

POSTSCRIPTUM: DIETA E PREGHIERA PER FAVORIRE IL *ḤIBBUR*

## 1. Introduzione

L'*Iggeret ha-qodeš* (*Lettera sulla santità*) o *Sod ha-ḥibbur* (*Il segreto dell'unione coniugale*)<sup>1</sup> è un opuscolo anonimo (redatto intorno al XIII secolo)<sup>2</sup> in forma di epistola, che codifica il rapporto sessuale secondo modalità ritenute giuste e sante dall'etica ebraica in una prospettiva qabbalistica;<sup>3</sup> in sei capitoli, ne vengono presentati i benefici fisici e metafisici.<sup>4</sup> Di seguito, ci occuperemo di due appendici dell'*Iggeret ha-qodeš*: in diversi manoscritti, databili tra XIV e XVI secolo, l'opera si trova arricchita di un breve testo di raccomandazioni dietetiche e di una o due, secondo i casi, preghiere per favorire l'unione coniugale. Proponiamo, quindi, un

<sup>1</sup> Il testo, molto popolare tra medioevo ed età moderna, è stato tramandato anche con i titoli seguenti: *Ša'are šedeq* (*Porte della giustizia*), *Sefer qedušah* (*Libro di santità*) oppure con altri titoli che ne descrivono più esplicitamente il contenuto: *Be-'inyan ḥibbur ha-adam el išto* oppure *Ḥibbur iš we-išto* (*Dell'unione coniugale dell'uomo e della sua donna*). Cfr. M. PERANI, *Ebraismo e sessualità fra filosofia e Qabbalah: la Iggeret ha-Qodesh* ("Lettera sulla santità", sec. XIII), «Annali di Storia dell'Esegesi» 17,2 (2000), pp. 463-485.

<sup>2</sup> L'opera è tradizionalmente attribuita a Mošeh Naḥmanide di Girona (1194-1270); successivamente, Gershom Scholem ha proposto quale possibile autore il qabbalista castigliano Yosef ben Avraham Giquṭilla (1248-1305), mentre Moshe Idel riferisce l'opera a un qabbalista anonimo; cfr. *Kitve R. Moše ben Naḥman*, CH.D. CHAVEL (cur.), vol. 2, Mossad ha-Rav Kook, Gerusalemme 1964, pp. 321-337; G. SCHOLEM, *Ha-'im ḥibber ha-RaMBaN et Sefer Iggeret ha-Qodeš?*, «Qiryat Sefer» 21 (1944-1945), pp. 179-186; M. IDEL, *Sexual Metaphors and Praxis in the Kabbalah*, in D. KRAEMER (ed.), *The Jewish Family; Metaphor and Memory*, Oxford University Press, New York 1989, pp. 197-224.

<sup>3</sup> Cfr. C. MOPSIK, *Lettre sur la sainteté. Le secret*

censimento dei testimoni principali di queste appendici, la loro trascrizione e una prima traduzione italiana; intendiamo, inoltre, precisarne il rapporto con il contenuto della *Lettera*.

2. L'*Iggeret ha-qodeš* e la letteratura medica

Suggerimenti e richiami biblici, midrashici e talmudici, oltre alla prospettiva qabbalistica, informano i contenuti e il lessico dell'*Iggeret ha-qodeš*; è evidente inoltre l'influenza di concezioni diffuse nelle dottrine filosofiche e nei *consilia* e *regimina sanitatis* che cominciarono a circolare anche in lingua ebraica a partire dal XIII secolo.<sup>5</sup> Il testo dell'*Iggeret* è costellato di riferi-

*de la relation entre l'homme et la femme dans la cabale*, Verdier, Lagrasse 1986 e l'edizione ridotta: ID., *Lettre sur la sainteté. La relation de l'homme avec sa femme. Iggeret ha-Qodech*, Verdier, Lagrasse 1993. Il testo ebraico dell'edizione di Mopsik si basa sul manoscritto New York, Jewish Theological Seminary 1887, ff. 66v-74r. Per la traduzione italiana si veda G. BUSI - E. LOEWENTHAL, *Mistica ebraica. Testi della tradizione segreta dell'ebraismo dal III al XVIII secolo*, Einaudi, Torino 1995, pp. 415-444.

<sup>4</sup> Dopo l'introduzione (cap. 1), l'opera è suddivisa in cinque capitoli che trattano dell'essenza dell'unione coniugale (cap. 2), nel tempo consigliato (cap. 3), con una dieta appropriata (cap. 4), insistendo sul potere dell'intenzione (la *kawwanah* qabbalistica) e dell'immaginazione (cap. 5) e sulla condotta da tenere durante l'atto sessuale che viene celebrato come un rituale a tutti gli effetti (cap. 6).

<sup>5</sup> Si vedano le note all'edizione del 1993 di MOPSIK, *Lettre sur la sainteté*, cit.; per i riferimenti filosofici cfr. in particolare le nn. 17 e 72 in cui si rimanda all'opera del filosofo AVRAHAM IBN DAUD (1110-1180), *Ha-Emunah ha-Ramah*, S. Weil (Hrsg.), Frankfurt am Main 1852, e alle nn. 60 e 78 in cui si rimanda a concezioni della medicina ippocratica e galenica. Sulla differenza tra i due generi *consilia* e *regimina*, cfr.

menti alla teoria del bilanciamento degli umori, di matrice galenica e ippocratica; le trattazioni del tempo adatto per l'unione coniugale (cap. 3) e del regime alimentare da seguire in quell'occasione (cap. 4) echeggiano il razionalismo della struttura dei trattati di medicina.<sup>6</sup> Un aspetto distintivo dell'*Iggeret ha-qodeš*, rispetto ai *regimina sanitatis*, è la considerazione del potere soprannaturale collegato alla *performance* erotica: questa viene intesa come una pratica teurgica che permette di influenzare la dimensione metafisica,<sup>7</sup> con il fine di garantire il benessere, non solo del corpo umano, ma anche del corpo mistico, consentendo l'unione celeste delle *sefirot*. Il congiungimento della *Šekinah* con l'intelletto umano e la discesa dell'influsso ultramondano nello sperma del qabbalista durante l'atto sessuale prefigurano il concepimento di una progenie santa e messianica.<sup>8</sup>

Sia la struttura epistolare che la centralità tematica dell'armonia tra gli sposi, da raggiungere prima dell'amplesso attraverso parole e gesti distensivi rivolti alla donna da parte dell'uomo (cap. 6), trovano corrispondenza in un consiglio medico anonimo intitolato *Sod ha-ıbbur* (*Il segreto della procreazione*) conservato in un esemplare redatto ad Orange, nella Francia del Sud (ms. Oxford, Bodleian Library, Laud. 113, ff. 248v-250v).<sup>9</sup> Questo testo fornisce un ricco

prontuario di cibi, bevande e rimedi afrodisiaci in accordo con il temperamento di ciascuno dei coniugi, insieme alle istruzioni necessarie per favorire il concepimento e contrastare la sterilità. Alla conclusione dell'opera, si trova un'ulteriore prescrizione sul concepimento attribuita al medico e alchimista catalano Arnaldo da Villanova (1240-1313); seguono alcune ricette anonime per favorire la gravidanza.<sup>10</sup> L'accumulo di appendici eterogenee, formule magiche e preghiere (spesso attribuite a noti sapienti) che si osserva di frequente in coda ai trattati medici è un elemento tipico della letteratura medica medievale che ritroviamo anche nell'*Iggeret ha-qodeš*.

Il primo complemento testuale, il consiglio dietetico, si apre con una formula di benedizione: "Figlio mio, Dio ti protegga e sostenga e ti metta sulla retta via".<sup>11</sup> Secondo un *topos* frequente nella letteratura medica, l'autore si rivolge a un parente, in questo caso al figlio;<sup>12</sup> il testo entra subito nel vivo con la descrizione degli alimenti propedeutici a favorire l'unione sessuale, caratterizzati da qualità fisiologiche "intermedie" tra il caldo e il freddo, che permettano al desiderio virile di mantenersi costante per la durata del rapporto:

[Col. I] 3 Ecco, i cibi adatti / 4 per quell'occasione: / 5 ogni cosa che abbia qualità intermedie

E. ABATE, *Médecine et magie dans la cure de la peste entre le Moyen âge et la Renaissance: sources manuscrites et typologies textuelles de la tradition juive*, in F. CLÉMENT (éd.), *Epidémie, épizooties, des représentations anciennes aux approches actuelles, Histoire et Nature 2*, Presses Universitaires de Rennes, Rennes 2017, pp. 57-71, specialmente pp. 65-68.

<sup>6</sup> Cfr. G. BOS (in collaborazione con I. GAROFALO), *A Pseudo-Galenic Treatise on Regimen: The Hebrew and Latin Translations from Hunayn Ibn Ishaq's Arabic Version*, «Aleph» 7 (2007), pp. 44-98; C. CABALLERO NAVAS, *Medicine among medieval Jews: The Science, the Art, and the Practice*, in G. FREUDENTHAL (ed.), *Science in Medieval Jewish Cultures*, Cambridge University Press, Cambridge 2011, pp. 320-342.

<sup>7</sup> Sulle tecniche teurgiche nella *qabbalah* cfr. C. MOPSIK, *Les grands textes de la cabale, les rites qui font Dieu. Pratiques religieuses et efficacité théurgique dans la cabale des origines au milieu du XVIII<sup>e</sup> siècle*, Verdier, Lagrasse 1993, in particolare, pp. 68-234; M. IDEL, *Eros e Qabbalah*, E. Zevi (cur.), Adelphi, Milano 2007 [2005].

<sup>8</sup> E. WOLFSON, *Language, Eros, Being: Kabbalistic Hermeneutics and Poetic Imagination*, Fordham University Press, New York 2005, pp. 307-314.

<sup>9</sup> Il *Sod ha-ıbbur* è pubblicato e tradotto in R. BARKAI, *A History of Jewish Gynaecological Texts in the Middle Ages*, Brill, Leiden 1998, pp. 212-222. Per il manoscritto cfr. A. NEUBAUER, *Catalogue of the Hebrew Manuscripts in the Bodleian Library and in the College Libraries of Oxford Including MSS. in Other Languages, which are written with Hebrew Characters, or relating to the Hebrew Language or Literature; and a Few Samaritan MSS*, vol. 1, Clarendon Press, Oxford 1886, n. 2142, col. 741.

<sup>10</sup> BARKAI, *A History of Jewish Gynaecological Texts*, cit., pp. 77, 213.

<sup>11</sup> Le traduzioni in italiano e le trascrizioni sono state fornite da chi scrive a partire dal manoscritto della Biblioteca Palatina di Parma (ms. 3532), uno dei testimoni migliori dei complementi all'*Iggeret ha-qodeš*. Per la trascrizione ebraica cfr. Tabella 1.

<sup>12</sup> BARKAI, *A History of Jewish Gynaecological Texts*, cit., p. 77.

tra il freddo / 6 e il caldo e tutto ciò che non stimoli il desiderio / 7 in eccesso, e che non raffreddi né ne esaurisca il vigore.<sup>13</sup>

La seconda appendice è una preghiera che lo sposo deve pronunciare all'atto di raggiungere il letto coniugale la notte stabilita per il concepimento; lo scopo della preghiera è analogo a quello della dieta, ma l'efficacia riposa in questo caso su una tecnica magica e qabbalistica basata sulla permutazione dei caratteri ebraici del versetto del *Sal* 115,12, da cui scaturisce un nome magico "YN HR H' ZT KY RB NT W' RD BB YY LY 'B DR ŠK Y' TT BY".<sup>14</sup> In alcuni esemplari, secondo la logica dell'accumulo tipica dei testi medici, si forniscono due forme diverse della preghiera, l'una breve e l'altra lunga. Riportiamo di seguito la traduzione del testo breve:

1 Pronuncerai per tre volte questa preghiera in uno stato di purezza e pulizia presso il tuo letto, / 2 nella notte dell'unione e allora riuscirai. / 3 Dinanzi a Te Roccia eterna, per il Tuo Nome grande / 4 che deriva dal versetto: "Il Signore si è ricordato di noi e ci benedirà, benedirà la casa / 5 d'Israele e benedirà la casa di Aronne" (*Sal* 115,12), secondo il suo ordine [segue la permutazione delle lettere ebraiche del versetto]: YN HR H' ZT KY RB NT W' / 6 RD BB YY LY 'B DR ŠK Y' TT BY. Affinché tu mandi l'influsso dallo spirito della tua Gloria su di me e dia / 7 coraggio, forza e vigore al mio membro e al mio corpo, per adempiere il comandamento nel tempo debito e in ogni momento e non vi sia nel mio membro e nel mio corpo / 8 e nel mio desiderio alcuna debolezza, spossatezza, coercizione o indecisione, confusione della mente, o fragilità / 9 del vigore che mi impediscano di portare a compimento il mio desiderio in ogni mo-

mento in cui lo voglia con mia moglie, e che sia il mio desiderio pronto / 10 in ogni momento io lo voglia senza alcuna mancanza, né debolezza del membro, da questo momento e per sempre. *Amen, Amen selah*.<sup>15</sup>

I due complementi si trovano in esemplari tra i più antichi dell'*Iggeret ha-qodeš* e ad essa sono collegati. In gran parte dei casi le appendici sono riportate dopo le espressioni formulari di congedo dell'opera, e sono quindi da intendersi come elementi esterni al testo, mentre in alcuni manoscritti sono incorporati a tutti gli effetti nella struttura dell'*Iggeret*.

### 3. Tradizione

In che momento le appendici sono entrate a far parte del *corpus* dell'*Iggeret ha-qodeš*? La tradizione manoscritta risulta abbastanza oscillante e solo una parte include i due complementi dietetico e magico; diverso è invece il caso di gran parte delle edizioni a stampa: in effetti il consiglio dietetico e la preghiera mancano nell'*editio princeps* (Roma del 1546), così come nelle successive edizioni moderne (Basilea 1580, Salonicco 1593, Cracovia 1594 ecc.).<sup>16</sup> La questione dell'identità dell'autore dei due complementi e del loro rapporto con il testo principale è stata sollevata in riferimento all'appendice dietetica nel saggio di Ya'aqov Spiegel del 1976.<sup>17</sup> Troviamo qui la trascrizione del consiglio dietetico a partire dal manoscritto sefardita copiato da Yišḥaq bar Yosef Ḥilo a Lerida nel 1328 (ms. Firenze, Biblioteca Laurenziana, Plut. II 41, ff. 186r-195r), riconosciuto da Scholem come il

<sup>13</sup> Traduzione del testo ebraico nella Tabella 1.

<sup>14</sup> Sull'uso magico dei Salmi nelle pratiche mediche cfr. H.J. ZIMMELS, *Magicians, Theologians, and Doctors. Studies in Folk Medicine as Reflected in the Rabbinical Responsa, 12th-19th Centuries*, Jason Aronson, London 1952, pp. 7-10, 80-149; M. ZIER, *The Healing Power of Hebrew tongue, an example from Thirteenth Century England*, in S. CAMPBELL et al. (eds.), *Health, Disease and Healing in Medieval Culture*, Centre for Medieval Studies (University of Toronto), Toronto 1991, pp. 103-118; B. REBIGER, *Sefer Shimmush Tehillim: Buch vom magischen Gebrauch der Psalmen. Edition, Übersetzung und Kommentar*, Mohr Siebeck, Tübingen 2010.

<sup>15</sup> Traduzione del testo ebraico nella Tabella 2 (preghiera, forma breve).

<sup>16</sup> Non vi si fa riferimento neppure nelle edizioni più recenti, come quella di Seymour J. COHEN in inglese (*The Holy Letter. A Study in Jewish Sexual Morality*, Jason Aronson, Northvale 1993), di MOPSIK in francese (*Lettre sur la sainteté*, cit.), e in quella italiana di BUSI - LOEWENTHAL (*Mistica ebraica*, cit., pp. 415-444).

<sup>17</sup> Y.S. SPIEGEL, *Ha'im lefanenu qeṭa' ḥadaš šel Iggeret ha-Qodeš ha-meyuḥeset le-RaMBaM?* (Abbiamo un nuovo frammento della Lettera sulla santità attribuito a Naḥmanide?), «Qiryat Sefer» 51 (1976-1977), pp. 488-491.

più antico testimone dell'opera.<sup>18</sup> Nel suo studio, Spiegel segnala anche una prima pubblicazione del frammento sui cibi, apparsa nel *Midraš Talpiot* di Smirne del 1736, opera di Eliyahu ben Avraham Šlomo ha-Cohen, autorità rabbinica, morto nel 1729.<sup>19</sup> Il testo della dieta riportato nel *midraš* vi è riunito insieme ad altre sezioni della *Lettera* attribuita al RaMBaN, che qui prende il titolo di *Sefer ḥibbur iš we-išto*.

Il *Midraš Talpiot* è una collezione di estratti di libri e manoscritti riuniti dallo stesso Eliyahu nel corso di molti anni. Gli argomenti, ordinati in ordine alfabetico, sono stati pubblicati fino alla lettera ך solamente a sette anni di distanza dalla morte dell'autore. Alcuni passi dell'*Iggeret* insieme alla dieta si trovano riportati sotto la lettera *zayn* della voce *Ziwwug*, "copula" (f. 139v), ma la forma di questi testi è incompleta e probabilmente (come suggerisce Spiegel) potrebbe dipendere da un manoscritto tardo e corrotto. L'istruzione è ritenuta da Spiegel, che ne ha esaminato le caratteristiche stilometriche (rilevando la somiglianza con i testi medici), l'aggiunta di un autore anonimo. Tra le incompatibilità più marcate del consiglio dietetico rispetto alla *Lettera*, appare subito evidente la differenza del destinatario: il frammento si apre con una formula di benedizione al "figlio",<sup>20</sup> mentre nell'*Iggeret* l'apostrofe iniziale – *ברך השם וישמרך אחי אשר* – è rivolta al "fratello" dell'autore.<sup>21</sup>

Nel *Midraš Talpiot*, sul *recto* dello stesso foglio (f.139r), sotto la lettera *zayn* di *Ziwwug*, è possibile trovare anche il testo di una preghiera propiziatoria, simile alla versione lunga della preghiera in appendice all'*Iggeret* (cfr. Tabella 2), un elemento, questo, che non viene commentato da Spiegel.

Al di là del lavoro di Spiegel, sia la dieta che le preghiere non hanno attirato l'attenzione della ricerca contemporanea; la loro inclusione nel *Midraš Talpiot* mostra, tuttavia, come venissero tramandate fino all'età moderna, associate all'opera attribuita a Naḥmanide. Una preghiera a nome del RaMBaN per la notte del *ḥibbur*, sostanzialmente identica alla forma lunga della preghiera a complemento dell'*Iggeret*, viene riportata nell'opera enciclopedica *Šene Luḥot ha-Berit* (*Le due tavole dell'alleanza*) del qabbalista Yeša'yah ben Avraham ha-Lewi Horowitz (c. 1555-1630) ed appare nell'opera *Ša'are Šiyyon* (*Le porte di Sion*) che raccoglie le riflessioni del talmudista e qabbalista Natan Neṭa Hannover (morto nel 1663).<sup>22</sup>

Per quanto riguarda la tradizione manoscritta, malgrado le variazioni tra un codice e l'altro, la dieta e la preghiera sono, in effetti, ben attestate nella tradizione della *Lettera sulla santità* come una sorta di *postscriptum*.<sup>23</sup>

Oltre al codice sefardita di Lerida (Firenze, Biblioteca Laurenziana, Plut. II 41), gli esemplari più antichi che includono i due complementi (o anche solo uno di essi) sono di origine italiana: è il caso del manoscritto dell'inizio del XIV secolo della Biblioteca Palatina di Parma (ms. 3532, ff. 3r-11r), che contiene nelle pagine iniziali l'opera, qui intitolata *Ša'are šedeq*, corredata del frammento dietetico e dei due testi della preghiera. Questo codice comporta delle varianti minime rispetto all'edizione di Spiegel del frammento sui cibi (per la trascrizione cfr. Tabella 1), e a nostro avviso, conserva uno dei testi migliori per quanto riguarda le due forme della preghiera che sono qui pubblicate (Tabella 2).

<sup>18</sup> Su questo manoscritto cfr. A.M. BISCIONI (cur.), *Bibliothecae Ebraicae Graecae Florentinae sive Bibliothecae Mediceo Laurentianae*, Florentiae 1757, vol. 2; SCHOLEM, *Ha-'im ḥibber ha-RaMBaN*, cit., pp. 179-186; PERANI, *Ebraismo e sessualità*, cit., pp. 463-485.

<sup>19</sup> Sull'opera di questo autore si veda la voce *Elijah ben Solomon Abraham ha-Kohen of Smyrna*, in M. BERENBAUM - F. SKOLNIK (eds.), *Encyclopaedia Judaica*, vol. 6, Macmillan, Detroit 2007<sup>2</sup>, pp. 340-341.

<sup>20</sup> בני ה' ישמרך ויחיך בדרכיך באורח ישר / הנה המא- כלים הראוים לאותו הזמן

<sup>21</sup> MOPSIK, *Lettre sur la sainteté*, cit., p. 77.

<sup>22</sup> Cfr. YEŠA'YAH BEN AVRAHAM HA-LEWI HOROWITZ, *Šene Luḥot ha-Berit*, Amsterdam 1649, f. 103a; NATAN NEṬA HANNOVER, *Ša'are Šiyyon*, Praga 1662, f. 81b.

<sup>23</sup> Riportiamo di seguito un elenco dei manoscritti che contengono alla conclusione dell'*Iggeret ha-qodeš* sia il frammento sui cibi che la preghiera: ms. Firenze, Biblioteca Medicea Laurenziana, Plut. II 41, ff. 194v-195r (scrittura sefardita, 1325-1328 Lerida); ms. Parma, Biblioteca Palatina, Parm. 3532, ff. 10v-11r (scrittura italiana, XIV sec.); ms. Mosca, Biblioteca statale russa, Guenzburg 134, f. 294r-v

Tabella 1  
Dieta per favorire il *hibbur*

Trascrizione del ms. Biblioteca Palatina di Parma, 3532, f. 10v

Col. I

בני השם ישמרך ויחייד	1
וידריכך באורח יושר	2
הנה המאכלים הראוים	3
לאותו הזמן הם	4
כל דבר בינוני שהוא ממוצע בין הקור	5
לחום וכל דבר שאינו מעורר התאוה <sup>24</sup>	6
ביותר ולא מקרר ומבטל הכח. אמנם	7
הדברים ההגונים ממן הבשר התרנגול	8
הטובות שאינם <sup>25</sup> שמינות לרוב ולא	9
רזות לפי שאין בכל מיני הבשר שיוליד	10
דם בינוני וזרע זך כמו התרנגולות <sup>26</sup>	11
ואם לא יזדמנו התרנגולות <sup>27</sup> הנה חלמון	12
הביצה מזוקקת במים טוב ונעים.	13
וכן בשר הכבשים הבחורים הוא טוב	14
ונעים. והיין חזך שלא יהיה חומץ	15
ולא חריף רק <sup>28</sup> מיושב ובינוני ממנו	16

Col. II

מעט ולא הרבה הוא מועיל מאד	1
ומזקק הזרע מכל דבר מבוער.	2
ויין לבן מעולה מן האדום לזה.	3
והשמר מכל מיני ירקות באותה	4
הסעודה והוי מרבה במיני תבלין	5
בינוניים כגון <sup>29</sup> הזנגביל שהוא מזקק	6
את הדם ומוסיף בכח המוח ומרבה	7
את הדעת. וכן הקרונפאל והכלונגאן	8
ומוח העופות הוא ענין מעולה	9
לזה וכן הלזים הנקראי אבילאניש	10
והזהר בכל מיני דג בין יבשין	11

(scrittura italiana, XV sec.); ms. New York, Columbia University, X 893 G 363, ff. 70v-71r (scrittura italiana, Rimini 1400); ms. Firenze, Biblioteca Medicea Laurenziana, Plut. 88.26, ff. 95v-96r (scrittura italiana, XV sec.); ms. Frankfurt a. M., Universitätsbibliothek Oct. 162, f. 253r-v (Italia, XVI sec.); Jerusalem, Ben Zvi, f. 55r-v (scrittura italiana, XVI sec.). Segue una breve lista dei mss. che inseriscono alla conclusione dell'*Iggeret* solo il frammento sui cibi: ms. Roma, Biblioteca Casanatense 3087, f. 84v (scrittura italiana, XIV sec.); ms. Firenze, Biblioteca Medicea Laurenziana, Plut. 44.13, ff. 68v-69r (scrittura italiana, XV secolo); ms. Città del Vaticano, Biblioteca apostolica vaticana, ebr. 236, f. 38r-v (scrittura aškenazita, XV secolo); ms. Città del Vaticano, Biblioteca apostolica vaticana, ebr. 231, f. 26r-v (scrittura aškenazita, XV-XVI

sec.); ms. Roma, Biblioteca Casanatense 2747, ff. 94r-v (scrittura italiana, XV-XVI sec.); ms. Cambridge, University Library, Add. 505, 3 (scrittura aškenazita, 1529), Oxford, Bodleian Library, Laud. Or. 220, ff. 285r-v (scrittura orientale, XVI sec.); infine vediamo i manoscritti che riportano alla fine dell'*Iggeret* soltanto la preghiera: ms. Roma, Biblioteca Casanatense, 3134, ff. 10v-11r (scrittura italiana, XVI-XVII sec.); ms. Mosca, Biblioteca statale russa, Guenzburg 1168, f. 15r-v (scrittura italiana, XVI-XVII sec.).

<sup>24</sup> את התאוה ed. Spiegel

<sup>25</sup> אינן ed. Spiegel

<sup>26</sup> התרנגוליות ed. Spiegel

<sup>27</sup> התרנגוליות ed. Spiegel

<sup>28</sup> רק ed. Spiegel

<sup>29</sup> כמו ed. Spiegel

- 12 בין לחים כי אם מהקטנים הנקראי'  
 13 ברביגוניש שהם טובים ומעולים  
 14 לזרע.<sup>30</sup> והשמר מן הבשר<sup>31</sup> תיש ובשר  
 15 בקר ובשר אוזים כי כלם עוכרין<sup>32</sup>  
 16 את הזרע ומולידים טפה  
 17 סרוחה וגם הקשואים  
 18 והאבטיחים והחציר  
 19 והבצלים והשומים, שאע"ף  
 20 שהם מרבי את הזרע כלן  
 21 בעלי עכירות. ואתה  
 22 בני הוי מתנהג בזה  
 23 בעוד שאני בדרך ובע"ה

Al centro in basso

- 1 בעת בואי אוסיף להשכילך  
 2 בינה בעזרת הבורא  
 3 אמן  
 4 סוד בחכמה ובתבונה ובדעת מעין ובריכה  
 5 ונחל. איש ואשה חבור תל"ח<sup>33</sup>

Tabella 2  
 Preghiera per favorire il *hibbur*

Trascrizione del ms. Biblioteca Palatina di Parma, 3532, f. 11r

Preghiera, forma lunga

- 1 וגם זאת התפלה התפלל גם סמוך למטתך  
 2 בקדושה ובטהרה שלשה פעמים  
 3 יהי רצון מלפניך צור כל העולמים צדיק בכל הדורות  
 4 למען שמך  
 5 הגדול הזה היוצא מפסוק יהוה זכרנו יברך יברך את  
 6 בית  
 7 ישראל יברך את בית אהרן שסודורו ין הר והאזת  
 8 כי רב נת וא  
 9 כך רד בב יי לי אב דר שך יא תת בי שתתן לי זרע  
 10 חדש זרע קדש רצוי והגון וטוב ויפה מתוקן ומקובל  
 11 וראוי להיות ולהתקיים בלי עון  
 12 ואשמה ותברכני בשמך ותברך את ביתי בזכרך ואדע  
 13 כי שלום אהלי ותמשוך  
 14 משך זרע וכל מעייני ממקור ישראל וטהר גופי וקדש  
 15 נפשי ומחשבותי ושכלי  
 16 ודעתי ויותר הרגשותי ואתחזק ואתאמץ ואתלבש  
 17 ברוחך הטובה הזכה והנדיבה בכונת  
 18 תאותי כדי שאשלים רצונך ותבין זרעי ויבנה ויהיה  
 19 יחיה ויצטייר ויעשה באמת

Preghiera, forma breve

- 1 זאת התפלה התפלל שלשה פעמי' בטהרה ובנקיות  
 2 סמוך למטתך  
 3 בליל החבור ואז תצליח  
 4 מלפניך צור כל העולמים למען שמך הגדול  
 5 היוצא מפסוק יהוה זכרנו יברך יברך את בית  
 6 ישראל יברך את בית אהרן שסודורו ין הר האזת כי  
 7 רב נת וא כך  
 8 רד בב יי לי אב דר שך יא תת בי שתאציל מרוח כבודך  
 9 עלי ותתן  
 10 אמץ וכח וחזק באיברי ובגופי לקיים מצות עונותי בכל  
 11 עת ואל ימצא באיברי ובגופי  
 12 ובתאותי שום חולש ושום רפיון ולא אונס ולא הרהור  
 13 ולא בלבול מחשבה ולא תששות  
 14 כח כדי לבטלני מלהשלים תאותי בכל עת שארצה עם  
 15 אשתי ותהיה תאותי מזומנת  
 16 לי בכל עת שארצה בלא שום השמטה ובלא שום רפיון  
 17 אבר מעתה ועד עולם אא"ס

<sup>30</sup> בזרע ed. Spiegel.

<sup>31</sup> מבשר מן הבשר ed. Spiegel.

<sup>32</sup> עוכרים ed. Spiegel.

<sup>33</sup> תל"ח = תהילה לאל חי ed. Spiegel.

- 12 וישר וימשך ויותר ויעמד במקום הצלחתו ותכונן כל  
הכנותיו כדי להאשלימו
- 13 ולקיימו ולהעמידו בנוי בטעם בחן בחסד בכח בבריאות  
באומץ ובתוקף ובגבורה
- 14 ותרחס עליו בהעשותו בהתקמו בהתלבשו והציגהו  
על בוריו ועל מכונו בהווייתו
- 15 ובריאותו ביצירתו בעשותו ברוחו בנפשו בנשמתו  
בקרביו וביצוריו ולא יהיה בו
- 16 ולא באחד מאבריו לא נזק ולא חסרון ולא פגע ולא  
מקרה לא חולי ולא מדוה לא
- 17 כאב ולא ציר ולא נגע ולא מחלה לא חולש ולא רפיון  
ולא יחסר כל טוב כל ימי חייו
- 18 ותברכני אני וביתי וזרעי וזרעי זרעי בכל דבר המשלים  
דעתינו ושכלנו והרגשתינו
- 19 לעשות רצונך ותברכנו ברכות שמים מעל ברכות  
20 תהום רובצת תחת בו ומברכותך יבורך בית  
21 עבדך לעולם אמן נצח סלה ועד יהיו  
22 לרצון אמרי פי והגיון לבי לפניך יהיה  
23 צורי וגואלי נשלמה תל"ח  
24 בר"ח לב"א<sup>34</sup>
- 25 חזק

Tra i testimoni più antichi, menzioniamo inoltre il codice italiano del XIV secolo della Biblioteca Casanatense (in cui la *Lettera* è seguita dal solo frammento dietetico con alcune omissioni) e il manoscritto copiato a Rimini nel 1400 (attualmente ms. New York, Columbia University, X 893 G 363). Tra gli esemplari del XV secolo, in grafia italiana, due testimoni si conservano alla Biblioteca Medicea di Firenze (i mss. Plut. 88.26 e Plut. 44.13), tra cui è notevole in particolare il codice Plut. 44.13, in cui la formula di chiusura della *Lettera* – intitolata *Ša'are šedeq* – si trova in coda del frammento sui cibi: חס שערֵי צדק. In luogo della preghiera, un'istruzione di "apertura del cuore" (per migliorare la memoria) è corredata da una prescrizione per la preparazione

di un unguento; l'*incipit* di questo testo rinvia a una tradizione medica francese (come nel *Sod ha-ibbur*): מרקחת טוב לפתיחת הלב חכמי צרפת.<sup>35</sup>

Gli esemplari di origine *aškenazita* non sono anteriori al XV secolo (i mss della Biblioteca Vaticana, Vat. ebr. 231 e Vat ebr. 236) e contengono un testo abbastanza singolare del frammento sui cibi, con diverse varianti rispetto ai manoscritti *sefardita* e italiani; alcuni cambiamenti riguardano, inoltre, la formula di chiusura alla fine della *Lettera*.

Per la trascrizione del ms. Vat. ebr. 236 (f. 38r-v) si veda la Tabella 3, mentre il testo delle preghiere non è presente in questo ramo *aškenazita* della tradizione.

<sup>34</sup> בר"ח לב"א = ברוב חסדו לבני אדם.

<sup>35</sup> Sul rito magico di "apertura del cuore", cfr. M.D. SWARTZ, *Scholastic Magic: Ritual and Revelation in Early Jewish Mysticism*, Princeton University Press, Princeton 1996; Y. HARARI, *Opening the Heart: Magical Practices for Knowledge, Un-*

*derstanding and Good Memory in Judaism of Late Antiquity and Early Middle Ages*, in Z. GRIES - H. KREISEL - B. HUSS (eds.), *Šefa'tal - Studies in Jewish Thought and Culture: Festschrift for Bracha Zak*, Ben-Gurion University, Beer Šeba 2004, pp. 303-347 (ebr.).

Tabella 3  
Dieta per favorire il *hibbur*

Trascrizione del ms Biblioteca Vaticana, Vat. ebr. 236, f. 38r-v

בני ישמרך ה' ויחייד וידריכך בדרך ישרה בדרך זו תלך. אודיעך	1
הנה המאכלים הראוי' באותו הזמן והם שתאכל כל דבר בינוני	2
שהוא ממוצע בין הקור ובין החום וכן כל דבר שלא תאווה ביותר	3
וכל דבר שמבטל ומקרר הכח. אמנם הדברים היותר ההגונים ממיני	4
הבשר התרנגולות הטובות הבינוניות שאינם שמינות ביותר ולא	5
כחושות לפי שאין בכל מיני הבשר דבר שיוליד דם בינוני וזרע זך	6
כמו התרנגולות. ואם לא יודמנו לך קח חלמון ביצה מבושלים במים	7
וגם בשר הבחורים הם מאכל טוב ונעים והיין שלא יהיה חמון	8
ולא חריף רק יין מבושל ובינוני וישתה ממנו מעט ולא הרבה	9
והוא מועיל מאוד ומזקק הזרע מכל דבר מכוער. והיין הלבן	10
הוא מעולה מן האדום לזה העניין. והשמר מכל מיני ירקות	11
באותה הסעודה והוי מרבה בכל מיני תבלין בינוני כגון זנגביל	12
לפי שהוא מזקק את הדם ומוסיף בכח המוח ומראה את	13
הדעת. וכן הקרנפ' והכולזגאן ומוח העופות הוא ענין	14
מעולה לזה. והזהר מכל מיני דג בין לח בין יבש כי אם מן	15
הקטנים הנקראי' ברבינו מעולים לזרע. והשמר מבשר תיש	16
ובקר ואווזים כי כל אלו עוכרים את הזרע ומולידים טפה	17
סרוחה וגם הקשואים והאבטיחים והחצירים והבצלים	18
והשומים, כי אע"פ שהם מרבים את הזרע כולם הם בעלי	19
עכרות. ואתה בני הזהר להתנהג בזה שצויתך	20
בעו' שאני בדרך ובעזר האל ברו' הוא וברו' שמו אוסיף עניין	21
להשכילך בינה עד כן מצותי והעתקתי בעזר	22
צור ב"ה	23

#### 4. Il complemento dietetico

Chiunque ne fosse stato l'autore, il complemento dietetico venne integrato ben presto nella trasmissione della *Lettera*, alla quale si avvicina per i contenuti in particolare del capitolo dedicato all'alimentazione e in cui si afferma che "ogni cosa è ciò di cui si nutre".<sup>36</sup>

Nel capitolo quarto, l'alimentazione viene descritta come un processo di raffinazione che permette a ciò che è in natura di ascendere a un livello superiore della catena dell'essere: occorre che la materia inerte, il mondo minerale, si trasformasse in nutrimento per il mondo vegetale, che i vegetali divenissero, insieme ai minerali, il nutrimento principale degli animali che non parlano e che tutte queste creature (animali, vegetali e minerali) costituissero infine il nutrimento per gli animali che parlano. So-

lamente in questo modo il cibo si sarebbe trasformato in sangue: ogni cosa sarebbe ascesa di un grado della catena dell'essere divenendo il sangue e la materia principale di quel corpo superiore.<sup>37</sup> Nel caso degli uomini giusti e studiosi, che sono i destinatari dell'*Iggeret*, la materia avrebbe assunto infine una forma intellettuale corrispondente a quella divina e avrebbe potuto così aderire alla Forma Superiore. Alla fine di questo processo, durante l'amplesso degli sposi, sarebbe avvenuta l'unione dell'intelletto del mistico con l'intelletto agente: l'atto sessuale del giusto avrebbe provocato nel mondo celeste l'unione sessuale delle *sefirot* superiori e la discesa della *Šekinah* sulla goccia di sperma. In questo modo si perpetuavano le caratteristiche morali e spirituali del nascituro che sarebbe stato a sua volta un sapiente.<sup>38</sup>

<sup>36</sup> Cfr. BUSI - LOEWENTHAL, *Mistica ebraica*, cit., pp. 134.

<sup>37</sup> Cfr. *Ivi*, p. 432.

<sup>38</sup> Cfr. *Ivi*, pp. 436, 441-444.



Queste nozioni, come regole auree, informano le prescrizioni alimentari propedeutiche al concepimento che non incoraggiano certo una dieta vegetariana, ma consigliano carni scelte di animali considerati a un livello immediatamente inferiore all'uomo. Solo questo tipo di alimenti, una volta metabolizzati, avrebbero potuto trasformarsi nelle materie prime a sostanza e fondamento del corpo umano, in sangue, sperma e carne. Con queste premesse, non dovrebbe stupire che nel complemento dietetico venga raccomandata come primizia la carne di gallina; come alternativa viene consigliato l'uovo e, infine, la carne di agnello:

[Col. I] 8 Si tratta di pietanze appropriate e varie: tra la carne ci sono delle galline / 9 di buona qualità, che non sono né troppo grasse né / 10 troppo magre, dal momento che non c'è altro tipo di carne migliore della gallina per produrre / 11 un sangue di qualità intermedia e un seme puro. / 12 Ma se capita di non avere la gallina, allora [si prenda] il bianco / 13 d'uovo purificato in acqua buona e gradevole. / 14 Oppure, anche la carne di agnello ben scelta è buona / 15 e gradevole.<sup>39</sup>

Il riferimento è, infatti, a prodotti di origine animale e ad animali dalla forte connotazione simbolica nel mondo ebraico, addomesticati, commestibili e fecondi, vittime preferenziali nel contesto sacrificale.<sup>40</sup> Secondo il trattato talmudico *Gittin* di epoca tardo-antica, galli, galline e uova, venivano portati al cospetto degli sposi durante le celebrazioni matrimoniali come simbolo di fertilità e procreazione;<sup>42</sup> così, in un altro

passo del Talmud babilonese, *Bava' Meši'a* 86b, analizzando diversi tipi di cibi, Rabbi Yonatan classifica pollo e gallina come "i migliori fra gli uccelli". Inoltre, sia la gallina che l'agnello sono offerti in sacrificio come *alter ego* della vittima umana sin dall'epoca arcaica, e non solo nel Tempio.<sup>43</sup> Galli e galline venivano immolati come sostituti umani in rituali purificatori e espiatori lungo tutto il medioevo: si pensi al sacrificio di galli e galline nel rito della *kapparah* in occasione del *kippur* celebrato per stornare il malocchio dai membri della comunità. L'efficacia della sostituzione era collegata anche alla corrispondenza tra la parola "uomo" e il termine aramaico *geva'* ("gallo"). Nel nostro contesto, queste credenze antiche non sono invalidate, ma semplicemente razionalizzate nelle prescrizioni mediche medievali che consigliano le pietanze a base di carne di gallina e di pecora per le loro proprietà farmacologiche intrinseche: purificanti, disintossicanti e particolarmente affini alla materia di base del corpo umano.<sup>44</sup>

L'appendice dietetica sembra dialogare specialmente con i passi della *Lettera* in cui viene spiegato come sia importante che le pietanze non siano né troppo calde né troppo fredde e che l'organismo non compia sforzi eccessivi durante la digestione, al fine di generare sangue pulito destinato a trasformarsi in liquido seminale. L'attività digestiva e quella sessuale vengono presentati come processi di trasformazione e sublimazione della materia: il cibo viene trasformato nell'organismo in sangue prima rosso e poi bianco (sperma).<sup>45</sup> Diverse allusioni sono riconducibili a posizioni condivise nella

<sup>39</sup> Traduzione del testo ebraico nella Tabella 1.

<sup>40</sup> Cfr. J. FELIX, *Sheep*, in C. ROTH - G. WIGODER (eds.), *Encyclopaedia Judaica*, vol. 14, Keter Publishing House, Jerusalem 1973, coll. 1333-1334; M. DOUGLAS, *Leviticus as Literature*, Oxford University Press, Oxford 2000, pp. 134-175; J. KLAWANS, *Sacrifice in Ancient Israel: Pure Bodies, Domesticated Animals, and the Divine Shepherd*, in P. WALDAU - K. PATTON (eds.), *A Communion of Subjects. Animals in Religion, Science and Ethics*, Columbia University Press, New York 2006, pp. 65-80.

<sup>41</sup> TB *Gittin* 57a.

<sup>42</sup> Cfr. M. BALBERG, *Blood for Thought: The Reinvention of Sacrifice in Early Rabbinic Literature*, University of California Press, Oakland 2017, pp. 142-182.

<sup>43</sup> Cfr. J. TRACHTENBERG, *Jewish Magic and Superstition: A Study in Folk Religion*, Berhman's Jewish Book House, London 1939, nuova ed. University of Pennsylvania Press, Philadelphia 2004, pp. 163-164; A. TOAFF, *Pasque di Sangue. Ebrei d'Europa e omicidi rituali*, Il Mulino, Bologna 2007, pp. 173-174.

<sup>44</sup> Sull'uso di polli e galline in trattamenti medici contro la sterilità cfr. il *Sefer Dinah* e il *Libro di Galeno* intitolato *Genicias* entrambi pubblicati in BARKAI, *A History of Jewish Gynaecological Texts*, cit., pp. 99-100, 105-106 (si fa riferimento al grasso di gallina), pp. 160, 179 (si raccomanda tra le altre cose l'uso di grasso di pollo, per preparare un impiastro da inserire nell'utero).

<sup>45</sup> Cfr. BUSI - LOEWENTHAL, *Mistica ebraica*, cit., pp. 432-433.

scienza medica dell'epoca relative alle qualità del sangue rosso e bianco, al calore in eccesso (considerato nocivo e addirittura una delle cause principali delle malattie) e all'influenza della *complexio humorum* sui caratteri degli individui: si riteneva venissero determinati in gran parte dall'equilibrio fra temperamenti, freddo, umido, caldo secco, in rapporto agli umori, flemma, sangue, bile gialla e bile nera. Così, in un passo del capitolo terzo dell'*Iggeret*, si spiega come l'unione debba avvenire a digestione ultimata, per garantire la produzione di un seme più puro, la cui qualità non sia stata compromessa dal troppo calore prodotto dall'attività digestiva del corpo. Il corpo viene descritto come una sorta di forno alchemico che “ribolle durante la digestione” e non permette, quindi, nella fase digestiva, la produzione di un sangue privo di scorie e cristallino, ma mischiato e torbido, da cui non potrebbe essere generato che un essere immorale.<sup>46</sup> La temperatura corporea ideale non dovrebbe essere, pertanto, né troppo calda né troppo fredda al momento dell'unione. Altrimenti anche il liquido seminale risulterebbe eccessivamente caldo, con conseguenze negative sull'indole del nascituro che sarebbe divenuto un collerico. Nel caso in cui la temperatura fosse troppo bassa, invece, difficilmente il nascituro avrebbe brillato per intelligenza. Per ottenere un'indole equilibrata e posata come quella di uno studioso, lo sperma avrebbe dovuto essere di qualità intermedia.<sup>47</sup>

Nel complemento dietetico troviamo considerazioni analoghe sul regime propedeutico all'unione coniugale: si prescrive l'assunzione morigerata di cibi di qualità “intermedie”; inoltre, sia il vino che le spezie – zenzero, garofano

e galanga, rinomati per le loro proprietà afrodisiache<sup>48</sup> – avrebbero avuto una funzione purificante del sangue e dello sperma:

[Col. I] 15 E che il vino sia forte e non acetato / 16 o speziato; soltanto vino fermo e mediamente strutturato; e di quello / [Col. II] 1 se ne prenda un po' e non molto: è molto utile / 2 e purifica il seme da ogni bruttezza. / 3 E il vino bianco è superiore al rosso per questo. / 4 Ed evita ogni tipo di verdura nello stesso / 5 pasto. E siano presenti differenti spezie / 6 mediamente piccanti come lo zenzero, che purifica / 7 il sangue e aumenta la potenza intellettuale / 8 e della conoscenza. E così il garofano e la galanga / 9 e il cervello di gallina è una prelibatezza / 10 per questo scopo, e così le mandorle dette avellane [le noccioline].<sup>49</sup>

Secondo una teoria diffusa, che circolava anche al di fuori dell'ambito medico, nel liquido seminale sarebbero già racchiuse in potenza tutte le caratteristiche dell'individuo.<sup>50</sup> Per spiegare questa nozione, l'autore dell'*Iggeret* cita dal libro di *Geremia* (*Ger* 1,5): “Prima che ti formassi nel grembo materno ti ho conosciuto”.<sup>51</sup> A concezioni simili, relative alla potenzialità del liquido seminale, si fa riferimento nei testi filosofici e in commentari ed esegesi medievali al testo biblico di autori come Avraham ibn Ezra (1089-1167) e Dawid ben Yosef Qimḥi (1105-1170). L'opinione comune ai due sapienti viene riportata in un passo del lessico biblico *Sefer ha-Šorašim* (*Libro delle radici*) di Qimḥi, alla voce *Yeširah* (Formazione), che commenta il Salmo 139,15-16. Nell'esegesi che riguarda il significato del termine *golem* (un *hapax legomenon* nella Bibbia) viene ripreso, abbreviandolo, il ragionamento di Ibn Ezra:<sup>52</sup>

<sup>46</sup> Cfr. *Ivi*, pp. 29-4314.

<sup>47</sup> Cfr. *Ivi*, pp. 433-434.

<sup>48</sup> Sull'uso dello zenzero e della galanga per favorire il concepimento cfr. il trattamento nel *Magen ha-R'oš* attribuito a Rabbi Šešet (ms. Oxford, Bodleian Library, Laud. 113, ff. 251v-257v, cfr. NEUBAUER, *Catalogue of the Hebrew Manuscript*, n. 2142, col. 271), pubblicato in BARKAI, *A History of Jewish Gynaecological Texts*, cit., p. 192-193, 198-199; G. BOS - G. MENSCHIG - J. ZWINK, *Medical Glossaries in the Hebrew Tradition: Shem Tov ben Isaac, Sefer Almansur. With a Supplement on the Romance and the Latin Terminology*, Brill, Leiden

2017, pp. 32-33, 84, 92.

<sup>49</sup> Traduzione del testo ebraico nella Tabella 1.

<sup>50</sup> K. VAN'T LAND, *Sperm and Blood, Form and Food*, in M. HORSTMANSHOFF - H. KING - C. ZITTEL, *Blood, Sweat and Tears: The Changing Concepts of Physiology from Antiquity into Early Modern Europe*, Brill, Leiden 2012, pp. 363-392.

<sup>51</sup> Cfr. BUSI - LOEWENTHAL, *Mistica ebraica*, cit., p. 438.

<sup>52</sup> Cfr. J.H.R. BIESENTHAL - F. LEBRECHT, *Sefer ha-Shorasim: Rabbi Davidis Kimchi Radicum Liber sive Hebraeum Bibliorum Lexicon*, Berlin 1847, facsimile: Gerusalemme 1967.

“I tuoi occhi mi videro come un *golem*” ecc. E nel testo biblico si dice così poiché all’inizio della mia formazione, quando non ero ancora che un *golem*, prima della creazione dei miei arti, i Tuoi occhi o Dio, mi hanno visto, come dire che tu sapevi che la mia formazione sarebbe stata questa, e nel tuo libro era scritta ogni cosa, come sarebbero divenute le mie membra future. Ogni cosa del mio corpo imperfetto era per te già nota e per diversi giorni sono state prodotte le parti che sono state create nel mio stesso corpo imperfetto. Sebbene queste parti fossero già contenute nella stessa goccia seminale in potenza di generazione, la creatura non conosceva [in questa fase prenatale] quale sarebbe stata la forma dei suoi occhi, delle sue orecchie e delle altre membra, se non quando ebbero preso forma giorno dopo giorno. Questo secondo il commentario di Avraham ibn Ezra.<sup>53</sup>

Per rendere possibile al piccolo *golem* che s’intendeva creare attraverso il rituale descritto nell’*Iggeret* di prendere forma, alcuni cibi erano da preferirsi ad altri. Nel capitolo quarto si fa riferimento ai cibi da evitare, in particolare vengono stigmatizzati gli animali selvatici che rendono il sangue cattivo provocando l’istinto alla depravazione nel nascituro:

[...] in parte perché inducono alla protervia, come la cacciagione, gli uccelli selvatici e i predatori, in parte perché occludono le vie dell’intelligenza e della sapienza, come la lepre, il coniglio, il maiale e simili, in parte ancora perché portatori di una serie di brutte e gravi deformità come i rettili terrestri e acquatici [...].<sup>54</sup>

גלמי ראו עיניך, אמר כי בתחלת יצירתי שהייתי גולם<sup>53</sup> קודם יצירת האברים ראו עיניך, כלומר שאתה ראית שתהיה יצירתי כך ועל ספרך כלם יכתבו האיברים העתידיים להווסד בגלמי כלם ידועים לפניך, ובימים רבים יוצרו שהיו נוצרים באותו הגולם יום ויום ולא היה אחד בהם ניכר באותו הגולם תחלת יצירתו, ואף על פי שהיו כלם באותה טפה בכח התולדת לא היה ניכר בה צורת העין והאזן והאברים האחרים אלא שיוצרו בה אחר כן יום אחר יום. ועל זה הדרך פירשו רבי אברהם בן עזרא.

<sup>54</sup> Cfr. BUSI - LOEWENTHAL, *Mistica ebraica*, cit., p. 432.

<sup>55</sup> Cfr. N. SLIFKIN, *The Camel, The Hare, and the Hyrax. The Laws of Animals with One Kosher Sign in Light of Modern Zoology*, Biblical Museum of Natural History, Beit Šemeš 2004; Id., *The Torah Encyclopedia of the Animal Kingdom, vol. I: Chayot / Wild Animals*, Biblical Museum of Natural History, Beit Šemeš 2015; F. ZAMBON (cur.), *Bestiari*

Naturalmente questi animali non sono considerati solamente in rapporto alla *kašrut*, ma soprattutto in relazione ai loro attributi morali e simbolici che sono precisati in maniera dettagliata in diversi bestiari dell’epoca.<sup>55</sup> Diversi cibi da evitare, per produrre alla fine della catena alimentare uno sperma più puro, sono precisati anche nella parte conclusiva dell’appendice dietetica:

11 E evita ogni genere di pesce, sia secco / 12 che umido, con l’eccezione dei piccoli detti / 13 “barbi” che sono buoni e migliorano / 14 il seme. E evita la carne di capra selvatica e la carne / 15 di bovino e la carne di oca poiché tutte corrompono / 16 il seme e rendono la goccia / 17 maleodorante. E anche le zucchine / 18 e i meloni, i porri, / 19 la cipolla e l’aglio, sebbene / 20 aumentino il volume dello sperma,<sup>56</sup> / 21 tutte hanno delle parti torbide [ecc.].<sup>57</sup>

## 5. La preghiera

È verosimile che anche le due versioni della preghiera siano state aggiunte alla fine dell’*Iggeret* per completare con esempi concreti le prescrizioni e ne costituissero una appendice a tenore sperimentale, magico e più popolare. Secondo un eclettismo e un sincretismo che appaiono come tratti salienti delle compilazioni mediche medievali, per assicurare maggiori possibilità di successo terapeutico, venivano combinate e accumulate diverse tecniche, che potes-

*tardoantichi e medievali. I testi fondamentali della zoologia sacra cristiana*, Bompiani, Milano 2018.

<sup>56</sup> Un trattamento per aumentare lo sperma si trova in BARKAI, *A History of Jewish Gynaecological Texts*, cit., pp. 109-111, 121-123 (qui si trova anche la prescrizione di nutrirsi con piccoli pesci di cui non viene precisato il nome).

<sup>57</sup> Cfr. il testo ebraico nella Tabella 1. La traduzione delle ultime righe del foglio è la seguente: [21] E tu / 22 figlio mio, continua a comportarti in questo modo / 23 mentre sono in viaggio, con l’aiuto di Dio. / [Al centro in basso] 1 Quando verrò, ti illuminerò / 2 di saggezza con l’assistenza del Creatore, / 3 Amen. / 4 Segreto in Sapienza, Intelligenza e Conoscenza: [sono] sorgente, bacino e flusso. / 5 Unione dello sposo e della sposa, preghiera al Dio Vivente.

sero agire sia sulla sfera naturale che su quella soprannaturale, senza una reale contraddizione o distinzione tra questi piani che risultavano perfettamente integrati. Si tentava così di ottenere un effetto ben determinato, in questo caso il concepimento di un figlio giusto e sapiente.<sup>58</sup>

Si può ipotizzare che le preghiere costituissero una sorta di supplemento performativo alla luce delle prescrizioni rituali evocate in particolare nel capitolo quinto dell'*Iggeret* che tratta del potere di intenzione e immaginazione. Questo capitolo contiene la parte più segreta del trattato che “dovrebbe illuminare su questioni che sono l'enigma del mondo”:<sup>59</sup> viene qui spiegato come ogni elemento creato abbia un'energia specifica, e come l'immaginazione sia in grado di generare ciò che è stato immaginato. Secondo l'autore dell'*Iggeret*, il pensiero degli uomini giusti ha la capacità di aderire ai mondi superiori, in virtù del grande potere insito nelle parole della loro preghiera, definita come “segreto dell'adesione alle realtà superne”. A dimostrazione di ciò, viene richiamato un versetto dal libro dei *Numeri*, *Num* 22,6 (“Tutto ciò che benedici è benedetto”), e alcune citazioni talmudiche, tratte da *TB Ta'anit* 24a (“Torna alla tua polvere”) e *TB Bava Batra* 75a (“Vi ha posato sopra gli occhi ed è divenuto un mucchietto di ossa”) che ribadiscono la forza dell'intenzione dei sapienti.<sup>60</sup> Il potere di segno positivo e creatore delle loro parole e della loro preghiera avrebbe potuto anche trasformarsi in un potere generatore di distruzione e di morte.

In questa prospettiva, se durante l'unione coniugale il sapiente si fosse concentrato sulle nozioni di sapienza, intelligenza e su altre virtù (coraggio, vigore ecc.), avrebbe generato figli con caratteristiche morali e spirituali ad esse ispirate.<sup>61</sup> Il contenuto della preghiera nella versione lunga (di seguito in traduzione) sembra indirizzare il pensiero verso queste nozioni in maniera tale da attirarle, attraverso le parole, sull'amplesso e da imprimere così la loro influenza santa e giusta nella forma del nascituro:

1 Anche questa preghiera pronuncia presso il tuo letto / 2 in una condizione di santità e purezza per tre volte / 3 “Sia la tua volontà Roccia di tutti i mondi, Giusto fra tutte le generazioni per questo tuo Nome / 4 grande che deriva dal versetto “Il Signore si è ricordato di noi e ci benedirà, benedirà la casa / 5 d'Israele e benedirà la casa di Aronne” (*Sal* 115,12), secondo il suo ordine: YN HR WH H' ZT KY RB NT W' / 6 KK RD BB YY LY 'B DR ŠK Y' TT BY affinché tu mi conceda un seme [una progenie] / 7 nuovo, una progenie santa, desiderata, rispettabile, buona e bella, socievole, ben accetta, adatta a vivere e a condurre la propria vita senza commettere trasgressioni, / 8 né colpa. E benedici mi con il tuo nome e benedici la mia casa con il tuo ricordo e saprò che la mia tenda è in pace, e rendi duratura / 9 la mia stirpe e ogni sorgente dalla fonte d'Israele. E purifica il mio corpo, santifica la mia anima, il mio pensiero, la mia intelligenza / 10 e la mia conoscenza, e anche i miei sentimenti, e mi rafforzerò e mi fortificherò, e rivestirò del tuo spirito buono e puro e nobile d'intento / 11 il mio desiderio, al fine di realizzare la tua volontà. E renderai saggia la mia discendenza, e si svilupperà, ed esisterà e vivrà e sarà formata e si concretizzerà / 12 e sarà retta e durerà e si accrescerà. E sarà stabile nel luogo del suo successo e renderai stabili i suoi progetti affinché si realizzino / 13 e si mantenga e si sostenga costruita nella bellezza e nel buon senso, con grazia e favore, con forza e salute, con coraggio, virtù e vigore. / 14 E la tua misericordia sarà su di lui nel suo farsi, formarsi e rivestirsi. Realizzalo in tutto il suo essere, / 15 nella sua creazione, nella sua formazione, nella sua azione, nel suo spirito, nella sua anima, nella sua anima spirituale, nella sua parte interna e nella sua forma esteriore. E non ci sarà in lui, / 16 e in nessuno dei suoi organi, alcun difetto, mancanza, trauma, incidente, malattia, afflizione, / 17 malore, struggimento, danno, infermità, debolezza, fragilità. E non mancherà ogni bene per tutti giorni della sua vita, / 18 e benedici me, la mia casa e la mia stirpe e la stirpe della mia stirpe, rendici completi in tutto: la nostra conoscenza, la nostra intelligenza e i nostri sentimenti, / 19 al fine di realizzare la tua volontà. E benedici con “benedizioni del cielo di sopra, e con benedizioni che provengono / 20 dall'abisso che giace di sotto” (*Gen* 49,25) e con le tue benedizioni

<sup>58</sup> Su questo tema cfr. D.B. RUDERMAN, *Kabbalah, Magic, and Science: The Cultural Universe of a 16th Century Jewish Physician*, Harvard University Press, Cambridge (MA) 1988, pp. 25-42; E. ABATE, *Warding off Demons and Sickness*, in S. BHAYRO - O.-P. SAAR (eds.), *A Handbook of Jewish Magic*,

Brill, Leiden (in stampa).

<sup>59</sup> Cfr. BUSI - LOEWENTHAL, *Mistica ebraica*, cit., p. 434.

<sup>60</sup> Cfr. *Ivi*, pp. 440-441.

<sup>61</sup> Cfr. *Ivi*, pp. 434-439.

sarà benedetta la casa / 21 del tuo servo per sempre. Amen, *Nezah, selah* per sempre! Siano / 22 le parole della mia bocca siano secondo la tua volontà / e i pensieri del mio cuore siano dinanzi a Te / 23 mia Roccia e Redentore. Sia resa lode al Dio vivente / 24 Per la sua grande benevolenza verso gli uomini.<sup>62</sup>

Lo scopo della preghiera era dunque quello di garantire il buon esito dell'unione anche in una prospettiva futura, richiamando speciali virtù spirituali, morali e benefiche, e una protezione speciale sullo *zera'*, il seme che racchiude in potenza il divenire del nascituro, e che è da intendersi qui soprattutto con il significato di "stirpe", "progenie" e "discendenza".

## 6. Conclusioni

I due complementi dietetico e magico potrebbero essere inclusi a pieno titolo in un'edizione futura dell'*Iggeret ha-qodeš* che intendesse tener conto dell'antichità di queste

testimonianze e del loro legame con il contenuto rituale descritto nell'opera principale. Questo permetterebbe di valorizzare alcuni aspetti concreti, finora trascurati, delle modalità in cui l'*Iggeret* veniva utilizzata nel mondo ebraico medievale, all'inizio della sua fortunata trasmissione testuale. In particolare, il rapporto con le dottrine mediche e con la prassi teurgica rendono alcune parti dell'*Iggeret* più affini alla dimensione quotidiana della *qabbalah* pratica e del sincretismo terapeutico che a quella speculativa e teoretica. In età moderna, l'*Iggeret*, liberata delle sue componenti qabbalistiche più trasgressive e delle sue appendici, avrebbe mantenuto, e anzi accresciuto, la sua familiarità con il quotidiano e con l'intimità domestica, divenendo un manuale della condotta sessuale moderata ed equilibrata ad uso degli sposi delle comunità ebraiche.

Emma Abate  
IRHT-CNRS, Parigi  
e-mail: emma.abate@gmail.com

## SUMMARY

In this article two apocryphal appendices of the anonymous *Iggeret ha-Qodeš* (kabbalistic treatise on the sexual union attributed to Nahmanides (RaMBaN) are edited and analyzed. The first appendix is a dietary prescription which is meant to improve the quality of blood and semen in order to enhance conception. The second one contains a magical prayer to be pronounced by the kabbalist on the night established to perform the *hibbur* (sexual union), in order to attract special moral and spiritual virtues on his future offspring. Both texts are found in the oldest manuscripts of *Iggeret ha-Qodeš* and the aim of the essay is to describe this branch of the tradition. The correspondences between the appendices and the ritual and theurgical instructions – in the fourth and fifth chapters of *Iggeret ha-Qodeš* – are also taken into account.

**KEYWORDS:** Dietary Prescriptions; Kabbalistic Prayer; Medieval Medicine; Sexual Union.

<sup>62</sup> Traduzione del testo ebraico nella Tabella 2 (preghiera, forma lunga).

