está feliz com o pouco que tem e lhe basta o que o Criador lhe dá. Pense bem nisto e veja como a alegria proporciona ao homem tudo o que ele precisa durante esta vida – pois se não está satisfeito com algo, não viverá sossegadamente um só dia de sua vida, preocupando-se sempre em amealhar mais um quinhão e não se contentando com o que Deus lhe reservou. Por este motivo nossos sábios definem o rico como "Quem é feliz com sua parte",[397] mesmo que ele seja pobre, pois sabe que o Eterno se preocupa com seu bem estar, providenciando-lhe o que precisa e o que merece neste mundo: "O Eterno é minha porção, por isso assumi observar Suas leis"; [398] "O Eterno é a porção da minha herança e do meu cálice"; [399] "Que se alegrem os corações de todos os que buscam o Eterno".[400]

A virtude de viver com alegria está sempre presente no espírito dos justos; eles vivem harmoniosamente com este mundo e conciliam-no com seu serviço Divino; seu cotidiano é feliz e contentam-se com pouco, como está escrito: "Alegrem-se no Eterno e rejubilem-se, ó justos;[401] "Luz eterna foi semeada para os justos e alegria para os de coração puro".[402]

O caminho mais curto para uma existência repleta de contentamento é alegrar-se com a Torá e cumprir seus mandamentos com a felicidade de ter recebido tão grandioso presente do Exaltado Rei dos reis, a quem todas as criaturas celestiais se curvam, como disse o salmista: "Com ela me alegro, como aquele que acha um tesouro".[403] Quem cumpre os mandamentos da Torá com júbilo é mil vezes mais recompensado do que os que cumprem as *Mitsvót* como se estivessem carregando um peso. Nosso patriarca Abrahão e o rei David, ocupavam todo o seu dia com os mandamentos da Torá, glorificando e exaltando o Santíssimo, bendito seja e entoando cânticos de louvor. Esta é a fórmula do sucesso e do bem estar, o caminho da prosperidade e da esperança, pavimentado com profunda confiança no Eterno, na Sua bondade e Providência. Quem serve o Divino com alegria se conecta a Ele de maneira especial e acaba por merecer que lhe revele segredos da Torá. Este é o legado do justo e do íntegro, que servem a Deus com temor e alegria, fazendo com que a Torá lhes penetre totalmente o espírito, como disse o rei Salomão: "A minha alma se derreteu quando Ele falou" [404] e "Até meus rins se regozijam quando Teus lábios proferem palavras justas".[405] O rei David pede ao Eterno que abençoe sua alma,[406] para que ela retorne às alturas e comungue com o Criador a quem ama, assimilando suas *Mitsvót*.

Quando a alma alcança os níveis espirituais mais elevados, absorve-os em todas as suas câmaras e locais recônditos, aumentando a cada momento o amor que nutre por Seu Criador, que não se esvai mesmo quando o corpo adormece. O Santíssimo, bendito seja, retribui este amor infundindo-lhe um interminável estado de alegria, e seu coração inflama-se de tanto amor, como está escrito: "Grandemente me regozijarei, dirá então Israel; a minha alma se alegrará no meu Deus".[407]

A Presença Divina repousa somente onde há júbilo. Nossos profetas não receberam profecias a qualquer momento, senão quando se isolavam, sentavam-se com o coração cheio de alegria e se concentravam para recebê-las, pois a profecia não paira sobre o preguiçoso e o melancólico, mas sobre a pessoa alegre e com seu coração dirigido aos

Céus. Por este motivo, os discípulos dos profetas lhes traziam harpas, flautas, tamborins e violinos: "Pois quando o menestrel tocava, a mão de Deus descia sobre os profetas".[409]

A glória do espírito é regozijar-se com Deus, iluminando Sua grandeza com a luz do nosso temor, que vê alegria quando coroa-se com a pureza e o esplendor de pensamentos límpidos e ávidos pelo Divino. A alma suspira pelo desejo de encontrar Seu Exaltado Amor, consagrando esta união com a chama da vida. Quando ascende e irrompe num acesso de fé por chegar mais perto do conhecimento do Santíssimo, bendito seja, pulsa em direção ao Criador, irradiando júbilo e expandindo em felicidade. Penetra então um estado inigualável de santidade que emana do Santo dos santos e encontra favor aos olhos do Rei dos reis, bendito seja. Exalta-se, embeleza-se e glorifica-se com a majestade do amor Divino, expressa na luz do Seu esplendor, iluminando todas as suas câmaras com o brilho da vida. Que o Todo Misericordioso nos tenha entre os que o servem com alegria no coração.

A alegria tem mais esta virtude: conta-se do profeta Elias que avistou no mercado dois homens que se ocupavam em fazer seus colegas se alegrarem; cada vez que viam alguém recolhido em tristeza, o abordavam e faziam de tudo para que esta pessoa recupere a alegria de viver; se viam duas pessoas brigando, contavam uma anedota para fazê-los rir e desistir da contenda. Segundo o profeta Elias, estes homens têm suas porção no Mundo Vindouro em virtude de se ocuparem em fazer os outros felizes.[410] O mesmo se aplica à área da *Halachá* (lei judaica): seu estudo deve iniciar-se sempre com algum comentário alegre ou anedota, não com o intuito de provocar risos tolos, mas para abrir o espírito e prepará-lo para absorver o conhecimento da Torá, contagiado pelo estado de alegria em cumprir um mandamento tão importante.[411] Disse o salmista: "De absoluta retidão são os preceitos do Eterno e trazem alegria ao coração".[412] Tudo isto diz respeito à alegria em cumprir uma *Mitsvá*.

De modo semelhante, quando alguém se encontra em estado de aflição, também deve se alegrar, como disseram nossos mestres: "Bem-vindas são as aflições".[413] Também disseram: "Todo aquele que se alegra num momento de aflição traz redenção ao mundo".[414]

Devemos nos acostumar a dizer: "Tudo isto é para o nosso bem",[415] ou "Tudo o que o Misericordioso faz é para o bem".[416] Pois muitos são os males que vem para bem. É a isto que aludiram nossos mestres no versículo: "Louvar-te-ei, ó Eterno, porquanto zangaste comigo, agora volta-te da Tua Ira e conforta-me".[417] – Isto lembra dois homens que estavam por embarcar num cruzeiro; um deles feriu o pé com um espinho e não pode viajar, enquanto o outro, são, embarcou. O primeiro lamentou sua má sorte e o privilégio deste outro, que estava são, quando após algum tempo ouviu falar que este navio afundara e seus passageiros pereceram. Começou então a louvar o Altíssimo, pois viu que seu infortúnio passageiro tinha como objetivo salvar-lhe a vida.[418] Por este motivo, devemos nos alegrar quando um infortúnio nos acomete, pois não sabemos o bem que isto nos trará no futuro. Esta era a constante atitude de Nachum, Ish Gamzu.[419]

Um dos ápices da alegria é o encontrado numa festa de núpcias: "Sons de alegria e júbilo; os sons da alegria do noivo e do júbilo da noiva".[420] Ao mesmo tempo que é uma *Mitsvá* alegrar os noivos, devemos cuidar de não fazê-lo com anedotas de mau gosto, pois são a fonte da ira e do escárnio. A alegria é igualmente prejudicial quando provém das reuniões mistas entre homens e mulheres, porque conduzem à leviandade. Nossos sábios prescrevem a separação entre homens e mulheres até mesmo no momento de uma homenagem fúnebre,[421] quanto mais numa ocasião festiva. Segundo o Talmud, a expressão "Ande com modéstia",[422] se refere tanto a seguir um funeral quanto a acompanhar uma noiva até a Chupá (pálio nupcial).[423]

Um Gosto do Mundo Vindouro

Devemos nos alegrar nos dias de Shabat, Festas Judaicas (Pessach, Shavuót, *Sucót*) e Purim, datas que lembram o Êxodo do Egito e os milagres que o Eterno, bendito seja, fez por Seu povo eleito. Nosso coração deve se alegrar sempre que nos lembramos da bondade Divina e dos imensos favores que Ele faz para quem obedece Sua vontade. Por este motivo, nos dias santos preparamos comidas apetitosas, bebemos vinho e vestimos nossos melhores trajes – para alegrar nossos corações; embora devamos ser sempre cuidadosos para não devotar nossa alegria a coisas vãs, mas ao Criador, bendito seja, Mestre de todo o universo, que nos ordenou alegrar nosso espírito de maneira especial nos dias religiosos. Nesses dias devemos ter a percepção dos prazeres do Mundo Vindouro – o derradeiro deleite. O júbilo que a alma humana sente nestes dias é um indicativo do grande deleite que sentirá no Mundo Vindouro, como está escrito: "Se ao Sábado chamares deleitoso... então te deleitarás no Eterno".[424]

Também devemos nos alegrar quando vemos o sucesso dos ímpios e os prazeres dos malvados, e refletir: "Se este é o lote dos que desafiam a vontade do Eterno, quão grande será o dos que cumprem a Sua vontade!" [425] Sobre isto disse o salmista: "Alegria puseste em meu coração, como no tempo da abundância do trigo e do vinho".[426] Podemos comparar esta situação com a de um rei que trouxe convidados ao palácio. Ao chegarem ao pátio de entrada, notaram alguns cachorros se deliciarem com gansos e galinhas. Quando viram esta cena, alegraram-se e exclamaram: "Se isto é o que servem aos animais, imaginemos quão saboroso e refinado é o jantar que servem aos convidados do rei!" [427]

Nos alegraremos como nunca antes no dia em que a Presença Divina retornar a Tsión, como está escrito: "Nosso semblante então estampará somente alegria e nossa boca vibrará em cânticos".[432] Dirão então as nações: "Quão extraordinário é o que fez o Eterno por este povo!" [433]

A Psicologia da Preocupação (*Deagá*)

A preocupação é um estado emocional cujos sinais se manifestam de imediato no semblante humano, como está escrito: "E viu-os; e eis que eles estavam tristes"[434] ou, como indagou Nehemias: "Por que suas faces estão pálidas, se não estão doentes?"[435] Um sábio disse: "Jamais encontrei um traço de preocupação no semblante de pessoas exaltadas". A preocupação com as coisas deste mundo é extremamente repreensível; não deve ser encontrada entre os religiosos, nos que creem no Eterno.

A agonia e a preocupação são sentimentos que surgem do coração, causando inúmeras moléstias ao corpo. As piores são as causadas pela preocupação em como cometer transgressões (da Torá) e em como obter os meios para isto. Quem deixa suas paixões tomarem as rédeas de sua vida, preocupa-se constantemente em satisfazer todos os desejos que imperam em seu coração e distancia-se cada vez mais da Torá, das orações e das *Mitsvót* (que nos ensina primordialmente a viver livres das preocupações mundanas, confiando esta tarefa a Deus – N. do T.).

Devemos fazer o que estiver ao nosso alcance para nos liberarmos do hábito das preocupações, e isto podemos conseguir com certa facilidade, pois a preocupação é o oposto da alegria, virtude que em si tem o poder de afastar as preocupações da mente e do coração do homem.

Contudo, a preocupação traz ao homem alguns benefícios, se for direcionada para aprimorar sua evolução espiritual, como está escrito: "Existe algum motivo para que o homem se lamente e viva? Sim, cada um deve lamentar pelos seus pecados".[436] O pecados deve amargar seu coração e seus pensamentos por ter faltado com seu Criador. O simples fato de perder uma nota de dinheiro já entristece o homem. Se perder tudo o que tem, seu espírito entrará em estado de luto. O mesmo acontece com todos os outros problemas humanos: seu coração enche-se de tristeza quando algo é perdido.

No entanto, seria mais proveitoso ao homem se ao invés de lamentar suas perdas materiais, chorasse por ter perdido a oportunidade de cumprir a vontade do Eterno e por não O ter agradecido por todo o bem que já lhe fez e ainda fará.

O grau de arrependimento da alma é proporcional à dor que o ser humano sente por ter pecado. A dor da alma é pura e exaltada, diferente das dores do corpo. Por este motivo, seu pranto é bem recebido pelo Altíssimo. Pensemos num rei que enfureceu-se com alguns membros de sua corte e que aceitou seu arrependimento mais facilmente do que faria com os súditos que vivem fora do palácio. O mesmo se dá com o homem: O Eterno perdoa com mais facilidade quem se arrepende com mais profundidade de seus pecados, elevando seu espírito para cada vez mais perto de Seu trono celestial. Sobre isto, o rei David escreveu: "Ó Eterno, ante Ti estão todos os meus desejos e nem meu suspiro Te fica oculto".[437]

As lágrimas que brotam do pesar pelos pecados chegam aos Céus, cujos portais não se fecham a elas,[438] como está escrito: "Ouve minha oração, ó Eterno, e recebe minha prece; não ignore minhas lágrimas";[439] "Derramaram meus olhos torrentes de lágrimas por saber que há homens que não guardam Tua lei" [440] e "Minha iniquidade confesso e inquieto-me com meus pecados".[441]

Quem se Arrepende, se Preocupa

Em relação à *Teshuvá* (arrependimento), devemos estar sempre preocupados por não termos feito o suficiente no passado e temerosos de repetir os mesmos pecados no futuro.[442] O homem justo também deve se preocupar com a possibilidade de um descuido seu levá-lo a pecar no futuro. Encontramos um exemplo disto no caso do patriarca Jacob, a quem o Santíssimo, bendito seja, disse: "E te guardarei por onde quer que fores", [443] pois temia que durante viagem tivesse a oportunidade de pecar. O mesmo tipo de preocupação abateu o rei David: "Eles me fariam desesperar, não fora minha fé perseverante que alcançaria neste mundo a bondade do Eterno".[444] Ainda que soubesse ser uma pessoa pura, o rei David temia que algum pecado futuro o distanciasse do deleite reservado aos justos.[445]

A preocupação de nossa devoção não estar sendo aceita por Deus deve sempre povoar nossas mentes e corações, pois o Eterno alertou: "Quem requereu de vós isto, para pisardes os Meus átrios?" [446] Este tipo de preocupação deve ser uma constante em nossas vidas. Um sábio disse a alguém que viu em estado de lamúria: "Se suas preocupações são pelos assuntos deste mundo, que o Eterno as extinga; mas se forem pelos assuntos do Mundo Vindouro, que Ele lhe adicione mais preocupações". Também devemos nos preocupar em não nos envolvermos em disputas contra outros, pois não sabemos que mal isto nos trará.

Preocupar-se com o conhecimento da Torá traz benefícios ao homem, fazendo com que estude mais, para entender melhor e não esquecer o que aprendeu. [447] . Ao levantar-se no meio da noite para estudar a Torá, não deve temer os maus espíritos, pelo contrário, deve pensar em todas as pessoas que caminham sós pelas ruas e nada lhes acontece. Depositará sua confiança no Altíssimo e levantar-se-á para seu estudo, sem nada temer. Do mesmo modo, se desejar visitar um sábio num lugar longínquo, para beber de sua sabedoria, não deve deixar de ir por medo do que lhe possa acontecer no caminho, como o preguiçoso, que disse: "Há um leão lá fora; serei morto se sair às ruas".[448] Assim como os que saem às ruas sem nada temer, não deve deixar este tipo de pensamento impedi-lo de visitar um justo, como está escrito: "Nada de mal acontece a quem sai para cumprir uma *Mitsvá*".[449]

Em suma, todos os nossos lamentos e preocupações devem ser direcionados única e exclusivamente para os assuntos espirituais. Se um ente querido falecer, devemos nos preocupar com o fato de nossos próprios pecados poderem ter causado sua morte. Algumas vezes, os filhos morrem pelos pecados dos pais [450] – e isto seria como se o pecador tivesse causado a morte dos que morreram por seus pecados.

Se isto acontece, devemos suplicar ao Altíssimo para que nos mostre o caminho do arrependimento e nos perdoe. Se um justo falece, devemos chorar e lamentar sua morte, pois o Eterno conta as lágrimas derramadas por um justo e as guarda com seus mais preciosos tesouros,[451] como está escrito: "Guarda minhas lágrimas num jarro e considera-as".[452]

Se uma calamidade como a fome ou a praga assola o mundo, o homem deve examinar seus atos, pois isto talvez tenha acontecido devido a seus pecados, pois Achan cometeu sacrilégio com os despojos de guerra e fez muitos justos perecerem.[453] Quando presencia catástrofes, o homem deve fazer *Teshuvá* com todas as suas forças. O profeta Elias deixou de falar com o Rabi Iehoshua ben Levi, depois que um judeu foi devorado por um leão nas vizinhanças de sua cidade, Isto, por quê? Porque o rabi não orou, pedindo misericórdia Divina para sua cidade e seus arredores.[454]

Em vista disto, devemos sempre temer sermos nós os responsáveis pelos males que acometem nossa comunidade, pois o rei David, após três anos consecutivos de fome durante o seu reinado, começou a examinar sua consciência em busca de pecados que pudessem ter sido a causa deste decreto Divino.[455] Devemos nos preocupar, portanto, quando vemos o mal acontecer à nossa volta – talvez seja por nossa causa.

Se estivermos vivendo apenas com fartura e tranquilidade, devemos nos preocupar por estarmos consumindo neste mundo nossa recompensa do Mundo Vindouro. Se sofremos dores e aflições neste mundo, devemos nos preocupar porque talvez sejam somente alguns dos frutos de nossos pecados, e que a punição principal está guardada para o Mundo Vindouro. Se não tivermos suficiente estudo da Torá para podermos advogar a nosso favor, devemos nos preocupar ainda mais. Se for um sábio, deve preocupar-se, pois talvez seus atos não estejam de acordo com sua sabedoria; se não for, deve preocupar-se por não Ter o conhecimento para comprovar a origem de seus atos santos. Se formos honrado por outros, devemos nos preocupar, pois talvez estejamos recebendo estas

honrarias como pagamento por nossos atos positivos já neste mundo. Se somos sábio mas somos menosprezado pelo mundo, devemos nos alegrar com isto, mas ao mesmo tempo nos preocupar com o fato das pessoas não aceitarem nossas repreensões. Está escrito: "Todo sábio de Israel, detentor da sabedoria da Torá e da Verdade Divina, que se preocupa com a violação da honra do Altíssimo e do Povo de Israel, que anseia e deseja o restabelecimento do esplendor de Jerusalém e do Templo Sagrado, que floresça em seus dias, com a redenção e imediata reunião dos exílios, é investido com o espírito sagrado do Eterno, bendito seja".[456]

Devemos chorar por toda a Torá esquecida e lamentar o sofrimento e o menosprezo dos homens tementes a Deus, amargando sua queda em número e o pisoteio dos justos de Israel, o povo do Eterno.[457] A lembrança da destruição de Jerusalém deve estar sempre em nossos momentos de festa e regozijo, como está escrito: "Regozijai-vos com ela de alegria, todos os que vos enlutastes por ela".[458]

Que o Eterno, bendito seja, na abundância de Sua misericórdia, nos torne merecedores de contar entre os que receberão a revelação da *Shechiná* (Presença Divina), como está escrito: "Porque com seus próprios olhos verão, quando o Eterno voltar a Tsión"[459] e também: "A glória do Eterno Se revelará, e toda criatura juntamente a verá: pois o Eterno sentenciou assim".[460]

A Psicologia do Remorso (*Charatá*)

O remorso é a aflição da consciência em razão de algum mal que tenhamos feito. Ele tem muito valor no processo de *Teshuvá*, pois quem comete um pecado e logo sente remorso, é como se nada tivesse feito. A *Teshuvá* é impossível sem o remorso. Em outras palavras, nossos pecados não serão redimidos a menos que tenhamos sentido remorso por tê-los praticado. Nossas preces também não são aceitas se não sentirmos remorso pelos nossos maus atos, pois não podemos suplicar a Deus que nos perdoe a menos que nosso coração esteja aflito por termos pecado. Da mesma forma, como pode um súdito pedir perdão ao rei logo após tê-lo ofendido? Se este súdito não estiver totalmente arrependido pelo que fez, o rei não o perdoará e ainda zangará com sua falsa atitude. Do mesmo modo, quem rouba e pede perdão ao rei todos os dias, acabará por enfurecê-lo com seus pedidos de indulto. Por isto, nossas preces devem ser precedidas de um verdadeiro remorso por nossos pecados e de um comprometimento profundo quanto a não voltar a cometê-los. Só assim serão ouvidas por Deus.

O reverso dessa atitude é praticar o bem e arrepender-se de tê-lo feito. Além de mal que traz em si, isto pode fazer com que o benfeitor perca a sua recompensa Divina.[461] Se você deu dinheiro a um pobre, e este, momentos depois, o aborreceu, cuide para não arrepender-se do bem que fez, pois se o fez em honra aos Céus, sua recompensa está reservada.

Um dos graves problemas do remorso é sua inconstância: a pessoa faz algo hoje e se arrepende amanhã; promete fazer algo e não o faz; diz que praticará caridade e estudará Torá e negligencia os bons atos e o estudo; ou estuda e se arrepende pelo tempo dedicado a esta tarefa. Ainda que seja uma boa medida sentir remorso dos maus atos praticados, não é bom fazer disto um costume. O ideal é ter parâmetros de comportamento baseados no bom senso e acostumar-se a observá-los. É melhor pensar bem antes de agir do que agir mal e sentir remorso. Se está seguro de sua decisão, tome-

a. Não seja inconstante aos olhos das pessoas; seja firme em suas decisões e não falhe em suas promessas.

Um privilégio dos que têm consciência

Filho do homem! Arrependa-se de seus atos enquanto sente remorso por havê-los feito; não espere para fazê-lo à beira do túmulo, quando o arrependimento já não terá mais valor. Se fez algo contra seu companheiro, vá agora e apazigúe seu coração. Caso seu amigo o tenha magoado e sente remorsos por tê-lo feito, você tem o dever de perdoá-lo, mesmo que suspeite que ele não esteja agindo de boa fé, mas apenas para manter relações cordiais com você. Se repreendeu alguém com palavras ásperas e esta pessoa agora te odeia, como disse o salmista, "Repudio os que Te odeiam e combaterei os que contra Ti se levantarem," [462] não sinta remorsos. Se pedir perdão ao pecador, ele não se corrigirá.

O remorso passa pela rota de todas as boas ações. Se alguém deixa de estudar Torá, deve sentir remorsos por isto e voltar ao seu estudo com afinco. Se não reza com a mesma intenção, deve sentir remorsos por isto e dizer a si mesmo: "Como posso ter me prostrado perante o Rei do Universo sem concentrar-me, de todo o coração?"

Se uma pessoa se ocupa de futilidade, deve sentir remorso por levar este tipo de vida e dizer a si mesma: "O que estou fazendo? Ao invés de ocupar-me em adquirir minha parcela no Mundo Vindouro, dedico-me a atividades tolas!"

Quem chega a uma idade avançada deve, se for este o caso, sentir remorsos por não ter dedicado seus dias ao serviço Divino. Reflita, portanto, sobre tudo o que tem feito e sobre todas as *Mitsvót* que tem relevado ou praticado de modo incompleto, sobre todas as palavras e conselhos dos sábios que não ouviu e sinta remorsos por cada um destes atos. Considere em seu coração: "Como posso ter vivido todo este tempo sem ter pensado em cumprir a vontade do Criador, bendito seja? Como posso ter abandonado as palavras dos nossos sábios e suas bem vindas admoestações?" Deste modo, o remorso te servirá como um bom instrumento para emendar todas as suas *Mitsvót* e traços de caráter.

A Psicologia da Cólera (*Cáas*)

A cólera é um terrível sentimento. Assim como o escorbuto ataca o organismo, a cólera ataca o espírito, minando suas forças. Nossos sábios dizem: "Quem se ira atrai para si o inferno"[463] e o rei Salomão nos alerta: "Remove do teu coração a raiva e afasta de tua carne o mal".[464]

Quando nossos sábios falam do "mal", se referem ao inferno, como está escrito: "Deus criou tudo em Sua honra; até o malvado para o Dia do Juízo".[465] A raiva traz todo o tipo de malignidade ao homem e o que é pior, danifica até a fisiologia humana, causando hemorróidas: "E te dará o Eterno ali um coração agitado, desespero de salvação e dor de alma".[466]

Também segundo nossos sábios, a cólera afasta a Presença Divina do homem[467] : "Em seu orgulho diz o malévolo: 'Ele não me julgará, Deus não existe – este é o seu pensamento".[468] O homem irado esquece seu estudo e torna-se um tolo,[469] espalhando os frutos de sua tolice por todo o lado,[470] tornando seus pecados maiores que seus méritos[471] e sua punição mais severa.[472]

Observe os homens que tornam-se agitados pela raiva: não prestam atenção às suas ações e conforme sua raiva aumenta, fazem coisas que não fariam em estado normal. A cólera mina as reações racionais, alimentando um ciclo interminável de divergência e confrontos. Quem está com raiva dificilmente escapa do pecado.[473] Nossos sábios disseram: "Conhecemos um homem de três maneiras"[474] – e uma delas é seu comportamento quando está com raiva.

Se a cólera toma conta de suas ações quando está zangado, fica claro que você é uma pessoa emotiva, raivosa. Mas se o seu intelecto controla suas emoções e você não atua

diferentemente do que faria quando dono de si, isto significa que é uma pessoa controlada e sábia. Nossos sábios acrescentam: "O Eterno tem predileção por três tipos de pessoas e uma delas é a que não se zanga".[475]

Um Bom Mestre Não se Zanga

Dada a extrema importância do ensino da Torá às crianças, os sábios do Talmud alertam os professores para que não sejam severos demais com seus pequenos alunos, pois isto insuflará temor desnecessário em seus corações e eles não conseguirão aprender, pois temerão fazer perguntas por medo de receberem uma resposta ríspida. O professor também não pode ser irritadiço e dar respostas lacônicas, rápidas e incompletas, deixando os alunos com dúvidas e, ao mesmo, envergonhados em dizer que não compreenderam a lição.[476] Da mesma forma, nossos sábios aconselham os estudantes a não sentirem vergonha, perguntando sobre o que não entenderam e pedindo a seu mestre que detalhe a explicação até entendam por completo o assunto. Um estudante que consegue dominar sua raiva, permanecendo em silêncio quando seu mestre se zanga, adquire o mérito de discernir o bem do mal em disputas sobre assuntos financeiros,[477] pois não há litígios tão complicados como os de ordem monetária e capital.[478]

Quem se zanga com facilidade não costuma ser querido pelos homens, passando a ser odiado por eles. Como resultado, não aceitam suas atitudes e mesmo que ele seja um erudito da Torá, não desejarão estudar com ele.[479] Alguém assim torna-se um fardo para os membros de sua família, que continuamente ouve suas zangas e lamúrias, fazendo com que surjam problemas e intrigas, pois nada satisfaz seu espírito exigente. O Rabi Chanina ben Gamliel conta sobre um lar onde os membros da família acabaram fazendo com que o dono da casa comesse parte de um animal vivo.[480]

A pessoa enraivecida não esquece e não perdoa com facilidade, e está sempre demandando reparações e pedindo vingança. A raiva gera controvérsia. A controvérsia gera disputas e, onde há disputas, reinam a inveja e o ódio. Discutiremos este tema mais adiante, com mais propriedade.

A cólera impede o bem de penetrar o coração do homem, pois quem se zanga, esquece os oprimidos. Deus, no entanto, tem piedade do homem mesmo quando Ele está irado, pois Seus caminhos são diferentes dos caminhos dos mortais.[481] A cólera faz ainda com que o homem perca a concentração quando está rezando, afastando de si a Presença Divina, que não repousa sobre quem está com raiva.

É difícil para um homem irado adquirir sabedoria, pois sentimentos de raiva não deixam o conhecimento penetrar o coração humano. Isto fará com que ele não possa argumentar de maneira lógica e apropriada quando necessário, fazendo com que suas palavras soem fora de propósito. O homem irado não admite que o repreendam, nem que lhe mostrem o lado negativo de sua maneira de atuar. As pessoas ficam com medo de lhe falar sobre sua conduta, para não despertar sua ira. Ainda que alguém não tema recriminá-lo, ele responderá com palavras de rancor. Em síntese, alguém assim não consegue aprimorar seu caráter até remover a cólera de seu coração.

Do mesmo modo que não aceita ser recriminado, o rancoroso não consegue recriminar seus amigos, pois está escrito: "Não odiarás teu irmão em teu coração; repreenderás a teu companheiro, e não levarás sobre ti pecado".[482] De inicio, repreenda seu colega de maneira gentil e em particular, dizendo-lhe com calma que está lhe falando para o seu bem. Ao agir deste modo, você não estará pecando por repreendê-lo. Mas se o recriminar em voz alta e em público, seu pecado será enorme, porque o estará envergonhando em público e ele não mais ouvirá. Pois esta é a natureza do homem: se alguém lhe fala com aspereza, sua reação imediata é não se submeter ao interlocutor.[483]

O Talmud nos conta sobre Hilel e Shamai, a quem três gentios se dirigiram buscando converter-se ao judaísmo. Depois de terem se encontrado com os dois líderes rabínicos, disseram: "A rigidez de Shamai parecia querer nos atirar fora do mundo; mas a humildade de Hilel nos trouxe para sob as Asas da *Shechiná* (Presença Divina).[484]

A humildade de Hilel não permitia que se zangasse com quem quer que fosse. Quem remove o rancor de seu coração, adquire humildade e atrai misericórdia para si, pois a crueldade é fruto da ira, como está escrito: "E acender-se-á Minha ira e vos matarei com a espada".[485] Por este motivo, encontramos a ira sempre associada à vingança: "Então se acenderá o furor do Eterno contra vós, e Ele fechará os céus".[486]

Como dominar a raiz de tantos males

A cólera também gera a arrogância, bloqueando o aparato espiritual humano responsável pela busca da verdade. Um sábio disse: "Quando quiser conhecer uma pessoa, provoque-a: se disser a verdade no momento de sua ira, seja sua amiga, caso contrário, afaste-se dela." Também por equívocos a ira é responsável. Quem foi maior que Moisés, nosso mestre, que irou-se três vezes e errou três vezes? Pois está escrito: "E irou-se com Elazar e com Itamar"[487] e logo após "Porque não comestes o sacrifício do pecado no lugar da santidade?"[488] , questão que indica um engano por parte de Moisés. Em outra passagem, Moisés irou-se contra toda a nação, dizendo: "Ouvi, rogo, rebeldes![489] seguido de "E feriu a rocha" (ao invés de falar com ela).[490] Quando Moisés zangou-se com os comandantes dos exércitos de Israel,[491] Elazar, o sumo sacerdote, ensinou as leis em seu lugar, [492] indicando que Moisés esquecera seu estudo por causa de sua ira. [493]

Entenda que, se isto aconteceu a Moisés, mestre dos mestres, que em paz esteja, o que sucederá a um tolo quando enraivecer? Por este motivo, o rei Salomão escreveu: "Não permita que se apresse em irar-se seu espírito, pois a ira caracteriza os tolos".[494]

Cuide para não cometer algum erro grave quando estiver com raiva, pois nossos rabinos alertaram: "Se alguém rasga suas vestes, atira seu dinheiro longe, ou quebra o que está à sua volta quando está irado, neste momento iguala-se ao idólatra; pois é desta maneira que o *létser Hará* trama contra o homem, induzindo-o a zangar-se hoje e a servir outros deuses amanhã – e o homem o obedece! Em relação a isto está escrito: 'Não haverá deuses estranhos em teu meio, nem adoração a ídolos'.[495] Quem são os 'deuses estranhos em teu meio'? O *létser Hará* !" [496] Reflita e observe como o *létser Hará* se intensifica dentro do homem no momento de sua ira.

Disse Rabi: "Há quatro tipos de temperamento: o que é fácil de ser pacificado tem sua perda compensada pelo seu ganho. O que é difícil de encolerizar-se e difícil de pacificar-se tem seu ganho anulado por sua perda. O que é difícil de encolerizar-se e fácil de pacificar-se, é o *Chassid* (piedoso). O que é fácil de encolerizar-se e difícil de pacificar-se é o perverso".[497] Estas qualidades se aplicam ao homem justo, quando se zanga com pessoas de boa índole, ou em relação aos assuntos deste mundo. Mas se alguém demora a encolerizar-se com os perversos e pacifica-os facilmente – esta é uma qualidade negativa,

pois compactua com a perversidade. Imagine então quem encoleriza-se facilmente com os justos e dificilmente com os perversos, ao mesmo tempo que acalma com facilidade os perversos e dificilmente os justos – uma pessoa assim é totalmente pérfida.

Apesar da cólera ser extremamente prejudicial, em alguns casos pode causar benefícios, como por exemplo no caso de um justo que precisa repreender um malvado, de um pai de família que precisa impor ordem e respeito em seu lar ou de um professor que necessita disciplinar seus alunos. Mas mesmo quando alguém corrige um malvado, deve medir a extensão de sua ira, como Moisés disse às tribos de Ruben e Gad: [498] "E eis que vós vos levantais em lugar de vossos pais como discípulos de homens pecadores", e um de seus netos tornou-se um pecador, ainda que o tivesse dito em honra aos Céus. Na verdade, todas as atitudes humanas requerem uma medida certa.

Se alguém se encoleriza facilmente mas esforça-se em controlar seu estado de ira, mesmo que não seja dotado desta faculdade, é alguém de quem nossos sábios dizem: "Quem supera seus impulsos é mais que um herói e quem governa seu espírito, mais que um conquistador".[499] Controlar a própria cólera é um dos treze atributos do Criador, bendito seja.

Disse um sábio: quem se encoleriza por algum pensamento que lhe ocorreu, parece lúcido e dono de suas ideias, mas quem se enraivece sem que ideia alguma tenha vindo à sua mente, parece um tolo". O mesmo sábio disse: "Quem se encoleriza fácil e intensamente não está distante da demência; e quem se encoleriza constantemente – sua vida não é vida".[500] E como sua vida não é vida, não encontra felicidade. Como não encontra felicidade, não compreende a justiça Divina em seus caminhos e não consegue servir a Deus com alegria.

Quando jejua ou se encontra em estado de aflição, o homem se torna mais suscetível à cólera. Por isso, deve policiar-se com mais intensidade nestes momentos, para que a ira não domine seu estado de espírito. O silêncio e um tom de voz suave neutralizam a cólera. Adote este conselho: quando notar que a cólera está tomando seu espírito, permaneça em silêncio ou responda com voz baixa e suavemente, até que a ira se dissipe de seu coração; se olhar para baixo e não diretamente no rosto da pessoa que o esteja provocando ou causando mal-estar, o sentimento de raiva também suavizará até desaparecer por completo.

A ira jamais corrige

Saiba que o amadurecimento do intelecto humano se dá quando a pessoa aprende a manejar sua ira.[501] A cólera induz ao orgulho e dificilmente ele se aparta deste traço negativo. É essencial, portanto, que o homem domine a cólera com todas as suas forças e não responda imediatamente mesmo se o insultarem ou machucarem. É preferível silenciar e pensar na melhor maneira de remediar a situação, pois quem está acostumado a rebater de imediato seus insultos dificilmente se curará deste mal. Se deixar seu espírito tomar-se pelo estado de ira, este sentimento aos poucos crescerá, tornando-se cada vez mais difícil de ser dominado.

Por outro lado, como deve proceder um pai de família ou um líder comunitário que necessita impor um certo respeito em seu lar ou dentro de sua comunidade? Deve dar a impressão que está zangado, enquanto permanece sereno em seu coração. Se o fizer em seu lar, que não seja na presença de hóspedes pobres, que podem pensar que está zangado com eles. Neste caso, deve mostrar sempre um semblante alegre em sua presença.

Nossos sábios recomendaram reagir calmamente a todo tipo de insulto e provocação, até remover totalmente qualquer sentimento de cólera de nosso coração. Este é o caminho do bem e a psicologia dos justos: [502] "Se os envergonham, não retribuem envergonhando seu interlocutor; ouvem sua pilhéria, mas não respondem, servem a Deus com amor e se alegram com seus [próprios] infortúnios. Sobre homens como estes está escrito: "Porém os que amam o Eterno serão como quando o sol se levanta e a sua força vai aumentando".[503]

A Psicologia da Vontade (*Ratsón*)

A vontade[504] é um importante traço de caráter, encontrado somente em pessoas de alma refinada e benevolente. Quem tem vontade está sempre disposto a praticar o bem, contenta-se com os decretos do Criador, bendito seja, e não questiona Seu julgamento. Se tem esta qualidade, não espera ser tratado de maneira especial nem receber honrarias. Ao contrário: predispõe sua mente e coração para o sofrimento e a dor; não lamenta seu quinhão nem se zanga com o Altíssimo, dizendo: "Porque Deus está me fazendo isto?" Se não questiona os decretos do Criador, alegra-se com o que tem – e você sabe quão grandiosa é esta virtude. Uma pessoa assim quer bem ao próximo e é querida pelos colegas e nos Céus, como está escrito: "Todo aquele que agrada ao espírito de seus semelhantes agrada ao espírito do Onipresente".[505] e "Quando o Eterno quer bem os caminhos de um homem, até seus inimigos se pacificam com ele",[506] como no caso de Abimelec, que reconciliou-se com Abrahão.[507]

As virtudes e benefícios da vontade se fazem notar na maneira como o indivíduo encara a vida e faz dela sua fonte de bem estar e benevolência, como está escrito: "Sobre a face do Rei irradia a vida e Sua vontade é uma torrente de chuvas".[508] Veja o que sucedeu a Mordechai (Mardoqueu), por Achashverosh (Assuero) tê-lo querido bem, e o mesmo acontecendo a José quando o Faraó decidiu favorecê-lo. Se eles receberam tanta honra e riqueza das mãos de reis de carne e osso, imaginemos o que está reservado ao homem a quem o Eterno quer bem. Por isso, se quiser ser benquisto por Deus, observe Seus mandamentos com afinco.

O Talmud diz que a vontade traz riqueza ao homem; traz o perdão e faz com que se concilie com quem o ofendeu ou que ignora suas ofensas. Quem ignora seus insultos, tem suas preces atendidas.[509] É maravilho ver uma pessoa cheia de boa vontade, que se anula em nome do bem alheio, já que a disponibilidade pessoal é uma das fontes do amor. Uma

pessoa assim está sempre muito perto da *Teshuvá*, pois mesmo quando se equivoca, seu espírito de boa vontade a induz a aceitar a repreensão de um amigo e a buscar a correção de suas atitudes. O resultado é o sentimento de gratidão para com aqueles que a ajudaram a abandonar o caminho do mal e ela mesma acaba se tornando uma fonte de bem estar aos que estão a seu lado. O rei Salomão disse: "O sábio ouve quando o aconselham".[510] "Ouvir," neste caso, não se aplica somente a escutar o que lhe aconselha um amigo, mas a buscar fazer o melhor que pode com este conselho.

A Torá está repleta de casos de boa vontade e de aconselhamentos que resultaram em bênçãos. No próprio evento da entrega da Torá, o Criador aconselha ao homem: "E agora, se ouvirdes atentamente Minha voz e guardardes Minha Aliança, sereis para Mim o tesouro de todos os povos." [511] O sentido de "ouvirdes atentamente" é o mesmo de "aceitar tacitamente" – por isso a resposta do povo de Israel foi: "Faremos e ouviremos".[512] Em relação às maldições da Torá, está escrito: "E se não ouvires a voz do Eterno, tu Deus, para guardar e cumprir todos Seus mandamentos e Seus estatutos, que eu hoje te ordeno, então virão sobre ti todas estas maldições e te alcançarão" [513] e " ...A bênção, se obedecerdes aos mandamentos do Eterno, vosso Deus, que eu vos ordeno hoje. E a maldição, se não obedecerdes aos mandamentos do Eterno, vosso Deus, e vos desviardes do caminho que eu vos ordeno hoje, para seguirdes outros deuses que não conhecestes".[514] Quando o texto usa o termo "ouvir", não se refere somente ao ato de escutar, mas principalmente de acentuar a vontade em cumprir a ordem ou conselho recebido, como no caso de Jacob, que prestou-se a obedecer de imediato o conselho dado por sua mãe e como consequência, foi abençoado pelo pai (no lugar do irmão). Como também tomou para si uma esposa de acordo com o conselho e a vontade de seus pais, teve o mérito de ser o progenitor das doze tribos de Israel. Sobre este assunto, também está escrito: "Quem Me ouvir viverá com segurança, tranquilidade e sem medo do mal".[515]

Lições para Lembrar

Observe estes quatro exemplos bíblicos sobre o ato de escutar:

1) Escutar e perder: como o caso de Adão, que escutou o conselho da esposa e comeu do fruto proibido[516] . E o que perdeu? A imortalidade.[517]

2) Escutar e ganhar: como fez Abrahão, que escutou o conselho da esposa Sara: "Tudo o que te disser Sara, escuta em sua voz"[518] E o que ganhou? "Que de Isaac será chamada a tua descendência". [519]

3) Não escutar e ganhar: como José — "E ele não a ouvia para deitar perto dela, para estar com ela".[520] E o que ganhou? "E José, ele era o governador da terra". [521]

4) Não escutar e perder: como fez o povo de Israel, conforme relatou Isaías: "Eles não Me escutaram e não inclinaram seus ouvidos a Mim".[522] E o que perderam? [523] "Os que serão mortos, serão mortos e os que forem pela espada, será pela espada".[524] Pois está escrito: "Se tiverem disposição em Meu ouvir, comerão os melhores frutos da terra".[525]

O filho rebelde mereceu a pena capital por não ouvir seus pais, como está escrito: "Pegarão nele seu pai e sua mãe e o levarão aos anciãos de sua cidade... e dirão aos anciãos de sua cidade: Este nosso filho é contumaz e rebelde, não obedece à nossa voz... e o apedrejarão todos os homens de sua cidade".[526] O mesmo se deu com a nação de Israel, que a Torá chamou de rebeldes,[527] por não ouvirem as palavras do Eterno, "Pois povo de dura cerviz é ele".[528]

Como tudo o que fazemos depende de nossa vontade, devemos incliná-la sempre em direção ao cumprimento das *Mitsvót* do Eterno, bendito seja. Nossos sábios ensinam: "Faze a vontade Dele como se fosse a tua, para que Ele faça a tua vontade como se fosse a Dele. Suprime a tua vontade ante a Dele, para que Ele suprima a vontade dos outros ante a tua".[529] Em suma, não devemos nos contrapor aos que nos repreendem, orientando-nos no caminho certo, pelo contrário, devemos submeter-nos a seus conselhos de boa vontade, como está escrito: "O caminho do teimoso é repleto de farpas, devemos, pois, nos afastar dele"; "Um coração teimoso não encontra o bem".[530]

As Escrituras condenam o teimoso e louvam o bondoso em várias instâncias, como por exemplo: "... ao contrário, se volta para a Lei do Eterno e, dia e noite, a estuda. Ele será como a árvore plantada junto ao ribeiro que produz seu fruto na estação apropriada"[531] e "Bem-aventurado é o homem que teme o Eterno e que ardentemente se dedica a cumprir Seus preceitos".[532] Não está escrito "que estuda Seus preceitos", mas "que ardentemente se dedica", ou seja, que impõe sua vontade ao cumprimento das *Mitsvót*.

O Rabi Avahu disse: "Virá o dia em que as pessoas se surpreenderão com os que escutaram a Deus, dizendo, 'Como podem estes simplórios estarem sentados, confabulando com os patriarcas, sem que tenham lido as Escrituras e estudado a Lei?' – e Deus lhes responderá: 'De que se surpreendem? Seu mérito foi ter Me escutado durante suas vidas, como está escrito: [533] "O ouvido que escutou sua reprimenda durante a vida, habitará junto aos sábios".[534] '"

Ainda que a vontade seja uma excelente virtude, o homem não deve fazer uso dela em meio de gente perversa, ou para ligar-se a essa gente. Deve, sim, direcioná-la para não transgredir tudo o que a Torá proíbe e afastar-se de tudo o que o possa induzir a pecar. Deve também estar disponível para aqueles que também inclinam sua vontade ao Eterno, bendito seja, pois "Agradam-lhe, sim, os que O reverenciam".[535]

Para Servir a Deus

É nossa obrigação lançar mão da vontade com a qual fomos abençoados para nos empenharmos no cumprimento dos mandamentos de Deus: ainda que nos pareçam difíceis, se os cumprirmos com vontade e prontidão, eles se tornarão agradáveis com o tempo. Abrahão, nosso patriarca, anulou por completo sua vontade perante a do Eterno, dispondo-se a sacrificar o próprio filho por mais doloroso que fosse, levantando-se cedo para cumprir a tarefa imposta pelo Altíssimo com zelo.

O oposto é a pessoa sempre pronta a compactuar com as ações dos malvados, anulando sua vontade à deles, como disse o profeta Isaías: "Pobres dos que chamam o mal de bem e o bem de mal, fazem da escuridão luz e da luz escuridão, trocam o amargo pelo doce e o doce pelo amargo".[536] E o rei Salomão escreveu: "Os que anistiam os perversos e incriminam os justos são uma abominação aos olhos do Eterno".[537]

O homem ávido pelos caminhos da santidade e da profundidade em seu relacionamento com o Eterno, bendito seja, não alcançará seu intento a menos que seja sábio, gentil e sem predisposição à cólera, como está escrito: "E agora, meus filhos, escutem a Mim: feliz daquele que segue Meus passos";[538] "Se quiserdes e Me obedecerdes, comereis os produtos do país"[539] e "Feliz é o homem que Me ouve".[540] Devemos, portanto, sincronizar nossa vontade à Vontade Divina, não nos desviando do caminho de nossos mestres e dos que sabem mais do que nós, como nos orienta a Torá: "E virás aos Sacerdotes Levitas e ao juiz que houver naqueles dias, e indagarás e te anunciarão a sentença do juízo... e cuidarás de fazer de acordo com tudo o que te ensinarem... não te desviarás da sentença que te anunciarem nem para a direita nem para a esquerda. E o homem que o fizer com malícia, para não ouvir o sacerdote que está ali para servir ao Eterno, teu Deus, ou ao juiz, o tal homem morrerá, e eliminarás o mal de Israel.[541]

Veja como é importante implantar a boa vontade no coração. O cumprimento dos mandamentos da Torá dependem deste traço de caráter. Ainda que nossos sábios anunciem que a esquerda é direita e que a direita é esquerda, devemos ouvi-los, quanto mais se disserem que a direita é direita e a esquerda é esquerda.[542] Observe o que dizemos durante a oração Amidá : "Que o serviço do Teu povo, Israel, seja sempre desejado por Ti".

Todos os nossos atos dependem da vontade Divina em aceitá-los. Se não inclinarmos nossa vontade à de Deus e nos deixarmos guiar por decisões errôneas e atitudes malévolas, como podemos esperar que Ele incline Sua vontade e aceite nosso serviço? Como esperar que Ele deseje um homem que não O deseja? Jamais devemos nos rebelar contra o Santíssimo, bendito seja, ou contra seus amados, como fez um sábio, que foi louvado por isto: "Nunca transgredi as palavras de meus colegas. Sei que não sou um Cohen (Sacerdote), mas se meus companheiros me pedissem para subir ao púlpito (e recitar a bênção dos Cohanim), o faria sem hesitar".[543]

Não há melhor atitude no mundo do que ouvir a Deus, como disseram nossos sábios: [544] "Se alguém cai e machuca alguns de seus membros, não necessita de curativos a não ser para os membros machucados, mas quem peca com todos os seus membros, como está escrito: 'Desde a planta do pé até a cabeça não há nele coisa sã' [545] –o Eterno o cura de uma só vez e com uma só bandagem, por meio da escuta, como está escrito: 'Inclinai vossos ouvidos e vinde a Mim; ouvi, e a vossa alma viverá'."[546]

A Psicologia da Inveja (*Kiná*)

A inveja é uma ramificação da cólera e não há como escapar-lhe. Veja como as pessoas prestam atenção umas nas outras, naquilo que compram, no quanto ganham, em como vivem, no que comem e em como se vestem, esforçando-se para acompanhar o estilo de vida alheio ou superá-lo, pensando consigo mesmas: "Se meu vizinho tem isto ou aquilo, também tenho de tê-lo". O rei Salomão ponderou sobre este traço de caráter: "Vi que toda a labuta e a dedicação na busca da perfeição na realização das tarefas decorre da inveja despertada no homem contra seu semelhante; e isto é vão e frustrante".[547]

A pessoa que deixa este sentimento se apossar de seu coração torna-se deplorável, pois a inveja induz à cobiça. Há quem não pense no que seu vizinho possui e não deseje o que não lhe pertence, mas quando seu coração desperta e nota o que outros têm, a cobiça cresce e a inveja não lhe dá paz. Por isso a Torá alerta: "Não cobiçarás a casa de teu próximo; não cobiçarás a mulher de teu próximo, seu servo, sua serva, seu boi, seu asno e tudo o que seja de teu próximo".[548] Quem cobiça, rouba[549] e acaba transgredindo todos os Dez Mandamentos.

Conta-se de um homem que tinha um vizinho malvado. Um muro separava as duas propriedades. O homem mau cobiçava a mulher e também alguns pertences do vizinho. Um dia, às vésperas do Shabat, ouviu-o dizer à esposa: "Estarei fora durante o dia, a negócios". E partiu. O que fez o malvado? Foi até o muro na noite do Shabat e o pôs abaixo – transgredindo assim os mandamentos "Lembra" e "Observa" o dia do Sábado; entrou na casa do vizinho e violentou a esposa (que cobiçava) – transgredindo o mandamento "Não cometerás adultério"; quando começou a roubar dinheiro, a mulher gritou e ele a matou – transgredindo o mandamento "Não matarás"; depois furtou os objetos que desejava – transgredindo os mandamentos "Não roubarás" e "Não cobiçarás". No dia seguinte, seus pais o recriminaram por seus pecados e ele os magoou –

transgredindo desta maneira o mandamento "Honrarás o teu pai e a tua mãe". Foi levado a um tribunal, onde, em conluio com seus amigos, clamou ter tomado legalmente os objetos da casa de seu vizinho, pois seriam penhoras as quais alegou que lhe pertenciam, isto depois de alguns ladrões lá terem entrado e matado a esposa – transgredindo deste modo o mandamento "Não darás falso testemunho". Além disso, por onde ia, jurava que não cometera falta alguma – transgredindo o mandamento de "Não jurar em vão"; finalmente, todos os seus pecados foram revelados e ele, tomado pela vergonha, abandonou o Deus dos seus pais – transgredindo desta maneira o primeiro mandamento "Eu sou o Eterno, teu Deus". Ao agir assim entregou-se ao culto idólatra e transgrediu o mandamento "Não terás outros deuses diante de Mim... não te prostrarás diante deles, nem os servirás".

Todos os mandamentos foram transgredidos porque, inicialmente, ele cobiçou o que não lhe pertencia. Fica evidente, assim, que a cobiça pode levar o homem a desobedecer toda a Torá.

O rei Salomão apontou outra maneira de invejar as pessoas e desse modo, arruinar a própria vida: "Não inveje os pecadores; dedica teu coração ao Eterno todo o dia".[550]

Quando o homem sente inveja dos perversos e vê como são ricos e bem sucedidos, enquanto justos vivem na pobreza e amargam aflições, seu coração despreza o temor a Deus, Seus decretos, Seus estatutos e os que se dedicam a estudar Sua Torá, como está escrito: "As vossas palavras têm sido fortes contra Mim, diz o Eterno. Contudo dizeis: Em que temos falado contra Ti? Tendes dito: Debalde é servir a Deus! O que nos aproveita termos guardado o Seu preceito e termos andado de preto (humilhados) perante o Eterno dos exércitos? Assim, pois, nós chamamos ditosos aos soberbos; também os que obram impiedade são edificados com firmeza: também tentam ao Eterno e escapam do castigo".[551] Este tipo de pensamento o confunde e o faz se arrepender das boas ações que pratica, pois fica perplexo ante a abundância do perverso e o sofrimento do justo, deixando seu coração sem rumo.

A inveja é tão prejudicial ao homem que pode cegá-lo por completo, a ponto dele ver à sua frente somente a riqueza e a tranquilidade dos perversos, desiludindo-se da Providência Divina e abandonando Suas *Mitsvót*. Mas o justo não inveja os cruéis e nem almeja sua riqueza e tranquilidade, pois vê na riqueza que lhes foi dada um problema e na sua tranquilidade, um obstáculo para reconhecer o bem reservado aos justos que, por sua vez,

concluem que sua pobreza tem por objetivo purificar seu coração e aumentar suas virtudes, preparando-os para receber sua recompensa no Mundo Vindouro. Quem raciocina deste modo não inveja nem cobiça o que não é seu. Ao contrário, alegra-se com a paz dos perversos, dizendo a si mesmo: "Se este é o quinhão dos que Te aborrecem, quanto mais Ele dará e acrescentará aos que cumprem a Sua vontade".[552]

Consequência de uma deficiência do espírito, a inveja, que pode ser da beleza, do poder ou da riqueza do próximo, implica que o invejoso não está feliz com o que Deus lhe decretou. Comparemos isto a um servo que critica continuamente as atitudes e negócios de seu amo. Obviamente, não podemos considerá-lo um servo fiel. Quão grave é ter atitude semelhante perante o Criador, bendito seja, cujas ações são todas justas e perfeitas e cuja justiça é inquestionável.

A inveja gera a controvérsia. Veja o que aconteceu a Côrach *(Coré)*: por ter invejado Elitsafan ben Uziel, pereceu junto aos que se associaram a ele, incluindo as crianças.[553] O descontentamento, nos diz o *Midrash*, surgiu porque Elitsafan, seu primo-irmão, obteve um cargo ao qual Côrach se achava no direito de ocupar.[554]

É o tipo de sentimento que atua sobre o homem como uma doença que lhe consome o organismo. Um sábio aconselhou seu filho: "Guarda teu coração da inveja, pois ela se vê estampada em seu rosto e isto faz com que a pessoa a quem inveja alegre-se com sua dor. Porque você haveria de dar-lhe motivos para alegrar-se e querer vingar-se de ti?" O invejoso priva a si mesmo de felicidade, anda sempre abatido por sentir-se inferiorizado e não encontra estímulo para rezar e praticar boas ações. Todos sentem o paladar do que comem, menos o invejoso, que não desfruta de sua refeição enquanto não vê o próximo privado de seu bem.

Quase todos os tipos de ódio têm cura. Se alguém se ressente com outra pessoa por esta ter-lhe furtado um objeto, o ódio se lhe aplacará quando o objeto for devolvido. Assim é com todo o rancor gerado por algum motivo: quando o motivo é eliminado, desaparece o rancor. Somente um tipo de ódio é incurável: aquele produzido pela inveja. Outro sábio disse a seu filho: "Não inveje teu irmão pelo que tem, pois ele viverá feliz enquanto você vive tomado pela dor e pela angústia... a inveja e a cobiça não foram criados senão para gerar rancor."

A Generosidade é o Melhor Antídoto

Nossos sábios pediam ao Criador em suas preces: "Que não invejemos outras pessoas e que eles não nos invejem".[555] Porquê rezavam por este tipo de virtude e não por outros? Porque muitas vezes podemos involuntariamente despertar a inveja em nossos companheiros por meio do nosso comportamento, pela roupa que vestimos etc. Nem sempre prestamos atenção à maneira como outras pessoas reagem a nossos atos e ao que temos, e por isto pedimos a Deus que remova a inveja dos olhos dos outros. A Torá tem um mandamento específico a este respeito: "Diante do cego não porás tropeço".[556] Isto inclui não usar roupas excessivamente caras ou luxuosas (nem você, nem sua esposa e nem tampouco seus filhos), acostumando-se a fazer o mesmo em relação à alimentação e tudo o mais, para não causar inveja nos outros. Contudo, quem foi abençoado por Deus com prosperidade e riqueza, fará por bem deixar que outros, pobres e ricos, usufruam de seus bens, convidando-os à sua casa e alegrando-se com eles, fazendo-se querido pelas criaturas e, deste modo, proporcionando felicidade a elas e a si mesmo, pois ninguém invejaria uma pessoa rica que comparte suas posses com o próximo e se alegra ao ver outros usufruindo dos bens que o Criador lhe outorgou. Quem se guarda da inveja, não verá seu corpo deteriorar-se no túmulo e os vermes não conseguirão consumi-lo, como está escrito: "A inveja faz os ossos apodrecerem"[557] e "Para quem sentiu inveja, seus ossos apodrecerão, mas para quem não sentiu inveja, seus ossos não apodrecerão".[558] A conclusão acertada para o homem é cuidar seu coração para não ter o menor resquício de inveja, nem desejar qualquer coisa que pertença aos outros. Não devemos almejar o que outra pessoa possui e tentar adquirir dela este objeto. Pois se não quiserem vender o que você quer, poderá sentir-se acuada ou embaraçada por sentir-se como que forçada a vender o objeto de tua cobiça. É especificamente proibido que uma pessoa de destaque social ou financeiro peça a seu vizinho que lhe venda determinado objeto ou que o ofereça como presente, a menos que esteja seguro que fará de coração aberto e a contento.

Eis uma parábola a respeito. Um ganancioso e um invejoso caminhavam lado a lado por uma estrada. Um rei os encontrou e lhes disse: Que um de vocês me peça algo e o darei; e a seu companheiro, a mesma coisa, em dobro. O ávido queria duas porções e por isso incentivou o invejoso a pedir primeiro. O invejoso pediu então que fosse arrancado um olho de seu companheiro. O rei o fez, e a ele – em dobro!

Inúmeros males acompanham a inveja. A cobra descrita na Torá invejou o homem e com isto trouxe morte ao mundo, terminando por castigar a si mesma.[559] Veja também o fim de Caim, Côrach, Bilam, Do'eg, Achitofel, Guechazi, Adoniá, Avshalom e Uziáhu – que cobiçaram o que não lhes pertencia. Não só deixaram de ganhar o que lhes estava reservado, como perderam o que já possuíam.[560] Isto, por si, já deve bastar para nos ensinar quão importante é afastar-se totalmente da inveja e da cobiça. Pense: mesmo o que nos pertence é passageiro, pois o que temos hoje amanhã se esvai. O que dizer então do não nos pertence! A este respeito está escrito: "Pois não sabes o que trará o dia de amanhã".[561]

Uma grande recompensa espera o homem que guarda seu coração da inveja e da cobiça. A maior parte dos pecados são passíveis de serem descobertos, como o furto e o roubo, e quando descobertos envergonham a quem os cometeu. Mas o mesmo não se dá com a inveja e a cobiça, que acontecem dentro do coração do homem e ninguém, a não ser ele e Deus, tem o poder de examinar sua consciência, como está escrito: "E não enganareis cada um ao seu companheiro, e temerás a teu Deus, pois Eu sou o Eterno, vosso Deus".[562]

Quando a inveja é benéfica

Apesar da inveja ser extremamente maligna, existe um caso em que ela é tão apropriada quanto nobre: invejar os que temem a Deus, como está escrito: "Não faça seu coração invejar os pecadores, mas temer a Deus todo o dia",[563] pois de acordo com nossos sábios, "Invejar o escriba incrementa o saber".[564] Se vê alguém estudando, deve nutrir inveja pela conduta desta pessoa, dizendo a si mesmo: "Se ele o faz durante todo o dia, farei o mesmo!" O mesmo se aplica a todas as *Mitsvót* e qualidades do espírito: devemos cobiçar os traços positivos de caráter de nossos companheiros e fazer o possível para imitar seu comportamento. Mesmo que um pecador tenha somente uma boa qualidade, devemos invejar sua única qualidade e passar a adotá-la.

Não obstante, se alguém observar seu vizinho ocupar-se do estudo da Torá e invejá-lo por isto, não deve tramar contra seu estudo evitando que outras pessoas o honrem por causa disto, pois nesse caso estará cometendo um terrível pecado, como fez Jeroboão, filho de Nevat, que pecou e levou a multidão a pecar, perdendo assim seu quinhão no Mundo Vindouro.[565]

O homem deve procurar honrar os justos, os tementes a Deus, os estudiosos de Torá e os que se ocupam de Seus mandamentos, auxiliando-os pessoalmente e com seus recursos, fazendo seus companheiros invejá-los e dizerem a si mesmo: "Se estas pessoas são honradas e assistidas por temerem a Deus, por estudarem Sua Torá e observarem Seus mandamentos, de agora em diante farei o mesmo!" Porque mesmo as *Mitsvót* não cumpridas em honra aos Céus, no final serão cumpridas por seu próprio mérito.[566] O Santíssimo, bendito seja, disse: "Inveja o próximo em Meu Nome, pois não fosse a inveja, o mundo não perduraria – os homens não plantariam vinhedos, não se casariam e não construiriam casas".[567] Todas estas coisas surgem de um momento de inveja que um homem sente por seu companheiro ter um meio de sustento, uma esposa e um lar. Se um indivíduo constrói uma casa para si, seu vizinho também desejará construir uma casa. O mesmo se aplica a quem toma uma esposa para si. E como a existência do mundo depende deste tipo de inveja, que ela se dê de modo a honrar os Céus. Se alguém constrói uma casa, que reserve um cômodo para o estudo da Torá, e que seu lar seja um ponto de encontro para os sábios e de acolhida para os hóspedes,[568] um local de amor e benevolência ao próximo.

Nossos sábios disseram: "Não fosse a inveja de Abrahão, não teria adquirido céus e terra. Em que consistiu esta inveja? Quando perguntou a Malki-Tsédec (Sem): 'Como saíste da Arca?', este lhe respondeu: 'Pelo mérito da caridade que ali praticamos'. Abrahão indagou: 'Que tipo de caridade fizeram na Arca? Lá havia pobres? Ali não estavam somente Noé e seus filhos? Com quem fizeram caridade?' Malki-Tsédec respondeu: 'Com as bestas, animais e pássaros. Não dormíamos, pois distribuíamos comida a cada um deles durante toda a noite.' Ao ouvir isto, Abrahão disse: 'Se não tivessem feito caridade com as bestas, animais e pássaros, não teriam deixado a Arca. Puderam deixá-la somente em mérito da caridade. Se eu, portanto, prestar caridade aos homens, que foram criados à Imagem do Santíssimo, bendito seja, quão valioso não será este ato!'[569] Sobre a decisão de Abrahão, a Torá relata: "E plantou (Abrahão) um jardim de árvores frutíferas *(Eshel)* em Beer-Shéba".[570] *Eshel*, em hebraico, são as iniciais de: *Achilá* (comida), *Shetiá* (bebida) e *Levaiá* (acompanhar o visitante quando se vai) ou *Liná* (repouso)." Que este tipo de inveja esteja presente e seja crescente no homem.

Quando toma a forma de zelo, a inveja deve ser aplicada às lutas de Deus contra os malvados e pecadores – para repreendê-los e fazer com que abandonem o caminho errado – como disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Se alguém coabitar com uma mulher Aramita, os zelosos devem golpeá-lo".[571] Moisés foi zeloso em nome de Deus, quando golpeou o egípcio.[572] E o profeta Elias disse: "Tenho sido zeloso para com o Eterno, Deus dos exércitos; porque os filhos de Israel deixaram a Tua Aliança".[573] O mesmo está escrito em relação a Pinechás: "Ao levar Minha vingança sobre eles".[574] E o Santíssimo, bendito seja, o recompensou por isto, como está escrito: "Eis que lhe dou a Minha aliança de paz".[575] E como está escrito: "Não temereis a homem algum".[576] Quem teme somente ao Eterno, estará disposto a sacrificar a própria vida para honrar Seu Nome, como está escrito: "Quem teme ao Eterno, venha comigo! E juntaram-se a ele todos os filhos de Levi",[577] e também "E viu Pinechás, filho de Elazar, o filho de Aarão, o sacerdote, e levantou-se do meio da congregação e tomou uma lança em sua mão".[578]

O homem temente a Deus e de coração puro tem o dever de zelar pela Honra Divina: "E a mão dos príncipes e dos governantes antecedeu à dos pecadores". Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: [579] "Toda brecha que não vem dos grandes não é um

brecha", como está escrito: "E a mão dos príncipes e dos governantes antecedeu à dos pecadores".[580]

A Psicologia do Zelo (*Zerizut*)

A agilidade e o fervor em proteger, a dedicação, a diligência e o entusiasmo sobre o objeto de desvelo compõem o zelo, que faz o homem crescer na Torá e nas *Mitsvót*, promovendo assim o progresso de toda a humanidade.

O zelo é a virtude dos justos. Por atuar zelosa e fervorosamente, o justo tem sucesso no seu serviço Divino. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Os zelosos evoluem (continuamente) no cumprimento dos mandamentos da Torá".[581] Notamos isto claramente em Abrahão, no episódio sobre o sacrifício de Isaac: "E madrugou Abrahão pela manhã e albardou seu jumento".[582] Ainda que lhe fosse extremamente difícil sacrificar o próprio filho, o fez com zelo, rapidez e entusiasmo, em honra ao Altíssimo, agindo com presteza logo pela manhã. Quem age diligentemente demonstra que ama o Criador, como um servo que, por amar seu senhor, está sempre a postos para realizar sua vontade.

O zelo está no coração do homem. Quando ele livra sua mente de todos os pensamentos que lhe entravam a ação, encontra-se pronto para agir com prontidão. Foi o que fez Abrahão: removeu de seu coração o amor pelo filho e colocou em seu lugar a vontade do Criador. Levantou-se o mais cedo que pode, imbuído que estava por um espírito ávido em satisfazer a vontade Divina. Por isso, o Eterno, bendito seja, jurou a Abrahão que sua descendência seria chamada pelo nome de Isaac.

Existem os que levantam-se para cumprir as ordens de seus superiores com compreensão, embora de coração relutante, mas Abrahão e Isaac o fizeram com o coração cheio de amor e zelo. Ambos atingiram o nível mais alto de dedicação a Deus, unindo-se a Ele em ação e vontade, tendo à frente o único objetivo de proclamar ao mundo a Unicidade Divina e direcionar os homens a amá-lo. Quando cumpriam os mandamentos que Deus lhes ordenava, se entregavam de corpo e alma a estas tarefas, desocupando suas mentes de

todo e qualquer pensamento que pudesse impedir seus objetivos ou afastá-los de seu grande amor pelo Criador, bendito seja, Mestre do Universo.

É importante ressaltar que o zelo é imprescindível para o estudo da Torá e o desenvolvimento dos outros traços positivos de caráter. É impossível estar todo o dia debruçado diante dos livros; o homem precisa comer, beber, descansar, cuidar de sua higiene e voltar ao estudo. Para isto é necessária grande dose de diligência e disciplina. O homem não deve pensar que o dia e os anos são longos o suficiente para poder realizar tudo o que necessita, pois nossos sábios alertam: "Não digas: 'Estudarei quanto tiver tempo', pois talvez nunca tenhas tempo".[583] Não devemos pensar também, "Já se faz tarde e o horário da oração da noite se aproxima; não vale a pena, portanto, sentar-me para estudar", pois pouco estudo faz uma diferença infinitamente grande em relação a nenhum estudo.[584] Quanto a isto, está escrito: "Quem desvia seus ouvidos do estudo da Torá, não terá suas preces atendidas"; [585] "A lei que enunciaste-me é mais preciosa que grandes porções de ouro e prata" [586] e "Pois é melhor um dia nos Teus átrios, que mil fora deles".[587] O Santíssimo, bendito seja, disse ao rei David: "Um dia do vosso estudo de Torá é mais precioso aos Meus olhos que a queima de mil oferendas que teu filho Salomão fará para Mim no altar".[588]

O Rabi Pinechás ben Iair disse: "A agilidade leva ao asseio; o asseio leva à separação; a separação leva à pureza; a pureza, à religiosidade; a religiosidade, à humildade; a humildade, ao temor do pecado; o temor do pecado, à santidade; a santidade, à inspiração Divina; a inspiração Divina, à ressurreição dos mortos e a ressurreição dos mortos ao Profeta Elias, de abençoada memória. [589] Veja como é grande o valor do zelo, que gera tão grandiosas virtudes! Portanto, sejamos extremamente ágeis no cumprimento das *Mitsvót*, acorrendo ao estudo da Torá tanto cedo no dia quanto tarde da noite.

O zelo é o ornamento de todas as virtudes e serve para aperfeiçoá-las. Lembremos alguns detalhes que as pessoas normalmente esquecem: se você busca saber algo, corra a pesquisar o assunto nos livros, tome o livro nas mãos para estudar com zelo e não hesite em esclarecer rapidamente suas dúvidas. E se um pobre bate à sua porta, não diga a si mesmo que agora não pode ir buscar pão para saciar sua fome: saia às pressas para apanhar o alimento que satisfará as necessidades desta pessoa. Se está com as mãos sujas, corra para lavá-las; se está faminto, não deixe de comer pão por ter preguiça de

abluir as mãos como manda nosso ritual; pelo contrário, seja ligeiro em buscar água para fazê-lo com entusiasmo. Devemos ser especialmente zelosos para não tardar em evacuar nossos dejetos, pois mantê-los dentro de nosso corpo por um momento que seja é causa de várias moléstias, [590] como está escrito: "E não fareis abomináveis as vossas almas".[591] O homem deve ser especialmente zeloso com sua higiene pessoal e no asseio de suas vestes. Deve lavar seu ânus após cada evacuação, pois não é suficiente apenas limpar-se com papel. É igualmente meritório lavar as mãos apropriadamente após cada evacuação e recitar fora do banheiro a bênção Asher Iatsár (bênção de agradecimento pela saúde do corpo, parte das preces matutinas dos livros de oração. Veja "Sidur Completo', Ed. Sêfer, pág. 16 – N. do T.) Ao levantar-se para beber água, o homem deve primeiramente lavar suas mãos e depois dirigir-se a um local limpo para saciar sua sede, cuidando para recitar a prece sobre a água (Veja "Sidur Completo', Ed. Sêfer, pág. 133 – N. do T.).

Quem dorme e escuta um trovão ou vê um relâmpago, deve levantar-se, lavar as mãos e recitar as bênçãos apropriadas. Devemos ser ágeis em nos levantar para estudar Torá à noite, não sem antes remover o cansaço dos olhos. Se pensamentos inapropriados a respeito das coisas e da vida alheia e os desejos proibitivos nos afastam do serviço Divino, devemos ser especialmente zelosos e diligentes em afastá-los de nossa mente, ocupando-a somente com a vontade do Criador, bendito seja. Se perdas materiais ou de entes queridos nos deixam abatidos, devemos ser zelosos em fortalecer nossos corações e encontrar apoio no amor a Deus, Rochedo do Universo, para que possamos remover o sofrimento que nos aflige e purificarmos nosso coração na crença da justiça Divina, aceitando os decretos do Eterno com amor e nos dedicando ainda mais ao estudo da Sua Torá, às preces, boas ações e fortalecimento na devoção a Deus, exaltado seja.

Em resumo, o indivíduo deve examinar os hábitos nos quais se acredita relapso e apressar-se em construir cercas ao redor deles para que não torne a cometer os erros. Deve pensar nas *Mitsvót* que está negligenciando e tentar entender a causa da displicência. Por exemplo: a pessoa morosa deve entender que sua preguiça deriva de suas práticas ociosas e que por este motivo relegou o estudo da Torá e o cumprimento dos mandamentos. O remédio para este mal é afastar-se das companhias perniciosas, que dedicam seu tempo a conversas tolas e fúteis. Isto curará sua preguiça. Deve proceder do mesmo modo em relação a todos os seus defeitos, primeiramente buscando a causa deste mau hábito, destruindo-a e removendo de seus olhos a escuridão que afeta a luz do seu espírito. Este expediente requer zelo e presteza, pois se o homem não extirpar os maus

hábitos de sua vida, eles se ramificarão em seu coração, o que tornará sua remoção cada vez mais complicada.

Zelar é estar sempre pronto a agir

Devemos zelar pela busca da paz, como está escrito: "Busca a paz e segue seu caminho" [592] e sermos aplicados na busca do conhecimento da Torá e do Criador, bendito seja: "Conheceremos e perseguiremos o saber Divino".[593] Nossos mestres disseram: "Busca um lugar onde haja Torá".[594] Sejamos também diligentes em perseguir a justiça e a caridade, como está escrito: "A justiça, e somente a justiça, seguirás"[595] e "Escutai-me, vós, os que andais atrás da justiça, os que buscais o Eterno".[596] Devemos ainda estar prontos a escrever livros dos quais possamos aprender, e fazer anotações de novas interpretações (da Torá) que tenha ouvido, antes que esqueça estes ensinamentos.

O Rabi Iehudá ben Temá disse: "Sê valente como o leopardo, leve como a águia, ágil como o cervo, e forte como o leão, para cumprir a vontade de teu Pai que está no Céu".[597] Veja como nossos sábios nos instruíram para sermos ao mesmo tempos ágeis e fortes na observância das *Mitsvót*! Como disse o rei David: "Apressei-me, nem por um momento me detive, a fim de cumprir Teus mandamentos".[598] Na passagem da Torá que diz "E cuidareis dos pães ázimos (Matsót)" [599] – não leia Matsót, mas *Mitsvót*. Se uma *Mitsvá* caminha em direção às suas mãos, não a deixe "fermentar": cumpra-a de imediato".[600]

Devemos ser igualmente fortes e combativos frente aos perversos e heróicos como Moisés, nosso mestre, que disse: "(Assim disse o Eterno, o Deus de Israel:) Colocai cada um vossa espada sobre vossa coxa",[601] e como Pinechás: "E viu Pinechás, filho de Elazar, o filho de Aarão, o sacerdote, e levantou-se do meio da congregação e tomou uma lança em sua mão".[602] Seja portanto especialmente zeloso em apartar-se da companhia de gente mal intencionada e de participar de seus conluios. Acima de tudo, seja zeloso em fazer *Teshuvá*, arrependendo-se e emendando-se por seus pecados. Devemos ser rápidos e fazer *Teshuvá* a cada transgressão cometida, para não nos apresentamos como malvados por um só momento perante o Eterno. Veja como os auxiliares dos ministros e reis são diligentes em suas tarefas. Quanto mais devemos ser zelosos ao realizar a vontade do Rei dos reis, o Santíssimo, bendito seja!

Apesar do zelo e da diligência serem virtudes exaltadas, não se apresse demais no que faz para não se parecer com quem salta demasiado rápido para montar um cavalo e cai pelo

outro lado. Além disso, para serem perfeitas, as coisas tem de ser feitas com cuidado e paciência, com zelo, como disseram nossos sábios: "Sedes ponderados no julgamento".[603] O verdadeiro zelo consiste em manter o coração em alerta, a mente desperta e estar pronto para a ação. A sabedoria está em discernir entre os momentos em que devemos ser rápidos na ação e aqueles em que devemos esperar pacientemente para agir no melhor momento.

Ainda que o zelo seja uma grande virtude, o homem deve tomar um cuidado especial para não se aplicar zelosamente à luxúria, aos prazeres mundanos e más ações. Pois assim como o zelo pelo estudo e a observação dos estatutos da Torá elevam o homem às alturas, o zelo na prática do pecado pode jogá-lo no mais profundo abismo. Finalmente, do mesmo modo que devemos ser zelosos no estudo e na prática da Torá, também devemos sê-lo em todos os assuntos relacionados à nossa sobrevivência e aos assuntos terrenos.

Por isto, filho de Adão, seja zeloso com ambos os mundos, este mundo e o Mundo Vindouro, e faça tudo com diligência neste mundo, para que esteja sempre livre e pronto a cumprir a vontade do Eterno, bendito seja.

A Psicologia da Preguiça (*Ats'lut*)

A preguiça é uma característica extremamente negativa. Quem permite que este defeito tome conta de suas atitudes perde seu quinhão neste mundo e no Mundo Vindouro. Sobre alguém assim, o rei Salomão, que em paz esteja, disse: "Passei pelos campos de um preguiçoso e pelos vinhedos de um negligente e eis que não encontrei senão desolação, ervas daninhas e cercas quebradas".[604]

Ele compara o comportamento do preguiçoso ao que se vê nos seus campos: o campo do preguiçoso não só deixa de produzir alimentos, como se deteriora com o crescimento de todo tipo de ervas daninhas que não deixam o trigo crescer. Ainda que algum trigo ali crescesse, ele não conseguiria colhê-lo, pois a cerca quebrada deixaria entrar animais que pastariam em suas terras, ou ladrões que lhe roubariam a colheita.

O mesmo se dá com quem se esquiva de estudar Torá e cumprir suas *Mitsvót* por preguiça: o amor pelo descanso e pela ociosidade faz com que o estudo lhe pareça pesado e com que sinta saudade da cama quente em casa. Quando senta-se para estudar, o preguiçosos logo cochila, pois "A preguiça faz adormecer".[605] O rei Salomão alertou-nos neste sentido: "Um pequeno cochilo leva ao cruzar de braços, o cruzar de braços leva a uma soneca e uma soneca leva a um sono pesado".[606]

O preguiçoso não só se exime de estudar Torá apropriadamente, como entende de maneira equivocada o pouco que estudou, tirando conclusões errôneas, tais como: "é bom cochilar um pouco para angariar forças e seguir estudando; também é bom manter um pouco de conversa trivial para tornar o coração mais receptivo". A preguiça faz o homem racionalizar seus atos, convencendo a si mesmo que estará cumprindo uma *Mitsvá*, deixando de estudar Torá. Embora seja correto que devamos descansar de vez em quando para restaurar nossas forças e prosseguir no estudo da Torá, isto só se aplica a quem ao

estudo se dedica com afinco.[607] Pois o homem não é feito de pedra, nem seus ossos de ferro, para que possa estudar horas a fio sem cansar-se; deve portanto descansar para recuperar forças. Mas não é isso o que faz o preguiçoso. Ele usa desse expediente como pretexto para prolongar seu ócio, fazendo o mesmo com o restante das *Mitsvót*. Em síntese: o preguiçoso racionaliza tudo o que faz para atender a seus hábitos ociosos.

Sábias palavras

O rei Salomão, que em paz esteja, disse sete coisa a respeito dos preguiçosos:

1) Se alguém lhe diz que seu mestre está na cidade e que deve ir até ele para aprender Torá, lhe contesta que há leões nas estradas e que tem medo de ser atacado;[608]

2) Se lhe dizem que seu mestre se encontra dentro dos limites da cidade, lhes diz que os leões estão nas ruas;[609]

3) Se lhe dizem que seu mestre está na mesma rua que ele, responde que o leão está na rua, perto deles;[610]

4) Se lhe dizem que seu mestre está na mesma casa que ele, responde que se for de encontro a seu mestre, mas encontrar a porta de seu quarto trancada, terá de voltar;

5) Então lhe dizem que está aberta, mas o preguiçoso ainda não levantou-se de sua cama;[611]

6) Não sabendo o que contestar-lhes, o preguiçoso diz: "Mesmo que a porta esteja aberta, me dá ganas de dormir um pouco mais;[612] – quando se levanta, lhe dão de comer, mas ele tem preguiça de levar a comida a sua boca, deixando sua mão aterrizar sobre o prato de comida sem sequer levantá-lo;[613]

7) E qual é a sétima coisa? "O preguiçoso não trabalha seu campo no inverno..." [614]

Sobre este último item, o Rabi Shimon bar Iochái disse: "Isto se refere ao homem que não estuda Torá durante sua juventude e quer fazê-lo na velhice, '... por isto nada terá durante a colheita.' Mas Moisés, nosso mestre, foi mais além: "Pois a coisa está muito perto de ti, na tua boca e no teu coração, para que a observes".[615] O que nosso maior profeta quis dizer com isto é que o homem precisa tão somente despertar seu coração e sua fala para começar a agir. [616] E não há preguiça maior do que a de ter pouca disposição para falar.

A inatividade afasta o homem de seu próprio bem, pois ninguém confia missões ao indolente, como está escrito: "O preguiçoso é tão bom para quem lhe confia uma missão como o vinagre é para os dentes";[617] "A luxúria do preguiçoso acaba por matá-lo, pois

suas mãos recusam-se a obedecê-lo" [618] e também "O homem preguiçoso acha-se mais sábio que sete pessoas idôneas".[619]

Este último versículo pode ser melhor entendido por meio de uma analogia: um rei tinha vários emissários e enviou-os em diferentes missões. Todos voltaram com suas tarefas cumpridas e entregaram relatórios ao rei sobre o que haviam feito — todos menos um, preguiçoso que era, que fingiu-se doente e permaneceu no palácio descansando e comendo da mesa do rei. Ao ver seus companheiros voltarem exaustos, pensou ser mais esperto que eles. No entanto, o rei recompensou somente os que se esforçaram, como está escrito: "Hás visto alguém trabalhando com ardor? Este se apresentará perante os reis".[620] Um rei paga a seus emissários de acordo com sua dedicação, não prestando qualquer atenção ao preguiçoso que vive dentro de sua corte. Em outras palavras, o preguiçoso não serve para ocupar seu lugar neste mundo e nem no Mundo Vindouro, pois suas mãos recusam-se a servir.

Um sábio disse: "O mais indolente dos homens é aquele que se demora em adquirir amigos dentre os sábios e homens tementes a Deus. E há gente ainda mais indolente: os que tinham amigos como estes e terminaram por perdê-los."

O Santíssimo, bendito seja, criou um ser pequenino e frágil, que trabalha arduamente para armazenar sua comida, com o intuito de ensinar uma importante lição aos preguiçosos, como está escrito: "Vá até a formiga, preguiçoso; contemple-a em seu trabalho e enriqueça em sabedoria".[621] O homem preguiçoso deve envergonhar-se ao notar a diminuta formiga, zelosa e incansável em seu trabalho, e tirar disso uma proveitosa lição de vida, livrando-se de seus hábitos preguiçosos e restabelecendo em seu espírito a virtude da agilidade.

A pressa pode ser amiga da perfeição

Existe, porém, um tipo de preguiça que pode ser extremamente benéfico ao homem: a morosidade em praticar o mal e correr atrás da futilidade da vida. Um rei havia enviado seu servo a uma missão, mas este recusou-se a ir alegando que poderia morrer ao enfrentar os perigos da viagem. Quando o rei o amaldiçoou por isto, respondeu-lhe: "Prefiro que me maldigas e continue a viver, que rezes por mim e venha a morrer!" Sobre isto, nossos sábios disseram: "Existem zelosos que ganham e zelosos que perdem; existem preguiçosos que ganham e preguiçosos que perdem. Zelosos que ganham são os que trabalham toda a semana e descansam na véspera do Shabat. Os zelosos que perdem são os que trabalham toda a semana e também no Shabat. Os preguiçosos que ganham são os que não trabalham durante a semana e nem no Shabat. Os preguiçosos que perdem são os que não trabalham durante a semana e trabalham somente no Shabat.[622]

Cada parte do corpo tem uma função e uma missão, e a cada uma deve ser confiada o que for melhor para todo o corpo: algumas devem ser ágeis enquanto outras devem ser morosos. Seja ágil em sentar-se junto a pessoas que estudam Torá e praticam boas ações e não tenha pressa em juntar-se a pessoas que gastam seu tempo em conversas vãs e práticas maldosas. Seja diligente em investigar os assuntos pertinentes à lei da Torá e negligente em dedicar-se a futilidade e a ficar a olhar mulheres. Seja ágil para ouvir conselhos e lições, mas vagaroso para escutar impropérios e bobagens. Seja zeloso ao zangar-se com os perversos e moroso ao zangar-se com os justos. Que tua língua seja pesada e preguiçosa para levantar-se contra o próximo e dizer mexericos, mas leve e ágil para dizer palavras de Torá e exortar as pessoas a praticarem o bem. Que tuas mãos sejam preguiçosas e pesadas para levantar-se contra seu semelhante, mas leve e ágil para fazer caridade com os pobres e executar suas tarefas cotidianas com afinco. Que tuas pernas sintam-se pesadas para trilhar o caminho dos perversos e juntar-se a eles em suas tavernas e excursões, mas leves para correr à casa de estudos e de oração, para visitar o enfermo, para prover escolta a quem necessita, para consolar o enlutado e para praticar todos os mandamentos da Torá. Que teu coração seja pesado para os sentimentos malignos, para a inveja e para o ódio, mas leve para os pensamentos de Torá e para galgar níveis cada vez mais altos de amor e de temor ao Santíssimo, bendito seja.

Agindo desse modo, te sentirás cada vez mais leve e sempre seguindo em direção à Luz Celestial.

A Psicologia da Generosidade (*Nedivút*)

A generosidade é a virtude que eleva o homem espiritualmente e garante-lhe uma vida grandiosa. Quando ela é usada de maneira positiva, o homem é extremamente louvado neste mundo e no Mundo Vindouro: "A generosidade alarga os caminhos do homem e o traz à presença dos grandes".[623] Por meio de sua generosidade, seus presentes chegarão à presença de reis e príncipes; de todos os homens. Não há nada no mundo que frutifique em tanto amor como a generosidade.[624] É uma virtude tão magnânima que o homem é por ela recompensado também no Mundo Vindouro.

Podemos reconhecer três tipos de generosidade: monetária, física e intelectual. A Torá nos conta que Abrahão foi generoso com sua riqueza, ao plantar um *Éshel*, [625] que em hebraico forma o acrônimo de *Achilá* (comida), *Shetiá* (bebida) e *Levaiá* (acompanhamento);[626] foi generoso de corpo ao resgatar seu sobrinho Lot, guerreando em sua defesa,[627] e foi generoso de espírito, convertendo os homens aos caminhos de Deus, como está escrito: "E a alma que fez em Harán".[628] Nosso patriarca possuía todos as tipos de generosidade.[629]

A pessoa que é generosa ou que adquire generosidade torna-se extremamente honrada pelos seus semelhantes, pois "Muitos desejam a presença do benevolente".[630] Suas palavras são ouvidas por todos, o que lhe permite recriminar as pessoas fazê-las seguir os caminhos do Eterno, bendito seja. Por outro lado, quando necessita de auxílio, todos vão em seu socorro, pois a querem bem.

Saiba que um presente dado na ocasião apropriada, tal como a caridade feita a um pobre temente a Deus, jamais perde seu valor. Foi a isto que se referiu Salomão no versículo: "Joga teu pão sobre a superfície das águas, e após muitos dias volverás a achá-lo".[631] Compreendido corretamente, este versículo diz respeito à generosidade, que dá frutos

futuros a quem a pratica no presente. Quem possui esta virtude cresce e prospera, como está escrito: "Existem os que despendem e, no entanto, enriquecem-se mais" [632] e "Jamais faltará a quem dá aos pobres".[633] O rei David escreveu sobre o generoso: "Ele oferece e distribui o que precisam os necessitados; perene será sua benevolência e com glória será exaltado".[634] É uma qualidade comparada a um empréstimo feito ao Criador, como está escrito: "Quem dá aos pobres, empresta a Deus".[635]

Um sábio disse: "Seja benevolente com quem merece e com quem não merece. Com quem merece, porque seu mérito é evidente e com quem não merece, porque você será bem visto pelo Criador, que nos comandou praticar o bem e sermos amáveis com todas as criaturas." Esta ideia foi complementada: "O homem que ajuda quem lhe pede é metade generoso, pois só é generoso por completo quem dá aos outros antes mesmo de virem pedir sua ajuda."

Nossos sábios, de abençoada memória, afirmaram que ser generoso é também um hábito, pois uma pessoa só é reconhecidamente generosa quando faz caridade contínua e abundantemente, dentro de seus limites. Quem dá mil moedas a um pobre não é tão generoso quanto quem dá uma moeda mil vezes a mil pobres, de acordo com a necessidade e ocasião. Pois quem dá mil moedas de uma só vez pode ter sido acometido por um impulso de bondade, a qual mais tarde poderá abandoná-lo. Se compararmos o mérito de um homem que dá cem moedas para resgatar um refém ou para satisfazer as necessidades de um pobre a outro que contribui com o resgate de dez reféns dando dez moedas em troca de cada um, e satisfaz as necessidades de dez pobres dando dez moedas a cada um, os méritos deste último são infinitamente maiores. Sobre isso, está escrito: "E tudo depende da maioria dos atos".[636] Da "maioria", disseram, e não da "grandeza".

Quem fecha seus olhos à caridade assemelha-se ao idólatra, [637] é chamado "devasso", "pernicioso", "cruel" e "pecaminoso". "Devasso", como está escrito: "Guarda-te que não haja uma coisa perversa no teu coração, nem digas: 'Aproxima-se o sétimo ano, o ano sabático, de modo que o teu olho seja mau para com teu irmão, o mendigo, e não lhes dês nada, e ela clame contra ti ao Eterno, e haja em ti pecado".[638] "Cruel", como está escrito: "A piedade do cruel é maldosa".[639] Se uma alma de Israel atua deste modo, é como se negasse sua ascendência, pois os filhos de Abrahão, Isaac e Jacob são notáveis por sua

generosidade [640] , ao contrário das nações, como está escrito: "São cruéis e não sentem misericórdia".[641] Mas o misericordioso, este é agraciado pelos Céus, como está escrito: "Para que o Eterno... se compadeça de ti e te multiplique, como jurou a teus pais".[642]

Generosidade rima com humildade

Quem faz caridade a contragosto perde seus méritos e transgride um mandamento Divino: "E que o teu coração não seja mau quando lhe deres".[643] É preferível dar uma pequena soma, mas com um sorriso no rosto. O ideal é ajudar a quem realmente necessita e fazê-lo com uma expressão de alegria no rosto. Melhor ainda é dar antes que peçam, como está escrito: "Quem dá secretamente, suprime seu castigo".[644] Alguns homens costumam atar uma soma de dinheiro a um pedaço de pano e jogá-lo por cima de seus ombros aos pobres, que recolherão o donativo sem se sentirem envergonhados por receber ajuda. Assim, o doador desconhece o recipiente e o recipiente desconhece o doador.[645] A melhor forma de generosidade não é pública.

A caridade é mais elevada quando feita com diligência e de modo a causar o menor embaraço e trabalho possíveis à pessoa que recebe. Se possível, quem está fazendo o ato generoso deve comprar ao homem pobre o que este necessita para evitar dar-lhe o trabalho de comprar por si mesmo. Outra forma é possibilitar a uma pessoa pobre que adquira algo de que necessita, dando-lhe o dinheiro necessário para a compra, mostrando desta forma uma especial generosidade, como disse o profeta: "Plantem para vocês mesmos com caridade, porque colherão com generosidade".[646] Em outras palavras, a recompensa será de acordo com a presteza e generosidade mostrada no ato da caridade.[647]

As Escrituras louvam extensamente os generosos, como por exemplo: "A caridade exalta uma nação".[648] Contemple o grau de exaltação da generosidade, que está posicionada à direita do Criador, como está escrito: De retidão está repleta a Tua Destra".[649]

Grande é a Tsedacá (caridade praticada com justiça), pois por meio dela o Santíssimo, bendito seja, é lembrado quando redime Israel, como está escrito: "Sou Eu, o Eterno, que falo em justiça, Poderoso para salvar Israel de sua mão".[650]

Grande é a Tsedacá que confere honra e vida a quem a pratica, como está escrito: "Quem persegue a *Tsedacá*, encontra vida, honra e *Tsedacá*".[651] Grande é a *Tsedacá* que, por meio dela, o Santíssimo, bendito seja, trará a redenção de Israel,[652] como está

escrito: "Tsión será remida pela justiça que praticaram nela, e pela beneficência que fizerem os que regressarem a ela".[653]

Grande é a Tsedacá, mérito pelo qual foi exaltado nosso patriarca Abrahão: "E acreditou Abrahão no Eterno, e (Deus) lhe considerou isso como mérito" [654] e "Porque o conheci, e sei que ordenará a seus filhos e à sua casa depois dele, a fim de que guardem o caminho do Eterno, para fazer caridade e justiça".[655]

Grande é a Tsedacá por meio da qual o rei David foi louvado: "E o rei David praticou justiça e caridade com todo o seu povo".[656]

Grande é a Tsedacá por meio da qual o rei Salomão, que em paz esteja, foi elogiado: "Que o Eterno, teu Deus seja abençoado, por te haver concedido o trono de Israel pelo amor eterno que Deus tem por Seu povo, fazendo-te Seu governador, para prestar-lhes justiça e caridade".[657]

Grande é a Tsedacá que chega até o trono da Glória Divina, pois está escrito: "Retidão e justiça são os alicerces de Teu trono".[658]

Grande é a Tsedacá que exalta o povo de Israel, como está escrito: "E méritos teremos nós, se cuidarmos de cumprir todo este mandamento".[659]

Grande é a Tsedacá pela qual o Santíssimo, bendito seja, será exaltado no Dia do Julgamento Final, como está escrito: "O Eterno, Deus dos exércitos, será exaltado por Sua justiça e o Santo Deus, por Sua *Tsedacá*".[660]

Grande é a Tsedacá, que acompanha os que a praticam quando deixam este mundo: "Então romperá a tua luz como a aurora e depressa nascerá tua retaguarda".[661]

Grande é a generosidade, pois o universo foi criado por meio deste atributo: "A bondade é a fundação sobre a qual foi edificado o mundo".[662] Por isto, o homem deve empenhar-se na virtude da bondade, pois ela produz todo o tipo de bem.[663]

A generosidade deve refletir-se no modo como são empregadas as posses para adquirir méritos, por meio do cumprimento das *Mitsvót*, como no caso de Raban Gamliel, que

adquiriu um Etróg [664] por mil Zuz.[665]

Muitas são as maneiras

Devemos ser generosos com nossas posses para embelezar nossas *Mitsvót*; segundo o Talmud podemos pagar até um terço a mais do que vale o objeto de nossa *Mitsvá* com o intuito de embelezá-la (Hidúr *Mitsvá*, em Hebraico).[666] Temos o dever de usar o máximo de nosso dinheiro para mandar escrever e imprimir livros, a fim de possibilitar aos que não podem adquiri-los o mérito de estudar Torá,[667] como está escrito: "Fartura e riqueza haverá em sua casa, e sua generosidade durará para sempre".[668] Devemos ser indulgentes neste caso, não nos incomodando com o dano que possa ser causado aos livros que doamos ou emprestamos, o mesmo se dando com utensílios que cedemos a um vizinho ou um amigo que esteja precisando. É nossa obrigação sermos benevolentes para com os pobres, emprestando-lhes dinheiro, e se o pudermos, também para os ricos. É importante que mostremos generosidade em nossos negócios e não sejamos meticulosos com nossos amigos sobre ninharias. Se medimos vinho, azeite ou qualquer outra mercadoria, não devemos ser exatos na medida – devemos dar um pouquinho mais.[669]

Devemos também ser generosos de caráter, aceitando nosso fardo e tolerando insultos, rezando por nossos colegas e nos alegrando com sua felicidade, visitando os enfermos e fazendo caridade em nome dos falecidos. Devemos mostrar excessiva generosidade no estudo da Torá, [670] ensinando os que dela precisam aprender e indicando a todos os caminhos do Eterno e o amor aos céus. Esta é o maior ato de bondade: ser generoso com o próximo, fazendo-o ganhar seu quinhão no Mundo Vindouro.

Apesar da generosidade ser uma linda virtude, devemos tomar cuidado para não desperdiçarmos nosso dinheiro em futilidade e excessos que nossas paixões demandam, gastando demasiado em comida e bebida. Devemos evitar despender somas excessivas em nosso vestuário e não dissipar nossas posses com atividades que não nos levem a temer o Eterno. A pessoa generosa precisa ter cautela com seus gastos, para que suas posses não se dispersem na busca por gratidão imediata e prazeres mundanos. Mas devemos abrir nosso coração e nossas mãos aos pobres e não sermos meticulosos com eles no que diz respeito à caridade que lhes prestamos, sob todas as formas, como vesti-los, alimentá-los etc. pois "Todo o sebo é para ser oferecido ao Eterno".[671]

Nossa recompensa por agir deste modo será tão grande que 'Olho algum jamais a viu, exceto o Altíssimo, que reserva o bem para quem espera por Ele".[672]

A Psicologia da Avareza (*Tsaicanút*)

A avareza é negativa na maioria de seus aspectos. Sobre o avarento, o rei Salomão, que em paz esteja: "Não coma o pão do avarento, nem desfrute de sua cortesia... ele te pedirá para comer e beber, mas seu coração não estará contigo".[673]

Eis as características do avarento: ele acumula riquezas, mas não faz caridade nem se apieda dos pobres; é mesquinho quando negocia com um companheiro e não lhe concede nada; não veste nem alimenta os desamparados e não permite que ninguém desfrute do que possui. Não confia no Eterno – que lhe provê tudo o que tem – e as pessoas o odeiam; não observa os mandamentos da Torá, não tem um mestre ou um amigo e por isto esvazia seu coração e sua mente da Torá e das suas *Mitsvót*.

É extremamente cruel com os que o rodeiam; não é generoso com ninguém. O pior tipo de avarento é aquele que é miserável com seu conhecimento de Torá, pois não perderia nada se compartilhasse seu saber com outros, tal e qual o fogo, que não diminui nem se extingue ao ser usado para acender ou iluminar algo. Sobre uma pessoa assim está escrito: "Quem nega o trigo é amaldiçoado pelos outros".[674] Por outro lado, as Escrituras dizem do generoso: "Bênçãos repousam sobre quem provê o próximo".[675] Este versículo fala literalmente sobre caridade e metaforicamente sobre o saber.

Em nome da Torá, tudo

O lado positivo da avareza é não desperdiçar o que temos com inutilidades e luxúria, evitando transgredir mandamentos importantes. Retendo nossos desejos e não adquirindo tudo o que o coração deseja, livramo-nos do orgulho que por vezes assalta até um benemérito que, de tanto bem e abundância que possui, acaba se esquecendo de seu Benfeitor.

Devemos ser generosos com nossas posses quando houver um mandamento a ser cumprido ou um ato de caridade que exige nossa atuação, pesando nossa generosidade de acordo com os parâmetros da Torá. Aprendemos com o patriarca Jacob, cuja frugalidade não encontrava paralelo, como está escrito: "E ficou Jacob só".[676] Nossos sábios, de abençoada memória, disseram de Jacob, que certa vez retornou ao acampamento para pegar pequenos jarros que havia esquecido pois, apesar de sua riqueza, não desejava viver às custas do favor alheio, evitando pedir qualquer coisa de que necessitasse aos outros, porque "os recursos dos justos lhe são mais caros que o próprio corpo".[677] Encontramos em outra passagem, no entanto, que Jacob era conscienciosо como nenhum outro homem: "Eis que morro; em meu sepulcro, que cavei para mim na terra de Canaã, ali me enterrarás".[678] Jacob havia tomado toda a prata e ouro que trouxera da casa de Labão, feito uma pilha e dado ao irmão Esaú, dizendo-lhe: "Leve todo este ouro para sua parte na Caverna de Machpelá".[679]

Em resumo, devemos aprender a não gastar um centavo que seja, a menos que necessário. Por outro lado, quando isto envolve cumprir os mandamentos da Torá, devemos ser excessivamente generosos, ajudando os pobres, provendo-lhes o que necessitam, emprestando dinheiro, contratando professores, comprando livros e tudo o que seja necessário para que possam cumprir de maneira adequada e fervorosa os mandamentos que nos ordenou o Eterno, para podermos devolver-lhe nossa alma no mais algo grau de pureza, como está escrito: "O espírito que pertence a meu Amo estará ligado à fonte da vida".[680]

A Psicologia da Memória (*Zechirá*)

Sem a memória, o mundo seria outro. Todas as transações entre os homens dependem dela, pois ninguém emprestaria dinheiro, se soubesse que esta pessoa não se lembraria de devolvê-lo. O mesmo se aplica a todas as outras atividades comerciais e mundanas. Se as pessoas não se lembrassem do que disseram, não poderíamos assumir compromissos de qualquer espécie.

Não é necessário alongar-se sobre o tema, pois sua lógica é clara e evidente: devemos adotar a virtude da memória como norma em nossas transações comerciais, para que ela seja uma cerca a proteger a verdade. Nossos votos devem ser lembrados, para que possam ser cumpridos: se lembramos de um trato que fizemos com um amigo, devemos lembrar do que dissemos, para que não faltemos com nossa palavra, nem mudemos as condições. Se um amigo nos confia um segredo e nos pede para não contá-lo aos outros, devemos nos lembrar disso e não faltar com este amigo. Se emprestamos dinheiro ou utensílios de um colega, devemos lembrar exatamente do que emprestamos, para devolver o objeto ou restituir a dívida corretamente.

Alguém envolvido em diversas transações comerciais não deve pedir dinheiro emprestado a diversas pessoas, pois poderá esquecer-se de saldar estas dívidas.

Se um amigo lhe faz um favor, lembre-se disto a fim de retribuir-lhe apropriadamente. Em relação à caridade, lembre-se dos menos favorecidos e de sua condição de miséria, para não deixar de assisti-los. Se for chamado a um tribunal para prestar testemunho, tome um cuidado especial para lembrar-se exatamente do que viu, não adicionando e nem subtraindo os fatos. Veja como o Eterno, bendito seja nos exorta a cultivar nossa memória: "Guarda-te que não te esqueça do Eterno, teu Deus, deixando de observar os Seus mandamentos".[681] É imprescindível também lembrar-se dos favores que o Criador nos faz

a todo instante, como escreveu o rei David: "Consciente estou sempre da presença do Eterno".[682]

A lembrança é um atributo louvado e um recipiente das *Mitsvót* da Torá. Em relação à *Mitsvá* de Tsitsít está escrito: "E será para vós como franjas, e as vereis e lembrareis de todos os mandamentos do Eterno... para que vos lembreis e cumprais todos os Meus preceitos e sejais santos para com vosso Deus".[683] Quanto aos Tefilín está escrito: "E será para ti como um sinal sobre tua mão e como memória entre os teus olhos, para que esteja a Lei do Eterno em tua boca" [684] e "Te recordarás que escravo fostes no Egito e guardarás e farás estes estatutos".[685]

Não Esqueça

Como tudo depende da nossa memória, descreverei trinta de seus atributos, os quais você deve estudar duas vezes ao dia e gravar no fundo de seu coração. Se o fizer, teu serviço será bem aceito pelo Eterno, bendito seja e Ele fará recair sobre ti Suas bênçãos e benevolência:

1) Lembre-se como o Criador te fez existir a partir do nada e lembre-se de todo o bem que tem feito com você desde o dia de teu nascimento até o presente momento, e como ele te criou e te exaltou por sobre todas as criaturas. Lembre-se que Ele te fez todo o bem sem que houvesse obrigação alguma de Sua parte, mas gratuitamente. Reservou todo este bem a você unicamente graças a Sua generosidade, e por isto você dever lembrar-se sempre de agradecer ao Deus Vivo, Criador do Universo, pois não há outro como Ele.

2) Lembre-se de agradecer o constante bem que o Eterno faz ao teu corpo, mantendo-o vivo e pleno, com todos os órgãos e membros funcionando adequadamente. Se alguém está doente e um médico o sana, fica-lhe imensamente agradecido. Quanto deve uma pessoa saudável agradecer ao Todo-Poderoso, por tê-la criado com todos os membros do corpo em estado de perfeição.

3) Lembre-se da Bondade Divina, que te dotou de um intelecto capaz de aprender e reter sabedoria. Se fosse um demente e se comportasse de modo bizarro, agradeceria imensamente a um psiquiatra que o curasse de sua loucura. Então, quanto deve agradecer ao Altíssimo, que te criou gratuitamente com uma mente saudável e equilibrada.

4) Recorde-se do bem que nos fez o Eterno, bendito seja, ao dar-nos Sua Torá e nos ensinar o caminho correto da vida, para que possamos aprender os atributos de quem serve a Deus e sermos bem vistos por Ele, favorecendo-nos de Sua Luz Vital e nos deleitando com sua Radiância Divina.

5) Lembre-se que a Torá que chegou às suas mãos é pura e que deve você empenhar-se em conhecê-la e saber ao máximo o significado de suas mensagens e mandamentos, pois se um rei de carne e osso lhe enviasse uma carta e nela houvesse alguma mensagem ininteligível, faria de tudo para tentar entender seu conteúdo. Mesmo se uma criança pequena soubesse decifrá-la, faria de tudo para encontrar esta criança e perguntá-la a respeito do conteúdo da carta que não havia entendido. Quanto mais isto se aplica à Torá

do Todo-Poderoso, Rei dos reis, que a deu a nós para que compreendamos todo o seu conteúdo e detalhes e os apliquemos a nossas vidas.

6) Preste atenção e veja se alguma parte do seu corpo está transgredido os mandamentos do Eterno e tenha em mente que a tudo o que o Altíssimo criou neste mundo, o fez em Sua própria honra. O burro suporta seu fardo, o cavalo ara a terra, e não há um só dia em que eles se rebelam contra seu dono e senhor. Todos os dias o Sol faz o que o Eterno lhe comanda. Se por um só dia Ele resolvesse fazê-lo deixar de brilhar, mantendo a terra na escuridão, isto nos pareceria espantoso. Se as águas dos mares decidissem atravessar os limites que o Altíssimo lhes impôs, inundando toda a terra, poderiam destruir o mundo. E se a terra resolvesse não mais dar seus frutos, todos pereceríamos. Lembre-se, portanto, que tudo o que existe no universo comporta-se de acordo com o que lhe foi imposto pelo Criador. Como o homem pode então não se envergonhar de partes do seu corpo – criado especialmente para cumprir os mandamentos da Torá?

7) Em relação aos assuntos mundanos, o homem deve se comparar a um servo, que tem todas as suas necessidades providas pelo seu senhor e portanto o teme e ama por todo o bem que lhe proporciona, e lembrar-se que deve dar agradecer ao seu Senhor e receber sobre si o jugo Divino, colocando-se em seu papel de servo e afastando-se dos sentimentos de orgulho e senhoria.

8) Veja como os servos diretos do rei são ágeis em suas tarefas e como se empenham em realizar sua missão do melhor modo possível e sem desviar seu pensamento e coração para qualquer outro assunto. E quem desejar expressar seus agradecimentos ao rei ou louvá-lo por escrito ou pessoalmente, cuidará de selecionar o melhor de seu vocabulário para fazê-lo. Este cuidado aumenta exponencialmente quando estamos na presença do Rei dos reis, concentrando toda a nossa atenção no serviço Divino e nos esforçando para realizá-lo do modo mais perfeito.

De três formas é cumprido o serviço Divino:

a) Através dos deveres do coração: quando contemplamos a Unicidade Divina, devemos livrar nossas mentes de quaisquer outros pensamentos e nos concentrarmos exclusivamente no Santíssimo, bendito seja.

b) Na ação conjunta entre o coração e o corpo, como nas orações, quando devemos mover nossos lábios ao mesmo tempo que nos concentramos na Unicidade Divina e livramos nosso coração de qualquer pensamento estranho.

c) Na ação do corpo ao cumprir *Mitsvót* como a do Lulav, da *Sucá* e dos Tsitsít, onde a ação é o principal, mas onde devemos também concentrar nosso pensamento em Deus, lembrando Quem nos ordenou a cumprir estes mandamentos, para observá-los com beleza e majestade, gastando até um terço a mais do preço do mercado ao adquirir os utensílios necessários para o cumprimento de *Mitsvót* como as que mencionamos acima, tudo em honra ao Mestre do Universo.[686]

9) Devemos lembrar que se um homem ama sua esposa e seus filhos, fará tudo o que estiver a seu alcance em prol da felicidade deles, buscando atender seus desejos – e que não o faz por temê-los e nem porque espera receber algum tipo de gratificação, mas porque os ama e quer verdadeiramente seu bem. Quanto então devemos nos empenhar em cumprir os mandamentos de Deus, não por temor ou por esperar Sua recompensa, mas exclusivamente em honra ao Seu Grandioso Nome e por nenhum outro motivo.

10) O homem deve lembrar constantemente a quem está servindo durante toda a sua vida: a seu Criador ou a suas paixões. Deve lembrar-se também em que consistiu sua devoção a Deus e em que situações se rebelou contra Ele. Isto fará com que se concentre em dedicar mais atenção ao que o Eterno lhe pede para fazer do que a suas próprias necessidades. Se não havia dedicado todo o seu tempo para servir a Deus, deve começar a fazê-lo de agora em diante.

11) Devemos nos lembrar como somos zelosos e rápidos em tentar adquirir bens e acumular riquezas; como desperdiçamos tempo em cálculos financeiros; como nos associamos a pessoas que nos darão lucro e como podemos perder tudo isto num piscar de olhos; como o dinheiro porventura adquirido pode se voltar contra nós e como podemos morrer de uma hora para outra sem aproveitar um tostão do que amealhamos. E para isto despendemos tanta energia!

Se fazemos tanto por nosso corpo, quanto não devemos fazer em prol de nosso espírito, que vive para sempre? Devemos, isto sim, gastar todo o tempo possível e investir o máximo de recursos e energias em atitudes que purifiquem nosso espírito e o preparem

para a vida eterna. A diferença entre este mundo e o Mundo Vindouro é tão grande quanto a diferença entre a escuridão e a luz.

12) Lembre-se que o Santíssimo, bendito seja, sabe o que está dentro de nossos corações. Quem é chamado à presença de um monarca sabe que deve estar limpo e bem vestido, pois ninguém pode se apresentar a um rei vestido com um saco,[687] mas deve lavar-se, estar com o cabelo e barba aparada e vestido de maneira condizente.[688] Pense que, uma pessoa que raramente se apresenta ao rei, não se esmera tanto em sua aparência como quem o está continuamente servindo. Da mesma forma, como estamos todo o tempo perante o Eterno, bendito seja, que conhece nossos pensamentos e sabe do íntimo de nossos corações, temos de estar sempre de alma imaculada e embelezar nossos pensamentos perante Ele!

13) Lembre-se que você sabe mais do que faz e que ainda não faz tudo o que sabe. Por exemplo: se você tem recursos e não auxilia os necessitados de acordo à sua riqueza. Quem não daria dez moedas de ouro a outra pessoa se lhe garantissem que ganharia cem moedas de ouro? E se quem o pedisse fosse o Eterno, você não o faria? Ninguém deve dizer que se fosse abastado ajudaria mais os pobres ou se soubesse mais Torá cumpriria mais mandamentos, pois este é um dos truques do *létser Hará* para afastar a pessoa do serviço Divino. Cada um deve atuar de acordo com suas posses e conhecimentos no momento. Se tiver ou souber mais, deve fazer mais.

14) Lembre-se como aprecia a presença de alguém que mostra um sorriso amigável, como está escrito: "Assim como a face se reflete na água, o coração de um homem se reflete no coração de outro homem".[689] Certamente, se um rei te mostrar um sorriso receptivo, você o louvará e será grato por isso. Obviamente, devemos amar incondicionalmente o Santíssimo, que nos protege, nos ama, envia auxílio e prometeu nos amar por todas as gerações, como está escrito: "Também, mesmo assim, estando eles na terra de seus inimigos, não os rejeitarei e não Me enfadarei deles para consumi-los e violara a Minha Aliança com eles; porque Eu sou o Eterno, seu Deus".[690] Quanto devemos então amar o Criador, bendito seja, a cada dia e a cada momento!

15) Lembre-se que um homem prepara previsões para a vida, mesmo sem saber se viverá para aproveitar o que preparou; mais ainda quando sai de viagem, levando mantimentos consigo. Quanto então devemos nos preparar para nossa jornada final e eterna, o Mundo

Vindouro, para onde o Eterno nos enviará logo que chegar Seu mensageiro para nos buscar, estejamos ou não prontos, motivo pelo qual devemos estar sempre prontos para partir deste mundo.

16) Lembre-se que já viu gente mais nova e mais forte que você que desfrutou intensamente deste mundo, mas que partiu ainda jovem. A morte não escolhe hora e lugar para vir e homem algum tem controle sobre ela. Lembre-se também que sua alma lhe foi emprestada, como um penhor, e que não você sabe quando Seu dono vai requisitá-la. Não seria o caso de cuidar bem deste penhor para devolvê-lo limpo e intacto a seu legítimo Dono?

17) Lembre-se da seguinte virtude, que você deve perseguir o quanto puder: livre-se da companhia de gente perniciosa e que não te causará senão aborrecimentos e procure estar só, em casa, livre das tentações e das oportunidades para transgredir as leis da Torá, como o adultério, a calúnia, a mentira, a adulação. Quem se isola, escapa das más companhias e não ouve zombarias. Mas se estiver na presença de gente como essa, deve admoestá-los de três modos: como Pinechás, que tomou a lança em suas mãos;[691] com palavras, como fez Moisés, nosso mestre, que disse a um homem cruel: "Porque feres a teu próximo?";[692] ou em pensamento, como fez o rei David, que disse: "Abomino a companhia de perversos e entre os ímpios não me sentarei".[693] Quem pode conter os perversos, que andam sempre em busca de transgressões? Melhor ficar a sós e livrar-se desta responsabilidade, evitando cometer os mesmos pecados. Por outro lado, busque a presença dos santos e justos, dos sábios, de quem pode aprender Torá, como está escrito: "Quem anda com os sábios, será sábio".[694]

18) Lembre-se da caridade que o Eterno faz conosco todos os dias, salvando-nos de todo o tipo de calamidades. Quanta gente perece após uma longa e penosa aflição, por miséria, fome, enfermidades, vítimas de guerras e crimes – e que nós também fossemos merecedores de um fim parecido, por causa dos inúmeros pecados que carregamos em nossa alma. Mas Deus, bendito seja, em Sua misericórdia, nos salva a todo momento destes perigos. Por isto devemos ser humildes perante Ele, pedindo perdão por nossas transgressões e agradecendo diariamente por estamos sãos e salvos das aflições que caem todo o tempo sobre o mundo, como está escrito: "Se ouvires atentamente a voz do Eterno, teu Deus, fizeres o direito a Seus olhos, escutares Seus mandamentos e guardares todos os Seus estatutos, toda enfermidade que enviei aos egípcios não porei sobre ti, pois

Eu sou o Eterno, que te cura"[695] e "E afastará o Eterno de ti toda enfermidade, e nenhuma das doenças más do Egito, as que conheceste, não as porá em ti, mas em todos os teus inimigos".[696] Nossos sábios, de abençoada memória acrescentam: "Não é a serpente que mata, mas o pecado".[697]

19) Lembre-se que os recursos materiais em nosso poder são apenas um depósito; se desejar, o Todo-Poderoso os retira de nossas mãos e os dá a outra pessoa. Se deve dinheiro, deve pagar sem sentir-se lesado por isto, ao mesmo tempo que deve devolver um objeto roubado, dando graças a Deus por esta oportunidade ter-lhe caído às mãos. O homem não deve temer as vicissitudes do tempo e deve aceitar tudo que o Eterno lhe faz, porque tudo o que existe a Ele pertence. Se deseja, deposita dinheiro nas mãos de determinado indivíduo e quando quer, remove das mãos dele e dá a outro. Lembre-se de jamais menosprezar um pobre em virtude de seu estado de pobreza, nem pensar que enriqueceu por mérito próprio; pelo contrário, deve atribuir tudo o que tem a Deus, bendito seja, que em Sua mercê, lhe concedeu fortuna. Rogue ao Eterno que te ajude a utilizar os bens que possui para servir Sua vontade e que tudo o que tem não seja para seu mal.

20) Lembre-se da tua situação como um ser diminuto num universo tão grandioso, de seu insignificante tamanho em comparação aos Céus e à Terra e que, contudo, o Altíssimo lhe reservou um papel essencial no Plano da Criação; pois o homem governa todo o planeta, desde as maiores bestas até os mais delicados seres, animal, vegetal e mineral. Lembre-se que Deus revelou ao homem Sua Grandeza, Seu Poder e Suas Maravilhas. Reflita no quanto devemos ser gratos ao Eterno por todo este bem: como um fiel servo, a quem seu senhor elevou acima de todos os príncipes e ministros do reino. Quanto mais devemos ser fiéis e eternamente agradecidos a quem nos elevou e nos deu conhecimento, colocando-nos numa posição superior e inigualável – o Criador, Rei dos reis, Senhor dos senhores!

21) Lembre-se sempre de todos os mandamentos do Rei e habitue-se a praticá-los, até se tornarem parte inseparável de tua natureza. Lembre-se de cumprir os mandamentos com mais afinco do que foi pedido e de pedir a Deus auxílio para teu sucesso, concedendo-te sabedoria e fortalecendo tua saúde, para cumprir com êxito Suas *Mitsvót* e poder elevar teu espírito continuamente.

22) Lembre-se de ser benevolente com teu semelhante, de ajudá-lo em suas tarefas e tornar seu fardo mais leve, de amá-lo como ama a ti mesmo e de odiar nele o que odeia

em si. Esforce-se em adquirir verdadeiros companheiros para o estudo da Torá. Se teu coração for íntegro com os outros, eles te amarão e desejarão teu bem. Mas os teus segredos, revela a uma pessoa em mil.

23) Lembre-se sempre da grandiosidade do Eterno e contemple a Criação do Universo, sua diversidade de criaturas, a revolução dos corpos celestiais, o Sol, a Lua, as estrelas, o cair das chuvas, o sopro dos ventos e os infindáveis fenômenos da natureza. Por estarmos acostumados com estas criaturas, não nos lembramos de observar quão espantosa é Criação, como fazemos quando testemunhamos um eclipse, por ser um evento que se dá com mais raridade. Portanto, contemple tudo o que mencionamos acima, como se jamais tivesse presenciado estes fenômenos. Imagine que era cego até agora e que abre os olhos pela primeira vez. Certamente, tudo o que avistar te parecerá maravilhoso. Repita esta reflexão todos os dias, inspirado nas palavras do rei David, "Louvar-Te-ei por me teres tão maravilhosamente pasmado, pois admiráveis são todas as tuas obras como bem o sabe toda minha alma".[698]

24) Lembre-se que uma pessoa cuja visão é fraca não consegue distinguir pequenos desenhos feitos em utensílios de ouro ou prata, apesar de diferenciar entre estes utensílios, tal como uma pessoa com visão perfeita. De modo análogo, uma pessoa jovem não deve fiar-se em sua visão das coisas para tentar entender as Escrituras, mas basear-se nos ensinamentos e nas conclusões dos mais velhos [mais sábios], que estudam e convivem com o assunto há mais tempo e que, portanto, possuem uma visão mais forte, capaz de distinguir os pontos pequenos e detalhes que, à primeira vista podem parecer insignificantes. Por isto, o homem deve aprofundar-se cada vez mais no estudo da Torá, pois isto refinará sua compreensão e capacidade de ver o que antes não percebia, devendo investigar os assuntos sagrados durante toda a vida e de todos os modos a seu alcance, como está escrito: "Mais percepção, de todos os meus mestres alcancei".[699] Mas não pense que ninguém possa ensinar-te algo que não tenha visto em sua juventude, pois o rei Salomão escreveu: "Haja visto um homem sábio a seus próprios olhos? Há mais esperança no louco do que neste homem".[700]

25) Lembre-se dos prazeres do Mundo Vindouro, provenientes do amor que nutre no teu coração pelas coisas espirituais. Intensifique este amor e não deixe que o amor às coisas materiais deste mundo o suplantem, a menos que estas coisas sirvam para aumentar a amor ao Mundo Vindouro, como disse um sábio: "Assim como o fogo e a água não se

juntam lado a lado, o amor a este mundo e ao Mundo Vindouro não podem ocupar o mesmo lugar no coração do homem".

26) Lembre-se do medo que toma o coração do homem que se encontram no palácio de um rei e sabe que pode ser punido diretamente por qualquer falha que cometer. Pois nós sempre estamos diante do Rei dos reis, por isto devemos temer a todo o tempo o Seu julgamento e ao mesmo tempo sermos diligentes em cumprir Sua vontade.

27) Lembre-se que se um homem irritou um rei de carne e osso, a ponto deste rei decretar a pena capital a este homem e que, passada sua ira, anistia-o, no quanto este homem estará feliz e agradecido ao rei por seu sofrimento momentâneo, ao invés de ter sido morto. O mesmo deve pensar o homem, quando transgride mandamentos do Criador que demandam pena capital, mas que o Rei dos reis, em Sua misericórdia decidiu anistiar, reduzindo a pena de morte a uma aflição passageira. Não será isto uma prova de grande amor e benevolência? Portanto, abrace tudo o que Deus te dá com amor e alegria, pois isto será para ti um grande sinal de apego pelo Eterno e aceitação de Seus decretos.

28) Lembre-se que se você deu a seu amigo um objeto completo de presente e este amigo decidiu desmontar este objeto e fazer com suas partes o que bem deseja, não poderá detê-lo, pois este objeto já lhe pertence. Do mesmo modo, o homem deve dar sua vida e tudo o que é seu – mulher, filhos e posses – ao Criador, como que colocando um presente completo nas mãos do Rei. Feito isto, deve confiar no em Seu julgamento e decisões sobre o que fazer com as partes deste presente, aceitando todos os Seus decretos relativos a teu presente, com amor e satisfação. Ainda que o Eterno, bendito seja, não envie mal algum sobre ti, tua esposa e filhos, você será recompensado tão somente por ter nutrido pensamentos nobres a respeito dos decretos do Criador em teu coração.

29) Lembre-se de refletir sobre a condição de alguns homens em relação aos outros. Perceba que alguns homens valem por mil outros — não por sua condição física, mas por seus atos, sabedoria e justeza. Dê grande valor ao aperfeiçoamento do teu espírito, pois disto provém todas as tuas qualidades. Se um homem é saudável e forte como um touro, tudo isto de nada vale se for um tolo; mas se for fraco e desprovido de qualidades físicas, embora seja um grande sábio, será regiamente considerado pelas criaturas e sua posição entre os homens será elevada.

30) Lembre-se de que se alguém chegar a um país estranho, uma pessoa desconhecida por todos, mas que tem a simpatia do governante – que o proverá com tudo do que necessita para sua sobrevivência, prevenindo-o para não transgredir suas leis e lhe prometendo recompensa se as cumprir, mas não o avisando do momento e das condições de sua partida, este visitante deve fazer tudo o que o governante lhe ordenar, deixando de lado seu orgulho e demais características negativas, amando a cada um dos cidadãos desta cidade com a ama a si mesmo e fazendo o que puder para cumprir qualquer tarefa que lhe for ordenada. Da mesma forma, o homem deve considerar-se um estrangeiro neste mundo, pois na hora de nascer, ninguém pode atrasar ou adiantar sua chegada em um só momento. Mais tarde, ninguém pode decretar seus meios de sustento e sobrevivência, a não ser o Criador. Veja a si mesmo como um indivíduo sem amigos, um estrangeiro a quem ninguém conhece, exceto seu Senhor, seu Criador, o Único que de você se apiedará.

* * *

Estes lembretes importantes devem estar sempre presentes na tua mente e no teu coração. Os explicamos apenas de maneira sucinta. Cada um deve contemplá-los e refletir sobre eles mais profundamente, de acordo com seu grau de conhecimento, aprendendo com eles todas as qualidades que purificam o espírito humano, livrando-o de seus defeitos e refinando suas virtudes. Se for zeloso em lembrá-los, forças espirituais que desconhecia despertarão em você. Estes lembretes devem estar sempre presentes em nossas mentes e corações. A cada piscar de olhos, cada respiração, eles devem nos lembrar do temor, da reverência e da vergonha perante o Eterno Deus, bendito seja.

A Torá nos exorta a aprender o seguinte comportamento dos reis de Israel: "E quando se sentar sobre o trono de seu reino, escreverá para si o traslado desta Lei num livro, diante dos Sacerdotes Levitas, e o terá consigo, e dele lerá todos os dias da sua vida";[701] e no livro de Josué está escrito: "Não se afaste da tua boca o livro desta Torá, e nele medita dia e noite".[702] Em outra passagem, a Torá lembra extensamente o homem de guardar em sua memória as palavras do Criador: "E estarão estas palavras que eu te ordeno hoje, no teu coração, e as inculcarás a teus filhos, e delas falarás sentado em tua casa e andando pelo caminho, ao deitar-se e ao levantar-te. E as atarás como sinal na tua mão, e serão por filactérios [Tefilin] entre os teus olhos, e as escreverás nos umbrais [Mezuzót] de tua casa e nas tuas portas".[703] Esta ideia é reforçada no mandamento do Tsitsít: "E será para vós

como franjas, e as vereis e lembrareis todos os mandamentos do Eterno, e os fareis... para que vos lembreis e cumprais todos os Meus preceitos".[704] De acordo com esta ideia, Deus deve ser lembrado a cada momento, como escreveu o rei Salomão: "Que sejam sempre alvas as tuas vestes".[705]

Note o quanto a memória é uma virtude querida pelo Criador, pois quando Israel pecou ao adorar o bezerro de ouro, Moisés rogou a Deus: "Recorda a Abrahão... e arrependeu-se o Eterno do mal que falou em fazer a Seu povo".[706] A memória é tão importante que, por meio dela, podemos lembrar os nossos méritos e qualidades; sem ela, nos esqueceríamos de tudo e o vazio tomaria conta de nós. Por isto, fortaleça esta virtude dentro de si, pois é a mais forte de todas.

A memória é ainda extremamente útil na aquisição de outras virtudes; acostume-se portanto a revisar os itens deste livro ao menos uma vez por semana, adicionando a esse estudo a lista de atributos que mencionamos no final, a qual recomendamos ser recapitulada ao menos duas vezes ao dia, examinando sua consciência todo o tempo para constatar se está se comportando de acordo com as virtudes, até que elas se tornem parte inseparável da tua personalidade. Saiba que a lembrança leva à ação, como está escrito: "E lembrareis... e os fareis".[707] Fortifique tua memória, para lembrar-se a cada *Mitsvá* e *Mitsvá*, em honra a Quem a está cumprindo e Quem é o teu Senhor, que te recompensará por elas.[708]

Por outro lado, não use tua memória para lembrar-se do mal que teu semelhante te fez, como está escrito: "Não te vingarás e nem guardarás ódio contra os filhos de teu povo".[709] pelo contrário, esqueça todo o ódio que porventura remanesce dentro do teu coração. Mas se você fez algum mal a teu colega, lembre-se disto, para emendar-se do pecado cometido. Se ouviu mexericos, esqueça o que ouviu. Seja como a peneira, que retém a cevada e deixa passar a farinha e não como o coador, que retém o sedimento emite o vinho.

Falaremos sobre a lembrança dos ensinamentos Divinos, se Deus quiser, no capítulo do estudo da Torá.

A Psicologia do Esquecimento (*Shichechá*)

O esquecimento é um traço que prejudica o homem neste mundo e no Mundo Vindouro. Quem se esquece facilmente deve ter o hábito de escrever os compromissos estabelecidos com outras pessoas, para não deixar de saldá-los. Se emprestou dinheiro de ou para alguém, mantenha registrado tudo por escrito. Ainda que tenha emprestado um só centavo de seu amigo, não deve esquecer-se de devolvê-lo. Se desfruta de uma respeitada posição social, não deve tomar dinheiro emprestado se tem o hábito de esquecer seus compromissos, pois seus credores ficarão constrangidos em cobrar a dívida. E você se esquecerá de pagá-los e isto lhe contará como um pecado.

Quem conhece a si mesmo e sabe ter o hábito de esquecer seus compromissos, deve rever sempre suas anotações. Conta-se de um rei que confiou uma anotação sua a um dos seus criados, pedindo que lhe mostrasse tal anotação cada vez que ele, o rei, se irasse. Nela estava escrito: "Deixe disso! Tu não és como Deus, mas sim um corpo que um dia será consumido pelos vermes e em breve serás como o pó da terra." Este rei possuía outro criado, a quem pediu para prostrar-se diante dele toda vez que ordenasse castigar um súdito com chibatadas, e dizer-lhe: "Meu senhor, lembre-se do dia do julgamento! Pois [assim como açoitas esse homem] te darão chibatadas usando chicotes de fogo!" Deste modo, abrandava-se o coração do rei.

Podemos aprender inúmeras lições das atitudes deste rei. Uma delas é que o homem deve cercar-se de lembretes e construir cercas de proteção em torno de si para que não esqueça sua Torá, como está escrito: "Somente guarda-te a ti mesmo, e guarda a tua ala muito, para que não esqueças as coisas que os teus olhos viram".[710]

Não se Engane

Temos que cuidar para não esquecer as boas virtudes que aprendemos, embora devamos esquecer as boas ações que praticamos, pois se as lembrarmos frequentemente e nos esquecermos de nossos pecados, pensaremos que somos *Tsadikím* (justos) e não nos arrependeremos do mal que praticamos. Que nos lembremos apenas de nossas transgressões, anotando-as e fazendo o que estiver ao nosso alcance para corrigir cada uma delas, confessando nossos erros (somente a Deus) e comprometendo-nos a não repeti-los. Das *Mitsvót* que fez, o homem não deve lembrar-se. Assim, se sentirá vazio de boas ações e repleto de transgressões.[711]

Utilize o esquecimento para não se lembrar das ofensas de seus colegas e perdoá-los por te haverem magoado. Esqueça também todo o ódio que já sentiu, a inveja que nutre pelo teu semelhante e os pensamentos levianos que invadem tua mente. No momento da sua prece, esqueça todo o mundo ao teu redor e forma uma redoma de pensamento e sentimento voltados exclusivamente a Deus, bendito seja.

Ao eliminar as toxinas do corpo, esqueça momentaneamente os temas relativos à Torá e demais assuntos sagrados.[712] Use estes momentos para matutar sobre teus assuntos cotidianos e para meditar sobre tua condição de matéria pútrida, pois isto ajudará a diminuir o teu orgulho.

E o que é mais importante, não esqueça de observar cada *Mitsvá* e de todos os detalhes que incorrem no seu cumprimento, porque "A *Mitsvá* é como uma lâmpada e a Torá, sua luz".[713]

A Psicologia do Silêncio (*Sheticá*)

Disse Raban Shimon ben Gamliel: "Fui criado entre sábios e não encontrei nada melhor para o corpo do homem do que o silêncio".[714] Segundo o rei Salomão, que em paz esteja, "Mesmo o tolo, quando em silêncio, assemelha-se a um sábio".[715]

Um sábio disse: "Quando falo, posso me arrepender do que disse, mas se permaneço em silêncio, não terei do que me arrepender. Caso venha a me arrepender uma vez por ter permanecido calado, arrepender-me-ei mil vezes mais por ter falado". Também disse: "Quando falo, as palavras me governam; posso dizer aldo impróprio sobre outra pessoa, do qual me arrependerei e terei de pedir-lhe desculpas. Mas se me calo, sou eu quem governa minhas palavras e posso ocultar o que não pretendo revelar."

O Talmud nos conta o seguinte episódio sobre as virtudes do silêncio: [716] "Dois advogados vieram ter com o imperador Adriano. Um deles advogava em nome da fala e o outro, do silêncio. O imperador indagou ao advogado da fala: 'Que causa defendes?' Respondeu-lhe: 'Meu senhor, se não fosse pela fala, como as coisas interagiriam no mundo? Como os barcos sairiam ao alto mar? Como mostraríamos nossos respeitos para com os mortos? Como elogiaríamos uma noiva no dia de sua boda? Como conduziríamos nossos negócios?' Imediatamente, Adriano lhe disse: 'Falastes bem'. Dirigiu-se então ao advogado do silêncio e perguntou-lhe: 'Porque louvas o silêncio?' Este então levantou-se para defender sua causa, quando o advogado da fala o interrompeu e o esbofeteou. 'Porque fez isto?', perguntou-lhe o imperador. Respondeu-lhe: 'Meu senhor, defendi minha causa usando do que é meu, e este defendeu sua causa também usando do que é meu! Por isto o esbofeteei.' O advogado do silêncio redarguiu: 'Deus não pediu ao homem que cale sua boca indefinidamente, mas que faça como ensinou o rei Salomão: "A ofensa se faz presente na abundância de palavras; quem, portanto, limita seu falar, mostra sabedoria".[717]

Quem teria sido maior que Aarão e Míriam? Pelo mérito de Aarão, as nuvens de glória circundavam o povo de Israel e pelo mérito de Míriam, a este jamais faltou água. Contudo, foram imediatamente punidos quando abriram suas bocas para falar de Moisés.

Diversos motivos fazem a Presença Divina abandonar o povo de Israel.[718] Entre os mais graves estão o derramamento de sangue,[719] a idolatria,[720] e a difamação.[721]

Certa vez, Raban Gamliel fez uma festa e pediu ao seu criado que cozinhasse algumas línguas de boi. Algumas foram cozidas até ficarem moles e outras o suficiente para ficarem duras. Primeiro serviu as moles e logo depois, as duras. Raban Gamliel indagou-lhe sobre este comportamento, e seu criado respondeu: "Para mostrar-lhes que tudo provém da língua; se o homem quer, a abranda e se desejar, a endurece". [722]

Um rei tinha diversos conselheiros, todos sábios e inteligentes. Certa vez, ao notar que um deles sentava-se sem pronunciar uma só palavras, perguntou-lhe o motivo se seu silêncio. O conselheiro respondeu-lhe: "Percebo que existem quatro tipos de conversa: o primeiro é totalmente nocivo, como as palavras que os homens usam para magoarem uns aos outros ou para falarem de modo indecente; o segunda é negativo sob determinado aspecto e positivo sobre outro, como o caso de um indivíduo que louva o companheiro para que lhe faça um favor, mas este louvor é ao mesmo tempo uma maldição para outra pessoa, que ao ouvi-lo, causar-lhe-á prejuízo; o terceiro, não causa danos nem benefícios, como as conversas sobre o tempo, estórias e coisas vãs e o quarto tipo, é todo ele benéfico, como as conversas em torno da Torá e seus mandamentos.

Os Tipos de Conversa, Segundo a Torá

a) Conversas que constituem uma *Mitsvá*, sobre a Torá e o temor a Deus.

b) Conversas que devemos evitar, que contém falso testemunho, difamação e indecências.

c) Conversas triviais, sobre estórias de reis e o cotidiano.

d) Boas conversas: as que elogiam as virtudes e menosprezam os defeitos; louvam as atitudes dos justos, convidando à imitação de seus gestos, e condenam as ações dos perversos, de modo que as pessoas se enojem de sua conduta, para que eles sejam esquecidos e seus atos não sejam copiados.

e) Conversas permitidas, sobre negócios e tudo o que condiz com as necessidades normais do homem, como comer, beber e as formas de sustento. É recomendável, porém, minimizar as conversas sobre estes assuntos, dedicando-lhes o menor tempo possível. De acordo com nossos sábios, a maioria das conversas são desnecessárias, para não mencionarmos os assuntos totalmente proibidos, como a leviandade, a adulação, a mentira e a difamação: para cada um deles, dedicamos um capítulo especial neste livro.

As Benesses do Silêncio

O silêncio faz bem ao homem em diversas situações, em especial se a justiça Divina o encontra, como aconteceu com Aarão, quando perdeu dois de seus filhos: "E calou-se Aarão".[723] Quando insultado, o homem também deve calar-se, pois silenciar-se face a insultos é uma grande virtude. Acostume-se a manter-se em silêncio mesmo nos momentos de sua privacidade.[724] Uma dose maior de silêncio é exigida na sinagoga, onde não devemos confabular nem sobre assuntos de Torá durante as orações, quanto mais sobre assuntos mundanos. Conversar na sinagoga distrai nossa atenção e a dos outros, impedindo a todos de concentrar-se nas preces.

O silêncio também é importante quando estamos na presença de sábios, dos quais podemos aprender mais. Se falamos em sua presença, os impedimos de ensinar a não crescemos em sabedoria. No entanto, se não entendemos algo, devemos perguntar-lhes até dissipar nossas dúvidas e, neste caso, o silêncio de nada vale. O rei Salomão, que em paz esteja, disse: "Um tempo para manter silêncio e outro para se pronunciar".[725] Falar é produtivo em determinadas ocasiões, enquanto em outras é melhor mantermo-nos em silêncio. Disse um sábio: "Se não pude encontrar alguém para ministrar-te algum conhecimento, permaneça em silêncio, para não passar por tolo". Visto que a língua humana é leve e está sempre pronta para a ação, devemos torná-la "pesada", impondo-lhe o silêncio. O excesso de palavras traz ao homem um pesado fardo de responsabilidade (sobre o que disse), maior que qualquer fardo que lhe possa cair por ter permanecido em silêncio. Ao ouvir um colega se pronunciar, devemos nos manter em silêncio até que conclua o que está dizendo, pois "Quem responde antes de ouvir, diz tolices e causa embaraços".[726]

"A vida e a morte andam na ponta da língua"

Um indivíduo que se habitua ao silêncio salva a si mesmo de vários perigos, tais como a adulação, a leviandade, a difamação, as falsidades e insultos. Pois se alguém te insulta e você retruca, terminará por ouvir o dobro de insultos, como disse um sábio: "Ouvi maldade e permaneci quieto". Perguntaram-lhe porquê. Respondeu-lhes: "Se responder aos insultos, temo ouvir insultos ainda piores que os primeiros". E acrescentou: "Se um tolo insulta um sábio e este mantém-se em silêncio, isto é uma grande resposta ao tolo". Pois o silêncio do sábio constrange o tolo mais que sua resposta, como está escrito: "Não conteste ao tolo no mesmo nível de sua tolice."[727] Mais que isso, as pessoas confiarão seus segredos a quem se cala, pois sabem que podem confiar. Uma pessoa assim também se mantém a salvo da difamação, pois não anda por aí dizendo tudo o que pensa, como está escrito: "A vida e a morte andam na ponta da língua".[728]

Se tiver uma língua ferina, uma pessoa é capaz de matar outra que está a milhas de distância, enquanto sua espada pode ferir apenas quem estiver por perto.[729] Por este motivo o homem foi criado com dois olhos, dois ouvidos, duas narinas e apenas uma boca – para ensiná-lo a minimizar seus discursos. "O silêncio é precioso para os sábios – quanto mais para os tolos".[730] "O silêncio é uma cerca para a sabedoria".[731] "O silêncio é um remédio universal".[732]

O silêncio também pode ser negativo, como está escrito: "Responda ao tolo ao nível de sua tolice, para que não pareça sábio a seus próprios olhos".[733] Em assuntos de Torá, [734] se vir um tolo desdizendo os sábios, deve repreendê-lo, para fazê-lo cair em seu equívoco e não deixar que se achem um sábio. Se vê alguém cometer um pecado, também não deve guardar silêncio, mas repreendê-lo, como disse o rei Salomão: "Uma resposta suave remove o transtorno" [735] e "Uma língua suave pode quebrar ossos duros".[736] Que isto nos estimule a falar com suavidade e não com aspereza.

Cuide de sua língua como se fosse a menina dos seus olhos, pois "A boca de um tolo é sua ruína e sua língua, uma armadilha para sua alma".[737] Também está escrito: "Quem guarda sua boca e sua língua, protege sua alma da aflição" [738] e "Mantenham-se em silêncio e ganhem sabedoria".[739] Se estiver na companhia de alguém, é preferível que

permaneça em silêncio e te digam "Fale, porque está tão quieto?" do que falar exaustivamente e te digam "Chega; silêncio!"

Não permita que tua língua embarace teu semelhante e tuas palavras o magoe. Se estiver na presença de alguém com algum defeito físico, ou que sua mulher ou filhos apresentem algum problema desse tipo, seja cuidadoso para não falar sobre o tema ou sobre algo que faça lembrar seus problemas, para não embaraçá-los.

Se um companheiro pecou no passado e já se arrependeu da falta cometida, não deve falar sobre este assunto, nem perguntar-lhe coisas do tipo: "Como pôde ter feito isto, ao invés de ter feito aquilo?"

Se alguém começa a te contar algo que já conhece, permaneça em silêncio, pois ela pode adicionar algo que você desconhece. Esta pessoa está sentido prazer ao compartir com você este assunto, portanto, mesmo que já o tenha escutado, ouça-a até o fim.

Se duas pessoas estavam em conflito, mas já o solucionaram, não devem relembrar o que passou, lembrando uma à outra o que lhe fez no passado, pois isto pode incendiar este conflito novamente. Ainda que isto não aconteça, a pessoa que causou todo este mal estar pode sentir-se embaraçada.

Uma pessoa pode estar em silêncio à frente de um sábio e ser recompensada por ele, enquanto outra pode estar em silêncio e com isto, cometendo um pecado, se pensar consigo mesmo: "Porque lhe perguntaria algo, se não é capaz de responder à altura? Por acaso não sei mais que ele? Neste caso, devemos ser extremamente cautelosos, como disseram nossos sábios, de abençoada memória, porque: "Sete são os atributos típicos do ignorante e sete os do sábio." A saber:

1) O sábio não fala diante de quem é maior do que ele em sabedoria e em "número"

2) Ele não interrompe a fala de seu colega

3) Não é afoito em responder

4) Faz perguntas pertinentes e responde apropriadamente

5) Fala primeiro sobre o primeiro e por último sobre o último

6) Sobre algo que não aprendeu, ele diz "Não aprendi isto"

7) Reconhece a verdade.

A conduta oposta é a conduta atribuída ao ignorante.[740]

Um sábio disse: "Aquele que fala com sabedoria e percepção se iguala ao sal na quantidade exata, que realça o sabor dos alimentos; como um rubi numa tiara de ouro", mas "A sabedoria de um pobre é desprezada, e suas palavras nem mesmo são escutadas".[741] Portanto, se alguém tem dificuldades em se fazer escutar, deve ter com alguém cujas palavras são ouvidas e fazer com que ele profira suas palavras, ao passo que ele – mantém-se em silêncio.

Em síntese, assim como colocamos portas em nossas residências e estas tem um tempo para estarem abertas e outro para estarem fechadas, devemos manter fechas as portas da línguas, que são duas: os lábios e os dentes. E tome muito cuidado ao abri-las, para não deixar escapar seus tesouros mais queridos, assim como ninguém deixa aberta as portas que levam ao seu ouro, prata, joias e demais pertences de valor, guardando-os num baú, que fecha a chave, coloca dentro de um cofre bem trancado e num quarto onde só terá acesso o dono destes bens. Nossos sábios foram pródigos em guardar silêncio desde a mais tenra infância, não se entregando a conversas fúteis.[742] O silêncio ajuda imensamente a concentração na hora das preces, pois os lapsos na nossa concentração se originam nos assuntos que invadem nossas mentes, fonte dos assuntos fúteis implantados em nossos corações.

O silêncio é ainda uma valiosa cerca para alimentarmos o temor aos Céus e não ocupa lugar num coração dominado por conversas vãs.

A quem a Shechiná não visita

É importante você saber que existem quatro classes de indivíduos que não recebem a Presença Divina: [743]

1) A classe dos zombeteiros, sobre quem está escrito: "Ele remove Sua mão dos zombeteiros".[744]

2) A classe dos mentirosos [veja o capítulo 22], de quem está escrito: "Não habitará em Meu lar o que difama, e nem permanecerá ante meus olhos aquele que falta com a verdade".[745]

3) A classe dos bajuladores [veja o capítulo 24], sobre quem as Escrituras dizem: "O bajulador não se virá à Presença do Eterno".[746]

4) A classe dos difamadores [veja o Portal 25], como está escrito: "Pois Tu não és complacente com a maldade, e a perversidade não se pode manter junto a Ti".[747]

Assim o trecho do Talmud (*Sotá* 42a) conclui a descrição destas quatro classes de indivíduos: "Tu és justo, ó Eterno; o mal não habita Tuas alturas".

Discorreremos nos capítulos seguintes sobre cada uma destas classes, para compreendermos melhor o assunto. Aqui, abordamos a classe dos zombeteiros, que divide-se em cinco categorias:

a) O linguarudo, que vive apontando defeitos nas pessoas, de quem está escrito: "Te ocupas de falar do teu irmão e de difamar o filho de tua mãe". [748] Quem age desta maneira é chamado de zombeteiro, como está escrito: "O acintoso e o orgulhoso, são chamados de 'zombeteiros'. Seus atos são cheios de malícia." [749] O zombeteiro possui duas características negativas: é obstinado em fazer o mal e o faz maliciosamente, zombando de seus colegas sem nada ganhar com isto, por outro lado, causando-lhe danos e sofrimento. Pois quando faz pouco caso de seu semelhante em público, faz com que ele seja odiado. Esta é a gravidade da zombaria, e por isto é mais destrutiva que o roubo ou o furto. Pois quando alguém rouba outra pessoa, não o faz por maldade gratuita e sim em proveito próprio, para aumentar sua fortuna. Mas quem zomba de seu semelhante, o que

ganha a não ser deformar seu coração? O zombeteiro é acima de tudo um orgulhoso e por este motivo busca imperfeições nas pessoas a fim de expô-las ao ridículo. Um homem humilde, pelo contrário, reconhece seus próprios defeitos, portanto não os busca nos outros e não os expõe a vexames, como faz o zombeteiro, que senta-se e diz: "Vejam o que fez este ou aquele", com malícia e maldade no coração.

b) Pessoas que fazem pouco dos que não conseguiram alcançar um status financeiro ou social tão elevado quanto o seu; que menosprezam os mais pobres, não por conta de eventuais imperfeições, mas porque os acham desprezíveis. Este tipo de atitude pode brotar de um sentimento de orgulho ou até mesmo de tranquilidade e abundância, como está escrito: "Nossa alma está saturada de sofrer o escárnio dos faustosos e o desprezo dos soberbos",[750] se referindo aos que zombam de Israel por viverem opulentamente, fazendo pouco caso até mesmo dos justos e dos profetas, como exclamou Jeremias: "Todos zombam de mim!"[751] e como está escrito: "Quem zomba do homem pobre, blasfema contra seu Criador". [752] Em outras palavras, considera-o pobre por causa de sua ignorância e considera-se rico por causa de sua sabedoria, proclamando: "A minha força e a fortaleza da minha mão me conseguiram estes bens!" [753] Na verdade, está opondo-se ao Eterno, bendito seja, fonte do sustento e do sucesso do homem, como está escrito: "O rico e o pobre se encontram, pois foi o Eterno que os fez assim". [754] Quem zomba do pobre, está na realidade zombando da obra do Eterno.

c) Os que desfazem de objetos e atividades, sem que com isso tenham o propósito de menosprezar quem quer que seja. No entanto, fazem pouco caso de objetos úteis e de atividades frutíferas. Este tipo de zombeteiro enxerga a si mesmo como se fosse um sábio, no sentido de que, tudo o que encontra e que não foi feito por ele ou ideia sua, certamente tem algum problema ou defeito. Este traço de caráter pode levar facilmente à heresia e a desdenhar das *Mitsvót*, como disse o salmista: "Arrogantes zombaram cruelmente de mim, contudo não me desviei de Tua lei".[755] Este tipo de pessoa não aceita admoestações, como está escrito: "Não reprove o zombeteiro, para que não te odeie";[756] "Quem repreende o zombeteiro, embaraça a si próprio".[757] Como se acredita um sábio, ele tende a macular os feitos dos outros. Segundo nossos sábios, não há remédio para este defeito de caráter, como está escrito: "Quando vires um homem sábio a seus próprios olhos, saibas que há mais esperança num tolo, do que neste homem".[758]

d) O homem que se habitua a sentar-se nos bares e nas rodas de conversas fúteis, busca a todo o custo assuntos jocosos, pois a falta do que fazer não lhe dá outra perspectiva de vida a não ser ridicularizar a quem quer que seja, fazendo pouco caso de seus atos e afazeres. Este defeito de caráter traz dentro de si dois males: primeiramente, a abundância de palavras fatalmente contribui para o pecado;[759] e segundo, causa a negligência do estudo da Torá. Este é mais rápido caminho da morte, pois durante o tempo em que esta pessoa estava sentada ocupando-se de tolice, poderia estar estudando Torá, cumprindo seus mandamentos e adquirindo sua porção no Mundo Vindouro.

e) Os que zombam de coisas ou dos atos das pessoas, não por se acharem sábios, ou por menosprezo, mas por puro espírito jocoso, como no caso dos embriagados, como está escrito: "O vinho é zombeteiro; o álcool é sedutor".[760]

Saiba que o desdém não finca raízes no coração do homem enquanto ele não remove de si o Jugo Divino. Se o fizer, acabará por sofrer punições e aflições, medida por medida, como está escrito: "E agora, segurem vosso escárnio, para que não apertem vossos laços".[761] Nossos sábios alertavam seus discípulos para que não caíssem vítimas da zombaria, ainda que acidentalmente.[762] Faziam-no por reconhecer que o homem também pode deixar-se levar pelo hábito de zombar, por acidente.

Finalmente, quem faz pouco dos que cumprem as *Mitsvót* tende à heresia, por não acreditar nelas. Podemos comparar isto a quem não respeita as ordens de um rei de carne e osso – este rei deixaria uma pessoa dessas impune? Além disso, este tipo de indivíduo induz outros a desdenharem os religiosos, até que os mais fracos sintam-se embaraçados por cumprirem as *Mitsvót*, deixando de observá-las por temerem o escárnio.

No entanto, é permitido zombar dos idólatras.[763] Também é permitido zombar dos pecadores, para que se sintam acuados e deixem de transgredir os mandamentos da Torá. Expondo-os ao ridículo, alertemos outros a não desobedecerem os mandamentos do Criador.

Quem o faz, merece um lugar no Paraíso.

A Psicologia da Mentira (*Shéker*)

Assim como se pesa a prata e o ouro para poder discriminar entre o mais leve e o mais pesado, um homem sábio deve usar uma "balança", para entender a diferença entre a mentira e a verdade, pois existem diferentes tipos de mentira.

Por exemplo, se alguém diz que uma árvore é de ouro, isto é uma mentira manifesta. Mas se alguém diz que um objeto de latão é de ouro temos de investigar o fato, pois ambos tem aparência similar e alguns especialistas são capazes de lustrar o latão até que se pareça com ouro, de modo que até um ourives pense que esta peça seja de ouro à primeira vista.

O mesmo se dá com as ideias. Algumas pessoas são capazes de camuflar a realidade de tal maneira, que fazem mentiras parecerem verdades. Somente o sábio, ao investigar profundamente seus argumentos, tem o poder para discernir a verdade da mentira e constatar um engodo intelectual.

Sabemos que a verdade e a mentira ocupam quase o mesmo espaço no coração do homem. Algumas pessoas acreditam tanto em suas mentiras, que deixam-se convencer por elas, e outras, que reservam algumas mentiras com ranços de verdade no coração e fabricam motivos que as façam parecer verdadeiras, assim poderão deixar-se guiar pelas falsidades em que acreditam. Mas a pessoa sábia rejeita uma mentira tão logo a reconhece com seu intelecto.

Sabemos também que os homens tendem a racionalizar seu comportamento por meio de sua própria maneira de pensar: o preguiçoso está convencido dos motivos de sua preguiça, colérico de sua cólera e o orgulhoso de sua vaidade. O mesmo se aplica aos outros traços de caráter que mencionamos neste livro.

O caráter gera a racionalização do ato. A racionalização da extravagância de um indivíduo encontra suporte na própria extravagância; a de um homem miserável, em seu estado de

miséria; a dos amantes, no seu amor; a dos que odeiam, em seu ódio. Portanto, se você quer ser uma pessoa verdadeira e caminhar junto a Deus, deve em primeiro lugar distanciar-se dos traços de caráter que mencionamos acima, para que não te arrastem na direção da mentira. Deste modo, você estará capacitado a cultivar a verdade em teu coração.

Os nove tipos de mentirosos

a) O primeiro é aquele que nega ter se comprometido com outras pessoas ou emprestado dinheiro delas, presta-se a mentir em testemunho e falsidades deste cunho. Este tipo de falsidade incorre em duas punições. A primeira, pelo próprio testemunho falso, pois mesmo o falso testemunho sem danos para outras pessoas é considerado uma abominação pelo Eterno, como está escrito: "Deus abomina seis tipos de pessoas e o sétimo é o arrogante, o mentiroso... um testemunho falso espalha a mentira e semeia a discórdia entre irmãos [764] ... Eu odeio o linguajar dos mentirosos".[765] A segunda punição resulta do mal causado ao colega.

b) O segundo é o mentiroso que não afeta quem escuta suas falsidades, mas as diz para ganhar confiança e fazer com que as pessoas se descuidem dele, ao mesmo tempo que as expõe a mais mentiras, como está escrito: "Com os lábios fala pacificamente com seu amigo, mas seu coração trama contra eles".[766] Até mesmo reis de carne e osso abominam a falsidade, como está escrito: "Os reis abominam os perversos... e querem bem aos justos".[767]

c) O terceiro integra o grupo dos mentirosos que não querem fazer mal a seus amigos, mas tirar proveito de alguma situação, na qual só se sairão bem se atuarem enganosamente. Um ardiloso estratagema do mentiroso é contar uma mentira a algum amigo visando receber dele um presente ou qualquer tipo de benefício, como por exemplo, contar-lhe uma boa notícia, conquanto falsa, sabendo que o amigo o recompensará por isto etc. nossos sábios, de abençoada memória disseram: "Quem emprega táticas enganosas se assemelha aos que servem ídolos", [768] como está escrito: "Porventura me apalpará meu pai e serei aos seus olhos como burlador, e trarei sobre mim maldição e não benção".[769] Em relação à ligação entre o mentiroso e o idólatra, diz o profeta Jeremias: "O logro não é mais que uma ilusão".[770] Na verdade, o mentiroso não necessariamente está servindo ídolos quando atua desta maneira; a analogia se refere ao ato de fazer algo que se sabe de antemão ser uma fraude e utilizar-se disto em proveito próprio.

d) O quarto tipo é o dos que mentem às custas do que ouviram, distorcendo propositadamente os fatos. Não derivam benefício algum de suas mentiras, nem prejudicam outros ao dize-las. Às vezes inventam uma estória e a contam só porque

gostam de dizer mentiras. Sobre este tipo de pessoa, o rei Salomão, que em paz esteja, disse: "O enganador espalha a calúnia". [771] Ou seja, se notar que alguém se ocupa em espalhar mentiras, saiba que um homem assim não se privará de testemunhar em falso contra seus irmãos, como resultado do seu amor pela mentira. Existem também os que não prestam a devida atenção no que ouvem e acabam distorcendo a verdade, sem nem mesmo saber que não estão dizendo a verdade, e isto também é uma má virtude. Disse o rei Salomão: "Quem ouve, sempre saberá o que dizer".[772] Em outras palavras, que ouve com atenção, compreendendo o sentido das palavras do que está sendo dito, dificilmente se afastará da verdade, pois saberá repetir exatamente o que ouviu – uma pessoa assim poderá sempre falar o que quiser, pois ninguém temerá que esteja contando fatos inverossímeis.

e) A quinta categoria agrupa os que prometem algum tipo de benefício ou auxílio a seus colegas, sem no entanto ter no coração a intenção de cumprir o prometido. Nossos sábios comentaram este tipo de hábito: "Não diga algo com a boca enquanto pensa outra com o coração".[773]

f) A sexta categoria é a das pessoas que se comprometem a fazer algo pelos amigos, mas não pretendem cumprir o prometido, fazendo com que eles se convençam totalmente de suas intenções. Este tipo de promessa deve ser cumprida a qualquer custo, pois o pecado por transgredir este tipo de promessa é mais grave que o caso anterior, onde a pessoa pecou por falar, enquanto este fixa no coração de seu interlocutor a esperança de receber a benesse prometida. Não podemos prometer um presente aos outros sem ter a intenção ou sem poder cumprir o prometido. Sobre isto nossos sábios disseram: "Quem quebra suas promessas, peca por falta de fé",[774] pois um colega confia na promessa do amigo, mesmo que seja um pequeno presente. Quem promete não deve quebrar seu voto, pois a Torá adverte: "`Quando um homem fizer um voto ao Eterno, ou fizer um juramento... não profanará a sua palavra".[775] Da mesma forma, quem vive se vangloriando pelos presentes que dá aos outros não pode faltar com suas palavras, pois se beneficia de elogios e honrarias que recebe por seu comportamento.

g) A sétima categoria engloba os que enganam seus companheiros dizendo-lhes que lhe fizeram um favor ou falaram bem deles, quando na realidade não lhe fizeram favor algum. Este tipo de comportamento é condenado pelo Talmud desta forma: "É proibido enganar

qualquer pessoa e isto se estende também aos não-judeus".[776] Fazer isto é uma grave ofensa; por isto devemos sempre dizer a verdade, o que constitui um dos fundamentos do espírito.

h) A oitava categoria é da dos que se vangloriam às custas de atributos que não possuem. Louvar a si mesmo desta maneira é uma atitude deplorável, ainda que esta pessoa esteja dizendo a verdade, pois isto indica que a caridade e os presentes que ofertou não foram em Honra aos Céus, mas para ganhar prestígio e ser lisonjeado pelos outros. Nossos sábios, de abençoada memória disseram: "Se alguém for elogiado por conhecer dois tratados talmúdicos, mas sabe apenas um tratado, deve dizer que sabe apenas um tratado".[777] Quão grave então é o pecado de quem se glorifica com qualidades que não possui.

i) A nona categoria inclui aos pessoas que repetem o que ouviram, mas não sem antes reordenar e fabricar novos fatos de acordo com sua necessidade, sem causar prejuízos aos outros, única e exclusivamente porque gostam de mentir e sentem prazer em fazê-lo, mesmo que nada ganhem com isto, como no episódio ocorrido entre Rav e sua esposa: [778] "Quando lhe pedia que cozinhasse lentilhas, lhe fazia ervilhas; quando lhe pedia ervilhas, lhe servia lentilhas. Chyiá, seu filho, passou a reverter as palavras do pai – quando Rav pedia ervilhas, o filho pedia à mãe que fizesse lentilhas, assim o pai comeria ervilhas. Embora o rapaz tivesse a intenção de honrar o pai, fazendo com que recebesse o que realmente havia pedido, este o admoestou, como está escrito [779] : 'Ensinaram suas línguas a mentir.'" Contudo, a punição por este tipo de mentira não se assemelha ao tipo de punição pela mentira vã, como mencionamos na quarta categoria.

Contornando Situações

Devemos cuidar para não mentir quando alguém nos solicita algo, dizendo que não temos tal objeto; é preferível buscar um modo de negar o pedido sem precisar mentir para isso. Uma regra no *Sêfer Chassidím* (426), nos diz que se um gentio bate à porta de um judeu pedindo dinheiro emprestado, e seeste judeu tiver o dinheiro mas não quiser emprestá-lo, não deve dizer que não tem dinheiro, mas buscar uma maneira de negar o pedido sem mentir para isso. Por outro lado, se o gentio souber que um amigo judeu tem dinheiro e puder se magoar ao receber uma recusa de empréstimo, vindo a odiá-lo por isto, é preferível dizer que não há dinheiro em casa, para não estremecer as relações com este amigo. Se puder dizer que tem o dinheiro, mas precisa dele para seu bem próprio, sem com isto causar rancor no amigo, deve optar por esta resposta.

É grande a punição do mentiroso. Mesmo quando disser a verdade, não acreditarão nele.[780] E quanto à sua mentira, nossos sábios disseram que "A mentira não tem pernas".[781]

Um indivíduo não deve causar a mentira alheia. De que modo isso acontece? Se ouvir duas pessoas conversando e desejar inteirar-se do assunto sobre o qual estejam falando, não deve perguntar a um deles sobre o que conversavam, pois este pode não querer revelar-lhe o conteúdo da conversa e acabará tentando desviar sua atenção, contando-lhe qualquer outra coisa, o que em si já é uma mentira. Por isso, devemos ser circunspectos em todos os nossos assuntos, para que não precisemos mentir e nem fazer com outros mintam por nossa causa. É necessário uma grande dose de sabedoria para escapar ao apelo da mentira, pois o *létser Hará* está sempre nos espreitando, pronto para nos jogar suas redes enganosas, convencendo-nos a racionalizar nossas mentiras.

Em algumas situações, nossos sábios permitem uma mentira, se o objetivo for promover a paz entre duas pessoas.[782] Também é permitido dizer a uma noiva que ela está linda, na frente do noivo, mesmo que ela não seja bela.[783] Por outro lado, se alguém teve ótima hospitalidade, não deve anunciar em público quão majestosamente foi tratado pelo seu anfitrião, pois isso poderá fazer com que pessoas de reputação duvidosa desejem ser hospedadas por ele.[784] A este respeito está escrito: "Quem levanta cedo para louvar seu amigo pode atrair uma maldição para ele mais tarde".[785]

Ao ser perguntado se domina um tratado talmúdico, o homem deve dizer que não. Se alguém chegou tarde à sinagoga por ter mantido relações conjugais durante a noite e lhe perguntarem porque se atrasou, deve dar outro motivo para o atraso.[786]

Em todos esses casos, onde nossos sábios permitem certa dose se mentira, será sempre preferível modificar um pouco a verdade ao invés de mentir claramente. Por exemplo, se alguém te pergunta: "Conhece aquele tratado talmúdico?", deve responder: "Realmente acha que conheço?" Ou seja, se puder colocar seu interlocutor em situação de dúvida positiva e não mentir, faça-o.

Proceda deste modo em todos os teus assuntos. Se conseguir, será feliz nesta vida e feliz será tua progenitura.

A Psicologia da Verdade (*Emét*)

A Verdade: nossa alma foi criada da fonte da Inspiração Divina, como está escrito, "E soprou em suas narinas o alento da vida".[787]

A alma foi talhada em um lugar puro e criada do Esplendor Celestial, do lugar onde está o Trono da Glória. Não há, pois, falsidade acima destes lugares, só verdade, pois vi que está escrito: "Serei o que Serei" *[Eheiê Asher Eheiê]* [788] e "O Eterno Deus é Verdadeiro, Ele é o Deus Vivo e Rei Eterno".[789] Podemos derivar diretamente do texto da Torá que Deus é verdadeiro, porque o termo *Eheiê*, cuja *Guemátria* (valor numérico em caracteres hebraicos) é 21. Se multiplicarmos 21 por 21, teremos um total de 441, que é a *Guemátria* da palavra *Emét* (verdade). Ou seja, o termo *Eheiê* aparece 21vezes na Torá. Portanto, *Eheiê Asher Eheiê* traz dentro de si o elemento *Emét* (verdade).

Deus fez o homem para ser justo;[790] o selo do Santíssimo, bendito seja, é a Verdade;[791] e está escrito: "Não permanecerá ante Meus olhos aquele que falta com a verdade".[792] Quem se ocupa com a verdade, não permite que a falsidade o acosse. E onde existe verdade, Sua Morada Celestial repousa sobre o homem, atestando que Ele criou os Céus e a Terra, os oceanos e tudo o que há neles, como está escrito: "Que fez os céus e a terra, o mar e tudo o que eles contêm", imediatamente seguido de "Que mantém para sempre a verdade".[793] Onde houver traição e falsidade, é como se não houvesse um lugar onde Ele pudesse habitar, seja na Terra, sejam nos céus. Quem refletir sobre estas palavras e sobre como as almas foram talhadas da fonte da Verdade, conduzirá todos os seus afazeres neste mundo de maneira verdadeira e não permitirá que a falsidade invada a santidade da verdade, como diz o versículo: "Está sempre próximo dos que O invocam, dos que por ele clamam com sinceridade".[794] Pois o Santíssimo, bendito seja, que é Verdadeiro, se aproxima de todos os que O chamam de Verdade.

De que Forma Podemos Clamar por Sua Presença

Desobstruindo o coração de todas as coisas deste mundo e colocando em seu lugar somente Deus e assuntos Divinos; apegando-se única e exclusivamente a Ele; fortalecendo-se em Sua Luz Suprema. Isto pode ser conseguido se o homem se dedica à reclusão em seu quarto, separando-se e afastando-se de tudo o que não for santo, buscando somente a companhia de outras pessoas quando realmente tiver necessidade disto. Mas se alguém reza voltado para uma parede, chamando a Deus com seus lábios enquanto seu coração se ocupa de assuntos mundanos, ou se usa de sua voz prazerosa para derivar honrarias e receber benefícios de outros homens – então seu serviço Divino não é sincero e este indivíduo faz parte da classe de pessoas de quem se disse: "Se acercam com seus lábios enquanto se afastam com suas entranhas". [795]

Por este motivo pedimos em nossas preces: "Purifica nossos corações para que Te sirvamos com verdade" – para que nosso serviço Divino seja sincero, para que nos entreguemos a Deus de corpo e alma e não O estejamos servindo por esperar com isto conseguir favores ou honrarias provindas de outros seres humanos. Esta é a intenção do versículo: "Se retornares ao Todo-Poderoso, serás reconstruído".[796] Em outras palavras: ao retornar ao Todo-Poderoso, você removerá todas as barreiras existentes entre você e Ele e com isto se reerguerá com a Luz e o poder da *Shechiná* (Presença Divina).

Foi esta a intenção do rei David ao escrever: "Ó Eterno, quem habitará em Teu tabernáculo e quem ascenderá a Teu sagrado monte? Aquele cujo caminho é de retidão, que prima pela Justiça, cujo coração se rende à verdade".[797] Reflita sobre isto "cujo coração se rende à verdade". Não está escrito "que diz a verdade com sua boca", pois a ideia aqui gerada é que o homem deve implantar a verdade primeiramente em seu coração. Por isso os antigos justos, quando comerciavam, vendiam suas mercadorias pelo preço que haviam previamente formulado em seus corações.[798]

Uma pessoa digna segue os desígnios de seu coração e não falta com a verdade; é honesta com seus pensamentos e costuma anotá-los, para não se esquecer de seus compromissos ou desviar seu comportamento de suas intenções reais. Se não pode manter o que estipulou no seu pensamento, deve procurar um rabino, para que este o desobrigue de seus pensamentos, mesmo que anda não os tenha proferido. É bom sempre

ter em mente que seus pensamentos não o obrigam de forma alguma, enquanto não os transforma em palavras ou compromisso explícito.

Quem sempre diz a verdade no coração e não se permite pensar falsidades, ainda que não transforme seus pensamentos em palavras ou atos, os verá realizados, como está escrito: "Tu decretarás e tua palavra se concretizará".[799] Ou seja, devemos escrever antes de fazer nossos negócios todas as nossas intenções, e mesmo quando estamos estudando, devemos fazer anotações ou sinalizações de nossas reais intenções, para não falharmos com nosso coração, para que não nos esqueçamos de dizer a verdade. Certa pessoa anotou nas paredes de sua casa de sua sala de estudos: "Lembra-te do dia de tua morte e não pecarás." Quem diz sempre a verdade, terá seus dias prolongados e será redimido.[800] Esta ideia encontra suporte no versículo: "O Eterno Deus é Verdadeiro, Ele é o Deus Vivo e Rei Eterno".[801] Se alguém diz somente a verdade, encontrará salvação durante toda a sua vida. E está escrito: "A lei da verdade esteve na sua boca, e a injustiça não se achou nos seus lábios... porque é o mensageiro [anjo] do Eterno dos exércitos".[802]

Os anjos celestiais são formas incorpóreas de verdade e as almas derivam destes, como a luz deriva do Sol; mas as almas estão dentro de corpos, por isto não enxergam toda a verdade, somente parte dela e na calada da noite, quando a alma não se ocupa com as necessidades físicas do homem. Quem conhece os segredos da alma, sabe do que estamos falando.

Os sonhos se parecem com nossos pensamentos,[803] como está escrito: "Vossos pensamentos (sonhos) emergem em vossos leitos".[804] Os sonhos aparecem com os anjos que acompanham o homem, e como nem todos os pensamentos são verdadeiros, nem todos os sonhos o são. Quem ocupa seus pensamentos somente com a verdade tem visões verdadeiras em seus sonhos e pode vislumbrar neles o futuro, como os anjos o fazem.

A virtude que a tudo permeia

Não existe virtude maior que dizer a verdade, pois: "Verdadeira é Tua palavra e Eternos Teus Juízos".[805] A Torá nos adverte: "Da palavra falsa afasta-te".[806] Mesmo nossas insinuações devem ser verdadeiras, pois a recompensa por dizer a verdade é imensa. Devemos portanto, nos habituar a andar nos caminhos da verdade, estudando a Torá para conhecermos a verdade e podermos praticar as *Mitsvót* verdadeiramente, de acordo com a *Halachá*.

O homem deve sempre acreditar na verdade, mesmo nos assuntos de Agadá, que não envolvem elementos relativos ao cumprimento das *Mitsvót*, para que seu coração se torne um recipiente constantemente apto a aceitar a verdade. Não devemos nos envergonhar de escutar a verdade de quem quer que seja, mesmo que esta pessoa seja a mais miserável dentre as miseráveis, pois uma pérola continua sendo uma pérola ainda que esteja nas mãos de alguém desprezível.

Agora que o exílio tornou-se tão longo devido aos nossos muitos pecados, os judeus devem permanecer mais afastados ainda da futilidade do mundo e aproximar-se somente do selo do Eterno, bendito seja, da **Verdade**, santificando-se somente naquilo que lhe é permitido,[807] jamais mentido, seja para um judeu, seja para um gentio, e a ninguém enganando, como está escrito: "Os remanescentes de Israel não dirão falsidades e o linguajar dos enganadores não sairá de suas bocas".[808] Em Oseias está escrito: "E os semearei na Terra" [809] e no Talmud: "Um homem não planta uma Seá somente para colher alguns Kur? Pois o Santíssimo, bendito seja, semeou os judeus no seio das nações do mundo para que Guerím (conversos) possam aderir a suas fileiras". [810]

Se os judeus lidam com os gentios sem enganá-los, os gentios se apegarão ao povo santo. Deus olha com desfavor até se roubamos malvados, como está escrito: "E se encheu a terra de roubo".[811] Conta-se dos discípulos do Rabi Shimon ben Shetach [812] que encontraram uma pedra preciosa pendurada no pescoço de um burro que seu rabi, por sua vez, havia adquirido de um ismaelita. Disseram-lhe: "Mestre, 'A bênção do Eterno enriquece o homem' [813] (ou seja, esta pedra é um presente Divino), ao que o rabi lhes contestou: "Comprei um burro, não uma pedra preciosa." Dito isto, o rabi procurou o

ismaelita de quem havia comprado o burro e devolveu-lhe a pedra. O ismaelita disse: "Bendito seja o Deus do Rabi Shimon ben Shetach!"

O Talmud de Jerusalém [814] conta um episódio semelhante: Alguns anciãos haviam comprado um pouco de trigo de um gentio. Ao abrirem as sacas encontraram numa delas uma bolsa com dinheiro. Imediatamente devolveram a bolsa à pessoa de quem haviam comprado o trigo, que exclamou: "Bendito seja o Deus dos judeus!" Nossas fontes contam diversas histórias como estas, onde o Nome do Altíssimo foi santificado em público.

Quando a verdade impera no plano terreno, o Eterno nos olha com misericórdia dos Céus, como está escrito: "Da terra brotará a verdade, e, do céu, a justiça e paz se unirão".[815]

Por isto, apegue-se sempre à verdade, para o bem e para o mal, não importa o que esteja fazendo. Jamais a neglicencie e confie sempre no Deus Fidedigno, como está escrito: "E saberás pois, que o Eterno, teu Deus, é que é o Deus; o Deus fiel, que guarda a aliança e a misericórdia para com os que O amam e cumprem Seus preceitos, até mil gerações".[816] Em que consiste Sua fidelidade? Em Sua adesão ao Seu pacto. Se um homem justo comete uma transgressão menor, Ele cobra sua dívida já neste mundo. Pois é óbvio que, ao justo, parecerá melhor sofrer, ainda que sejam as aflições de Job, enquanto está neste mundo carnal, de vida breve e passageira, para receber integralmente sua recompensa no Mundo Vindouro, espiritual e duradouro. Melhor do que manter sua integridade física neste mundo efêmero, deixando para pagar suas dívidas no mundo das almas, onde sofrerá as aflições do *Guehinom*; melhor do que ver a luz de sua alma diminuir no mundo espiritual, onde impera a união com a Luz Divina, que não tem paralelo, nem medida.

Para os malvados, a recompensa por seus poucos bons atos é dada neste mundo, onde o prazer material é breve e limitado, enquanto seus pecados são preservados para o Mundo Vindouro, onde a aflição é grande e prolongada. Por este motivo está escrito na Torá: "E paga em vida aos que O odeiam, fazendo-os perecer".[817] Ou seja, o Eterno, bendito seja, recompensa o perverso por seus méritos neste mundo, para destruí-lo no Mundo Vindouro.

Que o Santíssimo Misericordioso nos guie em Sua Verdade e nos leve para Sua Morada, onde nos uniremos com Sua Luz Infinita e onde reside Seu Poder e a maravilha de Sua Glória.

A Psicologia da Adulação (*Chanifút*)

A adulação, ou lisonja gratuita, divide-se em nove categorias:

A primeira diz respeito ao tipo de pessoa que sabe que um amigo é perverso, pernicioso, difama pessoas íntegras e rouba o próximo, mas ainda assim o adula e diz-lhe que não faz nada de mal. Este tipo de comportamento abrange um grande número de transgressões e para todas a punição é severa. É obrigatório repreender o amigo ao invés de elogiá-lo. Este adulador será punido [por Deus] por dizer ao amigo que este nada fez de errado, bloqueando assim seu caminho para a *Teshuvá*, enquanto o estimula a continuar no caminho errado. Será duplamente punido: além de culpado pelos males e prejuízos causados pelo amigo que adulou, será culpado por não apaziguar as pessoas que foram prejudicadas ou não tentar compensar os danos causados indiretamente por seu comportamento condescendente. Sobre este tipo de pessoa está escrito: "Quem justifica o perverso e condena o justo, ambos [o adulador e o perverso], tornam-se uma abominação aos olhos do Eterno".[818] Isto é ainda mais grave quando se elogia publicamente alguém que feriu aos outros, dizendo-lhe: "Você é uma pessoa pura e justa". Quem o faz desonra o nome do Altíssimo e demanda julgamento por isto. É preferível expor-se a uma situação perigosa do que cair no erro de profanar o nome de Deus.

Nossos sábios, de abençoada memória nos contam [819] que, certa vez, o rei Agripas estava lendo a Torá e quando chegou à passagem "Não poderás pôr sobre ti um homem estranho, que não seja teu irmão", [820] seus olhos encheram-se de lágrimas [pois descendia de escravos], quando lhe disseram: "Não se preocupe, Agripas, pois você é nosso irmão!" Naquele momento, os judeus decretaram sobre si mesmos uma sentença de destruição, porque adularam a Agripas. Do mesmo modo, quem está sendo submetido a julgamento não deve temer homem algum, pois está escrito: "Não temereis a homem algum". [821]

Neste caso a adulação é um pecado duplo, pois além de praticar um ato proibido, o indivíduo também está mentido.

A segunda categoria inclui quem adula malfeitores em público estando ou não em sua presença, mesmo que não justifique seus atos malvados, mas simplesmente se referindo à pessoa má como uma boa pessoa. Sobre isto está escrito: "Quem nega a Torá, adula os maus".[822] Pois se o adulador não tivesse abandonado a Torá, não estaria permitindo que seu colega errasse sem tentar ao menos admoestá-lo. Ainda que não elogie um colega por suas atitudes negativas, tendo apenas compaixão dele, como dizendo "Ele não fez por mal, perdoem-no por isto", estará causando grandes prejuízos, porque poderão pensar que esta pessoa é bondosa e prestar-lhe honrarias. Honrar os perversos traz grandes males ao mundo, pois quando os justos são honrados e exaltados, as pessoas lhes acorrem, pedindo-lhes conselhos. Mais que isso, invejam-nos por seus bons atos e aprendem com eles a crescer em conhecimento. Ainda que a princípio não o façam em honra aos céus, no final o farão em honra aos céus, como prometem os sábios do Talmud. [823] Além disso, quando muitas pessoas veem a glória da Torá e de seus estudiosos, reconhecem sua grandeza e querem estudá-la em honra ao Santíssimo, bendito seja, de todo o coração. Há uma outra razão para honrarmos os sábios e os justos: o propósito da alma é servir ao Santíssimo, bendito seja, que criou o universo para que O servíssemos.

Quem honra os justos, portanto, confirma e estabelece a intenção do Altíssimo na criação do mundo. Por outro lado, quem menospreza um estudioso da Torá e um homem temente a Deus, tenta nulificar o intento do Criador, como se estivesse expressando que servir ao Eterno não é o âmago da própria Criação. Por este motivo, quando prestamos honrarias a um sábio ou a um justo, estamos ao mesmo tempo afirmando que a causa primária para a Criação do universo é servir ao Criador. Mas se honramos um malvado, ao mesmo tempo desonramos a Torá e o serviço Divino, e esta transgressão consome o corpo e a alma do homem. Não só isso, como podemos atrair um sem número de pessoas para o mesmo tipo de atitude, e estas, mesmo que não se juntarem ao coro de lisonjeiros dos perversos, sofrerão as mesmas punições reservadas ao resto da comunidade, como está escrito: "Pobre do malvado e de seus vizinhos!" [824] E o que é pior: quando o perverso recebe honrarias, os justos são menosprezados – e não há como honrar os justos se ao mesmo tempo os malvados não forem desonrados.

Sabendo que prestar homenagens aos malvados é uma pedra no caminho do bem, devemos tomar cuidado para não falar bem deles a menos que também lembremos seus pecados, como está escrito: "Que o nome dos malvados apodreça" e "O malvado é a própria abominação do justo". [825] Se alguém for adverso a falar mal dos perversos, deve também evitar falar bem deles.

A terceira categoria inclui os que elogiam o malvado em sua presença, dizendo-lhe: "Que pessoa agradável e generosa é você!" Ainda que esta lisonja não seja feita na frente de outras pessoas, constitui um grave pecado, como está escrito: "O bajulador destrói um amigo com sua boca e com o conhecimento do justo o redime".[826] Quando um malvado é lisonjeado, sente-se superior, acredita que está fazendo a coisa certa e não busca o arrependimento, pois quem não é íntegro, ao ser bajulado, pensa consigo mesmo: "Sabia que eu estava certo!" Bajulando o malvado, o corrompemos ainda mais. Ao contrário, o justo não se deixa levar pela bajulação, pois nossos sábios alertam: "Mesmo que todo o mundo te chame de Tsadík (justo), deve ver a si mesmo como se fosse um Rashá (perverso)" [827] e também " Se tiver amigos que te adulam e outros que te admoestam, ame os que te admoestam e odeie os que te adulam – pois os que admoestam te fazem ganhar o Mundo Vindouro, enquanto os que te adulam te fazem apreciar teus pecados" [828] e como está escrito: "Um falar suave pode causar obstáculos". [829]

A fala suave é comparada a uma estrada escorregadia, que pode fazer a pessoa escorregar e cair, como está escrito: "Que sejam tenebrosos e escorregadios os teus caminhos, e que o anjo de Deus os persiga" e "Destrói, ó Eterno, os lábios bajuladores e a língua que fala com soberba".[830] Tanto a boca adocicada – que faz a pessoa escorregar e cair por causa dos elogios que recebe – quanto a boca áspera, que causa danos por falar com soberbia – são amaldiçoadas pelo Eterno.

E há também os que adulam homens poderosos, na esperança de serem beneficiados por eles, e sobre isto, nossos rabinos disseram: "Quem adula para ser honrado, partirá envergonhado".[831]

A quarta categoria é formada pelos que se unem aos malvados. Ainda que não os elogiem nem os adulem, serão punidos tão somente por se associarem a pessoas de má reputação. Além de não repreenderem o transgressor, estas pessoas pecam pelo simples

fato de se aproximarem deles, como está escrito: "Por teres te juntado a Achaziahu, o Eterno danificou tuas obras".[832]

Os justos desdenham os perversos. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: [833] "Não por acaso o corvo se aproxima da gralha; são, pois, da mesma espécie". E está escrito: "Cada pássaro junta-se aos da sua espécie e cada homem aos do seu tipo" (Ben Sira 13). Também disseram: "É proibido olhar para o semblante de um homem mau", [834] como está escrito: "Não fosse pela presença de Iehoshafát, rei de Judá, não olharia para ti [Iehoram], nem em tua direção". [835] Quem fita o semblante de um criminoso perde parte de sua visão na velhice, como o patriarca Isaac, que em paz esteja, cuja visão se turvou na idade avançada por ter olhado para o rosto de Esaú, ainda que não estivesse ciente de seus maus atos.

Muitos são os entraves na vida de quem se junta com pessoas más: primeiro, porque é amigo de quem odeia o Criador do mundo e sabemos que servo algum se associa com os inimigos de seu amo e senhor. Segundo, porque aprende de sua maldade. Terceiro, por fazer outros se unirem ao perverso, acreditando nele e como resultado, sendo lesados por ele. Após serem prejudicados, também aprenderão a fazer o mesmo e mesmo que não venham a imitar os atos do perverso, o simples fato de ver sua maldade é por si uma experiência negativa; além disso, esta pessoa não fará *Teshuvá*, pois se ao invés de o adularem, se aproximarem dele, confiarem nele e imitar seus atos, as pessoas o recriminassem, isto o faria se arrepender e emendar seu caráter. Quem se associa a um homem mau acaba sendo dominado por ele e isto é o pior que pode acontecer, porque um homem mau não permite que oportunidades para fazer o bem se apresentem às pessoas que domina. E, quarto, porque se o homem é bom, deixará de praticar o bem por medo da reação do homem mau.

Por isto devemos nos associar somente aos homens tementes a Deus. Se alguém era visto conversando com Resh Lakish, gozava de total confiança da comunidade e podia tomar dinheiro emprestado sem oferecer fiadores, porque Resh Lakish não se prestava a trocar palavras com gente que não fosse idônea.[836]

A quinta categoria é a das pessoas de confiança da comunidade, que, usando de seu prestígio, apontam um parente como líder comunitário ou rabino, convencendo o público de que esta pessoa merece o cargo, quando se dá o inverso – e a comunidade acata seus

ensinamentos e práticas. Caso parecido é o da pessoa que avisa a todos que determinado cidadão é íntegro – sabendo que ele não é – só para ver a comunidade dando-lhe e sendo lesada por ele. Nossos sábios, de abençoada memória disseram: "Quem aponta uma pessoa não qualificada para o cargo de juiz é como se tivesse plantado uma Asherá [árvore consagrada ao culto pagão] na terra de Israel. Se for apontada dentre sábios, será como se a tivéssemos plantado cerca do Altar"; [837] e o Todo-Poderoso há de julgar com severidade quem o apontou para cargo.

A sexta categoria inclui as pessoas que se encontram numa posição que lhes permite protestar contra os malvados, mas preferem calar-se perante sua crueldade. E os malvados concluem: "Como estas pessoas não nos estão recriminando, isto significa que não estamos fazendo nada de errado". Mas a Torá nos ordena ser firmes contra os perversos, como está escrito: "E eliminarás o mal do meio de ti". [838] E nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Todos os que se encontram em posição de protestar contra os pecados cometidos pelos membros de sua família e não o fazem, serão responsabilizados por suas faltas; todos os que podem recriminar a população de toda a cidade por suas transgressões e não o fazem, serão responsabilizados pelos pecados de toda a cidade; e todos os que estiverem em posição de repreender toda a humanidade e não o fizerem, serão culpados pelos pecados de toda a humanidade",[839] pois está escrito: "E tropeçarão uns sobre os outros", [840] que nossos rabinos interpretaram como sendo "Uns sobre os pecados dos outros", pois "Todos os judeus são responsáveis uns pelos outros".[841]

A sétima categoria é a dos omissos, que conhecem os integrantes de sua comunidade e sabem que são teimosos, mas dizem a si mesmos: "Se os recriminar, talvez não me escutem". Então poupam-se o esforço em repreendê-los e pecam por omissão. Seu pecado não é menor que o deles, pois se tentassem mostrar-lhes seu erro, talvez se arrependessem e emendassem a rota de suas vidas. Por este motivo, homens santos e justos também foram castigados durante a destruição do Primeiro Templo em Jerusalém. [842] Mas, se ficar provado que os pecadores de uma cidade odeiam quem os recrimina e não os escutarão, recomenda-se não tentar repreendê-los, pois está escrito: "Não repreenda o bufão, para que não te odeie".[843] E assim como é uma *Mitsvá* dizer o que

deve ser dito, também é uma *Mitsvá* não dizer o que não será ouvido.[844] Está escrito: "É preferível que pequem sem saber que o fazem do que intencionalmente".[845]

A oitava categoria inclui os indivíduos que ouvem outras pessoas proferirem calúnias e injúrias, ou que senta-se junto a pessoas que zombam da Torá e dos que a observam e, por saber que são teimosos e que não aceitam os repreendam, preferem calar-se. Quem cala consente. Por isso, a pessoa que se calou também será punida, pois tinha a obrigação de protestar pela maneira desdenhosa daquele grupo ao se referir a pessoas íntegras e não o fez. Por este motivo dirão dele que se iguala ao grupo ao qual se juntou, como se estivesse endossando a a má conduta daquelas pessoas. Temos a obrigação de repreender de imediato quem se atreve a falar mal da Torá, agindo do mesmo modo com Tsadikím (justos) ridicularizados em público.

Este é um dos princípios que deve guiar o homem íntegro a abandonar a companhia de gente má, pois será punido se escutar as tolices que dizem os perversos e calar-se. O rei Salomão é muito claro quanto a esse tipo de comportamento: "Não inveje os malvados, nem deseje sua companhia. Pois seus corações tramam a destruição e seus lábios dizem falsidades".[846] Em outras palavras, de tanto conviver com eles e manter-se em silêncio, acabará sendo como eles.

A nona categoria é formada por aqueles que honram os malvados para estarem "bem" com eles. Por um lado, não os elogiam nem os honram, para que outros não pensem que são pessoas idôneas, como faz quem corteja os ricos e poderosos esperando obter deles algum benefício por isto. Mas não agem assim por acreditar que eles, os malvados, tenham algum valor. Pecam, contudo, porque se por um lado, podemos permitir adular os ricos para obter deles algum benefício, por outro lado não há permissão alguma para adularmos os malvados, a menos que temamos por nossa segurança. Se alguns malvados têm o domínio da situação e podem nos causar grandes danos, podemos respeitá-los como pessoas em posição de força, mas não devemos dar-lhes valor e nem falar bem deles. Sobre isso, disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Em alguns casos, podemos adular os malvados neste mundo".[847]

Mas existem homens maus a quem jamais podemos respeitar nem adular, como negou-se Mordechai, a quem pediram adular a Haman e ouviram: "Não procurarás sua paz nem seu bem".[848] Ainda que nossos sábios tenham nos permitido adular os malvados para conviver

em paz com eles, Mordechai recusou-se a fazê-lo, como está escrito: "Quando viu, porém, Mordechai à porta do rei, e que não se levantara nem se movera diante dele, se encheu de furor por causa de Mordechai".[849]

A lisonja bem-vinda

O homem deve procurar elogiar sua esposa, a fim de manter a paz no lar. E é uma *Mitsvá* lisonjear os pupilos de um professor de Torá, para estimular os outros a escutarem este mestre e aceitar suas reprimendas em relação à sua observância de Torá e *Mitsvót*. O mesmo é válido em relação a uma pessoa que estimula os que a escutam a cumprir os mandamentos da Torá, que não responde asperamente quando lhe fazem perguntas e que toma seus insultos como elogios. É um dever lisonjear este tipo de pessoa, para ter acesso ao seu precioso conhecimento e para que venha a aprender com ela. Pois existem homens que aceitam as reprimendas que lhes fazem sem sentir-se recriminados, e com um tom de voz suave, sem zangar-se, como está escrito: "As palavras dos sábios, mesmo ditas suavemente, são mais audíveis que os gritos dos reis sobre os tolos".[850]

Por outro lado, algumas pessoas precisam ser repreendidas veementemente, como está escrito: "A reprimenda penetra mais profundamente no homem compreensivo",[851] enquanto outros só mudam seu comportamento quando açoitadas [852] e outras nem com cem chicotadas mudam seu modo malvado de ser.[853] O que fazer então com este tipo de gente? Não há remédio, a não ser o exílio.

A adulação envolve uma grande variedade de artimanhas, como falar docemente com seus interlocutores para ganhar sua atenção e confiança, aproveitando-se disto para enganá-los mais adiante, como está escrito: "Em vão é lançada a rede frente aos pássaros, pois mentem para eles, que voarão lutando pelo seu sangue".[854] Este versículo fala dos caçadores, que estendem suas redes e colocam nelas comida para atrair os pássaros que serão apanhados nestas armadilhas. Assim age o adulador.

Nossos sábios proibiram a adulação, nos exortando a não enviar presentes a alguém que não os aceitaria ou convidar para uma ceia alguém que não aceitasse nosso convite.[855] Se um cliente vem comprar um pouco de vinho, não podemos dizer-lhe que abrimos um barril "especialmente para ele", pois seria Guenevát dáat (se apoderar da vontade alheia). Também não devemos pressionar alguém a quem tenhamos emprestado dinheiro, ou exigir de um mestre que nos ensine a Torá (Ialcút Shimoni, último fascículo, artigo "Ensina-me", parágrafo 28). Nossos sábios, de abençoada memória, proibiram tomar qualquer tipo de

atitude que tenha por intenção modelar a mente alheia de acordo com nossos interesses, incluindo nesta proibição adular a judeus e gentios.[856]

Quem adula, amigo não é

O Rabi Shimon ben Chalafta disse: "Desde o dia em que a bajulação tomou conta do mundo, as leis se degeneraram e ninguém mais pôde dizer a seu amigo: 'Meu feitos são maiores que os teus.' "[857] O Rabi Elazar disse: Os bajuladores trazem destruição ao mundo, como está escrito: 'Quem traz bajulação em seu coração, faz o mal ao mundo.'"[858] Além disso, suas preces não são ouvidas.[859] Mesmo fetos dentro do útero materno os amaldiçoam, e eles serão punidos com o Guehinam.

Quem adula uma pessoa má acaba caindo em suas mãos perversas. Se não em suas mãos, então nas mãos de seus descendentes. Toda comunidade na qual encontramos a bajulação como norma de conduta é chamada *Nidá* (excluída) e seu fim será o exílio.[860] Devemos nos afastar, portanto, de todo tipo de adulação e jamais lisonjear alguém que, sabemos, insistirá em praticar atos maus. Não devemos lisonjear nossos parentes e filhos que não estão seguindo o rumo correto, porque muita gente continua no caminho errado por não ter quem lhes mostre estarem equivocados. A lisonja falsa não permite que vejam a feiúra de suas atitudes. Não há no mundo obstáculo maior à *Teshuvá* do que a adulação.

Certa vez, um homem de boa índole desejou casar sua filha. Apareceram-lhe dois pretendentes. Para testar a idoneidade de ambos, o pai da moça simulou um litígio e pediu aos dois que arbitrassem entre ele e seu adversário. Um deles procurou apontar todos os pontos possíveis que pudessem absolver o pai, para que este lhe desse sua filha, mas ele a deu ao outro rapaz, que apontou suas falhas, dizendo a si mesmo: "Este deve ser um bom homem, pois não buscou adular-me para ganhar meu reconhecimento".

Portanto, um *Parnás* (líder comunitário), um juiz ou um *Gabái* (que coleta e redireciona caridade) não devem contar entre os bajuladores. Pois se o *Parnás* se omitir de repreender alguém da comunidade, todos dirão: "Vejam como ele lisonjeia aquela pessoa!" e não mais lhe darão ouvidos. Se um juiz elogia uma das partes em uma disputa, faz com que a outra parte sinta-se diminuída, confusa e não saiba mais defender-se. Como resultado, não haverá justiça. O mesmo se aplica ao *Gabái*, que pode prejudicar alguém que não o adulou ou adular alguém que não merece para que contribua com sua causa. Por tudo isso, um homem justo deve tomar cuidado especial para que suas boas ações visem obter a atenção e o apreço da comunidade, a menos que suas intenções sejam totalmente em honra aos Céus.

O pior tipo de adulação é o que leva outros a pecarem, como no caso de uma disputa entre as pessoas onde aparece um bajulador que apoia o lado transgressor, levando o restante do público a seguir suas atitudes. Ou como alguém que, inclinado a cometer transgressões sexuais e outras do gênero, lisonjeie seus amigos para que estes o sigam pelo mau caminho. Jeroboão ben Nebat adquiriu o direito de tornar-se rei de Israel por ter repreendido o rei Salomão em vez de elogiá-lo, quando construiu Miló. [861]

Se quiser esquivar-se da adulação, deve tomar cuidado para que não lhe prestem honras, pois quem não precisa ser honrado também não precisa ser lisonjeado. Esforce-se para não pedir favores aos outros, pois pode precisar adular seus amigos para que lhe concedam estes favores. Quem evita estas duas coisas – honrarias e pedir favores — salva-se de inúmeras transgressões, pois muitos praticam boas ações com o intuito de receber apreço dos outros, e isto macula totalmente seu serviço Divino.

Alguns homens de voz melodiosa e agradável pensam consigo mesmos quando rezam: "Como minha voz é agradável, como estas pessoas devem estar felizes por poderem me ouvir!" Esta é, na verdade, a voz do *létser Hará*, que tenta distorcer todas as *Mitsvót* para que o homem não as pratique em honra aos céus. O mesmo se dá quando pedimos favores a alguém: ainda que vejamos esta pessoa cometer pecados sem número, não as repreenderemos, por medo de perder os favores.

Aqui reside um ponto fraco no trabalho de alguns sábios em nossa geração: para continuar mantendo sua elevada posição, veem-se no dever de adular certos membros da comunidade. Falham por elogiar as pessoas e por não repreendê-los em virtude de suas atitudes negativas, passando mais tarde a adotar seu modo de comportamento e a proceder como eles.

Medidas extremas

É da natureza do homem imitar os atos de seus colegas, e de seguir os hábitos de sua comunidade. Por este motivo, devemos buscar nos aproximar dos justos e viver nas vizinhanças dos sábios, para podermos aprender de seu modo de viver. Ao mesmo tempo, devemos nos afastar da companhia dos homens maus, para não vermos o que fazem e sentirmo-nos atraídos pelo seu modo de vida. Assim disse o rei Salomão, que em paz esteja: "Quem caminha junto aos sábios, torna-se sábio e quem caminha junto aos tolos, torna-se tolo".[862] Também está escrito: "Bem-aventurado o homem que não segue os conselhos dos ímpios".[863] Por este motivo, se você vive numa cidade ou num povoado onde as pessoas não são um bom exemplo de comportamento, faça o possível para mudar-se para um lugar onde as pessoas ajam de maneira justa.

Mas se a população de todas as cidades ou bairros que você conhece são famosas por seu ambiente ruim, ou se você não pode mudar-se para lugares honrados por algum motivo objetivo ou de doença, deve isolar-se da sociedade, como está escrito: "Que, solitário e silencioso, aceite o que lhe foi por Ele imposto".[864]

E caso os membros da sua comunidade sejam tão perversos que não permitam que você habite entre eles a menos que siga seu caminho nocivo, isole-se nas montanhas, cavernas ou desertos, contanto que não tenha como seguir o caminho pérfido dessas pessoas, como está escrito: "Quem me dera, tivesse um alojamento no deserto!".[865]

A Psicologia da Difamação (*Lashon Hará*)

Falar *Lashón Hará* é falar mal de uma pessoa — se o que estiver sendo dito não for verdadeiro. Se as palavras forem verdadeiras, o ato recebe o nome de *Motsí Shem Rá* (calúnia).

O difamador senta-se e diz: "Fulano fez isto e aquilo, seus pais fizeram isto e aquilo, ouvi dizer que ele está fazendo tal e tal coisa", num relato de todos os pontos negativos que conhece sobre a pessoa em questão. Eis o que o salmista diz sobre o difamador: "Destrói, ó Eterno, os lábios bajuladores e a língua que fala com soberba".[866]

Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Quem põe-se a comentar a vida alheia iguala-se aos hereges",[867] como está escrito: "Prevaleceremos sobre todos com nossa língua; com lábios como os nossos, quem pode ser nosso senhor?"[868]

O difamador é comparado aos hereges porque faz com que as criaturas sintam-se diminuídas aos olhos da população e as prejudicam desse modo, sem nada ganhar com este tipo de comportamento. Decerto, para poder agir desta maneira, o indivíduo tem que primeiro remover de sua consciência o Jugo Divino, pois peca por pecar. Este tipo de comportamento é pior que o do ladrão e do adúltero, pois estes derivam prazer de seu pecado.[869] Não há atitude mais cruel e gratuita do que a do difamador. Nossos sábios dizem mais: "A difamação tem o mesmo peso de três transgressões da Torá somadas: a idolatria, as relações ilícitas e o derramamento de sangue".[870]

É espantoso que a difamação se iguale às três transgressões mais graves da Torá, somadas, transgressões pelas quais um judeu deve antes sacrificar a própria vida para não cometer.[871] Nossos mestres disseram que "a idolatria é tão severa que praticá-la equivale a renegar toda a Torá".[872] Também disseram que "quem pratica idolatria,

abandonou toda a Torá".[873] Pois a difamação é mais grave que os delitos acima descritos. A pessoa comete o mesmo ato repetida e indefinidamente, dezenas de vezes por dia, humilhando e embaraçando seus ouvintes, além do constrangimento que leva ao objeto de seu escárnio. Mesmo uma transgressão "leve", se cometida inúmeras vezes, termina por tornar-se "pesada". Um fio de cabelo é fino e fraco, mas aliado a outros fios e trançado, forma uma trama resistente.

Quanto à equiparação da difamação às três transgressões mencionadas, nossos sábios se referem ao homem que, num impulso animalesco, comete tais transgressões — e não a quem as pratica continuamente, separando-se da comunidade por causa do seu tipo de atitude, alguém a quem chamam de apóstata.

Além disso, a *Teshuvá* (arrependimento) de quem fala *Lashón Hará* (difamação) é muito difícil, pois já se acostumou a este comportamento e habituou sua língua a comentar a vida alheia. E o que é pior: o pecado não lhe parece tão grave, pois ele diz, "O que fiz de errado? Não fiz nada mais que falar." Por pensar assim, a pessoa não se dá conta do prejuízo que causa ao ambiente à sua volta e à pessoa de quem falou. Por isso seu arrependimento é tão custoso. E, mesmo que se arrependa, de que lhe valerá se não reconhecer a gravidade do pecado que cometeu e não puder encontrar a pessoa de quem falou mal para pedir-lhe desculpas? Sua *Teshuvá* não será completa a menos que peça desculpas a quem ofendeu. Em alguns casos, a pessoa ferida nem sabe que falaram mal dela, pois o difamador atua secretamente, comentando sobre a vida alheia bem distante do objeto de sua maldade,[874] pois quem fala mal dos outros em segredo tem vergonha de contar à pessoa que difamou do pecado que cometeu, para poder então pedir-lhe perdão. Uma pessoa que fala mal de toda uma família pode estar causando um prejuízo de gerações, como disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Quem comenta os defeitos de uma família, não merece ser perdoado".[875] E o difamador às vezes esbraveja contra os céus, como está escrito: "Contra os céus voltam as palavras de suas bocas e pela terra se espalha o pronunciar de suas línguas".[876] E não há punição maior do que dizer blasfêmias contra o Altíssimo.

Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: [877] "Nossos antepassados foram testados dez vezes, mas suas sentenças não foram decretadas a não ser quando falaram *Lashón Hará*, como está escrito: " 'Assim como Eu estou vivo, diz o Eterno, que, como

falastes aos Meus ouvidos, assim farei a vós' ",[878] e também "E escutou o Eterno, vosso Deus a voz de vossas palavras e irou-se e jurou".[879]

A Torá não protege os difamadores. No caso de Doeg, o edomita, que falou *Lashón Hará*, sua sabedoria e a Torá que aprendeu não lhe serviram de escudo:[880] "Uma transgressão pode eliminar uma *Mitsvá* [praticada], mas não pode eliminar a Torá [aprendida]," como está escrito: "Porque a *Mitsvá* é como uma lâmpada e a Torá, sua luz".[881] – e isto se aplica a quem comete uma transgressão esporadicamente, mas não a quem removeu de sua consciência o jugo Divino.

Segundo nossos sábios, [882] "A Congregação de Israel é querida por sua voz, como está escrito: 'faze-me ouvir a tua voz, porque a tua voz é agradável'; [883] mas também é detestada por sua voz, como está escrito: "Ela pronunciou-se contra Mim com sua voz, por isto a detestei'. [884] E está escrito: 'A vida e a morte estão na ponta da língua',[885] e 'E os que a amam, comerão de seus frutos'.[886] – ou seja, o homem que dá o devido valor ao que fala, dedicando suas conversas ao aprendizado de Torá e boa conduta, comerá os frutos dos bons hábitos de sua língua: difundirá a paz, ensinará aos outros os caminhos do bem, assim como distanciar-se do mal, estimulando-os a serem zelosos com a verdade. Não há limite para as *Mitsvót* que uma pessoa pode fazer com sua língua, pois "A vida está na ponta da língua".

Podemos dividir os difamadores em seis categorias:

1) Os que comentam os atos maus dos outros: "assim fizeram" e "assim deixaram de fazer." Pessoas desta categorias acabam falando mal de gente *Casher* (idônea), adicionando mentiras a seus comentários. A Torá nos exorta a não aceitar *Lashón Hará*, pois podemos estar ouvindo mentiras, como está escrito: "Não dês ouvido à maledicência".[887] Quem fala *Lashón Hará*, também se apressa a aceitar *Lashón Hará*. Saiba que, quem ouve *Lashón Hará*, equipara-se a quem a está contando, pois consente com seu conteúdo, legitimando o que difamador lhe conta. Mesmo que não acredite no que estão lhe contando, o simples fato de ouvir o difamador com atenção em público, dá um toque de veracidade ao que está sendo comentado e convida outros a ouvirem-no falar, acreditando também no que diz o difamador. Quem ouve *Lashón Hará* é tão culpado quanto quem a conta, pois deveria estar ralhando com esta pessoa e exortá-la a não

comentar a vida alheia. No entanto, ao ouvir suas difamações com atenção, torna-se cúmplice de seu interlocutor, estimulando-o a prosseguir com seu terrível discurso. Por este motivo, o versículo acima nos alerta para não darmos atenção à difamação e não darmos crédito, dentro de nossos corações, ao que está sendo dito, para que as pessoas que estão sendo difamadas não sejam diminuídas aos nossos olhos.

2) As pessoas que fazem em particular comentários verdadeiros sobre a vida alheia. Se você comenta com uma pessoa sobre os maus atos de seus ancestrais, está transgredindo o que diz o versículo: "E não transtornareis cada um ao seu companheiro".[888] Neste caso, o transtorno é causado com palavras. [889]

3) Os que envergonham alguém em público, comentando os defeitos de seus ancestrais. Sobre este tipo de atitude, nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Quem faz empalidecer o seu próximo em público, não tem parte no Mundo Vindouro".[890]

4) Os que difamam os atos dos antepassados de alguém em público, embora não na presença deste, para humilhá-lo e torná-lo odiado pela comunidade. Sobre esta tipo de pessoa nossos mestres dizem: "As hordas dos falantes de *Lashón Hará* não recebem a Presença Divina".[891]

5) Os que comentam os pecados passados de um *Baal Teshuvá* (que pecou mas retificou seus atos) [892] – pois até os pecados de quem se arrepende de verdade transformam-se em méritos. [893] Esta pessoa estaria difamando os méritos de alguém! Além disso, coloca obstáculos à frente da pessoa que retornou ao caminho do bem, pois ao sentir-se humilhado, ela se sentirá no direito de retribuir a ofensa. Uma discussão poderá irromper entre estas duas pessoas e o resultado pode ser uma briga de tamanha proporção que faça com que o *Baal Teshuvá* perca os méritos que conseguiu corrigindo seu comportamento falho. E outros que estejam escutando como aquele *Baal Teshuvá* está sendo humilhado se sentirão desencorajados. Este difamador estará bloqueando as portas da *Teshuvá* para seus companheiros. Saiba também que se alguém vê um amigo transgredir a Torá em particular e conta isso a outros, comete um grave pecado, pois este amigo pode ter se arrependido do que fez e aquele já espalhou o boato de seu pecado pelo mundo. A única possibilidade de fazer um uso positivo deste tipo de atitude seria contar o ocorrido a um homem justo, em privado, para que repreenda o amigo da maneira apropriada, garantido que fará *Teshuvá* da melhor maneira possível. No entanto, a pessoa

que fez o comentário com o justo deve manter distância do amigo que pecou, até certificar-se que ele tenha emendado seus atos maus. Se o pecador for um erudito em Torá e um homem temente a Deus, devemos considerar que com certeza ele terá se arrependido de algum ato falho que tenha cometido. Pois se seu *létser Hará* o atacou um vez, seguramente arrependeu-se disto logo que cometeu a transgressão.[894]

6) Os que difamam os *Gabaím*, homens responsáveis pela coleta da caridade e sua distribuição, alegando que não o fazem de maneira idônea e que não temem aos céus. Quem os difama, dizendo que roubam da caridade, que distribuem-na a quem bem entendem ou entre seus familiares, incorrem em delito de calúnia cuja pena é fatal, pois faz com que os *Gabaím* idôneos queira se afastar do cargo e em seu lugar acabarão por empossar *Gabaím* de reputação duvidosa, causando um sofrimento verdadeiro aos pobres da comunidade, que antes contavam com ajuda para seu sustento mas agora são espoliados pelos novos *Gabaím*. O difamador não só fez um mal à toda a comunidade como sabotou um serviço Divino crucial que era feito pelos *Gabaím* anteriores. O mal causado à reputação destes representantes da comunidade deveria ser substituído pelo devido respeito por sua posição e reputação imaculadas. O dano causado à posição é irreversível, pois outros homens de caráter correto e tementes a Deus não desejarão ocupar a posição de *Gabái*, por medo de caírem na suspeita do povo, dizendo a si mesmos: "Porque não suspeitariam de nós se suspeitaram daquele outro, reconhecidamente um homem temente a Deus?"

Um pecado que prejudica a todos os envolvidos

Quem diz *Lashón Hará*, além de ser punido pela injúria e pelo embaraço que causou a seu colega, também é punido por ter derivado prazer da vergonha alheia, pois está escrito: "E amarás ao próximo como a ti mesmo".[895] Assim como somos zelosos com nossa própria honra, devemos ser zelosos com a honra alheia.[896] E está escrito: "Quem se alegra com a calamidade alheia não escapará do castigo".[897] Existe um contexto no qual quem se alegra com uma difamação verdadeira é mais grave do que se alegrasse com uma difamação falsa: pois a difamação baseada em fatos verdadeiros encontrará eco no pensamento alheio mesmo se a pessoa que cometeu o pecado se arrependeu, enquanto a difamação baseada em falsidades geralmente é percebida como tal e pode não ecoar com tanta intensidade, fazendo com que acreditem nela. Na maioria dos casos, ofensas baseadas em falsidades são mais graves que as baseadas em verdades.

Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "A difamação mata três pessoas: quem fala, quem escuta e de quem se fala".[898] E quem escuta é punido com mais severidade que o difamador. Já é proibido viver na vizinhança de gente difamadora, para não falar de sentar-se à mesa com eles e ouvir seus discursos. Deus decretou que nossos antepassados permaneceriam no deserto por quarenta anos, tão somente porque difamaram a Terra de Israel.

Outro aspecto negativo da difamação está presente em quem denuncia os atos maus de seu companheiro e sente-se superior a ele, pensando consigo mesmo: "Ele fez tal e tal coisa, mas eu, eu agi corretamente!" Quem faz isso é arrogante e garante a si mesmo que é um justo. Se fizer uma *Mitsvá* e achar-se importante por isto, já estará cometendo um pecado; tanto mais se cometer uma transgressão tal como denunciar as falhas de seus colegas. E se alguém difama órfãos e viúvas, seu pecado é maior ainda; já não lhes basta o sofrimento pelo qual passam: vem o difamador e aumenta-lhes a agonia!

Se alguém pede fogo a um amigo e este lhe diz: "Peça naquela casa, eles tem fogo, pois sempre fritam carnes e peixes", também está dizendo *Lashón Hará*.[899] Veja até que ponto devemos zelar pelo que dizemos! Mesmo o que nos parece distante de ser *Lashón Hará*, talvez o seja. Existe ainda o que chamamos "vestígios" de *Lashón Hará*, como a pessoa que diz: "Não me pergunte sobre fulano, não quero dizer o que sei sobre ele."

No mesmo tratado talmúdico (*Arachím* 16a), nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Não faça comentários positivos sobre teus colegas, pois começará contando o lado bom e terminará denunciando seus defeitos". Por exemplo, se alguém faz um comentário positivo sobre uma pessoa na frente de seus inimigos, lhe dirão: "Como pode elogiá-lo se ele fez isto e aquilo?" Sobre isto está escrito: "Se alguém louva seu amigo em altos brados pela manhã, será como se o tivesse amaldiçoado".[900] Contudo, é permitido louvar as pessoas que amamos, como aprendemos na Ética dos Pais: [901] "Cinco discípulos tinha Raban Iochanán ben Zacai... ele costumava apontar suas qualidades".

O rei Salomão, em sua sabedoria, definiu quem fala *Lashón Hará* de maneira jocosa, como se estivesse brincando: "Tal qual um louco que atira dardos e flechas aleatoriamente nas pessoas, o difamador ludibria seus colegas dizendo-lhes 'Não percebe que estou brincando'?"[902]

Há também os que falam *Lashón Hará* como se não soubessem estar difamando seus colegas e quando lhes dizem que o que falam é *Lashón Hará*, alegam que não sabiam.

Se alguém te confia um segredo, é proibido revelá-lo a outra pessoa a menos que te autorize a isso. No entanto, aquilo que é comentado à frente de três pessoas é considerado de domínio público [903] e repeti-lo não incorre no pecado de *Lashón Hará*.[904] Mas se quem escutou adicionar fatos por conta própria, estará cometendo *Lashón Hará*. Se os presentes pediram a esta pessoa para não comentar o que ouviu e ela o fez, terá então cometido *Lashón Hará*. O Talmud nos traz o exemplo de um discípulo de Rav Ami, que contou um segredo que ouvira no *Bêt Midrash* vinte e dois anos depois de tê-lo ouvido e por isto foi banido da casa de estudos pelo próprio Rav Ami, que disse: "Este homem é um revelador de segredos".[905]

Cuide-se muito para não falar nem dar ouvidos a *Lashón Hará*, pois quem anda pelo mundo apontando os defeitos dos outros, está nada mais que apontando seus próprios defeitos.[909] Os defeitos de uma pessoa estão sempre frente a si, como se estivesse olhando-se num espelho e por este motivo os vê também nos outros. Podemos conhecer o caráter de uma pessoa pelo tipo de assunto que sai sempre de sua boca: se elogia muito as mulheres é porque gosta de mulheres; se vive falando de vinhos e experiências gastronômicas, saiba que é um glutão e assim é em relação aos demais assuntos. Provamos isto citando o versículo: "Ah! Como são por mim amados Teus mandamentos!

Eles são permanentemente o tema de minha meditação".[910] Quem ama Torá fala dela continuamente. Tudo o que dá prazer ao homem, é constante objeto de sua fala.

Tão grave quanto

Existe uma outra transgressão, chamada "mexerico". A quem chamamos de "mexeriqueiro"? A quem se arma com contos e discursos e vai de lugar em lugar dizendo às pessoas: "Fulano disse isso e aquilo; escutei tal e tal coisa de Beltrano." Mesmo se o que ouviu é verdade, está destruindo o mundo, espalhando-o pelos quatro ventos. A Torá nos alerta neste sentido: "Não andarás com mexericos entre o teu povo".[906] E o que é um "mexerico"? É revelar ao público o que um amigo nos confiou em privado. Aprendemos no Talmud que um juiz não deve comentar ao sair do tribunal: "Inocentei o réu, ao passo que meus colegas o condenaram; o que fazer se eles são maioria?", [907] pois está escrito: "Não andarás com mexericos entre o teu povo" e também "Quem revela seus segredos é um mexeriqueiro".[908]

O mexeriqueiro está sempre tomando notas mentalmente dos defeitos alheios para poder comentá-los em público, como as moscas, que por onde andam, deixam um pouco de suas fezes. Se uma pessoa tem uma ferida, as moscas deixam a parte sã do corpo e pousam em sua ferida. Assim é o mexeriqueiro: desconsidera o lado bom das pessoas e busca seus pontos negativos. Certa vez, um homem caminhava junto a um sábio pelos campos, quando viu uma carcaça em estado de putrefação. O primeiro disse: "Como cheira mal esta carcaça!" E o sábio respondeu: "Mas seus dentes são tão brancos!". Imediatamente, o sábio repreendeu seu pupilo: "Porque mencionar o lado negativo de algo? Ressalte seu lado positivo!" Aprendemos então que o homem deve olhar sempre para o lado positivo das coisas.

Se vir uma pessoa fazendo algo pelo qual possa ser julgada tanto favorável quanto desfavoravelmente, se esta pessoa for temente a Deus, somos obrigados a julgá-la favoravelmente, ainda que as evidências pendam para um julgamento desfavorável. Se esta pessoa for mediana, geralmente praticando o bem mas por vezes desviando-se do caminho correto, também temos o dever de julgá-la favoravelmente. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Quem julga seu semelhante pela escala do mérito, também será julgado pelo Altíssimo pela escala do mérito".[911] Dar a outros o benefício da dúvida também é um mandamento positivo da Torá: "Com justiça julgarás o teu próximo".[912] Se as ações desta pessoa tendem ao lado negativo, trate-a com dúvida, mas ainda assim não a julgue desfavoravelmente. Mas, se for reconhecidamente malvada,

sabendo sua palavras e atos serem desprovidos de qualquer sentimento de temor a Deus, devemos julgá-la desfavoravelmente.

Se alguém revela teus pecados, não diga a si mesmo: "Assim como me fez, lhe farei também!" Pois está escrito: "Não te vingarás e nem guardarás ódio contra os filhos de teu povo".[913] Similarmente, não se vanglorie por agir de maneira correta, dizendo: "Não serei como ele, que revelou meus segredos!" Pois se disser uma parte do segredo, já o disse todo. Esta é uma importante regra para quem teme a Deus. No entanto, se o transgressor for reconhecidamente alguém que removeu de sobre si o Jugo Divino, não resguardando-se contra o pecado, é uma *Mitsvá* comentar seus defeitos e revelar seus pecados ao público, para que transgressores como este sejam diminuídos aos olhos do povo. Deste modo, a sociedade os evitará e se afastará de seu caminho pecaminoso, como está escrito: "Os justos abominam os perversos" [914] e também "Temer a Deus é odiar o mal".[915] Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "De um malvado, filho de um justo, podemos dizer que é um 'malvado, filho de um malvado'; já a um justo, filho de um malvado, podemos chamar 'justo, filho de um justo".[916]

É permitido embaraçar alguém em honra aos Céus, mas se estivermos no meio a uma disputa e desejarmos envergonhar alguém em benefício próprio e não em honra aos céus, não devemos revelar seus pecados. Se quem revela os pecados de outros é, ele mesmo, um pecador, também não deve fazê-lo, pois não o fará para o bem, como está escrito: "As palavras que saem dos lábios servem à depreciação".[917]

Raras, Raras Exceções

Em casos isolados, *Lashón Hará* é uma *Mitsvá*, como por exemplo: se duas pessoas más tramam fazer algo terrível, é permitido falar mal de um para o outro, para que se odeiem e destruam-se mutuamente, assim não farão mal às pessoas de bem. Se um homem devasso flerta com uma mulher casada, é permitido falar mal de um para o outro, para que não cometam adultério. Em alguns casos, contudo, não devemos falar mal de uma pessoa malvada em público se sabemos que isto a envergonhará a ponto de esquivar-se completamente das normas sociais e perder-se totalmente.

É permitido falar mal dos mexeriqueiros,[918] como está escrito: "Eu também entrarei depois de ti, e completarei as tuas palavras".[919]

Como muitas coisas dependem de nossas línguas, temos de ser estritamente zelosos com seu uso. Por este motivo, o rei David escreveu: "Guarda do mal a sua língua".[920]

Nossos sábios, de abençoada memória, contam sobre um homem que andava pelas ruas anunciando: "Quem quer comprar o elixir da vida? Venham e comprem!" Várias pessoas ajuntaram-se à sua volta para comprar o tal elixir. Então ele pegou um livro de Salmos e abriu na passagem que diz: "Quem é o homem que ama a vida e deseja longos dias para aproveitá-la em felicidade? Aquele que guarda do mal a sua língua e cujos lábios não pronunciam falsidades".[921] Quando o Rabi Ianái presenciou esta cena, convidou este homem á sua casa, alimentou-o, saciou sua sede e deu-lhe dinheiro. Seus discípulos o indagaram: "Porventura o mestre desconhecia estes versículos?" E ele lhes respondeu: "Conhecia, mas não dava conta de seu significado profundo, pois quando me deparava com eles, passavam-me desapercebidos. Então veio este homem e chamou minha atenção para a importância suprema de cuidar a língua, o que farei com mais empenho a partir deste momento".[922]

Corrigir-se, um esforço sem igual

Portanto, quem já acostumou sua língua a falar com desdém, a adular, caçoar e comentar a vida alheia, mas agora deseja seguir o caminho certo, terá de construir cercas fortes e seguras em torno de sua língua. E que cercas são essas? Devemos evitar a todo custo as companhias que o levavam a falar levianamente e abandonar totalmente estas amizades. Pois se chegarmos perto deles novamente, não escaparemos à tentação de falar baboseiras. Eles começarão a falar incessantemente dos meus assuntos inúteis a que estão acostumados, incluindo nisto *Lashón Hará*, mentiras e bobagens e você não se conterá, aderindo ao espírito do grupo. Mas um caminho seguro a tomar é falar o mínimo possível, apenas o estritamente necessário. O remédio para isso é dedicar mais horas sentado em seu quarto estudando Torá. Procure a companhia de homens justos, que falem somente palavras de Torá e de temor a Deus. Deve proceder assim indefinidamente, até sentir-se curado deste mal maior.

Está escrito: "A vida e a morte estão na ponta da língua e quem a ama comerá de seus frutos".[923]

Certa vez, um rei persa adoeceu. Seus médicos lhe disseram que não se recuperará a menos que beba leite de leoa. Ao ouvir isto, um de seus súditos disse: "Tratei leite de leoa ao rei, mas para isto, conceda-me dez cabras". O rei ordenou que lhe dessem as cabras. Deram-lhe. Este homem tomou seu caminho e deteve-se quando avistou uma leoa dando de mamar a seus filhotes à porta de uma caverna. Ficou a espreitá-la por alguns momentos, até que lhe deu uma cabra como alimento. No dia seguinte, deu-lhe outra cabra, e assim por diante, até conquistar a confiança da leoa, quando ordenhou dela leite suficiente para curar o rei e tomou seu caminho de volta ao palácio. No meio do caminho teve um sonho, onde os membros de seu corpo discutiam entre si: as pernas diziam "Somos os membros mais importantes – não fosse por nós, não haveria como buscar o leite". As mãos diziam, "Nós somos os mais importantes, pois sem nós não teria como ordenhar o leite". O coração dizia: "Eu sou o mais importante, pois sem o meu conselho, ele não saberia o que fazer". Os olhos disseram: "Somos nós os mais importante – não fosse por nós, não teria avistado a leoa". A língua então disse-lhes: "Não há ninguém como eu! Se não tivesse falado ao rei, vocês de nada adiantariam." O restante dos membros lhe responderam: "Como ousa comparar-se conosco? Você não tem ossos e está o tempo inteiro deitada, cerrada entre duas muralhas!". Disse-lhes a língua: "Hoje vou lhes dar um prova de minha superioridade!" Ao chegar à presença do rei, o súdito disse: "Majestade, aqui está o leite de cadela". O rei enfureceu-se e mandou enforcá-lo. Quando se dirigia ao local de sua execução, os membros do corpo começaram a chorar. A língua então lhes falou: "Eu disse que vocês de nada valem! Se os salvar, reconhecerão minha superioridade?" Os outros membros responderam afirmativamente. Disse então a língua ao carrasco: "Leve-me de volta ao rei, talvez possa salvar-me". Quando o trouxeram de volta, perguntou ao rei: "Porque decretastes que me enforquem?" O rei respondeu: "Porque me trouxeste leite de cadela". O súdito lhe disse: "E que te importa isso se serve para curar-te? Ademais, as leoas às vezes são chamadas de cadelas". Tomaram-lhe o leite, examinaram-no e constataram ser leite de leoa. Quando o rei curou-se de sua enfermidade, ordenou que este súdito ganhasse presentes finos. Seus membros disseram então a língua: "Agora reconhecemos que você reina sobre nós." É a isto que alude o versículo "A vida e a morte estão na ponta de língua". Em relação a isto, o rei David escreveu: "Serei cuidadoso em meu caminho para não pecar em minha língua".[924]

A língua é superior aos sacrifícios, como está escrito: "Em cânticos, então, louvarei o Nome do Eterno, e em meus agradecimentos, O exaltarei; serei mais prazeroso ao Eterno que toda a oferenda do passado".[925] Devemos refletir no que representa a língua para o ser humano, pois grande parte de seu destino, para o bem ou para o mal, depende dela. O homem pode, com sua língua, cometer os mais graves pecados, como a difamação, a calúnia, a adulação, o desdém, a falsidade e toda série de outras transgressões, sem ganhar nada com isso. Por outro lado, pode com ela praticar *Mitsvót* infinitamente importantes! Se as criaturas dizem: "Não temos posses, como faremos caridade?" – não sabem que um tesouro se oculta bem perto delas mesmas: sua língua, tesouro este que pode brindar-lhes uma vida de felicidade neste mundo e no Mundo Vindouro, como disse o rei David: "Quem deseja ter mais vida neste mundo e no Mundo Vindouro?" Responderam-lhe: "Não se pode ter ambos." O rei David retrucou: "Não custa quase nada, como está escrito 'Quem é o homem que deseja a vida?'". Indagaram a ele: "Quem pode adquirir vida?" E ele lhes respondeu: "Guarda tua língua do mal" (*Midrash Tehilim*, Buber Edition 39:4).

Devemos habituar nossas línguas a proferirem unicamente palavras de Torá e fé, a admoestar os homens e seus filhos e exortá-los a cumprirem os mandamentos Divinos. Com ela, devemos consolar os enlutados e confortar os pobres, implantando esperança em seus corações. Com ela, devemos dizer a verdade e entoar louvores ao Eterno. Desta maneira, seremos queridos na Terra e amados nos céus. Nossa recompensa será grande, como a que está reservada aos justos.

A Psicologia do Arrependimento (*Teshuvá*)

O Rabi Levi disse: "Grande é a *Teshuvá*, que alcança o Trono da Glória, como está escrito: 'Volta, ó Israel, para o Eterno, teu Deus'". [926]

Nossos sábios, de abençoada memória, escreveram: "Quando Moisés ascendeu ao primeiro firmamento, deparou-se com grupos de anjos: abriram-lhe um livro da Torá, leram sobre a Criação do mundo no primeiro dia, fizeram uma pausa e começaram a louvar a Torá; quando ascendeu ao segundo firmamento encontrou ramalhetes de anjos que leram sobre o segundo dia da Criação e começaram a louvar a Torá e o povo de Israel; ascendendo ao terceiro firmamento encontrou batalhões de anjos lendo sobre o terceiro dia da Criação, quando pararam e começaram a louvar Jerusalém; ascendeu ao quarto firmamento e viu anjos poderosos lendo sobre o quarto dia da Criação, quando fizeram uma pausa e começaram a louvar o *Mashiach* (Messias). Quando ascendeu ao quinto firmamento, encontrou acampamentos e mais acampamentos lendo sobre o quinto dia da Criação, fazendo uma pausa e falando sobre a aflição do *Guehinom* (Purgatório). Quando ascendeu ao sexto firmamento, encontrou anjos que liam sobre o sexto dia da Criação, quando fizeram uma pausa e começaram a falar sobre o *Gan Éden* (Paraíso), implorando ao Santíssimo, bendito seja, que lhes dê uma porção semelhante à dos judeus no *Gan Éden*. Quando ascendeu ao sétimo firmamento, deparou-se com Ofanim, Sefarim, Galgalim, anjos de misericórdia, anjos de bondade e caridade, anjos de arrepio e estremecimento – e de imediato, agarrou-se ao Trono da Glória Divina. Ele começaram a ler sobre o sétimo dia da Criação: "E completaram-se o céu e a terra...", fizeram uma pausa e começaram a descrever os méritos da *Teshuvá*. Aprendemos então, que a *Teshuvá* ascende até o Trono da Glória, como está escrito: "Volta, ó Israel, para o Eterno, teu Deus".[927]

O Rabi Akiva disse: "Sete coisas precederam a criação do mundo: Torá, *Teshuvá*, *Gan Éden*, *Guehinom*, o Trono da Glória, o Templo e o nome do *Mashiach*" (*Pessachím* 54a). Porque justamente estas sete coisas? Saiba que o universo foi criado unicamente por causa do homem, pois não há necessidade de um plano material, exceto para o homem. Ele governa todo o mundo terrestre, os animais, os pássaros, os peixes e as criaturas rastejantes. Como o principal objetivo da Criação é o homem, a Torá precisa preceder o mundo, para que ele tenha um sustentáculo, como está escrito: "Assim como não se anulará a Minha aliança com o dia e com a noite, e as leis imutáveis do céu e da terra que Eu estabeleci".[928] E, se a Torá precedeu o universo, é necessário que a *Teshuvá* também o preceda, pois a Torá contém mandamentos positivos e negativos, com punições prescritas para os transgressores e por isso é necessário dar tempo ao homem para que se arrependa e possa corrigir seus erros. Está escrito: "Pois não há sobre a terra alguém tão correto que só faça o bem e não peque jamais".[929]

Não fosse a *Teshuvá*, o mundo não duraria uma só geração, porque se todos pecassem, seriam imediatamente destruídos. Por este motivo a Torá narra o episódio de Sodoma e Gomorra – para alertar os homens e fazê-los compreender que seus pecados têm consequências fatais, como no caso das duas cidades que foram destruídas pelo mal que causaram. Mas o Eterno, bendito seja, fez com que a *Teshuvá* precedesse o universo e Ele espera o arrependimento dos homens, geração após geração.

Da mesma forma que a Torá e a *Teshuvá* precederam a Criação do mundo, também o *Gan Éden*, o *Guehinom* e o Trono da Glória, locais onde o homem é recompensado ou punido por seus atos, são anteriores, bem como o Templo e o nome de *Mashiach*. Pois virá o dia em que a terra estará repleta de Conhecimento Divino, o dia em que o homem não mais terá o *létser Hará*,[930] e todos – jovens e adultos – conhecerão com plenitude o Criador, bendito seja, e saberão que a finalidade do mundo para o homem é ser o instrumento de devoção ao Eterno — "E os redentores ascenderão ao Monte Tsión",[931] "E virá um redentor a Tsión e para os que se arrependeram em Jacob".[932]

O tempo é curto e a tarefa extensa

Porquê se Arrepender

Sete considerações devem motivar as pessoas a se arrependerem quanto jovens, época da vida repleta de energia:

1) Levemos em conta que o serviço Divino, o temor ao Eterno e tudo o que está relacionado a estas questões é complexo e inclui diversos detalhes, como está escrito: "Sua medida é maior que a da terra e mais larga que a dos mares"[933] e também "O dia é curto"[934] – um paralelo ao nosso tempo de vida neste mundo, curto em dias, ou "Nossos dias são como um sombra sobre a terra".[935] Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Não são como a sombra de um muro ou como a sombra de uma árvore, mas como a sombra de um pássaro voando sobre a terra."[936] Também está escrito: "E os operários indolentes" [937] – uma referência ao homem, que tem dentro de si a inclinação para a preguiça.

Agora, reflita: se você tiver que andar dez ou mais quilômetros por dia, numa estrada coberta de obstáculos, cheia de pedras e arbustos, com assaltantes e assassinos à espreita, percorrendo este trajeto por ordem de um rei, deve se levantar o mais cedo possível para poder concluir sua jornada da melhor maneira e no menor tempo possíveis. Temos então que nos levantar cedo para servir ao Criador, bendito seja. E ainda que empenhemos toda a nossa energia nesta tarefa, realizaremos somente uma parcela daquilo que o Eterno espera de nós, como está escrito: "Pois Ele conhece nossa natureza"[938]

Um rei havia cedido parte de seus campos a um de seus servos e lhe ordenou cuidá-lo e fazê-lo frutificar, trazendo a ele, o rei, trinta Kur (uma medida de grãos) por ano. Após um ano de exaustivo trabalho, o servo trouxe cinco Kur ao rei, que perguntou: "O que você fez"? E ele respondeu: "Alteza, o campo era de péssima qualidade. Lavrei-o com todas as minhas forças, mas ele só produziu esta quantidade de grãos." [939] Assim é com os homens em geral: ainda que trabalhem com toda sua energia, não alcançam o rendimento máximo. E se dizem que esperarão até terem tempo e dinheiro suficientes, suas

preocupações com as coisas do mundo jamais cessarão pois, como ouvimos de nossos sábios, de abençoada memória: "Não digas 'estudarei quanto tiver tempo', pois talvez nunca tenhas tempo.[940]

2) Se uma pessoa esperar para fazer *Teshuvá* quando acumular riqueza, só almejará mais e mais fortuna, como alertaram nossos sábios, de abençoada memória: [941] "Nenhum homem deixa este mundo com metade de seus anseios realizados. Se tem cem, quer duzentos. Se tem duzentos, quer quatrocentos, como está escrito: 'Não se saciará com dinheiro o que ama a prata'".[942] Por isso, não adie sua *Teshuvá* sob circunstância alguma.

3) O tempo passa e o serviço aumenta – o serviço da Torá, do aprimoramento da alma e da aquisição de virtudes tais como o amor, o temor, o apego a Deus, como nossos sábios, de abençoada memória disseram: "O dia é curto, o trabalho imenso". [943]

4) Se não cuidar do aperfeiçoamento do espírito, teu *létser Hará* crescerá progressivamente e endurecerá teu coração; habituando-se a pecar, passará a ver o que faz como algo valioso, e não como a transgressão que é na realidade. [944]

5) Se retardar a *Teshuvá*, você pode terminar seus dias antes de fazê-lo. Por este motivo, o rei Salomão nos exorta a "manter nossos trajes sempre brancos".[945]

6) Se tardamos em fazer *Teshuvá*, nossos pecados prescreverão – aos nossos olhos – e não sentiremos necessidade de retificá-los.

7) Quanto mais envelhecemos, mais nosso *létser Hará* se enfraquece e já não temos o mérito de sermos recompensados por resistir a ele como poderíamos e deveríamos ter feito durante a juventude, quando no auge do nosso vigor.

Com estas sete considerações em mente, devemos nos apressar em fazer *Teshuvá* perante o Eterno Rei.

Pontos Cardeais

Se despertarmos para o arrependimento, não teremos sucesso em nosso processo de *Teshuvá* se não cobrirmos sete pontos essenciais:

1) Reconhecer nossos pecados, lembrando-os um a um, pois quem esteve habituado a pecar em sua juventude continuará pecando durante toda a vida, a menos que recorde-se do que fez e não o faça novamente. Os homens geralmente pensam que não precisam arrepender-se, a menos que tenham coabitado com uma mulher casada, com uma gentia, se corrompido ou cometido transgressões igualmente graves. Estes homens não estão cientes da necessidade de arrepender-se de outros pecados e isto é um grande equívoco, porque temos de fazer *Teshuvá* em relação a todos os mandamentos da nossa sagrada Torá, positivos e negativos, assim como de todas as coisas que nossos rabinos proibiram. Transgredir decretos rabínicos é grave e pode incorrer em pena capital. [946] Se você desrespeitou palavras da Torá ou de nossos sábios, deve arrepender-se de ter cometido estes atos.

Preste atenção no que te aconselharei agora, meu filho, pois a maioria dos homens não evita conversas tolas e flertes com mulheres. Não fazem suas orações do modo correto, conversam dentro da Sinagoga, falando sobre coisas inúteis e jocosas; não praticam *Tsedacá*, doando dinheiro aos que precisam. Fecham o coração e as mãos a quem lhes pede ajuda e não dizem palavras de consolo aos menos favorecidos. Não cuidam daquilo que sai de suas bocas, proferindo juras vãs, praguejando contra seus companheiros ou contra si mesmos em nome do Eterno e mencionam Seu Nome em vão em lugares impuros ou quando têm as mãos impuras. Negligenciam o estudo da Torá, a mais grave de todas as ofensas. Não lutam para afastar seu espírito da inveja, do ódio, da difamação, do orgulho, da ira e de outros traços negativos de caráter mencionados neste livro. Não mantém os mandamentos positivos que envolvem ação (como, por exemplo, fazer a ablução das mãos nas ocasiões determinadas por nossos sábios), não respeitam as leis de danos e prejuízos que envolvem as relações do homem com seus semelhantes; transgridem o Shabat e outros mandamentos, seja por negligência ou ignorância. Uma regra simples e clara: quem desconhece o conteúdo e os detalhes das *Mitsvót* não as cumpre de maneira correta e pode passar toda uma vida sem tê-las observado adequadamente, sem sabê-lo.

A pessoa em processo de *Teshuvá* precisa saber quais são os mandamentos que não cumpriu ou que cumpriu de modo incorreto. Como sabê-lo? Estudando Torá e se aprofundamento nos detalhes de suas *Mitsvót* para saber quais cumpriu, quais não cumpriu, no quê pecou e como. Se não souber dos detalhes, como saberá de que deve se arrepender? Por isto deve conhecer bem os pecados que cometeu, como está escrito: "Pois reconheço minha transgressão e ante mim está sempre meu pecado".[947]

2) Mesmo que saiba de seus erros, pessoa alguma pode se arrepender a menos que conheça – e reconheça – a gravidade do que fez. Se pensar "Que mal há em desfrutar das coisas deste mundo sem pronunciar as bênçãos pertinentes? Que mal há em não estudar Torá? Isto não é tão grave assim!," não sentirá remorso por deixar de observar os mandamentos e nem se arrependerá de coração pleno. Devemos raciocinar de maneira oposta e concluir que não há nada tão grave quando negligenciar os mandamentos do Eterno, bendito seja. Se as ordens de um mero rei de carne e osso não nos passariam desapercebidas e as cumpriríamos com todo o rigor, o que dizer então dos comandos que recebemos do Rei dos reis – Seus mandamentos?

3) Quem peca precisa acreditar de todo coração que existe recompensa por observar ou punição por negligenciar os mandamentos. Caso contrário, jamais se arrependerá de verdade. Quando a noção da punição estiver clara em sua mente, arrependa-se de imediato e rogue clemência ao Santíssimo, bendito seja, como está escrito: "Estremece meu corpo com tremor de Ti, e teus juízos reverencio".[948]

4) Quem transgride tem que saber que tudo o que faz e já fez na vida, todos os maus pensamentos e futilidades que passaram por sua mente, estão relatadas num livro perante o Criador, como está escrito: "Por certo, os frutos de suas obras más estão guardados Comigo, selados nos Meus depósitos";[949] "Com as mãos de todos os homens Ele assina, para que cada um possa reconhecer seus atos".[950] Porque se alguém pensar que seus erros podem ser esquecidos, não se arrependerá deles e não pedirá o perdão Divino. Muitos chegam a pensar que se o Eterno, bendito seja, adia a punição pelas transgressões por muito tempo, isto significa que serão esquecidas e, assim, não teremos de prestar contas. Está escrito: "Como a sentença sobre os feitos malévolos não se cumpre com presteza, o coração dos filhos dos homens é encorajado a praticar o mal". [951]

5) Saiba que a *Teshuvá* é o remédio perfeito para os todos os pecados. Se um enfermo não acredita no poder de cura de determinado medicamento, não se apressará em tomá-lo; mas se estiver completamente convencido de sua eficácia, o tomará rapidamente e suportará seu gosto amargo. Do mesmo modo, quando o homem se conscientiza do poder da *Teshuvá*, anseia por realizá-la em seus vários níveis.

6) É nossa obrigação reconhecer os favores que nos fez e nos faz o Criador durante nossas vidas e agradecê-lo. Não só fomos ingratos, como transgredimos Sua lei. Devemos pesar o sofrimento da punição contra a doçura passageira da prática do pecado e, também, a recompensa pelas *Mitsvót* contra os sofrimentos pelos quais passamos neste mundo, como disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Compara o prejuízo eventual de um preceito com o seu ganho, e o ganho eventual de uma transgressão com seu prejuízo".[952]

7) Devemos suportar as dores decorrentes do abandono dos vícios e maus hábitos aos quais nos habituamos. A conta é simples: quando uma pessoa se acostuma a pecar, seus pecados lhe parecem permitidos [953] e fica cada vez mais difícil desfazer-se dos hábitos. É necessário grande dose de coragem, forças e "cercas de proteção" para nos desvencilharmos deles. Precisamos estar convictos da necessidade de abrir mão daquilo que só nos prejudica e fazê-lo de corpo e alma; remover os maus hábitos do coração como se nunca os tivéssemos praticado, abominando e menosprezando o mal que nele existe, como está escrito: "Rasguem seus corações e não suas vestes".[954]

Se implantamos estas sete orientações em nosso espírito, estaremos bem perto da verdadeira *Teshuvá*.

Paradas obrigatórias

São muitos os graus de arrependimento, e eles variam segundo a proximidade de cada um com o Criador. A alma nunca se purifica totalmente, como se a pessoa jamais tivesse pecado, até que o homem tenha purificado seu coração. Como no caso de uma peça de roupa manchada: se limparmos somente a mancha, sua marca permanecerá, mas se alvejarmos toda a peça, o lugar da mancha desaparecerá, como está escrito: "Purga-me completamente de minha iniquidade e purifica-me do meu pecado".[955] Para isto, purifique o coração, como está escrito: "Limpa teu coração do pecado, ó Jerusalém".[956] Abordo agora os vinte pontos fundamentais para o arrependimento:

1) O homem deve acostumar seu coração a arrepender-se por ter violado normas e leis impostas pelo Altíssimo, como está escrito: "Deem honras ao Eterno, antes que escureça".[957] Quem se der conta da escuridão que descerá sobre a vida de quem ofende o Deus de Jacob, O temerá imensamente e se arrependerá dos pecados cometidos, dizendo a si mesmo: "O que fiz? Como não temi a Deus e nem as admoestações contra minhas transgressões? Como não tentei dominar meus impulsos negativos, entregando-me a prazeres momentâneos? Como pude macular o espírito que foi soprado dentro de mim pelo Criador? Como pude trocar o mundo grande, eterno, duradouro, por um mundo pequeno e efêmero? Como não recordei do dia da morte, que não deixará perante minha alma senão um corpo inerte dentro da terra? O homem deve preencher seu coração com perguntas desse tipo. É o que o profeta Jeremias tinha em mente quando disse: "Nenhum homem se arrepende perguntando-se 'O que fiz'?" [958] – o que significa que cada um deve perguntar-se: "O que fiz [de errado]?"

2) Abandonar o pecado. O pecador deve deixar por completo sua conduta anterior e comprometer-se a não voltar a fazê-lo. Este é o início do arrependimento – livrar-se dos pensamentos e das ações pecaminosas, decidindo dentro do seu coração não errar novamente, evitar pensamentos destrutivos e colocar um fim em atitudes maldosas.

3) Pesar os próprios atos. O transgressor deve amargurar seu coração pelos pecados cometidos. Se um homem perde uma moeda de ouro, sofre com isto; se perde toda a sua fortuna, fica de luto. Se outros tipos de calamidades o acometerem, ele se sentirá ferido e magoado. Deve portanto sentir-se ainda mais aflito ao dar-se conta de Ter violado os estatutos do Todo-Poderoso e corrompido seus caminhos diante Dele, quando Ele, por Sua

vez, retribuiu-lhe somente com benevolência; por isto, o homem deve amargurar-se tremendamente, sentindo tristeza por ter violado as leis Divinas e atingindo os diversos níveis de arrependimento de acordo com seu pesar pelos pecados que cometeu. Porque a aflição é proporcional à pureza da alma Divina, e o Santíssimo, bendito seja, é mais Misericordioso com o homem cuja alma agoniza com os pecados cometidos, mais do que quando este homem é atormentado por sofrimentos e aflições. Quando a alma – que vem diretamente da fonte de toda a Santidade – se remói por seus pecados, o Criador aceita-a imediatamente.

4) Luto e aflição em nossas atitudes: até agora mencionamos o pesar e a aflição no coração. Trataremos agora destes sentimentos quando expressos por nossas ações, como está escrito: "Mesmo agora, disse o Eterno, retornem a Mim com todo o vosso coração, com jejuns, prantos e lamentações".[959] Nosso luto deve se refletir em nossas vestes, tais como os que vestem sacos quando lamentam-se, como está escrito: "Por isto, vistais sacos, lamentai-vos e pranteai" [960] e "Que se cubram com sacos, tanto os homens, quanto os animais" [961] E [para que o processo de *Teshuvá* se complete] devemos nos abster de usar roupas finas e moderar prazeres tais como comer, beber, passear e coabitar. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: [962] "O coração e os olhos são dois agentes do pecado," mas também está escrito: "E não errareis indo atrás de (pensamentos de) vosso coração e atrás (à vista) de vossos olhos".[963] Porque a expiação pelos pecados cometidos por estes dois agentes se dá no coração através da angústia e nos olhos por meio das lágrimas, como está escrito: "Derramam meus olhos torrentes de lágrimas por saber... que não guardam Tua lei".[964] Note que não está escrito: "que não guarda Tua lei", mas "que não guardam Tua lei" – uma alusão aos olhos e ao coração. Os olhos viram o pecado e correram atrás dele, e por isso choraram.

Ao chorar por seus pecados, a pessoa deve dizer a si mesma: "Que minhas lágrimas extingam o fogo de Tua ira e o remorso pelas minhas faltas afastem de mim Tua punição; que minha mesa vazia (devido ao jejum) expie-me como o sangue aspergido nos cantos do Altar, meu sebo (consumido pelo jejum) queimado como o sebo que era queimado no Altar, que o som dos meus lamentos seja como os cânticos que eram entoados no Templo, o odor da minha alma em jejum como o aroma do incenso e a fraqueza dos meus membros como o desmembramento dos sacrifícios; que meu coração quebrantado faça rasgar os livros onde estão registrados meus pecados; que a troca de minhas roupas finas por

roupas de luto seja como as vestes do Cohen Gadol (Sumo-sacerdote) e a abstinência de banhar-me neste dia de luto se equipare à ablução das mãos e pés feita no Templo Sagrado. Que meus atos de penitência façam com que Tu voltes a mim e me aceite, pois me arrependi da perversidade de meus atos e não retornarei a pecar diante de Ti."

5) Inquietação: A pessoa que pecou deve preocupar-se com a punição que receberá por suas transgressões, pois a *Teshuvá* adia a punição de algumas delas e o sofrimento as purga,[965] como está escrito: "Minha iniquidade confesso e me inquieto com meus pecados".[966]

Em que diferem o pesar e a inquietação? O pesar é sobre o passado, e a inquietação, sobre o futuro. Devemos nos preocupar com o fato do nosso tempo de vida ser insuficiente para completar a *Teshuvá* sobre todos os atos pecaminosos que cometemos no passado e nos inquietarmos quanto ao *Iétser Hará*, para que não volte a apoderar-se do nosso espírito, como disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Não confies em ti até o dia da tua morte".[967]

6) Vergonha, pois está escrito: "Fiquei envergonhado e confundido, porque suportei o opróbrio da minha mocidade."[968] O pecador se envergonha de cometer transgressões na frente de outros pessoas; como não se envergonhará então diante do Eterno, bendito seja? O tema foi elucidado neste livro, no capítulo sobre a Psicologia da Vergonha.

7) Submeter-se e humilhar-se de todo o coração, pois quem conhece o Criador sabe como é triste a situação de quem desobedece Sua palavra. Quem peca deve sentir-se humilde aos olhos de Deus. O rei David – que em paz esteja –, ao confessar seus pecados quando o profeta Natan veio ao seu encontro, disse: "O verdadeiro sacrifício ao Eterno é o coração constrito, o Eterno jamais desprezará um coração angustiado e pleno de arrependimento".[969] "Um coração constrito é sinônimo de um espírito humilde. Aprendemos deste versículo que a humildade é um dos fundamentos da *Teshuvá*. Através da humildade o homem se reconcilia com o Eterno, bendito seja, como está escrito: "Para este olharei: para aquele que é pobre, abatido de espírito".[970] O nível mais elevado do serviço Divino é cumprir Seus mandamentos sem esperar reconhecimento, vendo a si mesmo como o ser pequenino que é, alguém que ainda não cumpriu tudo o que se espera dele na observância das *Mitsvót*.

8) Humildade nas ações: entre inúmeras outras coisas, devemos responder suavemente às pessoas. Se alguém o envergonhar por seus atos passados, você deve permanecer em silêncio ou dizer: "Reconheço que errei". A pessoa humilde não se adorna com roupas e joias caras, como está escrito: "E agora, despoja-te do teu ornamento".[971] Seus olhos estão sempre voltados para baixo, como está escrito: "Quem tem olhar rebaixado será salvo pelo Eterno".[972] São estes sinais da verdadeira humildade: a voz amena e suave e os olhos voltados para baixo. Eles têm o poder de abrandar o coração.

9) Dominar as vontades: sabemos que nossos desejos viciaram nossos atos e por este motivo é imperioso contê-los, domando a ansiedade em satisfazer tudo o que nosso corpo nos pede. O homem deve restringir sua alimentação, vestuário e coabitação ao mínimo requisitado pelo corpo. Quanto consumido pelo desejo, se afasta dos caminhos do raciocínio e deixa a porta aberta para o *létser Hará*, como está escrito: "E engordou-se Ieshurún e deu coices" [973] e, também, "Para que não se sacie e diga 'Quem é o Eterno?".[974] A vontade é a raiz de todos os atos. O homem deve, portanto, apurar-se em controlar seus desejos, como já foi extensamente explicado neste livro. Quebrar a própria vontade traz grande benefício, pois revela um coração bom e íntegro, que menospreza o que o fez pecar. Quem se abstém mesmo das coisas permitidas consegue resguardar sua alma das coisas proibidas, dizendo a si mesmo: "Se não sacio meus desejos com as coisas permitidas, como ousarei fazê-lo com as proibidas?"

10) Corrigir os aspectos negativos de seu comportamento com os mesmos meios que usou para cometer transgressões. Por exemplo, se costumava olhar para mulheres, deve caminhar agora fitando o chão; se costumava dizer Lashón hará, passará a pronunciar as palavras da Torá.[975] Sobre isto,[976] disseram nossos mestres: "Os justos retificam seus atos com os mesmo órgãos com os quais cometeram as trangressões".[977] Disseram também: "Se cometestes fardos de pecados, pratique agora fardos de *Mitsvót*. Se usou os pés para correrem a praticar o mal, faça-os agora correr para praticar o bem. A boca que falou perversamente, deve agora dizer palavras de saber, de verdade. A mão que derramou sangue inocente, faça-a ajudar os pobres. O coração que se ocupou de pensamentos malignos, deve agora ocupar-se com palavras de Torá e pensamentos positivos". [978]

11) Examinar nossas atitudes, como está escrito: "Procuremos examinar nossos caminhos e voltar ao Eterno".[979] "Procurar" consiste em examinar toda a nossa vida em busca das faltas cometidas. Três razões para fazê-lo: para lembrar-se de todos os erros cometidos na hora de sua confissão, parte integrante da *Teshuvá*; para que a consciência dos pecados faça com que você se sinta mais humilde e, ainda, que se comprometa a abandonar este caminho recordando-se de suas transgressões, de modo a construir "cercas de proteção" em torno do comportamento e não voltar a cometer os mesmos erros. Precisamos ter um cuidado especial em relação às violações que faziam parte dos nossos hábitos e que, por não nos parecerem tão graves, ficam à mercê do *létser Hará*. Assim como um convalescente precisa se cuidar para não ter uma recaída, quem estava enfermo pelos pecados que cometeu deve cuidar-se para não ter recaídas durante o processo de arrependimento.

12) É importante conhecer a magnitude da punição para cada pecado – quais são punidos com açoites, quais os punidos com morte pelo *Bêt Din* (Corte Rabínica) e os punidos com Carêt (debelação por decreto Divino). Quando nos inteiramos da gravidade das punições, nosso coração se confessa amargurado e nossa humildade cresce.

13) As transgressões leves devem ser consideradas tão graves quanto os mais severas, tal como olhar para mulheres e conversar com elas longamente, como a vadiagem, ou a menção do Nome de Deus em vão. Estes pecados e outros parecidos são considerados leves por muitas pessoas, algumas delas consideradas de grande estatura espiritual. Mas devem ser levados a sério, por quatro motivos:

a) Não se julga uma transgressão em função de sua pequenez, mas sim da grandeza Dele, que decretou a proibição. Isto é análogo a um rei que ordenou a um de seus servos que lhe trouxesse água pois tinha sede, e a outro que trouxesse algo de menor importância, alertando os dois que, caso falhassem, seriam gravemente punidos. E tanto quem roubasse uma moeda quanto quem roubasse uma barra de ouro seriam punidos com a pena máxima, pois desafiaram os comandos do rei. Com respeito a todas as leis da Torá, recebemos o seguinte comando: "E ordenou Moisés e os anciãos de Israel ao povo, dizendo: Estais guardando todo o mandamento que eu vos ordeno hoje";[980] "Maldito aquele que não confirmar as palavras desta Lei para cumpri-las".[981]

b) Uma pequena violação da Lei, se repetida inúmeras vezes, acaba por tornar-se uma grande violação e a punição é resultado do total.

c) Quando alguém repete um pecado indefinidamente, este pecado torna-se algo permitido a seus olhos e a pessoa passa a ser contada entre os apóstatas.

d) Se o *létser Hará* consegue convencer alguém a cometer uma transgressão menor, certamente terá êxito num pecado mais grave. Nossos mestres disseram: "Sê tão cuidadoso com um preceito que pareça menor quanto com um mais grave"; [982] "Uma boa ação atrai outra boa ação e uma transgressão atrai outra transgressão".[983]

14) Confessar-se, como está escrito: "Confessará aquilo em que pecou".[984] E você deve confessar tanto seus pecados quando os de seus ancestrais. Por que os de seus ancestrais? Porque será punido se imitar seus atos errados, como está escrito: "E confessarão a sua iniquidade e a iniquidade de seus pais".[985] Devemos tomar firmes resoluções em nossos corações durante a confissão, para evitar voltarmos aos atos impróprios. Quem confessa seus erros sabendo em seu coração que tornará a repeti-los assemelha-se a alguém que deseja purificar-se imergindo no Micvê, ao mesmo tempo que segura algo como uma lagartixa em suas mãos.[986] É desnecessário comentar que uma imersão como esta não tem valor algum.

15) Prece: quem pecou deve rezar para o Altíssimo, implorando Sua misericórdia por todas as transgressões cometidas, rogando o Seu perdão e a expiação dos pecados, suplicando para que o Santíssimo, bendito seja, o assista em seu arrependimento e lhe abra os portais da pureza.

16) Correção dos danos causados: temos o dever de corrigir tudo o que danificamos com nossos pecados. Se algo foi roubado, deve ser restituído. Isto deve ser feito antes da confissão, para que possa se reconciliar com Deus durante a confissão. Se você lesou alguém e precisa de meios para indenizá-lo, deve pedir a Deus que o auxilie, provendo-lhe o necessário para devolver o que tomou.

17) Procurar oportunidades para fazer atos de bondade e de aproximar-se da verdade, como está escrito: "Bondade e verdade expiam as transgressões". [987] Entretanto, se o pecador não fizer *Teshuvá*, ato algum de bondade será aceito pelo

Criador, como está escrito: "E não recebe as boas ações como suborno pelos pecados",[988] citação que nossos sábios interpretaram como "Deus não aceita *Mitsvót* como suborno para compensar os pecados".[989] O versículo "Bondade e verdade expiam as transgressões" se refere a quem pratica a penitência. Existem transgressões que a *Teshuvá* e o *Iom Kipúr* suspendem [a pena] e os sofrimentos são removidos,[990] com um manto de *Chéssed* (benevolência) encobrindo o penitente e salvando-o da aflição e da morte, como está escrito: "E atos de generosidade salvam da morte".[991] Um outro tipo de transgressão, como a profanação do Nome de Deus, a *Teshuvá* e o *Iom Kipúr* suspendem e a morte expia,[992] como está escrito: "Seguramente, esta transgressão não será purgada até o dia de vossa morte".[993] Mas a pessoa que se apega com todo o seu ser à verdade, fortalecendo a posição de homens que a pregam e exaltando-os, nulificando as ações dos malvados e humilhando-os, estará então santificando o Nome de Deus. Quando esta pessoa desperta para a verdade [Divina], seus pecados e a profanação que causou são perdoados.

18) Manter viva na mente a memória dos próprios pecados, como está escrito: "Pois reconheço minha transgressão e ante mim está sempre meu pecado".[994]

19) Fugir do risco de cometer o pecado, quando este se apresenta novamente diante de nós; quando o desejo de pecar é forte. Nossos mestres disseram: "Quem é o *Baal Teshuvá* cuja penitência alcança o Trono da Glória? Quem foi testado e passou no teste da mesma maneira, no mesmo lugar e com a mesma mulher".[995] Ou seja, se o mesmo pecado se apresenta da mesma maneira a uma pessoa, seu desejo é muito forte, mas ela o domina — por temor ao Eterno, bendito seja. Se não for confrontada novamente com a mesma situação pecaminosa, deve cultivar seu temor a Deus dia após dia, durante toda a vida. Não há nível de *Teshuvá* mais elevado que este.

20) Auxiliar tantas pessoas quanto possível para que façam *Teshuvá*, como está escrito: "Retornem e façam outros retornarem de suas transgressões".[996] Também está escrito: "Repreenderás a teu companheiro e não levarás sobre ti pecado".[997] Isto nos ensina que, se pudermos alertar alguém para que não peque e não o fizermos, seremos responsabilizados pelos pecados desta pessoa. Sobre isto disse o rei David: "Aos ímpios ensinarei Teus caminhos, e os pecadores a Ti hão de retornar".[998]

Obstáculos a vencer

Vinte e quatro circunstâncias dificultam, atrasam, ou até impedem a *Teshuvá*. Quatro constituem pecados tão graves que a quem se encontra em meio a delas, o Santíssimo, bendito seja, não dá a oportunidade de fazer *Teshuvá*. São as seguintes:

a) Quem leva a comunidade ao pecado, incluindo aqui os que não deixam que a comunidade faça *Teshuvá*.

b) Quem faz seu amigo desviar-se do bom para o mau caminho, como os agitadores e corruptores.

c) Quem vê seu filho fazendo maldade e não protesta, pois tem autoridade sobre esta criança e poderia fazer com que não pecasse, ralhando com ela. Se a criança pecar, os pais são responsáveis por terem silenciado. Nesta categoria incluímos todas as pessoas que estão em posição de repreender a outros, sejam indivíduos ou grupos, mas não o fazem, omitindo-se.

d) Os que dizem: "Pecarei e me arrependerei em seguida; ou os que dizem "Pecarei e no dia de *Iom Kipúr* consertarei o erro". Quem pensa desta modo, dificulta em muito sua *Teshuvá*, pois seguirá pecando indefinidamente, acreditando que sempre poderá se arrepender, pois as transgressões tem pouca importância a seus olhos.

A quem se fecham os portões do arrependimento

a) Aos que segregam-se quando fazem *Teshuvá*, dizendo a si mesmo: "Agora que me salvei, que me importa os outros?" Uma pessoa assim não se solidariza como a comunidade e não desfrutará do mérito coletivo.

b) A quem contesta as palavras dos sábios, afasta-se deles e, como resultado, ignora os caminhos da *Teshuvá*.

c) A quem faz pouco das *Mitsvót* e, por menosprezá-las, não procura cumpri-las. Quem zomba dos mandamentos e não os cumpre, que mérito tem?

d) A quem desrespeita seus mestres, o que leva a afastar-se deles e perder o rumo na vida, como no caso "daquele homem", que não pôde encontrar outro rabino que lhe ensinasse o caminho da verdade.

e) A quem detesta que o repreendam, pois a repreensão induz à *Teshuvá*. Quando chama-se a atenção de uma pessoa para seus erros, esta pessoa reflete sobre seus atos e cogita arrepender-se, como está escrito: "Recorda-te, não te esqueças, de que irritaste ao Eterno, teu Deus... foste rebelde contra o Eterno";[999] "Porém, não vos tem dado o Eterno um coração para conhecer...";[1000] "Povo insensato e não inteligente".[1001] O profeta Isaías, assim como os demais profetas, repreendeu o povo de Israel incansavelmente, até que se arrependeram. Toda comunidade precisa de um ancião sábio e experiente, amado pelo público, que repreenda as pessoas e as exorte a fazer *Teshuvá*. Contudo, quem não gosta de ser repreendido, não escutará a este sábio, insistirá em sua conduta e verá seus maus atos como virtudes.

Quando o Processo Não Pode Ser Concluído

Das vinte e quatro situações que dificultam a *Teshuvá* de maneira especial, cinco não permitem que o arrependimento seja completo, porque são pecados do homem contra seu semelhante e, às vezes, quem fez uma ofensa não sabe a quem magoou, como não sabe para quem devolver um objeto perdido ou pedir perdão. São elas:

a) Quem amaldiçoa toda uma comunidade não pode saber a quem ofendeu, e não tem como pedir perdão a cada indivíduo em separado.

b) Quem aceita receber objetos roubados de um ladrão, pensando consigo mesmo: "Isto não é roubo, pois não fui eu quem roubou estes objetos." Mesmo se esta pessoa se arrepender, não saberá de quem os objetos foram roubados. Como então devolvê-los ao legítimo dono? Além disso, ao usufruir de mercadoria roubada, fortalece a iniciativa dos ladrões, estimulando-os a seguir roubando.

c) Se encontrar um objeto e não anunciar isto em público, elimina a possibilidade do dono voltar a encontrá-lo. Quando se arrepender, não saberá a quem pertencia.

d) Quem comer bois que pertencem aos pobres, órfãos e viuvas. Estas pessoas são menos favorecidas e por isto vagam de cidade em cidade em busca de meios para sua sobrevivência. O transgressor não poderá encontrá-los para restituir-lhes o que lhes furtou. Algumas pessoas leem a palavra hebraica *Shór* (boi), como *Shód* (furto), conectando os termos como um sinal do opressão aos menos favorecidos, obrigando-os a pagarem o que devem, mesmo que para isto tenham de desfazer-se do pouco que têm. Quem age assim não pensa que está pecando, pois argumenta: "Estou só cobrando o que é meu."

e) Quem aceita suborno para distorcer uma veredicto e perde deste modo a noção do dano que causou, uma vez que a decisão equivocada de um juiz pode desencadear uma série de prejuízos e o subornado não poderá detectar todas as pessoas que prejudicou para poder indenizá-las ou pedir o seu perdão. Além disso, quando uma sentença injusta é proferida, isto incentiva os maus a continuarem no caminho pecaminoso.

Sobre a consciência da gravidade

Em cinco das vinte e quatro situações que dificultam a *Teshuvá* o pecador não se arrepende, por não ter noção da gravidade do que fez:

a) Quem se alimenta das provisões dos pobres e não receia que ao visitá-lo e encontrar uma mesa farta, isto seja tudo o que o pobre homem tenha em casa e pôs à mesa para não sentir vergonha de servir uma pequena porção ao visitante. Neste caso o visitante não sabe que está pecando, pois pensa estar comendo algo lhe estão servindo de todo o coração, mas o sem saber, está esgotando as provisões deste lar. [1002]

b) Quem se utiliza do penhor de um pobre, mesmo que não seja sua enxada ou arado, dizendo a si mesmo: "não estou lhes espoliando coisa alguma."

c) Quem se acostuma a olhar para as mulheres, pensando que não há nada de mal nisso: "Porque acaso a estou tocando? Por acaso estou dormindo com ela?", não se dando conta que está transgredindo um mandamento da Torá: "E não errarei indo atrás de (pensamentos de) vosso coração e atrás (à vista) de vossos olhos";[1003]

d) Quem se engrandece junto a seus colegas sem que estejam presentes, causando nos que o estão ouvindo a impressão de ser melhor que o colega com quem compara suas virtudes. Quem age assim não crê estar fazendo mal algum, mas está, na verdade, envergonhando um amigo. e) Quem suspeita de uma pessoa inocente e diz: "O que fiz de errado? Não fiz mais que levantar uma suspeita sobre aquela pessoa" – sem saber que é uma grave ofensa pensar que uma pessoa inocente tenha cometido um pecado.

Comportamentos difíceis de controlar

Outros cinco fatores que dificultam a *Teshuvá* são cometidos a todo instante sem que a pessoa consiga se emendar. Todos eles são graves pecados:

a) Mexericos

b) Difamação

c) Ira

d) Ter pensamentos malignos

e) Associar-se aos perversos, deixando-se influenciar por suas atitudes. Os atos de gente má impregnam o bom coração, como disse o rei Salomão: "A companhia dos tolos faz crescer os perversos".[1004]

Todas as circunstâncias citadas dificultam a *Teshuvá* em diferentes graus – mas não podemos dizer que a impeçam totalmente, se a pessoa arrependida se empenhar verdadeiramente em retificar seus atos. Se o fizer, será redimida e terá um quinhão no Mundo Vindouro.

Diferentes naturezas; diferentes condutas

Existem dois tipos de transgressões:

1) Quando o homem peca contra o Santíssimo, bendito seja, como por exemplo, não colocando Tefilín (filactérios), Tsitsít (franjas), não sentando na *Sucá* nos dias apropriados etc.

2) Quando o homem peca contra seu semelhante.

Contra o Criador

Em relação aos pecados do homem contra seu Criador, a *Teshuvá* se dá através da retificação das atitudes em relação a tudo o que foi negligenciado; se deixou de praticar as *Mitsvót* positivas da Torá deve começar a fazê-lo; se não praticou caridade, deve começar, a partir do momento de seu arrependimento, a ajudar os menos favorecidos. Se transgrediu um mandamento negativo, deve se comprometer do fundo do coração a não repeti-lo. A regra geral diz que se nos engajamos num processo completo de arrependimento, devemos travar uma verdadeira guerra dentro do coração. O público em geral se engana quando pensa que só é *Baal Teshuvá* quem se arrepende de transgressões tais como coabitar com uma gentia ou uma mulher casada, ou furtar alguém.

A verdade não é bem essa. Tem gente que rouba sem ver o que está fazendo, como quem lesa um companheiro, conclamando-o a aparecer num tribunal por uma dívida que não contraiu – com o intuito de irritá-lo e fazê-lo gastar dinheiro inutilmente – sem dar-se conta que na verdade o está roubando. Quem força um companheiro a prestar juramento num tribunal, ainda que legalmente, também será punido.[1005] Sem notar, as pessoas cometem a todo momento transgressões que se acumulam mais e mais. Por quê? Porque o homem tem a obrigação de recitar todas as suas bênçãos diariamente, com a devida Cavaná (intenção no coração). Mas são poucos os que conseguem fazê-lo. O mesmo acontece com as demais *Mitsvót*, onde mesmo os grandes sábios da geração às vezes se descuidam e não as cumprem apropriadamente, porque não estudaram seus detalhes e o conteúdo moral da forma de cumpri-las.

Quem anseia por se arrepender integralmente deve estudar o livro sobre os traços morais do caráter, prestando atenção aos deslizes que vinha cometendo durante toda sua vida. Se estudar um mandamento que não cumpriu, deve empenhar-se a cumpri-lo com todas as suas forças. É bom estudar o Sêfer haMitsvót, compreender bem cada *Mitsvá* e decidir cumprir a todas da maneira como estão detalhadas ali. Esta é uma grande regra da *Teshuvá*: arrepender-se e retificar cada pecado em particular.

Contra um semelhante

Algumas das transgressões entre os homens às vezes não geram o grau de arrependimento compatível com sua gravidade e são difíceis de corrigir. Quem roubou durante toda a vida, por exemplo, não tem como saber exatamente a quem roubou para devolver o que levou. Outras pessoas já se habituaram tanto a pecar que isto se tornou uma segunda natureza para elas, como está escrito: "Ensinaram suas línguas a mentir; já pecaram à exaustão".[1006] Alguns indivíduos tiveram filhos de relações ilícitas e a vergonha que sofrem por isto é constante; outros estão habituados a enganar e a difamar; outros ainda induziram seus colegas a pecar. E há os que veem seu semelhante cometer transgressões ou desviar-se do caminho do bem mas não o alertam, por medo ou vergonha, abstendo-se de uma responsabilidade que é sua. Sobre alguém assim está escrito: "Ele é perverso e morrerá por seu pecado, mas o seu sangue requererei das tuas mãos".[1007]

Em todos estes casos, a *Teshuvá* é muito difícil, mas existe um remédio com poder suficiente para corrigir a situação. De início, o transgressor deve se arrepender de todos os erros que cometeu e procurar compreender todos os detalhes envolvidos, dedicando-se de corpo e alma ao processo de arrependimento, fazendo tudo o que estiver ao seu alcance, seja em particular ou em público. O Altíssimo, bendito seja, então lhe facilitará a *Teshuvá* e o conduzirá pelo caminho certo. Por exemplo: se teve um filho de uma relação proibida, o Santíssimo, bendito seja, eliminará esta semente e considerará o assunto com se não tivesse ocorrido; se roubou dinheiro, o Santíssimo, bendito seja, fará com que o montante que roubou chegue às suas mãos para que possa restituir a quem lesou, pedir seu perdão e ser perdoado por Deus; se cometeu algum dano a outra pessoa, físico ou monetário, o Altíssimo implantará no coração da pessoa magoada a vontade de perdoar o infrator, como está escrito: "Quando o Eterno está satisfeito com os caminhos de uma

pessoa, até seus inimigos se compadecem dela".[1008] Se a pessoa lesada estiver longe do penitente, o Eterno fará com que chegue até ele para que o possa perdoar. E se o penitente não souber a quem ou a quantas pessoas prejudicou, o Santíssimo, bendito seja, lhe proporcionará a oportunidade de praticar atos que beneficiem toda a comunidade, como construir pontes, cavar poços, erguer sinagogas e outras obras que tragam bem a todos — à pessoa que foi roubada e aos demais.[1009] Se a pessoa lesada faleceu, lhe será propiciada a oportunidade de restituir a quantia roubada a seus herdeiros.[1010] Se a prejudicou física ou moralmente, deve ir até seu túmulo e na presença de dez homens adultos pedir perdão a Deus e à pessoa que magoou, e o Eterno o perdoará.[1011]

O privilégio da redenção

Nossos sábios, de abençoada memória, disseram que a *Teshuvá* só encontra obstáculos no coração de quem não quer se arrepender, pois qualquer pecador, no momento em que verdadeiramente deseja se aproximar de Deus, Ele não lhe cerrará os portões da *Teshuvá* e ainda lhe indicará o caminho certo, como está escrito: "Misericordioso e justo é o Eterno e por isso aos pecadores ensina o Seu caminho";[1012] "E buscarás de lá ao Eterno, teu Deus, e O encontrarás, contanto que O requeiras de todo o teu coração e de toda a tua alma";[1013] "Pois a coisa está muito perto de ti, na tua boca e no eu coração, para que a observes".[1014] e "Está sempre próximo dos que O invocam, dos que por Ele clamam com sinceridade".[1015]

O Santíssimo, bendito seja, prestou um inestimável favor aos homens, abrindo um caminho de retorno para os transgressores e pecadores, para que da escuridão voltem à luz, e não fechou o caminho da *Teshuvá* a nenhuma pessoa, por pior que tenham sido seus atos, como está escrito: "Retornem, filhos apóstatas e Eu vos curarei de sua apostasia".[1016] A *Teshuvá* é aceita quando uma pessoa se arrepende ao ver-se atingida por aflições. É melhor aceita se a fizer por puro temor e amor a Deus, como está escrito: "Quando estiveres em angústia e te alcançarem todas estas coisas, nos últimos dias, então te voltarás ao Eterno, teu Deus e ouvirás a Sua voz".[1017] O Santíssimo, bendito seja, auxilia o penitente durante o processo de seu arrependimento, mesmo naquilo que está além das forças humanas, formando no seu coração um espírito de pureza que o possibilite alcançar os meios para o arrependimento e a virtude do amor a Deus, como está escrito: "E voltareis para o Eterno, teu Deus, e ouvireis a Sua voz, segundo tudo o que eu hoje te ordeno, tu e teus filhos, com todo o teu coração e com toda a tua alma".[1018] Neste mesmo contexto também está escrito: "E circuncidará o Eterno, teu Deus, teu coração e o coração de tua descendência, para amares ao Eterno, teu Deus, com todo o teu coração e com toda a tua alma".[1019] Ou seja, ainda que o penitente não esteja em condições de fazer *Teshuvá* apropriadamente, o Eterno circuncidará seu coração, dando-lhe as forças para fazê-lo corretamente.

Quem encontra o caminho

1) Quem se arrepende por força do reconhecimento de seu Deus – como um servo que fugiu de seu amo e, ao lembrar-se de todo o bem que este lhe proporcionou, retorna em prantos, rogando que o aceite de volta e lhe dê o seu perdão, como está escrito: "Se voltares, ó Israel, diz o Eterno, voltarás a Mim", [1020] antes que a punição seja administrada. E como está escrito: "Tornai a Mim, e Eu me tornarei para vós".[1021]

2) Quem se arrepende após ter sido repreendido e humilhado, como um servo que fugiu de seu amo e na estrada encontrou outros servos que o aconselharam a voltar a seu amo e receber seu perdão, desde que o faça humilhando-se.

3) Quem se arrepende quando vê outras pessoas que desobedeceram a vontade Divina serem punidas, como o servo que fugiu de seu amo e vê serem castigados outros servos que também fugiram, decidindo então, voltar ao amo.

4) Quem se arrepende após experimentar punições e sofrimento, como no caso do servo que fugiu e deparou-se no meio da estrada com ladrões que o golpeiam por ter fugido, até que volte a seu amo. O sábio se conscientiza da primeira consideração e volta para Deus por amor à Sua grandeza.

Quando o coração clama pela Teshuvá

1) Quando incontáveis problemas começam a cercar sua vida, você deve se perguntar se isto não estaria lhe acontecendo como resultado de seus pecados; deve então retornar ao Eterno, para que Ele se compadeça, como está escrito: "E o alcançarão muitos males e angústias, de sorte que dirá naquele dia: 'Certamente, por não estar meu Deus no meio de mim, me alcançaram estes males'".[1022] Este tipo de remorso é aceito por Deus, o que não acontece com os homens, pois quando um homem agride seu semelhante e depois se encontra em estado de aflição, roga seu perdão, mas o atingido pode não aceitá-lo, como disse Yiftach: "Por quê vêm me ver, agora que estão em desgraça?" [1023] O Santíssimo, bendito seja, no entanto, é Todo-Misericordioso e Benevolente; Sua mão está sempre aberta e estendida para quem se arrepende do mau que fez no passado, como está escrito: "Volta, ó Israel, para o Eterno, teu Deus"; [1024] "Vos curarei de vossa apostasia, vos amarei gratuitamente"[1025] e "Deus repreende a quem ama e se reconcilia como um pai com seus filhos".[1026]

Quem se recusa a fazer *Teshuvá* no momento de suas aflições, redobra seu castigo, como acontece com os reis de carne e osso: se repreendem um servo por ter faltado com seus deveres e este servo não se redimir, o repreenderá com mais veemência, aumentando seu fardo. Esta também é a medida do Eterno, como está escrito: "E se ainda assim com isto não Me ouvirdes, prosseguirei em castigar-vos".[1027] Quando uma pessoa aflita não atribui sua dor aos seus pecados, alegando que tudo não passa de obra do acaso, esta dor se tornará ainda maior.

Saiba e compreenda que os sofrimentos que o Eterno, bendito seja, impõe aos seres humanos não são senão em seu benefício, em primeiro lugar para redimi-los de seus pecados, como está escrito: "Vê minha agonia e sofrimento e perdoa meus pecados"[1028] e em segundo lugar, para chamar sua atenção e fazê-lo retornar ao caminho do bem, como disse Zefanias: "Tema-me a corrija teus atos".[1029]

Se, no entanto, os infortúnios enviados por Deus não fizerem com a pessoa corrija seus atos, seu sofrimento será realmente grande, pois além de o atribuir ao acaso, sofre duplamente, pois terá sua aflição redobrada por não ter acreditado que tudo o que lhe acontece advém do Criador.

Quem confia no Eterno sabe que o sofrimento lhe foi enviado para fazê-lo entender que precisa empenhar-se melhor no seu crescimento espiritual, como disse Miqueias: "Que não se regozijem meus inimigos: assim como caí, me erguerei, pois se me encontro na mais intensa escuridão, o Eterno é minha luz".[1030] Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Se não tivesse caído, não teria me levantado; se não tivesse sentado no escuro, não teria visto a luz".[1031] Por estes motivos, toda pessoa, quando se vê em estado de aflição – em relação à sua saúde, às suas posses, aos seus filhos – deve buscar jejuar e fazer penitência, assim como toda a comunidade deve tomar para si o compromisso de jejuar e fazer penitência em épocas de calamidade pública, como foi decretado por nossos mestres.[1032] Se estivermos passando por dificuldades, devemos examinar nossos atos. Se ao examinar sua consciência você não encontrar nada que lhe diga que errou, deve então encarar suas dores como "punição por amor".[1033]

2) Quando estiver envelhecendo e sentir suas forças minguarem, você deve refletir sobre seu fim e retornar ao Eterno, para que Ele lhe tenha misericórdia. Quem não faz *Teshuvá* durante a velhice, tem seu castigo duplicado, como disseram nossos mestres "A mente humana não tolera quatro tipos de pessoas: um pobre arrogante, um rico miserável, um velho adúltero e um Parnás que se exacerba sem motivo".[1034] Quando se nota que os dias de vida na terra vão se completando e o corpo vai se deteriorando, como pode a pessoa não começar seus preparativos espirituais para a jornada final? Não há como escapar ao exame de consciência de toda uma vida a menos que não haja fé no coração.

Algumas pessoas não enxergam as luzes da *Teshuvá*, pois são justos a seus próprios olhos, embora sejam pecadores aos olhos do Eterno, tal qual um enfermo que pensa estar são e portanto não se preocupa em buscar a cura certa para o seu caso. Se não sente que está pecando, o homem não se preocupa em fazer *Teshuvá*, em ponderar sobre o seu fim e corrigir seus atos. Outras passam seus dias saciando seus desejos materiais e ocupando-se somente do que lhes dá prazer, sem dar atenção à Torá e ao Criador. Que nível tão vil da condição humana! Portanto, quem correu atrás da satisfação dos próprios desejos durante a juventude, deve ocupar-se durante a fase adulta e a velhice em retificar seus pecados e se afastar das futilidades do mundo, refletindo sobre seu temor a Deus, estudando a Torá e cumprindo os mandamentos.

3) Quando ouvir palavras de admoestação dos sábios e das pessoas que te reprovam, teu coração deve encher-se de remorso e você deve acatar o que lhe estão dizendo. Se o fizer, percorrerá o caminho da escuridão à luz em poucos momentos, terá méritos e receberá grande recompensa por sua *Teshuvá*, por suas boas ações, pois terá tomado a decisão correta de ouvir o que lhe disseram e buscar corrigir teu comportamento. Feliz de quem aceita a repreensão e torna-se uma pessoa meritória de um momento para outro. Também neste contexto, nossos sábios, de abençoada memória, disseram (em relação ao sacrifício pascal): " 'E os filhos de Israel o fizeram' – o fizeram tão rapidamente? Como, se não o fizeram até o décimo quarto dia do mês? Para nos mostrar, que ao aceitarem sobre si o jugo Divino, a Torá lhes credita como se o tivessem feito logo após terem sido ordenados".[1035] Disseram mais: "Todo aquele cuja sabedoria precede seu temor de pecar, sua sabedoria não subsiste",[1036] como está escrito: "Faremos e ouviremos".[1037] Em outras palavras, quem ouve a admoestação dos sábios, as palavras de reprimenda de seus colegas, analisa sua consciência e retorna ao Eterno, estudando Sua Lei e cumprindo Seus estatutos, alcança tal nível espiritual que acumula méritos e recompensas mesmo pelos pecados os quais não estava consciente de estar cometendo, graças ao simples fato de tomar a resolução de corrigir todo o seu comportamento. Isto corresponde ao compromisso assumido pela nação de Israel aos pés do monte Sinai, "Faremos e ouviremos", colocando o "fazer" antes do "ouvir".[1038] Foi dito ao nosso amado profeta Daniel: "Não tema, Daniel, pois desde o primeiro dia que implantaste em teu coração o temor e o amor ao Eterno, tuas palavras foram aceitas".[1039] Ou seja, quem se propõe a praticar o bem é imediatamente aceito pelo Santíssimo, bendito seja; contudo, quem não retorna a Deus depois de escutar Suas reprimendas, terá suas punições duplicadas.

4) Quando alguém estuda a Torá Divina, lê os escritos dos profetas e as palavras dos sábios do Talmud, atenta aos seus alertas e reprimendas, compreendendo a profundidade de suas admoestações, desperta e se pergunta: "Como posso ter entendido a Torá somente como uma parábola? Doravante, tratarei de me aprofundar no seu estudo e no cumprimento de seus mandamentos", como está escrito sobre o rei Josias, "E aconteceu que, após ouvir as palavras da Torá, o rei rasgou as suas vestes".[1040] Num episódio de Ezra está escrito: "E toda a nação debruçou-se em prantos ao ouvir as palavras da Lei".[1041] Quem não dedica seu coração ao Eterno intensifica seu pecado, como em Jeremias: "Não temeram a Deus, nem rasgaram suas vestes".[1042] Nossos sábios, de

abençoada memória, disseram: "Se alguém estuda Torá mas não a cumpre, teria sido melhor que a placenta de sua mãe tivesse virado sobre sua face, impedindo-o de sair ao mundo",[1043] como está escrito: "Mesmo que lhe escrevesse uma infinidade de palavras de Torá, ainda assim se sentiria um estranho"[1044] e "Como podeis afirmar: 'Somos sábios e a Torá do Eterno se encontra entre nós', pois em vão se tornaram mentirosas as penas mentirosas dos escribas".[1045]

5) Ao se aproximarem os Dez Dias de Penitência [entre *Rosh Hashaná* e *Iom Kipúr*], o coração de todas as pessoas deve estremecer diante do Dia do Julgamento, refletindo sobre os atos escritos perante Deus, pois durante este período Ele julga todos os atos humanos, ocultos e revelados, bons e maus. Somos julgados em *Rosh Hashaná* e nossa sentença é proferida em *Iom Kipúr*.[1046] Se um homem é levado a julgamento perante um juiz de carne e osso, não treme diante dele, buscando de todos os modos argumentos em sua defesa para sair-se inocente? Quão tolas e simplistas são então as pessoas que se ocupam das futilidades do mundo durante esses dias, esperando ainda assim encontrar favor aos olhos do Grande Juiz? É imprescindível para toda pessoa temente a Deus dedicar parte de seu tempo para realizar em particular um exame de consciência e ocupar-se com sua *Teshuvá*. E não deve fazer como os que jejuam e se levantam mais cedo para rezar, sem no entanto erradicar a feiúra de seus atos. Se alguém jejua e reza sem abandonar seus atos pecaminosos, não está no caminho da *Teshuvá*. Os Dez Dias de Penitência são reservados para o arrependimento total e íntegro, como está escrito: "Em dias de graça vos respondi, em dias de salvação vos auxiliei".[1047] E nossos mestres disseram: " 'Procurem pelo Eterno enquanto Ele ainda pode ser encontrado' – estes são os Dez Dias entre *Rosh Hashaná* e *Iom Kipúr*".[1048] O Talmud esclarece que o *Iom Kipúr* expia nossos pecados somente se fizermos *Teshuvá*.[1049] A Torá nos exorta a purificarmos nossos atos diante do Altíssimo por meio do arrependimento, como está escrito: "Porque neste dia se fará expiação por vós, para purificar-vos de todos os vossos pecados, diante do Eterno serão purificados".[1050] E Ele apagará nossos erros nesse dia, purificando nossas almas.

6) O homem deve vislumbrar o dia de sua morte, para não dizer: "Quando chegar à velhice, farei *Teshuvá*", pois poderá partir deste mundo sem ter tal oportunidade. Deve, no entanto, estar sempre preparado para encontrar-se com o Eterno, pois ninguém sabe a sua hora. Por isso, precisa viver em estado de constante pureza, procurando retificar seus

atos a todo momento, como disse o Rabi Eliezer: "Arrepende-te um dia antes de sua morte." Seus discípulos lhe perguntaram: "Mestre, como pode o homem saber o dia de sua morte?" Ele lhes respondeu: "Tanto melhor! Que se arrependa hoje, porque pode perecer amanhã! Por conseguinte, viverá sempre em estado de *Teshuvá*".[1051]

Cabe ao homem, assim, aperfeiçoar e enobrecer seu espírito continuamente, porque não sabe quando chegará à presença do Grande Rei.[1052] Mesmo se tudo corre bem e a nosso favor, devemos estremecer ante o fato de podermos ser chamados a qualquer momento à presença do Eterno para prestar contas de nossos atos. Temos sempre que nos confessar ao Altíssimo e o temor aos céus deve estar sempre presente em nosso coração. O homem precisa preocupar-se em praticar *Mitsvót* a todo momento, porque o dia de sua morte pode ter chegado. Se o fizer, não estará carente de *Mitsvót*, como disseram nossos sábios, de abençoada memória: "Se um homem fizer uma *Mitsvá* perto do momento de sua morte, será considerado como se tivesse cumprido toda a Torá e somente esta *Mitsvá* estava lhe faltando. Mas se cometer uma transgressão próximo à sua morte, será considerado como se houvesse transgredido toda a Torá". [1053] Desperta portanto de tua letargia e acorda para preparar-te para tua partida, cumprindo as *Mitsvót* antecipadamente, pois pode ser chamado à Sua presença a qualquer momento.

As Categorias

Podemos classificar a *Teshuvá* em quatro categorias: por oportunidade, por barreiras, pesando os atos e *Teshuvá* das Escrituras.

O que é Teshuvá por oportunidade? Se alguém pecou com uma mulher, roubou ou cometeu qualquer outro delito e a oportunidade para pecar com aquela mulher ou cometer o mesmo delito se apresenta novamente, mas agora, apesar de seu coração estar ávido por pecar e for claro que ela dará seu consentimento e o indivíduo não o fizer por haver constrito seu espírito por temor a Deus, então sua *Teshuvá* será completa.

A Teshuvá por barreiras implica evitar conversas tolas com mulheres (jovens ou adultas), não olhá-las nos olhos ou entre os seios, mesmo a própria mulher, caso ainda não tenha imergido no Micvê. O Rabi Avraham ben David, de abençoada memória, escreveu: "Vimos que nossos sábios santificaram-se por completo, erguendo cercas em volta de seus atos. Haviam até os que evitavam suas esposas após terem cumprido o mandamento da frutificação. Cada um ergueu cercas em torno de seu comportamento em base ao conhecimento do próprio caráter."

Algumas pessoas cometem determinado tipo de pecado com facilidade, mas não se sentem tentadas a cometer outros. Alguém pode ter um desejo desenfreado de coabitar com as mulheres, mas não lhe atrai a ideia de roubar seu semelhante; outros são ávidos por roubar, mas desinteressados pela promiscuidade. Portanto, cada um de nós deve erguer uma cerca nos pontos onde somos mais frágeis e suscetíveis ao *létser Hará*. Quem tiver propensão a roubar, deve proibir-se de aceitar penhores ou de receber comissões e assim por diante. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram do patriarca Abrahão que o *létser Hará* deixou-o em paz, como está escrito: "Quando o Eterno está satisfeito com os atos de um homem, até seus inimigos se apaziguam com ele".[1054] O rei David engajou-se numa guerra contra seu *létser Hará*. Vendo que não havia meios de sobrepujá-lo, decidiu extirpá-lo de seu espírito, como escreveu: "E como se fora morto, está meu coração em meu peito".[1055] No caso do patriarca Abrahão, não havia necessidade de extirpar o *létser Hará* pois sua natureza era doce e amena: de início, o Santíssimo, bendito seja, fez o *létser Hará* governar duzentos e quarenta e três de seus órgãos; depois, fê-lo governar cinco mais, totalizando duzentos e quarenta e oito, adicionando a seguir o domínio sobre seus olhos, ouvidos e prepúcio.[1056] Quanto ao rei David, sua natureza foi

sempre forte e rígida, sendo necessário travar batalhas constantes para dominá-la. Vendo que não o conseguiria, decidiu aniquilá-la. Alguns dizem que o fez através de jejuns; outros afirmam que eliminou as relações conjugais, por achar que o permitido o levaria a transgredir o proibido. Seja qual for o ponto de vista, quando concluiu que o *létser Hará* era mais forte que ele, o rei David decidiu travar uma guerra total, até humilhá-lo e desenraizá-lo do seu ser.

A cerca mais eficaz para dominar o *létser Hará* é evitar saciar o corpo ao máximo, dando-lhe de comer e beber até fartar-se. Um método que funciona bem consiste em saciar o olfato, deliciando-se com o cheiro dos alimentos e comendo apenas o bastante para satisfazer as necessidades do corpo. O pouco que comemos deve ser bem preparado, a fim de dar ao corpo uma sensação de plenitude. Banhos mornos também proporcionam uma sensação de bem estar. É recomendável deixar um pouco de comida no prato para acostumar-se a não devorar tudo o que vê pela frente. O vinho deve ser diluído em água para não intoxicar o organismo. Nossos sábios nos exortam a nos livrarmos da atração que temos por alimentos aos quais não podemos resistir.[1057] Isto traz duas vantagens: primeiro, não adoeceremos por comer demais; segundo, dominaremos nosso *létser Hará* e não sucumbiremos à tentação de comer tudo o que nos apetece. O que dizemos aqui sobre comer, aplica-se a todos os prazeres do mundo: não devemos desfrutar deles até fartar-nos. É desnecessário mencionar que devemos evitar ingerir alimentos que sabemos serem prejudicais à nossa saúde; seu consumo é um pecado contra o corpo e contra o espírito, se os comemos unicamente para saciar nossas vontades e não para nossa subsistência. O *létser Hará* usa a insaciabilidade para desviar o homem do caminho da vida e levá-lo ao caminho da morte.

É importante sabermos como o *létser Hará* molda a mente do homem: seu método consiste em começar pelo permitido, para que o indivíduo abra a porta do seu coração e a deixe escancarada aos conselhos da má inclinação. Aproveitando-se desta brecha, o *létser Hará* aconselha o homem a fartar-se do que é permitido, convencendo-o depois a cometer uma pequena violação, terminando por influenciá-lo a praticar graves pecados. Guardando-se do que é permitido e não se saciando até a plenitude, o homem constrói cercas em volta de sua vontade. Quando se confrontar com o desejo de consumiralgo proibido, já estará acostumado a frear seus instintos e também não consumirá em demasia o que é permitido; isto nos ajudará a dominar nossa ansiedade e a não pecar. Pois se não sucumbimos ao permitido, sequer nos aproximamos do proibido.

Isto não significa que devemos afligir nosso corpo com jejuns, enfraquecendo nosso coração e nossa mente e, como resultado, abandonando o estudo da Torá. A perda será maior do que o ganho. Como a Torá só pode ser compreendida quando estudada em estado de contentamento, mesmo que nos dediquemos com afinco, não compreenderemos o que estivermos estudando porque nossa mente não terá os nutrientes necessários para fazê-lo com alegria.[1058] Como não podemos nos eximir da alegria de uma *Mitsvá* assim como do deleite de todas as *Mitsvót* que cumprimos, ao sentirmos o menor sinal de fraqueza, devemos nos alimentar e saciar nossa sede, comendo alguma coisa duas vezes ao dia, sempre cuidando para não exagerar. Se você não for capaz de comer duas refeições por dia, deve ao menos comer algo leve, mas não deixe uma sensação de vazio dentro do estômago. Se estiver em condições de jejuar uma ou duas vezes por semana, faça-o de um modo programado. Quem jejua para santificar seu corpo é chamado de "santo".[1059] Mas não o faça se isto significar o abandono do estudo da Torá e da prática das *Mitsvót*.

O conhecimento que cada um tem de seu caráter e de seus recursos físicos deve servir de indicação sobre onde e como colocar as barreiras necessárias para impedir o acesso do *létser Hará* aos comandos do coração. A mais poderosa de todas as barreiras é simplesmente não olharmos para aquilo que não nos pertence. Quem se limita a olhar somente para o que é seu é chamado de modesto e recatado, como nossos sábios contam sobre aquele homem, que não sabia que sua mulher não tinha um braço até o dia de sua morte: "Que modesto é este homem, que não sabia da condição de sua mulher até o último de seus dias!"[1060] Se os olhos não veem, o coração não deseja e se ambos, olhos e coração, são continuamente vigiados, todo o corpo está bem guardado.

O que é *Teshuvá* pesando os atos? É o cálculo da atitude a ser tomada em proporção ao teor e intensidade dos pecados cometidos no passado, para compensarmos o prazer que sentíamos comendo, bebendo e coabitando proibitivamente. Isto nos levará a praticarmos jejuns e a limitarmos nossas relações conjugais e demais prazeres no presente.

O arrependimento pelas Escrituras: se alguém coabitou com uma *Nidá* – incorrendo na pena de Caret – ou violou mandamentos cuja pena é um dos quatro tipos de pena capital, ou açoites decretados por um corte rabínica, deve fazer *Teshuvá*, afligindo-se de acordo com a recomendação das Escrituras. O Rokeach indica como nos afligir segundo a

orientação da Torá. Encontramos orientação semelhante no Talmud, que conta sobre indivíduos que jejuavam mesmo quando transgrediam pecados que lhes pareciam leves, até mesmo por terem se dado a conversas fúteis, como disse um dos sábios: "Tenho vergonha de vossas palavras, *Bêt* Shamái!"[1061] – pondo-se a jejuar até seus dentes escurecerem. O Talmud também conta que rav Chisda perguntou a seu mestre, rav Huna, se um discípulo ao qual o mestre chama deve postar-se diante dele, ao que rav Huna respondeu: "Chisda, Chisda, não preciso de você" – e por isto os dois puseram-se a jejuar.[1062]

Tente quantas vezes for necessário

Se a pessoa que retificou suas faltas voltar a cometê-las, deve tentar novamente fazer *Teshuvá*, adicionando cercas e barreiras de modo a melhor proteger suas atitudes. Se tornar a cometer o mesmo erro, deve insistir na *Teshuvá*, intensificando cada vez mais seu arrependimento. Aprendemos no Talmud: "Se alguém pecou durante toda a vida e se arrepende, o Santíssimo, bendito seja, o aceita imediatamente. O Rabi Iochanán disse: 'E mais – todas as suas faltas transformam-se em méritos.'"[1066] O capítulo sobre o *Iom Kipúr* no Talmud nos ensina que se alguém faz *Teshuvá* por amor, seus pecados propositais transformam-se em méritos; se fez *Teshuvá* por temor, seus pecados propositais transformam-se em pecados involuntários.[1067] Todas as pessoas sentenciadas ao Guenihom são pessoas que morreram sem fazer *Teshuvá*; mas para os que se arrependem, a mão de Deus está sempre estendida, pois não há nada que impeça o homem de fazer *Teshuvá*. Não pense que por ter pecado e levado outros a pecar você não pode fazer *Teshuvá*. Se pensar assim não encontrará forças para se arrepender. Deus o proíbe de raciocinar desta maneira!

Está escrito no Talmud, capítulo *"Chélec"*: "O Santíssimo, bendito seja, disse a Ieravám, que pecou e fez outros pecarem – 'Arrepende-te!'" [1068] Mas ele não quis fazê-lo. Contudo, Achav, rei de Israel, roubou, promiscuiu-se e matou (Pirkê derabi Eliezer 43). Mandou então chamar a Iehoshafat, rei de Judá, e pediu para açoitá-lo três vezes diariamente, jejuando continuamente e acordando cedo para orar perante o Eterno até o anoitecer, sem voltar a pecar. Seu arrependimento foi aceito, como está escrito: "Viram como Achav humilhou-se diante de Mim? Por ter se humilhado diante de Mim, não levarei em conta seus pecados".[1069]

Nossos rabinos disseram em Pesicta derav Cahana, Pisca deTeshuvá: "Se estava acostumado a comer na terceira hora do dia, passou a comer na sexta; se comia na sexta, passou a comer na nona. E o que significa o trecho: 'Ele caminhava vagarosamente?' [1070] O Rabi Iehoshua ben Levi disse: 'Quer dizer que ele andava descalço'"[1071] Aprendamos todos com ele e com Menashe, filho do rei Chizkiahu (Pirkê derabi Eliezer 43), que cometeu todas as abominações do mundo e foi aceito pelo Altíssimo quando fez *Teshuvá*. O Rabi Iochanán disse: "Todo aquele que afirma que Menashe não tem parte no Mundo Vindouro desencoraja os penitentes, pois um Tána [1072] ensinou na presença do Rabi

Iochanán: 'Menashe arrependeu-se durante trinta e três anos, e o Santíssimo, bendito seja, aceitou sua Teshuvá' ".[1073]

A cada um, a forma que lhe é mais adequada

Nessa geração, os homens são extremamente frágeis e lhes falta a resistência física das gerações anteriores. O que fará então quem pecou durante toda a vida, difamando o próximo, adulando as pessoas e demais pecados, que não cuidou de praticar as *Mitsvót* do modo correto, por não ter alguém que lhe serviu de exemplo ou porque jamais lhe passou pela cabeça que não estava rezando com devoção, recitando corretamente as bênçãos, ou cumprindo os mandamentos de maneira descuidada ou imprópria? Como fará para livrar-se do mal cometido? Como medir a gravidade das *Mitsvót* cumpridas de modo descuidado durante toda uma vida? Deve haver um meio de proporcionar a oportunidade correta para quem tenha cometido transgressões como estas possa se emendar.

Façamos também uma distinção entre os diferentes tipos de homens. Qual a forma de fazer *Teshuvá* mais adequada para cada tipo de pessoa? Quem não tem resistência para jejuar e estudar Torá ao mesmo tempo, deve atenuar seus jejuns e aplicar-se mais ao estudo da Torá. Nossos mestres disseram: "Se uma pessoa cometeu um pecado passível de pena capital nas mãos do Eterno, o que deve fazer para viver? Se está habituado a estudar uma página por dia, começa a estudar duas; se estuda um capítulo por vez, que estude dois".[1074] Vemos, portanto, que intensificar o estudo da Torá tem o poder de retificar os pecados. Outro modo de corrigir transgressões é esmerar-se em atos de caridade e benemerência.[1075]

Para recuperar os méritos perdidos, devemos trazer méritos a nossa comunidade, praticar cada *Mitsvá* de forma cuidadosa, aumentar o números de nossos atos de caridade, rezar com devoção e humildade, suplicando o perdão Divino por nossas faltas. Devemos nos afastar de conversas frívolas, de aventuras fúteis e do desejo de saber as novidades, abandonar os prazeres mundanos, calcular com precisão quais são os esforços a fazer e o que estamos dispostos a suportar para nos dedicarmos ao estudo da Torá e à pratica das *Mitsvót*. Devemos caminhar humilde e recatadamente perante Deus, fazer o possível para jejuar ao menos um dia por semana, livrando-nos de todos os assuntos mundanos durante este dia para podermos nos sentar a sós e dirigir os pensamentos unicamente a Deus, amargurando-nos por termos nos rebelado contra o grande Rei, chorando e enlutando o coração, intensificando súplicas e louvores, açoitando-nos três vezes ao dia enquanto recitamos: "Mas Ele, o Misericordioso, perdoou a iniquidade e não os destruiu; reteve

muitas vezes sua cólera, não acendendo contra eles toda Sua ira".[1076] Um penitente deve recitar este trecho durante cada flagelação, repetindo a prática todos os dias, até encontrar favor aos olhos do Rei Supremo.

Se o penitente for uma pessoa iletrada e estiver impedido de estudar ou se for um sábio que não pode cumprir todas as disposições aqui assinaladas, terá de aceitar sofrimentos e aflições diversas, que não são iguais para todas as pessoas, porque alguns são mais fortes e outros mais fracos. Quando a corte rabínica no Lishcát Hagazit, em Jerusalém, sentenciava alguém a receber açoites, o fazia de acordo com o estado de resistência e saúde do sentenciado.[1077] A mesma prática deveria ser aplicada em nossos dias, de acordo com cada indivíduo em questão. Algumas pessoas, se afligidas desta maneira, abandonarão a prática dos mandamentos e não farão *Teshuvá*. Os sábios devem portanto avaliar cuidadosamente o estado de cada indivíduo e prescrever o remédio para cada caso.

Pecados e punições

Vamos descrever agora as aflições que devem ser aplicadas a cada tipo de pecado. Se um homem judeu manteve relações maritais com uma gentia, deve jejuar, receber açoites e privar-se de comer carne e beber vinho durante quarenta dias; ou jejuar um dia completo, um dia por ano durante três anos consecutivos. Se após ter se arrependido voltar a pecar, terá punições mais severas: durante o verão deve buscar um formigueiro e sentar-se nele despido; no inverno, deve submergir em água congelada até o nariz. Se voltar a pecar, deve impor-se punições ainda mais severas.

Se tiver emissão seminal em vão, deve jejuar quarenta dias, mesmo que não sejam consecutivos, e imergir em água fria no inverno pelo tempo equivalente a fritar um ovo e engoli-lo, também durante quarenta dias, privando-se de comer carne, beber vinho e bebidas quentes, exceto no Shabat e festividades da Torá. Deve privar-se de tomar banho, lavando apenas a cabeça com um pouco de água duas ou três vezes durante todos os quarenta dias.

Se abraçou ou beijou sua esposa enquanto ela estava *Nidá*, deve jejuar por quarenta dias não consecutivos. Se coabitou com sua esposa enquanto estava *Nidá*, deve jejuar por quarenta dias consecutivos, ser açoitado todos os dias, não ingerir carne ou vinho com exceção ao Shabat e das festividades e confessar-se a cada dia.[1078] Se beijou ou abraçou outra mulher, deve jejuar numa segunda-feira, na quinta-feira e na segunda-feira subsequente e afastar-se da entrada da casa de tal mulher.

Se praticou zoofilia, deve jejuar e não banhar-se durante quarenta dias, privando-se de olhar animais enquanto estes copulam.

Um assassino deve exilar-se por três anos e ser açoitado em cada cidade por onde passar, declarando em público: "Sou um assassino!" Deve privar-se de comer carne e beber vinho, cortar o cabelo ou aparar a barba, devendo lavá-los uma vez ao mês. Deve atar a mão que usou para matar ao seu pescoço com uma tipoia, andar descalço e chorar por seu pecado todos os dias durante o período de exílio. Em seguida, deve jejuar todas as segundas e quintas-feiras durante um ano. Se alguém o insultar, deve ignorar. Durante esses três anos não deve passear ou ir a festas. Quando exilar-se, deve deitar-se às portas da sinagoga para que todos possam passar sobre ele, sendo proibido pisá-lo.

Um apóstata [depois que se arrependeu], deve trocar suas vestes finas por roupas simples, enlutar-se e lamentar-se todos os dias de sua vida. Deve caminhar com humildade e confessar-se três vezes ao dia; privar-se de carne e vinho, exceto durante o Shabat e as festas; lavar um pouco o corpo e a cabeça apenas uma ou duas vezes ao mês. Não deve frequentar festas ou casamentos e se o fizer, comparecerá apenas para ouvir as bênçãos. Deve afastar-se da idolatria e de seus praticantes, não sentar-se perto de funcionários da Igreja e de outros locais onde se praticam heresias. Não deve se aproximar da porta de suas casas, nem usufruir de qualquer coisa vinda deles. Imediatamente após o arrependimento, deve imergir no Micvê e decretar a si mesmo sofrimentos e aflições condizentes com seu pecado. Por ter renegado o Supremo Deus, profanado o Shabat, coabitado com gentias e cometido pecados puníveis por Deus com a pena capital, sua *Teshuvá* exige grande sofrimento.

Se um homem manteve relações com uma mulher casada ou noiva, tornou-as proibidas a seus cônjuges. A punição para esse indivíduo é a pena capital, aplicada por uma corte rabínica. Deve portanto suportar aflições semelhantes à pena máxima: no inverno, sentar-se por alguns momentos sobre gelo ou neve, uma, duas ou três vezes ao dia; no verão, sentar-se sobre formigas ou abelhas ou passar por outras flagelações, tão duras quanto a morte. Deve confessar-se todos os dias com dor e lágrimas. Por todo um ano não deve comer carne e beber vinho, exceto no Shabat, festas religiosas e Purim, nem deliciar-se com refeições quentes ou banhos mornos, exceto em honra ao Shabat e às festas religiosas; não deve frequentar festas ou casamentos, exceto para ouvir as bênçãos; deve afastar-se de todos os prazeres, ser açoitado todos os dias, dormir num estrado sem travesseiro ou cobertor, exceto no Shabat, quando pode dormir sobre palha, com um travesseiro sob a cabeça. Até que o espírito distorcido e a lascívia abandonem seu coração, levará uma vida de sofrimento, vestindo apenas um saco sobre o corpo. Não deve falar sobre assuntos promíscuos, nem olhar para mulheres e seus vestidos ou joias, mesmo quando não estiverem em uso. Não deve ouvi-las cantar e nem conversar com elas – nem mesmo com sua esposa, quando ela estiver *Nidá*. Não poderá ficar a sós no mesmo aposento com qualquer uma das pessoas que a Torá classifica como passíveis de relações incestuosas.

Se alguém jurou em falso ou profanou o consagrado, deve ser açoitado algumas vezes durante toda a vida, confessar-se por muitos dias e depois disso jamais voltar a fazer qualquer juramento, nem em se tratando da verdade, nem sobre a Torá ou sobre a alma de

seus ancestrais, exceto para cumprir os mandamentos.[1079] Deve cuidar para não pronunciar o nome de Deus em vão e estremecer sempre que, apropriadamente, pronunciar o Nome do Eterno, bendito seja. Deve zelar para não fazer uma bênção em vão. Se equivocou-se e recitou a bênção errada, deve imediatamente dizer "Bendito seja Seu Nome, Sua glória e Seu reino são Eternos".[1080] Ai daqueles que se acostumam e aos seus filhos a pronunciar o nome de Deus em vão nas casas de banho e asseio!

Por isto, habitue a si mesmo e a todos os que te escutam e seguem tuas orientações a não proferirem o nome de Deus inadequadamente. Se for compelido a jurar em nome de Deus – mesmo que sobre algo verídico – jejue todos os anos na data em que o fez, como forma de penitência.

Se está acostumado a conversar na sinagoga e a entregar-se à jocosidade e à frivolidade, deve comprometer-se após sua *Teshuvá*, a não mais fazê-lo, nem mesmo nos intervalos entre as rezas, sentando-se para rezar e meditar, sempre com humildade e grande temor. Em punição à conversa, deve jejuar quarenta dias, consecutivos ou não, e ser açoitado privadamente todos estes dias.

Se roubou alguém ou cobrou juros sobre um empréstimo, deve devolver o que tomou, pedir perdão à pessoa lesada, jejuar e confessar-se por quarenta dias. Não deve mais aceitar penhores e tem que manter distância dos bens e posses de seus amigos. Deve praticar atos de caridade, dando de tudo o que é seu as pessoas tementes a Deus e estudiosos de Torá. Quem cobrou juros indevidos, deve eximir-se de cobrar juros em qualquer situação.

Quem delata um amigo às autoridades, causa-lhe danos quase irreparáveis, tornando-o inimigo do Estado, fazendo-o perder suas posses e praticamente matando sua mulher e filhos, que dependem dele para sobreviver. Para retificar esta atitude, deve restituir tudo o que a família perdeu, pedir perdão, ser açoitado e jejuar por um período superior a dois anos, confessando-se durante todos os dias de sua vida, pois quem age desta maneira é comparado a um assassino, e por este motivo deve submeter seu espírito à dor. Se não tiver como restituir o prejuízo, deve suplicar a outros amigos que intercedam entre ele e a família para que aceitem seu perdão e comprometer-se a saldar a dívida aos poucos, com quem prejudicou e com sua prole.

O difamador e seus pares não têm remédio, a menos que peçam perdão às pessoas que difamaram. Devem jejuar quarenta dias ou mais, ser açoitados todos esses dias e

confessar seu pecado todos os dias de suas vidas. Suas atividades, dali por diante, devem ser ligadas apenas à pratica de boas ações, entre elas a de promover a paz entre as pessoas em geral e entre marido e mulher.

Quem agrediu um amigo ou provocou-lhe algum dano, financeiro ou moral, não tem perdão até desculpar-se com ele. O dia do *Iom Kipúr* expia somente os pecados entre o homem e Deus, mas os cometidos entre o homem e seus semelhante requerem conciliação.[1081] Quem levanta a mão contra o próximo, mesmo se não machucá-lo, é considerado malvado [1082] e deve pedir seu perdão para expiar o pecado.

Se alguém envergonhou outra pessoa, deve jejuar por quarenta dias ou mais, ser açoitado a cada dia e confessar-se todos os dias de sua vida.

Quem chama um colega por apelido, deve pedir-lhe perdão em público, ser açoitado e jejuar durante quarenta dias e confessar-se em particular.

Quem humilha um converso deve pedir seu perdão, ser açoitado, confessar-se e jejuar durante quarenta dias.

Quem ofende a outro deve trazer três fileiras de três homens e pedir perdão diante deles, como está escrito: "Deve alinhar-se diante destes homens e dizer: Pequei, fiz o que estava errado e tudo isto não teve serventia alguma para mim".[1083] Neste caso, não precisa pedir perdão à pessoa ofendida mais que três vezes. Se o mesmo faleceu, deve ir com dez homens ao seu túmulo e dizer: "Pequei contra o Eterno, Deus de Israel e contra este homem, a quem magoei".[1084] Em primeira instância, deve ir até a pessoa a quem ofendeu e dizer-lhe: "Pequei contra ti". Se ela não aceitar as desculpas, deve então trazer três homens e pedir-lhe perdão em frente a estas pessoas. Isto, se não o ofendeu em público, pois se o fez, não é suficiente pedir perdão apenas em privado. A pessoa ofendida não deve ser cruel a ponto de recusar o perdão.[1085]

Quem insulta seu semelhante espalhando calúnias contra ele, jamais será perdoado,[1086] a menos que jejue e seja açoitado em particular por um período de quarenta dias.

Medidas extremas

Eis alguns exemplos de vários tipos de profanações citados no Talmud:[1087] "Rav disse: 'Se eu fosse ao açougue, comprasse carne e não pagasse imediatamente, ensinaria aos outros a serem relaxados'. O Rabi Iochanán disse: 'Se eu desse quatro passos sem Torá ou Tefilín, ensinaria as pessoas a serem menos observantes'. Yits'chác, da escola do Rabi Ianái, disse: 'Todo aquele que provoca o embaraço de seus colegas com seus mexericos, ou seja, que faz com as pessoa aprendam e se permitam caluniar seus semelhantes.' "

O Rabi Abahu disse em nome do Rabi Chanina: "Melhor cometer uma transgressão em particular do que publicamente, para que as pessoas não aprendam contigo a pecar".[1088] O Rabi Ilai, o Ancião, disse: "Se perceber que o *létser Hará* o está dominando, deve ir a um lugar longínquo, onde não é conhecido, vestir-se e cobrir-se com roupas pretas, fazer o que seu coração lhe manda, contanto que não profane o Nome de Deus em público".[1089] Rabenu Chananel explica que isto não significa que nossos rabinos estão dando qualquer tipo de permissão para pecar, Deus o livre – ao contrário, esperam que, ao vestir-se de preto e ter que viajar para longe, até um lugar onde não o conheçam, sua consciência desperte para a *Teshuvá* e sua vontade de pecar esfrie, fazendo com que desista de seu intento e volte para casa sem haver pecado.[1090] O proibido certamente não lhe foi permitido; contudo, atitudes deste tipo operam no coração e na mente do homem no sentido de desencorajá-lo a pecar, tendo sido esta a intenção do Rabi Ilai. O trajeto até um lugar onde não seja conhecido e as vestimentas pretas têm por objetivo quebrar a vontade do coração de pecar. Nossos mestres também disseram: "Todo aquele para quem a honra do seu Criador não lhe é cara, melhor teria se não tivesse vindo ao mundo",[1091] e o Rabi Iossêf disse: "Isto se refere a quem peca em segredo",[1092] e o Rabi Yits'chác disse: "Pecar em segredo equivale a afugentar os pés da Presença Divina".[1093]

O Nome sagrado

Se alguém profana o Nome de Deus, seu pecado é grave. A profanação do Nome Divino é uma transgressão que frutifica e se multiplica, pois quando alguém comete esse tipo de pecado, faz outras pessoas imitarem seu comportamento. A transgressão deve inspirar medo e tremor nos homens. Deve-se ter também enorme cautela para não macular o cumprimento das *Mitsvót* e fazer com que outros aprendam a cometer esta transgressão. Portanto, devemos ser bastante zelosos com nossos atos, para que não aprendam com nosso comportamento que as *Mitsvót* não são importantes e que não há o que temer quando se pronuncia o Nome de Deus em vão.

O arrependimento no *Iom Kipúr* remove metade do débito de uma pessoa que comete pecados puníveis com pena capital por uma corte rabínica, e os sofrimentos que o afligiram ou afligirão redimem a outra metade. Mas quanto à profanação do Nome de Deus em público, o arrependimento e os sofrimentos não têm poder para apagar este tipo de pecado, tornando-se sem valor perante os céus, e somente a morte o expia.[1094]

É imprescindível, portanto, afastar-se de qualquer tipo de atitude e de situação que nos coloque em posição de desonrar o Nome de Deus e tudo o que se pareça com isso.[1095]

A essência do arrependimento pela profanação do Nome de Deus constitui em reconhecer o pecado em público e dizer: "Não aprendam de mim, pois eu pequei, transgredi, ofendi e profanei o Nome do Santíssimo, bendito seja, por pura tolice". O próximo passo será praticar inúmeros jejuns e confessar-se a cada dia, até o dia de sua morte.

Ação e Proteção

Para cada transgressão que cometemos, proposital ou inadvertidamente, como acender ou tocar numa vela no Shabat, sem saber ou lembrar-se que é Shabat, devemos nos confessar e jejuar ao menos por dois dias: segunda e quinta-feira. Do mesmo modo, devemos jejuar por todas as transgressões que cometemos, sejam elas grandes ou pequenas. Dois benefícios derivam destes jejuns: 1) O jejum expia os pecados; 2) O jejum afasta a pessoa do pecado, pois cada vez que jejuar por um pecado, pensará consigo mesmo: "Se voltar a pecar terei que jejuar novamente". Como resultado, se absterá de cometer delitos.

Eis aqui uma abrangente cerca de proteção: penalizar a si mesmo, dar dinheiro para caridade ou afligir-se todas as vezes que cometermos uma transgressão. Devemos adotar esta prática para todos os nossos pecados, tais como o ódio, a inveja, alegrar-se com a desgraça alheia, cometer difamação, ser negligente na hora da reza ou de pronunciar as bênçãos, ou seja, proferir palavras sagradas sem a devida intenção e tudo o que se aproxima disto. É importante examinarmos nossas consciências diariamente nesse sentido: se descobrimos termos cometido algum destes delitos, devemos sentir pesar e enlutar nosso espírito, confessando tudo o que fizemos e pedindo perdão ao Santíssimo, bendito seja, com humildade e coração partido.

A confissão é de grande importância. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: [1096] "Quando um condenado à pena máxima se afastava vinte metros do local de apedrejamento, diziam-lhe: 'Confesse! Pois é costume dos condenados confessar seus pecados, e se o fizer, terá uma parte no Mundo Vindouro.' As Escrituras contam sobre Achán, Josué lhe disse: "Meu filho, rogo-te, dê glória ao Eterno, Deus de Israel e confesse a Ele e diga-me o que fez, não esconda nada de mim". Achán respondeu a Josué: "É verdade, pequei contra o Deus de Israel, cometi este e aquele pecado".[1097] E como sabemos que foi perdoado após sua confissão? Porque Josué disse a Achán: "Assim como nos maculastes hoje, o Eterno também te maculou".[1098] Equivale a explicar que foi maculado neste mundo, mas não o será no Mundo Vindouro. Para quem não sabe como confessar-se, recomenda-se que diga: "Que minha morte sirva de expiação para meus pecados".

Se transgredir qualquer um dos mandamentos da Torá, positivo ou negativo, intencionalmente ou não, seu arrependimento deve ser seguido do abandono do caminho incorreto e da confissão perante o Altíssimo, como está escrito: "Quando homem ou mulher fizerem algum dos pecados do homem, por falsear em nome do Eterno, será culpada aquela alma. E confessará os pecados que cometera".[1099] Aqui, fala-se de uma confissão verbal. Toda pessoa que se vê obrigada a trazer uma oferenda expiatória de ato culposo, ou que foi sentenciada pela corte rabínica a sofrer açoitadas ou receber a pena capital, não terá seus pecados perdoados e nem expiados pela morte, a menos que se arrependa e os confesse verbalmente. Da mesma forma, se alguém prejudicou seu companheiro e reconciliou-se com ele, indenizando-o pelo dano causado, não será perdoado até que confesse seu pecado e decida não tornar a cometê-lo por toda a sua vida.

A Confissão: Síntese de Verdade e Humildade

Como confessar? Deve-se dizer: "Vos suplico, ó Eterno: pequei, transgredi e cometi delitos diante de Vós, e fiz isso e aquilo. Agora me arrependo e me envergonho de meus atos, e não voltarei a fazê-los." Esta é a essência da confissão. A pessoa que confessa com frequência diante do Altíssimo e alonga sua confissão será louvada. A essência da confissão também está contida na frase: "Mas nós também pecamos". É recomendável que, ao recitar o *Vidúi* (confissão) do livro de orações, a pessoa especifique o tipo de pecado que cometeu a cada trecho que pronuncia. Por exemplo, quando disser *Ashámti* (pequei), deve adicionar "Ingeri a carne de animais proibidos ou que não foram abatidos segundo o ritual *Kosher*"; se pecou na área das relações sexuais ilícitas, quando chegar a *Bagádti* (traí), deve dizer que cometeu atos promíscuos e especificar se o fez com uma *Nidá* ou com uma gentia. Ao chegar à palavra *Gazálti* (roubei), deve especificar de quem e o que roubou. Se difamou alguém, quando chegar a *Dibárti dófi* (difamei), deve confessar de caluniou um amigo, se colocou um apelido em alguém ou se espalhou boatos sobre determinada pessoa. Se teve emissão indevida de sêmen, deve dizer que emitiu sêmen em vão depois de dizer *Evíti* (perverti); deve relatar suas ações promíscuas quando disser *Zaníti* (prostituí-me); se violou o Shabat, deve contá-lo ao Eterno depois de dizer *Chamásti* (cometi violações); se cobiçou alguém deve dizê-lo ao chegar a *Chamádeti* (cobicei), até completar o relato de seus pecados, como estão descritos em ordem alfabética no *Vidúi*.

A cada letra deve especificar o mandamento violado e pronunciar, em tom de lamento para que a *Teshuvá* tenha efeito: "Deixe ao mau o seu caminho, e ao iníquo seus pensamentos; volte-se para o Eterno, que Se compadecerá dele; e para o nosso Deus, porque há esperança de que perdoe".[1100] No final da confissão deve dizer: "Transgredi Tua boa Lei e isto de nada me valeu, e Tu és justo sobre tudo o que recai sobre mim; verdade fizeste pois pequei contra Ti." Dirá então: "Transgredi Teus mandamentos, positivos e negativos, os puníveis com Carêt e com pena capital aplicada por um *Bêt Din*, transgredi a Torá Escrita e a Torá Oral, esqueci-me do Teu Nome Grandioso, esqueci-me do Teu Jugo e de temer a Ti; e Tu és justo sobre tudo o que recai sobre nós."

No Talmud de Jerusalém, nossos sábios perguntam: "Como deve ser feita a confissão?" Deste modo: "Mestre do Universo! Pratiquei o que é mal aos Seus olhos e postei-me no caminho da iniquidade; agora no entanto, já não o faço. Que seja a Tua vontade, ó Eterno,

meu Deus e Deus dos meus antepassados, que expies todos os meus pecados, perdoes todas as minhas faltas e todas releves as minhas transgressões".[1101]

Em resumo, o arrependimento deve abranger todos os nossos pecados e faltas. Temos por obrigação nos esforçar para nos arrependermos das faltas cometidas devido aos hábitos enraizados em nosso caráter, pois o hábito torna a retificação mais difícil, como está escrito: "Deixe o mau o seu caminho, e o iníquo seus pensamentos". [1102]

Um Grande Passo Merece Recompensa Especial

Quem faz *Teshuvá* não deve pensar que ainda está distante do nível dos justos em função dos muitos pecados que cometeu no passado. Pelo contrário! A pessoa arrependida é amada em especial pelo Altíssimo e tida por Ele como se nunca tivesse pecado. Além disso, sua recompensa é abundante, pois provou o gosto do pecado, abandonou-o e dominou seu instinto. Nossos mestres disseram: "No patamar onde se encontra um *Baal Teshuvá*, nem mesmo os maiores justos se encontram". [1103]

A grandeza de quem se arrependeu é maior que a de um justo que jamais pecou, porque o primeiro sentiu o prazer do pecado, mas optou por deixá-lo e seguir a Torá do Eterno.

Todos os profetas exortaram o povo a se arrepender, pois Israel será redimida pela *Teshuvá*.[1104] A Torá nos assegura que o povo de Israel fará *Teshuvá* no final de seu exílio, quando serão imediatamente redimidos, como está escrito: "E quando vierem sobre ti todas estas coisas, a bênção e a maldição que pus diante de ti, e te recordares delas em teu coração... e voltares para o Eterno, teu Deus, e ouvires a Sua voz... te trará o Eterno, teu Deus, com Ele de teu cativeiro e Se compadecerá de ti, e te fará voltar, juntando-te dentre todas as nações para onde te espalhou o Eterno". [1105]

Grande é o arrependimento, que aproxima o homem da *Shechiná*, como está escrito: "Volta, ó Israel, para o Eterno, teu Deus";[1106] "E vós ainda não retornastes a Mim, disse o Eterno"; [1107] "Se retornares, ó Israel, retornem a Mim, disse o Eterno." [1108]

Quando te arrepender dos teus pecados, apegue-se a Deus.

O arrependimento aproxima os distanciados, pois ainda ontem o pecador era detestado pelos céus, por estar maculado e infestado de pecado; mas hoje, por ter se arrependido, é querido e bem-vindo, acolhido e amigo. Empregando os mesmos termos para afastar os ímpios, o Eterno traz para perto de Si os arrependidos, seja um só indivíduo ou toda uma comunidade, como está escrito: "E acontecerá que no lugar onde se lhe dizia: Vós não sois o Meu povo, se lhes dirá: Vós sois os filhos do Deus Vivo". [1109]

Sobre a perversidade de Iechoniá, disseram: "Escrevam sobre este homem: não terá prole e não prosperará em seus dias" [1110] ... "Se Conias, filho de Joaquim, for rei de Judá,

escrevo com Minha destra, que de lá o arrancarei".[1111] Contudo, como ele se arrependeu durante seu exílio, está escrito sobre Zerubavel, seu filho: "Naquele dia, disse o Eterno dos Exércitos te tomarei para meu servo, ó Zerubavel, filho de Shaltiel e te alçarei, como havia decretado".[1112]

Veja quão louvável é a Teshuvá!

Até ontem a pessoa estava separada do Altíssimo, Deus de Israel, bendito seja, pois: "Teus pecados te separaram do Eterno". [1113] Ela chamou, mas não foi ouvida, como está escrito: "Ainda que ores indefinidamente, não te ouvirei"; [1114] Observou os mandamentos, mas eles lhe foram atirados na cara, pois "Quem pediu isto de vós, que maculaste Minha corte?"; [1115] "Quem dentre vós, que fechará as portas?"; [1116] "Agregai as oferendas queimadas a vossos sacrifícios e comais carne!" [1117] Mas hoje esta pessoa se aproximou da *Shechiná*, como está escrito: "E vós, que vos unistes ao Eterno, vosso Deus" [1118] será correspondida imediatamente após seu arrependimento, pois "Antes mesmo de pedires, corresponderei".[1119] Agora os mandamentos que ela cumpre são benquistos, "Pois o Eterno já aceitou tuas obras". [1120] E mais, ela é esperada pelos céus, como está escrito: "Então a oferta de Judá e de Jerusalém será agradável ao Eterno como nos dias antigos e como nos anos anteriores".[1121]

Um *Baal Teshuvá* caminha sempre de maneira humilde e constrita. Se alguns o envergonham, relembrando-o de seus atos passados, dizendo: "Ontem você fez isto e aquilo", ou "Você disse isto e aquilo", não se zangam e nem se vingam, mas ouvem atentamente e se alegram com o que escutam, pois sabem que isto lhes conta como crédito: cada vez que alguém os humilha ou lembra em público seus atos passados e eles ouvem em silêncio, tem seus pecados perdoados e suas faltas transformadas em méritos. No entanto, é um grave pecado dizer a um *Baal Teshuvá*: "Lembra-te dos teus atos passados!", ou mencioná-los diante dele para embaraçá-lo, [1122] pois está escrito: "E não enganareis cada um ao seu companheiro". [1123]

O penitente deve dar sequência ao seu processo de arrependimento afastando-se das más companhias e buscando sempre cumprir mais mandamentos, aprimorando continuamente a maneira de cumpri-los, livrando-se das preocupações e dos pensamentos sobre as coisas deste mundo. Deve fortalecer-se aconselhando-se com o Eterno, buscando proteção à Sua sombra, suportando o Jugo da Torá Divina e tolerando o embaraço e o escárnio dos tolos, fazendo-se de surdo, como está escrito: "Por amor a Ti suportei ultrajes a meu rosto... com uma mortalha me cobri... que seja uma hora favorável aquela em que a Ti dirijo minha prece, ó Eterno". [1124]

A Psicologia da Torá (*Torá*)

A nação de Israel foi abençoada com três coroas: a coroa da Torá, a coroa do sacerdócio e a coroa do reinado.

A coroa do sacerdócio foi herdada por Aarão e seus descendentes, como está escrito: "E será para ele, e para sua descendência depois dele, uma aliança de sacerdócio perpétuo".[1125]

A coroa do reinado foi herdada pelo rei David e seus descendentes, como está escrito: "Sua semente persistirá para sempre e seu trono será para Mim como o sol".[1126]

A coroa da Torá, no entanto, está à disposição de todo filho de Israel que dela quiser fazer uso, como está escrito: "A Torá que nos ordenou Moisés, herança é para a congregação de Jacob"[1127] Ou seja, membro da Congregação de Israel, pode coroar a sua alma com as palavras da Torá!

Se alguém te disser que as outras coroas são mais elevadas, responda: "Os reis governam pela Torá e com ela legislam com justiça".[1128]

Isto nos ensina que a coroa da Torá é superior às do sacerdócio e do reinado.[1129] Nossos sábios, de abençoada memória, disseram: "Um bastardo erudito em Torá tem precedência sobre um Sumo-sacerdote ignorante",[1130] pois está escrito: "A Torá supera a preciosidade das pérolas... mais preciosa que o Sumo Sacerdote quando adentra o Santo dos Santos".[1131]

Mandamento algum se equipara aquele que ordena o estudo da Torá. Na verdade, o estudo da Torá equivale à soma de todas as *Mitsvót*. Nossos mestres disseram: "O estudo da Torá equivale a todos [os mandamentos somados]".[1132] Isto se aplica a quem estuda

Torá a ponto de não ter tempo para cumprir as outras *Mitsvót*, mas quem não se ocupa do estudo da Torá durante todo o tempo, este tem de ocupar-se dos demais mandamentos. Quem ocupa todo o seu tempo com o estudo da Torá, o faz para aprender e cumprir; se não cumpre os mandamentos, é por estar tomado pelo estudo; sua recompensa portanto, equivale à soma das demais *Mitsvót*, como se esta pessoa tivesse cumprido toda a Torá. Por outro lado, se alguém vive ociosamente, podendo cumprir *Mitsvót* mas não o fazendo, ou se as cumpre indevidamente, sem observar os detalhes, desta pessoa não se diz que o estudo da Torá pode lhe valer todos os mandamentos somados.

Aquele cujo coração deseja ocupar-se única e exclusivamente do estudo da Torá, praticando-o corretamente e coroando-se com sua coroa, deve concentrar-se de tal modo que sua mente não seja ocupada com qualquer outro tipo de assunto. Ele também não deve pensar que ampliando seu conhecimento em Torá terá qualquer benefício, ou adquirirá honra e riqueza.

A Ética dos Pais nos ensina a forma correta de estudar Torá: "Come um pedaço de pão com sal, bebe pouca água, dorme sobre a terra, vive uma vida árdua, e esforça-te no estudo da Torá".[1133] Mas se você disser que somente quando tiver solidez financeira na vida poderá se dedicar ao estudo da Torá, jamais merecerá sua coroa. Está escrito: "Faz do teu estudo da Torá um hábito permanente e do teu sustento tua ocupação temporária.[1134] E não digas "estudarei quando tiver tempo, pois talvez nunca tenha tempo".[1135] A própria Torá ensina: "Porque este mandamento que Eu hoje te ordeno, não te é encoberto nem está longe de ti. Não está nos céus... nem além dos mares".[1136] Em outras palavras: não é do domínio dos arrogantes, nem de quem se ocupa de comércio.[1137] Por isso, nossos mestres disseram: "... nem todos os que se deixam absorver pelos negócios podem tornar-se sábios";[1138] "Dedica-te menos aos negócios para te ocupares com a Torá".[1139]

Quando alguém estuda a Torá pelo próprio mérito do estudo e em honra aos Céus, seus dois rins transformam-se em fontes de saber e conhecimento de *Halachá*, ensinando-lhe assuntos que não foram dados nem a Moisés no Sinai. Abrahão, nosso patriarca, não teve um mestre que lhe ensinasse Torá. Ele aprendeu sozinho todas as *Mitsvót* em seus detalhes, como está escrito: "Porque escutou Abrahão Minha voz, e guardou Minha sentença, Meus mandamentos, Meus estatutos e Minhas leis.[1140] Nossos sábios afirmam

que Abrahão conhecia até mesmo as leis de Eruv Tavshilim, um decreto rabínico.[1141] . Também disseram: "Nosso patriarca Abrahão estudou quatrocentos capítulos".[1142] Quem o ensinou? "Seus dois rins tornaram-se duas fontes das quais jorravam ensinamentos de Torá e *Halachá*".[1143]

Nossos sábios, de abençoada memória, lembram também que o Rabi Eliezer aplicou-se de tal maneira ao estudo da Torá que lhe foram feitas revelações que Moisés não recebeu no Sinai.[1144] Assim deu-se com nossos sábios e profetas, desde a geração de Moisés, nosso mestre, que em paz esteja, até a de Josué, de Josué aos Anciãos de Israel, dos Anciãos aos profetas, dos profetas aos Homens da Grande Assembleia e destes aos *Tanaim, Amoraim, Gueonim* e os sábios de todas as gerações, que empenharam-se com todas as suas forças e meios no estudo da Torá e conseguiram atingir níveis de conhecimento tão elevados quanto possíveis, que homem algum poderia ministrar-lhes.

A Ética dos Pais enumera quarenta e oito traços de caráter necessários para adquirir conhecimentos de Torá.[1145]

O homem desejoso de trilhar os caminhos da Torá com êxito deve engajar-se em adquirir estes quarenta e oito traços de caráter, e então alcançará todas a coisas boas.

Quem estuda Torá deve ser zeloso e esmerado em seu estudo, pois seu estudo não se assemelha ao estudo das demais disciplinas. Se alguém estudou algo com afinco, mesmo passados muitos anos, não esquecerá o que estudou; mas quem estuda Torá e não recapitula o que estudou continuamente, o esquece; ainda que estude um capítulo cem vezes, se deixar de estudar com frequência, esquecerá imediatamente tudo o que estudou. Isto se explica da seguinte forma: quando alguém estuda de algo novo, aplica-se somente no início do estudo, mas após aprender os princípios do objeto estudado, pode seguir este estudo sem concentrar-se tanto.

Isto não é possível em relação ao estudo da Torá, que a cada momento exige total concentração e entrega por parte do homem. Se ao estudar a Torá deixarmos a mente esvair-se em pensamentos estranhos, esquecemos imediatamente o que levamos dias para aprender. Nossos sábios, de abençoada memória, disseram que se o homem pudesse lembrar tudo o que estudou, bastaria estudar um pouco e logo entregar-se a conversas vãs e à ociosidade, que levam à monotonia e causam o pecado.[1146] Por este

motivo foi decretado que o homem esqueça seu estudo se não aplicar-se nele continuamente: para que não caia na tentação de pecar.

O estudo da Torá traz méritos e leva à pratica das boas ações, pois quando o homem estuda na Torá as punições que o esperam pela transgressões e a recompensa pelo seu cumprimento, decide praticar o bem. O labor em torno do estudo da Torá faz o homem esquecer o pecado, afastando-o das oportunidades para cometê-lo, mas a ociosidade arrasta para si o pecado e afunda o homem no abismo da transgressão. Assim, o homem deve ser zeloso ao estudar a Torá a todo o momento, mesmo quando estiver em viagem, ou à noite, na cama. Se não puder fazê-lo verbalmente, deve procurar refletir sobre o que já estudou, para que sua mente esteja constantemente ocupada com assuntos de Torá. Se o fizer, cumprirá a *Mitsvá* "Não se afaste da tua boca o livro desta Torá, e nele medita dia e noite".[1147] Note que não está escrito que o homem deve "falar", mas "meditar", pois o lugar da meditação é o coração. A Torá dita que o homem deve ocupar-se de Torá quando está sentado em sua casa e andando pelo caminho, ao deitar-se e ao levantar-se".[1148] Por este motivo, nossos mestres eram conhecidos por não darem quatro passos sem palavras de Torá,[1149] seja repetindo em voz alta o que estudaram ou meditando sobre estes assuntos em seu coração.

Por tudo isso, motive seu coração para estudar Torá todo o tempo, em qualquer situação e encontrará vida e glória, desfrutando de tudo o que há de bom e de todos os traços positivos de caráter que existem no mundo. Através da Torá o homem adquire sabedoria, temor, recato, humildade, modéstia e demais qualidades do espírito; os céus provêm tudo o que precisa para seu sustento e a Torá o protege, cria e eleva.[1150]

O Rabi Meir disse: "Aquele que se dedica ao estudo da Torá (simplesmente) porque a ama, merece grandes recompensas. Além disto, a criação do mundo inteiro é valida (mesmo que seja) só por sua causa. Ele é chamado de amigo e amado... o engrandece e o exalta acima de toda a Criação".[1151]

Os frutos de seu estudo são colhidos neste mundo, mas sua recompensa, "Olho algum avistou fora os Teus".[1152] Mesmo os profetas não puderam vislumbrar a recompensa reservada aos justos no futuro, pois somente puderam profetizar sobre o *Gán* (Jardim),

mas sobre o *Éden* (Paraíso), "Olho algum avistou fora os Teus". E não há nada mais elevado que isto no Mundo Vindouro. [1153]

Perguntou o Rabi (Judá, o Príncipe) ao Rabi Betsalel, [1154] : "O que significa o versículo [1155] 'Pois sua mãe se prostituiu'? O Rabi Betsalel respondeu-lhe: 'Quando as palavras da Torá se prostituem? Quando seus senhores a menosprezam. De que modo? Quando um sábio ensina: "Não torcerás o juízo", mas as pessoas não praticam justiça, "Não farás distinção entre as pessoas", mas torce o juízo a seu favor, "Não tomarás suborno" e ele próprio aceita suborno'".[1156]

O rei Salomão disse: "Sabedoria é melhor que força, mas ela é desprezada se vem de um pobre".[1157] O que isto quer dizer? Nossos sábios explicam que a sabedoria da pessoa pobre em boas ações é desprezada. Se exorta os demais a praticarem o bem quando o próprio conselheiro não o faz, suas palavras não são aceitas, como atesta a Ética dos Pais: "Não é a teoria o principal, mas a prática".[1158]

Em outras palavras, nossos atitudes precisam ter a honra dos Céus como meta. Isto fica claramente demonstrado na história de Elisha ben Abuiá, cujo pai ensinou-lhe a Torá para seu próprio bem e não por ser um mandamento Divino; no final seu filho acabou tornando-se um apóstata. O Talmud conta [1159] que no dia da circuncisão de seu filho, Abuiá deu uma festa e convidou o Rabi Eliezer, o Rabi Iehoshua e outros sábios. Os sábios sentaram-se para discursar sobre a Torá, até que um manto de fogo os envolveu. O pai de Elisha os indagou: "Meus mestres, caso vieram aqui para incendiar minha casa?" Eles responderam: "Não é o que pensa; estávamos revisando alguns tópicos de Torá, Profetas, Escrituras e as palavras se nos tornavam tão esplendorosas que pareciam com a revelação no Sinai, quando uma coluna de fogo o envolveu. Ao ouvir isto, Abuiá disse: "Se tamanho é o poder da Torá, dedicarei meu filho ao seu estudo". Como sua intenções não eram santas, mas para a própria glória, seu filho acabou tornando-se um herege. Contudo, não devemos levar este episódio em conta e estudar Torá ainda que seja em proveito próprio, pois a dedicação ao estudo fará com que no futuro a estudemos em honra aos céus.[1160]

Agora, descreveremos alguns temas pertinentes à Torá e seus mandamentos:

Resumo da Introdução de Maimônides à Obra "Mishnê Torá"

Todas as Mitsvót foram dadas a Moisés no Monte Sinai junto à explicação detalhada de sua observância, como está escrito: "E dar-te-ei as tábuas de pedra, a lei e os mandamentos que escrevi para ensinar".[1161] Torá refere-se à Lei Escrita e Mitsvót à Lei Oral.[1162] Deus nos ordenou observar a Lei Escrita por meio das Mitsvót, ou seja, da Lei Oral. Moisés escreveu treze cópias da Torá de próprio punho antes de partir deste mundo, dando uma cópia a cada tribo de Israel e guardando uma cópia junto à Arca Sagrada,[1163] como está escrito: "Devereis tomar este livro da Lei e o colocar ao lado da arca da aliança do Eterno, vosso Deus, para que ali esteja por testemunha contra vós".[1164]

A Mitsvá de explicar a Torá não foi escrita por Moisés, mas ordenada e ensinada a Josué, aos Anciãos e toda a nação de Israel, como está escrito: "Tudo quanto eu vos ordeno, isso cuidareis de fazer; não acrescentareis nem diminuireis a isso nada".[1165] Por este motivo as Mitsvót ficaram conhecidas como "Torá Oral". Desde os dias de Moisés, nosso mestre, que em paz esteja, até os dias de nosso santo mestre Iehudá Hanassí, livro algum foi escrito sobre a prática das Mitsvót; todos os assuntos pertinentes a Halachá foram ensinados e aprendidos verbalmente. A cada geração, porém, o líder da corte rabínica ou o profeta daquela geração tomavam nota do que haviam ouvido de seus mestres, do que havia sido ensinado oralmente em público. Do mesmo modo, cada aluno fazia anotações para si daquilo que ouvira sobre as interpretações dos trechos da Torá e detalhes da Halachá, fazendo-o de acordo a treze princípios básicos aplicados no estudo da Lei Oral e segundo os quais as cortes rabínicas decretaram as normas da vivência religiosa judaica.

Esta era a prática comum do estudo da Lei Oral até o surgimento do Rabi Iehudá Hanassí, que ao ver o número de estudantes de Torá diminuir surpreendentemente, as aflições que se abatiam sobre o povo judeu aumentarem, o Império Romano fortificar-se e espalhar-se por todo o mundo civilizado e o povo de Israel sendo empurrado e disperso para os quatro cantos do mundo sob um fardo de sofrimento e aflições, tomou a resolução de compilar este ensinamentos para que todo judeu os pudesse ter à mão e não se confundir no estudo da Torá onde quer que estivesse. Esta compilação é a Mishná. Durante todos os dias de sua vida, ele e sua corte rabínica passaram a ensinar a Mishná em público na presença dos sábios de Israel, para que estes pudessem absorver estes ensinamentos e transmiti-

los às gerações seguintes. Os discípulos do Rabi Iehudá Hanassí também compilaram alguns estudos: Rav compilou o Sifra e Sifri para explicar e tornar conhecidos os princípios da Mishná; o Rabi Chyiá compilou a Tosefta para esclarecer assuntos da Mishná; o Rabi Hoshaia e Bar Capara compilaram as Baraitót, para explicar os termos da Mishná. As coisas seguiram este rumo até a época dos Amoraím, cuja diferenças de interpretação dos assuntos mencionados acima, deram origem ao Talmud. Primeiramente, o Rabi Iochanán compilou o Talmud de Jerusalém, em Israel, cerca de trezentos anos após a destruição do Segundo Templo. Cem anos depois, Rav Ashi compilou o Talmud da Babilônia, onde vivia. Ambos se dedicaram a elucidar conceitos e palavras da Mishná, aprofundando-se nas questões elucidadas por cada escola rabínica, desde Rabênu Hacadosh até a compilação da Guemará. Destas duas compilações Talmúdicas, a Tosefta, a Sifra e o Sifri, emergiu a legislatura judaica, especificando o permitido ou proibido, puro o impuro, obrigatório ou não, numa corrente inquebrável que remonta aos tempos de Moisés, que recebeu a Torá com as mesmas especificações, no Monte Sinai. O Talmud também inclui decretos dos sábios e profetas de cada geração, promulgados por servirem de cerca em volta dos mandamentos da Torá, como nosso mestre Moisés, de abençoada memória, nos instruiu: "E guardareis o Meu mandado".[1166] Em outras palavras, faça uma cerca para salvaguardar minhas ordenanças.[1167]

O Talmud inclui também costumes e decretos de cada geração, da forma instituída pelo Bêt Din de cada época e dos quais não podemos nos desviar, como está escrito: "Conforme o mandado da lei que te ensinarem, e conforme o juízo que te disserem, farás; não te desviarás da sentença que te anunciarem nem para a direita nem para a esquerda".[1168] Isto se refere aos detalhes desconhecidos da Lei, que foram promulgados de acordo com os treze princípios de hermenêutica judaica sob os quais se basearam os sábios de cada geração, e que foram compilados por Rav Ashi na Guemará, que descreve os detalhes da Lei Oral desde os dias de Moisés até a época de sua compilação.

Depois da era dos Amoraim, surgiram os Gueonim, versado em ambas edições do Talmud: a da Babilônia e a de Jerusalém, além do Sifra, Sifri e Tossefta. Estes sábios iluminaram o caminho para o entendimento dos mistérios do Talmud e seus intrincados detalhes. Além de ser uma obra de aprofundamento na Lei, ciência e princípios morais e religiosos judaicos e por ter sido escrito em dois idiomas, o hebraico e o aramaico (idioma corrente entre os judeus da Babilônia), mesclados a alguns dialetos falados na época, o Talmud era

de compreensão mais fácil para as pessoas que viveram na época e nos lugares onde foi compilado. Na geração dos Gueonim, a linguagem do Talmud era desconhecida em quase todo o mundo e até na Babilônia, a menos que estudada. Muitas perguntas passaram a ser feitas aos Gueonim em toda as cidades onde viviam os judeus, para que elucidassem os trechos do Talmud que não compreendiam. Os Gueonim esclareciam as dúvidas da população e as publicavam em livros que ficaram conhecidos como Shut (Sheelót uTeshuvót, ou Perguntas e Respostas). Os Gueonim de cada geração publicavam livros sobre o Talmud comentado, alguns deles enfatizando e esclarecendo a Halachá, outros comentando determinado tratado ou capítulo da Mishná e da Guemará, que juntas, formam o Talmud. Compilaram também livros especializados em assuntos tais como a proibição ou permissão em relação às Mitsvót, sobre o puro e o impuro e assuntos pertinentes às necessidades e vicissitudes da época, para auxiliarem a compreensão daqueles que não podiam se aprofundar no texto talmúdico. Este serviço Divino tem sido levado à cabo desde a época dos Gueonim até esta geração, cerca de 1.100 anos após a destruição do Segundo Templo, a exatos 4.937 anos desde a Criação do Universo.

Hoje atravessamos uma era de incertezas e perseguições, onde a sabedoria foi posta de lado por muitos e o número de sábios decresceu, levando consigo os segredos das Escrituras, que antes estavam ao alcance de todos. Como resultado, foi necessário compilar uma extensa literatura rabínica, autoexplicativa, para auxiliar o estudo dirigido da Torá.

É desnecessário dizer quanto o estudo do Talmud (da Babilônia e de Jerusalém), Sifra, Sifri e Tossefta, requerem conhecimento amplo, espírito sábio, tempo e dedicação, para que os assuntos relativos ao permitido ou proibido, puro ou impuro e demais assuntos da Torá, possam ser compreendidos do modo correto.

Em vista disto, eu, Moisés filho de Maimon, o Sefardita, ponho-me de pé e amparo-me no Rochedo de Israel, para compilar uma obra que vise explicar todos os assuntos referentes ao proibido ou permitido, puro ou impuro e demais Leis da Torá, em linguagem simples e clara, de modo conciso, até que toda a Torá Oral seja do domínio de todos, explícita e indubitável, sem controvérsia, com afirmações claras, próximas do leitor e corretas, de acordo com todos os esclarecimentos que tem sido feitos desde a época de nosso mestre, Moisés, até os dias de hoje, até que todas as leis sejam conhecidas por toda a população, pequenos e grandes, para cada Mitsvá e decreto emitido por nossos sábios e profetas,

tendo como regra geral: para que todo homem de Israel tenha à sua frente uma obra que inclua e explique todas as Mitsvót da Torá sem que tenha necessidade de buscar em outro lugar. Esta obra inclui todos os preceitos da Torá, decretos, costumes e instituições que recebemos deste a geração de Moisés até o encerramento da Guemará e de acordo com as explicações dos Gueonim sobre todos estes conceitos.

Por este motivo, vi por bem chamar esta obra de Mishnê Torá (Recapitulação da Torá): para que as pessoas possam ler primeiramente o texto da Torá e depois esta obra, compreendendo por inteiro a Torá Oral, sem a necessidade de qualquer entreposto entre eles.

* * *

Com estas palavras Maimônides conclui a introdução de sua obra, Mishnê Torá. Depois de Maimônides surgiu o Rabino Moisés de Coucy, que compôs outra obra, na qual selecionou alguns ensinamentos de Maimônides e agregou ensinamentos de outros mestres. A partir daí, tratados Haláchicos diversos passaram a ser compilados por rabinos de peso, tais como o Rokêach, o Rabi Eliezer de Metz, Avi haEzri e o Or Zarúa. Assim fizeram outros mestres, cada qual compilando e reagrupando os ensinamentos das gerações que os antecederam e adicionando outros, de acordo com a situação de sua época e de sua comunidade, cada vez que se defrontavam com a enormidade de transgressões cometidas pela população, por falta de conhecimento do Talmud. Sem o auxílio da literatura rabínica pós talmúdica, o próprio conhecimento deste não teria chegado até a maior parte da população judaica.

Rabênu Shelomo ben Yits'chac (Rashi), que em paz esteja, viu em sua geração uma diminuição dos corações devotados ao estudo da Torá, para nossa desgraça, fato que o moveu a esclarecer o Talmud de maneira clara o suficiente para todo e qualquer filho de Israel. Seus descendentes, Rabênu Tam, Rabênu Yits'chac e outros, engajaram-se num discurso intensivo de sua obra, até compilarem as Tossafót (Adendos) na Ieshivá de Rabênu Yits'chac, o Tossafista. Dentre os sessenta contemporâneos de Rabênu Yits'chac contamos Rabênu Shimshon de Sans, que também compôs Tossafót, junto a um grande número de discípulos, todos eles gigantes no conhecimento da Torá, dotados de grande capacidade de compreensão e devotados de corpo e alma ao estudo da Torá, que conheciam de memória o Talmud, Rashi e Tossafót.

Logo depois, para nossa grande tristeza, aumentou o sofrimento dos judeus e as ieshivót diminuíram tanto em número que os sábios da nova geração viram-se na obrigação de agrupar Tossafót de acordo com cada assunto e detalhar sua explicação numa linguagem plausível para qualquer cidadão de seu tempo. Naquela época ainda haviam eruditos em Torá que sabiam as explicações de todos os mandamentos do modo como eram descrita no Talmud, até que se viram exilados da França, país onde muitos de nossos sábios de dedicavam ao estudo da Torá, fazendo dele a atividade principal de suas vidas, para poder cumprir o escrito: "E as inculcarás a teus filhos".[1169] Em outras palavras, eles devem saber palavras de Torá de tal maneira, que se alguém lhes fizer uma pergunta não gaguejem e possam responder de imediato a seu interlocutor.[1170] Mas é impossível responder a qualquer pergunta, a menos que tenhamos recapitulado incansavelmente os tópicos, como disseram nossos rabinos: "Recapitular um tópico cem vezes não se assemelha a recapitular o mesmo tópico cento e uma vezes".[1171]

Também disseram que Resh Lakish revisava seus estudos de *Halachá* quarenta vezes antes de estudar com o Rabi Iochanán.[1172] Esta era uma prática comum entre os sábios do Talmud, quando a ênfase do estudo era a recapitulação de cada tópico. Conta o Talmud que Rav Ashi sentava-se à frente de Rav Cahana quando começou a entardecer e o restante dos sábios ainda não haviam chegado à sua Ieshivá.[1173] Rav Ashi perguntou-lhe: " 'Porque ainda não chegaram?' Rav Cahana respondeu: 'Talvez ainda estejam ocupados com a refeição festiva de Purim'. Rav Ashi perguntou: 'Não poderiam comer à noite?' Ao que Rav Cahana respondeu: 'Nosso mestre Rava disse: "A *Mitsvá* de participar de uma refeição festiva em Purim não é cumprida se iniciada à noite. Por quê? Porque está escrito: 'Em dias de festa; para que os fizessem dias de banquete e de alegria'.[1174] Rav Ashi indagou: 'Rava realmente disse isso?' 'Disse', retorquiu Rav Cahana." Deste modo, Rav Ashi aprendeu as *Halachót* referentes a Purim de Rav Cahana, repetindo cada assunto quarenta vezes, até sentir que o tinha dominado.

Ponderemos este fato: o assunto tratado por estes dois sábios poderia facilmente ser memorizado após ser revisto uma ou duas vezes. No entanto, Rav Ashi o reviu com seu mestre quarenta vezes, apesar de sua simplicidade. O Talmud documenta o fato de todos os nossos sábios revisarem seu tópico de estudo inúmeras vezes e cada um tinha de ocupava de revisar exaustivamente determinados assuntos e capítulos, e se não o conseguiam durante o dia, continuavam durante a noite;[1175] a cada trinta dias, revisavam

novamente tudo o que haviam estudado;[1176] deste modo estudaram também os sábios judeus da França, até alcançaram um nível tão elevado de estudo que podiam compreender as *Mitsvót* diretamente do Talmud e Tossafót, sem precisar recorrer à literatura rabínica de seu tempo. Na França, os sábios judeus dedicaram-se ao estudo da Torá com a mesma intensidade e por longos períodos. Fixavam-se em algum lugar para estudar Talmud e revê-lo constantemente e as palavras da Torá jamais deixavam seus lábios, fazendo o mesmo que os antigos, como está escrito: "Repita o objeto de teu estudo para que não o esqueça e para que saiba o que diz"[1179] e também: "O homem deve memorizar a matéria e só depois entendê-la".[1180] Mas a expulsão dos judeus Do país trouxe consigo um grave declínio no estudo.

Para piorar a situação, os mestres de hoje se acham em condições de repetir o método de estudo dos *Rishonim* (geração de sábios que sucedeu os *Gueonim*) – o método dialético de estudo da *Halachá* –, mas estão muito além da capacidade dos sábios da França! O coração destes era aberto como um átrio e Torá sua única ocupação; entregavam-se de corpo e alma ao estudo Torá, em tempo integral, durante toda a vida. Como resultado, alcançaram níveis elevados no método de estudo e conhecimento. Os homens desta geração se esforçam em manter o mesmo método de discussão mas não conseguem, porque acabam confundindo um ao outro, desperdiçando tempo e deixando a Casa de Estudos pouco depois de terem começado. O estudo tornou-se uma ocupação temporária e a ociosidade toma a maior parte de seu tempo. Em contrapartida, nos tempos do Talmud, estudava-se dez anos ou mais. Tão concentrado era o estudo naquela geração que, caso alguém espirrasse, ninguém lhe diria "saúde" – para não desperdiçar tempo de estudo.[1177] Isto nos dá uma ideia da solidez que imperava.

O Talmud conta que o Rabi Iossêf, filho de Rava, foi enviado por seu pai à cada de estudos de Rav Iossêf por um período de seis anos. Após três anos, às vésperas do *Iom Kipúr*, decidiu visitar sua família. Quando seu pai ouviu isto, tomou uma machadinha e quis ir atrás do filho, para dizer-lhe: "Lembrou-se de seu companheiro de estudos?". Outros dizem que o pai lhe disse: "Lembrou-se de sua pomba?". E assim ficaram discutindo, até perderem a refeição que precede o jejum.[1178]

Reflita e perceba a intensidade do apego destes homens à Torá! Sua dedicação era tanta que os havia dotado de *Rúach haCódesh* (Inspiração Divina).

Nada disto é feito hoje em dia, pois todos querem compreender Tossafót e todas as suas interpretações, com sua riqueza de detalhes, sem ter ideia do aspecto de uma página de Talmud! Como podem ter sucesso se fazem o inverso do que disseram os sábios do Talmud? Pois tudo o que está dito no Talmud é a mais pura verdade – não há o que modificar, agregar ou remover. Por isso, de tanto que se empenham em debater e analisar o texto, acabam por deixar o estudo, extenuados pela grande dose de esforço que ele demanda, dizendo a si mesmos: "Como podemos compreender todos os comentários? Ah, se pudéssemos entender ao menos o que está escrito no texto!"

Se estas pessoas se pusessem a estudar em períodos fixos de tempo, dia e noite, sair-se-iam bem sucedidos no estudo do Talmud e desejando aprender cada vez mais, pois seu entendimento agora seria fácil, podendo estudar até mesmo estando quase acordados. Cresceriam espiritualmente e adquiririam temor aos céus. O quadro de estudantes aumentaria e desta forma poderiam ocupar-se continuamente do estudo da Torá. Mas agora, de tanto se esforçarem em conhecer comentários externos, o estudo da *Halachá* tornou-se-lhes um fardo, a ponto de sequer poderem olhar para ele. Como resultado, entregam-se a conversas frívolas e jocosas, gerando balbúrdia, desperdiçando tempo e ocupando-se de estratagemas – e não têm temor algum aos céus.

O Rabi Zeira jejuou durante cem dias para esquecer o Talmud da Babilônia e assimilar os ensinamentos do Talmud de Jerusalém sem que o que havia aprendido antes lhe distraísse o pensamento.[1181]

Outra passagem talmúdica ensina que "Se alguém cometeu uma transgressão passível de pena capital, o que deve fazer para remediar esta situação? Se estava habituado a estuda uma página, deve estudar duas; se revia um capítulo uma vez, deve revê-lo duas vezes; se estudava um trecho, deve agora estudar dois trechos".[1182]

Aprendemos com estas passagens que o estudo e a recapitulação da matéria estudada excede em importância o Pilpul (questionamento). Pois se o mais importante fosse a dialética, berrar e discutir na Casa de Estudos todo um dia em torno de um ponto, nossos sábios ensinariam que: "Se está acostumado a fazer questionamento, agora deve fazer dois!"

O capítulo HaIsh Mecadêsh diz que quando o Rabi Meir partiu deste mundo, o Rabi Iehudá disse: "Que não venham os alunos do Rabi Meir a minha casa de estudos, pois são

argumentadores".[1183] Tudo isto porque o Rabi Iehudá não queria desviar a atenção de seu estudo e por muito aguçado, seus colegas não entendiam a complexidade de seu raciocínio.[1184] Em certa ocasião, o Rabi Iochanán disse: "O coração dos sábios da primeira geração era largo como a entrada do *Ulám* (saguão do Templo, que media aprox. 28 metros); o coração dos sábios da última geração era largo como a entrada do *Hechál* (aprox. 14 metros) e o nosso é tão largo quanto o buraco de uma pequena agulha".[1185] Abaiê disse: "Nosso conhecimento de *Guemará* se assemelha a uma estaca encravada numa parede; Rava disse: "Nossa capacidade de debater se assemelha a um dedo tentando penetrar a cera"; "Rav Ashi disse: "Nosso esquecimento se equipara a enfiar o dedo num buraco". E nós, como nosso intelecto empobrecido, não podemos nem mesmo nos comparar a um dedo, mas ao mármore duro com respeito à capacidade de absorver o estudo da Guemará e de debater sobre seus assuntos. No capítulo *Bamê Madlikim*, vemos Rava dizer aos seus discípulos: "Quando levam um homem a julgamento [nos céus], lhe perguntam: 'Foste correto em seus negócios? Debateste com astúcia?'" [1186]

Aprendemos daí que o questionamento dialético é necessário, mas isto se refere ao estudo da *Guemará*, onde contradições entre *Mishnaiót* e Baraitót são colocadas e resolvidas, ou porque o estudo constante da Torá nossos sábios, de abençoada memória leva a raciocinar analiticamente e deduzir apropriadamente. Mas sentar-se durante o tempo todo e tagarelar, obviamente não foi ordenado! A maior parte dos estudantes de hoje admitem que não estudam corretamente. Sabem que não despendem o tempo, concentração e esforços necessários e que ao fim e ao cabo, não compreendem nem a Torá, nem os Profetas, nem as Escrituras, nem as *Agadót*, nem a *Mishná*, nem os *Midrashim* e nada de coisa alguma, por culpa de sua preguiça e molecagens.

O trecho "Passei pelo campo de um preguiçoso e pelo vinhedo de um homem sem sentimento e eis que haviam crescido cardos, estavam cobertos de urtigas e a cerca de pedras estava caída",[1187] é comentada por nossos mestres do seguinte modo: quem não revê seu estudo, começa por esquecer-se de suas estruturas gerais, então passa a distorcer as palavras dos sábios e finalmente declara que o impuro é puro e que o puro é impuro, destruindo o universo".[1188]

Fica claro que se alguém não revê seu estudo exaustivamente, não pode tomar decisões Haláchicas certas, equivocando na maioria delas. O Rabi Ismael disse: "Venha e veja a

magnitude do Dia do Juízo, quando o Santíssimo, bendito seja, julga o mundo todo no vale de Josafá. Se um erudito em Torá vem à Sua frente, Ele lhe pergunta: 'Aplicou-se no estudo da Torá?' O erudito responderá afirmativamente. O Eterno lhe dirá: 'Já que o reconheceste diante de Mim, conte-me o que leste, o que memorizaste e o que estudaste na Ieshivá'".[1189] Daqui nossos sábios extraem o seguinte ensinamento: 'Tudo o que o homem aprende, deve ter bem seguro em sua mão, para que não se sinta envergonhado e humilhado no Dia do Juízo".

A Psicologia do Temor a Deus (*Yir´at Shamáyim*)

As Escrituras dizem: "E agora, ó Israel, qual é a coisa que pede o Eterno, teu Deus, de ti? Senão que temas ao Eterno, teu Deus";[1190] "Ao Eterno, teu Deus, temerás" [1191] e também "O temor a Deus é o seu tesouro".[1192] De acordo com nossos sábios,[1193] o Altíssimo não possui nada neste mundo a não ser o temor de Suas criaturas, como está escrito: "E disse ao homem: '*Hen*, o temor a Deus – esta é a sabedoria'".[1194] Segundo Rashi, o temor a Deus é o que faz deste mundo algo único. O termo *hen* indica o que é único, pois em grego, *hen* significa "único".

Rava disse: "Quando o homem é levado ao julgamento celestial, lhe é perguntado: 'Conduziste teus negócios idoneamente? Dedicaste um tempo certo para o estudo da Torá? Te ocupaste de procriar? Ansiaste pela Salvação? Debateste sabiamente? Compreendeste um assunto a partirdo outro?' " Mesmo quem responde afirmativamente a todas as perguntas só receberá méritos se tiver sido temente a Deus. Do contrário, não. Isto se assemelha à história de um homem que pediu a seu empregado que colocasse um *Kur* de trigo no alto de uma pilha. Depois do trabalho, perguntou-lhe se havia misturado um conservante ao trigo. O empregado respondeu negativamente. O patrão lhe disse então que teria preferido que ele não colocasse o trigo no alto da pilha. Com o quê o relato se parece? Disse Raba bar Huna: "Quem possui Torá mas não possui temor aos Céus se assemelha a um tesoureiro a quem foi dada a chave do cofre mas não lhe foi dada a chave da porta do quarto que contém o cofre; de que adianta ter a chave do cofre se não há como abrir a porta do quarto?" [1195] E o Rabi Ianái disse[1196] : "Quem não tem quintal, para que haverá de construir uma cerca?"

A Torá é um portal que se abre para o temor a Deus. Rava disse aos nossos mestres: "Oro para que não herdais dois infernos! Um deles, após a morte, por estudar Torá neste mundo sem cumprir suas leis e o outro, durante a vida, por não desfrutar deste mundo

devido a sua constante preocupação em estudar, perdendo vosso Mundo Vindouro após a morte".[1197] Como vemos, tudo depende do temor a Deus e de nada serve o estudo da Torá se não for acompanhado do temor aos Céus. O temor a Deus é o fundamento no qual tudo se apoia e, por mérito pessoal, propicia ao homem adquirir seu quinhão no Mundo Vindouro, como testemunharam o rei David, que em paz esteja: "Puro é o temor do Eterno e perdura para sempre"[1198] e o rei Salomão, de abençoada memória: "Compreendi que tudo o que foi feito por Deus é eterno... e nos impregna de Seu temor".[1199] Da mesma forma, no Livro dos Provérbios está escrito: "Melhor algo pequeno, repleto de temor a Deus, que um grande tesouro sem coisa alguma dentro".[1200]

Os três tipos de temor

Em Função dos Outros

Extremamente imperfeito, é o temor das pessoas que não temem a Deus. Quando fazem algo de bom – seja dar dinheiro para caridade, rezar em público etc. – o fazem em função dos outros homens, sabendo que do contrário serão menosprezados e não ganharão credibilidade. Só praticam o bem visando proveito próprio. Se agirem deste modo durante toda a vida, seu fim não será bom, pois nada terão feito com o pensamento voltado para o Santíssimo, bendito seja.

Temor por Razões Egoístas

É o temor a Deus única e exclusivamente por medo da punição e por avidez quanto à recompensa. A pessoa pratica boas ações por medo de perder seu lugar no *Gan Éden*. Apesar deste temor ser positivo, pois faz com que o homem tema Seu julgamento, não traduz a essência do serviço Divino, cujo objetivo primeiro não é o benefício do próprio homem mas sim honrar o Eterno, bendito seja.

O Temor que é Fruto do Amor

Este é o mais precioso: a pessoa teme a Deus sem outro motivo que não o temor que o Altíssimo lhe inspira. Todo seu ser estremece perante Sua Grandeza e Poder. A maioria das pessoas não compreendem a pureza deste tipo de temor, pois não estão acostumadas a fazer algo a menos que seja para ganhar uma recompensa ou evitar uma punição. Sem estes elementos, qualquer atitude lhes parecerá vazia e sem sentido. Por este motivo é permitido ao homem cumprir mandamentos com a esperança de ser recompensado ou por temer ser castigado. A Torá está repleta de promessas de ganho para quem cumpre suas *Mitsvót* e de maldições para quem as negligenciar, e desta maneira se educa as crianças, incapazes de raciocinar com profundidade ou moralmente fracas para perceberem o valor intrínseco da prática do bem.

Os professores costumavam dar nozes e frutas aos jovens quando estudavam Torá. Geralmente, estes jovens estudavam não porque entendessem a grandeza do que estavam fazendo, mas pelo prazer momentâneo da recompensa que recebiam. O estudo se lhes era pesado e enfadonho; só lhes compensava o esforço os doces, como quem trabalha visando somente o lucro. Se prometêssemos a uma criança, digamos, uma esposa atraente, uma posição social invejável ou poder político, dificilmente a atrairíamos para o estudo mais do que se lhe prometêssemos uma guloseima, pois nessa idade ela ainda não se encontra em condições de avaliar benefícios a longo prazo. Pois também a Torá motiva as pessoas a estudarem e cumprirem seus mandamentos através daquilo que estão acostumadas e podem reconhecer como benefício obtido por ter praticado um ato bom. Mas este é o caminho do homem espiritualmente fraco ou despreparado para absorver a santidade da Torá sem que lhe seja prometido algo palpável por fazê-lo, o que nossos sábios chamam de *Ló lishmá* (fazer algo condicionado a uma recompensa). Não aja de modo infantil. Procure a verdade dentro do estudo, e estude em mérito da própria verdade. Isto obviamente exige capacidade de compreensão e discernimento.

A "filha" do Rei

Informar-te sobre a natureza da alma, sua força e poderes, para compreender as características deste elemento supremo. Ela pode ser comparada à criança de um rei que, com um ou dois anos de idade, foi roubado da casa paterna e levado a mil milhas de distância do reino. Esta criança cresceu em meio a gente simples e rústica, aprendendo seus modos, sem lembrar-se de sua origem ou dar-se conta da existência de um palácio real. Quando atingiu a idade adulta, alguém veio e lhe contou que é filha de um rei, mas não revelou quem é esse rei. Seu coração encheu-se de alegria, embora não desse muita importância ao fato, pois não sabia quem era o rei. Passado algum tempo, outra pessoa lhe disse quem era o rei e onde ficava seu reino. O coração da jovem encheu-se de emoção e ele quis visitar seus pais. Mas algo em seu íntimo o desencorajou, pois quando chegasse não seria reconhecido, por não saber se comportar como um nobre. O rei foi informado do paradeiro de seu filho e enviou ministros e serventes em seu encalço, com presentes e roupas finas. Quando o encontraram, vestiram-no com as roupas elegantes e fizeram-no montar um lindo cavalo. Seu coração ouviu e passou a mostrar sinais de realeza, sentindo-se e comportando-se como o filho de um rei.

O mesmo se dá com nossa alma: ela é a "filha" do Rei, soprada no homem do Trono da Glória Divina, insuflada dentro de um ser de carne e osso que nada mais quer do que saciar seus desejos materiais e desfrutar dos prazeres deste mundo, esquecendo-se de quem é, de onde veio e de que seu Pai é o Rei Celestial. Mas, quando lhe ensinamos a Torá, desperta e assume sua condição superior. Quando lhe mostramos o sol, a lua e as estrelas, contando-lhe de como estes elementos celestiais se comportam de acordo com a vontade de Quem os criou, assim como acontece com ela, a alma se enche de altivez e vontade de ascender às alturas. E quando lhe ensinamos os segredos do Altíssimo, Sua Unicidade e os mistérios Divinos, a alma veste-se com roupas majestosas e compreende os segredos do temor a Deus.

Mesmo quem não conhece estes segredos, quando reflete sobre as Alturas do fundo de seu coração, compreendendo a magnitude do Santíssimo, bendito seja, se enche de temor, como está escrito: "Levantai ao alto os vossos olhos e vede: Quem criou estas coisas? Quem é que faz sair diariamente os exércitos dos Céus e chama a cada um pelos seus nomes? Por serem estes grandes em força e fortes em poder, nem um só deles vem a faltar".[1201]

Cuida da tua herança preciosa

O Altíssimo não deu a povo algum na terra o privilégio de louvá-lo senão à nação de Israel, como está escrito: "Este povo Eu formei para Mim, para que manifestasse o Meu louvor",[1202] "Porque tu és um povo santo para o Eterno, teu Deus; a ti escolheu o Eterno, teu Deus, para Lhe seres o povo querido acima de todos os povos que há sobre a face da terra"[1203] "e o Eterno te separou hoje para ser para Ele um povo amado, como te falou, "e para observar todos os Seus mandamentos"[1024] e "para te exaltar sobre todas as nações que Ele fez".[1205] O Santíssimo, bendito seja, não permitiu a nação alguma, exceto a Israel, conhecer os Seus segredos, pois "A ti foi mostrado para que soubesse que o Eterno, Ele é o Deus, e não há outro fora Dele"[1206] e "qual é a grande nação que tem estatutos e juízos tão justos como toda esta Lei que eu vos dou hoje?"[1207] "Ao Eterno, teu Deus, temerás e a Ele servirás: Dele te aproximarás e pelo Seu nome jurarás".[1208]

Estas passagens mostram que o povo de Israel tem o dever de temer o Altíssimo, estudar Sua Torá e observar suas *mitsvót*, pois é o temor a Deus que impulsiona o homem a praticar a religião. Ocupar-se com o estudo da Torá resulta no seu entendimento mais profundo e numa ligação única entre a mente humana e a vontade Divina, Sua Grandeza, Unicidade, Esplendor e Maravilhas, como está escrito: "Proclama ao Eterno: Quão extraordinárias são Tuas obras",[1209] "Louvar-te-ei por me teres tão maravilhosamente plasmado, pois admiráveis são todas as Tuas obras, como bem o sabe minha alma"[1210] e "Vinde, filhos e escutai-me; ensinar-vos-ei o temor ao Eterno".[1211]

Nada no mundo se equipara ao temor a Deus; nenhum bem material, pérolas, prata, ouro, pedras preciosas, gemas ou tesouro de forma alguma. São nada comparados ao temor ao Santíssimo, bendito seja, pois o temor a Deus é Seu mais valioso tesouro.[1212] Por isto, apura-te em amealhar e guardar dentro do teu coração este tesouro tão precioso do Criador, bendito seja. Nossa experiência neste mundo mostra que as pessoas se empenham em acumular tesouros, como fazem os reis. Quem, então, não se empenhará em acumular o tesouro do Rei dos reis, o Santíssimo, bendito seja, se é Ele quem coroa todos os reis de carne e osso?!

As três almas

Ensinarei agora sobre *Néfesh*, *Rúach* e *Neshamá*, pois isto aumentará seu temor ao Eterno:

Néfesh, o nome que recebe nossa alma animal, está no fígado, pois está escrito que o sangue é *Néfesh*.[1213] Deste órgão se origina o desejo de comer, beber, coabitar e satisfazer demais prazeres do corpo. O fígado está repleto de sangue e faz com que o homem busque prazeres que incrementem o fluxo do sangue ou estejam relacionados com sua essência, até sentir-se saciado, pois, "Um corpo saciado rejeita até gotas de mel".[1214]

Rúach, ou espírito, é o coração, ávido por sentir-se honrado, grandioso e altivo. Por este motivo, a arrogância é chamada em hebraico de *Gassút Rúach*, ou espírito grosseiro. O coração instiga o homem à altivez, ao desejo de poder e ao orgulho.

Neshamá, a nossa alma Divina, é o recipiente do saber. Seu lugar é o cérebro humano, como um rei à cabeça de seus exércitos. Ela desdenha os prazeres mundanos. Seu interesse concentra-se em acumular conhecimento e discernimento; seus pensamentos convergem para o serviço Divino e para o temor a Ele, imaginando o fim do homem, o estado de deterioração do corpo após a morte e no que fará para retorná–la em estado de pureza ao Criador, que a colocou temporariamente dentro de um corpo.

O homem tem dois senhores de quem se livra quando morre: "Um é grande e outro é pequeno, mas o homem livra-se destes senhores".[1215] Estes dois senhores são *Rúach* e *Néfesh*, cuja preocupação maior na vida é divertir-se, saciar-se, acumular riquezas, entregar-se a conversas vãs, pensamentos fúteis e gratificar o corpo. A *Neshamá* contrapõe-se a estes pensamentos e diz ao homem: de que vale todo esse esforço se de um momento para outro o corpo perece e deixar de existir? Onde estarão nesse momento seu saber, seu esplendor e sua beleza? Porque o único bem verdadeiro é servir ao Eterno, bendito seja e ater-se a Ele, trilhando Seus caminhos de coração pleno e alma desejosa.

Rúach e *Néfesh* argumentam sempre na direção oposta à da *Neshamá*. Se os dois primeiros dominam a discussão, a *Neshamá* enfraquece e perde o poder de resistir a ambos. Por este motivo, quem se preocupa somente em satisfazer seus prazeres físicos não cresce em sabedoria. Quando a *Neshamá* predomina sobre *Ruach* e *Nefesh*, a alma

abre-se para o entendimento do saber supernal. Deve portanto buscar debilitar o *Rúach*, fonte da ira e do orgulho e a *Néfesh*, origem dos desejos físicos. Quando a *Neshamá* predomina, produz a humildade no homem.

Os animais também foram dotados de *Néfesh* e *Rúach*, pois têm sentimentos de prazer e ira. Mas somente o ser humano recebeu a *Neshamá*, que o torna capaz de falar, de pensar e distinguir entre o falso e o verdadeiro. *Néfesh* e *Rúach* morrem junto com o corpo e a única forma que continua a existir é a *Neshamá*, que simplesmente separa-se dele. Quando o rei Salomão diz que: "Retorna o espírito a Deus, que o concedeu",[1216] refere-se ao espírito de sabedoria. Quando o homem leva uma vida de pecado, a *Neshamá* de seu *Néfesh* e de seu *Rúach* morrem, como está escrito: "A *Néfesh* pecadora morrerá".[1217]

Moisés, nosso mestre maior, que em paz esteja, homem de Deus, disse: "E toda alma que fizer alguma obra neste mesmo dia, destruirei aquela alma do meio de seu povo"[1218] e "E a alma que... tiver impureza sobre si, será banida de seu povo".[1219] Quando um perverso morre, sua *Neshamá* é arremessada como uma pedra, por ter dado ouvidos ao *Rúach* e à *Néfesh*. Mas a *Neshamá* de um justo, que predominou sobre a *Néfesh* e o *Rúach*, é ligada ao elo da Vida sob o Trono da Glória. O tolo, que serviu seu *Néfesh* e *Rúach*, terá sua *Neshamá* ceifada, enquanto o justo, que deu ouvidos à *Neshamá*, que lhe foi soprada do Trono da Glória, receberá a abundância reservada aos justos.

Inclina agora teu ouvido e compreenda que a *Neshamá* reside também dentro do coração, morada do temor, fonte dos pensamentos. Os pensamentos, por sua vez, nascem como ondas no oceano e espalham-se por todas as câmaras do coração. A *Neshamá* investiga, examina e reflete sobre todos os atos do homem, enquanto o coração percebe a extensão do que acontece à sua volta. Num hiato de tempo, o coração toma uma decisão e converge de um assunto para outro.

O homem foi dotado de inteligência e compreensão pelo Rochedo do Universo. Com sua inteligência, ele relembra o passado e vislumbra o futuro; inventa uma roda de pás para obter energia sem despender a sua; organiza exércitos, inspira atos heróicos, domina povos, governa reinos e julga a população. Com sabedoria lança redes até o fundo do mar e captura peixes das profundezas; constrói armadilhas e com elas apanha animais e pássaros; conhece os segredos do funcionamento do corpo, o que o aquece, esfria, umedece e faz secar, podendo determinar o que o aflige, e com a mesma inteligência

manipular as drogas necessárias para curá-lo, distinguindo entre drogas benéficas e venenos, entre as diferentes propriedades das raízes e ervas, os diferentes tipos de frutas e que efeitos provocam no organismo.

Os olhos veem a grandeza e glória do homem, forjado e elevado pelo Criador de tudo alçando-se por sobre toda a obra da Criação. Os lábios carecem de palavras apropriadas para revelar a grandeza da ação humana neste mundo inferior. O homem lança seu pensamento aos mundos superiores, voando nas asas do seu conhecimento. Enquanto o corpo caminha na terra, como caminham ou rastejam os animais , a alma viaja às alturas, obtendo mais conhecimento e contemplando tudo o que existe no firmamento, como o curso e o tamanho dos corpos estelares. Apesar do corpo humano ser muito pequeno, sua alma é maior que os Céus e a terra, pois conhece a rota e o tamanho dos corpos celestes, assim como os segredos do Zodíaco. A alma humana abrange tudo isto e portanto é maior que o cosmo; do contrário, não conseguiria abarcar tanto conhecimento, da mesma forma que um pequeno frasco não pode conter toda a água dos oceanos.

O Propósito: Servir ao Eterno

Sabendo agora que você pode, com sua sabedoria, dominar dois mundos, inferior e superior, é imperativo refletir: por quê o Todo-Poderoso me teria dado toda esta habilidade? Para servi-Lo. Quando o homem contempla a maravilha da Criação, sente-se humilde diante de tanta grandeza e decide subordinar o corpo à alma, pois ela é o fator dominante no homem e o corpo, secundário. Toda esta grandeza só pode ser admirada pela alma, que deve controlar o corpo como o cavaleiro monta seu animal, dirigindo-o para onde quiser. Assim como o cavalo é secundário ao cavaleiro, o corpo é secundário à alma. Pobre de quem subjuga a alma ao corpo, fazendo do secundário o principal e do principal, secundário.

Qualquer um pode notar que o mundo superior serve o mundo inferior ao ver que o sol, a lua e as estrelas se encontram no firmamento e, assim, auxiliam a vida do homem na terra. Certamente não servem ao corpo humano, moldado da terra e dos vermes da terra, destinado a morrer. O sol, a lua e as estrelas são puros e cristalinos. Como seres tão grandiosos serviriam a um corpo efêmero e perecível? Pois é a grandeza da alma que nos eleva acima de todo os corpos celestiais; ela é maior que o céu e a terra e abrange o conhecimento de todo o universo e isto prova que o universo foi criado em sua honra e para servi-la. O homem deve ponderar: porque todo este mundo foi criado para me servir? Para auxiliar-me no serviço Divino, na contemplação de Suas maravilhas e louvá-lo por ter criado o universo. E se não fosse pela Torá, de onde o homem aprenderia sua obrigação de servir a Deus, de que valia teria o mundo? Faz sentido um universo tão complexo, criado com o propósito de satisfazer alguns desejos e prazeres de um corpo efêmero e sem substância?

Reconhecer as capacidades do homem, a mais preciosa das criaturas, a quem todos os outros seres servem e devem obediência, nos dá forças para aprender e compreender os segredos do mundo inferior e do mundo superior, final decisivo do destino do homem que se atém à Torá e ao cumprimento de seus mandamentos: ter sua alma conectada ao elo da vida.[1220] Isto se parece a um rei que mandou chamar seus servos e lhes mostrou compartimentos secretos do palácio, onde guarda pérolas e pedras preciosas, dando-lhes a missão de guardar estes lugares, e exortando-os a proteger seus tesouros e os segredos que lhes revelou. Se forem fiéis ao rei, ele lhes concederá prestígio e fortuna. O simples fato de ter-lhes dado a missão de guardar e ter controle sobre todos os seus

tesouros, mostra a seriedade do rei em cumprir sua promessa. De modo similar, o Santíssimo, bendito seja, demonstrou Sua grandeza e glória ao homem, revelando a ele Seus segredos nos mundos inferior e superior, dotando-o de capacidade para dominar a ambos. Contemplando todo o bem que lhe foi conferido, o homem sabe o que o espera se cumprir com fidelidade o serviço que Deus lhe ordenou.

Outra grande indicação da origem elevada da *Neshamá* é o constante anseio do homem em ter mais do que possui e de ocupar posições cada vez mais elevadas na sociedade. Se é prefeito quer ser governador; se é governador que ser rei. Se tem mil quer ter dois mil. Não há homem no mundo que se contente com o que tem e que não deseja elevar-se acima de sua condição atual. Isto se deve à origem elevada da alma, que não se satisfaz com as condições elementares da vida animal e quer atingir a níveis cada vez mais elevados. É por este motivo que o homem anda ereto, com os pés na terra e a cabeça nos Céus, enquanto o restante dos animais caminha com o corpo paralelo ao mundo inferior.

Como a *Neshamá* provém das Alturas, do Trono da Glória, o corpo onde ela reside tem a forma do universo. O homem pode ser chamado, portanto, de "pequeno universo". A alma humana é comparada ao Criador enquanto seu corpo é comparado com o mundo superior e o mundo inferior.[1221] Aprenda agora este grande segredo: assim como Deus rege tanto o homem quanto todo o universo, o homem, se fizer a vontade Divina, também controlará tudo o que está abaixo de si. Deus disse a Moisés, que em paz esteja, no incidente do bezerro de ouro: "Deixa-me e Eu os destruirei",[1222] tomando para si o poder sobre toda a situação;[1223] no episódio de Côrach, a terra engoliu toda a sua gente, com tudo o que possuíam.[1224] O profeta Elias, de abençoada memória, jurou que nenhuma gota de água precipitaria sobre a terra a não ser a seu comando,[1225] trouxe fogo dos Céus à terra;[1226] matou os profetas do bá'al;[1227] devolveu a vida a uma criança [1228] e decretou que Elisha teria uma porção duas vezes maior que seu espírito.[1229]

Os homens justos que passaram pela terra tinham o poder de controlar a vida nos mundos superiores e inferiores, com o consentimento do Todo-Poderoso, ao cumprir Sua vontade. Por este motivo, seja meticuloso em cumprir a vontade Divina, Sua Torá e Seus Estatutos, assim receberá todo o bem reservado aos justos. Do mesmo modo que Deus conhece o passado e o futuro, o homem também pode fazê-lo; assim como Deus provê o sustento de

todas as criaturas, o homem pode imitar este ato provendo para os seus e para todos os que dependem dele de alguma forma.

Assim como Deus recompensa os bons e castiga os maus, o homem pode praticar atos de bondade ou iniquidade. Deus dotou o homem de inteligência e compreensão, para que possa fazer brotar o fruto da terra, modificar o curso dos rios e moldar toda a existência à sua volta, embora o faça com grande esforço e sempre com o consentimento Divino. Por outro lado, da mesma forma que criatura alguma pode ver a Deus, também não pode ver sua alma,[1230] seja durante vida ou no momento da morte, ou mesmo depois dela. Assim como Deus sabe o futuro, o homem também pode sabê-lo, se desvencilhar-se de suas ocupações terrenas e dedicar-se de corpo e alma plenos ao saber do espírito – então vislumbrará o futuro em seus sonhos, verá as almas dos mortos, lugares que homem algum jamais viram e imagens maiores e mais grandiosas que a mente pode conceber quando o homem está desperto. Do mesmo modo que criatura alguma pode saber o que o Altíssimo oculta, também não pode ler os pensamentos de outro homem – a não ser o próprio Deus, como está escrito: "O Eterno bem sabe quão vãos são os pensamentos do homem".[1231] O homem se parece em quase tudo, em menor escala, a Deus.

De acordo com a sua capacidade e seu pequeno tempo de permanência na terra, o homem foi dotado pelo Altíssimo de uma má inclinação, para testá-lo e auxiliar no seu processo de evolução espiritual. Esta má inclinação, o *létser Hará*, impele o homem a diferenciar entre o bem e o mal, a embelezar-se, a construir e semear, mas também a destruir, matar e maltratar, acumular riqueza, guerrear, governar, espoliar e enfurecer. Não fosse por sua má inclinação, o medo da morte o deteria de procriar-se, construir, adquirir, plantar e irrigar, pois diria a si mesmo: morrerei de qualquer modo, porque então laborarei pelos outros?[1232] Isto fatalmente levaria à destruição do mundo – e o Santíssimo, bendito seja, não criou este mundo senão para ser construído pelo homem, com bondade e saber. Se utilizar sua boa inclinação, o *létser Hatóv*, para construir o mundo de acordo com a vontade de Deus, sobrepujando a má inclinação e fazendo com que ela também sirva os decretos Divinos, sem pecar ou violar Sua vontade, o homem alcançará todo o bem que lhe foi reservado. Bem-aventurado seja este homem e bem aventurada a sua descendência!

Assim como...

... o homem se assemelha a Deus em menor escala, a estrutura de seu corpo se assemelha à estrutura de todo o universo. Sua cabeça tem o mesmo formato da abóbada que cobre o firmamento. Seu palato, dentes e língua imitam o firmamento. Assim como o firmamento se divide em águas superiores e inferiores, na cabeça humana a mandíbula divide entre a parte superior do crânio da mandíbula, tendo a membrana cerebral, como intermediário, como está escrito: "Sobre as águas ergueste Tua morada",[1233] fazendo da membrana cerebral a morada da alma viva, da inteligência e do discernimento, que encobrem o cérebro e o crânio. Prova disto é que, se a membrana cerebral de uma pessoa for destruída, causará sua morte imediata, pois ali reside o espírito da vida. Do mesmo modo que a *Shechiná* repousa no ocidente, Deus posicionou o cérebro na parte posterior do cérebro, entre as orelhas. Assim como todo o universo vive em função de uma força vital que lhe foi concedida por Deus, o corpo humano vive por sua força vital, a alma que lhe foi soprada pelo Criador, que mantém seu corpo em funcionamento até o último de seus dias. Se alguma força negativa intervir no corpo humano, ele não conseguirá manter seu estado de perfeição inicial.

...Deus posicionou o Sol, a Lua e a estrelas no firmamento para servirem o homem, também o dotou de servidores – sete, a saber: os olhos, os ouvidos, as narinas e a boca. O olho direito é análogo ao Sol; o esquerdo à Lua; a narina direita a Mercúrio; a esquerda a Marte; a boca, a língua e os lábios são análogos a Júpiter; o ouvido direito a Vênus e o esquerdo a Saturno. Assim como o atmosfera foi inserida na terra desde o firmamento, a alma humana lhe foi soprada pelas narinas, até os pulmões. Assim como os ventos sopram nos quatro cantos do mundo através do espaço cósmico, o oxigênio que entra pelas narinas, passa pela traqueia e se aloja nos pulmões é transportado para todos os rincões do corpo a partir do tórax, o espaço do microcosmo humano. Do mesmo modo que separou a terra dos oceanos, Deus cobriu os órgãos internos do corpo com membranas, tais como o estômago, os rins, o fígado e o intestino.

...o Eterno, bendito seja, criou os pássaros, peixes e mamíferos, alguns inofensivos e outros que caçam e trucidam suas presas — do mesmo modo, Ele forjou o caráter do homem. As pessoas de boa índole se assemelham aos pássaros e animais inofensivos, como está escrito: "Amiga Minha, pomba Minha",[1234] e "Vós sois Meu rebanho, o rebanho

que pastoreio".[1235] Mas os perversos, estes se assemelham aos animais selvagens. Alguns se parecem aos leões, "Assemelha-se ao leão, que espreita, pronto a devorar sua presa"[1236] e outros a ursos e lobos, "Seus juizes são como os lobos da noite".[1237] Existem no mundo árvores, raízes, arbustos, ervas e frutas boas e ruins; algumas tem um delicioso aroma e servem para curar, enquanto outras envenenam e matam, ou ferem e queimam, como espinhos e urtigas. Os homens bons parecerem-se aos bons frutos e às flores perfumadas, como está escrito: "Qual o lírio entre os espinhos...qual a macieira entre as árvores do bosque",[1238] enquanto os malvados são comparados às plantas malignas, como está escrito: "Os perversos são como os espinhos à beira do caminho".[1239]

... Ele fez as profundezas da terra com lama e fogo, fez no homem um estômago e intestinos com capacidade de processar comida e bebida. Assim como a terra contém vermes e lombrigas e pequenos seres, o estômago humano também possui fauna e flora. Assim como Ele criou reservatórios de água na terra, criou no homem um reservatório de água – sua bexiga. O planeta tem estruturas que o sustentam e o corpo humano possui um esqueleto que lhe dá sustentação. Existem fontes de água por onde correm os riachos e o homem foi dotado de rins,[1240] que filtram o sangue e levam a urina à bexiga e o sêmen aos testículos. Os vales e abismos da terra se interligam[1241] e o estômago se liga aos intestinos para levar-lhes comida e bebida para ser processada, e eles se ligam aos rins para filtrar a matéria recebida, distribuindo o sangue pelo corpo e eliminando as toxinas pelos aquedutos apropriados a esta função. O Criador fez rios e riachos, e dotou o homem de veias e artérias para levarem o sangue de uma extremidade à outra do corpo. Do mesmo modo que no mundo existem todo o tipo de águas: límpidas e lamacentas; doces, salgadas e amargas – o corpo humano expele líquidos salgados pelos olhos, gelados pelas narinas, mornos pela laringe, doces pela boca, amargos pelos ouvidos, amargos e pútridos pela urina.

...ventos quentes e frios sopram pelo mundo, o mesmo se dá com o homem: quando abre sua boca e exala, o ar sai quente; quando a fecha e inala, entra ar frio. O mundo tem trovões e o homem, sua voz. Assim como existem relâmpagos, a face humana pode brilhar como um deles. Os astrólogos podem predizer o futuro olhando as constelações no céu. Do mesmo modo, o homem traz em si sinais segundo os quais pode prever seu futuro. Se um homem tem lesões das quais não brotam bolhas ou varíola, alguns especialistas podem prever o futuro a partir delas. Os traços na palma das mãos também revelam o futuro,

ciência conhecida pelos antigos e esquecida pelos modernos. Um sábio também pode fazer previsões com base em árvores e ervas. Conta-se do Rabi Iochanán ben Zacái que conhecia a linguagem das plantas,[1242] ou seja, sabia fazer previsões com base na observação de seus movimentos.

...os ventos quentes, o orvalho e as boas chuvas provém do lado sul do mundo, seu lado direito, o lado direito do corpo humano produz calor a partir de uma membrana localizada no fígado. A viscosidade do sangue também se origina no fígado, do lado direito do corpo. Se o frio e o gelo se localizam na parte norte do mundo, ou seu lado esquerdo, o frio também é produzido pelo lado esquerdo do homem, no baço e na bílis. Similarmente, como o mal provém do norte, as piores enfermidades no corpo se originam em disfunções no seu lado esquerdo. Assim como no norte sopram ventos e tempestades calamitosas, tornados e furacões, o lado esquerdo do homem é o responsável por seus ataques e convulsões, quando a membrana que cobre o baço entra em disfunção, permitido que todo o tipo de enfermidades, convulsões, loucuras e temores se apoderem do corpo.

...a água sobe dos mais profundos vales da terra até os Céus em forma de vapor, precipitando depois sob a forma de chuva, a umidade produzida pelo estômago sobe até os olhos, as narinas e a boca, produzindo as lágrimas, a mucosa nasal e a saliva.

...Ele criou montanhas no mundo, também criou dois ombros no homem, os ligamentos dos braços, o joelho, o calcanhar e todas as juntas do corpo.

...Ele criou pedras e rochas no mundo, criou no homem seus dentes e mandíbulas resistentes como o ferro e mais fortes que todos os ossos.

...criou árvores rígidas e árvores flexíveis no mundo, Ele criou ossos rígidos e ossos flexíveis nos homens. Do mesmo modo que criou terra árida e terra fofa no mundo, Ele criou no homem a carne, equivalente à terra fofa e a pele, equivalente à terra árida.

...existem árvores e arbustos que dão frutos e outros que não os produzem, existem homens prolíferos e outros estéreis.

...a grama brota do solo, cabelos e barba brotam da pele humana. Do mesmo que insetos e criaturas rastejantes infestam as florestas, piolhos e outros insetos infestam a cabeleira humana.

...Deus criou os astros do Zodíaco, suspendendo-os no firmamento de leste a oeste, de um lado a outro do universo, fixando as estrelas e as constelações cada qual em seu devido lugar, Ele criou no homem uma espinha dorsal que liga a extremidade norte do corpo (a base do crânio) à extremidade sul (o osso pélvico) e doze costelas, nas quais penduram-se todos os órgãos internos do corpo, de um lado a outro. Paralelamente aos 365 dias do ano, o corpo humano possui 365 tendões.

Divina Coreografia

Como você vê, o fenômeno da Criação e da Carruagem Divina estão organicamente representados no homem. Quem percebe a grandeza destes segredos compreende melhor os prodígios de Deus, bendito seja. Devido a esta semelhança, o corpo humano é também chamado de "microcosmo". Por ter sido moldado à imagem do mundo superior e inferior, o corpo humano recebeu uma alma, que é uma cópia em miniatura do Criador. Sobre isto, escreveu o rei David: Assim como a alma preenche o corpo, suporta o corpo, sobrevive ao corpo e não o consome, vê sem poder ser vista, permanece pura dentro do corpo e nunca dorme, o Santíssimo, bendito seja, preenche todo o Seu universo, e como disseram os profetas: "Pois Eu preencho os Céus e a terra, disse o Eterno",[1243] e Ele suporta todo o universo, como está escrito: "Eu fiz, eu carregarei e eu suportarei",[1244] e sobrevive ao universo, como está escrito: "Eles talvez perecerão, mas Tu subsistirás eternamente",[1245] é único em todo o universo, como está escrito: "Escuta, Israel! O Eterno é nosso Deus, o Eterno é um!"[1246] e não precisa se alimentar, como está escrito: "Porventura me alimento de carne dos novilhos ou se sangue dos cabritos?",[1247] e vê sem que possa ser visto, como está escrito: "São os olhos do Eterno, que enxergam sobre toda a terra",[1248] é puro em todo o universo, como está escrito: "Tão puro dos olhos que não vê o mal",[1249] e não precisa dormir, como está escrito: "O Guardião de Israel jamais descuida, jamais dorme".[1250]

É à Neshama, que possui todos os atributos do Altíssimo, que cabe louvá-Lo.

A alma, ao meditar sobre o Criador, reveste-se de humildade e temor do Santíssimo, bendito seja. O homem deve, portanto, contemplar a sua existência e compreender o seu ser – quais são suas raízes, como foi criado a partir de uma gota fétida de esperma, moldado num corpo de carne, ao qual foi insuflado um espírito Divino, recobrindo-o com ossos e pele; uma face e uma forma. Deve tomar consciência que suas narinas lhe servem para sentir os odores do mundo exterior e para conduzir o ar até seus pulmões, que tem ouvidos para escutar e olhos para poder ver e que eles podem distinguir uma gama de tonalidades; que possui cílios, boca, garganta, palato, língua, lábios que abrem e fecham, dentes, bochechas, axilas e demais cavidades do corpo; dedos com juntas e unhas – note como cada um é diferente do outro – e como permaneceu aprisionado nove meses dentro do ventre de sua mãe, saindo de lá nu, cego, surdo e curvado.

Pondere sobre tudo isto e responda: "Quem te abriu a boca, os olhos, os ouvidos? Quem te dotou com tantas habilidades físicas? Quem te deu cabelos negros na juventude, que não ficariam brancos ainda que os lavasse com detergente? No entanto, quando envelheceres, tornar-se-ão brancos automaticamente!"

Reflita sobre tudo isto e será uma pessoa humilde, recatada e temente a Deus. "E tendo tudo sido devidamente estudado, eis a conclusão final: Teme a Deus e guarda Seus mandamentos, pois nisto consiste todo o dever do homem". (*Eclesiastes 12:13*)

Notas

Para retornar ao texto do livro **clique no link da respectiva nota**

Introdução

1 Eclesiastes 12:13

2 Talmud, *Meguilá* 11b

3 Provérbios 1:7

4 ibid. 31:30

5 Deuteronômio 10:12

6 Salmos 111:10

7 "O anjo que me salvou de todo o mal, abençoe aos jovens; e seja chamado neles meu nome e o nome de meus pais, Abrahão e Isaac". (Gênesis 48:16)

8 "E ele Lutou contra um anjo e prevaleceu". (Oseias 12:5)

9 "Meu Deus enviou anjos para selar a boca dos leões, assim não me puderam fazer mal". (Daniel 6:23)

10 "Naquela noite veio um anjo do Eterno e derrotou os assírios". (2 Reis 19:35)

11 "Imensa é a bondade que destinas àqueles que Te temem" e "Na abundância de Tua morada serão saciados". (Salmos 31:20-36:9)

12 "Ó Eterno, quem habitará Teu tabernáculo e quem ascenderá a Teu sagrado monte? Aquele cujo caminho é de retidão, que prima pela justiça, cujo coração se rende à

verdade". (Salmos 15:1-2)

13 "Não se saciará com o dinheiro o que ama a prata". (Eclesiastes 5:9)

14 Isaías 5:20

15 Provérbios 2:13

16 ibid. 1:7

17 ibid. 10:20

18 Eclesiastes 10:15

19 Deuteronômio 10:12

20 Por este motivo o salmista diz: "Consciente estou sempre da Presença do Eterno". (Salmos 16:8)

21 O rei Salomão aludiu a isto quando escreveu: "Ate-os a seus dedos, escreva-os sobre as tábuas do seu coração". (Provérbios 7:3)

22 ibid. 20:11

1. Orgulho

23 Deuteronômio 8:11

24 ibid. 13-18

25 "A fim de que teu coração não se eleve sobre teus irmãos, e não se desvie dos mandamentos". (ibid. 17:20)

26 Isaías 3:16

27 (Salmos 36:12)

28 Talmud, *Avodá Zará* 18a

29 Provérbios 6:17

30 "E não andareis nos costumes da nação etc." (Levítico 20:23); "E não andareis segundo os seu costumes" (ibid. 18:3) e "De que modo serviam estas nações a seus deuses, do mesmo modo farei eu". (Deut. 12:30)

31 "E sereis para Mim santos, porque santo sou Eu, o Eterno, e vos separei dos povos para serdes Meus". (Levítico 20:26)

32 Provérbios 16:5

33 Talmud, *Sotá* 4b

34 Provérbios 16:5

35 Deuteronômio 7:26

36 Levítico 18:27

37 Talmud, *Sotá* 5a

38 Jó 24:24

39 "O orgulhoso merece ser desenraizado como a *Asherá* " (Isaías 10:33); "Seus altares derrubareis, suas *Matsevót* quebrareis, suas árvores idolatradas cortareis e seus ídolos queimareis no fogo". (Deuteronômio 7:5)

40 Salmos 101:5

41 Talmud, *Sotá* 5a

42 Talmud, *Baba Batra* 98a

43 Habacuque 2:5

44 Números 6:11

45 Talmud, *Taanít* 11a

46 – salto

47 – salto

48 Talmud de Jerusalém, *Nedarím* 9:1

49 Eclesiastes 7:16

50 "Não torneis abomináveis vossas almas". (Levítico 11:43)

51 "Aquele que derrama o sangue do homem, seu sangue será derramado, pois à imagem de Deus fez o homem". (Gênesis 9:6)

52 *Midrash Vayicrá Rabá* 34:3

53 Provérbios 16:4

54 Provérbios 27:2

55 Talmud de Jerusalém, *Sheviít* 10:3

56 Jeremias 17:10

57 Deuteronômio 29:28

58 A expressão "afastá-lo do mundo" se refere às oportunidades de estudar Torá, praticar *Mitsvót* e ser recompensado no Mundo Vindouro. (N. do T.)

59 *Pirkê Avót* 2:4

60 ibid. 3:13

61 Jó 17:9

62 Jeremias 9:23

63 2 Crônicas 17:6

64 Provérbios 26:4-5

65 Talmud, *Berachót* 7b

66 Provérbios 16:18

67 ibid. 29:23

68 Êxodo 5:2

69 1 Samuel 17:10

70 Isaías 36:20

71 Daniel 3:15

72 Provérbios 21:24

73 ibid. 25:7

74 *Pirkê Avót* 3:1

75 Salmos 50:23

2. Humildade

76 Talmud, *Berachót* 5b

77 Provérbios 16:5

78 Isaías 1:15

79 ibid. 1:12

80 Malaquías 1:10

81 Jeremias

82 Provérbios 3:34

83 Isaías 65:24

84 Eclesiastes 9:7

85 Talmud, *Baba Cama* 110a ; *Baba Metsiá* 30b, 83a

86 Talmud, *Eruvim* 54b

87 Salmos 119:99

88 *Pirkê Avót* 4:4

89 *Avot de Rabi Natan* 11:2

90 Levítico 10:3

91 Gênesis 38:26

92 Deuteronômio 24:9 (Míriam havia comentado que Moisés já não se aproximava da esposa Tsipóra e isto, apesar de não ter sido um comentário com más intenções, foi suficiente para que fosse punida com lepra. O próprio Moisés intercedeu junto a Deus, pedindo que a curasse e foi atendido de pronto – N. do T.)

93 Talmud, *Shabat* 31a

94 Números 12:1

95 ibid. 3

96 Juízes 5:31

97 Gênesis 18:17

98 ibid. 27

99 Isaías 22:13

100 ibid. 5:12

101 Eclesiastes 5:12

102 Isaías 4:22

103 "E paga em vida aos que O odeiam, fazendo-os perecer". (Deut. 7:10)

104 Isaías 4:22

105 Provérbios 15:1

106 "Sejam humildes; falem como se vossas vozes brotassem das profundezas da terra". (Isaías 29:4).

107 "Removam vossos ornamentos". (Êxodo 33:5)

108 "Seus olhos devem sempre mirar para baixo". (Jó 22:29)

109 "O justo come até saciar-se". (Prov. 13:25)

110 Salmos 25:9

111 Provérbios 22:4

112 Isaías 57:15

113 ibid. 26:19

114 Salmos 138:6

115 Isaías 66:23

116 Salmos 65:3

117 Talmud, *Sotá* 5b

118 Salmos 51:9

119 Provérbios 15:1

120 ibid. 3:34

121 Talmud, *Taanít* 25b

122 Provérbios 13:20

123 ibid. 28:13

124 Miqueias 6:8

125 Salmos 37:16

126 Provérbios 25:26

127 Talmud, *Berachót* 7b

128 Zacarias 13:4

129 Talmud, *Iomá* 86b

130 Oseias 6:3

3. Vergonha

131 Gênesis 2:25

132 ibid. 3:7

133 Talmud, *Berachót* 28b

134 Talmud, *Pessachím* 50b

135 Ezra 9:6

136 Se a pessoa ouve sua má inclinação e deixa de pecar para não se envergonhar perante os outros, poderá vir a não praticar boas ações pelo mesmo motivo. (N. do T.)

137 1 Crônicas 28:9

138 Talmud, *Pessachím* 50b

139 Talmud, *Berachót* 12b

140 *Pirkê Avót* 5:20

141 Provérbios 30:22

142 *Pirkê Avót* 2:5

143 Salmos 119:46

144 Levítico 11:19

145 Isaías 29:22

146 Gênesis 34:14

147 Talmud, *Shecalím* 9b

148 Salmos 89:20

149 Êxodo 20:17 (ou 20).

150 Talmud, *Nedarím* 20a

151 Talmud, *Baba Metsiá* 59a

152 ibid. 59b

153 Levítico 19:17

154 Talmud, *Arachím* 16b

155 Talmud, *Guitín* 55b-56a

156 Talmud, *Baba Metsiá* 58b

157 Juízes 5:31

158 Talmud, Shabat 88b

159 "E resplandece sobre ti a glória do Eterno". (Isaías 60:1)

160 Talmud, *lebamót* 79a

161 1 Samuel 10:22

162 ibid. 24

4. Arrogância

163 Jeremias 5:3

164 Ezequiel 2:4

165 *Pirkê Avót* 5:20

166 Provérbios 21:29

167 ibid. 10:7

168 Salmos 25:9

169 ibid. 146:9

170 Jeremias 2:35

171 Provérbios 28:13

172 ibid. 7:13

173 ibid. 18:23

174 Talmud, *Berachót* 63b

5. Amor

175 Deuteronômio 6:5

176 ibid. 6:11-12

177 ibid. 11:15-16

178 ibid. 32:15

179 Provérbios 3:6

180 Isaías 38:19

181 Deuteronômio 4:9

182 Gênesis 18:19

183 Êxodo 20:12

184 Salmos 15:3

185 Gênesis 14:14-16

186 ibid. 19:29

187 Levítico 19:18

188 Talmud, Shabat 31a

189 Gênesis 9:6

190 "Anda com sábios e aumenta teu saber". (Provérbios 13:20)

191 "Dê-lhe sabedoria e se tornará mais sábio". (ibid. 9:9)

192 "Não entre para um grupo porque disseram: 'Formemos um grupo'." (Isaías 8:12)

193 2 Crônicas 20:37

194 "Não te associes com o perverso e não copies seus atos". (Prov. 3:31)

195 "Não te associes ao malvado mesmo que seja para praticar uma *Mitsvá*". (*Avot de Rabi Natan* 9:4)

196 Isaías 49:3

197 Gênesis 27:46

198 *Pirkê Avót* 4:21

199 Provérbios 13:25

200 *Pirkê Avót* 2:12

201 Provérbios 3:6

202 Deuteronômio 10:12

203 Números 25

204 Gênesis 14:22-23

205 2 Reis 5:16

206 Isaías 41:8

207 Deuteronômio 6:5

208 Cântico dos Cânticos 2:5

209 Deuteronômio 6:5

210 ibid. 13

211 Salmos 42:3

212 ibid. 8:4-5

213 Jó 1:1

214 Talmud, *Sotá* 27b

215 Salmos 2:11

216 Isaías 33:6

6. Ódio

217 Levítico 19:17

218 "Mandamento negativo" é o mesmo que "proibição". (N. do T.)

219 2 Samuel 13:22

220 "Repreenderás o teu companheiro" (Levítico 19:17)

221 Como Avshalom, que deixou de falar com Amnon (2 Reis 13:22)

222 Levítico 19:17

223 Deus estava por castigar Abimélech por ter tomado a Sara, esposa de Abrahão, pensando ser sua irmã. (Gênesis 20:17)

224 Talmud, *Iomá* 9b

225 *Midrash Tanchuma*, *Tazria* 9

226 Amós 5:10

227 Salmos 38:21

228 Provérbios 25:17

229 2 Samuel 13:15

230 Provérbios 27:6

231 "Quem tem ódio engana com os lábios e confirma com o coração". (ibid. 26:24)

232 ibid. 25

233 2 Samuel 3:27

234 ibid. 20:9-10

235 Jeremias 41:1-2

236 Provérbios 8:13

237 Salmos 139:21-22

238 "Reafirmo a retidão de todos os Teus preceitos e abomino todas as trilhas da falsidade". (ibid. 119:128)

239 ibid. 119:163

240 Zacarias 8:19

7. Misericórdia

241 Êxodo 34:6

242 Gênesis 43:30

243 "O pai educará seus filhos na Tua verdade". (Isaías 38:19)

244 Êxodo 22:21

245 "E tereis compaixão da tua carne". (Isaías 58:7)

246 Deuteronômio 13:9

247 Êxodo 23:3

248 Provérbios 12:10

249 Talmud, *Baba Metsiá* 31a

250 Deuteronômio 22:4

251 ibid. 11:15

252 Talmud, *Berachót* 40a

253 Talmud, *Iebamót* 79a

254 Deuteronômio 13:18

255 *Pirkê Avót* 2:13

256 Talmud, *Baba Batra* 9b

257 Provérbios 24:11

258 Salmos 145:9

8. Crueldade

259 Jeremias 50:42

260 Provérbios 12:10

261 Deuteronômio 28:50

262 Provérbios 17:11

263 ibid. 11:17

264 ibid. 19:17

265 Salmos 112:5

266 ibid. 41:2

267 ibid. 35:12

268 ibid. 30:25

269 Provérbios 27:4

270 Habacuque 3:2

271 Provérbios 6:34

272 Levítico 19:18

273 Provérbios 24:17

274 ibid. 22:22-23

275 Gênesis 6:13

276 *Midrash Kohélet Rabá* 1:13

277 Números 22:21

278 ibid. 22:22

279 ibid. 22:23

280 Levítico 25:17

281 Talmud, *Baba Metsiá* 58b

282 ibid. 59a

283 Talmud, *Baba Cama* 119a

284 Talmud de Jerusalém, *Baba Cama* 8:7

285 Êxodo 22:24

286 Talmud, *Baba Metsiá* 75b

287 e

288 – salto

289 Êxodo 22:25

290 ibid. 26

291 ibid. 20

292 Provérbios 12:10

293 Êxodo 23:5

294 Isto faz com que deva ser observada com rigor. (N. do T.)

295 Levítico 25:46

296 Talmud, *Nidá* 47a

297 Jó 31:13-15

298 Talmud, *Ketubót* 61a

299 Talmud, *Berachót* 40a

300 Salmos 123:2

301 Talmud, *Ketubót* 61a

302 Levítico 19:18

303 ibid. 17

304 Talmud, *Arachím* 16b

305 Jó 29:17

306 "Apedrejem-nos!" (Deut. 17:5)

307 Talmud, *Ketubót* 86a

308 Talmud, *Eruvím* 22a

309 *Midrash Kohélet Rabá* 7:16

310 Talmud, *Meguilá* 13a (Agag era rei dos amalekitas, povo conhecido por sua crueldade contra os judeus logo depois da saída do Egito. Como consequência, de Agag descendeu Haman, que perseguiu os judeus de todo o mundo durante o reinado de Assuero, episódio que lembramos na data de Purim. – N. do T.)

311 *Pirkê Avót* 1:5

312 Deuteronômio 13:18

313 Talmud, Shabat 151b

314 Provérbios 5:9

315 Êxodo 20:5

316 Êxodo 32:13

317 2 Crônicas 6:42

318 Talmud, *Iomá* 9b

319 Talmud, Shabat 32b

320 ibid. 33a

321 Talmud, *Berachót* 17b

322 Talmud, *Guitín* 7b

323 Talmud, *Berachót* 7a

9. Alegria

324 Provérbios 17:22

325 Eclesiastes 7:6

326 Jeremias 15:17

327 Provérbios 14:23

328 ibid. 24:17

329 Salmos 147:11

330 Talmud, *Berachót* 28b

331 Levítico 19:18

332 Jó 17:9

333 Provérbios 2:14

334 ibid. 23:29-30

335 Isaías 5:11

336 ibid. 12

337 ibid. 13

338 ibid. 14

339 ibid. 28:7

340 Provérbios 20:1

341 Provérbios 31:6-7

342 Juízes 9:13

343 Salmos 104:15

344 Cântico dos Cânticos 1:2

345 ibid. 7:10

346 Isaías 49:8

347 "E te alegrarás diante do Eterno". (Deuteronômio 12:18)

348 "E te alegrarás na tua festa". (ibid. 16:14)

349 "Em troca de não teres servido ao Eterno, teu Deus, com alegria". (ibid. 28:27)

350 ibid. 8:5

351 ibid. 7:10

352 Salmos 55:23

353 O conceito judaico da aceitação não é passivo. Sabendo que tudo o que lhe ocorre vem de Deus, o homem sabe que deve corrigir seus atos e evoluir, olhando seus males como corretivos ou dívidas pagas neste mundo, que lhe pouparão igual sofrimento ou um sofrimento maior no Mundo Vindouro. (N. do T.)

354 Talmud, *San'hedrin* 96a

355 Isaías 50:7

356 Salmos 116:6

357 *Pirkê Avót* 2:4

358 Jó 27:8-9

359 Jeremias 7:9-10

360 ibid. 11

361 Salmos 32:10

362 Talmud, *Berachót* 10b

363 Deuteronômio 32:15

364 *Pirkê Avót* 2:2

365 Jeremias 22:15

366 Eclesiastes 7:18

367 1 Samuel 14:6

368 Deuteronômio 8:18

369 Zacarias 4:6

370 Isaías 42:16-18-19

371 1 Samuel 16:2

372 ibid.

373 Provérbios 14:16

374 Deuteronômio 6:16

375 Talmud, *Nidá* 70b

376 *Sifri, Vaetchanan* 6:7

377 Cântico dos Cânticos 5:16

378 Salmos 25:5

379 ibid. 119:35

380 ibid. :30

381 ibid. :35

382 Ibid.: 117

383 Talmud, Shabat 107b

384 Isaías 11:9

385 Salmos 31:20

386 ibid. 32:10

387 ibid. 9:11

388 Êxodo 20:2-3

389 Habacuque 2:4

390 Gênesis 15:6

391 Números 12:7

392 *Midrash Shemót Rabá* 22:3

393 "E creram no Eterno, e em Moisés, seu servo". (Êxodo 14:31;15:1)

394 ibid. 4:31

395 Cântico dos Cânticos 4:8

396 Oseias 2:22

397 *Pirkê Avót* 4:1

398 Salmos 119:57

399 ibid. 16:5

400 ibid. 105:3

401 ibid. 32:11

402 ibid. 97:11

403 ibid. 119:162

404 Cântico dos Cânticos, 5:6

405 Provérbios 23:16

406 "Ó Eterno, abençoa meu espírito". (Salmos 104:1)

407 Isaías 61:10

408 Talmud, Shabat 30b

409 2 Reis 3:15

410 Talmud, *Taanít* 22a

411 Talmud, Shabat 30b

412 Salmos, 19:9

413 Talmud, *Baba Metsiá* 85a

414 Talmud, *Taanít* 8a

415 ibid. 21a

416 Talmud, *Berachót* 60b

417 Isaías 12:1

418 Talmud, *Nidá* 31a

419 Ish Gam Zu = O homem que dizia, "isto também é para o bem" (Talmud, *Taanít* 21a)

420 Jeremias 7:34,33:11

421 Talmud, *Sucá* 52a

422 Miqueias 6:8

423 Talmud, *Sucá* 49b

424 Isaías 58:13-14

425 Talmud, *Nedarím* 50b

426 Salmos 4:8

427 *Midrash Tehilim* 4

428 Levítico 19:18

429 Talmud, *Berachót* 31a

430 Talmud, *Nedarím* 50b

431 Talmud, *Nidá* 23a

432 Salmos 126:2

433 Talmud, *Berachót* 31a

10. Preocupação

434 Gênesis 40:6

435 Neemias 2:2

436 Lamentações 3:39

437 Salmos 38:10

438 Talmud, *Baba Metsiá* 59a

439 Salmos 39:13

440 ibid. 119:136

441 ibid. 38:19

442 "Feliz de quem sempre teme o Eterno". (Provérbios 28:14)

443 Gênesis 28:15

444 Salmos 27:13

445 Talmud, *Berachót* 4a

446 Isaías 1:12

447 "Repita (o estudo) e ele te elevará". (Provérbios 4:8)

448 ibid. 22:13

449 Talmud, *Pessachím* 8b

450 Talmud, Shabat 32b

451 ibid. 105b

452 Salmos 56:9b

453 Josué 7:5

454 Talmud, *Macót* 11a

455 Talmud, *Iebamót* 78b

456 *Tana deve Eliahu Rabá* 4

457 Talmud, *Taanít* 30b

458 Isaías 66:10

459 Isaías 52:8

460 ibid. 40:5

11. Remorso

461 Talmud, *Kidushin* 40b

462 Salmos 139:21

12. Cólera

463 Talmud, *Nedarím* 22a

464 Eclesiastes 11:10

465 Provérbios 16:4

466 Deuteronômio 28:65

467 Talmud, *Nedarím* 22b

468 Salmos 10:4

469 Eclesiastes 7:9

470 Provérbios 13:16

471 ibid. 29:22

472 ibid. 19:19

473 O profeta Elias disse ao Rabi Iehudá: "Não te ires, para que não venhas a pecar". (Talmud, *Berachót* 29b)

474 "Conhecemos um homem pela maneira como bebe, manuseia seu dinheiro e se zanga". (Talmud, *Eruvim* 65b)

475 Talmud, *Pessachím*, 113b

476 *Pirkê Avót* 2:5

477 Provérbios 30:33

478 Talmud, *Berachót* 63b

479 O Rabi Safra disse: "O homem irado colhe somente os frutos de sua ira, enquanto o homem de bem colhe os frutos de suas ações". (Talmud, *Kidushin* 41a)

480 Talmud, *Guitín* 7a

481 "Em meio à ira, lembra-te de ser Misericordioso". (Habacuque 3:2)

482 Levítico 19:17

483 Sobre isto, o rei Salomão disse: "As palavras do sábio, mesmo ditas suavemente, são mais audíveis que os gritos do rei sobre os tolos". (Eclesiastes 9:17)

484 Talmud, Shabat 31a

485 Êxodo 22:23

486 Deuteronômio 11:17

487 Levítico 10:16

488 ibid. :17

489 Números 20:10

490 ibid. :11

491 "E indignou-se Moisés contra os chefes do Exército". (ibid. :14)

492 "E disse Elazar, o sacerdote, aos homens do exército que vinham da guerra: Este é o estatuto da lei que ordenou o Eterno a Moisés". (ibid. :21)

493 *Sifri, Matót* 31:21

494 Eclesiastes 7:9

495 Salmos 81:10

496 Talmud, Shabat 105b

497 *Pirkê Avót* 5:14

498 Números 32:14

499 Provérbios 16:32

500 Talmud, *Pessachím* 113b

501 Provérbios 19:11

502 Talmud, Shabat 88b

503 Juízes 5:31

13. Vontade

504 "Vontade" é usado aqui no sentido de energia, ânimo, desejo, intenção, resolução, interesse e significados similares. (N. do T.)

505 *Pirkê Avót* 3:13

506 Provérbios 16:7

507 *Midrash Bereshít Rabá* 54a

508 Provérbios 16:15

509 Talmud, *Taanít* 25b

510 Provérbios 12:15

511 Êxodo 19:5

512 ibid. 24:7

513 Deuteronômio 28:15

514 ibid. 11:27:28

515 Provérbios 1:33

516 "Porque escutaste a voz de tua mulher". (Gênesis 3:17)

517 "Até teu voltar para a terra, pois dela foste tomado". (ibid. :19)

518 ibid. 21:12

519 ibid.

520 ibid. 39:10

521 ibid. 42:6

522 Jeremias 7:26

523 ibid. 12:2

524 *Ialcut Shimoni, Bereshít*, 32.

525 Isaías 1:19

526 Deuteronômio 21:19-21

527 ibid. 9:7

528 Êxodo 34-9

529 *Pirkê Avót* 2:4

530 Provérbios 22:5 – 17:20

531 Salmos 1:2-3

532 ibid. 112:1

533 Provérbios 15:31

534 *Agadát Bereshít* cap. 84

535 Salmos 147:11

536 Isaías 5:20

537 Provérbios 17:15

538 ibid. 8:32

539 Isaías 1:19

540 Provérbios 8:34

541 17:9-12

542 *Sifri,* Deuteronômio 17:11; Talmud de Jerusalém, *Horaiót* 1:5

543 Talmud, Shabat 118b

544 *Shemót Rabá* 27:9

545 Isaías 1:6

546 ibid. 55:3

14. Inveja

547 Eclesiastes 4:4

548 Êxodo 20:14

549 "Cobiçaram os campos e os roubaram". (Miqueias 2:2)

550 Provérbios 23:17

551 Malaquías 3:13-15

552 *Midrash Bereshít Rabá* 65:22

553 *Midrash Bamidbar Rabá* 18:2;4

554 Comentário extraído do livro Torá – A Lei de Moisés, Editora Sêfer, página 436 (N. do T.)

555 Talmud de Jerusalém, *Berachót* 4:2

556 Levítico 19:14

557 Provérbios 14:30

558 Talmud, Shabat 152b

559 "Sobre o teu ventre andarás, e pó comerás todos os dias de tua vida". (Gênesis 3:14)

560 Talmud, *Sotá* 9b

561 Provérbios 27:1

562 Levítico 25:17

563 Provérbios 23:17

564 Talmud, *Baba Batra* 21a

565 *Pirkê Avót* 5:21

566 Talmud, *Pessachím* 50b

567 *Midrash Tehilim* 37:1

568 *Pirkê Avót* 1:4-5

569 *Midrash Tehilim* ibid.

570 Gênesis 2:33

571 Talmud, *San'hedrin* 81b

572 Êxodo 2:12

573 1 Reis 19:10

574 Números 25:11

575 ibid. :12

576 Deuteronômio 1:17

577 Êxodo 32:26

578 Números 25:7

579 *Midrash Bereshít Rabá* 26:5

580 Ezra 9:2

15. Zelo

581 Talmud, *Pessachím* 4a

582 Gênesis 22:3

583 *Pirkê Avót* 2:4

584 Talmud de Jerusalém, *Peá* 1:1

585 Provérbios 28:9

586 Salmos 119:72

587 ibid. 84:11

588 Talmud, *Macót* 10a

589 Talmud de Jerusalém, *Shecalim* 3:3, *Sotá* 49a, *Avodá Zará* 20b

590 Talmud, *Macót* 16b

591 Levítico 20:25

592 Salmos 34:15

593 Oseias 6:3

594 *Pirkê Avót* 4:18

595 Deuteronômio 16:20

596 Isaías 51:1

597 *Pirkê Avót* 5:23

598 Salmos 119:60

599 Êxodo 12:17

600 *Mechilta*

601 Êxodo 32:27

602 Números 25:7

603 *Pirkê Avót* 1:1

16. Preguiça

604 Provérbios 24:30-31

605 ibid. 19:15

606 ibid. 6:10

607 Talmud, Shabat 30b

608 "Há leões rondando as estradas". (Prov. 26:13)

609 "Há leões soltos cerca da cidade". (ibid.)

610 "Há leões nas ruas". (ibid. 22:13)

611 "A porta está aberta". (ibid. 26:14)

612 "Até quando dormirás, homem preguiçoso? Quando levantará de teu sono?". (ibid. 6:9)

613 ibid. 26:15

614 ibid. 20:4

615 Deuteronômio 30:14

616 *Midrash Devarím Rabá* 8:6

617 Provérbios 10:26

618 ibid. 21:25

619 Ibid. 26:16

620 ibid. 22:29

621 ibid. 6:6

622 Talmud, *Pessachím* 50b

17. Generosidade

623 Provérbios 18:16

624 "Gerar" e "generosidade" tem o mesmo radical. (N. do T.)

625 Gênesis 21:33

626 *Midrash Tehilim* 37

627 Gênesis 14:14-16

628 ibid. 12:5

629 *Midrash Bereshít Rabá* 39:14

630 Provérbios 19:6

631 Eclesiastes 11:1

632 Provérbios 11:24

633 ibid. 28:27

634 Salmos 112:9

635 Provérbios 19:17

636 *Pirkê Avót* 3:15

637 Talmud, *Ketubót* 68a

638 Deuteronômio 15:9

639 Provérbios 12:10

640 Talmud, Shabat 151b

641 Jeremias 50:42

642 Deuteronômio 13:18

643 Deuteronômio 15:10

644 Provérbios 21:14

645 Talmud, *Ketubót* 67b

646 Oseias 10:12

647 Talmud, *Sucá* 49b

648 Provérbios 14:34

649 Salmos 48:11

650 Isaías 63:1

651 Provérbios 21:21

652 Talmud, Shabat 139a

653 Isaías 1:27

654 Gênesis 15:6

655 ibid. 18:19

656 2 Samuel 8:15

657 1 Reis 10:9

658 Salmos 89:15

659 Deuteronômio 6:25

660 Isaías 5:16

661 ibid. 58:8

662 Salmos 89:3

663 *Mechilta*, *Beshalách* 15:13

664 Uma das 4 espécies de *Sucót*. (N. do T.)

665 Talmud, *Sucá* 41b

666 Talmud, *Baba Cama* 9b

667 Talmud, *Ketubót* 50a

668 Salmos 112:3

669 Talmud, *Baba Batra* 88b

670 Talmud, *Sucá* 49b

671 Levítico 3:16

672 Isaías 64:3 (Veja Rashi a respeito)

18. Avareza

673 Provérbios 23:6-7

674 ibid. 11:26

675 ibid.

676 Gênesis 32:25

677 Talmud, *Chulín* 91a

678 Gênesis 50:5

679 *Midrash Shemót Rabá* 31:17

680 1 Samuel 25:29

19. Memória

681 Deuteronômio 8:11

682 Salmos 16:8

683 Números 15:39-40

684 Êxodo 13:9

685 Deuteronômio 16:12

686 Talmud, *Baba Cama* 9b

687 "Porque ninguém vestido de pano de saco podia entrar pela porta do rei". (Ester 4:2)

688 "E chamou a José; e fizeram-no sair precipitadamente do poço e cortou seu cabelo e mudou suas roupas e veio ao Faraó". (Gen. 41:14)

689 Provérbios 27:19

690 Levítico 26:44

691 Números 25:7

692 Êxodo 2:13

693 Salmos 26:5

694 Provérbios 13:20

695 Êxodo 15:26

696 Deuteronômio 7:15

697 Talmud, *Berachót* 33a

698 Salmos 139:14

699 Salmos 119:99

700 Provérbios 26:12

701 Deuteronômio 17:18-19

702 Josué 1:8

703 Deuteronômio 6:6-9

704 Números 15:39-40

705 Eclesiastes 9:8 (É costume judaico vestir roupas brancas nos dias de expiação e julgamento Divino – N. do T.)

706 Êxodo 32:13-14

707 Números 15:39

708 Talmud, *Menachót* 43b

709 Levítico 19:18

20. Esquecimento

710 Deuteronômio 4:9

711 Talmud, *Nidá* 30b

712 Talmud, *Berachót* 24b

713 Provérbios 6:23

21. Silêncio

714 *Pirkê Avót* 1:17

715 Provérbios 17:28

716 *Ialcut Shimoni, Behalotechá* 738

717 Provérbios 10:19

718 *Sifri, Ki Tetsê* 23:10

719 Talmud, Shabat 33a

720 *Mechilta*, *Itró* 20:9

721 *Midrash Tehilim* 7:7

722 *Midrash Vayicrá Rabá* 33:1

723 Levítico 10:3 (quando perdeu seus filhos Nadab e Abihú, que atearam um fogo que o Eterno não ordenara – N. do T.)

724 Talmud, *Berachót* 62b

725 Eclesiastes 3:7

726 Provérbios 18:13

727 ibid. 26:4

728 ibid. 18:21

729 Talmud, *Arachím* 15b

730 Talmud, *Pessachím* 99b

731 *Pirkê Avót* 3:13

732 Talmud, *Meguilá* 18a

733 Provérbios 26:5

734 Talmud, Shabat 30b

735 Provérbios 15:1

736 ibid. 25:15

737 ibid. 18:7

738 ibid. 21: 23

739 Jó 13:5

740 *Pirkê Avót* 5:9

741 Eclesiastes 9:16

742 Talmud, *Sucá* 28a

743 Talmud, *Sotá* 42a

744 Oseias 7:5

745 Salmos 101:7

746 Jó 13:16

747 Salmos 5:5

748 ibid. 50:20

749 Provérbios 21:24

750 Salmos 123:4

751 Jeremias 20:7

752 Provérbios 17:5

753 Deuteronômio 8:17

754 Provérbios 22:2

755 Salmos 119:51

756 Provérbios 9:8

757 ibid. :7

758 ibid. 26:12

759 *Pirkê Avót* 1:17

760 Provérbios 20:1

761 Jeremias 28:22

762 Talmud, *Avodá Zará* 18b

763 Talmud, *San'hedrin* 63b

22. Mentira

764 Provérbios 6:16-19

765 ibid. 8:13

766 Jeremias 9:7

767 Provérbios 16:12-13

768 Talmud, *San'hedrin* 92a

769 Gênesis 27:12

770 Jeremias 10:15

771 Provérbios 6:19

772 ibid. 21:28

773 Talmud, *Baba Metsiá* 49a

774 ibid.

775 Números 30:3

776 Talmud, *Chulín* 94a

777 Talmud de Jerusalém, *Sheviít* 10:3

778 Talmud, *Iebamót* 63a

779 Jeremias 9:4

780 Talmud, *San'hedrin* 89b

781 *Resh Otiót* do Rabi Akiva

782 Talmud, *Iebamót* 65b

783 Talmud, *Ketubót* 17a

784 Talmud, *Arachím* 16a

785 Provérbios 27:14

786 Talmud, *Baba Metsiá* 23b

23. Verdade

787 Gênesis 2:7

788 Êxodo 3:14

789 Jeremias 10:10

790 Eclesiastes 7:29

791 Talmud, Shabat 55a

792 Salmos 101:7

793 ibid. 146:6

794 ibid. 145:18

795 Jeremias 12:2

796 Jó 22:23

797 Salmos 15:1-2

798 Talmud, *Macót* 24a; *Baba Batra* 88a

799 Jó 22:28

800 Talmud, *San'hedrin* 97a

801 Jeremias 10:10

802 Malaquías 2:6-7

803 Talmud, *Berachót* 55b

804 Daniel 2:29

805 Salmos 119:160

806 Êxodo 23:7

807 Talmud, *Iebamót* 20a

808 Sofonias 3:13

809 Oseias 2:25

810 Talmud, *Pessachím* 87b

811 Gênesis 6:11

812 *Midrash Devarím Rabá* 3:3

813 Provérbios 10:22

814 Talmud de Jerusalém, *Baba Metsiá* 2:5

815 Salmos 85:12

816 Deuteronômio 7:9

817 ibid. :10

24. Adulação

818 Provérbios 17:15

819 Talmud, *Sotá* 41a-b

820 Deuteronômio 17:15

821 Deuteronômio 1:17

822 Provérbios 28:4

823 Talmud, *Pessachím* 50b

824 Talmud, *Negaím* 12:6

825 Provérbios 10:7; 29:26

826 ibid. 11:9

827 Talmud, *Nidá* 30b

828 *Avót de Rabi Natan* 29:1

829 Provérbios 26:28

830 Salmos 35:5-6;12:4

831 *Avót de Rabi Natan* 29:4

832 2 Crônicas 20:37

833 Talmud, *Baba Cama* 92b

834 Talmud, *Meguilá* 28a

835 2 Reis 3:14

836 Talmud, *Iomá* 9b

837 Talmud, *San'hedrin* 7b

838 Deuteronômio 13:6

839 Talmud, Shabat 54b

840 Levítico 26:37

841 *Talmud, Shevuót* 39a

842 Talmud, Shabat 55a

843 Provérbios 9:8

844 Talmud, *Iebamót* 65b

845 Talmud, Shabat 148b

846 Provérbios 24:1-2

847 Talmud, *Sotá* 41b

848 Deuteronômio 23:7

849 Ester 5:9

850 Eclesiastes 9:17

851 Provérbios 17:10

852 ibid. 19:29

853 ibid. 17:10

854 ibid. 1:17-18

855 Talmud, *Chulín* 94a

856 ibid.

857 Talmud, *Sotá* 41b

858 Job 36:13

859 ibid.

860 Talmud, *Sotá* 42a

861 Talmud, *San'hedrin* 101b

862 Provérbios 13:20

863 Salmos 1:1

864 Lamentações 3:28

865 Jeremias 9:1

25. Difamação

866 Salmos 12:4

867 Talmud, *Arachím* 15b

868 Salmos 12:5

869 *Shocher Tov* 120:3

870 Talmud, *Arachím* 15b

871 Talmud, *San'hedrin* 74a

872 *Sifri,* Devarim 11:28

873 Talmud, *Chulín* 5a

874 Talmud, *Arachím* 15b; *Ber. Rabá* 98:19

875 Talmud de Jerusalém, *Baba Cama* 8:7

876 Salmos 73:9

877 Talmud *Arachím* 15a, *Shocher Tov* 39:1

878 Números 14:28

879 Deuteronômio 1:34

880 Talmud *Sotá* 21a; *San'hedrin* 106b

881 Provérbios 6:23

882 *Shocher Tov* 39:1

883 Cântico dos Cânticos 2:14

884 Jeremias 12:8

885 Provérbios 18:21

886 ibid.

887 Êxodo 23:1

888 Levítico 25:17

889 Talmud, *Baba Metsiá* 58b

890 *Pirkê Avót* 3:11

891 Talmud, *Sotá* 42a

892 Talmud, *Baba Metsiá* 58b

893 Talmud de Jerusalém, *Peá* 1:1

894 Talmud, *Berachót* 19a

895 Levítico 19:18

896 *Pirkê Avót* 2:10

897 Provérbios 17:15

898 Talmud, *Arachím* 15b

899 ibid.

900 Provérbios 27:14

901 *Pirkê Avót* 2:10-11

902 Provérbios 26:18-19

903 Talmud, *Iomá* 4b

904 Talmud, *Arachím* 16a

905 Talmud, *San'hedrin* 31a

906 Levítico 19:16

907 Talmud, *San'hedrin* 31a

908 Provérbios 11:13

909 Talmud, *Kidushin* 70a

910 Salmos 119:97

911 Talmud, Shabat 127b

912 Levítico 19:15

913 ibid. :18

914 Provérbios 29:27

915 ibid. 8:13

916 Talmud, *San'hedrin* 52a

917 Provérbios 14:23

918 Talmud de Jerusalém, *Peá* 1:11

919 Reis 1:14 (no episódio em que Batshéva adentra os aposentos de David para protestar pelo fato de Adonias ter sido apontado rei no lugar de seu filho Salomão – N. do T.)

920 Salmos 34:14

921 ibid. :13-14

922 *Vayicrá Rabá* 16:2; *Shocher Tov* 52:2

923 Provérbios 18:21

924 Salmos 39:2; *Shocher Tov* 39:2-3

925 Salmos 69:31-32

26. Arrependimento

926 Talmud, *Iomá* 86a; Oseias 14:2

927 Oseias 14:2

928 Jeremias 33:25

929 Eclesiastes 7:20

930 Talmud, *Sucá* 52a

931 Obadias 1:21

932 Isaías 59:20

933 Job 11:9

934 *Pirkê Avót* 2:15

935 1 Crônicas 29:15

936 *Midrash Bereshít Rabá* 96:2

937 *Pirkê Avót*, ibid.

938 Salmos 103:14

939 *Avot de Rabi Natan* 16:3

940 *Pirkê Avót* 2:4

941 *Midrash Cohélet Rabá,* sessão 34

942 Eclesiastes 5:9

943 *Pirkê Avót* 2:20

944 Talmud, *Iomá* 68b

945 Eclesiastes 9:8 (referencia à pureza da alma (N. do T.)

946 Talmud, *Berachót* 4b

947 Salmos 51:5

948 Salmos 119:120

949 Deuteronômio 32:34

950 Job 37:7

951 Eclesiastes 8:11

952 *Pirkê Avót* 2:1

953 Talmud, *Iomá* 86b

954 Joel 2:13

955 Salmos 51:4

956 Jeremias 4:14

957 Jeremias 13:16

958 Jeremias 8:6

959 Joel 2:12

960 Jonas 3:8

961 Jeremias 4:8

962 Talmud de Jerusalém, *Berachót* 1:5

963 Números 15:39

964 Salmos 119:136

965 Talmud, *Iomá* 86a

966 Salmos 38:19

967 *Pirkê Avót* 2:5

968 Jeremias 31:18

969 Salmos 51:19

970 Isaías 66:2

971 Êxodo 33:5

972 Job 22:29

973 Deuteronômio 32:15

974 Provérbios 30:9

975 Talmud, *Arachím* 15b

976 Ialcut Shoftim 42

977 *Midrash Tanchuma*, *Beshalách* 24

978 *Midrash Vayicrá Rabá* 21:5

979 Lamentações 3:40

980 Deuteronômio 27:1

981 ibid. : 26

982 *Pirkê Avót* 2:1

983 ibid. 4:2

984 Levítico 5:5

985 ibid. 26:40

986 Talmud, *Taanít* 16a

987 Provérbios 16:6

988 Deuteronômio 10:17

989 *Ialcut Shimoni,* Provérbios 947

990 Talmud, *Iomá* 86a

991 Provérbios 10:2

992 Talmud, *Iomá* 86a

993 Isaías 22:14

994 Salmos 51:5

995 Talmud, *Iomá* 86b

996 Ezequiel 18:30

997 Levítico 19:17

998 Salmos 51:15

999 Deuteronômio 9:7

1000 ibid. 29:3

1001 ibid. 32:6

1002 Nossos sábios proíbem aceitar um convite para comer na casa de alguém que sabemos não ter o suficiente para si. (N. do T.)

1003 Números 15:39

1004 Provérbios 13:20

1005 Talmud, *Shevuót* 39b

1006 Jeremias 9:4

1007 Ezequiel 3:18

1008 Provérbios 16:7

1009 Talmud, Betsá 29b

1010 Talmud, *Baba Cama* 103a

1011 Talmud, *Iomá* 87a

1012 Salmos 25:8

1013 Deuteronômio 4:29

1014 ibid. 30:14

1015 Salmos 145:18

1016 Jeremias 3:22

1017 Deuteronômio 4:30

1018 ibid. 30:2

1019 ibid. :6

1020 Jeremias 4:1

1021 Malaquías 3:7

1022 Deuteronômio 31:17

1023 Juízes 11:7

1024 Oseias 14:2

1025 ibid.

1026 Provérbios 3:12

1027 Levítico 26:18

1028 Salmos 25:18

1029 Sofonias 3:7

1030 Miqueias 7:8

1031 *Midrash Tehilim*, Salmo 22:7

1032 Talmud, *Taanít* 14b, 19a

1033 Talmud, *Berachót* 5a

1034 Talmud, *Pessachím* 113 b

1035 *Mechilta*, *Shemót* 12:28

1036 *Pirkê Avót* 3:9

1037 Êxodo 24:7; *Avót de Rabi Natan* 22:1

1038 Talmud, Shabat 88a

1039 Daniel 10:12

1040 2 Reis 22:11

1041 Neemias 8:9

1042 Jeremias 36:24

1043 Talmud de Jerusalém, *Berachót* 1:2

1044 Oseias 8:12

1045 Jeremias 8:8

1046 Talmud, *Rosh Hashaná* 16a

1047 Isaías 49:8

1048 Talmud, *Rosh Hashaná* 18a, citando Isaías 55:6

1049 Talmud, *Iomá* 85b

1050 Levítico 16:30

1051 Talmud, Shabat 153a; *Cohélet Rabá* 9:8,6

1052 ibid.

1053 ibid. 3:18-24

1054 Provérbios 16:7

1055 Salmos 109:22

1056 Talmud, *Nedarím* 32b

1057 Talmud, *Guitín* 70a

1058 Talmud, Shabat 30b

1059 Talmud, *Taanít* 11a-b. (Os antigos costumavam jejuar às segundas e quintas-feiras. Hoje em dia, os rabinos não recomendam fazê-lo, alegando ter havido um enfraquecimento da capacidade humana de suportar jejuns – N. do T.)

1060 Talmud, Shabat 53b

1061 Talmud, *Chaguigá* 22b

1062 Talmud, *Baba Metsiá* 33a

1063 Salmos 102:10

1064 ibid. 51:15

1065 Talmud, *Eruvim* 18b (Os jejuns de penitência são jejuns de meio dia, do nascer do sol ao anoitecer, geralmente em dias alternados – N. do T.)

1066 Talmud de Jerusalém, *Peá* 1:1

1067 Talmud, *Iomá* 86b

1068 Talmud, *San'hedrin* 102a

1069 1 Reis 21:29

1070 1 Reis 21:27

1071 *Shir Hashirím Rabá* 1:5,36

1072 Mestre da época da *Mishná*

1073 Talmud, *San'hedrin* 103a

1074 *Vayicrá Rabá* 25:1

1075 Provérbios 16:6

1076 Salmos 78:38

1077 Talmud, *Macót* 22a

1078 O judeu se confessa em voz baixa e somente a Deus. Há uma fórmula de confissão nos livros de reza, chamada *Vidúi*. (N. do T.)

1079 Talmud, *Nedarím* 8a

1080 Talmud de Jerusalém, *Berachót* 6:1

1081 Talmud, *Iomá* 85b

1082 Talmud, *San'hedrin* 58b

1083 Job 33:27

1084 Talmud, *Iomá* 87a

1085 Talmud, *Baba Cama* 92a

1086 Talmud de Jerusalém, ibid. 8:7

1087 Talmud, *Iomá* 86a

1088 Talmud, *Kidushín* 40a

1089 Talmud, *Moêd Catan* 17a

1090 ibid.

1091 Talmud, *Chaguigá* 11b

1092 ibid. 16a

1093 ibid.

1094 Talmud, *Iomá* 86a

1095 Talmud, *Chulín* 44b

1096 Talmud, *San'hedrin* 43b

1097 Josué 7:19-20

1098 ibid. : 25

1099 Números 5:6-7

1100 Isaías 55:7

1101 Talmud de Jerusalém, *Iomá* 8:7

1102 Isaías 55:7

1103 Talmud, *Berachót* 34b

1104 Talmud, *San'hedrin* 97b

1105 Deuteronômio 30:1-3

1106 Oseias 14:2

1107 Amós 4:6

1108 Jeremias 4:1

1109 Oseias 2:1

1110 Jeremias 22:30

1111 ibid. :24

1112 Chagái 2:23

1113 Isaías 59:2

1114 ibid. 1:15

1115 ibid. :12

1116 Malaquias 1:10

1117 Jeremias 7:21

1118 Deuteronômio 4:4

1119 Isaías 65:24

1120 Eclesiastes 9:7

1121 Malaquías 3:4

1122 Talmud, *Baba Metsiá* 58b

1123 Levítico 25:17

1124 Salmos 69:8-11-14

27. Torá

1125 Números 25:13

1126 Salmos 89:37

1127 Deuteronômio 33:4

1128 Provérbios 8:15-16

1129 Talmud, *Iomá* 72b; *Kohélet Rabá* 7:2

1130 Talmud, *Horaiót* 13a

1131 Provérbios 3:15

1132 Talmud, *Peá* 11

1133 *Pirkê Avót* 6:4

1134 ibid. : 15

1135 ibid. 2:5

1136 Deuteronômio 30:12-13

1137 Talmud, *Eruvim* 55a

1138 *Pirkê Avót* 2:6

1139 ibid. 4:12

1140 Gênesis 26:5

1141 Talmud, *Iomá* 28b

1142 Talmud, *Avodá Zará* 14b

1143 *Midrash Bereshít Rabá* 95:3

1144 *Pirkê de Rabi Eliezer* 2

1145 *Pirkê Avót* 6:5

1146 Talmud, *Ketubót* 59b

1147 Josué 1:8

1148 Deuteronômio 6:7; 11:19

1149 Talmud, *Meguilá* 28a

1150 Talmud, *Avodá Zará* 19a

1151 *Pirkê Avót* 6:1

1152 Isaías 64:3

1153 Talmud, *Berachót* 34b

1154 *Midrash Rut Rabá* 1:1:2

1155 Oseias 2:7

1156 Deuteronômio 16:19

1157 Eclesiastes 9:16

1158 *Pirkê Avót* 1:17

1159 Talmud de Jerusalém, *Chaguigá* 2:1 e *Midrash Cohélet Rabá* 7:8:18

1160 Talmud, *Pessachím* 50b

1161 Êxodo 24:12

1162 Talmud, *Berachót* 5a

1163 *Midrash Devarím Rabá* 9:9

1164 Deuteronômio 31:26

1165 ibid. 13:1

1166 Levítico 18:30

1167 Talmud, *Moêd Catan* 5a

1168 Deuteronômio 17:11

1169 ibid. 6:7

1170 *Sifri Devarim* ibid.; Talmud, *Kidushin* 30a

1171 Talmud, *Chaguigá* 9b

1172 Talmud, *Taanít* 8a

1173 Talmud, *Meguilá* 7b

1174 Ester 9:22

1175 Talmud, *Eruvim* 65a

1176 Talmud, *Berachót* 38b, *Moêd Catan* 28a, *Ketubót* 77b

1177 Talmud, *Berachót* 53a

1178 Talmud, *Ketubót* 63a

1179 Talmud, *Avodá Zará* 19a

1180 Talmud, Shabát 63a

1181 Talmud, *Baba Metsiá* 85a

1182 *Midrash Vayicrá Rabá* 25:1

1183 Talmud, *Kidushin* 52b

1184 Talmud, *Eruvim* 13b, 53a

1185 ibid. 53a

1186 Talmud, Shabát 31a

1187 Provérbios 24:30-31

1188 *Avót de Rabi Natan* 24:6

1189 *Midrash Mishlê* 10:1

28. Temor a Deus

1190 Deuteronômio 10:12

1191 ibid. :20

1192 Isaías 33:6

1193 Talmud, Shabat 31b

1194 Job 28:28

1195 Talmud, Shabat 31a-b

1196 ibid.

1197 Talmud, *Iomá* 72b

1198 Salmos 19:10

1199 Eclesiastes 3:14

1200 Provérbios 15:16

1201 Isaías 40:26

1202 ibid. 43:21

1203 Deuteronômio 7:6

1204 ibid. 26:18

1205 ibid.: 19

1206 ibid. 4:35

1207 ibid. : 8

1208 ibid. 10:20

1209 Salmos 66:3

1210 ibid. 139:14

1211 ibid. 34:12

1212 Talmud, *Berachót* 33b

1213 Deuteronômio 12:23 (Estas três denominações referem-se aos três tipos de alma que se conjugam com o corpo humano: *Néfesh* é sua alma animal; *Rúach* é o espírito humano, e *Neshamá* é o sopro Divino. – N. do T.)

1214 Provérbios 27:7

1215 Job 3:19

1216 Eclesiastes 12:7

1217 Ezequiel 18:4

1218 Levítico 23:30

1219 ibid. 7:20

1220 1 Reis 25:29

1221 Talmud, *Berachót* 10a

1222 Deuteronômio 9:14

1223 Talmud, *Berachót* 32a

1224 Números 16

1225 1 Reis 17

1226 ibid. 18

1227 ibid.

1228 ibid. 17

1229 2 Reis 2

1230 Talmud, *Berachót* 10a

1231 Salmos 94:11

1232 *Midrash Bereshít Rabá* 9:7

1233 Salmos 104:3

1234 Cântico dos Cânticos 5:2

1235 Ezequiel 34:31

1236 Salmos 17:12

1237 Sofonias 3:3

1238 Cântico dos Cânticos 2:2-3

1239 2 Samuel 23:6

1240 Talmud, *Chaguigá* 12a

1241 Salmos 42:8

1242 Talmud, *Sucá* 28a

1243 Jeremias 23:24

1244 Isaías 46:4

1245 Salmos 102:27

1246 Deuteronômio 6:4

1247 Salmos 50:13

1248 Zacarias 4:10

1249 Habacuque 1:13

1250 Salmos 121:4