



# הַשַּׁבָּת דַּעֲלֵאֲתָא דְדוֹבְרוֹ

ОНЛАЙН ОБЩИНА «ХАФЕЦ ХАИМ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА ШАББАТНИМ СТОЛОМ.

ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ САЙТА [WWW.EVREY.COM](http://WWW.EVREY.COM)

ВЫПУСК ПОСВЯЩАЕТСЯ СКОРЕЙШЕМУ ВЫЗДОРОВЛЕНИЮ АЛИЗЫ БАТ АМАЛИИ

## НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА

### «ТЕЦАВЕ»

#### А также:

Вопросы к Раввину

О здоровом образе жизни

Культура. Личность. Этика

Женская Рубрика

Мир Вокруг Нас

Законы Лашон А-Ра

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, София, 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 Йарден, Якутск...

**СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:**

- Недельная глава «Тецаве» —3  
 Вопросы раввину—5  
 Культура. Личность. Этика— 10  
 Здоровый Образ Жизни — 12  
 Женская рубрика—14  
 Мир Вокруг Нас —16  
 Законы Лашон а-Ра — 17  
 Законы Пурима — 17  
 Детская страничка—19  
 Лист Талмуда—20

Ответственные за проект:  
 Элиэзер Фрейдкин, Давид Эльман

Над номером также работали:  
 Лея Эльман, Сара Манн,  
 Шломо Фрейдкин, Элишева  
 Фрейдкина, Цюпа Гензель, Эня Леина,  
 Елена Демидова, Лейб Каханэ

Художники:  
 Мария Журавлёва и Этель

Любые Ваши предложения  
 направляйте на эл.почту  
 hafetz.haim@outlook.com  
 Поддержите наш проект  
<https://hafetzhaim.com/donate/>

**МЫСЛИ РЕДАКТОРА...**

нашей недельной главе Тецаве есть удивительный момент: Всевыш-ний повелевает Моше Рабейну, избрать особенных людей, чтобы изготовить одежды для его брата Аарона, который должен стать Коэн гадоль.

Отмечает великий Раши, что одежда сама по себе имеет силу поднять и освятить его, придать ему духовные силы.

Конечно же, не спроста во многих традициях есть поговорка, что встречают человека по одежке!

Одежда Коен гадоль, также состояла из важнейших элементов, отображающих устройство духовных миров, и ее должны были изготавливать особые люди, с особым духовным устройством, особой чувствительностью.

Одежда отображает человека: прежде чем еврей проявляет себя, свои духовные качества, потенциал, он должен быть опрятно и скромно одет.

Наша одежда имеет возможность возвышать так же и нас, поэтому мы должны обращать внимание не только на свой внутренний мир, духовный рост, изучение Торы, но и на свой внешний вид, который в некоторых случаях может изменить окружающих.

Однако, чтобы не переусердствовать с улучшением своей внешности, не будем забывать окончание нашей поговорки :Встречают по одежке,но провожают по уму!

Элиэзер Фрейдкин

Кфар Эльдад, Израиль

## НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ТЕЦАВЕ»

### ГЛАВА «ТЕЦАВЕ»

**Место в Торе:** книга *Шемот*, гл. 28, ст. 1 — гл. 29, ст. 46.

#### Почему глава так называется?

По начальным словам: «И ты **вели** сынам Израиля» (гл. 27, ст. 20).

**Вели** на иврите — *тецаве*.

**В** предыдущей недельной главе говорилось о том, как из *трумы* — приношений, материалов, дарованных еврейским народом, строился *Мишкан* (переносной Храм) — место пребывания *Шхины*, осязаемого Присутствия Творца (см. на сайте обзоры гл. *Трума*, *первый*, *второй* и *третий* годовые циклы).

Наша недельная глава — *Тецаве* — рассказывает о том, как горела *менора* (семисвечник) в Храме, а затем переходит к детальному описанию одежды *коэнов* — служителей Храма.

Эта последовательность повествования в Торе: от *Мишкана* — к *коэнам*, позволяет нам провести определенные параллели. *Мишкан* — «покров» для священных предметов и «одеяние» *Шхины*, а одежда *коэна* — специальный покров человека особого, душа которого обращена к Творцу, человека, жизнь которого посвящена служению Всевышнему. *Мишкан* строился строго по плану Творца. В нашей недельной главе мы узнаем, что Всевышний через Моше передает до мельчайших деталей «разработанный план» изготовления одежды *коэна*, указывая, из каких материалов следует ее делать, как должна быть соткана ткань, какие размеры могут иметь ее элементы.

Эта подробность описаний вызывает удивление: **неужели Всевышний придавал одежде такое большое значение?** И коль скоро это действительно так, значит, есть в этом какой-то глубинный смысл. Какой же?

Некий намек дает нам фрагмент, с которого начинается повествование нашей недельной главы — о *меноре* и оливковом масле. Подробно об этом мы говорили в прошлом году (см. *обзор недельной главы Тецаве*, второй годовой цикл). Теперь же обратим внимание лишь на суть самого процесса: чистое оливковое масло заливается в специальные емкости подсвечников, зажигаются фитили и масло постепенно «исчезает», дематериализуется, трансформируясь в огонь — свет, прославляющий имя Творца (отметим, что и Он, создавая творение, начал со света).

Элементы одежды *коэна*, как детали сложнейшего прибора, идеально подходят друг к другу, и каждый из них — необходим, ибо выполняет свою особую функцию. Как материальную, так и духовную. Но осознать это сложно. Поэтому, прежде чем переходить к анализу деталей, поговорим об общей концепции этого одеяния.

Специфические одежды *коэна* называют *бигдей кавод* (в буквальном переводе — «одежды, выражающие и вызывающие уважение»). Буквенный состав и смысл слова *бегед* (одежда) мы обсуждали в прошлом году (см. на сайте *обзор недельной главы Тецаве*, второй годовой цикл). Здесь же остановимся на важном для нашего обсуждения

понятии *кавод* (почет, уважение).

Оно не такое простое, как может показаться, на первый взгляд. Разные люди по-разному представляют себе, что такое истинное уважение. По-разному мыслят и пути, которые ведут к таким отношениям с людьми, когда окружающие оказывают тебе почет и уважение. Наша традиция говорит, например: **от того, кто гонится за почетом, почет убегает...**

Некоторые тайны, как обычно, способен нам приоткрыть морфологический разбор самого слова.

Слово *кавод* образовано от корня *кавед*, что на русский язык можно перевести как — «тяжелый». Учителя объясняют, что перед Высшим Судом взвешивают дела людей, и у многих чаша добрых дел оказывается слишком легкой. Понятно, что их ждет — у них слишком мало заслуг, чтобы обеспечить им достойное место в Будущем мире.

Уважение по заслугам, вес в обществе, вес — в среде тех, чьи заслуги весомы... Эти понятия, как будто бы, хорошо нам знакомы. И мы оперируем ими, не задавая себе подчас очень важный вопрос: каковы критерии оценки? Но разве существует в принципе объективный взгляд, **безотносительная истина?**

О критерии оценки в данном случае поведаст нам числовое значение (*гемаatria*) слова *кавод*. Его корень состоит из букв *каф*, *бет*, *далет*, что вместе составляет число 26. Это — *гемаatria* самого возвышенного, самого личного из имен — четырехбуквенного Имени Творца, выражающего, в частности, Его вечность и милосердие.

Если же мы разделим число 26 на составные, получится — 13 + 13. Число 13 — *гемаatria* двух слов: *эhad* — один и любовь — *а́ava*. Эти слова раскрывают один из аспектов этого Имени Всевышнего, а также — понятия «почет».

Что же у нас получилось в результате? Почет полагается тому, кто связан с Одним — Единым Творцом, который **из желаний даровать любовь сотворил весь мир**. То есть человек, любящий и дарующий другим истинную любовь и заботу, заслуживает уважения.

Эта идея находит воплощения в полном

написании слова *кавод* — с буквой *вав*, одна из ролей которой в иврите — служить соединительным союзом “и”. И здесь она как бы становится символом соединения воплощения истинного почета и уважения с их источником. Отметим, кстати, что букву *вав* во многих еврейских книгах уподобляют “трубочке”, по которой от Всевышнего “стекает” жизненная энергия и благословение.

Та же идея прослеживается и в слове *тецаве* — “повели”, которое дало название нашей недельной главе. Оно образовано от корня *цав* (состоит из букв — *цадик* и *вав*). Эти буквы находим и в слове *мицва* — “заповедь”, “повеление Творца”.

Корень *цав*, помимо этого, объясняет и необходимость соблюдения заповедей. Ведь буква *цадик*, сама по себе — слово и имеет значение — “праведник”. В данном случае — Тот, от которого исходит вся праведность человека. *Вав*, как мы говорили — “соединение”. И получается, что, выполняя желания Творца, человек соединяется с Ним, соединяется с самим источником жизни...

Продолжим наше исследование слова *кавод*. Его числовое значение с буквой *вав* — 32. Это число, в свою очередь, можно записать буквами *ламед*, *бет*, которые образуют слово *лев*, что в переводе означает — “сердце”.

Иначе говоря, уважение обретают те, у кого сердце раскрыто другим людям. Однако дарить любовь необходимо с умом. “Бессмысленная” любовь приносит только неприятности. Эта идея выражена в нашей традиции понятием *хохмат лев* — “мудрость сердца”. Именно этим качеством просил Творца наделить его мудрейший из людей — царь Шломо.

Без мудрости сердца, одним умом, **нельзя по-настоящему, глубоко понять людей**, рассудить их милосердно и по справедливости. А ведь именно эта задача поставлена Творцом перед царями и *коэнами*.

Буквой *ламед* заканчивается Тора в слове “Израэль”, буквой *бет* в *Берешит* начинается Тора. Комментаторы объясняют: по Торе и для нее сотворен мир. И для Израэля, чтобы он учил Тору.

Слово *лев*, образованное буквами от конца Торы к ее началу, характеризует и саму Тору, предназначенную для народа Израиля, и отношение к ней. Кто всем сердцем стремится понять Закон Творца, который Он раскрывает в Торе, и учит ее снова и снова, тому открывают *лев* (*гематрия* слова — 32) — 32 способа ее постижения, как пишет об этом *Сефер Йецира*. Такой человек становится мудрецом, и по праву заслуживает всеобщее уважение.

Однако вернемся к слову *кавод* — составной части обсуждаемого нами выражения *бигдей кавод* (так называют, напомним, одежды *коэна*). Его числовое значение, как мы знаем — 32. Сравним эту цифру с *гематрией* корня *цав* (от которого образовано слово *тецаве* — вели), которая равна 96. Число 96 это — три раза по 32. Отметим при этом, что трехкратное повторение обычно указывает на постоянство какого-либо проявления.



Есть в слове *цав* и смысловая связь с понятием “мудрость сердца”: 96 — это два раза 48, а 48 — *гематрия* слова *моах*, что в переводе означает — “разум”.

Проведенный нами анализ дает возможность сделать определенные выводы. Попробуем сформулировать их.

Исполнение заповедей дает возможность нашему сознанию соединиться с Высшим Разумом. И тогда сердце обретает истинную мудрость и руководствуется не телесными желаниями, но воспринимает Его желания — как собственные. На этом и выстраивается основа того уважения, которое народ испытывал к *коэнам* и их уважения к Творцу, которое выражала одежда *коэнов*.

Итак, мы раскрыли различные грани духовного значения праздничных одежд *коэнов* (о том, из чего их делали и из каких частей они состояли — см. [обзор недельной главы Тецаве](#), второй годовой цикл). Но что носили *коэны* в будни?

Тора рассказывает, что будничная одежда *коэна* состояла из четырех частей и изготавливалась из белой льняной ткани.

*Коэн* надевал *михнасаим* — штаны ниже колен, еще более длинную рубаху с длинными рукавами — *кетонет*, головной убор — *мигбаат* и *авнет* — пояс.

Каждый из этих элементов выполнял двоякую роль: чисто функциональную и “духовную” — служил, как рассказывает Устная Тора, для искупления определенных проступков еврейского народа.

***Михнасаим* (штаны, брюки) искупали безнравственное поведение.**

Тора подчеркивает, что они должны быть достаточно длинными — чтобы даже ступени Храма “не видели” наготы *коэна*. А на *мизбеах* (в приблизительном переводе — “жертвенник”) вели не ступени, а специальный пандус, чтобы *коэну* не пришлось шагать широко и не было бы видно исподнее.

*Кетонет* (рубаха) искупала безнаказанные убийства. Когда человек совершал преступление так, что никто этого не видел и не было свидетелей, чтобы вершить суд над ним. В таких случаях тяжесть проступка ложилась на весь народ.

*Мигбаат* (головной убор) искупал наглость, кичливость. Отсюда, вероятно, по принципу “от обратного”, пошло выражение “ломать шапку”. Смысл этого выражения и действия — показать, что ты как бы признаешь над собой превосходство другого человека. Однако у евреев снимать шапку перед людьми не принято. Всегда покрытая голова еврея — знак, что у него есть лишь Один Хозяин.

*Авнет* — широкий пояс, который наматывали до груди, в 32 локтя длиной, искупал нехорошие мысли, которые появлялись в сердце.

Записаны в Торе и общие принципы ношения одежды.

Первый и самый главный — скромность. Творец требует от человека скромности во всем, в том числе и в одежде. Это касается и женщин.

Ну и, конечно же, одежда должна быть чистой и аккуратной. Даже бедный человек не может позволить себе ходить в рваной одежде, потому что это запрещено Торой и расценивается как *хилуль а-Шем* (осквернение Имени Всевышнего).

Сегодня, когда нет Храма со всем его содержанием, нет тех ритуалов и уникальных одежд священников, понятие “особой” одежды (*бигдей кавод*), вызывающей уважение, не утратило своего значения в жизни соблюдающих традицию евреев.

Оно выражено многими, актуальными для нас требованиями *галахи* (практического закона) и проявляется в сохранившихся до наших дней обычаях.

В субботу и во время еврейских праздников — из уважения к ним, а стало быть, прежде всего, из уважения к Творцу, который выделил эти дни — евреи надевают особую, красивую одежду, которую в будние дни не носят. И поступают так, независимо от обстоятельств. В Израиле и в странах рассеяния. И даже если, скажем, человек живет один и по каким-то причинам собирается провести субботу в одиночестве. Потому что самое главное в этом — стремление не “покрасоваться”, выделиться из среды других людей, но — отделить праздник от повседневности, подобно *кознам* в Храме, создать особый настрой, подготовить себя к возвышенному служению Творцу, к тому, чтобы приступить к исполнению праздничных заповедей.

*Бигдей кавод* евреи одевают не только в праздничные дни. Вообще, особенности еврейской одежды — заповеданный Торой способ отличаться от других народов. Мужество, проявленное евреями в эпоху египетского рабства — на протяжении 200-т лет они сохраняли стиль еврейской одежды, не проявляя стремление быть незаметными в толпе египтян, было зачтено им, как рассказывает Мидраш, заслугой, за которую, в совокупности с другими, Творец вывел еврейский народ из Египта.

Сохранение традиции отцов в одежде в странах рассеяния в наши дни тоже порой **требует мужества...**

Автор текста *Гедалия Спинадель*

## ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

**П**оявилась несдержанность — в еде, разговоре и в действиях. Как ее устранить?

*Здравствуйте, глубокоуважаемый рав.*

*У меня последнее время появилась проблема, которую мне трудно описать, но это мешает мне жить. У меня появилась несдержанность — как в еде, так в разговоре и в действиях.*

*Я не знаю, с чем это связано и как это исправить. Внутри мне что-то подсказывает, что это гордыня. Но я не уверен. И поэтому обращаюсь к вам.*

*Что это за чувство и как это устранить?*

*Григорий  
Израэль*

**Н**ачну свой ответ с небольшого экскурса в необычайно возвышенную тему, казалось бы, не имеющую отношения к Вашему вопросу. Тема эта — о Сотворении мира.

Знаменитая, всем, наверное, известная фраза, которой открывается Тора, в переводе звучит так: «Вначале сотворил Всевышний небо и землю» (***Берешит***, гл. 1, ст. 1).

Для определения понятия «Всевышний» в Небесном языке, иврите, существует ряд Имен. В процитированной выше фразе Торы выбрано Имя *Элохим* (вне чтения текстов Торы мы обязательно произносим его иначе — *Элоким*). При том, что центральное, так сказать, «корневое» Его Имя — другое. Оно состоит из четырех букв. И по причине величайшей святости этого Имени — мы его даже не произносим, заменяя иными словами.

Возникает вопрос: почему весь текст Торы открывается не этим, главным, четырехбуквенным Именем, но — другим, тоже великим и важным, но все же — другим?

Ответ на него находим в Устной Торе, где сказано, что Имя *Элоким* раскрывает такое качество проявления Всевышнего в мире, как — установление границ, сдержанность. Ибо это, сдержанность — главное качество, которое необходимо проявить при Сотворении мира.

И поскольку с этого начался процесс Сотворения мира — с него начинается и процесс воспитания человека. От рождения и впоследствии. Ведь и совсем маленького ребенка обучают правилам безопасности,

говоря ему «не делай это», «не приближайся к огню» и т.п. А потом — и правилам межчеловеческих отношений. Ибо даже 3-летний ребенок должен знать и усвоить, что, например, сидя за столом, нельзя залезать рукой в чужую тарелку. Или — развлекаться, швыряясь в кого-то теми или иными предметами.

Следует отметить, что в принципе каждый человек — усваивает эти правила. Конечно же — по-разному и в разной степени.

Этот комплекс правил в нашей традиции называется — *дерех эрец*. И в наших книгах написано: «*Дерех эрец кадма ле-Тора*», что в сущностном переводе означает, что без *дерех эрец* — нельзя постичь Тору.

К чему это, столь длинное предисловие?

К тому, что, поскольку, как я полагаю, Вы хотели бы изучать, постигать Тору — Вам важно знать, что без *дерех эрец* это невозможно.

Само понятие «*дерех эрец*», как уже, наверное, очевидно, означает — «осознание существования границ и стремление к их соблюдению».

Установление связи между соблюдением границ и постижением Мудрости Всевышнего (то есть — Торы) уже должно Вам помочь в разрешении Вашей проблемы. Но этого — недостаточно. Поэтому пойдём дальше.

Представьте, что Вас вызвал к себе директор предприятия (учреждения, завода, фирмы и т.п.), где Вы работаете. Этот директор наделен широчайшими полномочиями. По его слову, сотрудника могут уволить, или, наоборот, повысить в должности, прибавив зарплату. Могут — на много лет лишиться возможности продвижения по служебной лестнице. И т.д.

И вот, этот директор, вызывает Вас в свой кабинет для личной беседы (наедине или в присутствии кого-то из сотрудников). По заведенному им обычаю, на его столе — ваза с фруктами, прохладительные напитки и т.п.

Не думаю, что Вы в течение беседы с ним будете один за другим брать из этой вазы фрукты, бесконечно наливать себе воду, выпивая стакан за стаканом, перебивать директора, раздражаться длинными тирадами в ответ на заданный им конкретный вопрос. Или, допустим — вскакивать со стула,

прохаживаться по кабинету, выходить в приемную и возвращаться, отвечать на звонки мобильного телефона и т.д.

Совершенно уверен, что в таких обстоятельствах (в кабинете директора) описанные в Вашем письме три формы несдержанности (в еде, разговорах и действиях), как говорится — «как рукой снимет». Вам и в голову не придет совершить хоть одно из обозначенных здесь нарушений.

Так что, очень многое зависит от понимания Устройства мира. И, как очевидно, многое в Вашей жизни зависит от хорошего, равнодушного или неприязненного отношения к Вам этого директора (напомним, наделенного широчайшими полномочиями). Иногда — вплоть до уровня Вашего благосостояния (сможете Вы или не сможете заработать себе на кусок хлеба).

Точно так же от того, в какой степени Вы соблюдаете *дерех эрец* (с этого, то есть — с установления границ и ограничений, началось Сотворение мира) — зависит и отношение к Вам Творца мира. Иными словами — Ваша судьба.

Так что, вот Вам рецепт: начните учиться устанавливать себе границы.

Перед тем, как приступить к еде — поставьте перед собой все то, что Вы намерены съесть. А если часть пищи еще остается в кастрюле или, скажем, в холодильнике — заранее приготовьте для этого пустую тарелку. Подумайте о том, что данный набор еды — достаточен для Вас. И скажите себе, что не собираетесь употребить больше того, что Вы приготовили, допустим, для завтрака (обеда, ужина, перекуса и т.п.). Дайте себе установку: «Не съем больше — даже если мне трудно будет остановиться».

Так же — и в разговоре.

Прежде чем излагать какую-то мысль или тему — настройте себя на соблюдение известного всем нам еще со школьной скамьи, испытанного и надежного правила: «изложение или сочинение должны состоять из введения, главной части и заключения». И на каждую из трех составляющих постарайтесь поставить ограничитель — от одной до трех фраз.

Это — непросто, но постепенно (довольно быстро, кстати сказать) у Вас это начнет получаться.

Не начинайте излагать какой-либо новый текст — пока собеседник неотреагирует на это каким-то своим текстом. Если же тот ответит одним словом (или пусть даже одним предложением) — то и Вы на его реплику ответьте так же, не приступая к изложению новой темы.

Что же касается несдержанности в действиях — приучайте себя к тому, чтобы прежде чем приступить к их осуществлению, всякий раз задавать себе простые вопросы. Зачем мне это нужно? А если мне и нужно произвести те или иные действия — как на нихотреагирует окружение? Не причину ли, совершив эти действия, кому-то вред? Не покажусь ли я тем людям, которых коснутся мои действия — назойливым, не помешаю ли им? Сообразовывать свои поступки и действия с потребностями, желаниями, настроениями и т.п. окружающих — тоже нелегко. Но довольно несложно приучать себя к этому. Чтобы достичь в этом успехов — всегда вспоминайте представленную мной в данном ответе модель: «Вы сидите в кабинете директора...».

Автор текста Элиягу Эссас

## Как стать востребованным и найти в себе то, что ценится другими?

*Хочу спросить Вас, рав, о таком качестве, как востребованность или нужность, т.е. - желании давать людям то, что ими ценится, т.к. делает их жизнь лучше.*

*Услышал интервью, где автор слов справедливо утверждает, «... что если ты нужен – счастлив, если нет - то нет! Что большинство проблем у людей связано с потерей нужности. Одиночество, депрессии и безденежье – результат потери нужности (востребованности). Нужность нужно искать, а найдя – культивировать».*

*Рав, как найти свою практическую нужность, т.е. свою жизнь и себя? Как найти в себе то, что ценится другими и делает их жизнь лучше.*

*Я самый обыкновенный и не очень коммуникабельный человек. Нет у меня мощного интеллекта для того, чтобы учиться, чтобы учить. И руками ничего не умею делать.*

### Украина

**Д**ля начала отмечу, что в том высказывании, которое Вы цитируете в своем письме, есть немалая доля правды.

Почему — только «доля»?

Потому что в нем, в этом высказывании — отсутствует контекст принципиально важных обстоятельств, в которых человек способен по-настоящему стать востребованным. Так что, если Вы в отрыве от всего будете придумывать, чем Вы могли бы быть полезным окружающим (о бытовой помощи, хотя и она жизненно необходима — здесь не говорю), стараясь понять, что они ценят и что не ценят — вряд ли из этого что-то получится.

Хотя бы по той простой причине, что у разных людей — разные ценности. И представления о том, что означает «жить лучше» у разных людей — тоже разные.

Впрочем, среди прочего, в общем потоке заданных Вами вопросов содержится и самый важный, центральный элемент. «Как найти себя?» — спрашиваете Вы. И это — именно то, с чего надо начать действовать в намеченном Вами направлении.

То есть — с определения собственных жизненных целей и задач. Это может и даже должен сделать каждый человек. В том числе, разумеется, и, как Вы себя обозначили — «обычный».

На тему о поиске себя на нашем сайте есть несколько ответов, в которых достаточно подробно и разносторонне рассматривается круг связанных с этим проблем. См. к примеру, ответ [«Как найти свое призвание в жизни?»](#) и ответы, на которые в нем даны ссылки.

Главное тут — не торопиться с выводами и прицельно задуматься над тем, что Вас в жизни по-настоящему волнует и интересует, что Вас больше всего привлекает, и к чему Вы в себе ощущаете склонности.

Не могу не отметить, что в содержании Вашего письма улавливается некая нотка неуверенности в собственных силах. И проистекает она, на мой взгляд, из того, что Вы, не успев, как следует, разобраться в себе — пытаетесь ставить перед собой слишком высокую «планку».

Но ведь для того, чтобы найти свое место в жизни и стать востребованным — совсем необязательно иметь, как Вы выразились, «мощный интеллект».

Выдающимися умственными способностями наделено весьма ограниченное число людей. Большинство же — люди, так сказать, «средних» умственных возможностей.

Однако дело даже — не в уровне способностей, но — в том, что каждый человек по своему — неповторим и уникален.

И каждого, как не раз говорилось в материалах нашего сайта, Всевышний отправляет в наш мир с определенным, только ему предназначенным заданием. А для его выполнения — снабжает необходимыми средствами — уникальным набором качеств и свойств.

Сущность индивидуального задания никому из нас знать — не дано. И мы можем лишь искать свой путь, на котором заложенный в нас Свыше потенциал получит наибольшую реализацию.

Если Вы — еврей, Вам надо стараться соизмерять свои поиски и устремления — с общими целями и задачами, которые стоят перед нашим народом и перед каждым евреем в отдельности. Это, как известно — изучение Торы (включая распространение знаний о ней), искренняя молитва и добрые дела.

Для того, чтобы распространять знания Торы в мире, необязательно, кстати сказать, становиться учителем Торы.

Даже «не очень коммуникабельный» человек может внести в это общее дело весомую лепту — к примеру, рассылая заинтересовавшие его материалы нашего сайта своим родственникам, друзьям, знакомым, коллегам и т.д.

Если же Вы — нееврей, советую внимательно прочесть на сайте ответ [«Жизнь нееврея, угодная Творцу»](#) и стараться реализовывать содержащиеся в нем рекомендации в жизненной практике.

И в любом случае, стоит прилагать усилия и к тому, чтобы развить и укрепить в себе целеустремленность, надежность, чувство ответственности и другие позитивные качества, которые в «нормативном» обществе — всегда в цене.

*Автор текста Элиягу Эссас*

## Почему Присутствие Всевышнего не могло проявляться без Храма?

*Почему Б-жественное присутствие не могло проявляться без наличия рукотворного храма, и за счёт изменения чего (в природе, в человеке или где-то ещё) отпадёт потом в этом необходимость (и оно будет проявляться непосредственно)?*

okv

Санкт-Петербург

Прежде всего, следует понимать, что проявление Присутствия Всевышнего — результат духовной работы, которая называется *аводат а-Шем* (служение Творцу). Важной моделью этого были приношения Всевышнему (в виде животных и продуктов из муки).

До *Мишкана* (Переносного Храма), а потом — и Иерусалимского Храма, наши праотцы осуществляли эту работу и, не имея предназначенного для таких целей здания.

Конструкция специального строения и отдельные его элементы должны были облегчить духовную работу служителей Храма, которые, как понятно, через несколько поколений после Аарона, брата Моше — первого главного служителя Храма (на иврите — *коэн гадоль*) были уже не на такой духовной высоте, но — несколько ниже.

Поэтому конструкция и *Мишкана* и Храма, с четко определенными деталями, каждая из которых имела глубочайший духовный смысл — могли помочь и в определенной степени компенсировать это «понижение» духовного уровня.

Попутно отметим, что Второй Иерусалимский Храм (в нашей истории было два Иерусалимских Храма, Первый и Второй), в ряде его элементов духовно был — ниже Первого. И не случайно, но — именно поэтому в период его существования начался невероятный расцвет в изучении Торы. Тем самым наш народ как бы — восполнял понижение уровня *аводат а-Шем* во Втором Храме.

После разрушения Второго Храма — пусть в определенном смысле и не полноценного, но все же — очень важного для реализации нашим народом своей духовной миссии в служении Творцу, работа по изучению Торы расцвела еще больше.

В Шестом тысячелетии всему народу была раскрыта книга *Зогар* (до этого в течение десяти веков она была достоянием лишь некоторых великих Учителей). Кроме того, пророк Элиягу открыл великому Ари (раби Ицхак Лурия Ашкенази, один из крупнейших каббалистов; *Эрец Исраэль*, 16-й век) глубинные слои Торы, которые дают возможность разъяснять и то, о чем говорится в книге *Зогар* и то, что находится в глубинных пластах Письменной и Устной Торы.

И все это вместе — привело наш народ в такое состояние, в котором необходимость в Храме для реализации *аводат а-Шем* стала меньше.

Эти два процесса — рост уровня изучения Торы, с постижением глубин и тонкостей в молитве, и понижение уровня необходимости в Храме — сближаются друг с другом. Поэтому, в результате такого сближения, скорее всего, произойдет вот что.

Когда мы завершим нашу работу по *Тикун Олам* (исправлению мира), по решению Всевышнего начнется быстрый процесс, который мы иногда называем — «каскад удивительных событий». Среди этих удивительных событий, непостижимых сегодня для нас — и восстановление Храма на

Храмовой горе (по сути, он существует и сегодня, но — на недоступном нашему восприятию уровне, и должен проявиться в будущем). Вполне возможно, что за один день или, может быть, за несколько дней — его функционирование будет полностью налажено.

Все мы увидим это собственными глазами — и *кознов* и реализацию приношений. Храм будет функционировать, видимо, несколько дней, несколько месяцев или год. И тогда весь мир перешагнет в Седьмое тысячелетие.

Потом, в Седьмом тысячелетии, произойдет такое возвышение душ, когда *аводат а-Шем* будет происходить уже в просветленном материальном мире. На том этапе Храм в обычном нашем представлении о нем существовать — уже не будет.

В Восьмом тысячелетии наша работа (*аводат а-Шем*) — практически освободится от материального мира. Ибо материальная оболочка в каком-то смысле — истончится, почти полностью исчезнет.

Мы, на нашем духовном уровне, погруженные в материалистические реалии, понять это — не в состоянии. Но на данном этапе такое понимание от нас и не требуется. Перед нами, перед каждым из нас, стоят свои, многочисленные и важнейшие задачи сегодняшнего, Шестого тысячелетия. На этом нам и следует сосредоточиться.

Автор текста Элиягу Эссас

**А**враам вел переговоры с Всевышним, чтобы спасти жителей Содома?

*Шалом рав Элиягу.*

*Объясните, пожалуйста, в чем причина того, что наш праотец Авраам вел переговоры с Всевышним, пытаясь спасти жителей Содомы, но потерпел неудачу.*

*А Лот, только заявив, что хочет жить в Цоаре (пригород Содомы), даже не поселившись там, спас его жителей, тоже грешников, от уничтожения?*

*Я знаю, что на Творца влиять невозможно. Но почему хесед (милосердие) проявился в одном случае и не проявился в другом?*

*Огромное спасибо за вашу работу,*

Leonid  
USA



Читатель, полагаю, понял, что вопрос, заданный в этом письме, связан с историей уничтожения городов Сдом и Амора (в русском варианте — Содом и Гоморра). И в частности — о том, что наш праотец Авраам молил Всевышнего проявить милосердие к жителям этих городов (обо всем этом написано в Торе, в книге *Берешит*, гл. 18, ст. 16 — гл.19, ст. 29).

Прося о снисхождении, Авраам излагал свои аргументы. Поэтому и могло показаться, будто он «вел переговоры» с Творцом мира.

Повлиять на Всевышнего, как верно отмечено в Вашем письме, разумеется — невозможно. И тут Вы вскользь поднимаете один из центральных мировоззренческих вопросов — о сути молитвы. Ведь что полагается человеку — то он (проси-не проси) и получит, а что ему не полагается — нет. Неужели просьбами и молитвами мы все же надеемся «переубедить» Всевышнего, склонить Его к тому, чтобы он выполнил наше желание?

Чтобы не отдаляться от темы нашего разговора, отвечу кратко: молитва — не просьба, но — духовная работа души и сердца, стремление настроиться и устремить, раскрыть свою душу к Небу, «раскрыть» ее для Всевышнего.

Для чего же тогда нужны просьбы?

Для того, чтобы осознать, что Всевышний, только Он Один — источник всех благ, и к Нему и нужно обращаться.

Обращение к Небу с просьбой о своих потребностях, включая основные — позволяет осознать, прочувствовать сердцем и душой, что человек всецело зависит от Всевышнего.

Из Устной Торы известно, что Всевышний слышит каждую молитву, но, так сказать — не берет на себя обязательство выполнять просьбы.

До Авраама человечество прекрасно знало о существовании Творца. Люди просто — не хотели строить свою жизнь в соответствии с Его Волей. Авраам первым заявил, что Всевышний не только сотворил мир и человека, но Ему важно, как человек живет и что делает.

Мир — не игрушка. И у Всевышнего есть цели и задачи, ради достижения которых Он создал мир. Ради достижения этих целей Он отправляет сюда души. Следовательно, Всевышний наблюдает за каждым человеком, «фиксирует» его дела, слова, мысли, и в зависимости от поведения — управляет его судьбой.

Сдом был средоточием, эпицентром Зла. Законы, по которым жили населявшие его люди, были полностью противоположными идеям Авраама. Когда Всевышний сообщил Аврааму, о Своих планах — можно было бы, казалось, подумать, что Аврааму это придется по душе. Уменьшится Зло в мире — и все убедятся в правоте Авраама. Всевышний уничтожил тех, кто открыто выступал против Него. Значит — надо жить, в соответствии с Его Волей.

Однако Авраам понимал, что приближение к Всевышнему строится не на разовом эмоциональном всплеске или восхищении, но — на последовательной духовной работе. И даже если некоторые люди, поняв, что и почему произошло, повернутся к Творцу — это, скорее всего, будет результатом элементарного бытового страха за свою жизнь, благополучие семьи и т.д. Но очень быстро, увидев, что установился привычный порядок вещей — вернуться к прежнему образу жизни.

С другой стороны, возможен обратный эффект. Люди могут сказать, например, что не может такого быть, чтобы среди населения целых пяти городов (в Торе говорится не только о Сдоме, но и еще о четырех городах вокруг него) не нашлось порядочных людей.

Статистически везде живут разные люди. И если Всевышний хочет воздать по заслугам злодеям — почему же вместе с ними должны страдать праведники? Ведь только Небеса знают истину о каждом человеке, а среди людей распространится «рабочая версия», по которой какое-то количество достойных людей в Сдоме, все-таки, было. Но Всевышний уничтожил — абсолютно всех.

Тогда люди подумают, что это — не справедливо. Или — что Небеса видят не дела каждого отдельного человека, но — лишь общую картину. И получается — нет смысла реализовывать Волю Творца. Ведь Он все равно не занимается деталями, не интересуется конкретным человеком, смотрит поверхностно на общую массу.

Разумеется, это — не верно. Для Всевышнего важно каждое действие, каждое слово, каждая мысль, настрой души каждого человека. Ибо у каждого — уникальная душа и своя, индивидуальная миссия. Более того. Каждое мгновение — уникально и неповторимо. Поэтому принципиально важно, что именно конкретный человек делал (говорил, думал и т.д.) в данный момент.

Всевышний наделил человека правом свободно выбирать — приближаться к Нему или, наоборот, отдаляться от Него.

Тут надо отметить, что человек, как правило, стремится аргументировать глубинные побуждения своей души, объяснить, почему он решил делать так, а не иначе.

Авраам боялся, что люди, ухватятся за эти мысли, используя их, чтобы еще больше отдалиться от Всевышнего. Тогда он обратился к Небу с просьбой: если найдётся в Сдоме хотя бы 50 достойных людей, быть может, Всевышний в их заслугу — отменит страшный приговор.

И добавил: «Ведь не можешь Ты умертвить праведника и злодея, чтобы (все видели) что они — одинаковые. Неужели Судья всей земли не произведет (справедливый и абсолютно точный) Суд?».

Получив ответ, что в Сдоме нет 50-ти достойных людей, Авраам спросил: может, есть 45, потом — 40. И т.д. — до 10-ти. Услышав, что и 10-ти достойных людей в Сдоме нет, он понял, что продолжать нет смысла. Ибо у меньшего количества нет силы, чтобы отменить Небесный приговор.

И в заключение подчеркну, что *хесед*,

образно говоря — это поток Небесного Света. И он не должен, как Вы предположили, проявляться везде одинаково.

Всевышний посылает благословение туда, где оно необходимо. И — тому, кто **хочет** использовать полученные ресурсы во благо.

Даст это желаемый результат или нет — заранее мы не можем знать наверняка. Небеса присматриваются к устремлениям человека. и если в данный момент он, человек, хочет приблизиться к Всевышнему — ему предоставят для этого все необходимое.

*Автор текста Хаим Аккерман*

## КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

*Первый брак, случается, бывает «пробным», — размышляет автор данной публикации, — когда человек, став супругом, не осознает, что взял на себя ответственность за семью. Чтобы найти счастье в семейной жизни, ему надо измениться...*

### ПРОБНЫЙ БРАК...

*Джессика Шеффер*

**Я** приготовила Йозелю ромашковый чай, но он даже не прикоснулся к дымящейся чашке. Вместо этого он внимательно следил за моими перемещениями по комнате. За последние несколько месяцев многое произошло. Я случайно встретила с его дочерью и бывшей женой. И, узнав подробности его брака и развода, не могла, как раньше, полностью ему доверять. Ведь он многое скрыл от меня. Почувствовав мое отчуждение, он неожиданно заявил, что готов к дальнейшему развитию наших отношений. Это означало, что нам необходимо серьезно поговорить.

— Не люблю рассказывать о жизни с бывшей женой и разводе, — объяснил он. — И дело не только в том, что мысли об этом причиняют мне боль. Но главным образом в том, что мне неприятно лишний раз вспоминать, каким плохим мужем я был.

Его слова сбили меня с толку. Я совсем недавно заинтересовалась вопросом, почему он развелся с женой. До этого к «пробному» браку Йозеля относилась с непозволительным легкомыслием. Многие мои знакомые женились на школьных по-

другах или сокурсницах в колледже. И почти все — разошлись. Некоторые успели завести детей, однако большинство подали на развод спустя год или два после свадьбы, и утверждали, что им несказанно повезло — они вовремя успели поставить своему браку «неутешительный диагноз», до того, как их жизнь осложнилась наличием ребенка.

Йозель никогда не говорил, что его брак оказался «неудачным». И вот теперь, когда ему пришлось разговаривать об этом со мной, сказал, что к тому моменту, когда он осознал, что для сохранения семьи должен был бы вести себя совершенно иначе, их с женой отношения пострадали настолько, что нанесенные их супружеством душевные раны уже ничто не могло исцелить. Я поняла, что он глубоко сожалеет, что его дочка Михаль, растет в «неполной» семье, что сам он лишен возможности полноценно участвовать в ее воспитании.

Открывшись мне, Йозель выглядел растерянным. Растерялась и я. Неужели мое представление о браке отличается от представлений большинства моих сверстников?

Я уже не считала, что брак — идеальный союз двух сердец. Супружество в моем понимании перестало ассоциироваться с закатами, розами, ужинами в ресторанах и поцелуями под луной. Я осознала, что вступление в брак — начало долгосрочного проекта, в процессе реализации которого предстоит много работать над созданием семьи и учиться тому, как поддерживать друг в друге свежесть чувства. Впрочем, я пришла к выводу, что любовь — не только чувство, но и — определенное решение, которое я в состоянии принять.

Возможно, мои знакомые, решившие выйти из кратковременной игры под названием «брак», с самого начала не имели четкого и реалистичного представления о том, чего они ждут от семейной жизни. Возможно, они решились на свадебную авантюру, надеясь, что их влечение к партнеру никогда не исчезнет. А потом, когда чувство угасло и они остались один на один с человеком, который только и делал, что раздражал свою «половину», брак стал стопудовой гирей, мешающей «расправить крылья». Единственный шанс вернуться к нормальной жизни в такой ситуации — это развод.

А, может быть, они просто сдались, когда в их семейной жизни начались сложности?

Брак, по моему мнению, прежде всего — обязательство оставаться со своим партнером и тогда, когда в семейной жизни начнутся проблемы. И выполнить такое обязательство по силам лишь настоящей любви... Но, может, я слишком скоропалительно и строго сужу своих сверстников, переживших развод?

Поняв, что наш трудный разговор нуждается в некоей отправной точке, я выложила главный козырь:

— Это из-за тебя Шелли (так звали его бывшую жену) решила больше не иметь детей? — спросила я.

— Что-то вроде того... — после паузы, наконец, произнес он. — Последней каплей перед нашим разрывом стало то, что она сделала операцию, не посоветовавшись со мной.

— Она сделала это, когда вы еще были женаты? — ужаснулась я.

— Нет, подожди, — поспешил прервать меня Йозель. — Все гораздо сложнее. Шелли — не мегера. Просто в тот момент она считала, что именно я вынудил ее на это пойти.

Они начали встречаться, когда оба еще учились в колледже. Но поженились только тогда, когда Йоэль поступил на медицинский факультет в Чикагский университет и получил стипендию. Она к тому времени получила степень магистра по экономике и успела отлично себя зарекомендовать, работая в администрации крупного чикагского рекламного агентства.

— Мы, как мне казалось тогда, были идеальной парой, — невесело усмехнулся Йоэль. — Я собирался стать всемирно известным хирургом. И Шелли верила в меня...

— Но ведь ты — педиатр... — удивилась я.

— Сейчас — да, — кивнул он. — На то, чтобы изменить мечте, у меня были свои, веские причины...

Они сыграли роскошную свадьбу.

— Денег, затраченных на нее, — продолжал он, — хватило бы на несколько лет безбедного существования. На ней было великолепное и запредельно дорогое платье. Для того, чтобы доставить на торжество жениха и невесту, заказали самый дорогой лимузин. Несколько сотен гостей в зале загородного клуба в Лонг-Айленде...

Я прекрасно представляла себе, о какой свадьбе идет речь, и окончательно потеряла дар речи. Описанный им праздник роскоши, насколько я успела узнать Йоэля, был совершенно не в его стиле.

— Ее родители хотели именно такую свадьбу, — проговорил он, прочитав недоумение на моем лице, — мои согласились, да и у меня в то время были совсем другие приоритеты... Первые годы брака были замечательными. Но беда в том, что мы редко виделись. Я с головой ушел в свои занятия, а Шелли увлеклась собственной карьерой. Я никогда не скрывал от нее, как я люблю медицину, и делился с ней мечтой стать первоклассным врачом. Я не сомневался, что окончу университет с отличием и получу направление в самую престижную ординатуру...

Мне казалось, что он рассказывает о ком-то другом. Все это не имело с ним ничего общего. Он любил свою теперешнюю работу, педиатрическую практику, не в последнюю очередь за то, что она позволяла ему много времени проводить с Михаль. Кто этот одержимый карьерист, о котором он говорил?

Удивляясь все больше и больше, я хранила молчание, внимательно слушая его.

Их отношения полностью зависели от их рабочего расписания. Они оба очень много и упорно работали. Когда (в крайне редких случаях) у Йоэля появлялись вдруг свободные дни, они «сбегали» на какой-нибудь курорт. Шелли прилично зарабатывала, а Йоэль учился настолько хорошо, что его включили в лучшую чикагскую ординаторскую программу.

— Когда я узнал, что у нас будет ребенок, — рассказывал он, — я был в восторге. Проблемы начались где-то в середине срока ее беременности. Она стала жаловаться на плохое самочувствие. А мне казалось, что она преувеличивает свои «неудобства» и слишком многого от меня хочет... Нет, ничего особенного Шелли не требовала.

Просто просила, чтобы я проводил с ней больше времени, потому что нуждалась теперь в гораздо большей эмоциональной, а порой и физической поддержке.

В последние два месяца перед родами она становилась все настойчивее. Ее состояние ухудшилось, а меня рядом не было...

— И где же ты был? — не выдержала я, совершенно сбита с толку. В этом Йоэле я совершенно не узнавала того доброго, мягкого человека, который сидел сейчас передо мной.

— Я работал в больнице, общался с коллегами. Я считался тогда лучшим ординатором, и мне давали самые длинные и изнурительные смены. Когда она просила меня с кем-то поменяться из-за ее недомоганий, мне казалось, что она, не спросив меня, изменила правила нашей общей «игры».

С рождением Михаль их отношения не улучшились, наоборот — только ухудшились. Шелли долго не могла выйти из послеродовой депрессии, а Михаль оказалась очень капризным ребенком.

— Удивительно, что она, в конце концов, стала такой милой девочкой, — вздохнул Йоэль. — Первые полтора года жизни Михаль ее мать находилась в состоянии перманентного истощения и депрессии, а ее отца почти никогда не было дома. Когда же он, наконец, возвращался, родители только и делали, что кричали друг на друга.

Шелли приходилось работать на полную ставку, заботиться о беспокойном малыше и бороться с собственной депрессией. Она стала раздражительной и обидчивой, «вскипала» из-за каждого пустяка. Мужу это, естественно, не нравилось. Он старался еще меньше бывать дома. Его отсутствие усугубляло состояние Шелли и так далее — до бесконечности.

И вот, в один прекрасный день порочный круг замкнулся. Между ними разразилась ужасная ссора. Он, не предупредив ее, взял две смены подряд. И Шелли пришла к нему в больницу. Она закатила ему истерику, кричала на него прямо в больничном коридоре. Кричала, что не о такой жизни мечтала и не намерена больше все это терпеть. Йоэль был вне себя от бешенства. Но внешне был спокоен и холоден. Разговаривал с ней, как обычно говорят с детьми. Спросил ее, что произошло с той женщиной, на которой он женился.

После ссоры оба хранили ледяное молчание. И так длилось до того дня, пока Йоэль, роясь в ящике письменного стола, не обнаружил страховую документ, из содержания

которого явствовало, что его супруга сделала операцию, после которой у нее никогда не будет детей.

Йоэль впал в ярость. Как она могла решиться не такое, не посоветовавшись с ним?

Разразился еще один скандал. Только на этот раз они поменялись ролями: Йоэль кричал на Шелли, она хранила молчание.

Чтобы остыть, он переехал жить к другу. А потом они отправились психологу по семейным вопросам. Только через несколько месяцев он узнал, что, за день до ее памятного визита в больницу, где он работал, у Шелли возникло подозрение, что она опять в положении. Шелли испугалась — она была не готова вновь пережить тяжелую беременность и не надеялась на Йоэля, полагая, что он, как и в первый раз, оставит ее в одиночестве разбираться с проблемами. Подозрение на беременность не подтвердилось, однако она так испугалась, что решилась на операцию.

— Понятно, что ее поступок стал последней попыткой привлечь мое внимание, — с болью в голосе произнес Йоэль. — И ей это, безусловно, удалось. Но к тому времени мы оба были так злы друг на друга, что не могли начать все с начала.

Во время бракоразводного процесса он осознал, что вина за их разрушенный брак во многом лежит именно на нем.

— Сначала я винил Шелли в том, что она предала жизнь, о которой мы вместе мечтали, — рассказывал Йоэль. — Ведь это она изменила правила. Однако вскоре понял, что она повзрослела быстрее меня. А я, имея жену и дочь, все еще заботился только о себе.

Она требовала немедленного развода. Но он убедил ее посетить еще несколько психотерапевтических сеансов. Однако попытки склеить осколки былых отношений ни к чему не привели. Шелли чувствовала себя обиженной и более не доверяла ему.

Они расстались, и Йоэль погрузился в работу...

Выслушав его исповедь, я почувствовала себя разбитой и опустошенной. Я поняла, что он уже рассказывал мне все это — частями, намеками. Но только сейчас, увидев полную картину, я по-настоящему осознала масштаб их трагедии.

— Теперь ты понимаешь, почему я не люблю говорить о своем браке? — спросил он. — Я был ужасным мужем и отцом.

Сложность его характера, сила его интеллекта и эмоций, его мужественность вызывали во мне уважение.

— Но, Йоэль, — сказала я после долгого молчания, — ведь ты изменился...

— Ну, да, я разобрался со своим внутренним хамом, — неуверенно улыбаясь, попытался он пошутить. — Я упорно работал над собой, чтобы стать другим человеком... То есть, возможно, не абсолютно другим. Но сегодня я уже не тот, каким был раньше.

Что тут скажешь? Я не могла выдать из себя ни слова.

Он выжидающе смотрел на меня, но я чувствовала, что он и так прекрасно понимает, что творится в моей голове. Я была ошеломлена. Теперь, зная о том, какую работу над собой ему пришлось проделать для того, чтобы стать хорошим отцом, я еще больше восхищалась Йоэлем — мужчиной, который понял, что время, проведенное с дочерью, гораздо важнее успешной карьеры хирурга.

Но могу ли я быть уверена в том, что когда-нибудь, если я стану слабой и зависимой от него, он будет готов мне помочь? А что делать с женщиной, некогда занимавшей первое место в его жизни — женщиной, перед которой он всегда будет чувствовать свою вину? Как мне следует реагировать на то, что я всегда буду второй в его сердце после Михаль?

Та ли это жизнь, о которой я мечтала?..

*Материал сайта международной еврейской религиозной организации Эш а-Тора*

*aish.com*

Перевод с английского

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

**З**дравствуйте, дорогие читатели!

Сегодня на повестке дня у нас изюм, лечебные свойства, польза изюма, противопоказания, а также мы рассмотрим лечение изюмом. Честно говоря мы изюм покупаем не часто, но в последнее время чего-то захотелось изюма. У каждого из нас недалеко от дома магазин есть, там продают разные сухофрукты. Изюм можно употреблять как самостоятельный продукт, так и добавлять в различные блюда, ведь изюм не только вкусен, но еще и полезен. Тем более, что изюм богат на витамины, макро и микроэлементы, которые нам сейчас так нужны.

Изюм — это по сути высушенный виноград и в переводе с тюркского означает «виноград». Начали его производить в 2000 г. до н. э. в Египте и Персии. Также об изюме упоминается и в Ветхом Завете. Изюм высоко ценился римлянами им украшали места поклонения, награждали победителей соревнований и использовали в качестве бартерной валюты. А на некоторых древних фресках изюм использовали в качестве украшений.

**Существует четыре основных вида изюма:**

1. Первый это кишмиш или его еще называют "сабза", светлый, мелкий

изюм без косточек. Его производят из сладких зеленых и белых сортов винограда.

2. Обычный изюм это изюм светло оливкового цвета, среднего размера с одной косточкой.

3. Крупный косточковый изюм у этого изюма внутри обычно одна или несколько косточек, изюм сладкий и крупный. Обычно его производят из винограда дамские пальчики (сорт "хусайне").

4. Корзинка -этот изюм еще называют "шигани" или "бидана", это общее название для нескольких видов изюма темных оттенков отличающихся между собой разной степенью сладости.

#### **Калорийность изюма.**

В 100 граммах содержится примерно 300 ккал. Концентрация сахара в изюме в 8 раз больше чем в обычном винограде. Калорийность изюма достаточно высока, поэтому не стоит злоупотреблять изюмом. Тем кто худеет с изюмом нужно быть осторожнее, из-за его калорийности.

#### **Изюм. Лечебные свойства. Польза.**

Изюм очень полезен тем, что сохраняет 70% витаминов и 100% макро и микроэлементов, которые содержались в свежем винограде.

Содержит изюм белки, жиры, углеводы, клетчатку, глюкозу, фруктозу, витамин: А, В1, В2, В3, В5, В6, В9, Е, К, С, макро и микро элементы: калий, железо, селен, хлор, фтор, фосфор, натрий, цинк, марганец.

В 100 граммах изюма содержится 850 мг. калия.

Изюм укрепляет и повышает наш иммунитет.

Изюм устраняет отеки.

Издавна ценился изюм за то, что он укрепляет нервную систему, так как обладает успокаивающими лечебными свойствами.

Изюм приводит в норму работу желудочно-кишечного тракта.

Полезен для укрепления нервной системы, при бессоннице.

Изюм очищает сосуды от атеросклеротических бляшек.

Изюм очень полезен беременным и кормящим матерям.

За счет содержания калия, витаминов группы В, изюм полезно включать в свой рацион людям страдающим заболеваниями сердечно-сосудистой системы, вегетососудистой дистонией.

Отвар изюма очень полезно пить при высокой температуре в качестве восполнения жидкости в организм.

В народной медицине отвар изюма применяют при бронхите, при пневмонии, при кашле и насморке.

Изюм прекрасно утоляет чувство голода.

Врачи рекомендуют употреблять изюм при анемии, гипертонии, при общей слабости как витаминное средство, при заболеваниях десен, почек и печени.

Изюм рекомендуют включать в рацион спортсменов и людей занимающихся тяжелым физическим трудом, как источник витаминов, глюкозы, фруктозы, а также макро и микроэлементов.

#### **Изюм. Противопоказания.**

Изюм противопоказан при сахарном диабете, так как содержит много сахара.

Противопоказан при ожирении.

При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки в стадии обострения.

Изюм не стоит принимать при энтероколите.

При индивидуальной непереносимости продукта или аллергии на него.

#### **Можно ли давать детям изюм?**

Изюм вкусный и доступный продукт, он может стать хорошей альтернативой конфет. Изюм можно брать с собой на прогулку и если ребенок проголодался давать ему изюм. Изюм содержит много витаминов, клетчатку, пектин, железо, калий, кальций, что немаловажно для детского организма. Изюм также дают ослабленным деткам, детям после перенесенной болезни, так как он прекрасно помогает укрепить иммунитет, что особенно актуально зимой.

Давать изюм детям рекомендуют с 1.5 лет. Если вы решили дать своему малышу изюм убедитесь, что ребенок готов. Ребенок должен правильно сидеть, жевать, брать мелкие кусочки пищи. Будьте всегда рядом со своим малышом. Дети постарше как правило кушают изюм без проблем. Также убедитесь что у вашего малыша нет аллергии на изюм. После приема изюма желательнее прополоскать рот, так как это продукт довольно сладкий.

#### **Лечение изюмом.**

Изюм применяют широко в народной медицине для лечения многих заболеваний.

Изюм для сердца. За счет содержания калия и витаминов изюм очень полезен для работы нашего сердца, изюм укрепляет сердечную мышцу. Есть схемы употребления изюма. Моя бабушка, например, употребляет по 200 грамм изюма каждый день перед завтраком. Но, можно употреблять изюм по схеме, покупаем 2 килограмма изюма делим его на 2 части. Первый килограмм употребляют по 40 штук каждый день натощак перед завтраком. Второй килограмм употребляют по той же схеме только уменьшая изюм на одну штучку. В первый день съедаете 40 изюминок, второй день 39, третий -38 и так далее.

Изюм при лишае. Мякотью изюма натирают места пораженные лишаем и кожу вокруг лишая.

Изюм при кашле, простуде, бронхите. 300 грамм изюма нужно перебрать и вымыть, залить кипятком, настоять 15 минут, слить жидкость в стакан и добавить несколько ложек сока репчатого лука. Пить полученный напиток до еды три раза в день, по пол стакана.

50 грамм изюма вымыть и залить кипятком, на час, затем жидкость с изюма слить. Перед сном съедают распаренный изюм и запивают его молоком.

Изюм для повышения иммунитета, при анемии. Чаще всего для повышения иммунитета и при анемии употребляют такую смесь. Нужно взять по 200 грамм изюма, кураги, чернослива, грецких орехов и меда. Сухофрукты и орехи нужно перекрутить через мясорубку и залить медом, по желанию можно добавить не большой лимон вместе с кожурой. Кушать по 1 столовой ложке перед едой, детям по 1 чайной ложке.

#### Как выбрать изюм?

Конечно выбор изюма сейчас большой, он бывает на развес, а бывает расфасован в пакетиках. Если вы берете изюм в пакетиках, берите изюм в прозрачной упаковке, чтобы вы могли увидеть изюм, обращайте внимание на дату изготовления. Чаще всего светлый изюм обрабатывают серой, его нужно хорошо мыть и вымачивать.

Что касается темных сортов, то можно «покатать» изюминки между пальцами, краситель если он есть сразу даст о себе знать. Можно попробовать изюм на вкус и купить наиболее понравившийся вам. Изюм должен быть без плесени и постороннего запаха.

Качественный изюм сморщенный, без повреждений, он не должен блестеть, блеск свидетельствует о его обработке.

Изюм должен быть сухой и рассыпчатый.

Можно раздавить несколько изюминок, чтобы убедиться, что внутри нет личинок.

Слишком твердый изюм говорит о том, что его пересушили, его сушили с нарушением технологий.

Такой изюм лучше не покупать, мы все таки берем изюм для лечения и оцениваем его лечебные свойства.

#### Как хранить изюм?

Хранить изюм лучше всего в сухом, темном и прохладном месте. В таких условиях изюм до полугода сохраняет свои лечебные свойства. Перед употреблением в пищу изюма не забывайте его тщательно мыть. Хранить изюм можно в стеклянной банке, коробочке, упаковке, чтобы ограничивался доступ вредителей и других насекомых.

#### Какой изюм полезнее, синий или белый?

Считается, что самым полезным для организма является синий изюм, чем белый, так как в нем содержится больше калия. Лучший изюм это сладкий и мясистый.

Надеюсь информация про изюм, лечебные свойства, пользу, лечение изюмом будет для вас полезной, но перед применением ознакомьтесь и с противопоказаниями применения изюма.

*Елена Демидова*

*Одесса, Украина*

## ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

*В Кодексе еврейских законов — Мишне Тора, составленном Рамбамом (раби Моше бен Маймон, великий Учитель, Испания — Египет, 12 век), описываются практически все сферы человеческой жизни (см. на сайте «Законы образа жизни» в разделе «Медицина»).*

*В нашем разделе мы публикуем фрагменты, в которых говорится о человеческих характерах и о том, как надо себя вести...*

### КАКИМ ДОЛЖЕН БЫТЬ ЧЕЛОВЕК (из раздела «Законы образа жизни»)

#### Глава первая

1.1. Много разнообразных качеств есть у каждого из нас, и каждая черта имеет полярные проявления. Бывают люди раздражительные, которые всегда злятся. Бывают — спокойные, которые никогда не злятся. А если уж разозлятся, то совсем чуть-чуть, да и то раз в несколько лет.

Бывают люди очень гордые, бывают — совершенно смиренные. Иной человек обуреваем вожделениями — не насытится душа его в погоне за их удовлетворением. Другой — совершенно чист от материальных желаний, не вожделеет он даже того малого, что необходимо телу. Есть любители жить на широкую ногу.

Такого человека не удовлетворить всеми земными благами. Это о нем сказано: «Любящий деньги не насытится деньгами» (Танах, *Козлет*, 5:9). И есть — экономные. Таким достаточно даже того малого, что не удовлетворяет даже их потребности. Но такой человек не будет стараться получить все необходимое.

1.2. Есть и такие люди, которые изнуряют себя голодом и копят — не проедят ни копейки из своего имущества без великих страданий.

Другие — растрачивают все свое состояние. Назовем и остальные качества: веселый и грустный, вспыльчивый и хладнокровный, жестокий и жалостливый, трусливый и храбрец, и тому подобные.

1.3 (2). Между каждой парой качеств, удаленных друг от друга до противоположности, существуют и средние качества, отличающиеся одно от другого.

Кроме того, среди всех качеств есть такие, которые заложены в человеке с рождения, в соответствии с его природой; есть такие, к которым у человека имеется природная предрасположенность, и человек может их приобрести скорее, чем другие качества.

Есть и такие, которыми не обладает человек с рождения, но приобрел их от других или обратился к ним сам, вследствие собственных размышлений. Или, скажем, услышав, что это качество полезно ему и стоит его приобрести. Вот он и стал вести себя соответственно, пока не приобрел данное качество.

1.4 (3). Обе крайности, которые есть в каждом качестве — далеко не лучший образ поведения. Не стоит человеку ни вести себя в соответствии с ними, ни стараться их приобрести.

И, если почувствует (человек), что имеет природную склонность к одной из них (этих противоположностей) или приобрел такую черту и ведет себя соответственно — должен вернуться к правильному пути и идти дорогой праведных, которую называют «прямой дорогой».

1.5 (4). «Прямая дорога» — это средняя мера, которая есть в каждом качестве... И это качество, которое отдалено от обеих крайностей на одинаковое расстояние и не похоже ни на одну из противоположностей.

Поэтому указывали мудрецы прежних поколений, что человек должен все время держать свои качества под контролем, регулировать их и направлять по среднему пути, чтобы быть цельным.

1.6. Каким образом? Не должен быть (человек) раздражительным, которого легко разозлить, но — и не таким, как мертвый, который ничего не чувствует. Но — средним, способным разозлиться только на такие вещи, которые того заслуживают — чтобы не происходило подобное в другой раз.

1.7. И не должен (человек) желать ничего, кроме того, что необходимо телу, без чего невозможно жить. Как об этом сказано: «Праведник ест для насыщения души его» (*Мишлей* — Притчи, 13:25). И пусть не усердствует чрезмерно, зарабатывая деньги, но работает ровно столько, чтобы (на заработанное) можно было приобрести все необходимое на данный момент, о чем сказано: «Праведнику достаточно малого» (*Теилим* — Псалмы, 37:16).

И не будет слишком скупым, но — и не растрчивающим все свое имущество, дающим милостыню в разумном размере и одалживающим в разумных пределах тем, кто в этом нуждается. Не нужно быть веселым и смешливым, но и — не грустным, не пасмурным. Человек должен жить в спокойной радости все дни свои, в приятном расположении духа. И так же остальные качества человека. Этот путь — путь мудрецов.

1.8. Каждый человек, все качества характера которого усреднены и уравновешены, называется мудрецом; (5) а тот, кто слишком строго спрашивает с себя, немного отдаляясь от среднего качества в ту или другую сторону, называется — благочестивым.

1.9. Тот, кто отдаляется от гордыни в сторону другой крайности и становится совершенно смиренным, называется благочестивым; и это — уровень благочестия. А если отдалился только до середины и стал скромным, называется — мудрецом.

И это — уровень мудрости. Таким же образом — все остальные качества.

Благочестивые люди прошлых времен направляли качества своего характера от средней линии немного в сторону одной из крайностей.

Есть качества, которые направляют в сторону одной крайности, и есть другие, которые направляют в сторону другой крайности. И это больше того, что требует закон.

1.10. И заповедано нам следовать средними путями. И это пути — хорошие и прямые, как сказано: «И следуй путями Его» (*Дварим*, гл. 28, ст. 9).

1.10 (6). Так учили нас мудрецы, объясняя эту заповедь: «Его называют милостивым — и ты будь милостив; Его называют милосердным — и ты будь милосерден; Его называют святым — и ты будь свят».

Поэтому и называли пророки Всевышнего — долготерпеливым и великий милосердием, праведный и справедливый, совершенный, мужественный, сильный и тому подобное — чтобы сообщить, что это хорошие и прямые пути. И обязан человек вести себя в соответствии с ними, уподобляясь Творцу в меру своих сил.

1.11 (7). Как человеку приучить себя к этим качествам, чтобы закрепить их в себе?

Должен (он) совершать поступки.

Снова и снова возвращаться к деяниям, в которых проявляются средние качества, и все время вести себя в соответствии с ними. Пока не станут эти поступки легки для него, и не надо будет прилагать к такому поведению усилий. И закрепятся эти качества в душе его.

1.12. Линия поведения, обозначенная качествами, которые называют, говоря о Всевышнем, и есть средняя линия, которой мы обязаны следовать.

Эта линия называется — «путь Творца». И этому обучал праотец наш Авраам своих потомков, как сказано: «Ведь приблизил Я его за то, что накажет сыновьям своим и потомкам своим после него следовать путями Всевышнего» (*Берешит*, гл. 18, ст. 19).

И тот, кто следует этому пути, на того снизойдет добро и благословение, как сказано: «...чтобы дал Творец Аврааму то, что обещал ему» (там же).

*Текст перевела Шошана Бродская*

## КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

### «ОТ САРОЧКИ»

#### Рыбные кнели в томатном соусе

Есть рыбу вечером в пятницу, как предписывает Талмуд, — многовековая традиция всех евреев востока и запада. Котлеты (или кнели) из рыбы — наиболее популярное кошерное блюдо ввиду простого приготовления и великолепного вкуса, даже если есть его холодным.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ

рыбный фарш -350г

лук зеленый - 12г

масло растительное - 55г

соус томатный - 330г

мята свежая - 5г

фасоль - 65г

бульон рыбный -210г

специи для рыбы - 3г

#### Для соуса:

масло растительное -100г

кумин молотый -3г

паприка сладкая -3г

кориандр молотый- 3г

перец чили черный -100г

чеснок -25г

соус пиллати -2500г

сахар -10г

перец чили красный -100г

лук репчатый -300г

вино белое сухое -100г

соль -25г

#### Для фарша:

филе карпа - 140г

филе щуки -270г

филе судака - 400г

яйцо куриное- 2шт.

морковь отварная - 30г

лук жареный -90г

чиабатта - 20г

молоко соевое - 40г

специи - 0,1г

## РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

1. Для соуса: Лук нарезать кубиками среднего размера. В разогретом сотейнике с маслом обжарить лук до золотистого цвета, следом добавить специи и обжаривать в течение 3 минут.

2. Чеснок выложить дольками поверх поджаренного лука, добавить перец чили (красный и черный) и влить вино. Готовить до выпаривания вина, 3-4 минуты.

3. Добавить соус пиллати, сахар, соль и тушить на медленном огне 30-40 минут. Затем остудить – томатный соус готов.

4. Все ингредиенты для фарша мелко порубить, и перемешать в однородную массу. Приготовить из фарша котлеты (по 30г каждая) и обжарить на сковороде с маслом с двух сторон до полуготовности.

5. Переложить котлеты в сотейник и залить готовым соусом и довести до готовности на медленном огне 7-10 минут. При подаче блюдо украсить листочками свежей мяты.

Приятного аппетита!)

Сарра Манн

Люксембург

## МИР ВОКРУГ НАС

Наша недельная глава является очень особенной. Недельный отрывок обсуждает одежду священников. Также во всей недельной главе ни разу не упоминается имя Моше, несмотря на то, что сама недельная глава начинается со слов «Тецаве» приказ к Моше, чтобы еврейский народ взял масло для зажигания. Так говорит Хизкуни: «И ты прикажи: после того как Творец дал указ о переносном храме, разъяснил ему (Моше) как Храм должен быть освящен внутри.»

Также само слово «Тецаве» имеет числовое значение «Нашим- Михаэль» - женщины и Михаэль. И также во всей недельной главе есть 101 Псуким, что является числовым значением имени «Михаэль». Говорится, что все время, которое Моше Рабейну жил, не мог Михаэль руководить еврейским народом. Михаэль - это министр (ангел) молитвы.

И вот, женщины благословлены (одарены) преимуществом молитвы, так как в сущности женщины окружены многими тяжестями жизни, как беременность, возвращение детей и т.д. И поэтому они пробуждены тем, чтобы излить свои сердца к Творцу и молитвы их с большим намерением. И поэтому числовое значение слово «Тецаве» - это «Нашим Михаэль», то есть у женщин есть сила пробуждать министра Михаэля через их молитвы.



Рассказывается, что Раби Шломо ми-Бэльз когда закончил строительство Бейт Мидраша в городе Бельз не разрешил сделать «Ханукат а-Байт» (новоселье) пока полностью не закончили строительство женской части. Он утверждал, что мы нуждаемся в молитвах женщин.

И хотя мужчины обязаны в изучении Торы, уровень которой выше молитвы, так как сказано: Тот, у кого Тора является профессией его, освобожден от молитвы» (Трактат Шабат 11а). И мужчины они напротив Моше Рабейну, который напротив мудрецов Торы. И это является намеком в нашей главе, что в тот момент, когда существовал Моше не было Михаэля.

До тех пор пока мужчины выполняют свою обязанность и изучают Тору, нет нужды в Михаэле – в молитвах для спасения еврейского народа, так как все обилие приходит от Торы.

Но тогда когда не дай Б-г уходит Моше (имеется ввиду не изучают мужчины Тору как надо), тогда есть необходимость в том, чтобы женщины воспользовались орудием своих рук (то есть молитвой) и пробудили министра милосердия – Михаэля.

И известен случай, что в синагоге «Мишкенот Яаков», которая по соседству с «Меа Шеарим», в которой проводится на постоянной основе молитвы и слухот за спасение еврейского народа, во время опасности истребление еврейского народа в период войны в «Заливе» (Милхемет А-Мафрац), после того как закончили мужчины порядок своих молитв, попросили Раввины от еврейских женщин, чтобы те вошли в синагогу и открыли Арон а-Кодеш и пробудили милость небес через свои молитвы, чтобы изменить и отменить страшный небесный указ.

И такое же было во время большой опасности истребление во времена Нацистов (пусть память о них будет стерта навсегда), попросили Раввины у еврейских женщин собраться в синагоге у ковчега и молиться.

*Из Книги «Нахал Саде»*

*Шломо Фрейдкин*

*Москва, Россия*

## ЗАКОНЫ ЛАШОН А-РА

*Передача письма другим с целью унизить его автора*

**З**апрещено не только читать чужие письма, но и показывать адресованное вам письмо другим людям, чтобы унизить его автора.

Даже если мы не комментируем письмо, у читателя может возникнуть представление о настоящих или мнимых недостатках автора. В данном случае лашон-ара проявляется в виде косвенного намека или упоминания.

Мордехай получил от Хаима письмо, изобилующее неправильно приведенными цитатами, а также логическими и грамматическими ошибками. Ему запрещено показывать это письмо кому-либо с целью поднять Хаима на смех.

*Автор текста Лейб Каханэ*

*Модиин Илит*

## ЗАКОНЫ И ОБЫЧАИ

### ПРАЗДНИКА ПУРИМ

*(см. статью р Эссаса ПУРИМ: МЕЖДУ СВЕТОМ И МРАКОМ - ОДНО МГНОВЕНИЕ )*

\* Весь месяц Адар считается месяцем радости. Многие семейные и другие торжества приурочивают к этому месяцу.

\* В последнюю субботу перед праздником Пурим в синагогах читают отрывок из Торы, из книги Дварим: "Помни, что сделал тебе Амалек... Не забудь".

\* В Израиле и в других странах Пурим празднуют 14-го Адара, то есть в день, когда евреи облегченно вздохнули после поражения антисемитов.

Но в Иерусалиме Пурим празднуется 15-го Адара. Причина тут вот такая. Активистов-антисемитов в столице Персии городе Шушане было больше и они были сильнее, чем в провинциальных городах. Поэтому сражение с ними продолжалось два дня — 13-го и 14-го Адара, а день освобождения пришел в город Шушан на 15-й день Адара.

Наши Учители постановили, что поскольку Иерусалим не может быть по своему статусу ниже (в данном случае — лишиться праздничного дня), чем столица Персии, Пурим в нем тоже празднуют 15-го числа. Кстати, еще и сегодня те немногочисленные евреи, что живут в Иране, в городе Шушане (современный город Хамдан), празднуют Пурим 15-го Адара и читают Мгилат Эстер, собираясь возле гробницы Эстер и Мордехая. (Гробница сохранилась по сей день, ее описание еврейские путешественники давали еще в X111 веке).

Нужно учесть, что все еврейские праздники начинаются с вечера, после захода солнца. Так что в Пурим (не в Иерусалиме), например, начинается вечером с 13-го на 14-е Адара.

\* Есть несколько обязательных моментов, связанных с праздником Пурим: чтение Мегилат Эстер, подарки нуждающимся, отправка посылок с едой друзьям и близким, праздничная трапеза (с некоторыми традиционными особенностями).

*Чтение Мегилат Эстер.*

Вечером все евреи — мужчины, женщины и дети — собираются в синагогах. После краткой вечерней молитвы - Маарив - развора-

чивают свиток Эстер (традиционно читают "Мегилат Эстер" именно по специально написанному на пергаменте свитку, а не по книге), и один из присутствующих громко читает его. Остальные следят за текстом либо по имеющимся у них свиткам, либо по напечатанному тексту. При этом уже давно прочно укоренился обычай во время произнесения имени Амана запускать особые трещотки или стучать руками в знак исполнения повеления Торы: "Память об Амалек уничтожь под небесами" (Дварим, гл. 25).

Утром мегилу читают вторично. Вначале читается утренняя молитва Шахарит (обычно по времени она занимает около получаса). Затем выносят Сефер Тора (Книгу Торы) и читают по ней отрывок о нападении Амалека на евреев, вышедших из Египта. После этого вновь читают "Мегилат Эстер", причем все, а особенно дети, усиленно стараются заглушить упоминание имени Амана.

#### *Подарки нуждающимся. (матанот лезвоним).*

Нужно отправить подарки хотя бы в две нуждающиеся семьи. В этот день принято давать цдаку (деньги в помощь) больше обычного. В кодексе еврейских законов об этом сказано так: "Нет большей радости у Всевышнего, чем когда еврей приносит облегчение сердцу бедного, сироты или вдовы".

#### *Половина шекеля.*

13-го Адара, перед чтением молитвы Минха, принято жертвовать три монеты достоинством в половину единицы валюты, имеющей хождение в данной стране. Эти деньги передаются бедным с тем, чтобы они использовали их как им будет угодно. Это пожертвование — память о монете в половину шекеля, которую отдавали все евреи во времена Иерусалимского Храма.

О необходимости заплатить половину шекеля возвещалось каждый год в месяце Адаре.

#### *Отправка съестного друзьям и близким. (мишлоах манот иш лереэгу).*

По букве законов Пурима надо отправить два вида съестного хотя бы одному еврею. Но обычно посылают (по два вида или больше) родственникам и друзьям, живущим в том же городе. Принято отправлять "посыльными" детей, которые часто, принося мишлоах манот (или шалахмонес, как

их называли в Восточной Европе), получают от адресата — уже в свой адрес —

весьма сходный мишлоах манот и уносят его к себе домой.

Подарки нуждающимся и мишлоах манот друзьям и близким — не только красивая традиция. Это — символ исправления ошибок прошлого: некоторой разобщенности и эгоистичности, приведшей, по сути, к возвышению Амана.

#### *Праздничная трапеза. (сеудат Пурим).*

После утреннего чтения Мегилы и радостных забот по отправке "посыльных" к родственникам и друзьям (обычно уже во второй половине дня) собираются на праздничную трапезу. У нее есть одна, собственно только праздника Пурим, особенность: традиция предписывает выпить большее, чем в другие дни, количество вина или других алкогольных напитков.

Наши мудрецы так говорят об этом в Талмуде: "Обязан человек в Пурим выпить столько опьяняющих напитков, чтобы он не мог [ясно] установить разницу между словами (Барух Мордехай — благословен Мордехай) и (Арур Аман — проклят Аман).

Почему? Потому что этим символически выражается полная уверенность, что Всевышний в итоге разрушит любые планы Амана (антисемитов), а удел Мордехая (евреев) — возвыситься. А также и то, что Аман, бросая жребий ("пур") для того, чтобы найти наиболее удачный день для своего великого праздника (еврейского погрома), в итоге "создал" для нас, евреев, еще один праздничный день.

Сколько же все-таки необходимо выпить? Наши Учителя не определяют точное количество выпиваемого во время этой трапезы, но напоминают, что быть по-настоящему пьяным не к лицу еврею даже в Пурим.

В Пурим к столу традиционно подают треугольные булочки с маковой (или другой) начинкой.

Следует иметь в виду, что праздничная трапеза и в Пурим остается сеудой — еврейской трапезой, то есть она начинается с омовения рук (нетилат ядаим) и благословения на хлеб. В конце трапезы благодарят Того, Кто является по сути источником нашего благосостояния, наших побед и нашей радости, — читают (Биркат а-мазон) — благодарение за еду.

В Пурим в текст Биркат гамазон включается и особая благодарность за события, связанные с этим днем, когда "во времена Мордехая и Эстер, когда поднялся на еврейский народ злодей Аман... то Ты в своем великом милосердии разрушил его замыслы, уничтожил его планы и воздал ему тем же, что он уготовил евреям".

#### *Переодевания, Маскарады.*

Как символ того, что смертельная опасность обернулась замечательной победой, в Пурим принято переодеваться в маскарадные одежды, надевать всевозможные маски, высмеивающие наших врагов или подчеркивающие наше родство с Мордехаем, Эстер и другими героями этой истории.

Примерно со средних веков известен обычай устраивать на Пурим особые представления - Пуримшпили. Как правило, содержание шпилей связано с событиями Пурима, однако могут быть использованы и другие сюжеты, обычно пародийного, веселого характера.

(см. ст. Спасительный смех")

В современном Израиле празднования начинаются за несколько дней до пурима. Дети переодеваются в костюмы и прямо так ходят в детские сады и школы. Впрочем, и взрослые не отказывают себе в удовольствии. Улицы городов превращаются в сплошной бал-маскарад. Устраиваются спектакли, представления клоунов, конкурсы костюмов.

Одеваться слишком нарядно не рекомендуется. т.к. существует обычай поливать друг друга специальным спреем, а также бить пищацами пластиковыми молоточками. Но, конечно, самым впечатляющим зрелищем являются карнавалы, которые обычно носят название "адлояда" (в переводе с иврита: "пока не перестанет отличать" - имеется ввиду проклятие Аману от благословения Мордехая).

#### *Местные (особые) Пуримы.*

В некоторых общинах принято отмечать так называемый Пурим Катан - дату чудесного избавления общины или отдельной семьи от грозящих бедствий (общественного характера). Традиция празднования местных праздников схожа с обычаями на Пурим. Известно около 100 местных Пуримов (см. раздел Пурим и история).

#### *Работают ли в праздник?*

Работать в Пурим не запрещено, но лучше все же воздержаться от будничных дел, чтобы не нарушить праздничное настроение.

В тоже время в Пурим не принято играть свадьбы, чтобы не путать разное веселье.

### *ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА*

**Д**орогие читатели!  
И вот уже совсем скоро наступает самый любимый и самый веселый ПУРИМ!

А вы уже приготовили Мишлоах манот- угощения для посылки друзьям?

Если нет, то стоит поторопиться, чтобы исполнить эту важную заповедь!

А костюм для пуримского карнавала выбрали?

Царица Эстер, Мордехай, Царь Ахашверош-все роли стоит разыграть в этот праздничный день!

Уже знаете, где будете слушать чтения Мегилат Эстер?

Готовы помогать маме на праздничном пиру?

Если на все мои вопросы у вас есть ответы, тогда садитесь, читайте, представляйте!

*Был город, как город, и люди, как люди вокруг,*

*Но Пурим приходит, и все изменяется вдруг...*

*На плечи прохожих кладет он таинственный грим.*

*Эстер всех спасает, народ наш еврейский  
един.*

*-Я-царь Ахашверош!*

*Ну, что с меня -царя, возьмешь?*

*Я приказал убить евреев,  
навету подлому поверив...*

*-А я, а я- Аман, и я возвыситься хочу!*

*Хоть в голове моей туман, я не хочу идти к врачу.*

*Ага, настало просветленье, и понял я  
чего желаю...*

*Все зло в еврейском населении, я это  
очень твердо знаю!*

*А я -Эстер-несчастливая царица, живу в  
прекрасном из дворцов.*

*Но все там мне совсем чужое.  
Там веры нет моих отцов.*

*Но я на все готова для евреев.  
Не пожалею и себя.*

*Мне дядя путь укажет верный. Так, дядя,  
слушаю тебя!*

*Я-Мордехай, евреям честно я служу.*

*И чтобы их спасти, царю я услужу.*

*И буду на коне, без всяких лишних слов!*

*Для моего народа на все пойти готов!*

*Мы снова победим. И снова враг бежит!*

*Листаем Мегилу, что на столе лежит...*

*Трещетками трещим и маски надеваем.*

*И так из года в год...  
Поверьте, так бывает!!!*

*Веселого всем Пурима!*

*Цюпа Гензель*

## ЛИСТ ТАЛМУДА

## Трактат Шаббат

## Лист №30

**В** развитие темы, связанной с зажиганием субботних свечей, Талмуд приводит Мишну, в которой уточняются обстоятельства нарушения одного из субботних запретов — на тушение огня.

В Мишне читаем:

**Тот, кто (в субботу) гасит свечу, опасаясь иноверцев или разбойников, или потому, что у него — дурное настроение (и свет мешает ему), или — для того чтобы (свет свечи) не мешал спать больному, от наказания— освобождается.**

**Если же (человек гасит свечу в субботу) потому, что экономит на масле или фитиле, ему полагается наказание.**

**Раби Йоси** (великий Учитель Мишны; 2-й век) усматривает в этих вопросах иную грань Истины.

**Человек заслуживает наказания лишь в том случае,** — говорит он, — **если пожалел фитиль, ибо получается, что он делает (из фитиля) уголек.**

Обсуждая положения Мишны, Талмуд, прежде всего, поднимает их до уровня обобщения.

В нашей традиции, — поясняют Учителя, — существует понятие — «работа, которая сама по себе — не нужна». Например, человек в субботу **собирается вырыть яму**. Будет ли это «работой, которая нужна сама по себе» или — «сама по себе не нужна», зависит от того, с какой целью он будет рыть эту яму. Если, допустим, эта яма необходима для возведения какой-либо постройки, речь пойдет о работе, «которая нужна сама по себе». Если же, человек роет яму, потому что ему понадобилась земля, это — «работа, которая сама по себе не нужна».

Наказывают ли того, кто в субботу выполняет работу, «которая не нужна сама по себе»? — спрашивает Талмуд.

**Раби Иегуда** (один из крупнейших Учителей Мишны, 2-й век) отвечает на этот вопрос утвердительно. Однако **раби Шимон** (раби Шимон бар Йохай, великий Учитель Мишны, составитель книги **Зоѓар**; коллега и современник раби Иегуды) говорит, что наказание такому человеку не полагается.

Сразу же скажем, что *ѓалаха* (еврейский практический закон) следует точке зрения раби Шимона.

Второй «пункт» Мишны (о человеке, который гасит свечу из экономии), — отмечает Талмуд, — выведен на основе позиции раби Иегуды. Ведь тушение свечи в этом случае — «работа, которая сама по себе не нужна». Человек в данной ситуации не имеет цели произвести что-то новое, он лишь заботится о том, чтобы в доме осталось больше масла или, к примеру, о том, чтобы не использовать до конца фитиль.

Но почему же тогда Мишна освобождает от наказания человека, который загасил свечу, чтобы ее свет не мешал спать больному? — задаются вопросом Учителя. — Ведь и в этих обстоятельствах он совершает работу, которая «сама по себе не нужна».

Тут вступает в силу другой закон. Ибо речь идет о тяжело больном человеке, — уточняет Талмуд, — когда существует опасность для жизни, и каждая мелочь может оказать на его состояние пагубное влияние. В такой ситуации мало сказать, что близким больного во все дни, в том числе — и в субботу, **разрешается** делать все, чтобы спасти его жизнь. Они **обязаны** приложить все усилия к этому.

Далее Талмуд подкрепляет сказанное *агадой* (*агада* — короткий рассказ, где глубинные смысловые слои той или иной темы вскрываются в иносказательной форме).

Как-то раз, — рассказывает Талмуд, — спросили у **раби Танхума** (автор Мидраша **Танхума**):

Можно ли в субботу загасить свечу в комнате больного, чтобы свет не мешал ему спать?

Где ты, Шломо (царь Шломо; в русских переводах нередко — Соломон)? — сказал на это раби Танхум. — Где твое понимание? Не достаточно тебе, что твои слова противоречат словам царя Давида, отца твоего. Твои слова противоречат тому, о чем ты сам говорил...

«Не мертвые будут славить Всевышнего» (Танах, **Теилим** — Псалмы, пс. 115), — написал в свое время царь Давид.

А царь Шломо — автор таких слов: «...И славлю я мертвых, которые уже умерли» (Танах, книга **Козлет**, гл. 4, ст. 2).

И еще произнес царь Шломо такую фразу: «...живая собака лучше мертвого льва» (**Козлет**, гл. 9, ст. 4).

На самом деле, нет между этими изречениями никаких противоречий, — отмечает, в конце концов, раби Танхум. Говоря — «Не мертвые будут славить Всевышнего», царь Давид имел в виду, что только пока жив человек, он может служить Творцу — постигать Его Тору и выполнять Его заповеди, внося в земной мир Свет. После смерти он не может изменить этот, земной мир.

Царь Шломо, произнеся — «...славлю мертвых», имел в виду праведников: Авраама, Ицхака, Якова, Моше... Ведь это за их заслуги еврейскому народу неоднократно даровалось спасение.

Другое его изречение — «мертвые собаки лучше живого льва» — относятся к истории гибели царя Давида.

Давид умер в субботу, в собственном саду. И перед его приближенными возникла серьезная проблема. Дело в том, что переносить тело умершего в *шаббат* не разрешается. Но и оставлять в саду бездыханное тело царя было нельзя. Из-за голодных собак, которые бегали по саду и могли нанести ему повреждения.

Обсудив создавшееся положение, мудрецы вынесли решение: собакам, чтобы они отстали, надо бросить мясо, а тело Давида тем временем — вынести, положив на него младенца.

То есть — легче было избавиться от собак, нежели — перенести тело покойного царя.

Но как же все-таки ответил раби Танхум на заданный ему вопрос — о субботней свече, которая горит в комнате тяжело больного?

Свеча создана руками человека из плоти и крови и принадлежит ему, — сказал раби Танхум. А человеческая душа — «свеча» Всевышнего. Поэтому, заботясь о том, чтобы не погасла «свеча» Творца, можно и в *шаббат* загасить свечу, принадлежащую человеку...

Автор текста Барух Шнайдер