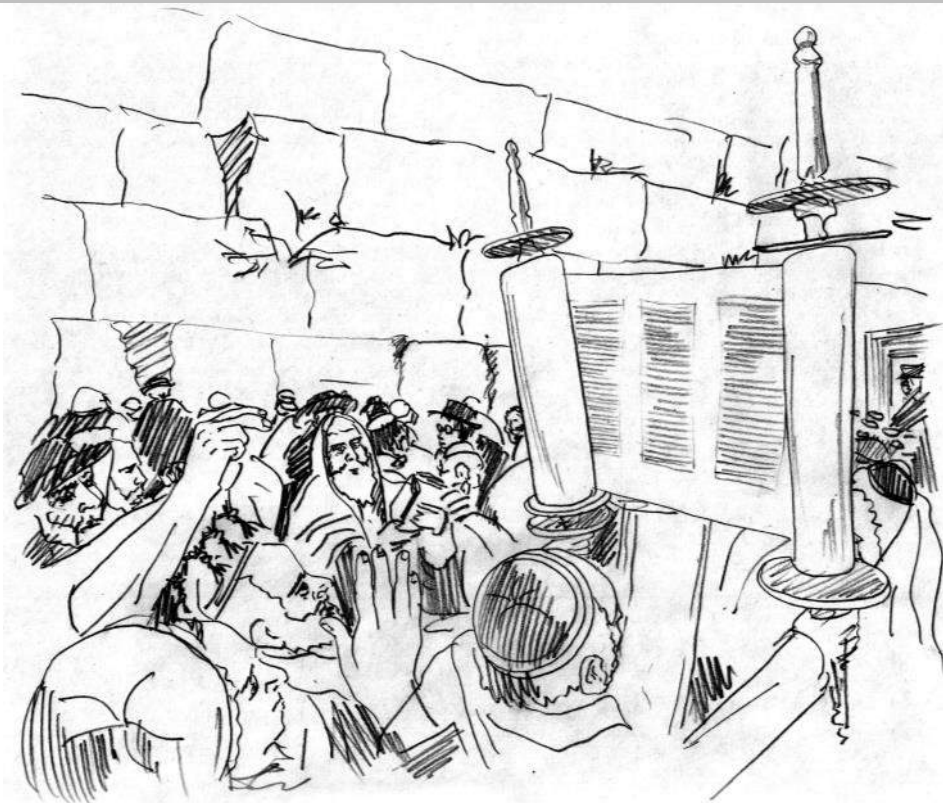




# השבוע דעל אדאט דאס פרו

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



ПРАЗДНИЧНЫЙ ВЫПУСК  
НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА  
«БАМИДБАР»

А также:

**שבועות**

Вопросы к Раввину

Живая Тора

О здоровом образе жизни

Культура. Личность. Этика

Женская Рубрика

Детская Страничка

Лист Талмуда

Акко, Алматы, Анадырь, Астана, Ашдо, 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 «Бамидбар» — 3**Вопросы раввину — 6**Живая Тора — 10**Здоровый образ жизни — 11**Культура. Личность. Этика— 12**Женская рубрика— 13**Детская страничка—17**Лист Талмуда—18**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](mailto:hafetz.haim@outlook.com)***МЫСЛИ РЕДАКТОРА...***аша глава Бамидбар открывает четвертую книгу Торы с одноименным названием**А начинается она с того, что Всевышний велит Моше и Аарону сосчитать численность мужского населения, начиная с 20 лет.**Известно, что именно с этого возраста, по традиции, еврей начинает нести полную и абсолютную ответственность за свои поступки, также это призывной возраст для службы в армии.**Интересно отметить, что Моше и Аарон должны были подсчитать евреев в присутствии глав колен, имена, которых также перечислены в нашей главе.**Это значит, что определение родословной имеет колоссальное значение, как для Небес, так и для нас.**Каждый еврей уникален, у каждого еврея, в зависимости от его принадлежности к тому или иному роду и колену, есть свои задачи и цели.**Но это учит нас тому, что у каждого еврея есть своё особое место, и мы не можем забывать об этом.**Выход евреев из Мицраима, дарование Торы и сооружения Мишкана - все это было дано для того, чтобы мы на практике реализовывали задачи Творца на своей земле, Земле Израиля.**В конце нашей главы рассказывается о том, как нужно было собирать в путь Мишкан.**Этому придается такое огромное значение, потому что дорога в нашей традиции символизирует нашу жизнь, нашу ежедневную духовную работу.**Здесь узнаем о том, что коаним должны были разбирать Мишкан и покрывать его детали специальными тканями, а левииим должны были дальше уже переносить, все это исключительно в таком виде.**Под страхом смерти левииим не имели право притрагиваться к не покрытым деталям.**Это ещё раз напоминает, насколько еврей должен быть доволен своей долей, и, как говорится, “не влезать”, не посягать на чужую территорию.**Шаббат шалом!**Элиэзер Фрейдкин*

## ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВ «БАМИДБАР»

### ГЛАВА «БАМИДБАР»

Место в Торе: *Бамидбар*, гл. 1, ст. 1 — гл. 4, ст. 20.

Почему она так называется?

В первой фразе сказано: «И Творец говорил с Моше в пустыне Синай...».

В пустыне на иврите — *бамидбар*.

**Ч**тение недельной главы *Бамидбар* всегда выпадает на неделю, которая предшествует празднику Шавуот — празднику дарования Торы, годовщине нашей встречи с Творцом на горе Синай. И — не случайно.

Еврейская традиция учит, что духовный потенциал всей этой недели зависит от предшествующего шаббата. Из его атмосферы мы черпаем духовную энергию для того, чтобы подготовиться к «новому», ежегодному получению Торы.

В чем же проявляется связь нашей главы с величайшим событием в истории человечества?

Комментаторы объясняют, что Тора могла быть дарована только сформировавшейся общности — всему народу Израиля. Анализируя

«И Творец говорил с Моше в пустыне Синай...»

главу *Бамидбар*, мы убедимся, что только в ней еврейский народ упомянут именно в таком качестве. Речь в ней идет о полной переписи всех колен Израиля и о «географическом расположении» этих колен вокруг переносного Храма. В тот исторический период, о котором здесь говорится, каждое колено имело собственное, ему ответственное место (что тоже было необходимым условием получения Торы), но в то же время являлось неотъемлемой, гармонично взаимодействующей с другими, частью всего еврейского народа.

Обсуждая предыдущую недельную главу, мы затрагивали проблемы взаимодействия понятий «социальная гармония» и «духовная готовность», необходимые для получения Торы (см. на сайте **обзор недельной главы Бехукотай**, третий годовой цикл). Данный обзор мы посвятим исследованию значения социального единства.

Для начала проанализируем теорию, лежащую в основе понятий «социальное единство» и «социальные соглашения», вокруг чего, собственно, и сконцентрированы социальные взаимодействия.

Совершенно очевидно, что еврейский народ формировался на «договорной основе», которая, подчеркнем, выходит за рамки обычного представления о том, как должна формироваться человеческая общность.

Согласно классическим теориям, общества были **организованы для пользы состоящих в них отдельных индивидуумов**. Если бы мы жили поодиночке, обособленно, или даже — парами, мы должны были бы заботиться об изготовлении одежды, о пропитании, жилье и т.п. Мы были бы вынуждены самостоятельно решать проблемы собственной безопасности и образования наших детей. Несомненно, это — слишком тяжкое бремя для индивидуума, и даже — для небольшого племени. Поэтому со временем люди стали организовываться в

большие группы, объединенные общими интересами.

Классический призыв американского президента Кеннеди — «Не спрашивай, что страна может сделать для тебя; спроси себя, что ты можешь сделать для страны» — свидетельствует о том, что такая теория социальной интеграции стала международной. Этот призыв содержит признание, что люди неизменно рассчитывают на поддержку общества. Для нас совершенно очевидно, что, согласно этой теории, качество жизни, которое обеспечивает нам общество, и есть разумное основание и смысл его существования.

**Классическая социальная теория** утверждает, что помимо практических соображений, человек и сам по себе — существо социальное и предпочитает жить в группах из «любви к компании». Впрочем, приверженцы «теории эволюции» считают, что стремление индивидуума жить в обществе заложено в человеке на генетическом уровне. Естественное человеческое состояние — заботиться о выживании, присоединяться к группе людей.

Ведь общество, и с биологической и с социальной точек зрения — достаточно универсальный инструмент.

В этом и выражается основная идея классической теории социального договора, суть которой сводится к тому, что человек стал социальным существом в процессе эволюции.

По этой теории получается, что индивидуум, если бы мог выжить в одиночку, не нуждался бы в присоединении к общности других индивидуумов.

Социальный договор, представленный Торой, отстоит от такого подхода к проблеме формирования человеческой общности, метафорически выражаясь — на миллионы световых лет...

Тора учит нас, что еврейская общность сформировалась, чтобы в ней царствовал Всевышний.

Устная Тора (*Мидраш Ялкут, Мишлей*, 941) дает пояснение: не существует царя без царства; Творцу, Царю всей Вселенной, чтобы править, нужен был народ. И для этой цели и был избран народ Израиля, который взял на себя роль народа

Всевышнего. Формально, евреи основали социальную общность, подписав договор на Синае и приняв на себя Закон Всевышнего.

Итак, еврейский народ сформировался не для собственной пользы и выгоды, но — для того, чтобы принести пользу Всевышнему (!).

Это вовсе не исключает преимуществ каждой отдельной личности. Однако получение этих преимуществ обусловлено совершенно иными факторами, нежели у других народов. У нас вопрос стоит так: если мы идем навстречу желаниям Всевышнего, мы можем ожидать, что и Он откликнется добром.

Это ожидание не умаляет духовность и отсутствие эгоизма, на которых основано благополучие евреев. Установление над собой Царства Всевышнего должно было стать искренним “жестом”, согласным с внутренними желаниями каждого еврея.

Говоря о формировании социума, Тора перемещает акцент с акта “получения” — на “самоотдачу”. То есть главной целью такой социальной структуры становится стремление “дать”. В обществе, сформированном по принципам “классической теории” люди тоже обязаны давать. Но руководствуются они иными мотивами. Они дают, чтобы преуспеть, занять более выгодное положение в социуме. И в результате картина такова: **они дают, чтобы — брать.**

Попытаемся глубже проникнуть в сущность идеи цели.

Чтобы осознать, **каковы цели человеческой активности** в общепринятом понимании, разберем конкретный пример.

Врач, назовем его — Джон, долгие годы изучал медицину, что, несомненно, можно считать целенаправленной деятельностью, требующей значительных затрат, усилий и времени. Многие из нас оценили бы эту деятельность как очень нужную и важную. Его усилия увенчались достойными успехами, и он стал компетентным практикующим врачом, получив реальную возможность помогать больным людям. Самый взыскательный человек скажет, что жизнь Джона — продуктивна и содержательна.

Фактор продуктивности в данном случае оценивается компетентностью Джона и его успехами в излечении больных.

Но представим себе, что из нашего мира исчезли болезни, или — что Джону за всю его медицинскую практику не удалось вылечить ни одного больного. Тогда, в ретроспективной оценке, мы можем сказать, что годы его учебы прошли напрасно и усилия его были тщетными, что он бесцельно потратил лучший период своей жизни.

То же самое можно сказать об активности, направленной на то, чтобы переделать мир так, чтобы он стал “доброжелательнее” ко всем, кто живет в нем. Сама по себе деятельность подобного рода не имеет смысла. Мы участвуем в ней потому, что нам нужны результаты. Если бы существовал другой способ достичь целей, которые мы перед собой ставим, мы прекратили бы деятельность, которая лишь отнимает ценное время.

Эта мысль применима не только к процессам реализации крупных, глобальных жизненных проектов, требующих планирования, вложений и самодисциплины — таких, как, например, овладение профессией или достижение в карьере определенных высот.

Мы, наверное, отказались бы даже от еды и сна, если бы существовали другие, более продуктивные “виды деятельности”, обеспечивающие

удовлетворение насущных потребностей человеческого организма.

Сама по себе человеческая активность — не более чем средство для достижения целей. Однако в реальности существует два вида деятельности, которые **не призваны разрешать какие-либо глобальные проблемы.**

В первую очередь это — получение удовольствий. Ведь удовольствия не помогают нам достичь чего-то еще в жизни.

Намеренно говорю — “получение удовольствий”, а не “стремление к удовольствиям”, ибо “стремление” — это уже процесс, деятельность, цель которой — удовольствие. Например, отпуск — это удовольствие, а подготовка к нему — лишь средство к достижению цели (получение удовольствия в чистом виде).

Однако столь желанное для нас “чистое” удовольствие, не может служить достойной целью осмысленной жизни. Удовольствия, несомненно, играют существенную роль в поддержании психологического здоровья человека, но в этом свете они переходят из разряда целей в разряд средств.

Второе исключение из общих правил — область человеческих отношений. Деятельность, направленная на создание отношений — не просто средство, но цель, сама по себе. Искренняя сердечная беседа между друзьями формирует духовную близость. Отношения между людьми, безусловно, очень важная составляющая жизни человека, но и они не являют собой то, чему можно было бы посвятить жизнь.

Теперь, если мы соотнесем сказанное с “классической теорией” формирования общества, как средства удовлетворения физических и социальных потребности его членов, то убедимся, что такая социальная организация не более содержательна, чем те области жизни, которые она призвана удовлетворять.

Если бы природа давала нам все необходимое, мы не тратили бы большую часть нашей жизни на то, чего можно было бы избежать. В таком случае, мы живем в мире, достойном сожаления, не правда ли?

Одно мы знаем наверняка, единственное, что само по себе имеет неоспоримую ценность и может служить достойной целью — это сама жизнь. Мы заняты деятельностью,

которая обеспечивает нам средства к существованию. В Талмуде по поводу этого феномена сказано: “Посмотрите на этих странных вавилонян: они едят, чтобы обеспечить себе возможность есть снова”. (Талмуд, трактат *Бейца*, лист 16).

Если бы можно было найти такой вид деятельности, который не только продуцировал бы необходимую для жизни в реальном мире энергию, но и давал нам нечто большее, стал бы олицетворением новой жизни, мы могли бы посвятить свое существование стремлению к такой деятельности.

Наша проблема заключается в том, что ничего подобного в окружающей нас реальности мы не видим. К счастью, **этот мир — не только то, что мы называем реальностью.** Такой вид деятельности существует, и называется он — *мицва* (заповедь)...

Выполняя *мицву*, мы не решаем мировых проблем и не заполняем пустоту в природе. Тогда возникает вполне легитимный вопрос: если это не имеет такого значения, почему Создатель заповедал нам соблюдать *мицвот*?

Общий ответ, типа: “для того, чтобы Он мог наградить нас за их выполнение”, скажем сразу — неприемлем.

Если бы такая точка зрения была бы верной, то выполнение *мицвот* было бы столь же поверхностной и пустой активностью, как и другие виды деятельности. Тогда их выполнение было бы не более, чем потерей времени, и они были бы ценны для нас только как средства к достижению цели. Как и в других, описанных выше случаях, если бы мы смогли достичь того же эффекта, не выполняя *мицвот*, мы бы не теряли на это время.

В “светском” обществе люди вынуждены смириться с фактом, что их существование — бесцельно. Никто не мог бы создать такой мир, чтобы кто-нибудь другой не покривил его за недостатки и изъяны. Но у нас нет повода сомневаться в том, что великий Творец создал нечто лучшее.

В предыдущем обзоре мы говорили о том, что идея выполнять заповеди, стараться не нарушать предписания Торы ради того, что-

бы получить благословения и приобрести место в Грядущем мире, или — чтобы, к примеру, избежать проклятий, принципиально неверна. Это — служение Всевышнему — из страха и не соответствует уровню, на котором осуществляли свое служение Творцу еврейские пророки и мудрецы. Тех, кто служит Всевышнему из страха — меньшинство. По мере того, как накапливаются знания, люди начинают служить Творцу из любви к Нему (см. на сайте **обзор недельной главы *Бехукотай***, третий годовой цикл).

Повторим здесь и высказывание Рамбама: “Тот, кто служит Всевышнему из любви, будет познавать Тору, выполнять заповеди и ходить путями мудрых не из надежды получить какую-нибудь награду за это и не из боязни страданий; он будет стремиться к Истине, потому что Истина и награда придут к нему как результат” (Рамбам, *Законы тешувы*, гл. 10, ст. 1-2).

На первый взгляд, при поверхностном прочтении цитаты, может показаться, что Рамбам сам себе противоре-

чит. Вначале говорит, что мы должны соблюдать *мицвот*, не рассчитывая на награду или, из страха перед наказанием, но — исключительно из стремления к Истине. И тут же сообщает, что тот, кто соблюдает заповеди может надеяться на то, что награда непременно

придет. Что это значит? Не подразумевает ли он, что *мицвот* становятся средством для получения награды?

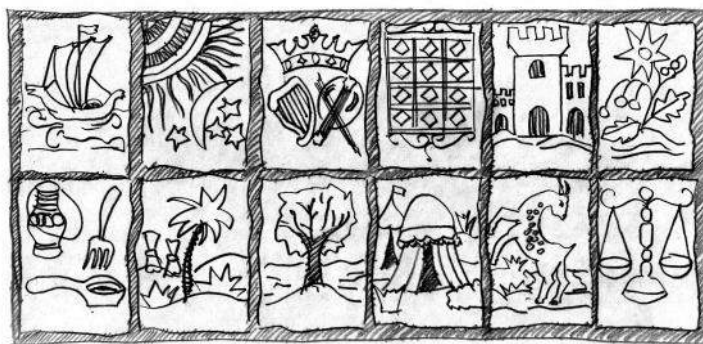
В выводах, к которым мы пришли, содержится ответ на вопрос: *мицвот* — не средство для получения награды, **они, сами по себе — награда.**

Попытаемся в этом разобраться.

Рамбам говорит о **двух видах служения Всевышнему из страха.** Первый — очевиден: не совершать нарушений, боясь тяжких последствий. Но совершение хороших, добрых дел с целью получить награду, тоже определяется Рамбамом как — служение из страха. Видимо, понятие “страх” имеет более широкие границы, нежели мы предполагаем.

Чтобы это понять, подчеркнем, что служение Всевышнему, которые мыслится нами как средство для достижения цели, таковым вообще не является. Это лишь проявление неосознанной, быть может, позиции, свидетельствующей, что человек, руководствующийся подобными принципами, предпочел бы не служить Всевышнему вовсе. Следуя выведенной выше “формуле”, скажем, что он с облегчением принял бы такую альтернативу, если бы мог как-то иначе обрести удел в Будущем мире и избежать проклятий. Но, поскольку единственный путь получить желанную награду — служение Всевышнему, выбора у него нет...

В широком смысле слова, все, что делает человек, выбирая из двух зол — меньшее, можно классифицировать как действие, обусловленное страхом. Люди, для которых служение Всевышнему — малопривлекательная необходимость, всегда фокусируют свое внимание на негатив-



ном. И это, как правило приводит к выводу, что невыполнение Его заповедей либо не принесет им награды, либо — повлечет за собой тяжкие последствия. Иными словами, за подобным служением стоит только страх.

Более того, это — полное непонимание основной идеи служения Всевышнему.

Истинная награда за служение Творцу — вечная жизнь. А **вечная жизнь — это ведь не товар**, который можно взять с полки и распределить между теми, кто его заслужил. Вечная жизнь — это связь с Источником жизни, с Творцом мира. И установить ее невозможно, если служение рассматривается как средство для достижения цели.

Выполнить заповедь — значит “связаться” с Творцом. Ибо цель исполнения заповеди — в самой заповеди. Об этом и говорит Рамбам, объясняя, что тот кто выполняет *мицву* ради нее самой, служит Всевышнему из любви к Нему. Ибо делать нечто ради Него и есть проявление любви.

Наиболее яркое воплощение этой идеи находим в области человеческих взаимоотношений, к которой относятся более половины из Десяти заповедей. Та же пропорция сохраняется и для всех 613-ти заповедей. Как же тогда получается, что выполнение *мицвы* — установление связи с Творцом?

Нетрудно принять, что накладывая *тефиллин*, мы осуществляем эту связь. Но какое отношение к этому имеет, скажем, ссуда, которую мы даем приятелю?

Тут уместно вспомнить, что основное условие нашего социального договора состоит в том, что Всевышний — Царь над Израилем. Поэтому каждая *мицва* — это **деталь общей мозаики** наших отношений с Ним. Если наши отношения с Творцом — основа нашей жизни, то любящая *мицва* представляет собой частичку нашего существования. Даже небольшой шаг, укрепляющий единство еврейского народа — это не просто деталь. Отношение между Всевышним и каждым евреем зиждется на том, что каждый индивидуум — член еврейской общности, что, в свою очередь, приводит нас к идее Царствия Всевышнего над Израилем. Как говорится в молитве *Шма*, которую мы произносим ежедневно, по три раза в день: “Слушай, Израиль, Всевышний — Один!”. Охватить, “заключить” в себя Всевышнего —

настолько, насколько мы способны к этому, можно, лишь укрепляя единство народа Израиля. И это так же важно, как наше существованию в целом.

Укрепляя социальное единство еврейского народа, мы тем самым строим отношения с Творцом. Недостаток единства в нашей среде автоматически отдаляет от нас Всевышнего. Верно и обратное: когда мы — едины, Всевышний “автоматически” — среди нас.

На горе Синай еврейский народ, в состоянии величайшего духовного подъема, вызванного присутствием Всевышнего, с воодушевлением взял на себя обязательства выполнять законы Торы.

В день праздника Шавуот мы читаем ***Мегилам Рут*** (Книгу Рут). Поскольку этот день посвящен принятию Торы, мы читаем о наивысшем проявлении этой способности. История Рут (см. на сайте **раздел, посвященный празднику Шавуот**) — эта история самоотверженного служения Творцу. Изначальный мотив Рут — стремление помочь близкому человеку, своей свекрови Наоми, которую Рут любила, которой восхищалась и не желала с ней расставаться. Любовь к евреям и любовь к Творцу — две стороны одной медали, ибо и то и другое служит укреплению единства еврейского народа. И это эквивалентно упрочению Царства Всевышнего.

Преданность Рут принесла свои плоды — она стала прародительницей будущего царя Давида, чья безграничная любовь к Всевышнему вдохновила его на создание уникальной книги — ***Теулим*** (Псалмы), которую читает все человечество.

К сожалению, на данном историческом витке идеологические разногласия не позволяют нам в полной мере объединиться вокруг Торы. Но существует и другой путь реализации нашего предназначения. Если евреи научатся поддерживать друг с другом гармоничные отношения, фокусируясь на положительном, которое есть в каждом из нас, мы придем к той же цели — полному единению с Всевышним и полноценному принятию его Торы...

*Автор текста раввин Носон Вайс*

*Иерусалим, Израиль*

## ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

**Ч**итают ли женщины Тору в ночь праздника Шавуот?

*Уважаемый рабби!*

*Разъясните, пожалуйста, что и когда следует читать женщине на Шавуот, и должна ли она, подобно мужчинам, читать книги Торы допоздна?*

*Шуламит  
Иерусалим*

**К** началу шестого тысячелетия от Сотворения мира (то есть более семисот лет назад) уже складывалось понимание, что в ночь праздника Шавуот необходимо приложить особое усилие, «заряжая» себя словами, мыслями Торы. Чтобы на последнем витке истории (в шестом тысячелетии) мы смогли посвятить себя исправлению определенного поступка, оставляющего печать на нашем существовании.

Речь — о недостаточно высоком уровне ощущения величия возложенной на нас самим Творцом мира (!) задачи — нести в себе, если можно

так выразиться, суть Имени Всевышнего.

Этот недостаток в ощущении проявился в ночь перед Дарованием Торы (в 2448 году от сотворения мира) у горы Синай. В ту ночь мы, хотя и ожидали важнейших событий, но позволили себе «мирно спать».

Вот эту ошибку и настало время исправлять. Так, чтобы вообще не спать в эту ночь, и всю ночь учить Тору. С тем, чтобы этот настрой — осознание истинного величия поставленной перед нами задачи — был символом нашего настроения на весь следующий год:

Что, конкретно, надо изучать в ночь Шавуота?

Ответ на этот вопрос находим у великого Ари (раби Ицхак Лурия Ашкенази, 16 век), которому были открыты тайны Устройства Высших миров и Небесного Управления ими. Отметим попутно, что и до него, разумеется, все это содержалось в Устной Торе.

Но ему была предоставлена возможность изложить все в том виде, который в определенной степени доступен каждому **хорошо подготовленному ученику**.

В его ответе даются конкретные указания: главное — прочесть отрывки из Торы, Танаха и книги **Зогар**. Из Торы — читать первые три и последние три фразы каждой недельной главы. Из Танаха — первые три и последние три фразы каждой книги Танаха. К этому обычно добавляют более подробное чтение недельной главы Торы **Итро** — тот фрагмент, где описывается дарование Торы у горы Синай и даются Десять Заповедей.

При чтении отрывков из Танаха исключение составляет книга **Рут**, которую читают всю, целиком. Ведь Рут — пример для всех нас, она приняла на себя всю Тору.

В книге **Зогар** выбирают обычно отрывок «**Идра Раба**», в котором, условно говоря, в «закодированной» форме описывается Устройство миров. Впрочем, указанный фрагмент можно заменить чтением какого-либо другого отрывка. По поводу **Зогара** и других книг, где излагаются так называемые «внутренние разделы» Устной Торы великий Ари сказал так: следует читать то, что, по твоим ощущениям, ты хоть в какой-то степени можешь постичь.

Постепенно стали издавать специальные книги, составленные на основе высказываний Ари и облегчающие задачу составления плана чтения в Шавуот (в праздничную ночь) фрагментов Письменной и Устной Торы. Одна из этих книг называется **Тикун лейл Шавуот** (чаще всего, ее используют ашкеназские евреи). Вторая — **Керией моэд** (в большей степени распространена у сефардских евреев).

А теперь перейдем к Вашему вопросу.

Женщины могут читать в ночь Шавуота тексты Торы **только** при условии, что они заранее распланировали следующий день после бессонной ночи. Ведь им необходимо подумать о том, чтобы обеспечить уход за детьми (и не только за младенцами), подготовить все необходимое к трапезе, и устроить все так, чтобы в доме поддерживался должный порядок.

Если в семье есть маленькие дети, их мама, если даже решит, что ночное чтение Торы не помешает ей назавтра, утром и днем, справиться с возложенными на нее обязанностями, ей следует заниматься Торой дома. И не идти в синагогу, даже если в эту ночь там прово-

дят чтения и занятия Торой для женщин.

В отличие от мужчин, женщины не обязаны придерживаться рекомендованного порядка чтения Торы. При желании и возможности они могут это делать, но вправе выбрать для чтения и другие фрагменты из Торы и Танаха.

При этом, еще до недавнего времени у еврейских женщин не было традиции читать Тору ночью праздника Шавуот. Во всяком случае, почти никто из женщин это не делал. Однако в последние десятилетия такое явление стало все более распространенным.

И в заключение все же подчеркну еще раз: чтение Торы в ночь Шавуота ни в коем случае не должно помешать женщине в исполнении ее важнейшей обязанности — быть «основой, фундаментом дома».

*Автор текста Элиягу Эссас*

**П**очему праздник «Дарования Торы» — летом, а «Радости Торы» — осенью?

*Здравствуйте, уважаемый рав*

*Вот, в этом году 28 мая вечером начинается праздник Шавуот, праздник дарования ТОРЫ. Но Симхат Тора, когда начинают заново читать ТОРУ - в этом году начнется вечером 9-го октября.*

*Объясните, пожалуйста, почему это два разных календарных числа? Что, наш народ получил ТОРУ, и только через полгода начал ее изучать?*

*Спасибо.*

*Елена*

*Elena  
Bat-Yam*

**Э**ти два праздника, хотя оба и связаны сущностно с Торой, принадлежат разным «плоскостям» духовной работы, которую мы осуществляем в эти периоды.

Шавуот завершает процесс Исхода из Египта. Завершает процесс формирования нашего народа — от стадии рабства до стадии свободы. Исход из Египта (праздник Песах) символизирует прорыв тюремных стен. Но только по истечению 49-ти дней (на самом деле каждый из них — ступень нашего духовного роста) мы достигаем уровня, позволяющего **принять** Тору. В день Шавуота это

(дарование Торы) и происходит, и мы тем самым завершаем процесс Исхода из рабства.

Ведь без Торы человек — как в «темнице». Точно не знает целей мироздания, роли человека и нашего народа в мире, не знает «откуда пришел и куда идет...».

Праздник Симхат Тора («Радость Торы»), он же — Шмини Ацерет, рассматривается в совершенно другой плоскости и требует от нас духовной работы иного направления. Речь здесь о том, чтобы каждый из нас и весь наш народ в целом, совершив *тешуву* (вернувшись на Пути Всевышнего, **несмотря на прошлые ошибки**), реализовал возможности снова выйти на магистраль еврейского образа жизни.

Этот процесс начинается в первый день месяца *Элул*, месяца *тешувы*, и ведет нас к Роша-Шана, Йом Кипуру, празднику Суккот. И от этих праздников — к дню **Шмини Ацерет**. В сущностном переводе название этого праздника звучит так: «приглашение быть с самим Всевышним на празднике, отражающем суть числа Восемь (*шмини* в переводе с иврита — «восьмой»)».

Напомню, что число «восемь» всегда подразумевает духовные явления даже более высокого духовного уровня, нежели «достижение цели» (символ «достижения цели» — число «семь», что следует из истории Сотворения мира за шесть дней, а на седьмой наступил *Шаббат*; см. об этом на сайте, к примеру, в [обзоре недельной главы Шмини](#), седьмой годовой цикл обсуждения).

Число «восемь» олицетворяет запредельные, заоблачные высоты духовности, где особое значение приобретает уже не цель, но — возможность «быть вместе» (с Творцом).

Поэтому в этот день мы завершаем и вновь начинаем читать Тору, как бы демонстрируя этим, что «все — в ней», и мы «вместе с ней» радуемся, что она у нас есть.

Всевышний, Тора, народ Израиля — сущностное (!) единое целое. Отсюда и праздник, когда **Творец** приглашает нас приблизиться к Нему (суть Шмини Ацерет), и **народ Израиля** празднует это со **Свитком Торы** в руках.

Надеюсь, мне удалось ответить на Ваш вопрос.

*Автор текста Элиягу Эссас*

**Н** ееврею разрешено отделять маасер, и как определить размер пожертвования?

*Добрый день, уважаемый Рав Элиягу!*

*Сначала хочу выразить огромную благодарность за Вашу работу на сайте, он имеет огромное значение для меня и очень помогает в жизни, хоть я и нееврей.*

*А теперь к сути вопроса:*

*Скажите, как правильно нееврею сделать маасер? И разрешено ли это? Есть какая-то определенная величина, или я должен сам определить размер пожертвования?*

*Хочу пожертвовать деньги на развитие Вашего сайта.*

*Заранее спасибо за ответ!*

*Евгений  
Москва, Россия*

**З**аконы Торы не обязывают нееврея отдавать какую-либо часть от своего дохода (ни десятую — *маасер*, ни какую-то иную, конкретно определенную) на благотворительность.

При этом предполагается, что чувствительные к духовности люди отдают себе отчет в том, что Творец мира — только Он Один, и никто кроме Него — определяет судьбу человека, посылая ему Благословение (силы, возможности, здоровье и т.д.). Исходя из такого правильного понимания реальности, многие из них начинают осознавать необходимость не только получать, но и — давать. То есть — заниматься благотворительностью, тратя на это какую-то часть от своего дохода, посвящая этому какое-то личное время.

Как, кому и сколько давать?

Постоянным посетителям нашего сайта известно, что мы высоко оцениваем любые формы благотворительности. Если, конечно, она направлена на добрые дела и на распространение знаний о Творце мира. При этом не могу не отметить, что поддержка деятельности нашего сайта — вполне удовлетворяет всем требованиям благотворительности.

Поэтому берем на себя смелость рекомендовать наш сайт в качестве объекта для благотворительности. Тем более, что, как очевидно — вся наша работа открыта, все проекты (разделы и т.п.) сайта доступны всем. Более того — результаты нашей деятельности за 15 с лишним лет — хранятся в архивах, которыми каждый в любой момент может воспользоваться. И это — сотни тысяч материалов, полезных и нужных всем.

Переводя деньги на сайт — люди **непосредственно и прямо** помогают поддерживать его текущую деятельность, в том числе — и сохранять архивные материалы, а также — ежедневно (!) создавать новые. Причем, как понятно, часть средств идет и на формирование новых разделов и направлений.

Возвращаясь к Вашему письму — дам несколько советов.

Старайтесь ежедневно или еженедельно откладывать какие-то суммы. Кладите их в специально выделенную для этого коробку или на отдельный счет в банке. Когда Вы захотите отправить помощь — деньги будут у Вас, что называется, под рукой.



Есть и другие формы разумной организации частной благотворительности. Можно, например — дать постоянное распоряжение кредитной компании (от которой у Вас оформлена кредитная карточка) об ежемесячном отчислении определенной суммы денег на счет организации, которой Вы решили помочь.

Если Вы выбираете наш сайт, узнать, куда нам перечислять деньги и что для этого делать — нетрудно. Этот линк — <https://evrey.com/sitep/donate/donate.htm> — выведет Вас на нужную страницу.

Что же касается Вашего вопроса — «Есть какая-то определенная величина, или я должен сам определить размер пожертвования?» — в начале этого ответа я уже отметил, что законы Торы однозначно это не определяют. Мне представляется, что речь может идти, допустим, о 2-3 процентах от чистого дохода (после уплаты всех налогов), а при желании — достигать, положим, и 15-ти процентов.

Тут все зависит от Вас, от того, что подсказывает Вам «внутренний голос».

*Автор текста Элиягу Эссас*

**Е**сли не отмечаешь «обязательные» праздники, ты — не с той планеты?

*Доброго времени суток.*

*Хотела бы уточнить вопрос по поводу праздников, которые в наше время считаются обязательными, иначе, если ты их не отмечаешь, значит, с тобой что-то не так, т.е. - сумасшедший, фанатик или не с этой планеты.*

*Речь идет не каких-то национальных традиционных праздниках, а, например, о дне рождении и новом годе.*

*Расскажите, пожалуйста, отмечал ли еврейский народ этот праздник в древности? Отмечают ли они их сегодня? Сказано что-либо об этих праздниках в еврейских священных книгах? Одобрят ли их Бог?*

*Незнакомка  
Россия*

**П**оскольку Ваш вопрос задан в контексте существующей в еврейском народе традиции — не могу не отметить, что Вы, скорее всего, сами того не подозревая, кратко, но четко и ясно сформулировали весьма распространенное среди многих людей и народов восприятие евреев в отношении к нам. Именно эти выражения — «с тобой что-то не так, то есть ты (еврей) — сумасшедший, фанатик или не с этой планеты», приходили и приходят в головы многим из нашего окружения.

Очень благодарен Вам за столь емкое определение. И отмечу, что мы ничуть этого не стыдимся, но даже, наоборот — в какой-то степени этим гордимся.

Разберемся во всем по порядку:

1. «Сумасшедшие».

В этом действительно что-то есть. Весь мир поклоняется тем или иным автономным силам, придуманным людьми пророкам, «гуру» и т.п., подкрепляя свою веру изображениями, картинками, статуями. И только мы говорим о Едином Творце мира, который 3.300 лет назад открылся не втайне отдельному человеку или какой-то немногочисленной группе людей, но — всему нашему народу.

Здравый смысл как будто бы подсказывает, что все религии имеют все-

возможные преимущества, что они — понятны и т.п. А мы этим здравым смыслом почему-то — пренебрегаем. Сумасшедшие?

2. «Фанатики».

Нам предлагали и предлагают отречься от нашего мировоззрения, от нашей веры, образа жизни, от Земли Израиля. Взамен — сулят колоссальные выгоды, индивидуальные и коллективные (всему народу).

И все это — на фоне реальной вражды к нам, в форме, принимающей иногда самые дикие формы, включая расстрелы, убийства в газовых камерах и т.п. Впрочем, нередко это приобретает и относительно «гуманное» выражение: ненависть, грабежи, стремление нас унижить и т.д. и т.п. И так продолжается не какие-то десятки и не сотни, но — тысячи лет. Но мы упорно стоим на своем. Фанатики?

3. «Не с этой планеты».

Основы нашего мировоззрения и образа жизни не родились в голове какого-то гения или пассионарного мыслителя и не созданы «академией высших духовных наук». Поэтому, кстати сказать, мы на сайте называем все чужие религии — «рукотворными» (они именно такие и есть).

Наши законы и мировоззренческие установки не вытекают из законов природы и не зависят от тех или иных научных открытий, сделанных в любой точке планеты.

То есть получается, что мы и впрямь — с другой планеты?

На все эти и многие другие вопросы можно дать один очень простой ответ.

Все научные теории, религиозные концепции, все империи, великие, средние и малые — появляются и исчезают, приходят и уходят. А мы — остаемся. Со всей нашей «необычностью», порождающей все эти и другие вопросы.

Мы есть и будем.

А теперь — к Вашему конкретному вопросу.

Ничего не поделаешь, в нашей традиции нет таких праздников, как день рождения или «новый год» (который отмечают в мире 31 декабря).

Евреев, которые не празднуют их, в отличие от окружающих, навлекая на себя те самые удивленные взгляды и вопросы, которые Вы так удачно сформулировали — не должно это смущать. Из-за этого нам не следует испытывать чувство неловкости. Наоборот — мы радуемся и гордимся, что мы — вместе с Творцом. Что у нас — свои праздники, те, которые Он дал нам (в том числе, **еженедельный праздник**, который называется у нас — *шаббатом*). И нам не нужны другие, придуманные людьми. Они, их праздники — не имеют никакого реального духовного смысла.

И чем больше нас критикуют за то, то мы «сторонимся» принятых у них праздничных дат — тем больше должна быть наша радость. Радость от того, что мы верны Творцу...

Автор текста Элиягу Эссас

## ЖИВАЯ ТОРА

**Э**та и последующая недели особо знаменательные. Наступает Рош-Ходеш Сиван — месяц, в котором была дарована Тора; в этот Шаббат мы начинаем новую книгу Тору — полную испытаний и духовного роста, и на следующей неделе, во вторник вечером наступает праздник Шавуот — обновления нашей души, ее познавательных способностей и контакта с Творцом.

Недельная глава «Бемидбар» переводится с иврита «В пустыне». Все, что происходило до этой поры, имело свой смысл и место. И начиная с этой главы, еврейский народ подвергается нелегким жизненным испытаниям, соблазнам и трудностям. Казалось бы, Тора целостна и начало испытаний в пустыне должно было бы ознаменоваться «внушительной инструкцией» на случай опасности.

Однако глава «Бемидбар» содержит, прежде всего, пересчет сынов Израиля и отдельные специфические установления по поводу знамен колен, расположения шатров, выкупа первенцев, служения левитов. Примечательно, что именно в этой главе дается заповедь о «постоянном хлебе» (на иврите «лехем а-тамид»), который должен быть постоянно в специальном месте — шатре сретения (на иврите «озль моэд»).

Зачем необходим был пересчет?

Всемогущий часто устраивает исчисление народа Израиля, показывая, что для Него

важен даже один-единственный еврей. Поэтому Тора отводит много места подробному рассказу об исчислении еврейского народа. В одном только разделе *Бемидбар* дается четыре различных перечня численности сынов Израиля.

В этом разделе дважды приводится их общее число (1:46 и 2:32) и дважды — численность каждого колена (1:20-43 и 2:4-31). Ашем говорит: "Всякий раз, когда упоминается общее число сынов Израиля, Я счастлив, ибо это есть число воинов Моего воинства, исполняющих на земле Мою Волю".

Книгу *Бемидбар* называют также *Хумаш апекудим*, или "Книга Чисел". Она содержит подробную перепись в этом разделе и еще одну — в разделе *Пинхас* (26:1-52). Название "Книга Чисел" говорит о той важности, какую придает Ашем исчислению еврейского народа, — делу, действительно выражающему Его любовь к нему.

Таким образом, в начале трудного пути в пустыне испытаний Творец как бы говорит еврейскому народу: «Ты не бойся, что бы ни случилось, помни мою любовь к тебе». Ведь ничего нет трогательней чувства, что каждый еврей является абсолютной ценностью для Творца.

Эта любовь и ее необходимые внешние проявления — принадлежность к определенному колену, знамена колен, их расположение — являются теми ориентирами, по которым заблудшая душа всегда может вспомнить в кризисные моменты: а для чего я пришла в этот мир? Мне нужно исправлять мир или все же я начну с самой себя?

Ведь именно в книге «Бемидбар» восстание Кораха и его сообщников, которые забыв о своем предназначении и субординации пошли наперекор самому Моше-рабейну. Именно в этой книге и подвиг Пинхаса, который остановил мор среди еврейского народа, убив героически на глазах у всего народа Зимри и Козби. Список это далеко неполный...

Моше Хаим-Луцатто (великий мудрец, известный под сокращенным именем Рамхаль, жил в 18 в.) в своем труде «Даат Твунот» (приблизительный перевод «Знание о разуме») пишет, что на самом деле предвидел Творец деяния праведников и злодеев. Ведь В-вышний управляет Творением в соответствии с поступками людей, однако с самого начала Творения приготовлены все пути добра и зла, соответственно поступкам, которым только предстоит свершиться.

Это значит, что все создание мира было основано на предвидении будущего. И когда предвидел деяния праведников — радовался, и родился из этого порядок доброго влияния. А от предвидения дел злодеев родилось отсутствие влияния и разрушение. С тех пор это стало законом управления.

Многочисленные события книги «Бемидбар» учат нас, что основное разрушение в мир приходит сначала через слова. Творец наделил уникальнейшим даром слова нас для прославления Его Имени, для распространения Света Торы в этом мире. Когда же наш язык занят другим — мы отходим от своего коренного предназначения и Небеса строго судят за это.

В соответствии с еврейским законом, говорить и верить лашон а-ра (дословно «злой язык» - передача информации, которая может унижить, обидеть, вызвать страх, расстроить, причинить вред или боль тому, о ком рассказывают) запрещено вне зависимости от пола и степени родства, включая даже ребенка.

В трактате Талмуда Арахин (15а) говорится: «Если хочешь знать, сколь-

ко вреда от злого языка, то посмотри, как пострадали наши отцы в пустыне Синай из-за разведчиков. Разведчики плохо отзывались о стране... До этого наши предки согрешили в пустыне девять раз, и все им простилось. А приговор вымереть в пустыне был им вынесен только за злой язык».

Потенциальная сила зла, заключенная в нашем языке, необычайно велика. Однако, наши мудрецы говорят, что мера добра больше меры наказания (зла) в 500 раз. Поэтому важно понимать, что наша пустыня материальности и жизненных соблазнов очень коварна, особенно учитывая всеобщее распространение всевозможных коммуникаторов и социальных сетей.

Наш язык, наша речь – должна быть святой и нести Тору, в разных ситуациях – в разной форме и на разных уровнях. Мы должны в пустыню и пепел превратить свое самомнение и достойно спокойно служить Творцу, потому что не наше дело пересчитывать наши заслуги и возвышаться. «Скромно иди с Б-гом твоим», и пройди эту пустыню, реализуя свое великое еврейское предназначение...

*Шаббат Шалом и Хаг Самеах!*

*Автор текста Давид Эльман*

*Иерусалим, Израиль*

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

**П**ервый фрукт, появляющийся весной на столе – клубника.

Сочная, ароматная, вкусная ягода приносит в организм такие необходимые ему витамины, макро- и микроэлементы, которыми он несколько обеднел на скудном зимне-весеннем рационе. Однако, в некоторых случаях, клубника может стать источником достаточно серьезных проблем со здоровьем.

Хотите знать, как правильно употреблять клубнику, чтобы получить от нее больше пользы, чем вреда? Фактически клубника – это одомашненная земляника. И пока ее дикие сородичи еще цветут, выращенная в относительно комфортных условиях клубника уже не только радует глаз, нос и язык своими спелыми плодами. Но и ставит жирную точку в проблеме весеннего авитаминоза.

### *Чем полезна клубника.*

Во-первых, она содержит простые углеводы, среди которых более скромное место отводится напрягающей инсулярный аппарат поджелудочной железы глюкозе. А преобладают углеводы, которые не истощают инсулярный аппарат и одновременно активируют в организме обменные процессы, свойственные более молодому человеку. Т.е. клубнику смело можно отнести к средствам для омоложения организма.

Во-вторых, клубника реже бывает сладкой. Скорее ее можно отнести к кисло-сладким ягодам. Что дают органические кислоты клубники? С одной стороны в клубнике они являются промежуточными продуктами для образования сахаров. А в организме человека без напряжения инсулярного аппарата в еще большей степени активируют обменные процессы. И клубника кисло-сладкого вкуса еще активнее омолаживает организм. Только не стоит к ней добавлять сахар – лучше смягчить кислый вкус молочными продуктами – сметаной, сливками, молоком и т.п.

В-третьих, среди органических кислот клубники существенное место

отведено салициловой кислоте. Что позволяет использовать клубнику в качестве мягкого потогонного, жаропонижающего средства. А также средства для разжижения крови.

В-четвертых, среди органических кислот клубники замечена и щавелевая кислота, которая также может использоваться в организме в качестве источника энергии.

В-пятых, мягкая и податливая ягода, употребляемая в значительных количествах, становится значимым источником полисахаридов. Которые, в союзе все с теми же органическими кислотами, способствуют нормализации состава микрофлоры кишечника. И уменьшению проявлений дисбактериоза кишечника. А также способствуют связыванию и выведению из организма разнообразных токсинов, тяжелых металлов и прочего ненужного хлама из кишечника.

В-шестых, регулярное употребление клубники способно устранить сезонный зимне-весенний авитаминоз и наполнить организм таким дефицитным витамином С. Клубника содержит достаточно много и витаминов группы В, но дефицит этих витаминов практически не встречается. И особого значения иметь не будет.

В-седьмых, достаточно активный рост, требующий практически только хорошего увлажнения почвы, создает определенную гарантию по отсутствию в клубнике искусственных стимуляторов роста. И делает продукт безопасным в плане нитратов и т.п.

В-восьмых, активизация обменных процессов и омоложение организма создают условия не только для более эффективного и плодотворного труда, но и для усиления потенции.

В-девятых, ею активно пользуются в косметологии. Но клубника – чуть больше, чем косметолог. Если ею регулярно и правильно пользоваться – она поможет оздоровить организм и устранить фундамент для проблем кожи и ее придатков – волос, ногтей.

### *Откуда ожидать проблем?*

Во-первых, пористость поверхности ягоды в сезон обильного цветения создает условия для накопления на ее поверхности в значительных количествах пыли от различных растений. И поддерживать за клубникой неприятный ореол с аллергическим компонентом.

Во-вторых, та же пористость поверхности ягоды в сочетании с ее весом создает условия для контакта с землей. И обогащения поверхности ягоды не только разнообразными микроорганизмами, но и яйцами гельминтов и простейших, обильно представленных на украинских черноземах. Клубнику, в отличие от морковки, щеткой не потереть. И варить весеннюю ягоду в начале сезона не хочется.

В-третьих, комплекс органических кислот, среди которых выделяются щавелевая, салициловая, при контакте со слизистой оболочкой желудка усиливает ее раздражение, что может способствовать обострению гастрита, гастродуоденита, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

В-четвертых, щавелевая кислота, образующая с кальцием нерастворимые оксалаты кальция в месте встречи. И, в зависимости от условий употребления клубники, либо обостряет кариес, либо вызывает явления остеопороза, либо провоцирует мочекаменную болезнь, либо проявляет, обостряет обменно-дистрофические заболевания суставов, либо обостряет патологию желудочно-кишечного тракта на входе в организм или пиелонефрит, цистопиелит, цистит на выходе из него.

В-пятых, обилие косточек. Попадая в желудок натошак, они могут способствовать обострению язвенной болезни, гастродуоденита, т.к. к химическому раздражению слизистой добавляется механическое.

**Как безопасно для здоровья употреблять клубнику.**

Первое. Чтобы уменьшить аллергенность клубники, а также ее опасность как источника патогенных бактерий, гельминтов и простейших перед употреблением вымытые под проточной водой ягоды обработать озоном, предварительно поместив выходной шланг аппарата на дно посуды. Широкий спектр противомикробной, противовирусной, противопаразитарной активности озона позволит значительно проредить ряды патогенов на ее поверхности. И устранить потенциально значительную опасность, которая может годами съедать в приличных количествах витамины, другие составляющие продуктов.

Второе. Если перед употреблением клубнику смешать с натуральными молочными продуктами, то содержащийся в них кальций свяжет щавелевую кислоту и обезопасит

от ее негативного действия костную ткань – зубы и кости, а также предохранит от повышенной ломкости ногтей. Если проигнорировать совет и употреблять в чистом виде – пропорционально наслаждению вкусом клубники потеряется кальций из зубов и обострится кариес. Если практически проглатывать – щавелевая кислота всасывается в кровь, где вновь образует кристаллы оксалата кальция. Если одновременно употреблять в достаточных количествах жидкость, оксалаты пройдут транзитом через мочеполовой тракт, временно обострив пиелонефрит, цистит. Если жидкости будет принято недостаточно – обострится патология суставов, а оксалаты начнут расти в лоханках почек и послужат фундаментом для мочекаменной болезни. В любом случае организм потеряет кальций и появится проблема кариеса, повышенной ломкости костей, остеопороза.

Третье. Чтобы уменьшить отложение в лоханках почек оксалатов кальция, а также предотвратить обострение патологии суставов – не выбрасывайте черешки. Их можно использовать как в свежем виде, так и подсушить для использования в другое время года. Весной параллельно с употреблением клубники 1-2 столовые ложки свежих черешков залить 300-400 мл крутого кипятка, настоять в посуде с крышкой 15-20 минут и принимать настой на протяжении дня. По окончании сезона клубники можно с аналогичной целью использовать настой из высушенных черешков.

Четвертое. Чтобы уменьшить раздражение желудка, не стоит употреблять клубнику натошак – только после еды. А также предварительно смешав с молочными продуктами.

Пятое. Сезон клубники можно продлить, заготовив ее впрок. Лучший способ сохранить вкусовые качества – заморозить ягоду небольшими порциями, т.к. повторной заморозке нежная ягода не подлежит. Варенья из клубники изменяют не только вкус, но и теряется значительная часть витаминов. Потому они имеют скорее кулинарное, чем лечебно-профилактическое значение. Высушить сочную ягоду можно лишь используя небольшой нагрев и хорошую вентиляцию. При этом существенно потеряется аромат, но в большей степени сохранятся витамины.

*Крепкого Вам здоровья. И разумного к нему отношения.*

*Автор текста Елена Демидова*

*Одесса, Украина*

## КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

*День Спасения и освобождения - 26 ияра 5705 = 9 мая 1945 г.*

**Д**ень Спасения и освобождения еврейского народа установлен в честь Победы над Фашистской Германией - избавлением еврейского народа от реальной угрозы быть полностью уничтоженными.

Удивительно, но этот, казалось бы, очевидно важный праздник для каждого еврея вызывает споры до сих пор. Многие из нас не хотят отмечать 9 мая в связи с тем, что это не точный еврейский календарь, но почему бы не отмечать 26 ияра – тот самый День спасения в 5705 году?

Одни считают, что праздновать этот День нужно, другие говорят о том, что праздник этот не является религиозным и его установление нарушает заповедь, запрещающую добавлять и убавлять от Торы.

Так или иначе, праздник уже установлен и нам нужно разобраться что мы празднуем или бойкотуем каждый год прежде, чем принимать решение.

Итак, рассмотрим доводы сторон.

Говорят, что День Спасения и освобождения - это добавление к нашим праздникам, а Тора запрещает убавлять и добавлять, все аргументы против сводятся к этому запрету Торы.

Действительно, Тора запрещает вводить новые религиозные обычаи в том числе и праздники на уровне библейских, но День спасения и освобождения религиозным праздником не является – это праздник национальный/государственный/народный.

Известна практика установления праздников в ознаменование спасения от опасности, как для отдельного человека, так и для целой общины.

Великий мудрец Рамбам (Маймонид) после своего спасения в крупном шторме взял на себя обычай праздновать это событие ежегодно. Это же правило распространяется и на общины – отдельная община может установить для себя ежегодный праздник в честь избавления от опасности и такие случаи есть, к примеру эфиопская община. Примеры установления национальных праздников – это Ханука и Пурим, установленные также в честь нашего спасения от уничтожения, но установлены они были нашими мудрецами. Спасение от Холокоста не менее масштабное событие.

Итак, Тора не запрещает вводить национальные (не религиозные) праздники, примеры этому есть в истории отдельных евреев, общин и всего народа. 70 лет назад мы избежали полного истребления, была перевернута страшная страница нашей истории и это поистине избавление от смертельной опасности всего еврейского народа.

Нельзя игнорировать это событие – оно касается каждого из нас, нельзя не ценить возможность жить, не помнить, не благодарить Б-га за спасение. «Народ, не помнящий своей истории – не имеет будущего».

26 ияра – день нашего Спасения и освобождения.

Эту дату нельзя вычеркнуть из нашей истории, ее нужно подчеркнуть, ведь этот день не менее велик, чем Пурим и Ханука, но он случился в наше новое время и мы живые свидетели тех страшных событий и великих перемен, которые последовали за ними.

Нельзя вычеркнуть эту историю из памяти только потому, что в ней участвовали не евреи, нельзя не радоваться тому, что мы были спасены, это всемирный праздник, но для нас он особенно важен, ведь именно нас целенаправленно мучили и уничтожали, и ведь действительно могли истребить нас всех. 26 ияра - это наша история, наша память, наша радость жизни.

Помнить, учиться на своих ошибках и становиться сильнее, ценить жизнь, быть благодарными людям, которые в решающий момент сделали свой выбор в нашу пользу, благодарить Ашема за прошлые уроки, настоящую жизнь и будущее, которое у нас есть.

*Шаббат шалом!*

*Автор текста Эфрат Шалем*

*Москва, Россия*

## ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

*Наша хупа с Творцом.*

**М**ы подошли к особому месяцу Сиван, в котором наш еврейский народ подписывает ктубу с Творцом. Именно в этом месяце нам была дарована Тора и навсегда был заключен союз со Всевышним.

Не просто так именно в это время мы начинаем читать книгу "Бэмидбар".

В Торе сказано: "в третий месяц по выходе сынов Израиля из земли Египетской, в самый день, пришли они в пустыню Синайскую" (книга Шмот). Наши мудрецы поясняют, что фраза "в самый день" означает в Рош Ходеш. Именно первого Сивана евреи развили лагерь в Синайской пустыне, уже подготовленные к принятию Торы.

Таким образом мы видим, что Рош Ходеш Сиван несет за собой особую суть, он отражает нашу готовность к еще более сильному объединению с Творцом.

49 дней с начала праздника Песах (выхода из Египта) и до праздника Шавуот - мы готовим себя к получению Торы, работаем над собой изменяя качества характера, изгоняем из себя рабство или его остатки и приходим осознанно ко дню Дарования Торы у Горы Синай.

Почему же наша Тора была дана именно в пустыне? Почему это не произошло в самой земле Израиля?

Время проведенное нашим народом в пустыне - особенное время. Оно изменило поколение вышедшее из Египта, заставило проделать кропотливую работу над собой и сквозь сложности и радости, суметь увидеть чудеса данные Творцом!

В книге Шмот сказано: "И расположились станом в пустыне, и расположился там Израиль против горы". Подчеркивается именно фраза "и расположилась", чтобы передать атмосферу того дня, тот момент, в который еврейский народ был един и чувствовал как единый человек. В этот момент не было ни споров ни конфликтов, не было жалоб и метаний, никто не возмущался и не сетовал, как было ранее. К этому моменту народ был одним целым - все стремились к одной цели и верили в одну истину.

Именно в Пустыне людям были не доступны излишества, люди научились видеть чудеса

в каждом моменте и быть одним народом, не выделяя никого и не соперничая.

Именно в Пустыне каждый мог прочувствовать связь со Всевышним и принять Его в свою душу.

Еврейский народ получил Тору только после того, как объединился, проникся любовью и братскими чувствами, научился жить в мире. Именно в таком состоянии, находясь в единении - можно достичь любой духовной высоты.

Наша Тора сравнивается с браком, основанном на мире и любви. В Шавуот праздник Дарования Торы - получая Ее у горы Синай мы словно подписали Ктубу (брачный договор) с нашим Творцом. И в этой ктубе есть 613 заповедей, данным нам для того чтобы мы их соблюдали? хранили и передавали последующим поколениям. В этой ктубе, Творец дает нам понятие настоящей любви и близости к своему народу.

Каждый год, в ночь Шавуота у нас есть возможность "перечитать" нашу ктубу и постараться с новыми силами и любовью чтить ее.

Пусть это напоминание поможет нам всем по новому вместе в радости и осмысленности принять нашу Тору, и постараться через весь год пронести мир и веру в Творца!

Он рядом с нами каждую секунду и знает каждый наш шаг наперед. Разве это не повод задуматься и постараться быть верным Ему всем сердцем?

Осмысленного всем Шаббата и подготовки к важному дню нашей Хупы со Всевышним!

*Ходеш Тов! Шаббат шалом!*

*Хаг Шавуот sameax!*

*Автор текста Лея Эльман*



## КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

### ОТ «САРОЧКИ»

Рецепт к празднику Шавуот  
Сырники

#### Ингредиенты:

Творог — 500 г

2 яйца

1 стакан муки для выпечки

1/2 ст. сахара

1 ст. изюма

масло для жарки

#### Способ приготовления:

Все ингредиенты тщательно перемешать до однородной массы.

Выкладывать по столовой ложке массы на хорошо разогретую, политую маслом сковороду.

Жарить с двух сторон до золотистого цвета.

*Приятного аппетита!*

*Сарра Манн*

*Люксембург*

## ШАВУОТ

Три праздника определяют еврейский календарь и являются как бы его каркасом, к которому прикреплены другие дни — будничные, печальные и праздничные.

Все три праздника — Песах, Шавуот и Сукот — по сути отмечают центральное явление в истории нашего народа: Исход из Египта, переход от рабства к свободе. И если в дни Песаха мы говорим, в основном, о сути Исхода, а в дни Сукот как бы подводим итог этому процессу, сидя в домиках-шалашах (на иврите такой шалаш называется סוכה — "сука") и вкушая плоды Земли Израиля (Сукот празднуется осенью) как свободные люди, не знающие иного господина кроме Творца мира (что и символизируется составленной из дощечек и веток крышей шалаша, через которую видно небо), то возникает вопрос: что же еще остается отмечать и чему радоваться, если мы уже отметили и Исход из рабства, и то, что мы стали свободными людьми?

В Шавуот мы отмечаем и празднуем существование механизма превращения раба в свободного человека.

Актуальная всегда, проблема эта — превращение раба в свободного человека — для нас, советских евреев, приобретает особую остроту.

Что означает слово Шавуот? Наша традиция учитывает не только необходимость, но и невероятную сложность решения задачи: превратить вчерашнего раба в свободного человека. Это отразилось даже в названии праздника.

Ведь в случае двух других праздников название раскрывает какую-то частичку их сущности. Слово Песах (פסח) означает, что среди всего безобразия жизни Египетской империи Всевышний выделил, отме-

тил **פסח** - "пасах" наш народ и вывел его к свободе. Слово **Сукот** (**סוכות**) означает, что семь дней мы проводим в суке.

А слово **Шавуот** (**שבועות**)? В переводе оно означает "недели". Что это слово нам открывает? На первый взгляд это не ясно.

Более того. Тора дает празднику Шавуот еще два имени:

**יום הבכורים** (йом а-бикурим) и **חג הקציר** (хаг а-кацир), а в Талмуде и других книгах, устанавливающих детали нашей традиции, есть еще одно, четвертое, название: **עצרת** (ацерет).

Однако все эти четыре названия, на первый взгляд, не только не указывают на суть праздника, но и, казалось бы, скрывают ее от нас.

Как мы увидим далее, это происходит именно из-за необычной его значительности. Не указывая прямо на само событие, а лишь намекая на некоторые его свойства, Тора как бы помогает нам постигнуть нашим — пусть еврейским, но все-таки конечным — умом событие бесконечное, как принято сегодня говорить, событие космического масштаба. Ибо речь идет о *даровании Торы*. И главное название

нашего праздника: **חג השבועות, זמן מתן תורה** (хаг а-шавуот, зман матан Тора), праздник Шавуот, день дарования Торы.

#### *Возвышение и очищение: необходимое условие*

Человека, конечно, нелегко сделать бесконечным. Во всяком случае, если речь идет о его телесных и умственных возможностях. Ведь у нас конечное число "мозговых" и нервных клеток, поэтому результат их деятельности тоже конечен. Правда, есть еще душа, обладающая свойством соприкоснуться с бесконечностью. Душу, то есть нас самих, можно очистить и возвысить, придав ей реальную возможность служить сосудом, воспринимающим бесконечное. Но сделать это можно, только вовлекая все наши способности, в том числе (обязательно!) телесные и умственные. Поэтому, празднуя отдельные элементы, связанные с Шавуот, мы как бы готовимся к полному осознанию всей сути праздника.

**יום הבכורים** (йом а-бикурим) — праздник первых плодов. К шестому дню месяца Сивана, на праздник Шавуот в Иерусалим стекалась большая часть еврейского народа. Все землевладельцы приносили с собой первые плоды нового урожая, собранного с их земли. Необходимо было принести первые плоды тех семи видов плодов, которыми славилась Эрец Исраэль: пшеница, ячмень, виноград, инжир, гранаты, маслины и финики. К Иерусалиму двигалась торжественная процессия, завершаясь в Храме, где у жертвенника клали корзинки с плодами, низко кланялись и выходили. Праздник продолжался на улицах и в домах Иерусалима.

**חג הקציר** (хаг а-кацир) — праздник начала жатвы пшеницы. В этот день в Храм от имени всего народа вносят два больших пшеничных хлеба. Это тоже было важной составной частью праздника Шавуот.

В чем же суть этих элементов праздника и почему они присущи именно этому дню?

Основа основ биологической жизни человека — хлеб. Те, кто пережил голод, чувствуют это особенно остро. Все мы ясно ощущаем, что без хлеба — и вообще *плодов земли* — жизнь невозможна. И поэтому

работа на земле (может быть, не очень популярная сегодня) является работой насыщенной и благородной. И очень опасной. Опасность, заключающаяся в ней, — утрата осознания связи результатов своего труда с волей Творца мира, определяющей в *конечном счете* и количественный, и качественный результат этого труда (т.е. благословение или беду он принесет). Утрата этой связи разрушает духовную основу человека, а с этим и самого человека. Обретение этой связи — путь к очищению и возвышению человека.

В конце книги из этой серии рассказывалось о празднике *Песах*:

"Праздник закончился. Нам немного грустно. Но уже слышно тиканье часов. Идет отсчет времени: от дня Исхода — сорок девять дней После первого дня Песаха в каждой вечерней молитве считают дни. Этот подсчет называют **ספירת העומר** (*сфират а-омер*). Как египтяне угнетали наш народ, мучали и истребляли его в рабстве (наши Учителя отметили, что евреи опустили на сорок девять ступеней (уровней) вниз и с каждой ступенькой погружались во мрак еврейские души) — так разгибался, возвышался и просветлялся он, возвращаясь из дома рабства в Эрец Исраэль. Сорок девять ступеней вниз и сорок девять шагов вверх. Ровно через семь недель мы, весь народ, уже стояли у горы Синай и слушали голос Всевышнего, слова, произнесенные для нас Им самим. Он признал нас достойными получить драгоценнейший сосуд — Его Тору. И мы пошли дальше, в Землю Израиля".

Этот подсчет — *семь раз по семь недель* и объясняет название праздника — Шавуот. Он символизирует процесс постепенного, шаг за шагом, освобождения из рабства. Процесс, как мы знаем на личном примере, отнюдь не простой, во всяком случае, далеко не автоматический.

Кроме того, *Шавуот*, семинедельный подсчет, символизирует и определяет внутренний настрой: ожидание.

Теперь, после небольшой, но сущностной расстановки акцентов, мы лучше подготовлены к празднованию *Дня дарования Торы*, собственно, к празднованию Шавуот.

#### *Дарование Торы: что это значит и как это происходило?*

Мы постарались хотя бы чуть-чуть обсудить проблему очищения души, момента ожида-

ния, помогавшего подгото-  
вить *конечного* человека к встрече с Беско-  
нечным.

Но все-таки — как могут люди принять То-  
ру, то есть получить систему духовных цен-  
ностей, мудрость жизни, описание мира  
(всего Творения!), закодированную запись  
всей нашей прошлой и будущей истории  
(вплоть до весьма труднодостижимого  
"конца дней"), бесконечные и безгранич-  
ные по глубине мудрости понятия, получить  
это от самого Творца мира, который есть  
Бесконечность, — и... остаться в живых, то  
есть конечными людьми? В полном объеме  
понять это трудно, если вообще возможно.  
Однако кое-что нам удастся представить,  
если изложить традицию, переда-  
ваемую непрерывно из поколе-  
ния в поколение, с того года —  
2448-го по еврейскому летосчис-  
лению — и до наших дней.

15-го Нисана евреи вышли из  
Египта и через семь недель уже  
стояли у горы Синай. Летняя ночь  
была короткой, и перед рассве-  
том народ был разбужен ослепи-  
тельным сиянием молний и силь-  
нейшим грохотом, напоминав-  
шим раскаты грома. И свет, и звук  
исходили с вершины горы Синай.

На этом этапе люди еще не испу-  
гались, ибо в определенном  
смысле были подготовлены Мо-  
ше, который стоял во главе наро-  
да и в течение нескольких пред-  
шествовавших дней находился на  
самой горе, получая "инструкции" от Все-  
вышнего.

И тут стали происходить события, подгото-  
виться к которым человеку невозможно. У  
всех стоявших у горы Синай неожиданно  
стали меняться человеческие характери-  
стики. Слепые стали видеть, глухие — слышать,  
мгновенно были излечены все телесные  
недостатки. Более того — каналы органов  
чувств смешались: звуки стали восприни-  
маться глазами, свет — ушами.

В этот момент гора была объята пламенем.  
Мир дрожал от ожидания. Сквозь грохот и  
из огня все более явственно слышался звук,  
напоминавший звук бараньего рога —  
*шофара*. Небо прогнулось над вершиной  
горы и как бы сомкнулось с ней. Густое,  
непроницаемое облако окутало всю верши-  
ну, и свечение ощущалось уже как бы про-  
бивающим это облако. Звук шофара все

усиливался, становился почти нестерпимым...

Вокруг горы Синай стояли не только евреи того поколения. В этот мо-  
мент души евреев всех поколений, а также всех неевреев, которые во  
все времена искренне приняли еврейство (совершили *гиюр*), тоже  
находились там. Они объединились — все — в одну общность, стояли  
все "как один человек, с единым сердцем" — необходимое условие  
дарования и получения Торы.

И в этот момент послышался *голос* Всевышнего. Он был не только слы-  
шен, но и воспринимался всем существом — был виден как некая ог-  
ненная субстанция. Люди *видели* звуковую волну, колебания этой суб-  
станции. Они видели ослепительный черный огонь (в виде букв) на  
фоне ослепительного белого огня. Голос произнес первую из десяти  
заповедей: Я — Всевышний, Который вывел тебя из земли египетской,  
из дома рабства. |

Огненная субстанция соприкоснулась с каждой душой, и только после

того, как каждая душа откликнулась,  
согласилась принять — *запечатать* —  
эти слова в себе, она, вернулась к горе  
и замкнулась на одной из двух камен-  
ных скрижалей, которые Моше должен  
был потом передать евреям. Замкну-  
лась, прожгла — и слова эти как бы  
вмуровались в скрижаль.

Ощущение, испытанное каждой душой  
при соприкосновении с огненной суб-  
станцией, передать невозможно. Но  
была у него и другая сторона: наступи-  
ло ощущение смерти.

Ибо каждая клетка тела, каждая моле-  
кула была пронизана духовностью.  
Тело, сосуд, вмещающий душу, стало  
как бы просветляться, исчезать. Есте-  
ственной реакцией на это просветле-  
ние, представляющее собой неотъем-  
лемую часть устройства мира, было как

бы бегство людей (и их душ) от контакта с огненной субстанцией  
(отрицание смерти, необходимое для существования мира).

Это событие было надъестественным и в силу внутренних причин тре-  
бовало продолжения. Поэтому некоей ударной волной все евреи (все  
души) были возвращены в первоначальное состояние и волны огнен-  
ной субстанции принесли вторую заповедь: "Не будет у тебя иных бо-  
гов [то есть не будешь ты признавать никакие "измы", не будешь пре-  
клоняться ни перед чем] кроме Меня". Вторая заповедь, совершенно  
необходимая для дополнения первой, была так же принята евреями,  
так же вернулась и как бы вмуровалась в скрижаль.

Реакция же была снова той же: абсолютное возвышение, но и снова —  
ощущение смерти. После этого евреям было разрешено получать сло-  
ва Торы через Моше, который остался на горе Синай на 40 дней для  
участия в надъестественном процессе восприятия Торы и передачи ее  
еврейскому народу.

Однако мы не можем завершить изложение тех событий, не отметив  
следующего факта: по сути, *евреи получили всю Тору непосредственно*  
*от Всевышнего*. Дело в том, что за мгновение до того, как послыша-





лось первое слово Десяти заповедей: "אֲנֹכִי" (Я...), на волнах звука шофара и огненной субстанции были *одновременно* произнесены все Десять заповедей, более того — все законы Торы *во всех их деталях*. Однако в отличие от явления, описанного выше, когда волны огненной субстанции как бы взаимопересеклись с душами евреев, здесь это произошло иначе: осуществилось лишь легкое касание каждой души. Но этого было достаточно, чтобы на все времена подготовить душу каждого еврея (а также душу настоящего, искреннего гера) к получению всей Торы.

### Наша Тора: великое богатство

Что же такое — "вся Тора"? Большинству читателей известно, наверное, что так называют пять книг (Бе-решит, Шмот, Ваикра, Бамидбар и Дварим) — Пятикнижие Моше. Эти пять книг составляют первый раздел ТаНаХа (аббревиатура слов: Тора, Невиим, Ктувим; на иврите: **תנ"ך, תורה, נביאים, כתובים**).

Записанные в виде единого свитка, представляющего собой точную копию свитка, продиктованного Всевышним и записанного Моше, эти пять книг прочитываются ежегодно в синагогах. Завершают это чтение в праздник Симхат Тора (осенью) и тут же начинают читать снова.

Однако большинству из нас, не получивших, к сожалению, еврейского образования, неизвестно, что Моше получил на горе Синай в некотором смысле две Торы. Одну он записал — это и есть Пятикнижие Моше.

Она называется **תורה שבכתב** (Тора ше-би-хтав) — Письменная Тора.

Другую записывать было запрещено, и она называется **תורה שבאזן** (Тора ше-бэ-ал-пэ) — Устная Тора. В ней излагались десятки тысяч разъяснений к Письменной Торе, а также правила, по которым Учителя во всех поколениях после Моше могли бы находить *правильные* разъяснения для всех новых случаев, возникающих в жизни народа.

Почему же Устную Тору нельзя было записать? Потому, что по сути своей она должна была представлять собой часть жизни народа, быть живой тканью, а не текстом. И только через 1500 лет после получения Торы перед лицом нависшей угрозы, перерыва в передаче традиции — в результате полного разрушения жизни народа — наши Учителя решились (буквально скрепя сердце) записать Устную Тору. Произошло это после разрушения Второго Храма и перед изгнанием и рассеянием нашего народа по всему миру.

Запись Устной Торы представляет собой многотомное произведение — Талмуд **(תלמוד)**, а также много других книг, в свою очередь объединенных общим названием **Мидраш (מדרש)**.

Более того. Поскольку Устная Тора по сути своей развивается и дополняется (по правилам, заложенным в ней же), то правильно отнести к ней *тысячи* книг, написанных нашими Учителями — вплоть до наших дней.

Необходимо отметить, что в Талмуде глубоко разбираются все стороны жизни человека — его внутренний мир и его практическая деятельность, взаимодействие с окружающей средой, устройство мира на всех уровнях — как в материальном, так и во многих духовных сло-

ях, а также концептуальный анализ нашей истории, включая представления о будущем. Добавим, что *вся* Устная Тора основана на Письменной Торе и вытекает из нее. Поэтому можно говорить, что у горы Синай мы получили всю Тору (выражение отнюдь не философское — мы уже говорили о "легком касании" огненной субстанции души каждого еврея, во время которого душа впитала *всю* Тору, хотя, конечно, только в очень высоком духовном слое. В более низких слоях, включая материальный, процесс постижения Торы начался от Моше и продолжается через наших Учителей из поколения в поколение).

Хотелось бы надеяться, что даже столь краткое изложение фундаментальных основ нашей жизни помогает понять, почему День дарования Торы — Шавуот — занял свое место между праздниками Песах и Сукот как один из трех *главных* праздников нашего народа.

Завершая этот раздел, ответим на вопрос, почему основное название праздника — День дарования Торы — как бы скрыто и в самой Торе не упоминается. Потому что в противном случае мы могли бы — ошибочно — считать, что лишь один день в году связан с получением Торы. Нет, то, что мы отмечаем и празднуем, — это как бы в память о том великом дне. Тора для еврейского народа — это дело не одного, пусть праздничного, 1 дня - Получать (изучать) Тору мы обязаны во все дни года.

### Законы и обычаи праздника Шавуот

Как и любой еврейский праздник, Шавуот имеет как общие со всеми праздниками черты, так и свои особенности.

✦ Как и суббота и все праздники, Шавуот начинается вечером. В доме зажигают свечи. В синагоге читают праздничную вечернюю молитву *Маарив*.

✦ После этого члены семьи собираются на первую праздничную трапезу (*сеуда*). Она, как в субботу и в другие праздники, начинается с *кидуша* — произнесения над бокалом вина слов благодарности Тому, Кто вывел нас из рабства на свободу и дал нам праздник — [в этом случае] День дарования Торы.

Произнеся *кидуш*, мы тем самым обозначаем, выделяем (суть ивритского слова **קידוש**) этот день из всех дней года.

И еще одно благословение произносится вслед за первым: "...за то, что Ты дал нам дожить и прийти к этому празднику".

✦ Поскольку эта трапеза — особенная, то ее частью обязательно должен быть хлеб — главная пища человека. В субботу и праздники на стол кладут две халы. Чтобы подчеркнуть важность хлеба, наши Учителя постановили начинать трапезу с него, а перед этим сделать специальное омовение рук — **נטילת ידים** (*нетилат ядаим*), когда вода выливается из какого-либо сосуда на каждую руку по два раза (сначала на правую, затем на левую). Само собой разумеется, *нетилат ядаим* не заменяет мытье рук. Наоборот, наш закон требует, чтобы *нетилат ядаим* делалось только тогда, когда руки уже чистые.

После *нетилат ядаим* сидящий во главе стола произносит благословение на хлеб (в данном случае — халы): "Благословен Ты, Всевышний... извлекающий хлеб из земли" — и раздает по куску хлеба присутствующим.

✦ Отличительной особенностью трапезы в Шавуот являются молочные блюда (часто — блинчики с творогом) и мед. Традицию эту основывают на одной из книг ТаНаХа — **שיר השירים** (*Шир а-ширим*), "Песнь песней", в которой описывается сложность и красота внутренней связи Творца мира с еврейским народом. В *Шир а-ширим* есть фраза:

"Молоко и мед под языком твоим..."

— и наши Учителя видят в этих словах основу для молочной трапезы (с медом) в Шавуот.

В разных общинах и в разных семьях обычаи этой трапезы различны. Одни едят молочные блюда вечером, другие — утром, а третьи делают еще одну, как бы дополнительную, трапезу во второй половине дня, ближе к концу праздника.

Такое различие в обычаях объясняется тем, что должна быть решена некая проблема, любопытная сама по себе.

Дело в том, что еврейская традиция считает, что в субботу и праздники хотя бы две трапезы должны быть мясными. Мясо — признак праздничной трапезы (кстати, в будни наша традиция рекомендует есть мясные блюда не слишком часто).

Однако законы еврейской жизни — законы кашерности — строжайше запрещают смешивать мясные блюда с молочными (и вообще любые мясные и молочные ингредиенты в одном блюде или в одной посуде, или даже в разной посуде, но во время одной трапезы).

Как уже говорилось, в день праздника Шавуот в разных семьях и в разных общинах решают эту проблему по-разному.

✦ В конце трапезы произносят благословение — благодарность Тому, от воли Которого, *в конечном итоге*, зависит наше благосостояние и, в частности, обилие и разнообразие нашей трапезы, — **ברכת המזון** (*Биркат а-мазон*). В тексте его мы отмечаем, что у нас есть пища, что Всевышний дал нам нашу страну — Эрец Исраэль, что у нас есть Иерусалим, духовная столица мира, и выражаем надежду на скорейшее восстановление Храма в нем.

✦ Утром в синагоге — праздничная молитва — *Шахарит*. Как и в другие праздничные дни (и в субботу), она состоит из главной молитвы, предваряемой чтением ряда отрывков из ТаНаХа (по *сидуру*, молитвеннику). Затем из *арон а-кодеш* (самое почетное место в синагоге) выносят *сефер Тора* (свиток Торы, точную копию свитка, записанного рукой Моше со слов Всевышнего) и читают по ней два отрывка. В данном случае читают рассказ о получении Торы, текст Десяти Заповедей и фрагмент, рассказывающий о законах празднования *Шавуот* в Храме. Однако перед тем, как начинают читать этот отрывок из Торы, читают другую книгу ТаНаХа — книгу Рут (ее читают полностью!). О тексте книги Рут — ниже.

✦ После чтения из свитка Торы, а также из Книги пророков (в данном случае читают то место из книги пророка Иезекиеля, где он рассказывает, как во время особого "пророческого", состояния он увидел структуру высших, духовных слоев мироздания), свиток Торы возвращают на прежнее место.

✦ Затем читают *Мусаф* — дополнительную праздничную молитву.

Всего молитва *Шахарит* продолжается около двух — двух с половиной часов.

Вторая трапеза следует после *Шахарита*. По своим обычаям она в основном напоминает первую, вечернюю.

### Тикун лейл Шавуот

Мы уже говорили, что утром перед получением Торы евреи были *разбужены* ослепительным светом и звуками, исходившими от вершины горы Синай. Наши Учителя считают, что спать в ночь перед этим было, мягко говоря, не совсем уместным. Они постановили, что отныне ежегодно в ночь праздника Шавуот нам следует как бы исправлять свое поверхностное поведение в ту ночь, 6-го Сивана 2448 года.

Для этого собираются и читают в течение всей ночи отрывки из Торы, ТаНаХа, Талмуда, Мидрашей и других книг. Некоторые составляют свою "программу чтения" на ночь, другие пользуются готовым сборником, составленным сотни лет тому назад и назван-

ным **תקון ליל שבועות** (*тикун лейл шавуот*) — *установление для ночи Шавуот*.

Наш закон говорит, что если кто-то чувствует, что, проведя всю ночь за чтением, он так устанет, что не сможет сконцентрироваться во время утренней молитвы, ему следует читать по своей программе или

по *Тикуну* только несколько часов, а затем пойти спать.

### Книга Рут

Среди книг ТаНаХа есть одна, очень небольшая, которую наши Учителя избрали как наиболее подходящую для чтения в синагоге (и дома) в праздник Шавуот. Это книга Рут (ее еще называют **מגילת רות** — *Мегилат Рут*, подобно тому, как книгу Эстер, читаемую в праздник Пурим, называют *Мегилат Эстер*).

В ней рассказывается история моавитянской женщины Рут (моавитяне — народ, занимавший одну из областей современной Иордании), выразившей желание стать еврейкой, сделать *гиюр*. Истории этой уже около трех тысяч лет, и она для всех поколений — пример благородства, возвышенности и духовной чистоты. Слова Рут, с которыми она обратилась к своей свекрови (еврейке): "Куда ты пойдешь, туда и я; где тебе жить, там и мне; народ твой — мой народ; Б-г твой — мой Б-г" — стали символом, знаменем — и критерием — искреннего перехода в еврейство.

Для нас, евреев, эта книга — замечательный пример личного принятия Торы и ее законов. Так что причина, по которой ее читают в Шавуот, — очевидна.

Что же касается Рут, то судьба ее после гиюра сложилась следующим образом. Она вышла замуж за Боаза, одного из Учителей того поколения. У них родился сын Овед, а у Оведа — сын Ишай. У Ишая же родился сын, которому суждено было стать величайшей, центральной личностью нашей истории. Звали его Давид. Царь, вставший над народом и государством. Учитель своего и всех последующих поколений. Прямой потомок его должен к концу нашего исторического периода возглавить еврейский народ здесь, на Земле Израиля, в Иерусалиме. И тогда народы мира будут собираться в Иерусалиме, чтобы получить из уст его и из уст других наших Учителей слова Торы, как это и предсказано пророком Ишайягу:

**כי מציון תצא תורה ודבר הי מירושלים** — "Ибо из Циона выйдет [Учение] Торы и слова Всевышнего — из Иерусалима".

### Остановиться в пути — чтобы идти дальше

Мы помним — наш праздник называется **אצרת** (*Ацерет*) — остановка. Странное название, не правда ли? Однако вот что рассказывает нам Устная Тора.

Через некоторое время после Исхода из Египта, Исхода из рабства к свободе, Всевышний обратился к еврейскому народу и сказал ему: "Вы идете в Землю Израиля, к свободной жизни. Остановитесь ненадолго, Я хочу дать вам драгоценный сосуд, который всегда будет вам *компасом в пути, источником жизни* на вашей Земле". Остановка эта — *Ацерет* — и была Днем дарования Торы. Она как бы *завершала* Исход из рабства и *начинала* новый период — превращения раба в свободного человека. Процесс этот есть процесс превращения нашего огромного духовного потенциала, полученного в результате соприкосновения нашей души с огненной субстанцией, превращения этого *потенциала в действие*, в жизнь свободного человека.

Поэтому в Торе, сразу после изложения законов Шавуот и перед изложением законов следующих по календарю праздников (как бы совершенно неуместно!), говорится: "А когда будете снимать урожай на земле вашей, не снимайте урожай с концов полей ваших и

опавшие во время жатвы колосья не подбирайте. Нуждающемуся и чужому пришельцу оставляйте это" (*Ваикра*, гл. 23).

Это — перевод духовного потенциала свободного человека в действия, в жизнь свободного человека.

Это — перевод явления *получения* человеком Торы на язык действий человека, *дающего* другим.

Это — суть жизни еврея, и это — суть праздника Шавуот.

### ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

**Д**орогие читатели!  
Уже скоро, совсем скоро наш народ вновь получит Тору на горе Синай!

*Утро встает. Ждет наш народ.*

*—Что сейчас будет ?*

*Время-вперед!*

*Новые правила. Новый отсчет.*

*Новое время!*

*Полный вперед!*

*—Мы Торы завет на себя принимаем.*

*Детей обучать ему мы обещаем.*

*Мы все понимаем: народ будет жить ,*

*Пока свою Тору будет учить.*

*Вдруг Молния.*

*Гром.*

*Искры Святого огня.*

*Я-Б-г твой! Да не будет других богов у тебя!*

*Мы тоже с тобой были там-я и ты-тогда у Синая.*

*И жить мы с тобою должны, об этом не забывая.*

*И пусть нелегко в дороге, но каждый еврей знает:*

*Тора поможет всегда. Тора путь освещает!*

А теперь давайте закроем глаза и представим себя вместе со всем еврейским народом возле горы Синай.

Кого вы видите вокруг?

Да это же родные лица!

Оказывается, мы все давно знакомы!

Так как же нам ссориться и обижать друг друга???

Цюпа Гензель

Кфар Эльдад

## ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат *Берахот*

## Лист 59 часть 2

Итак, знакомясь с содержанием первой части нашего листа, мы остановились на обсуждении *берахи* (*бераха* в переводе - «благословение»), которую Мишна (ее содержание - см. на сайте **обзор первой части листа 54**) рекомендует произносить в тех случаях, когда человек наблюдает различные явления природы («падение» кометы, гроза с громом и молнией и т.п.). Это благословение, напомним, звучит так: «Благословен Ты... сила и могущество Которого наполняют мир». Попутно, в поиске первоисточника текста данной *берахи*, Талмуд раскрыл нам некоторые тайны астрономии и астрологии, и мы убедились, что во времена Талмуда наши Учителя имели в этих областях такие знания, которыми наука овладела лишь в прошлом веке (см. на сайте **обзор первой части листа 59**).

В произвольно выделенной нами второй части листа, Талмуд продолжает анализировать содержание Мишны. В центре внимания Учителей - то же благословение. Однако изучение темы оказывается на новом витке глубокого исследования. Талмуд рассматривает частный случай - речь идет о грозе.

Раскаты грома, - отмечает **раби Иегошуа бен Леви** (великий Учитель Талмуда первого поколения; *Эрец Исраэль*, середина 3-го века), - созданы, чтобы служить определенной цели: «**распрямлять изгибы сердца**». Ведь сказано в Танахе: «Всевышний сделал так, чтобы Его боялись» (книга *Козлет*, гл. 3).

Что Учитель имел в виду?

Человек, слыша раскаты грома, - разъясняет Талмуд, - должен осознать, что грозное грохотание - одно из проявлений Могущества Всевышнего в нашем мире. При этих звуках душа и сердце его трепещет. И он задумывается над своими поступками - правильно ли он вел себя? И просыпается в нем стремление оставить «окольные» пути и отогнать от себя пустые, никчемные мысли и следовать прямыми путями Творца.

Увидев радугу в облаках, - говорит **рав Александри** (Учитель Талмуда в Вавилоне), - человеку следует пасть ниц, обратив лицо свое к земле.

Однако Учителя, которые жили и работали в *Эрец Исраэль*, открывают по поводу радуги иную грань Истины.

Если человек падет ниц, завидев радугу, - сказали они, - это будет напоминать ритуал поклонения силам природы. А мы поклоняемся лишь Всевышнему - только Ему Одному. Иное поклонение - нарушение законов Торы. Но вот благословение, когда на небосводе появляется радуга, необходимо произнести.

Какое именно? - спрашивает Талмуд. - Быть может, на появление радуги нам надо говорить - «Благословен Тот, Кто помнит Свет Союза». Ведь было, что Сам Творец изрек такие слова: «И увижу Я (Всевышний) радугу в облаках, и выполню Свои обязательства (по Договору)».

Здесь, в этих словах, содержится намек на историю с Ноахом.

Когда путешествие ковчега, на котором плывал Ноах со своей семьей и спасенными животными по бескрайним водным просторам, закончилось, Всевышний подал знак, смысл которого состоял в том, что Он **более на устроит** Потоп на Земле. И этим знаком была - радуга.

Завидев радугу, - открывают в этом иную грань Истины Учителя йешивы раби Ишмаэля, сына раби Йоханана бен Брука, - надо сказать так: «... Верный Союзу своему и устанавливающий законы».

Еще одну грань Истины находит, исследуя проблему, **рав Папа** (великий Учитель Талмуда пятого поколения, Вавилон, 5-й век).

Когда человек видит радугу, - говорит он, - ему следует произнести оба благословения: одно - «Благословен Тот, Кто помнит Свет Союза», другое - «Верный Союзу своему...».

Далее Талмуд переходит к обсуждению следующего пункта Мишны, устанавливающего, какую *бераху* нужно читать, когда перед человеком открывается горный пейзаж или гряда холмов, когда видит он водные богатства земли - реку, озеро, море, или - пустыня простирается перед ним. И сказано в этом пункте: в таких случаях мы произносим: «Благословен творящий мироздание, создающий творения».

Но почему именно при таких обстоятельствах надо упоминать о «творениях»? - спрашивают Учителя. - Разве в других случаях, которые уже обсуждались, речь шла не о творениях? Ведь каждая вещь, каждое явление - часть мироздания, созданного Творцом. Разве не творение, к примеру - молния? Написано в Танахе: «...молнии (Он, Всевышний) сотворил» (*Теилим* - Псалмы царя Давида, пс. 135).

Что касается молнии, в частности, - замечает **Рава** (величайший Учитель Талмуда четвертого поколения; 4-й век), - тут - несколько иной случай. Когда рассекает небосвод молния, надо произносить два благословения. Первое из них - «Благословен Ты... сила и могущество Которого наполняют мир». Второе - «Благословен творящий мироздание и создающий творения». Но в тот момент, когда человек видит, допустим, горы или холмы, достаточно ему произнести второе благословение - «Благословен творящий мироздание и создающий творения». Ибо горы, холмы и прочие подобные красоты природы стоят, можно сказать, «сами по себе». Поэтому и не принято говорить: «Благословен Ты... сила и могущество Которого наполняют мир».

Если человек видит над собой совершенно чистый, «прозрачный» небосвод, - подчеркивает раби Иегошуа бен Леви, - он тоже должен произнести *бераху* - «Благословен Ты... сила и могущество Которого наполняют мир».

Такое небо бывает, - вносит свое уточнение **Абайе** (один из крупнейших Учителей Талмуда в Вавилоне; первая половина 4-го века), - если всю ночь напролет шел дождь, а утром поднялся северный ветер и очистил от туч небосклон.

Иную грань Истины открывает в этом **рав Хисда** (один из крупнейших Учителей Талмуда в третьем поколении; Вавилон, 3-й век).

С момента разрушения Храма, - отмечает он, - не бывало совершенно чистого и прозрачного небосвода. Недаром говорится в Танахе: «Одену Небеса в мрак и накрою их мешковиной» (книга пророка *Иешаягу*, гл. 50). И пророчество это сбывается - как знак отдаления от нас *Шехины* (о понятии «*Шехина*» - см. на сайте ответ «*Шехина* - святой дух...»)

Автор текста *Ханох Лернер*

**Адвокат Давид Рапопорт**



David Rapoport Adv.



Юридическое сопровождение  
и оформление сделок  
с недвижимостью в Израиле.

DAVIDRAPORT10@GMAIL.COM (972) 77-5558548 (972) 58-7601542

**Меир Сакевич** בס"ד

Не в субботу и праздники

**Meir FIX Phone**



Ремонт всех видов мобильных телефонов и планшетов,  
включая решение программных проблем.  
Программная настройка и чистка ноутбуков от пыли.

mair.sakyevych@gmail.com 052.93.707.13



CONSULTING  
SERVICES

**М**еждународная 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**



**МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

**B** vk.com/hafetzhaimk

**f** facebook.com/liubdeldobro

**f** facebook.com/hhafetzhaim

ВМЕСТО МОЕГО ЛИЦА,  
ДОЛЖНА БЫТЬ ВАША  
РЕКЛАМА

