



# הַסְבֵּיטָה ДЕЛАТЬ ДОБРО

ОНЛАЙН ОБЩИНА «ХАФЕЦ ХАИМ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ  
ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА ШАББАТНИМ СТОЛОМ.  
ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ САЙТА [WWW.EVREY.COM](http://WWW.EVREY.COM)

## НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ВАИКРА»

### А также:

Вопросы к Раввину

О здоровом образе  
жизни

Культура. Личность.  
Этика

Женская Рубрика

Детская Страничка

Лист Талмуда



Акко, Алматы, Анадырь, Астана, Ашдод, Ашкелон, Баку, Бат Ям, Беер Шева, Бейтар Элит, Белград, Белореченск, Бийск, Бней аиш, Бобруйск, Бровары, Будапешт, Валуйки, Вастерас, Вилейка, Винница, Владивосток, Владикавказ, Волгоград, Воронеж, Герцлия, Горловка, Градец-Кралове, Гродно, Динслакен, Днепродзержинск, Днепропетровск, Донецк, Дюйсбург, Евпатория, Екатеринбург, Желтые Воды, Залари, Запорожье, Зарайск, Иерусалим, Ижевск, Иркутск, Иршава, Казань, Камышлов, Караганда, Кармиэль, Каунас, Киев, Кирьят Бьялик, Кишинев, Клайпеда, Краматорск, Краснодар, Красноярск, Кременчуг, Кривой Рог, Курган, Куты, Кфар Эльдад, Литин, Львов, Люксембург, Маале Адумим, Марбелья, Марковцы, Мелитополь, Мельбурн, Минск, Москва, Мукачево, Мурманск, Нагария, Надворная, Нальчик, Нацрат Илит, Нес Циона, Нетания, Нешер, Нижний Новгород, Никополь, Новомосковск, Новороссийск, Новосибирск, Ногинск, Норильск, Нурлат, Нью Йорк, Обнинск, Одесса, Пермь, Петропавловск, Пинск, Полевской, Полтава, Пятигорск, Реховот, Ришон ле Цион, Ровно, Ростов-на-Дону, Рязань, Сан Диего, Санкт-Петербург, Саяногорск, Свердловск, Севастополь, Сергиев Посад, Сиена, Симферополь, Сизтл, Слоним, Сорочинск, Сочи, Ст. Луис, Ташкент, Тбилиси, Тверия, Тирасполь, Тират Кармель, Тольяти, Томск, Турин, Ужгород, Улан Удэ, Хабаровск, Хадера, Хайфа, Харьков, Херсон, Хмельницкий, Холон, Челябинск, Чернигов, Черновцы, Эйлат, Эмек ха Ярден, Якутск...

**СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:***Обсуждение главы «Ваикра» — 3**Вопросы раввину — 6**Здоровый образ жизни — 10**Культура. Личность. Этика — 11**Женская рубрика — 12**Готовимся к Песаху — 14**Детская страничка — 15**Лист Талмуда — 16**Ответственные за проект:**Элиэзер Фрейдкин, Давид Эльман**Над номером также работали:**Залина Мошкович, Лея Эльман**Сара Манн, Цюпа Гензель,**Эня Леина, Эфрат Шалем,**Елена Демидова, Шломо Фрейдкин**Художник:**Мария Журавлёва**Любые Ваши предложения**направляйте на эл.почту**hafetz.haim@outlook.com***МЫСЛИ РЕДАКТОРА...**

*Мы приступаем к чтению третьей книги Торы, книги Ваикра. И начинается она с того, что Всевыш-ний обращается к Моше Рабейну из Мишкана.*

*«И воззвал (Господь) к Моше. И говорил Господь ему из шатра собрания так: Говори сынам Исраэля и скажи им: Когда человек (какой-либо) из вас принесит пожелает жертву Господу, из скота, из крупного и из мелкого, приносите вашу жертву.»*

*Слово Ваикра в оригинале на иврите написано с уменьшенной буквой алеф. Интересно отметить, что оно уже встречается в книге Шмот. Тогда Всевыш-ний также обращался к Моше Рабейну.*

*- Почему же в том случае Моше не уменьшил алеф?*

*Дело в том, что Моше хотел написать слово Ваикра следующим образом: וקח убрав вообще букву алеф.*

*Таким же образом обращался Всевыш-ний к Биламу, и это слово обозначало бы, что Всевыш-ний случайно обратился к Моше.*

*Именно буква алеф подчёркивает любовь и особое отношение, придавая слову Ваикра точечность и теплую окраску.*

*Но мы помним, что Моше Рабейну был самым скромным человеком, он не хотел особого обращения, поэтому эта буква уменьшена в нашей главе.*

*Вернёмся к вопросу, почему тогда Моше Рабейну ранее в книге Шмот не уменьшил эту букву?*

*Раскрывают наши мудрецы, что еврей может быть по-настоящему скромным, только если он силен и богат. Естественно, имеется в виду как физическое, так и духовное богатство.*

*То, что человек живёт скромно, будучи бедным или человеком со средним достатком, у нас легче укладывается в голове, чем то, что очень богатый человек живёт скромно.*

*Первый раз, когда Всевыш-ний обратился к Моше словом Ваикра, Моше был не очень обеспечен. В нашей же главе, Моше уже очень богат, но как он это все заработал?*

*В Талмуде (в трактате Недарим, Лист 38) сказано, что Всевыш-ний приказал Моше сделать вторые скрижали из очень редкого драгоценного камня, а все, что осталось от их создания, велел забрать Моше.*

*Так, весь этот как бы “производственный мусор, отходы” послужили основой огромного состояния. Поэтому, в нашей главе, будучи очень могучим, сильным и обеспеченным человеком (без этих качеств человек не мог быть пророком), Моше проявляет настоящую скромность, давая нам урок: не важно сколько денег на счету и насколько человек влиятелен, важны его личные человеческие качества.*

*Шаббат шалом!**Элиэзер Фрейдкин*

## ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВЫ «ВАИКРА»

### Глава «Ваикра»

**Место в Торе:** книга **Ваикра**, гл. 1, ст. 1 — гл. 5, ст. 26.

#### Почему глава так называется?

По первым словам фразы: **“И призвал Моше...”** (**Ваикра**, гл. 1, ст. 1).

**И призвал** на иврите — **ваикра**.

**С**ловами: **“И призвал Моше...”** (**Ваикра**, гл. 1, ст. 1) начинается первая недельная глава третьей, центральной части Хумаши – Книги **Ваикра**. Однако прежде чем приступить к ее изучению, оглянемся на пройденный путь.

Творец мира поведал Моше на горе Синай, и Моше записал в Торе вехи пути, начатого Сотворением мира.

Первая книга Торы, **Берешит**, рассказывала о создании мира, о поступке Адама и о том, как, увидев исключительную доброту и верность Авраама, выдающегося еврейского мыслителя, который сам пришел к осознанию существования Творца, Всевышний решил сделать его родоначальником народа, который должен был исправить ошибку, совершенную первым человеком.

Книга **Берешит**, упомянув о возникновении разных народов, концентрирует внимание на становлении и преемственности семьи патриархов: Авраама, Ицхака и Яакова. И заканчивается приходом Яакова (Израиля) в Египет, с семьей из семидесяти человек.

Тема книги **Шемот** (“Имена” — тех, кого необходимо упоминать поименно, потому что евреям поручено творить историю) – создание еврейского народа: его физическое рождение при выходе из Египта (события Песаха) и духовное рождение народа при получении Торы. Это **момент обретения смысла**, цели и жизненного пути евреев, его бесконечного будущего. Закон Творца дан народу Израиля для хранения и исполнения, чтобы создать особое общество, образец для всего человечества, и тем самым повлиять на все Творение, возвысить его, соединив с его Истоком, освятив Имя Создателя.

За Десятью Заповедями и некоторыми законами в Торе идет рассказ о подготовке к совершенно специфическому служению еврейского народа – приношениях (на иврите — **корбанот**) в Храме. Их цель – очистить и возвысить, максимально приблизить к Творцу мира и дать благословение всем народам земли. На завершении строительства **Мишкана**, переносного Храма в пустыне, заканчивается книга **Шемот**.

Теперь, когда Израиль создан, получил Тору и построил Храм для приношений, мы переходим к книге **Ваикра**, которая обучает еврейский народ законам его особого служения. Как сказал Шимон Цадик: **“На трех основах** стоит мир: на Торе, служении и добрых делах” (Талмуд, **Пиркей авот**, 1:2).

Но начинается **Ваикра** странным образом, с глагола, в котором уменьшена последняя буква — **алеф**. Почему?..

Буква **алеф зеира** (уменьшенная) в конце глагола **ваикра** (“и призвал”) и сам этот глагол привлекали внимание многих комментато-

ров. Присмотримся к нему, потому что в этом слове, которое дает название недельному разделу и всей третьей книге, можно увидеть указание на суть предстоящего пути и особого служения народа Израиля.

Вот что пишет об этом великий комментатор Торы Раши:

“Всем **диброт** (существительное, образованное от глагола “говорить”; мн. число) и всем **амирот** (существительное, образованное от глагола “сказать”; мн. число) и всем **цивуим** (повелениям) предшествует призыв (**криа** – существительное, образованное от того же корня, что и глагол **ваикра**) – выражение любви, которым пользуются **малахей ашарет** (“ангелы служения”), как сказано: “И призывают (**ваикра**) один другого” (Танах, Книга пророков, **Йешаягу**, 6:3). Но явление Всевышнего нееврейским пророкам выражается как случайность и **тума** (духовная нечистота), как сказано: “И случилось (**ваикар** — без буквы **алеф** в конце), явился Творец Биламу” (**Бемидбар**, 23:4).

В комментарии к тексту Раши — **Сифтей хахамим** — говорится:

“Трудность этих слов, которую Раши считает необходимым объяснить, заключается в том, что перед обычным началом фразы “И говорил (**ваидабер**) Творец ему (Моше)” здесь добавлено слово **ваикра**. Поэтому Раши пишет, что **криа** (призыв), как выражение любви, по сути, предшествует выражениям — **ваидабер**, **вайомер** (и сказал) и **цав** (повелел)”.

Однако здесь разъясняется лишь первая фраза Раши. Причем, остается вопрос: почему Раши вместо глаголов **ваидабер**, **вайомер**, или **цав**, с которыми все понятно, употребляет отглагольные существительные: **диброт** и **амирот**?

Дело в том, что у этих слов есть и другие значения. **Диброт** можно перевести и как “заповеди” (**асерет а-диброт** – Десять Заповедей), **амирот** — как “речения” (Десять Речений, которыми был создан мир, типа “Да будет свет”). Тогда слова Раши мы понимаем так: созданию всего мира, дарованию Торы (Десяти Заповедей) и всем повелениям Творца предшествует Его любовь. Любовь, стремление делать добро, побудили Творца создать мир и избрать народ, которому Он даровал Тору и дал заповеди на благо всего человечества, всего Творения.

Чтобы понять, почему Раши приводит вторую фразу, обратимся к комментарию *Бааль а-Турим*, основанному на мидраше. Здесь говорится о том, что буква *алеф* в слове *ваикра* — маленькая, потому что Моше был велик и скромнен. Он не хотел писать слово *ваикра* и собирался передать сказанное словом *ваикар* — будто бы Всевышний явился ему случайно, во сне. Как — Биламу. Но Творец велел ему написать это слово с *алефом*, а поскольку Моше просил вообще обойтись без этой буквы, Он согласился на маленький *алеф*, который меньше всех букв в Торе.

Мидраш напоминает об исключительной скромности нашего учителя Моше, которая неоднократно фиксируется в Торе. И теперь, когда Творец **призвал** (*ваикра*) его в только что отстроенный *Мишкан* (**микромодель Вселенной**, через которую передавалось благо Всевышнего) — он застеснялся своей избранности и хотел, чтобы фраза звучала так, будто бы случайно он “подвернулся” Всевышнему, вот его и позвали.

Как всегда за простыми словами мудрецов, иногда вызывающими даже недоумение своей противоречивостью, скрывается тайна, которая требует толкования. И если к разгадке этой тайны **есть ключи**, перед нами открываются огромные глубины.

Странность данного изложения бросается в глаза хотя бы потому, что это не единственное место, где встречается словосочетание “и призвал Моше”. Но в других фрагментах не говорится о том, что Моше стремился убрать букву *алеф*. И везде она обычного размера. Почему именно здесь исключительная скромность побуждает его к этому?

Прочтем вторую фразу нашей главы: “Говори с сынами Израиля и скажи им: Адам, когда принесет от вас приношение Всевышнему...” (гл. 1, ст.:2).

В комментарии к этому стиху Раши пишет: “**Адам...** Почему он упомянут? — Как первый Адам не делал приношений из того, что украдено, потому что все принадлежало ему, так и вы не делайте приношений из того, что украдено”.

Упоминание в Торе слова *адам* (человек), которое Раши относит именно к первому человеку, указывает, на наш взгляд, причину, объясняющую, почему книга *Ваикра* начинается со слова с маленькой буквой *алеф* в конце, а также поясняет вторую фразу Раши.

Отметим, что в Торе есть еще один случай, когда книга Танаха (*Диврей а-Ямим* — Книга хроник, гл. 1, ст. 1) начинается с “нестандартной” буквы *алеф*. Только здесь он не уменьшен, а, наоборот, увеличен. Здесь дается перечисление людей, живших на земле. И первым, разумеется, называется “**Адам...**” — с буквой *алеф* большего размера, чем другие буквы.

Увеличенная буква *алеф* в слове “Адам” свидетельствует о том, что первый человек слишком много взял на себя, проявил своеволие, забыв — в ощущении собственного величия, какое место занимает человек в мире, о том, что он — только *басар вадам* (плоть и кровь). Чело-

век не может придумать что-то лучше Всевышнего, не может без Его помощи устоять перед испытаниями. Поэтому лучше всего для человека — слушать, что говорит ему Творец и делать так, как Он велит. Чтобы максимально приблизиться к Нему и стать подобным Ему.

Без буквы *алеф*, первой буквы алфавита, которая символизирует Творца, Одного, от слова Адам (*алеф, далет, мем*) остается только *дам* — “кровь”. И это — символ смертности первого человека и его потомков. Нарушив волю Всевышнего, разорвав с Ним связь, Адам лишил себя и потомков бессмертия.

Итак, Моше намеревался написать слово *ваикар* (и случилось). Корень этого слова состоит из букв *куф, рейш*. Раши пишет, что это буквосочетание несет в себе оттенок случайности, обозначая духовную нечистоту (*тума*). Так, однокоренное слово *кэри* переводится на русский язык как “сексуальная нечистота”, “поллюция” (непроизвольное выделение семени, после которого мужчине, чтобы прийти в Храм и молиться, полагалось совершить очистительное омовение в специальном бассейне — *микве*)

В принципе состояние *тумы* характеризуется непроизвольностью, отсутствием контроля сознания, **что обнаруживает слабость**, смертность, несовершенство человека.

Особой духовной чистоты — состояния *таёра*, противоположного состоянию *тумы* требовало служение в Храме, работа *коэнов*. Это служение в чистоте, с чистыми помыслами, направленными на благо людей, очищали все человечество.

Крупным нееврейским пророком, которого сравнивают с Моше, был Билам. Но величие откровения, которое посылается Свыше, еще не делает человека великим и не лишает его свободы выбора. Билам выбрал злодейство, и **использовал свой дар в корыстных целях**, в том числе — для уничтожения еврейского народа.

Иногда спрашивают: почему такой негодяй был наделен даром пророчества? Традиция объясняет: чтобы другие народы не могли сказать, что не приняли Тору, потому что у них не было такого пророка как Моше.



Но, если так, почему Всевышний не дал этот дар достойному нееврею?

Дело в том, что руководитель народа обычно находится на уровне своего народа в целом.

Моше был достойным представителем и истинным руководителем еврейского народа, созданного и избранного для служения Творцу. В противоположность Адаму, Моше поступил иначе. Он стремился умалить свои достоинства, свое значение в истории, и совершенно не претендовал на какое-то особое место в ней. И с этого начался процесс исправления, реального очищения и возвышения всего человечества.

Приближенный к Создателю, он сумел противостоять внутреннему искушению, дурному побуждению, воплощением которого был Амалек, о котором также сказано: “и случилось в дороге...”. Моше удостоился своего призвания — он положил начало высокому служению еврейского народа Творцу.

Об этом говорит и Афтара (отрывок из Танаха, который принято читать в синагоге в субботу после чтения Торы) к книге **Ваикра**. Попутно скажем, что обычай читать Афтару установлен в те времена, когда евреям запрещали публичное чтение Торы. Мудрецы выбирали для публичного чтения отрывки из Танаха, которые напоминали евреям о соответствующих главах Торы. Когда гонения прекратились, обычай чтения Афтара сохранился. Афтара не только напоминает соответствующий раздел, но нередко дополняет и раскрывает его.

Итак, Афтара к книге **Ваикра** начинается словами пророка: “Народ этот Я создал себе, чтобы рассказывал о славе Моей” (Танах, **Йешаягу**, 43:21). Слава Творца в максимальной степени исходила в мир из **Мишкана**, а потом — из Храма в Иерусалиме.

**Ваикра** — книга избрания народа Израиля, и маленькая буква алеф в конце первого слова в ней указывает на **алеф**, с которого начинается имя Творца —

**Элоким**, умаляющего, скрывающего Себя за сотворенной природой, чтобы дать жизнь и любовь людям.

В еврейской традиции принято, что, выучив алфавит, маленькие дети начинают изучать Тору — не с первой главы **Берешит**, что, казалось бы, естественно, а с книги **Ваикра**.

Это тем более странно, что в этой книге Торы, в отличие от первой и второй, практически нет занимательных историй. И речь в ней идет о вещах, которым нет места в нашей жизни, потому что Храм разрушен. А без него нет приношений, и описание служения в нем становится как будто бы бесполезным.

Главное содержание книги Ваикра передает ее концептуальное название — **Торат коганим** (“Учение коэнов”), потому что основное содержание этой книги посвящено служению **коэнов** (служителей Храма), части колена Леви, потомков Аарона...

Этот порядок обучения объясняют так: пусть **чистые изучают чистое**. Маленькие, безгрешные дети должны начинать изучение Торы с книги **Ваикра**, которая учит чистоте и святости, посвящению себя Творцу.

Кроме того, большинство законов в книге Ваикра — это **хуким** (законы, данные свыше, которые человек не может постичь разумом).

Если дети обретут терпение и проявят готовность выполнить заповедь — учить то, что, вроде бы, неинтересно; если они будут стремиться к духовной чистоте, послушанию, к исполнению воли Творца (даже если она непонятна), они смогут выстоять, вступая в реальную жизнь.

Позднее они перейдут к изучению первых книг и всей Торы, которая рассказывает о добре и зле, чтобы научить человека различать их, не совершать дурного и делать хорошее.

Согласно нашей традиции, ребенка **нельзя бросать** в море жизни и информации **на произвол стихий**. Задача родителей — вооружить его Торой, знанием о жизни в правильной, высшей перспективе. Только тогда его можно отпустить в свободное плавание.

Наша глава начинается с описания пяти видов индивидуальных приношений: **ола**, **минха**, **шлалим**, **хатат**, **ашам** и приношения **хатат**, которое приносят в искупление вины всего общества.

Прежде всего, следует отметить, что приношения искупали только невольные грехи. Главная их цель — очищение сознания, души человека, стремящего исправить по неведению, случайности или недоразумению совершенный проступок. Даже если это — всего лишь **упущенная возможность** сделать добро (функцию очищения от такого греха выполняло приношение **ола**).

Если человек совершил преступление сознательно, нарушил запрет Творца, он не мог совершать приношение, и оно его не спасало бы. В этом случае он мог искупить вину только раскаянием и молитвой.

Итак, приношение **ола** (“поднимающееся”, “восходящее”) — самое возвышенное, бескорыстное приношение, которое сжигали целиком, так, что оно вместе с дымом, полностью поднималось к Небу. Человечеству от него, в отличие от приношений **шлалим**, **хатат** и **ашам**, ничего не оставалось для еды, как ничего не остается от упущенной возможности совершить хороший поступок.

Прежде всего, когда резали любое животное, предназначенное для приношения, его кровь собирали в особый сосуд, содержимым которого окропляли **мизбеах** (в приблизительном переводе на русский язык — жертвенник). Тора учит, что в крови — жизненное начало, душа (**нефеш**). Кровь, по еврейскому закону, нельзя есть (этим, кстати, объясняются многие законы кашерного питания). Ею окропля-

ли мизбеах, и в этом — **возвышенная участь животного**. Его душа в святости приношения поднималась к Источнику жизни и служила святой цели — очищению творения.

Для приношения *ола* приводили самцов: козлов, баранов, быков — чистых, домашних животных, без изъяна. Или — голубей (самцов или самок).

Кроме того, это приношение могло быть без повода — подарком Творцу. В таких случаях бедняки приносили мучное приношение (*минха*, что означает — подарок). *Минха* приравнивалась к *ола*. Часть ее сжигали на мизбеахе, из оставшейся муки готовили мацу, которую в тот же день съедали коэны.

Приношение *шлалит* знаменовало собой радостные события. Для него, кроме голубей годились те же животные, что для приношения *ола*. Но для *шлалит* можно было приводить не только самцов, но и самок.

Корень слова *шлалит* — *шалом*. За это приношение Творец посылал мир и покой.

В процессе приношения *шлалит* (так же, как *ашам* и *хатат*), вначале сжигали на мизбеахе нутряное сало, желудок, кишки, почки и диафрагму. *Шлалит* ели хозяин животного, члены его семьи и приглашенные на трапезу гости. Особенно важно было пригласить людей бедных и левитов, которые не имели собственного хозяйства и своих материальных источников существования.

Приношение *хатат* — за грех — очищало того, кто по незнанию совершил какой-либо серьезный проступок (из тридцати одного), за которые полагается *карет* — отсечение души от Источника Святости.

Во многом аналогично предыдущему приношению *ашам* (повинное). Его приносили за меньшую вину, и, в виде исключения — за несколько сознательно совершенных проступков, например, если человек отрицал, что должен кому-то деньги, а потом раскаялся.

Важная задача приношений — закрепление хороших мыслей. Ведь человек тратил на него средства, время и силы. После таких затрат гораздо труднее совершить случайный проступок. Человек становился осмотрительнее, понимал, что ему за это предстоит.

Кроме того, он видел, как умирает, а потом

сгорает животное, на голову которого он только что возлагал руки, тихо, чтобы не слышали другие, исповедуясь в своем проступке. Он понимал и чувствовал, что на месте этой жертвы мог быть он сам, и только милосердие Творца спасло его на этот раз.

Возникает вопрос: зачем нам, в наше время, изучать книгу *Ваикра*, если нет Храма и, соответственно — приношений?

Ответить на этот вопрос можно так. Во-первых, Всевышний повелел, чтобы Тору изучали все евреи. В этом — смысл нашей жизни. В этом — наша возможность приблизиться к Нему.

Но, кроме того, говорит пророк Ошеа: “Возьмите с собой слова и обратитесь к Творцу, скажите Ему: прости все прегрешения и прими то, что благо, и вместо быков принесем слова уст наших” (Танах, Ошеа, 14:3).

Молитвы и изучение недельных глав о приношениях засчитываются нам, временно лишенным Храма, как приношения, которые очищают и искупают.

Автор текста Гедалия Спинадель

Иерусалим, Израиль

## ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

**О** «подготовке дома» к Песаху  
Уважаемый Рав Э.Эссас.

Что делать с не использованным хамецом, таким как макароны, крупы мясные продукты и детское питание?

Диана  
Israel

Уважаемый рав Эссас

Как правильно подготовить дом к празднику Песах и при этом сохранить здоровье — свое и домашних. Правильно ли, что квасным считается лишь то, что размером больше чем «ки заит».

С уважением, Люба.

Люба  
Израиль

Уважаемый рав Эссас!

Меня интересует, можно ли хранить в доме «мезонот» и хлебные изделия в Песах, при условии, что они закрыты в отдельном шкафу и «проданы»

Заранее спасибо за разъяснения.

Natan  
Israel

**О**бычно вначале я отвечаю на вопрос и лишь в середине или в конце ответа даю ссылки на уже размещенные на сайте материалы по теме, в том числе — и в рубрике «Спроси у раввина».

Однако на сей раз поступлю иначе и порекомендую, прежде всего, ознакомиться с **материалами, посвященными празднику Песах**, а потом — прочесть ответы о Песахе прошлых лет:

1. «Песах — сразу после субботы» — в нем есть и общие, не касающиеся «календарных особенностей» советы по подготовке дома, когда праздник наступает до субботнего дня.
2. «Скоро Песах, а мои дети ни дня не могут без каши».
3. «Не могу есть хлеб (и мацу)».
4. «Йогурты, квашеная капуста — в Песах».
5. «Лекарства — в Песах».

А теперь — по порядку ответу на Ваши вопросы.

Все открытые упаковки, содержимое которых не использовано до конца, принято выбрасывать. Речь идет, естественно, о *хамеце* (квасное). В Вашем списке это — макароны и, может быть, детское питание (зависит от того, есть ли в нем ингредиенты из пяти видов злаковых — пшеница, овес, ячмень, рожь, полба).

Упомянутые Вами крупы — скажем, гречка, кукурузное зерно и т.п. к категории *хамеца* вообще не относятся. Их нужно сложить в отдельную коробку или шкаф и присоединить к «проданному *хамецу*», который помещен на хранение в шкафчик или ящик «для продажи». Хотя, повторяю, названные крупы — не *хамец*, мы все же убираем их — из предосторожности.

Мясные (и рыбные) продукты (замороженные), естественно, не причисляются к категории *хамеца*, и их можно оставить в морозильной камере, в отдельном месте — чтобы случайно не использовать их в семь дней праздника. Данная рекомендация (не использовать) относится к тем, кто предпочитает в Песах использовать только продукты со специальной сертификацией — «кошерно для Песаха». Но по закону, мясо и рыбу можно использовать и без такой сертификации. Конечно, их следует купить до праздника.

Изделия из пшеничной, ячменной, овсяной, ржаной муки (печенье и т.п.) хранить в «шкафу для проданного *хамеца*» можно, если пакет еще не вскрывали, но — не рекомендуется. Лучше до Песаха их съесть. А если запас слишком большой — за несколько дней (к примеру, неделю) до Песаха отдайте часть соседям и/или нуждающимся людям.

Хлебные изделия хранить нельзя. С ними нужно поступить так же, как с печеньем, которое на Песах не оставляют.

Как готовят дом к празднику — см. в упомянутом выше ответе «Песах — сразу после субботы».

Поддерживаю Ваше стремление, как сказано в одном из писем, «сохранить здоровье — свое и домашних». Если разумно отнестись к ограничениям Песаха и заранее все продумать, эта задача — выполнима.

И последний вопрос, который нам надо здесь рассмотреть — о размере *хамеца*, начиная с которого он становится запрещенным в Песах.

Хамец в дни Песаха запрещается есть (и хранить в доме) в любом количестве — даже в самом минимальном (скажем, один грамм).

Насколько «весомы» нарушения законов Песаха?

Если в доме оставили *хамец*, весом более 28 грамм — это тяжкое

нарушение. Если — меньше, это расценивается как «менее тяжкое нарушение». Но в любом случае — **нарушение**. Есть, хранить в доме, использовать *хамец* в каких-либо целях все семь дней Песаха (вне *Эрец Исраэль* — восемь), даже если он присутствует в продукте лишь как добавочный, незначительный по весу (положим, 0,5 грамма) ингредиент — нельзя.

Напомню, что «запрет на *хамец*» вступает в силу уже утром того дня, в конце которого, вечером, начинается Песах.

Например, в этом году Песах начнется вечером 12-го апреля. *Хамец* нельзя будет есть 12-го апреля с 9-ти-10-ти часов утра (точное время зависит от географического расположения конкретного населенного пункта и от того, совершится перед Песахом или нет переход на «летнее время»). А через час, скажем, после 11-ти часов утра этого дня, будет действовать и запрет на хранение *хамеца* в доме. То есть в течение этого часа остатки *хамеца*, не выброшенного **накануне** в мусорный контейнер на улице, сжигают (во дворе).

Автор текста Элиягу Эссас



питание домашних животных в Песах

*Уважаемый рав, подскажите, как, не нарушая законов Песаха, кормить живущую в доме собаку.*

Михаль  
Украина



Прежде всего, рекомендую прочесть размещенный на сайте ответ «Аквариумные рыбки в Песах». В нем Вы найдете и общие соображения, которые могут быть полезны в решении многих проблем, возникающих с кормлением не только рыбок, но — вообще всех домашних животных в пасхальные дни.

Что касается конкретно живущих в доме собак (также — и кошек), с их питанием в Песах тоже не должно быть особых трудностей. В Израиле к этому празднику в зоомагазинах продается специальное питание с сертификацией — «кошерно для Песаха». В других странах восемь дней Песаха (это только в Израиле Песах длится семь дней) «четвероногого друга» можно кормить той же пищей, которую Вы в этот период едите сами. Им это, не сомневаюсь, понравится.

В пищевой набор для собаки (или кошки) в

Песах могут входить мясо (вареное или свежий фарш, смешанный с мукой из мацы), рыба, овощи, супы, молочные продукты.

В случае, если животному **необходимы** дополнительные крахмалистые углеводы, до Песаха можно подготовить для него рис, гречку и фасоль (их нужно тщательно перебрать, чтобы удалить из общей массы случайно попавшие в крупу зерна пшеницы, ячменя, ржи или овса, а затем — промыть в холодной воде). Из этих продуктов (мы, ашкеназские евреи, во время Песаха их не едим) Вы будете варить своей собаке каши и давать ей, добавляя, например, фарш — в соответствии со вкусами и привычками животного.

Подчеркну, что готовое питание для собак и кошек (типа «Вискас» и т.п.) в Песах использовать нельзя — в нем всегда есть *хамец* (исключение составляет, как уже говорилось, специальный корм для Песаха, который продается в Израиле и производится под особым контролем). Запасы (или остатки) этого питания перед Песахом нужно либо выбросить, либо отдать друзьям-нееврейям, которые держат домашних животных, либо — присоединить к тому *хамецу*, который Вы продаете. Естественно, шкаф или коробка, где все восемь дней Песаха будет храниться проданный *хамец* (в том числе — и питание для животных), следует запечатать, к примеру, клейкой лентой (типа «скотч») и ни в коем случае в эти дни не открывать.

*Автор текста Элиягу Эссас*

**Ч**то я могу сделать, чтобы приблизить мужа к еврейскому образу жизни?  
*Шалом!*

*Муж — еврей. Не интересуется Торой, религиозным образом жизни. При этом очень хороший человек, отзывчивый, порядочный и обладает очень многими положительными качествами.*

*Он вопит советский образ жизни и не видит причин что-нибудь менять в поведении или начать интересоваться хоть как-то религией.*

*Могу ли я что-то сделать? В моих ли это силах?*

*Все мои намеки, не говоря о действиях, вызывают у него только негативные эмоции.*

*Буду рада Вашему мудрому совету.*

*И огромная благодарность за ваш сайт.*

*Viktorija*

**П**оскольку Вы ничего о себе не пишете, а для ответа мне нужна некая общая модель Вашей ситуации — буду исходить из того, что еврейский образ жизни и еврейское мировоззрение близки Вам и имеют для Вас большое значение.

Впрочем, для построения даже и общей модели, но все же, хотя бы отчасти рассчитанной на Ваш случай, этого тоже не достаточно. Поэтому позволю себе сделать еще несколько предположений, основанных на Ваших словах о муже, что он (цитирую) «вопит советский образ жизни».

Эта «характеристика» означает, как мне видится, что он, во-первых — придерживается материалистического мировоззрения (все в мире возникло само по себе, человек произошел от обезьяны и т.п.).

Во-вторых — что у него сугубо «советские» представления о еврейском народе (евреи — некая «рыхлая» этническая группа, географически разбросанная по всему Земному шару, и в каждой стране евреи ощущают

себя гражданами того государства, в котором живут — со всеми вытекающими отсюда последствиями).

В третьих — что у него в немалой степени, видимо, атрофировано восприятие еврейского народа, как единой семьи. То есть для него в достаточно глубоком смысле практически не существуют многие дорогие еврейскому сердцу понятия. Он не задумывается о том, что мы — прямые потомки и духовные наследники наших праотцов. Не чувствует себя частицей славной и трагичной еврейской истории. И нет у него ощущения, что Земля Израиля — наша естественная и единственная родина. И т.д. и т.п.

Конечно же, я обозначил здесь лишь несколько элементов, которые связывают еврея со своим народом. Но и этого, пожалуй, хватит для того, чтобы помочь Вам выработать правильный подход к волнующей Вас проблеме и составить некий план действий на перспективу.

Полагаю, очевидно, что человеку с таким сложившимся мировосприятием — бесполезно говорить о соблюдении наших традиций, о религиозной жизни и т.п. Это, как Вы сами и отмечаете — может его только раздражать. Но вот, если в фундамент плана его приближения к еврейству заложить как раз те самые три выше отмеченных направления, раскрывающие суть его сегодняшнего отношения к миру — шансы на успех в этом деле, на мой взгляд, могут значительно повыситься.

Итак, наметим три основных направления спокойных и доброжелательных бесед с ним:

Первое — в сторону осознания емкости, многослойности еврейского мировоззрения (вместо примитивного материалистического).

Второе — тактичный, ненавязчивый поиск в его сердце струны, которая способна пробудить в нем ощущение связи с нашим народом, с его прошлым и т.п. Возможно, этой «струной» станет чувство **гордости**, которое он испытает от осознания, что он — очередное звено в этой насчитывающей тысячелетия цепи еврейской истории.

Третье — попытки заронить в нем эмоциональную связь с доступными ему проявлениями еврейской жизни, красивыми и героическими.

Скажу прямо, что я описываю здесь, по сути



— **колоссальный проект**, в реализации и успешном выполнении которого должны были бы участвовать много людей. Чтобы в результате Вы увидели Вашего мужа таким евреем, которым Вы хотите его видеть и которым он, безусловно, может стать. Но таких людей вокруг Вас, видимо, нет (да и чаще всего — не бывает). Зато вместо них, есть — Вы, его жена.

Вместе вы, пролагаю, прошли немалый жизненный путь — со своими подъемами, проблемами и трудностями. И вот этот приобретенный Вами опыт, когда вы переживали вместе радостные и сложные времена — тоже способен стать важным элементом фундамента, на котором можно выстроить весь этот проект.

Не ищите волшебных приемов, не полагайтесь на чудеса, которые якобы должны обязательно произойти. Просто — знайте, что во многих семьях такие проекты удалось осуществить.

Но, разумеется — не во всех. Для того, чтобы повысить шансы на успех — и существует наш сайт.

Постарайтесь хорошенько поработать с его материалами, и прежде всего — с теми, которые как-то соотносятся с отмеченными здесь тремя направлениями.

И никогда не забывайте, что эмоциональный настрой, атмосфера в семье могут иметь во всем этом ключевое значение.

*Автор текста Элиягу Эссас*

**К**ак жить в мире, где приоритеты расставлены с учетом взаимодействия миров?  
*Здравствуйте, Рав.*

*Спасибо Вам большое за то, что приближаете нас к Творцу.*

*Есть мир Истины. Где все приоритеты и ценности расставлены с учетом взаимодействия всех миров. Что делать, чтобы жить в этом мире? Люди вокруг, различные ситуации порождают недостатки и желанья. А так как мы живем не в вакууме - это все передается. И меня мекет из стороны в сторону.*

*Сегодня я остро ощущаю одну проблему, а на завтра она притупляется, появляется другая. Еще добавляется неспособность полностью контролировать себя. И все это становится цикличным. Вот Вы ощущаете острый недостаток присутствия Всевышнего в этом мире. Но ведь половина еврейского народа - Ваша семья - чувствует нехватку совсем других вещей. И что тогда считать помощью ближнему? Где реальные проблемы?*

*Никита  
Химки*

**П**режде всего, отмечу, что у Вас — правильное представление о том, что мир — един. Несмотря на то, что для понимания происходящего в нем, необходимо различать разные духовные миры, помня при этом, что все они, все миры — взаимодействуют друг с другом.

Попытаемся вместе разобраться в этом более детально.

Условно будем считать, что человеческая душа находится внутри человека. В первом приближении, легко представить, что в ней — три этажа: один из них отвечает за мысли, другой — за чувства и третий — за действия.

На самом же деле, все эти обозначенные здесь три этажа души, с одной стороны — как бы внутри человека, с другой — составной частью входят в три великих духовных мира, каждый из которых соотносится со сферами мыслей, чувств и действий.

Но есть еще и четвертый мир, который находится как бы вне нас. Это — мир, в котором просматриваются цели и задачи нашего существования (смысл жизни).

Если сказать это одной фразой — все цели и задачи нашего существования сопряжены с реализацией заповедей Всевышнего.

Вот в этих четырех мирах, мы, наши души и наше окружение, и живем.

Надо сказать, что Вы совершенно верно описываете свое наблюдение, состоящее в том, что человек нередко мечется из стороны в сторону. Сегодня он остро ощущает одну проблему, а завтра, с не меньшей остротой — другую.

Это происходит потому, что, в силу стечения бесчисленного множества разных обстоятельств, в душе человека сегодня — особенно ярко высвечивается некая «лампочка», отражающая проблему в эмоциональной сфере. А завтра «загорится» другой «источник освещения». И его, этого человека, будет беспокоить какая-то, казалось бы, не разрешимая, интеллектуальная проблема. И т.д.

И объясняется все это тем, что над тремя этажами наших душ находится тот самый четвертый мир, который соотносится с выполнением заповедей Торы.

Заповеди каждый день, как будто бы — одни и те же (613 основных, «корневых» заповедей — не считая их деталей). Но мир движется вперед. И человек — тоже. И каждый день выдвигает перед ним — свои, новые и новые задачи. То есть каждый день (при том, что выполнять надо все заповеди) — какие-то из них для этого конкретного дня становятся определяющими, особенно важными.

Сегодня, например, он сосредоточен на том, чтобы — дать *цедаку* (пожертвование на высокие, благородные цели, в первую очередь — на распространение в мире знаний Торы). Завтра заповедь о *цедике*, разумеется, с него — не снимается.

Но на первом плане оказывается иная задача — к примеру,

завершить изучение трактата Талмуда.

А послезавтра — возникает острая необходимость помочь товарищу, который попал в какую-то трудную ситуацию.

Так вот удачное выполнение или, наоборот, невыполнение соответствующей заповеди, важной для этого дня, вызывает ту или иную реакцию на всех трех этажах души человека. Но, как понятно — особенно на том этапе, который связан с реализацией этой конкретной заповеди.

Сам человек все это, как правило — не осознает. И во всем этом — не отдает себе отчета (особенно — в том, что касается качества выполнения заповеди).

А потому, в результате реакции четвертого этажа на качество выполнения (или вообще, невыполнения) заповеди, в одном из трех этажей может появиться некий «голод», нехватка.

Вот человек — и «мечется из стороны в сторону», о чем, собственно, Вы и пишете в своем письме. И как очевидно — сам не понимает, откуда у него эти перемены в состоянии. В настроении, например. И почему они — именно такие, а не другие.

Что со всем этим делать?

В первую очередь — стараться не забывать, что все определяется не на тех трех этажах, ответственных за наши мысли, чувства и дела (хотя, сами по себе они, безусловно — важны и значимы), но — на том самом четвертом, верхнем этапе, связанном с реализацией задач, которые поставлены перед нами в Торе. Задач — во всех областях. Ибо наши заповеди соотносятся со всеми первыми тремя этапами.

Тогда становится очевидным, что не стоит слишком уж переживать и волноваться по поводу того, что акценты в наших интересах могут меняться и смещаться.

Равно как и то, что в этой ситуации — надо стремиться к тому, чтобы как можно лучше, с учетом собственных индивидуальных особенностей реализовывать заповеди Торы, которые приобретают особое значение сегодня, завтра и т.д.

*Автор текста Элиягу Эссас*

*Иерусалим, Израиль*

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

### Немного о маммографии

**М**аммография относится к сфере медицинской диагностики, это метод неинвазивного исследования молочных желез.

В большинстве случаев маммография определяется как рентгеновский метод обследования молочных желез. Проведение маммографии назначается хирургом, семейным врачом или же его может назначить врач-маммолог. Сегодня зачастую маммография применяется уже на профилактическом осмотре у гинеколога или маммолога для женщин старше 40-45 лет.

Рентгеновская маммография, как отмечалось выше, является наиболее распространенным и широко применяемым способом обследования молочных желез. К оборудованию, используемого для проведения маммографии, выдвигаются определенные требования, которые устанавливаются Всемирной организацией здоровья.

Рентгеновская маммография является наиболее оптимальным способом выявления такого заболевания, как рак молочной железы, в связи с тем, что рентгеновские аппараты позволяют получить самый высокий показатель специфичности — порядка 92% и более.

Основное назначение маммографии — это, несомненно, раннее выявление рака или предраковых заболеваний, которые могут возникнуть как в женской молочной железе, так и в мужской молочной железе, но в меньшем проценте. Раннее обнаружение опухолей или других образований, которые часто тяжело или невозможно прощупать пальцами, позволяет быстро приступить к лечению рака.

Возможность полного выздоровления в таких случаях зависит в большой мере от того, насколько рано было обнаружено раковое заболевание и как быстро приступили к его лечению. Вследствие того, что наиболее часто рак молочной железы обнаруживают у женщин в возрасте от 40 лет, то им рекомендуется ежегодно выполнять маммографию. Консультация маммолога включает в себя не только непосредственное проведение обследования на рентгеновской или другой установке для маммографии, но также и рекомендации по самостоятельному обследованию молочной железы в домашних условиях в определенные дни менструального цикла.

Помимо рентгеновского метода проведения маммографии существуют также и другие методы. Один из них — магниторезонансная томография (сокращенно МРТ). МРТ маммография является более дорогостоящим методом обследования и не столь эффективен, как рентгеновский метод. Также этот метод требует использования вещества-контраста для выявления каких-либо образований в молочной железе. Тем не менее, при проведении МРТ маммографии нет рентгеновского излучения, поэтому этот способ является наиболее безопасным для пациентов.

Кроме такого метода существует также оптическая и ультразвуковая маммография. Первый метод находится на стадии разработки и испытания, однако, возможно, что он заменит существующие способы проведения маммографии. Ультразвуковая маммография является больше дополнительным диагностическим методом. Такая маммография широко применяется при обследовании молодых женщин в силу их особой структуры тканей молочных желез.

Независимо от вида применяемой аппаратуры различают профилактическую и диагностическую маммографию. Первый вид проводится, как правило, на профилактических осмотрах. Проведение диагностической маммографии женщинам с жалобами на боли в груди, на возникновение уплотнений в молочных железах или на появление выделений из сосков, назначается чаще всего маммологом.

### Результаты маммографии

О результатах маммографии может судить только специалист, поэтому изображение требует описания. Результат исследования может быть положительным, отрицательным, ложноположительным или ложноотрицательным.

Правильность результата во многом зависит от врача, который будет описывать изображение. Маммография, результаты которой были описаны как положительные, может дополнительно потребовать проведения УЗИ, лабораторных тестов или биопсии.

### Чтобы сократить вероятность ошибки при исследовании, специалисты рекомендуют:

1. В день исследования исключить пользование дезодорантами, лосьонами или тальком под мышками или на груди, поскольку они могут отразиться на маммограмме в виде пятен.

2. Если вы ощущаете в груди какие-либо неприятные ощущения, сообщите об этом врачу, который проводит исследование. Чтобы получить лучшее изображение, исследование включает легкое сдавливание груди аппаратом, но оно не должно быть чрезмерным.

Если вы располагаете результатами предыдущих исследований, покажите их врачу-рентгенологу.

### Когда делать маммографию

Если вам показана маммография, когда делать – важный вопрос. Все зависит от менструального цикла. Необходимо успеть пройти маммографию в период с 5 по 12 день от начала цикла, когда молочные железы более мягкие, и исследование можно провести с большей точностью.

*Автор текста Елена Демидова*

## КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

### "Наши"

**Н**е так давно в интернете появилось видео о Холокосте в Литве, кажется, теперь уже об этой трагедии все сказано и написано. Но видео выступления писателя - исследователя Руты Ванагайте имело эффект разорвавшейся бомбы! Она осмелилась сказать то, о чем молчат до сих пор вот уже 70 лет, о чем не принято говорить и говорить физически опасно. Она рассказала страшную правду о том, кто на самом деле убивал евреев.

Кто она - эта смелая женщина?

**Рута Ванагайте** - литовский театральный критик, писатель, журналист, общественный деятель города Вильнюс. Родилась 25 января 1955 года в городе Шяуляй (Литва), в 1978 году окончила Российский институт театрального искусства, дебютировала в качестве автора статей, посвященных театру. В 1978 году стала руководителем раз-

дела театра, кино и телевидения в ежемесячнике «Kultūros barai», работала в газетах: «Literatūra ir menas» и «Helsingin Sanomat». В 1989 году стала художественным руководителем Национального молодежного театра Литвы. В 1991 году организовывала международный театральный фестиваль LIFE. В 1999 - 2001 годах была советником по культуре и коммуникации премьер-министра Литвы Роландаса Паксаса. В 2001 году основала агентство по связям с общественностью «Acta Publica». С 2006 года руководит агентством «Vilko valia».

В 2015 году под впечатлением от общения с историком Эфраимом Зуроффом - главой иерусалимского отделения Центра Симона Визенталя, известного активной деятельностью по розыску нацистских преступников, Рута Ванагайте начинает изучение темы Холокоста в Литве. Она собирает исторические данные, архивные материалы и свидетельства очевидцев. В 2016 году Рута Ванагайте публикует свою книгу "Наши" в которой рассказывает о том, как литовцы занимались массовыми убийствами евреев.

Книга вызвала большой общественный резонанс, в ней изложены шокирующие факты, свидетельствующие, в частности, о том, что литовцы относились к расстрелам, как к любой другой работе и так "качественно" выполняли эту "работу", что в Литву евреев на расстрел везли из других стран. В убийствах добровольно участвовали в том числе и школьники, церковь равнодушно наблюдала за Холокостом – убийцам отпускали любые грехи...

В своей книге автор описывает как обычные "нормальные" литовцы убивали евреев. Из исторических свидетельств, собранных по всей Европе, складывается общая картина: убийствами евреев занимались не только и не столько немцы, сколько сами европейцы. По статистике на 1 немца, исполнявшего приказ об уничтожении евреев, в Европе приходилось примерно 7 - 8 европейцев, в Литве и Польше ещё больше. Эти люди добровольно совершали убийства, за которые получали зарплаты; разворовывали, ставшее бесхозным, имущество евреев, при этом их считали и продолжают считать добропорядочными европейцами: их не обвиняют, не преследуют, не осуждают и не судят. Хочется задать вопрос - а кто больший преступник и кто более опасен - немцы, выполнявшие приказ об убийстве, или европейцы, убивающие чтобы подзаработать?

Ванагайте подняла важные вопросы, которые боятся задавать, ответ на которые страшно искать. Но задавать эти вопросы необходимо для того, чтобы понять как это было и что делать чтобы не допустить повторения.

Итак, вопросы, которые лейтмотивом пронизывают книгу "Наши": как обычные психически здоровые люди без принуждения и без особой нужды добровольно шли на убийства своих соседей-евреев? Каждый ли человек способен на такое? Что провоцирует здоровых людей на массовые убийства? Что каждый из нас может сделать в обществе чтобы не допустить повторения?

Тема Холокоста в мировом сообществе не приветствуется. Да, во многом из-за Холокоста евреям вернули землю Израиль; да, Германия выплачивает своим жертвам и потомкам жертв компенсации; о Холокосте сняты десятки фильмов и написаны тысячи книг, каждый год в День памяти жертв Холокоста мы говорим "Больше никогда" - но кто может действительно сделать так, чтобы больше никогда это не повторилось, кто гарантирует нам, что завтра для нас снова не построят газовые камеры?

Проблема не в самом Холокосте. Холокост стал следствием/результатом, а его причиной явился антисемитизм, который снова растёт сегодня...

Что нам делать? - это ещё один вопрос, который евреи Европы сегодня задают все чаще. Бежать в Израиль - это не решение проблемы и не ответ. Если бы ответы были, то Руте Ванагайте незачем было бы писать книгу, если бы ответы были, то Холокост остался бы в прошлом. Но Холокост не в прошлом - он вполне реально может быть повторён, именно поэтому нужно задавать вопросы, искать ответы, разбираться в механизмах превращения человека в машину для убийства, искать вакцину от антисемитизма сегодня и помнить, что все происходящее имеет свои духовные корни...

Хочется выразить огромную благодарность Руте Ванагайте, эта героическая женщина говорит правду во всеуслышание и борется с антисемитизмом несмотря на то, что от неё отвернулись родные и друзья, её травит правительство собственной страны и она находится в физической опасности. Эта женщина делает в память об уничтоженных и ради будущего еврейского народа то, что должны бы делать сами евреи. Удивитель-

на сама история написания Литовской чёрной книги и мистические истории смертей потомков убийц - на ум приходит только одно определение этого явления - ашгаха (Б-жественное привидение). В этом году книга "Наши" будет опубликована на иврите и на русском языке.

С Б-жьей помощью, с помощью таких людей, как Рута Ванагайте, все вместе, мы можем оставить Холокост последний темной страницей в истории еврейского народа.

*Наше будущее в нашей вере и в наших делах.*

*Шаббат шалом!*

*Эфрат Шалем*

*Москва, Россия*

## ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

*Концепция преобразования личности в иудаизме состоит в том, что любое изменение начинается на поверхности и лишь затем проникает вглубь человеческой души...*

*ИЛЛЮЗОРНО И РАЗДУТО, КАК ПУЗЫРИ*

*Ципора Геллер*

**М**ои воспоминания о седерах детских лет связаны, прежде всего, с Агадой, бокалами вина и горячим желанием стать частью чего-то такого, что я была не в состоянии понять и до конца прочувствовать. Мы ели мацу и пили вино - сахарно-красное, такое густое, что если убрать бокал, оно наверно так и осталось бы стоять вертикально на столе.

Мое детское сознание улавливало важность и торжественность этого праздника, но я не знала, что именно происходило вокруг меня и со мной. Только спустя несколько лет, когда я начала посещать дневную еврейскую школу, я, наконец, поняла, что Седер в сущности - кульминация процесса, начинающегося за несколько недель до этой знаменательной ночи. Сразу включиться в Седер - нереально. Это подобно тому, что тебя внезапно перенесли в Букингемский дворец - в несвежей рабочей одежде и пыльной обуви. А в руках у тебя - приглашение на королевский прием, который начнется ровно через десять минут.

Седер - одно из важнейших событий в жизни любого еврея и требует особой внутренней и внешней подготовки.

Приготовления к Песаху носят название *бедикат хамец*. Необходимо проверить весь дом и убедиться, что нигде не осталось никаких квасных продуктов. За месяц до праздника я начинаю уборку. Каждый шкаф, ящик и угол подвергаются тщательному осмотру и приводятся в идеальный порядок. Непосвященным я, наверно, кажусь существом не от мира сего, с головой ушедшим в ритуал весенней уборки, которую нужно во что бы то ни стало закончить до появления Великого Чародея, чьей нерадивой ученицей я и являюсь.

Тем временем в моей душе крепнет чувство радостного оживления, потому что физическая **уборка** - это ни что иное, как попытка избавиться от своего **"эго"**, той части человеческой личности, которая мешает каждому из нас стать ближе к нашему Творцу.

Но, спросите вы, как погоня за хлебными крошками может вызвать человека из-под тлетворного влияния его «эго»? Для того чтобы отве-

тить на этот вопрос, необходимо взглянуть на духовный аспект истории Исхода. Порабощение и последовавшее за ним освобождение наших предков - это на самом деле прототип любого духовного испытания, как всего еврейского народа, так и каждой отдельной личности.

Мы каждый день проводим в борьбе за спасение нашей души. Нас разрывают внутренние конфликты. Человек вынужден противостоять собственной мелочности, апатии, эгоизму и страстям, мешающим ему стать самим собой. На иврите слово "Египет" звучит как *мицраим*. Корень этого слова в переводе на русский язык означает - "ограниченный". Все, что ограничивает наш жизненный путь, обедняет нас в духовном и эмоциональном смысле, это и есть наш личный *мицраим*.

Чаще всего, пытаюсь разобраться в причинах внутренней несвободы, мы склонны винить исключительно внешние события. Нам хотелось бы, чтобы родительская любовь была безоговорочной, полученное образование помогало бороться с жестокими жизненными реалиями, а наши коллеги, друзья, мужья и жены открывали перед нами дверь своей души, вместо того чтобы оставлять нас мерзнуть на пороге.

Тем не менее, при более честном самоанализе выясняется, что вину за наш нереализованный потенциал невозможно полностью переложить на внешние факторы. Все мы слышали о людях, которые смогли подняться до удивительных духовных высот несмотря на, казалось бы, непреодолимые препятствия. Человеческое эго, как ни что иное, способно задуть потенциал развития личности. Уборка перед Песахом - противоядие, нейтрализующее влияние эго.



Для того чтобы хлеб поднялся, тесто с помощью дрожжей должно закваситься. При окислении в тесте появляются воздушные пузырьки. В него ничего не добавляют, но оно поднимается как бы само по себе, раздувается изнутри теплым воздухом.

Сила эго сравнима с действием закваски. Эго внушает нам, что незначительные вещи и события имеют на самом деле огромный смысл. Вечеринка, на которую нас не пригласили, шутка в наш адрес, новый плеер близкого друга, купить который нам не хватает денег - все это растет и растет в нашем сознании до тех пор, пока полностью не вытесняет мысли о любви, дружбе, скромности и сострадании.

Причина человеческой обидчивости заключается в том, что наше понятие об адекватности тех или иных действий порой так же иллюзорно и раздуто, как пузыри теплого воздуха в тесте.

Мы пытаемся заполнить образующиеся в нашей душе пустоты с помощью всевозможных материальных фетишей, титулов и должностей, мимолетных образов молодости и красоты.

Все это настолько эфемерно, совсем как воздушные пузырьки в тесте,

что мгновенно улетучивается, как только превратности судьбы запускают зубы в наше эго. Чтобы удовлетворить внутренний голод, мы превращаемся в хронических потребителей всего на свете. Мы становимся рабами самих себя.

На Песах мы едим мацу - еврейский "хлеб свободы". Маца готовится на воде из муки, которая не успевает закваситься. Вода и мука символизируют основу человеческой природы: вечную, неуязвимую душу, неподвластную разрушительному влиянию эго. В этом и заключается самоопределение личности.

Как же нам избавиться от *хамеца*, нашего раздутого эго, при подготовке к Песаху? Вместо того чтобы сосредоточиться на достижении этой цели исключительно посредством самоанализа, (что может в свою очередь привести к углублению нашего эгоцентризма), мы боремся с его внешними, физическими проявлениями.

Концепция преобразования личности в иудаизме состоит в том, что любое изменение начинается на поверхности и лишь затем проникает вглубь человеческой души. Наши поступки и мысли формируют нашу личность. Мы можем целыми днями рассуждать о щедрости, но по-настоящему становимся щедрыми лишь в тот момент, когда опускаем деньги в протянутую руку нищего. Вот почему большинство заповедей Торы носят, прежде всего, физический характер.

**Выстраивание сердца и души** с помощью действий гораздо эффективнее, чем процесс, развивающийся в обратном направлении.

Уничтожение *хамеца* перед Песахом оказывает огромное влияние, прежде всего, на внутренний мир человека, а не только на окружающую его домашнюю обстановку. Песах может вознести наш дух над мацой, вином и семейным комфортом.

Он в силах спасти человека из рук самого коварного врага - его непостоянного эго.

*Ципора Геллер,  
дает уроки Торы  
в иерусалимских учебных заведениях для  
женщин*

## КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

### ОТ «САРОЧКИ»

Ореховый торт

10 белков

2 ст. молотого фундука

½ ст. кокосового масла

2 ст. сахара

2 ч.л. рома (по желанию)

5 ст. л. какао

**В**збейте белки. После того, как белки взобьются, постепенно начинайте добавлять сахар, затем орехи, ром, масло и какао. Разделите тесто на 2 части и разлейте в две формы.

Выпекать при 160 градусах около часа. Этот пирог получается очень тонкий, но при этом очень вкусный!

Крем:

10 желтков

2 ч.л. ванильного сахара

2 ч. сахара

**В**збейте желтки, сахар и ваниль. Варите на водяной бане около 50 мин, а затем хорошо перемешайте и охладите.

Возьмите 1 ч. пирога, покройте кремом. 2-ю часть положите наверх и покройте оставшимся кремом.

Поставьте в холодильник.

*Приятного аппетита!*

*Сарра Манн*

*Люксембург*

### КАК ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВАТЬ

#### ПАСХАЛЬНЫЙ СЕДЕР

*Автор этого материала делится соображениями о том, что нужно и что не нужно делать при проведении Пасхального Седера...*

*Гидон Блэк*

**Ч**то нужно делать

Постарайтесь организовать Седер так, чтобы каждый его участник ощущал себя «игроком на поле», а не сторонним наблюдателем.

\* Желательно, чтобы все участники Седера имели одинаковые издания **Агады**. Если большинство (или несколько) приглашенных на Седер еще недостаточно хорошо знают иврит, в этом случае подойдет **Агада** с достаточно крупными буквами текста, с переводом и несколькими цветными иллюстрациями.

\* Позаботьтесь о том, чтобы каждый участников время Седера мог высказаться и быть услышанным. Дайте каждому участнику возможность ответить на вопросы, которые задает ведущий Седера. Предложите присутствующим поделиться воспоминаниями о предыдущих Седерах, в которых они принимали участие.

\* Если это возможно, используйте на Седере семейные реликвии, например — дедушкин бокал для *Кидуша*. В памяти детей останется эта деталь и, скорее всего, они, когда станут взрослыми, захотят иметь собственный бокал для *Кидуша*.

\* Если у вас нет семейных реликвий, начните их собирать. Приобретенная вами пасхальная посуда тоже может стать наследием в вашей семье. Специально выделенная для Седера красивая пасхальная посуда создает особое к ней отношение.

\* Подготовьте для Пасхального Седера специальные реквизиты. Например, разложите в комнате несколько игрушечных лягушек или приготовьте одежду «египетского надсмотрщика». Побуждайте детей задавать вопросы.

\* Сыграйте сценки из **Агады**. Это может быть сценка «Четыре сына», «Мудрецы из Бней Брака» и т.д. Участников сценок желательно предупредить заранее, чтобы они были готовы сыграть свою роль. Такие сценки, как правило, сопровождаются творческими предложениями и весельем.

\* Пойте! Когда вы дошли до завершающих песен **Агады**, пусть вся семья встанет со своих мест. Пусть каждый участник изображает то, о чем поется. Все участники достаточно долго сидели, пока читалась пасхальная **Агада**, так что теперь самое время встать и петь всем вместе. Постарайтесь выбрать ту мелодию, которую все знают или научите этой мелодии всех заранее.

### Что делать не следует

\* Не рассчитывайте на то, что вам удастся экспромтом сделать Пасхальный Седер интересным и осмысленным. Подготовьтесь к нему заранее, продумав, как вовлечь в действие всех его участников.

\* Не стройте Седер так, чтобы всю **Агаду** читал только ведущий Седера. Важно, чтобы каждый присутствующий прочел хотя бы несколько фраз из нее. Если не может на иврите, то — в переводе. Люди не должны почувствовать себя учениками в классе.

\* Не следует слишком затягивать трапезу. Важно позаботиться о том, чтобы присутствующие (особенно дети) не устали на Седере настолько, что им не хватит сил для участия в чтении заключительной части **Агады**.

\* Действуйте в соответствии с ситуацией. Если видите, что половина участников начинает засыпать за столом — не настаивайте на прочтении каждого слова. Если это необходимо, пропустите несколько длинных параграфов.

## ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

**Д**орогие читатели!

Однажды я прочитала совершенно необычную хасидскую историю.

Там говорилось о том, как один очень известный цадик приехал в местечко, где его никто не знал в лицо, и стал вести себя так, что все евреи подумали, что он немножко мишигене (не в себе).

Он выкидывал такие фокусы, что жители этого местечка уже хотели его с позором выгнать.

Но...

Нашелся еврей, знавший цадика в лицо...Когда он рассказал, какого великого человека они хотят прогнать, все были в шоке.

-Зачем ты делал все эти глупости?

Цадик ответил:

-Мне всегда оказывают такой почет, что пора почувствовать и что-то другое. Иначе, где же моя скромность?

Я задумалась над этой притчей.

Предлагаю и вам..

В моей жизни совсем недавно тоже произошла подобная ситуация, но о ней я не буду писать...из скромности.

А расскажу еще вот о чем.

В нашем поселении живут разные люди. Есть и министр. Да, самый настоящий. Так вот все дети, и дети министра тоже, играют на одних и тех же площадках. Я наблюдала такую картину.

Одна девочка пожаловалась своей маме, что ее обидел Беньямин.

Мама подошла к ...его папе -министру и сказала об этом.

Он ответил:Ай-я-яй! И пошел поговорить со своим сыном.

Вот так. Вот вам пример скромности в нашей сегодняшней еврейской жизни.

*-Скромность. Что это такое?*

*Слово непонятное.*

*- Может это, как лимон, что-то неприятное.*

*-Может это очень трудно?*

*-Может и не модно даже?*

*-Может никому не нужно?*

*Ведь о вас никто не скажет...*

*Не заметит .*

*Не узнает .*

*Не похвалит.*

*Ой-ей- ей!!!*

*Что же делать,*

*Что же делать с этим будем мы с тобой???*

*Я рецептов не даю. Сами посудите.*

*На поступки праотцов наших посмотрите.*

*Вот урок и образец скромности и веры.*

*Вдохновляют все они нас своим примером.*

Давайте не говорить сами о себе. Пусть о нас скажут наши добрые дела.

*Цюпа Гензель*

*Кфар Эльдад*



## ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат *Берахот*

## Лист 56 часть 1

На нашем листе Учителя, как это часто бывает в Талмуде, отклоняясь от центральной линии обсуждения, проводят исследование вопросов, связанных со значением снов, которые может увидеть человек.

Неразгаданный сон, - говорит по этому поводу **рав Хисда** (один из крупнейших Учителей Талмуда в третьем поколении; Вавилон, 3-й век), - как непочитанное письмо в запечатанном конверте. Пока не вскрыешь конверт - не узнаешь, плохие новости содержит письмо или - хорошие. Так и со снами. Пока не разгадаешь смысл сна - не будешь знать, хороший сон ты увидел или - плохой.

Хороший сон никогда не сбывается полностью, во всех деталях, - продолжает рав Хисда. - Так же - и плохой.

Причем, плохой сон - предпочтительнее, ибо заставляет человека задуматься, проанализировать свои поступки. Плохой сон - пробуждает. Он бывает тяжелее побоев. Как сказано в Танахе: «Сотворил это (дурной сон) Всевышний, чтобы трепетали перед Ним...» (книга *Козлет*, гл. 3, ст. 14).

«Показав» человеку плохой сон, - разъясняет смысл цитаты **раби Йоханан** (величайший Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*, составитель Иерусалимского Талмуда; 3-й век), Небеса как бы заставляют его еще больше трепетать перед Творцом мира и «передают ему сообщение», чтобы он старался впредь не совершать дурных поступков. И вообще, плохой сон - действенное **средство убеждения**. Быть может, даже - более сильное, чем побои.

Информация о том, что сны не сбываются полностью, - подчеркивает **раби Берехия** (великий Учитель Талмуда, первая половина 4-го века, *Эрец Исраэль*; множество его высказываний включено в книги Мидрашей), - есть в Торе. В ней, в частности, описывается сон Йосефа: «...И вот солнце и луна и одиннадцать звезд кланяются мне» (*Берешит*, гл. 37, ст. 9). Нам известно, что солнце в этом сне символизирует Якова, отца Йосефа, а луна - его мать, Рахель. Одиннадцать звезд - это одиннадцать братьев Йосефа. Известно так же, что сон Йосефа был пророческим и впоследствии - сбывлся. Но - не полностью. Ибо к тому времени, когда все это приснилось Йосефу, его матери Рахели уже не было в живых.

Из рассказа Торы о снах Йосефа, - добавляет **раби Леви** (один из крупнейших Учителей Талмуда в *Эрец Исраэль*, второе-третье поколение, 3-й век), - мы извлекаем и другой урок. Хорошие сны (как и плохие) реализуются в жизни, но иногда этого приходится ждать довольно долго, быть может - более двадцати лет. Главное - человек должен верить, что привидевшееся ему во сне доброе знамение - сбудется. Йосеф видел упомянутый здесь сон в семнадцать лет. А осуществился этот сон (братья в голодные годы обратились к Йосефу за помощью, а потом вместе с отцом «спустились» в Египет - см. на сайте [обзор недельной главы Вайехи](#), второй годовой цикл обсуждения) лишь через двадцать два года.

Как-то раз сидели вместе **Амеймар** (великий Учитель Талмуда, пятого поколения, конец 4-го века), **Мар Зутра** (один из крупнейших Учителей Талмуда, Вавилон, конец четвертого - начало 5-го вв) и **рав Аши** (великий Учитель, редактор Вавилонского Талмуда, начало 5-го века). И решили, что каждый из них расскажет что-то новое - что-то такое, чего остальные не знают.

Если человек видел сон и не может определить, хороший он или плохой, - начал свой рассказ один из них, - ему следует в момент, когда *коэн* благословляет народ, встать напротив него и произнести молитву: «Владыка мира! Я - Твой, и сны тоже принадлежат Тебе. Видел я сон и не могу понять, что он означает. Неважно, меня он касается или - других. Но если это - хороший сон, сделай так, чтобы сбывлся он, как сны Йосефа. Если же он нуждается в улучшении, в исправлении, «подсласти» его, как подсластил ты горькую воду в местности Мара, и переверни плохое - на хорошее, как перевернул Ты проклятие Билама на благословение (см. на сайте [обзор первой части листа 7](#), а также [обзор недельной главы Балак](#), первый годовой цикл обсуждения). И пусть все сны с пророчествами, которые касаются меня, окажутся хорошими».

А завершить эту молитву нужно в то мгновение, когда *коэн* закончит благословлять. И община ответит «*амен*» (да будет так). И это «пожелание» на благословения *коэна*, распространится и на просьбу, высказанную в молитве человеком, увидевшим непонятный сон.

Если человек пришел в большой, незнакомый город, - начал свой рассказ второй Учитель, когда первый закончил говорить, - поражающий многолюдьем и роскошью, настолько, что появились у него опасения по поводу «дурного глаза», должен он соединить воедино обе руки (так, чтобы большой палец правой руки оказался в ладно - левой, а левый - в ладони правой) и сказать: «Я, такой-то, сын такого-то, потомок Йосефа (Магараль говорил, что все евреи - потомки Йосефа, ибо в благословении, которое Яков дал Йосефу, говорится: «И размножатся твои потомки, как рыбы...»); *Берешит*, гл. 48, ст. 16), я, над которым не властвует дурная сила... Как рыбам, плавающим в морских глубинах, не могут навредить силы зла, так же не могут они навредить и потомкам Йосефа».

Поясняют Учителя, что роскошь, богатство и прочие блага могут притягивать к себе «дурной глаз» - завистливый, враждебный взгляд, имеющий способность вредить людям. В частности, **Магараль** (раби Иегуда Лива; один из величайших комментаторов Торы и Талмуда, главный раввин Праги; Чехия; 16-й век) дает такое определение: «дурной глаз» - **негативная духовная сила**, которая пробуждается, когда один человек завидует другому. Цель «дурного глаза» - наказание за моральный изъян. То есть - в тех случаях, когда Небеса награждают человека красотой, богатством и т.п., он не должен хвастаться и кичиться этим, не должен ставить себя выше окружающих, только потому, что - красив или богат. А если он все же ведет себя вызывающе, то может получить за это наказание. Всевышний перепроверит, действительно ли этот индивидуум достоин Его благословения и может отобрать его.

Иначе говоря, когда человека «сглазили» - это означает, что он лишился благословения (см. на сайте ответ [«Что такое Хамса и как она помогает»](#) - в разделе «Спроси у раввина»).

И в заключение, поведал о своем открытии третий Учитель.

Когда человек заболевает, - сказал он, - ему не следует в первый же день рассказывать о болезни окружающим. А на следующий день - уже можно.

Так поступал, например, **Рав** (величайший Учитель Талмуда; Вавилон, 4-й век). На второй день болезни он сообщал о том, что заболел - чтобы любящие его люди молились о его выздоровлении, а те, кто не жаловал его - радовались. Ибо радость ненавистников - тоже помогает. Об этом в Танахе написано: «Если упадет враг твой - не радуйся, если споткнется он - пусть не ликует сердце твое. Ибо, если увидит твою радость Всевышний, это не понравится ему, и отвратит Он гнев от твоего врага» (*Мишлей* - Притчи царя Шломо, гл. 27, ст. 18).

Автор текста *Мордехай Вейц*





## КИМХА ДЕ-ПИСХА

*Дорогие друзья! Традиционно, перед Песахом, мы собираем деньги для помощи 10-15 малообеспеченным семьям, обычно это семьи из стран СНГ, в большей степени из Молдавии.*

*Выполняя заповедь **Кимха де-Писха** (особенная цдака на продукты к Песаху), каждый еврей увеличивает добро и свет в нашем мире.*

*Если у Вас есть желание помочь, свяжитесь с нами либо через личные сообщения, либо в мессенджерах  
+972548164299 (whatsapp/ viber)*

**Раурал: [liubdeldobro@gmail.com](mailto:liubdeldobro@gmail.com)**

**Также можно сделать перевод на банковские счета в Украине, России, Израиле и Молдавии.**

*С уважением, администрация общины Хафец Хаим*



ВМЕСТО МОЕГО ЛИЦА,  
ДОЛЖНА БЫТЬ ВАША  
РЕКЛАМА

**МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

**B** [vk.com/hafetzhaimk](https://vk.com/hafetzhaimk)

**f** [facebook.com/liubdeldobro](https://facebook.com/liubdeldobro)

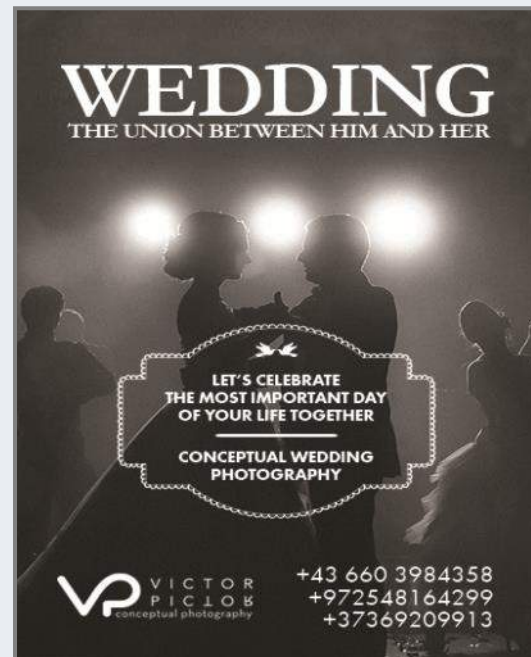
**f** [facebook.com/hhafetzhaim](https://facebook.com/hhafetzhaim)

Дорогие друзья!

Приглашаем Вас на встречи и лекции по еврейской традиции и Торе, проходящие за чашечкой чая/кофе в приятной, не принужденной обстановке в г. **Ашдоде!**

Расскажите своим друзьям и близким из Ашдода! Сделайте мицву!

Информация по телефону (не в Шабат):  
**0544722951** (также WhatsApp) -  
Зельда Гольденберг-организатор



**Адвокат Давид Рапопорт**   
David Rapoport Adv.

 Юридическое сопровождение и оформление сделок с недвижимостью в Израиле.

 [DAVIDRAPORTIO@GMAIL.COM](mailto:DAVIDRAPORTIO@GMAIL.COM)  (972) 77-5558548  (972) 58-7601542



*Международная группа религиозных еврейских бизнес-консультантов, ищем серьезных инвесторов для вложений в hi-tech проекты в Израиле.*

*Проекты находятся на разных этапах реализации, но в основном все - после В-раунда. Сумма вложений: от 1 млн.долл. Все проекты сопровождаются серьезной консультативной поддержкой для инвестора. Если Вы серьезно заинтересованы, мы можем встретиться с Вами в Нью-Йорке, Москве, Цюрихе или Тель-Авиве.*

**Контакты: Viber: +41.78.792.6000. Tel: +972.54.816.42.99.**

**E-mail: hafetz.haim@outlook.com**

**ВЫ С НАМИ?!**

**В рамках онлайн общины «Хафец Хаим» действуют уже 7 проектов**


**+972548164299 viber или whatsapp**

**Станьте частью нашей Онлайн общины**

**ВМЕСТО МОЕГО ЛИЦА,  
ДОЛЖНА БЫТЬ ВАША  
РЕКЛАМА**



**МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

 [vk.com/hafetzhaimk](https://vk.com/hafetzhaimk)

 [facebook.com/liubdeldobro](https://facebook.com/liubdeldobro)

 [facebook.com/hhafetzhaim](https://facebook.com/hhafetzhaim)