



השבועון דעלדעל דאס פון

ОНЛАЙН ОБЩИНА «ХАФЕЦ ХАИМ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА ШАББАТНИМ СТОЛОМ.
ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ САЙТА WWW.EVREY.COM
ВЫПУСК ПОСВЯЩАЕТСЯ СКОРЕЙШЕМУ ВЫЗДОРОВЛЕНИЮ
ХАНЫ БАТ ХАИ



НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «КДОШИМ»

А также:

Вопросы к Раввину

О здоровом образе жизни

Культура. Личность. Этика

Женская Рубрика

«Цель Эц Тамар»

Законы Лашон а-Ра

Живая Тора

Анализ Новостей

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, Днепрпетровск, 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 Ярден, Якутск...

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:

- Недельная глава «Кдошим» — 3
- Вопросы раввину — 7
- Культура. Личность. Этика — 12
- Здоровый Образ Жизни — 13
- Живая Тора — 13
- Женская рубрика — 14
- «Цель Эц Тамар» — 15
- Жизнь Как Подарок — 17
- Законы Лашон а-Ра — 19
- Анализ Новостей — 20
- Детская страничка — 21
- Лист Талмуда — 23

Ответственные за проект:
Элиэзер Фрейдкин, Давид Эльман

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

Художники:
Этель и Борис, Бат Ноах

Любые Ваши предложения
направляйте на эл.почту
hhafetzheim@gmail.com

Поддержите наш проект
<https://hafetzheim.com/donate/>

МЫСЛИ РЕДАКТОРА...

казано в нашей главе «И говорил Господь Моше так: Говори всей общине сынов Исраэля и скажи им: Святы будьте; ибо свят Я, Господь, Б-г ваш.»

В этой фразе заложен глубочайший смысл. Наш народ выделен Всевышним и не числится среди других 70-ти корневых народов, над нами сам Творец, который хочет, чтобы мы выполняли его задание.

Но мир устроен таким образом, что вокруг всегда есть силы, цель которых нам помешать, и эти силы созданы для того, чтобы у нас была свобода выбора, ведь кому интересен человек, который автоматически будет делать правильный выбор.

Каждый из нас учился в школе, кто-то в колледжах или университетах, все мы проходили контрольные, экзамены, сессии, и никому из нас в голову не приходило, что на экзамен придет учитель и вместе с заданиями положит рядом решение.

Чему тогда мы сможем научиться?

Также устроен мир: перед нами всегда есть задачи, есть проверка и есть проверяющий. Мы должны преодолеть эти задания с минимальными ошибками.

Говорит великий мудрец Рав Нафтали Цви Йегуда Берлин (Нацив), что наш народ не должен смотреть на традиции других народов, не должен брать чуждые идеи и философии, у нас своя уникальная и тяжелейшая задача, у нас работа на самого Всевышнего, который нам дал весь инструментарий, мы же должны пережить за каждого еврея, мы должны серьезно молиться за восстановление Храма, мы должны делать очень много добра!

Беезрат Ашем, чтобы у нас было очень много брахи в этих направлениях.

Элиэзер Фрейдкин

Кфар Эльдад

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «КДОШИМ»

ГЛАВА «КЕДОШИМ»

Место в Торе: Ваикра, гл. 19, ст. 1 — гл. 20, ст. 27

Почему глава так называется?

По значимому слову первой фразы главы, в которой сказано: «И говорил Всевышний Моше: «Обратись ко всей общине Израиля и скажи им — возвышенными (кедошим) будьте, ибо возвышен Я — Всевышний...» (Ваикра, гл. 19, ст. 1).

Слово *кедошим* — множественное число от ивритского слова *кадош*, что в большинстве переводов Торы означает — «святой». Однако у слова *кадош* есть и другое значение — **возвышенный**, стремящийся вверх, духовный.

Итак, в самом начале нашей недельной главы нам дается заповедь — «...возвышенными (*кедошим*) будьте, ибо возвышен Я — Всевышний...» (Ваикра, гл. 19, ст. 1).

Но что она означает? Есть ли у нее самостоятельное содержание или ее смысл состоит в том, чтобы соблюдать другие заповеди? Имеет ли она всеобъемлющую цель или — конкретное предписание? И вообще, как понимать указание «возвышенными будьте»?

Допустим, я встал как-то утром и твердо **решил стать «возвышенным»**. Что мне надо для этого сделать?

предполагает

«Обратись ко всей общине Израиля и скажи им — возвышенными (*кедошим*) будьте, ибо возвышен Я — Всевышний...»

соблюдения заповедей — это не формальное принятие на себя набора запретов. Цель их соблюдения — установление связи с Всевышним.

Тот, кто ставит перед собой такую цель, — подчеркивает Рамбан, — не ошибется, не подменит истинную духовность формальным выполнением заповедей. Ибо он осознает, что единение с Творцом и полное погружение в заботы о достижении материального благополучия — вещи несовместные...

У этой заповеди есть два аспекта, — объясняет Рамбан (Рабейну Моше бен Нахман — Нахманид; великий комментатор Торы, Танаха и Талмуда; Испания — Эрец Исраэль, конец 12-го — начало 13-го вв.). — Она определяет цель и имеет собственное, независимое содержание.

Комментаторы обращают внимание на последовательность, с которой даются заповеди. Так, в конце предыдущей недельной главы мы получили список запретов, касающихся интимных связей. И сразу же вслед за этим, в самом начале нашей недельной главы мы читаем — «возвышенными будьте». Тора тем самым наставляет нас: чтобы стать достойным отношений с Творцом мира, мало лишь не нарушать запреты, надо еще и пытаться достичь как можно более высокого уровня духовности.

Формальное соблюдение этой заповеди как будто бы не означает, что нам надо отказаться от всех благ материального мира. Человек может открыть свой ресторан, и ресторан этот будет абсолютно кошерным. Женщины могут одеваться по моде, не нарушая при этом законов скромности. Нет запрета на то, чтобы **жить в роскошной вилле**, ездить на дорогом автомобиле и отдыхать на лучших в мире курортах. Есть *мицвот* (заповеди), которые каждый из нас, в каких бы жизненных условиях он ни оказался, обязан соблюдать. Иначе говоря, соблюдение заповеди — «возвышенными будьте» не исключает материального благополучия и стремления пользоваться разного рода материальными удобствами.

Но тут обнаруживается некий нюанс.

Так называемый «светский» человек, который ведет такой образ

жизни, отдает себе отчет в том, что материальная реальность, в которую он погружается, не имеет ничего общего с духовностью. Человек, стремящийся соблюдать заповеди Всевышнего, рискует впасть в заблуждение, полагая, что, поскольку он выполняет *мицвот*, то может считать, что жизнь его наполнена духовностью, даже если он занят делами физического мира.

Заповедь, предписывающая быть возвышенными, как раз и напоминает ему, что это — ошибка. Ибо все дело в том, какое значение человек придает удовлетворению физических потребностей и на чем (материальном или духовном) сосредоточено его внимание.

Духовность (возвышенное состояние) — это способность подняться над материальными ценностями, отдалиться от физического мира и приблизиться к Творцу. Что касается

Непосредственная близость заповеди «возвышенными будьте» с перечислением запрещенных видов интимных связей (в конце недельной главы **Ахарей Мот**), — отмечает Рашби (раби Шломо бен Ицхак — величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век) открывает в ней широкие горизонты. Она учит нас постоянно заботиться о духовном росте.

Рамбан (великий Учитель, комментатор Мишны и составитель полного кодекса еврейских законов **Мишнэ Тора**; Испания — Египет, 12 век), анализируя эту заповедь, открывает в ней иную грань Истины.

В своей работе «Восемь глав», предваряющей книгу «Этика отцов» (**Авот**, гл. 6), он выдвигает вопрос: какими критериями определяется высокая духовность человеческого существа?

Чтобы найти ответ на него, Рамбам рассматривает две разные модели поведения людей.

Перед нами, допустим, два человека. Один из них от природы добр, наделен положительными качествами и склонностями. Добрые дела для него — естественный способ самовыражения. Он всегда готов помочь ближнему, и любая представившаяся ему такая возможность ему в радость.

Другой человек тоже совершает добрые дела. Но для этого всякий раз ему приходится выдержать битву с самим собой, ибо от природы он — недоброжелателен. Помощь ближнему для него связана с мучительным самоотречением и внутренним конфликтом.

Оба индивидуума ведут добродетельную жизнь. Кто из них, спрашивается, обладает более высокой духовностью?

Исследуя проблему, Рамбам изучает две, казалось бы, противоположные точки зрения.

Согласно первой позиции, наличие дурных склонностей в натуре человека — признак того, что в нем есть некий духовный дефект. Поэтому человек, который совершает добрые дела, только после того, как одержит победу над своими дурными побуждениями, все же не сравним с человеком, в котором от природы нет и следа недоброжелательности.

Рамбам находит подтверждение этой концепции в Танахе, где сказано: «Душа нечестивого алчет зла... Правый суд — радость для праведного» (книга *Мишлей* — «Притчи царя Шломо», гл. 21).

Но, с другой стороны, Рамбам воспроизводит текст, подтверждающий противоположную позицию: «Вознаграждение всегда соизмеримо с усилиями» (*Авот*, гл. 5).

Подвергая обе концепции глубокому анализу, Рамбам приходит к заключению, что между ними нет никакого противоречия.

Негативные побуждения, — объясняет он, — можно подразделить на два вида. К первому виду отнесем стремление к физическим удовольствиям и вещам материального мира, как таковым. Ко второму — корыстолюбие и жестокость. Реализация побуждений этого вида способна привести индивидуума к убийству, воровству, клевете и прочим проступкам. Велика вероятность, что такой человек причинит вред другим людям, если это сулит ему личную прибыль.

У людей, обладающих побуждениями разных видов — разные пути достижения духовных высот.

Если в человеке живет стремление к физическим удовольствиям, он, желая подняться на более высокий духовный уровень, не должен бороться с этим стремлением, как таковым. Ему важно сконцентрироваться на том, чтобы способы достижения материальных благ не

причиняли ущерба окружающим, чтобы следствием этого его стремления не стали дурные поступки.

Если же в человеке дают себя знать негативные побуждения второго вида, ему, чтобы встать на путь сближения с Творцом, придется выкорчевывать в себе само корыстолюбие.

В самом деле. Данное нам природой стремление к удовольствиям, наше желание получить эти удовольствия не противоречит нашей способности контактировать с

Творцом. Речь здесь идет о желаниях, но не о желаниях души. Человеческое тело создано Всевышним таким образом, что оно испытывает ощущение удовольствия, если его побуждения и желания удовлетворены. Вправе ли мы разрушать способность тела получать удовольствие от различных ощущений, если это качество дано нам самим Творцом? Есть ли в таких разрушительных попытках хоть доля заслуги? Ответ очевиден.

Во втором случае мы имеем дело, по сути, с желанием осуществить запрещенные действия (убийство, воровство, клевета и т.п.), которые физического удовлетворения, физического удовольствия явно не принесут. А это

свидетельствует, что такое желание порождено не телом, а — интеллектом, то есть определенным уровнем души. Тут уже затронуты вопросы морали. Мораль же — функция души, тело по своей природе — **«аморально»**.

Вот мы и говорим, что в душе такого человека есть существенный изъян. Пока это поражение души не будет ликвидировано, она не способна подняться к Творцу...

Распространенное, общепринятое представление о высокой духовности (возвышенном состоянии) и подход Торы к этому вопросу — диаметрально противоположны.

На «обывательском» уровне это понятие, как правило, связывают с аскетизмом, отказом от физических радостей. Это, как считают многие люди — погружение в мир созерцания и размышления.



Однако Тора **не находит противоречий** между стремлением к физическому удовольствию и высокой духовностью. И подчеркивает, что ущерб духовному росту человека может нанести лишь чрезмерное желание получать физическое наслаждение.

Более того, попытки человека стать аскетом, отказаться от удовольствий материального мира расцениваются Торой, как ошибка.

В Торе эта концепция иллюстрируется на примере *назира* (см. на сайте **обзор недельной главы Насо**, первый годовой цикл).

Из содержания недельной главы **Насо**, помещенной в книге **Бамидбар**, мы узнаем, что, дав обет на протяжении определенного периода не пить вино, не стричь волосы и т.д., *назир* обязан «...в день окончания срока обета — совершить приношение в Храм... и зачтется это *назиру* как приношение очищения (от проступка) и как приношение всеожожения (символизирующее стремления к Всевышнему)...» (**Бамидбар**, гл. 6, ст.13-16).

Кому навредил этот человек, добровольно отказавшись на какое-то время от физического удовольствия, которое получают люди, когда, предположим, пьют вино? — спрашивает Талмуд, анализируя приведенный выше отрывок из Торы (трактат **Назир**, лист 19).

Получается, как будто бы — только себе самому и никому другому.

Однако указание Торы, предписывающее ему осуществить очистительное приношение в Храме, со всей очевидностью демонстрирует нам, что, отрекаясь от удовольствий нашего мира, человек совершает проступок, за который несет ответственность перед Всевышним. Ведь если **он отвечает перед Творцом**, лишаясь по доброй воле, по сути, наслаждения только одного вида, сколь же велика его провинность перед Всевышним, если он решит отказаться от удовольствий вообще?

Рассматривая физический аспект человеческой жизни, Тора настаивает на том, что каждый из нас должен направить нашу жизненную энергию на реализацию *мицвот* (заповедей), которые дал нам Творец мира. И это, кроме всего прочего, предусматривает контроль человека над своими желаниями и ощущениями (чтобы

избежать чрезмерности). Однако подавление жизненной энергии, согласно концепции Торы — искажение представлений о действующих в земном мире законах. Ибо, подавляя в себе естественные желания, человек уменьшает свои возможности приблизиться к Всевышнему.

Есть и еще один аспект духовности, который, если рассматривать его с позиций Торы, очень труден для понимания современных людей.

Речь — о том, что человек не может достичь высокого уровня духовности в изоляции. Ибо способность приблизиться к Творцу и привести в наш мир *Шехину* (см. на сайте ответ **«Шехина — святой дух христиан?»**), как объясняет нам Тора — коллективное «приобретение».

Вернемся к началу нашей главы и прочтем в тексте заповеди «возвышенными будьте» слова: «...ибо возвышен Я, Всевышний ваш» (**Ваикра**, гл. 19, ст. 1).

Комментаторы задаются вопросом: как понимать эту часть фразы? Не может же Всевышний, в конце концов, требовать от нас той же духовности, которой Он сам обладает. И разве Его абсолютная духовность — «причина», обуславливающая уровень духовности людей?..

Всевышний, как мы знаем, вообще — нематериален. Он — концентрация наивысшей, абсолютной духовности. И ни один человек, ни при каких обстоятельствах не в состоянии достичь подобного уровня.

Об этом в речь в принципе не идет, — говорят комментаторы. — Словами «ибо возвышен Я, Всевышний ваш» Творец как бы разъясняет условия, на которых возможно **установление связи с Ним**.

Поскольку контакт между Всевышним и Его народом устанавливается по обоюдному желанию Творца и народа Израиля, Всевышний требует, чтобы и мы были духовно возвышенными, поднимая свой уровень духовности. Ибо Он, в случае, если мы погрязнем в пороках, не сможет контактировать с нами.

Заповедь «возвышенными будьте» адресуется всей общине Израиля. Недаром нашу недельную главу, которая начинается с этой заповеди, — сообщает Рамбан, — в прежние времена публично читали раз в семь лет. Когда перед царем собирался весь народ Израиля, и он зачитывал людям наиболее важные заповеди.

Публично читается и текст, помещенный в конце недельной главы *Кедошим*, в котором изложены последствия несоблюдения заповедей. И тут становится совершенно очевидно, что заповеди эти обращены ко всему народу Израиля.

В заключительной части нашей недельной главы сказано: «Соблюдайте же уставы Мои и все Мои законы, и исполняйте их, дабы не изрыгнула вас земля, в которую Я веду вас, чтобы жить в ней. И не следуйте обычаям народа, который Я прогоню от вас... Я — Всевышний ваш, который выделил вас из всех народов» (**Ваикра**, гл. 20, ст. 22-24).

Всевышний обращается как бы к отдельным индивидуумам, но — в контексте всего еврейского народа. Например, всем известно, что чтение *кадиша* (молитвы, возвеличивающей Имя Всевышнего — см.

на сайте, к примеру, ответ **«Когда можно читать Кадиш?»**), требует *миньяна*, а это — как минимум, десять взрослых, совершеннолетних еврейских мужчин. И это означает, что *Шехину* способна «притягивать» в наш мир только группа евреев, одному человеку такое — не по силам.

Эта «коллективность» выполнения заповеди составляет, пожалуй, проблему для многих современных людей. Ведь, скажем, в так называемом «светском» обществе наивысшей ценностью, наивысшим достижением считаются гражданские свободы. За эту свободу отдельных индивидуумов представители современного общества готовы заплатить любую цену.

Для современного человека духовный уровень — личное дело каждого. Как только речь заходит о коллективном подчинении какому-либо «постулату», этот «постулат» объявляется, по меньшей мере — «посягательством на личную жизнь». И начинается борьба за то, чтобы «коллективное требование» признали незаконным. Масса людей на Земном шаре искренне считают, что никому вокруг нет никакого дела до того, как они одеваются, как разговаривают, как воспитывают своих детей. И полагают, что жизненная философия, моральные ценности — вопрос выбора каждого отдельного индивидуума.

Еврейское мировоззрение, в противоположность этому, устанавливает четкие, общие для всех представителей еврейского народа критерии. И дело тут вовсе не в «посягательстве на частную жизнь индивидуума». Но в том, что частная жизнь моего соседа может поставить под угрозу судьбу всего еврейского народа. Если он, а вслед за ним — другие соседи, будут осуществлять деятельность, запрещенную Торой. И все мы будем страдать от последствий их моральных проступков и ошибок. То есть наши жизненные условия таковы, что никто, даже если бы захотел, не может сказать: «это меня не касается».

Но не слишком ли велика цена, которую должен платить народ за ошибки отдельных людей? Не отнимает ли стремление утвердить общую мораль **тот прогресс в достижении гражданских свобод**, к которому человечество стремилось многие столетия?..

Вопросы об общей морали народа и сохранении индивидуальных гражданских свобод — не абстрактны. Соотношение этих понятий зависит от того, как мы представляем себе общественную безопасность и благополучие общества.

Если мы передали проблемы морали в сферу «частного пользования», полагая, что не вправе решать за других, как им жить, это и будет нашими «гражданскими свободами», а безопасность общества при этом — отдельная область человеческого существования.

Однако Тора определяет, что наша физическая безопасность непосредственно **связана с нашим моральным выбором**. Точнее — безопасность народа Израиля целиком и полностью зависит от того, насколько сильна связь между еврейским народом и Творцом. А прочность этой связи, в свою очередь, обусловлена уровнем духовности сынов Израиля. И тут на «повестку дня» выдвигается «терминологический» вопрос: что считать частной сферой жизни человека, что — общественной?

Определенное ограничение гражданских свобод — необходимая цена, не заплатив которую, мы не построим «духовно возвышенное» общество. И тут религиозный взгляд на ситуацию мало чем отличается от так называемого — «светского». Ведь и в светском обществе разного рода беспорядки считаются нарушениями (значит, кстати сказать, и в нем в определенном смысле существует общественная мораль). Точно так же общество, стремящееся к соблюдению заповедей Торы, воспринимает их несоблюдение — как «беспорядок», нарушение.

Из Торы мы знаем, что еврейский народ обретает свою уникальность и заслуживает права жить на Земле, завещанной ему Всевышним — в *Эрец Исраэль*, только при условии, что он выполняет взятое на себя обязательство осуществлять связь с Творцом. А это возможно лишь в одном случае — если община Израиля в целом достигает определенного духовного уровня.

Если связь еврейского народа с Творцом существует, от этого, кстати говоря, выигрывает и все человечество. Ибо тогда у всей планеты возникает возможность установить связь с Ним.

Если же духовный уровень сынов Израиля понижается, настолько, что связь с Творцом прерывается, под вопросом оказывается жизнь евреев на Земле Израиля. А вся планета может оказаться без живительного участия Всевышнего.

Атмосфера духовного подъема — вещь весьма и весьма субтильная. Ее, если не относиться к ней с осторожностью, не так уж трудно разрушить. В современном «светском» мире самая большая угроза такого разрушения исходит из мнимой необходимости сохранения гражданских свобод. Согласно Торе, связь с Всевышним не попадает в зависимость от духовного состояния отдельного индивидуума. Это — феномен, представляющий собой часть нашего реального мира.

Мы постоянно становимся свидетелями последствий, к которым приводит концентрация усилий на достижении и защите гражданских свобод. **Нищета и невежество, рост преступности** и т.д. и т.п. У индивидуумов, живущих в таком обществе, нет ощущения безопасности. Разве это не мешает им жить?

Но никто не может помочь им изменить «правила» их существования. Это — не наше дело. К тому же, у нас нет для этого ни прав, ни средств...

Тора ставит перед еврейским народом высокие цели. Ее законы направлены на создание праведного общества, когда сама атмосфера жизни в нем исключает проявление многих негативных форм поведения.

Рамбам писал о двух типах достижения духовности и праведности (см. выше), которые обусловлены человеческими качествами. В конце концов, они сольются воедино. Душевная чистота, означающая свободу даже от склонности к порочным побуждениям, вполне совместима с физическими желаниями. Но — исключает чрезмерное потворство этим желаниям.

Сыны Израила смогут выполнить свое предназначение — приблизить все народы Земли к Творцу мира, только если они достигнут единства, будут поддерживать связь с Ним. Но для этого, прежде всего, они должны стремиться к духовности...

Автор текста раввин Носон Вайс

Иерусалим

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

Девять лет безответно его люблю...
Здравствуйте, уважаемый Рав!

Помогите, пожалуйста, не могу больше жить. На протяжении 9 лет я испытываю чувство любви к мужчине, одно время он мне симпатизировал, примерно 1 год (со слов общих друзей). Но вот уже 8 лет, он даже не смотрит на меня и проживает в гражданском браке с другими девушками. Это очень мучает меня.

Я отталкиваю от себя всех молодых парней, которые пытаются ко мне подойти, сразу отрубаю концы, не могу смириться, что это будет не он, а мне 35 год идет, ни мужа, ни ребенка.

Думаю, что Всевышний наказал меня этой безответной любовью этим страданием, о котором я никому не могу рассказать, ведь никто не поймет мои муки.

Что мне делать? Как жить?

Была мысль уехать в другой город, но от себя не убежишь.

За что мне это? Наверно, за мои грехи.

Очень благодарна Вам за совет.

*Анна
Россия*

Страдать долгие годы от неразделённой любви —тяжкое испытание. Однако же Ваше предположение, что так «Всевышний наказал» Вас — безосновательно. Никто из нас не может знать, как на Небе оценивают наши поступки, и какие решения принимаются там.

Известно высказывание наших мудрецов: «Всевышний ведет человека той дорогой, которой он хочет идти».

Прочитав Ваше письмо, какое-то время не мог отделаться от ощущения, что на самом деле, Вы наказываете себя сами. Выбор

дороги страданий, пусть в этом и нелегко признаться — Ваш.

Попытаемся вместе рассмотреть Вашу ситуацию со стороны.

Уже многие годы (9 лет это очень долгий срок!) Вы подчиняете свои чувства одной, и, судя по всему, как это не больно осознавать, бесперспективной связи.

Мы склонны прощать себе разные эмоциональные проявления, приписывая их «велению сердца». Особенно — если это мимолетный порыв. Но в такой ситуации, как Ваша, речь идет о сильном, глубоком и длительном проявлении чувств.

Более того, было бы, наверное, не справедливо и неверно по отношению к Вам говорить, что Вы — «раба собственных чувств». Ведь Вы, как видно по содержанию Вашего письма — думающий человек. Умеете объективно взглянуть на ситуацию, трезво оценить свое поведение в общении с другими людьми и осознать возможные негативные последствия того жизненного тупика, в котором оказались.

И это лишь подтверждает, что Вы сами выбрали этот путь, сами решили вложить все эмоциональные силы своей души в эту «одностороннюю» связь. Всевышний наделяет каждого из нас свободой выбора, ожидая от нас, что мы правильно этой свободой воспользуемся.

Более того. Из наших книг мы узнаем, что разумный, с точки зрения Небес, выбор способен отменить наказание, даже если оно и было предначертано человеку.

В контексте Вашего вопроса важно сказать несколько слов о любви.

Любовь — понятие трудноопределимое, сугубо индивидуальное, имеющее тысячи и более оттенков понимания. Вместе с тем, любовь, соответствующая высокому духовному стандарту (особенно — если мы говорим о любви, с позиций еврейских ценностей), включает в себя бескорыстное пожелание добра тому, кого ты любишь.

Однако на практике отношения между людьми, к сожалению, строятся на многочисленных требованиях чего-то «взамен» — от аналогичных эмоций до реальных ожидаемых «второй стороной» действий.

Вспоминается притча о человеке, который

говорил, что любит рыбу. Спросили его — «если ты любишь рыбу, почему же ты ее ешь?».

Когда мы кого-то по-настоящему любим, это означает, что мы желаем ему добра и готовы сделать все, чтобы ему было хорошо.

Судя по Вашему письму, Вы решили, пусть и виртуально — «не отпускать» этого мужчину от себя. При этом — лишив его права на выбор. Только потому, что он выбрал — не Вас.

Вы пишете, что «не можете смириться» с тем, что он не с Вами. Такая позиция — проблематична. И прежде всего — для Вас. Ибо именно Вы платите за эти нереализованные отношения очень высокую цену. И эта цена может стать еще выше — если женщина в подобной ситуации останется одна, без мужа и детей.

На мой взгляд, Вас подводит некая черта характера, которая заметно осложняет Вашу жизнь.

Вы, судя по всему — сильная натура, человек, способный к глубоким и долгим чувствам. Однако в письме «между строк» прочитывается — властность, желание подчинить себе других.

Об этом свидетельствует и неуступчивость, нежелание признать, что он выбрал кого-то другого. А также — и Ваше отношение к молодым парням, которые, как Вы пишете, «пытаются к Вам подойти». И Вы, с Ваших слов — «сразу отрубаете концы», в чем, безусловно, тоже проявляется властность.

Не думая при этом, что тем самым Вы лишаете себя шансов на взаимные, глубокие отношения, которые, несомненно, можно было бы построить с другим мужчиной.

Для того, чтобы найти выход из такой мучительной ситуации, в которой Вы находитесь сейчас, Вам, как мне кажется, нужно переосмыслить собственную позицию в отношении к другим людям.

При этом вовсе не требуется «ломать», «переделывать» себя.

Всевышний создал Вас такой, какая Вы есть. Он наделил Вас многими замечательными человеческими качествами — постоянством в чувствах, умением ценить другого человека, пониманием, как важно искать духовную суть явлений и т.д.

Но Вам, как каждому из нас — необходима последовательная «работа над ошибками».

Опыт неразделенной любви — труден. Но, вместе с тем, он способен укрепить человека, сделать его мудрее.

В Вашем случае — на этом опыте Вы можете научиться принимать людей, такими, какие они есть, не навязывая им свои взгляды и чувства.

Если Вы еврейка, то, возможно, знаете, что Всевышний наградил Вас, как и каждую другую еврейскую женщину, потенциалом, позволяющим на прочном фундаменте нашей традиции выстроить крепкий и дружный еврейский дом.

В Ваших силах наполнить этот семейный союз духовным и высоким содержанием, когда он и она помогают друг другу духовно расти.

Вам, чтобы осуществить это в собственной жизни, надо, как очевидно — «отпустить» того человека.

В поддержку такого решения приведу здесь несколько аргументов.

Вы пишете, что объект Вашего внимания меняет подруг («живет в гражданском браке с разными девушками»), что, надо сказать, не свидетельствует в его пользу. В связи с этим закономерно возникает вопрос — способен ли он испытывать сильные чувства?

Немаловажный довод — что у Ваших чувств к нему, насколько я понял, никогда не было возможности реализоваться. Стало быть, Вы, скорее всего, подпитываете в себе привязанность к некоему образу, который Вы сами же выстроили в своем воображении. Ведь по-настоящему Вы не знаете и не можете знать, какой он, этот человек. Следовательно — не можете быть уверенной, что образ, который Вы в течение многих лет культивировали в своем сознании, совпадает с тем, каков тот человек в действительности...

Ваша идея уехать в другой город — совсем не плохой, пусть и не единственный, вариант. И цель переезда — не убежать от себя, как Вы предположили, но — заполнить свою жизнь иным содержанием. В другом городе у Вас будут новые знакомства.

Одновременно — «уберется» из Вашего поля зрения и «раздражитель». Жить в одном городе с ним — дополнительное испытание.

Возможно, перемена места позволит расчистить площадку для строительства новой жизни.

И все же главное — переосмыслить свою жизненную позицию так, чтобы обеспечить права свободы выбора и себе и другим.

И в заключение напомним, что даже в самые трудные минуты очень важно не забывать, что Всевышний любит Вас, что жизнь на неудачных отношениях с одним человеком — не кончается. И по-настоящему — начнется, когда Вы сумеете освободиться от мучительных пут.

Наши Учителя наставляют нас, что «все — к лучшему». Иногда эту мысль трудно принять.

Но если Вы серьезно постараетесь извлечь из произошедшего с Вами урок и настроите себя на строительство будущего — Вы, полагаю, по достоинству оцените мудрость этого изречения.

Автор текста Михаэль Бергман

Где в наших основных источниках запрет на посещение церквей и т.п.?

Шалом, рав Элиягу!

Заранее прошу прощения за мою просьбу, но не смог найти всей нужной информации.

Буду вам очень благодарен за предоставление чётких ссылок на наши основные источники (Хумаш, Мишна, Гмара, Рамбам, Шульхан Арух, Мишна Брура), в которых находятся запреты на посещение евреями мест культа (молельных домов) чужих (нееврейских и консервоформистских) религий.

К сожалению, меня часто приглашают туда - и я должен показать чёрным по белому, почему нам ну никак не по пути.

Могу констатировать (живя в Израиле, я этого не видел), что евреи Америки ассимилируются совершенно бешеными темпами - хотя имеют беспрепятственный доступ к кошерной еврейской литературе на английском языке.

Слава Всевышнему, мы скоро возвращаемся в Эрец Исраэль - домой.

Спасибо!

**Нахум
США**

Фактически, Вы сами и ответили на свой вопрос, или, по крайней мере — задали направление ответа.

Расширим Вашу идею и более четко свяжем ее с вопросом.

Вы отмечаете, что евреи Америки ассимилируются, как Вы выразились — «совершенно бешеными темпами», несмотря на то, что доступ к информации у них — не неограниченный.

Действительно, книг Устной Торы, переведенных на английский язык во много раз больше, чем на русский, да и качество переводов на порядок выше.

Ведь издание наших книг в переводах на русский язык стало возможным лишь после развала Советского Союза.

Тогда как английским переводам — много десятилетий.

«Ассортимент» книг, переведенных на

английский — очень велик: начиная от Танаха, Мишны и Талмуда и до трудов Учителей нашего времени.

Разумеется, во всех наших книгах, не один, но — множество раз, говорится о катастрофе ассимиляции. Говорится, что еврей не может жениться на нееврейке, а еврейка — выходить замуж за нееврея. Но это, к сожалению, не повлияло на решение тысяч евреев создать семью с неевреями.

Значит, судя по всему, дело не в том, известно или нет место в Талмуде или **Шульхан Арухе** (кодекс еврейских законов), где «черным по белому» записан этот запрет.

Поведение человека во многом определяется побуждениями сердца и зависит от глубинного желания, которое «варится» в недрах души. А разум, при желании, почти всему всегда найдет логическое объяснение, подтверждение и оправдание.

Решение проблемы ассимиляции и той, о которой Вы спрашиваете, по сути — одинаковое.

Надо, чтобы сердце было — еврейским. Чтобы в нем была гордость, и в то же время — боль за свой народ. Мы горды тем, что еврейский народ сумел не просто сохраниться, но и пронести Тору и свою традицию через тысячи лет ненависти и преследований. И испытываем боль — осознавая, какой ценой нам это досталось.

Если же в сердце нет — никакие книги не помогут. Если нет в сердце боли за своих предков, которые шли на костер, но не предали веру в Творца и не отступились от еврейского народа — что остановит человека, не позволив ему создать семью с неевреем или нееврейкой?

Ведь без этого сердце — закрыто. И пока человек сам не захочет открыть его для Всевышнего, для своего народа — никакие книги не «пробьются» в его внутренний мир. Они так и останутся для него лишь некой абстракцией, оторванной от реальности.

Если еврей не осознает, какая цена заплачена за то, чтобы мы остались евреями — у него нет боязни потерять это, женившись на нееврейке. Он не задумывается над тем, что в таком случае его дети будут неевреями, и цепочка всех поколений до него на нем — оборвется.

В места поклонения рукотворным, придуманными людьми идолам (церкви, мечети, буддистские храмы и т.д.) могут приглашать только те, кому нет никакого дела до Торы и Всевышнего.

Так почему Вы думаете, что их убедит приведенная Вами цитата из книг наших Учителей, где будет ясно написано, что еврею запрещено не только входить внутрь такого здания, но даже любоваться им как архитектурным сооружением? Нельзя даже укрыться от солнца, пользуясь тенью от здания церкви или мечети, ведь тем самым еврей как бы оправдывает существование здания, из которого исходят теории и идеи, выступающие против Творца мира.

Еврейское сердце должно в буквальном смысле содрогнуться от предложения посетить церковь (мечеть и т.д.). И неважно, знаете ли Вы конкретный закон в книгах Устной Торы, запрещающий туда идти, или нет.

Отмечу попутно, что консервативный или реформистский «иудаизм», по законам Торы — обыкновенная рукотворная религия. Поэтому, все, что тут сказано о церкви — в полной мере относится и к помещениям, где осуществляются их ритуалы.

Представьте, что в гостях, вместо чая, Вам налили в чашку бензин. Разве Вы, чтобы обосновать свое нежелание его выпить, будете искать в Талмуде или в **Шульхан Арухе** запрет на употребление бензина в качестве питья? Разумеется, Вы совершенно без всяких стеснений — откажетесь, и никакого письменного подтверждения для этого — не понадобится.

Более того, отказываясь посетить церковь — не нужно оправдываться и, как бы извиняясь, ссылаться на источники.

Ведь это может быть воспринято, будто бы человек — хочет принять это приглашение, но — не принимает, подчиняясь неким порядкам, которых он вынужден придерживаться. Нельзя даже, как это принято у вежливых людей — благодарить за такое приглашение.

Рукотворные религии убивают еврейскую душу. Поэтому Вы в полной мере можете относиться к такому приглашению, как к приглашению на добровольную смерть.

Наоборот, нужно сказать, что Вы не ходите туда, потому, что Вы — еврей.

И — гордитесь тем, что ваш народ, сохраняя свою традицию, выстоял, не «перемешался» с представителями чуждых религий.

Если представится возможность, спокойно и доброжелательно скажите, что Вы переживаете за всех евреев. Поэтому — просите, не только Вас, но и других евреев в такие места не приглашать.

Автор текста Хаим Аккерман

Вера в Творца делает нееврея — евреем?

Если говорить про Авраама и ваши убеждения, что только еврейский народ может принадлежать Всевышнему, то давайте будем честны! Аврам не был сотворён как Адам, но имел свои корни крови от своих родителей - т.е. он был халдеем по крови! Не так ли!?

Это неоспоримо и не может оспариваться!

Но как Аврам, стал Авраамом!? Другими словами, как халдей стал евреем!?

Ответ - поверив Б-гу! Т.е. верой в Творца!!! Хотя по крови он всё тот же халдей! А раз он халдей по крови, то и все его потомки совершенно те же халдеи в крови, не так ли!?

Именно так!

И только вера во Всевышнего делает халдея по крови - евреем по духу! Тут надеюсь всё ясно как Б-жий день!?

Исходя из этого неоспоримого факта - евреем может стать совершенно любой человек на планете, который примет в сердце веру в Единого Творца всего! Ровно так же считающий себя евреем по крови и даже живущий в Израиле -мир Ему!, но потерявший веру в Творца - на самом деле теряет своё еврейство и становится опять истинным халдеем, т.е. язычником!

IL'YA
Москва

Мне, не скрою, понравилось Ваше предложение, сформулированное в словах — «будем честны».

Что ж, возьмем эту идею на вооружение и зададимся вопросом: откуда мы знаем (Вы, я и все остальные люди в мире) об Аврааме — о том, кем он был и как стал евреем?

Надеюсь, Вы понимаете, что, договорившись о «честности», мы с Вами вынуждены признать, что все сведения о нем у нас — только из Торы, Письменной и Устной. Других первоисточников, откуда мы могли бы извлечь «данные» о нем, у нас нет.

Подозреваю, что об Устной Торе Вам ничего не известно. Поэтому — ограничимся Письменной Торой. Этого нам будет вполне достаточно.

Полагаю, что Вы без возражений и обиняков согласитесь, что в Торе рассказывается не только об Аврааме, но и о том, что Творец мира дал Тору еврейскому народу — потомкам Авраама, Ицхака и Яакова.

И еще в Торе содержится много законов, которые нам надо выполнять. В том числе — и законы о правилах и процедурах принятия решений. То есть — о еврейском религиозном судопроизводстве.

И нигде не говорится о том, что каждый может понимать смысл, заложенный в Торе, как ему вздумается, и принимать решения, какие хочет, по собственному усмотрению. Считаю, что все это — в рамках Торы.

Так вот, все Ваши рассуждения совершенно оторваны от реальности.

Кроме того, если мы «будем честны» — нам придется признать, что еврейский народ существует не сто и даже не тысячу лет, но — много тысяч лет.

И все это время — живет по законам Торы, которые получил у горы Синай.

В этих законах и в нашей жизненной практике ясно и достаточно четко определено, как нееврей может присоединиться к нашему народу.

И один из элементов этого среди прочего, безусловно — вера во Всевышнего. Но не только.

Эти правила и процедуры существовали и существуют на всех этапах истории нашего народа, во все времена.

И позволили присоединиться к нам — тысячам и тысячам неевреев.

Если мы «будем честны» — нам неизбежно придется принять и тот факт, что присоединение к нашему народу никогда не происходило на основе придуманной Вами концепции, которую Вы попытались развивать в своем письме.

Так что, на самом деле ситуация — вполне очевидная и понятная. Механизм, который дал нам Всевышний, работает все времена — безотказно.

Предлагаю Вам, вместо того, чтобы заниматься сочинительством, знакомиться с соответствующими материалами, в том числе — и на страницах нашего сайта.

Автор текста Элиягу Эссас

Злое покрывает общество. Стала бояться. Что делать?
Добрый день, уважаемый Рав!

Я злоупотребляю вашим временем, много вопросов остается без ответа, но это и правильно. Сформулировав вопрос, человек, так или иначе, сам пытается найти ответ.

Дело вот в чем.

Мне страшно. Очень. Я пытаюсь читать Тору, но, видимо, нет у меня еврейской души от мамы.

Вчера сын и его друг пришли сначала к нам.

Оба - грязные, мокрые (но весной это нормально для мальчишек 12 лет)... носы разбиты, мой потерял шапку, у его друга губа разбитая...

ПОБИЛИ.

Их и их компанию. Из-за того, что с водитесь.

Что-то злое покрывает общество изнутри. Мне очень страшно.

Да, я понимаю, что надо делать хорошее по мере сил... Но плетью обух не перешибешь.

Я стала бояться. Что делать?

*Ольга
Краснообск*

Это хорошо, что Вы правильно понимаете, что ясно сформулированный вопрос, как говорят изучающие Тору — уже половина ответа.

Приятно было прочесть и то, что Вы осознаете, что добрые дела, в общем и целом — улучшают мир.

И еще, конечно же, не могу не отметить, что известное выражение «плетью обуха не перешибешь», использовано Вами — к месту. Хотя оно, надо сказать, с позиций еврейской традиции — не точное.

Начнем — с него. Потом постараемся разобраться и в других описанных Вами обстоятельствах.

Будем считать, например, что «обух» — окружающая нас реальность. А «плеть» по отношению к этой реальности — что-то мягкое, внешне незначительное.

Тогда в этом выражении все, казалось бы — верно.

Ну, а если речь идет о серьезной молитве или о осознанном, прочувствованном выполнении пусть даже одной заповеди, тогда соотношение сил — может быть иным. Одна молитва или выполнение одной заповеди способны значимо изменить ситуацию.

Теперь — о Вашем ощущении, что «злое (как Вы пишете) покрывает общество изнутри».

Тут мне, в общем-то, добавить особо нечего. Из мировоззрения Торы следует, что светлое и доброе и все то, что стремится к Всевышнему — окружено негативными силами. Ибо Творец хочет, чтобы у нас всегда была свобода выбора.

Можно выбрать правильное и светлое, можно — что-то другое. И в зависимости от нашего поведения, это «что-то другое» иногда — усиливается. Например — чтобы запугать нас.

Нам всегда надо быть готовыми к этому и ни в коем случае не надеяться на то, что все «автоматически», без наших усилий, изменится к лучшему, что все само собой уладится.

Так что, появившееся у Вас ощущение страха, что Вы, как написано в письме, «стали бояться» — меня совершенно не удивляет.

В принципе такая реакция на зло — правильная. В конце концов, мы живем, в так называемом — «неисправленном» мире, в мире Лжи, в мире, образовавшемся в результате некоей космической катастрофы. В мире, созданном для того, чтобы мы занимались духовной работой, которая должна привести к исправлению последствий этой катастрофы.

См. на сайте ответ [«Что это за первичная поломка в духовных мирах?»](#).

Так что, перед каждым из нас стоит очень важная задача. И каждый может, имея правильные, возвышенные устремления, исходя из собственного потенциала — справляться с ней.

И в этом — нам не надо бояться.

Наоборот — надо стараться. Руководствуясь здравым смыслом, расширяя и углубляя свои знания и обращаясь за помощью к Всевышнему...

Автор текста Элиягу Эссас

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

Борьба за власть в семье имеет смысл лишь в том случае, если обоим партнерам или, если хотите - соперникам, нравится эта «игра»...

БОРЬБА ЗА ВЛАСТЬ В СЕМЬЕ

Д-р Майкл Тобин

Нередко за помощью ко мне обращаются люди, изнуренные многолетней борьбой за власть в семье. Постоянное выяснение, кто - «главнее», не приносит им ничего хорошего. У некоторых супружеских пар ситуация настолько обостряется, что дело доходит до «физических мер убеждения». В этом случае говорю: «Если ваш муж жестоко с вами обращается и причиняет вам физическую боль, настоятельно рекомендую связаться с местным женским центром или «горячей линией» и получить необходимые инструкции, как следует вести себя в таких случаях. Тора безоговорочно запрещает любое насилие над супругом или супругой - как эмоциональное, так и физическое...».

Однако самое сложное - психологическая сторона проблемы.

Попробуем разобраться, что такое «борьба за власть». Это (дадим определение) - конфронтация двух людей, каждый из которых в одинаковой степени стремится к установлению собственного господства над соперником.

Из опыта работы с такими супружескими парами я вынес заключение, что большинству из них это соперничество - в тягость. Они с радостью поменяли бы эту борьбу на любовь и счастье в браке, но - запутались в ней, как в паутине, и не знают, как все это прекратить.

Претензии партнеров друг к другу - типичны: «он (она) только берет, а взамен ничего не дает», «он бесконечно упрекает меня, что я, по его мнению, не справляюсь с домашним хозяйством», «я много работаю и участвую в материальном обеспечении семьи, он же уверен, что только благодаря ему, у нас есть все, что требуется» и т.д. и т.п.

Когда меня спрашивают, что делать, как быть, я, прежде всего, задаю встречный вопрос: «Готовы ли вы взглянуть правде в глаза, и попытаться понять, какова ваша роль в беспрестанном продлении этой борьбы за главенство?».

Ведь тут все не так очевидно, как кажется. Некоторые супруги, не отдавая себе в этом отчет, хотят продолжать спор за главенство, ибо для них это - своеобразная игра, пикантный заменитель истинной близости. Отказавшись от борьбы, он (или она) может потерять интерес к партнерше (партнеру).

Казалось бы, в этой борьбе всегда есть «пострадавшие». На самом деле это не совсем так. Тот, кто ощущает себя «пострадавшим», тоже активно участвует в развитии семейного противостояния...

Постараюсь объяснить, что может сделать супруга или супруг, чтобы прекратить бесполезную, ненужную «игру» и начать строить счастливую семью. Для этого приму сторону женщин и «классифицирую» поведение мужчин, вернее - их проявления, которые женщины им, в большинстве случаев, приписывают.

Огласим приблизительный список:

1. Он жесток по отношению к ней.
2. От него невозможно дожидаться проявлений любви.
3. Он постоянно берет, и ничего не дает взамен.
4. Он кричит на жену, ругает ее, употребляя оскорбительные выражения.
5. У него старомодное отношение к женщине.
6. Он редко помогает жене по хозяйству.
7. Он заставляет жену чувствовать себя виноватой.
8. Он называет ее бездельницей.
9. Он приносит в дом недостаточно денег.
10. Он неадекватно воспринимает происходящее, например, считает, что именно он - главный кормилец семьи.

Если суммировать такое поведение, негодование женщины вполне можно понять. Понятно и ее стремление доказать, что в действительности ее муж ошибается, отсюда и его несправедливое отношение к ней. Это и есть основные мотивы борьбы. И как бы ни хотела женщина остановиться, изменить атмосферу в доме, сделать это ей трудно - горечь, обида, а иногда - и злость, не проходят сами собой. Вот она и находит выражение своих чувств в этой болезненной и бессмысленной борьбе за власть.

Итак, что же делать?

Дам три совета, которые, надеюсь, помогут исправить положение:

1. Попытайтесь определить, способны ли вы оба справиться с ситуацией самостоятельно, или же ваш конфликт достиг такой стадии, на которой уже не обойтись без профессиональной помощи. Если верно второе, тогда я рекомендовал бы обратиться к раввину или компетентному психотерапевту, специализирующемуся на семейных проблемах.
2. Постарайтесь отказаться от участия в борьбе. Проанализируйте, при каких обстоятельствах вы попадаете в ловушку «обмена любезностями», а затем приложите максимум усилий для того, чтобы ее избежать. Если вместо того, чтобы обвинять мужа в тех или иных «грехах», вы начнете делиться с ним собственными чувствами и переживаниями, у него, скорее

всего, не будет повода взрываться. Воздержитесь от беспрестанной и необоснованной критики в адрес вашего мужа, и постарайтесь понять, какова ваша роль в этой борьбе за власть.

3. Напишите вашему супругу письмо.

Содержание письма можно варьировать, однако в нем обязательно должны быть следующие пункты:

1. Скажите ему, что очень его любите, и хотите, чтобы ваш брак был счастливым.
2. Опишите, как вам трудно и неприятно вести с ним эту борьбу за власть.
3. Извинитесь за то, что играете определенную роль в создании семейных конфликтов.
4. Попросите его обсудить с вами ваши взаимоотношения.
5. Перечислите, как минимум, пять черт, которые вам действительно в нем нравятся, и предложите, чтобы и он ответил вам тем же.
6. Спросите его, согласен ли он попробовать вместе с вами работать над тем, чтобы изменить атмосферу в семье к лучшему. И объясните, что вам обоим необходимо избавиться от негативного эмоционального багажа, а для этого придется проявить терпение, по возможности объективно проанализировать сложившуюся ситуацию...

Надеюсь, что вы и ваш муж найдете в себе силы на то, чтобы справиться с напряженностью, которая возникла в ваших отношениях. Полагаю, что уверенность в том, что муж любит вас, придаст вам смелости и настойчивости в стремлении найти выход из неприятной ситуации. Если вы оба решите изменить свою жизнь, то, с помощью Всевышнего, вам обязательно удастся **создать счастливую семью**.

Удачи!..

Материал сайта международной еврейской религиозной организации Эш а-Тора

aish.com

Д-р Майкл Тобин, психолог,

консультант по вопросам семейных отношений

Живет в Иерусалиме

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Чернослив — это сушеная слива, нежная, вкусная и полезная, в которой сохранились все лечебные свойства свежего фрукта.

Сухофрукты являются очень концентрированными продуктами, поэтому они заряжают энергией, дают силы и повышают настроение. В черносливе содержится множество витаминов, минералов и микроэлементов, он богат железом, поэтому его рекомендуют женщинам во время беременности, детям и пожилым людям.

Основная польза чернослива для организма заключается в том, что он улучшает работу кишечника, избавляя от запоров, и для этого достаточно съедать каждый день по пять ягод.

Свежий чернослив нормализует химический обмен в организме — на этом и основаны его диетические свойства, которые используются для похудения.

Также чернослив полезен для дезинфекции полости рта, поскольку он уничтожает болезнетворные бактерии и патогенные микроорганизмы. В медицине известно применение чернослива для лечения сердца и сосудов, печени, почек, атеросклероза и ревматизма, а из-за высокого содержания каротина чернослив полезен для глаз.

Черносливом не рекомендуется увлекаться диабетикам и кормящим матерям, поскольку слабительные свойства сухофрукта могут вызвать колики у младенцев.

Сушеная слива разрушает свободные радикалы, омолаживая кожу и весь организм, улучшая состояние волос и ногтей.

Среди полезных свойств чернослива для здоровья стоит отметить повышение работоспособности, укрепление памяти и иммунитета.

Очень вкусны компоты из чернослива, которые рекомендуются для детей и больных, ведь чернослив тонизирует организм и дает силы бороться с любым недугом. Из чернослива готовят салаты и закуски, его подают с мясом и овощами, кашей и творогом, используют для приготовления сладкой выпечки и восхитительных десертов. Очень вкусны булочки с черносливом и чернослив, фаршированный орехом, Диетологи рекомендуют употреблять чернослив с сырыми овощами для лучшего усвоения и сжигания жира.

Будьте здоровы!

Елена Демидова

Одесса, Украина

ЖИВАЯ ТОРА

Одно из самых высоких, но одновременно и многозначительных слов — слово «святость». В повседневном смысле все понимают, что «святость» означает особенную выделенность, которая достигается упорной работой по самосовершенствованию в рамках четко осознанного выбора приоритета духовного мира и познания Б-га.

Недельная глава «Кедошим» повелевает прямо: «Святы будьте; ибо свят Я, Господь, Б-г ваш» (Ваикра 19;2). Раши комментирует: сторонитесь запретных связей (перечисленных в главе «Ахарей Мот») и

помыслов преступных. Таково значение слов «святы будьте», ибо везде в Торе, где находишь (повеление) оградить себя от такого, находишь также упоминание о святости.

Святость – ее ощущение, влияние и развитие – находится в тесной зависимости от соблюдения чистоты внутреннего мира и реализации потенциала человека в материальном мире.

Заложенные В-вышним сильнейшие половые инстинкты должны служить высшим целям – приведению в мир дополнительных душ и наделению их нравственным и духовным содержанием. Раши говорит, что не только как таковые связи запретны, но необходимо и избегать мыслей о них.

Йецер а-ра человека особенно действует сильно там, где находятся «центры» желаний и интересов человека.

Половые инстинкты обладают огромной силой, и если не удерживать их силой морали и духа, то тогда животная душа – нефеш – может возобладать в человеке и тогда удовлетворение инстинктов превратится в самоцель.

А ведь именно с этим инстинктом связан реализация одной из главных заповедей – плодиться и размножаться.

Однако далее, в следующем стихе, Тора говорит: «Всякий матери своей и отца своего страшитесь» (Ваикра 19;3). Какая связь? Ведь как мы видели из комментария Раши, в повелении «святы будьте» Тора имеет ввиду запретные половые связи и мысли о них. Почему же сразу после этого идет повеление страшиться родителей?

Ответ представляется таким: все начинается и развивается именно в детстве. Если ребенка не ограничивать, не давать ему почувствовать границы, то вседозволенность проявится в более серьезных вещах уже во взрослом возрасте.

Боязнь и почитание родителей очень тесно связана с трепетом перед В-вышним. Неуважение к родителям приведет к безответственности и наглости перед Небесами, так как гордыня будет определять все действия человека.

Развивать святость в корне своем – подавлять гордыню во всех ее проявлениях и тщательно вести самоконтроль надо собственными мыслями и поведением.

Невозможно гордецу иметь и развивать качество святости, потому что оно предполагает присутствие в сознании и душе В-вышнего, а у горделивого человека, кроме его «я» ничего нет.

Хоть это и сложная работа – по постоянному контролю за выпячиванием своего «я», Творец щедро благодарит за нее – ощущением истинного партнерства с Ним и наслаждением любовью высшего порядка.

Главное – не «раскисать» на полпути, считая что невозможно ничего сделать с токсичными амбициями и эмоциями.

Нужно стараться и делать, а Небеса помогут выйти на тот уровень, которого мы заслуживаем.

Давид Эльман

Иерусалим, Израиль

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Наша глава начинается с повеления о том, что мы, еврейский народ, должны быть возвышенными, выделенными, избранными (кдошим), потому что сам Всевышний обладает этим качеством – Кадош.

У Творца мира есть множество граней и множество качеств.

Всевышний милостив и долготерпим, дарует свой бесконечный свет и уменьшает его в случае необходимости, ему свойственны сила и мощь, бесконечная любовь ко всему созданному.

Почему же именно это качество избранности, должно соответствовать сути еврейского народа ?

Почему именно с этого качества начинается глава, в которой перечислено множество заповедей Торы?

А начало главы – это идея, которая отображает в себе всю её суть, это идея, которая возвышается над этой сутью.

Что означает, что Творец мира – кадош, выделен или возвышен?

Всевышний создал наш мир. Он один. Он в нашем мире и Он вне него. Он везде.

По отношению к созданному, Творец возвышается над ним.

Он выделен, ведь нет ничего, что может с ним сравниться.

Но мир, который создал Творец – неидеален.

Ведь в идеально созданном мире нет смысла. Он может находиться только в статическом состоянии: нет смысла его улучшать.

У творения должна быть цель. И цель эта – подвести мир к состоянию идеальности.

А если мир неидеален, значит в нём существуют поломки, некая разрозненность, не гармоничность.

Каждая погрешность в своем роде противоположна свету Всевышнего. А мы – еврейский народ избранные, чтобы эти погрешности устранить. Чтобы привести мир к целостности и гармонии через заповеди, которые даровал нам Творец.

Но как же тогда мы, устраняя поломки нашего мира, находясь в "затемненных" от света Творца местах (ведь в поломках и погрешностях меньше света Творца, а исправить их можно, только находясь рядом с ними) можем быть выделенными и возвышенными? Ведь касаясь "затемненности" мы и сами растворяемся в ней.

Но Творец устроил мир не так.

Выполняя заповедь Торы, мы устраняем какую-то часть определённой поломки в мире, а это значит, что мир сможет принять больше света Творца.

Но исправляя поломку в мире, мы тем самым исправляем поломку в своей душе и тем самым, становимся возвышенными по сравнению с тем, какими были до выполнения заповеди.

Итак, Всевышний возвышается над всем созданным.

А нас возвышает та духовная работа (изучение Торы и выполнение заповедей), которую мы выполняем каждый день. И нас и весь мир.

И это суть нашей жизни.

И вот поэтому -то с этой заповеди начинается глава.

Поэтому, в данной главе она стоит над другими.

Но есть в нашей главе ещё одна основополагающая заповедь: возлюби ближнего как самого себя.

Давайте попробуем взглядеться и в неё.

Мы все разные.

Творец собрал воедино все свои качества и в разных пропорциях вложил в нас, подобно радуге с разной интенсивностью каждого цвета.

Таким образом, мы воспринимаем достоинства или недостатки окружающего нас мира в соответствии с тем арсеналом качеств, которые имеем сами.

Как же можно полюбить ближнего, как самого себя, если мы внутренне совершенно разные и каждый из нас смотрит на мир сквозь призму своей индивидуальной души?

Но наша история показала, что это возможно.

Каждый способен понять и принять весь народ. И это объединение произошло во время получения Торы, когда все мы стояли перед Творцом, как единый организм с единством в сердце.

Тогда воссоздалась во всей своей полноте объединённая душа еврейского народа.

И хоть все мы разные, но поднявшись над обыденным восприятием, приблизившись к повелению быть приподнятыми или выделенными (кдушим), мы можем соединить себя, пусть даже мысленно, с ближним.

И это то, чего от нас ждёт Творец.

И это верный путь к починке нашего мира.

Мы показали здесь, как две заповеди могут быть связаны между собой.

Подобную связь можно найти между всеми заповедями Торы.

Ведь и Тора с её заповедями единый инструмент, имеющий спектр граней.

Счастлив тот, кто сумел раскрыть его для себя и воплотить его в жизнь.

Счастливого пути!

Юдит Аккерман

Петях Тиква

«ЦЕЛЬ ЭЦ ТАМАР»

Отцы и дети.

Моше получил от Всевышнего две скрижали. На правой написаны заповеди правильного отношения ко Всевышнему, а на левой - заповеди правильного поведения с людьми. Интересно, что заповедь уважать отца и мать находится на правой скрижали-вместе с заповедями отношения ко Всевышнему.

У Адама Ришона (первого человека) были дети, и он был сотворен с изначально заложенной к ним любовью, которая по цепочке продолжает передаваться от него к потомкам из поколения в поколение.

Как мы уже написали выше, Адам Ришон имел детей, но родителей у него не было (его создал Всевышний). А поскольку ни отца, ни матери из плоти и крови у него не было, то уважение к родителям не было заложено в нем изначально, при сотворении, и соответственно, не передавались дальше его потомкам. Поэтому Всевышний и дал евреям заповедь кибуд ав ве эм (уважать отца и мать). Ведь если какое либо качество изначально заложено в еврее, то заповедь на это качество не нужна. И поскольку люди не рождаются с врождённым чувством любви и уважения к родителям, то им дана была эта заповедь.

Трое участвуют в создании человека- отец, мать и Всевышний (трактат Нида, лист Талмуда 31, 71).

Так же, как Всевышний создал Адама Ришона - отец и мать (в

объединении с Творцом) создают человека, и этим уподобляются Творцу.

Можно сказать, что заповеди, написанные на правой скрижали - это способ реализации стремления вверх - объединения со Всевышним. Он происходит по вертикали, а заповеди, написанные на левой скрижали - способ реализации объединения с людьми - по горизонтали.

Семь дней недели соответствует первым 7 заповедям на скрижали завета. Заповедь о том, что есть только Один Всевышний соответствует первому дню. В первый день был создан свет. Это не тот свет, что исходит от солнца, ведь солнце еще не было сотворено. Но это свет проявления Всевышнего — его первое проявление, которое можно хоть как-то определить словами - высочайший духовный свет.

Заповедь уважения к родителям соответствует четвертому дню творения, когда были созданы солнце и луна - источники материального света на Земле.

Имеется ввиду свет правильного понимания мира, передаваемый от родителей к детям из поколения в поколение - свет Торы.

Можно представить себе эту цепочку передачи как дерево с мощными корнями, растущее сверху вниз. Наверху мощные корни, ствол, ветви и плоды. Это Адам Ришон, праотцы, все наши предки, несущие на себе свет Торы, продолжение передачи по цепочке - и так до небольших веточек. А ведь именно на ветвях деревьев растут плоды. И мы - ближе всего к плодам - результату всего 6000-и летнего цикла этой самой передачи Торы.

Но ветка может засохнуть. А если засохла ветка - и плодов не будет. А наша цель - сделать все от нас зависящее чтобы эта цепочка передачи Торы не прервалась и чтобы мы достигли завершения нашей миссии - исправления мира.

А вот теперь кульминационный момент.

Кто из нас в детстве не страдал от несправедливого отношения к себе родителей? В ком не осталось детских травм, ноющих каждый раз при воспоминаниях о тех моментах? Думаю, таких большинство.

А выполнение заповеди уважения родителей невозможно если одна мысль о них вызывает обиды и отторжение.

Некоторые из детских обид проходят незаметно и выветриваются, некоторые стираются со временем - зарубцовываются. А некоторые - остаются рваными ранами по сей день и болят при каждом воспоминании. Больше того, частенько в разных ситуациях наше поведение и принятие решений подсознательно зависит от этих травм. А от этого не счастливая жизнь, "не те" отношения с детьми и так далее. Нормально ли это? Надо ли продолжать с этим жить?

- С этим нечего делать, - скажите вы.

А я скажу : " Неверно".

За последние пару сотен лет большинство евреев было оторвано от Торы. Разумеется, что огонь передачи знаний своим потомкам постепенно угасал, а с ним терялись и знания Торы и правильное понимание действительности. На место настоящей Торы и заботы о ближнем пришло поверхностное общение, на место уважения пришла наглость, которая постепенно становится нормой жизни.

Но и при этом обязательно надо помнить, что : СЛУЧАЙНОСТЕЙ НЕ БЫВАЕТ.

Каждый человек рождается именно в той семье, в которой должен родиться и у тех родителей, у которых должен родиться. Почему? Потому что так решил Всевышний. И это уж точно не случайно.

А это значит, что именно с такими родителями и именно Вы (единственный человек на земле), способны эту ситуацию исправить.

И вот каким образом:

Первым делом надо понять, что жить с этими проблемами нельзя.

Человек имеет два качества - животного и мал'аха (ангела). Разница в том, что животное всегда смотрит вниз, в землю. А мал'ахим стремятся вверх, к свету духовности, Творцу.

И человек должен сделать выбор, куда стремиться - вверх или вниз. Радость (преобладающее влияние йецер а тов, доброе начало) тянет духовно вверх. Печаль, грусть, боль, плохие воспомина-

ния (преобладание йецер ара, злое начало) - вниз. В зависимости от того, куда способна стремиться душа человека - выстраивается его судьба. Наверно нет на земле человека, который не хочет для себя счастья.

А если так, то первый шаг - осознание своего неправильного восприятия. Понимание того, что проблема в тебе.

Второй этап - понять, что из - за отрыва от Торы родители не получили правильного традиционного еврейского воспитания в духе Торы.

Давали то, что могли, любили больше



жизни и хотели самого лучшего, но вот что значит это самое лучшее - понятия не имели. Как понимали - так и воспитывали. При этом с самыми лучшими побуждениями. Они сами от своих родителей ничего не получили. И им неоткуда было взять для Вас. Но старались как могли.

Если посмотреть на это со стороны, то видна цепь передачи Торы, которая за 2-3 поколения просто сходит на нет.

Как написано в Торе "карает за грехи отцов до 3-го-4-го поколения". То есть вот в чем наказание за отход от Торы - боль детей.

А теперь самое главное.

3-й этап.

И тут есть 2 варианта.

Первый: человек продолжает считать всех виноватыми, в той или иной мере страдает, портит себе жизнь, кстати, и своим потомкам. Так как неисправленная ситуация всегда будет иметь последствия. А дальше можете рисовать себе в фантазии любые нехорошие последствия - так как есть понятие йеридат а-дорот, то есть духовный спад поколений. И Ваше поведение будет хуже, чем Ваших родителей. Дети же страдать будут больше. Возможен даже уход из еврейства.

И второй вариант: осознание ответственности за предыдущие поколения, отошедшие от Торы. Понять, что Вы - первый вагон поезда, который идет по мосту. К Вам прикреплены сзади вагоны всех Ваших прошлых поколений. Если сегодня Вы не выдержите и сойдете с рельс, то все предыдущие поколения потянутся за Вами в бездну.

Если же Вы найдете возможность сохранить внутреннюю гармонию, не обижаться, и поймете, что Вашим родителям просто не дали знания как вести себя с детьми, но хотели они для Вас лучшего и взять это за аксиому, то, как это ни странно, Вы залечите не только проблемы в своей душе, но и проблемы, образовавшиеся от недостатка Торы в душах родителей, родителей их родителей и т.д. назад по цепочке - то есть исправив себя Вы исправите прошлое. А исправление прошлого - влияет на будущее.

А поскольку все евреи аревим зе ле зе (отвечают один за другого), исполнение каждой заповеди влияет не только на того,

кто ее выполняет, но и на весь народ. И этим вносит свою частичку света в прошлое, залечивая его и соответственно влияет на духовное состояние и будущее всего народа.

«ЖИЗНЬ КАК ПОДАРОК...»

Герим и Балей Тшува?

В чём разница и в чем отличие?

Герим и Балей Тшува, это одно и то же, или не очень?

Герим, или новообращённые в иудаизм, как мы ощущаем свою роль в еврейском народе и в своем самоощущении.

Написано, что герим тяжелы для еврейского народа как полба для пшеницы. О чем речь? С одной стороны те герим, которые не искренне приняли свои обязательства по мицвот, то их недостатки - тяжелы для еврейского народа, так как они утяжеляют чашу наказаний. А с другой стороны, те герим, которые называются Герим Цедек, праведные герим, их духовный уровень и их возможности в аводат аШем, это недостижимый уровень для большинства обычных евреев, рождённых в хорошей кошерной среде.

В чем же разница? Сила и высота подъёма - это как раз разница потенциала начального уровня и того, куда хочешь прийти. Значит, тем, кто начинает с первого этажа - им никогда не достичь той высоты, которую может достичь герим, который начинает с уровня минус 5. Я повторю, так как это очень важно, - герим есть от чего отталкиваться, и это именно то, что даёт им возможность стать выше праведника, сына праведника.

А в чём лежат наши трудности?

Обычно трудности гера начинаются уже после принятия груза заповедей. До этого момента, у гера нет йецер а-ра, он идёт на легке, ничего ему не мешает и не сдерживает. И вот после прохождения гиюра - вдруг полоса везения заканчивается, и начинается сложная работа, как в притче...

Притча о йецер а-ра за границей и в Израиле. А дело было так, жил был обычный еврей Мойшеле, где то в Киеве или в Одессе, и был у него йецер а-ра, худой да немощный. И в один момент, решает наш Мойшеле переехать в Израиль, и думает он, попрощаюсь ка я со своим йецером, я же теперь буду жить в Святой Земле, там я больше с йецер а-ра не увижусь. Садиться он в самолёт, довольный, прилетает в Израиль, только спускается на Святую Землю, а там стоит его йецер а-ра, да ещё и толще и выше чем раньше. Удивился Мойшеле, и спрашивает, как так то? Как ты сюда попал, да ещё и раздобыл, разжирел, вырос... А йецер ему и отвечает. Там, в Одессе, это был не я, а мой посланник, а тут, тут работа идёт всерьез, тут уж я сам приехал.

О чём это? Пока герим только готовится к принятию заповедей, ему всё нравится, всё интересно, каждое слово Торы вдохновляет и возвышает. А после гиюра - приходит настоящий йецер а-ра, заканчивается подарок от Всевышнего, и дальше нужно своим трудом заслужить своё место и свою награду за мицвот и за преодоления себя.

Так как герим, это обычно взрослые люди, принявшие идеи иудаизма разумно, осмысленно, то с пониманием почему и зачем, обычно вопросов нет. А где прокол? Часто либо в эмоциях, либо в деланье, в практическом выполнении заповедей.

Всевышний создал два мира – этот мир, мир работы, и будущий мир, предназначенный для получения награды. В этом мире Всевышний создал йецер а-ра (дурное начало), который пытается постоянно сбить человека с пути, и наша работа – несмотря на соблазны йецер а-ра, выполнять заповеди Всевышнего и приближаться к Нему.

Из этого можно понять, насколько важно было создание йецер а-ра, без которого мы не могли бы получить совершенное благо. Мудрецы (Берешит Раба 9) комментируют сказанное в стихе "И увидел Всесильный всё, что Он создал, и вот (всё) весьма хорошо" (Берешит 1, 39): "Хорошо – это йецер а-тов(доброе начало), весьма (очень) – это йецер а-ра", поскольку только после преодоления йецер а-ра нам может быть очень хорошо.

Невольно возникает вопрос: почему же дурное начало в человеке называется "дурным"? Ответ на этот вопрос находим в словах Виленского Гаона, который объясняет, что ра («плохое») на святом языке – это та вещь, польза которой неявна, а тов («хорошее») – вещь, польза которой явна.

Исходя из этого понимания, когда мы чувствуем себя в упадке, когда нам тяжело, когда кажется что все наши усилия тщетны и напрасны, именно в этот момент мы находимся в начале подъёма. Об этом много пишет Раби Нахман - Важно знать, что когда тебе труднее всего, ты находишься на подъёме, и именно сейчас тебе важно знать, что идти вверх - это тяжело, но это значит, что ты растешь.

По-опыту, почему у геров намного чаще случаются срывы в эмоциях, и тогда их энтузиазм угасает, и они отходят от Торы?

А когда они уходят от Заповедей, то у них часто случаются ситуации в жизни тяжёлые и неприятные? Как сказала одна моя знакомая гиёрет - Нельзя со Всевышним играть в игры, он видит и читает в твоём сердце, и он не прощает предательства.

У моих друзей - муж прошел гиюр, жена еврейка, она не очень хотела соблюдать, и не особо его поддерживала. Он же со временем перестал строго соблюдать, но работать в Шаббат, несмотря на все уговоры жены, он не соглашался.

У других знакомых, вся семья прошла гиюр, и дочь, очень милая девочка, сначала училась в религиозной школе, искала себе мужа в религиозной среде, но как то время шло, интузиазм угасал, и потом она нашла парня, который не соблюдал.

Но с её фото, все равно видно, что часть ее души как будто заснула, лицо вроде улыбается, а глаза печальные. Брак ее долго не просуществовал, и история её ещё продолжается. Таких историй в копилке моей памяти даже не десятки, а сотни.

Все эти кочели, все состояния от Хай и Восторга, до Полного провала и ощущения никчёмности своих усилий, я сама проживала, не раз и не два...

Почему именно у геров, это все проходит намного тяжелее, чем у обычных баалей тшува? Когда еврей возвращается к Торе, и если потом он оступается, у него все равно в глубине сердца живёт мысль, чтобы я не натворил, мне ничего не будет, я все равно не перестану быть евреем, я ничего важного не потеряю...

А у гера - его самосознание, после гиюра связано с его выбором, с осознанным решением жить по новому.

Это рождает огромный конфликт, раздвоение личности, предательство самого себя, своей сути.

Где искать выход? Куда бежать и что делать?

Могу поделиться тем, что мне помогло в свое время?

Во-первых понимание и осознание, что всё что происходит, это хесед - благо и милосердие Всевышнего. Абсолютно Всё! И там, где кажется, что именно сейчас всё рушиться и все идёт не так, на самом деле - именно в этот момент я нахожусь на подъёме, и это огромный секрет, зная который можно вовремя собраться с силами и не терять надежды.

Во-вторых, важно научиться понимать и принимать себя, как в хороших качествах, так и в плохих, в тех, которые вам не нравятся. Первый раз эта мысль была для меня шоком - Всевышний любит нас и создаёт нас с хорошими и плохими чертами специально, это и делает нас уникальными, и принятие себя - это единственная возможность перестать врать себе и начать меняться осознанно, а не воображать себя таким, каким бы мы хотели казаться.

В-третьих, моим благословением и опорой всегда были люди, готовые меня поддерживать, уроки, друзья, община. Без их поддержки и напутствия, я бы наверное потерялась и не пришла бы туда, куда так хотела. Помните об этом, это мего важно, это ваша точка опоры и равновесия.

Сейчас я уже 8 лет счастлива во втором браке, у меня успокоились эмоции и переживания, я укрепились в своей Вере и помогаю другим в этих вопросах. Я со своей подругой Тамар Анатопольски, решили провести серию бесед, где мы будем более подробно разбирать темы, о которых я сейчас написала, и будем отвечать на вопросы.

Как вам предложение? Какие бы вопросы вы хотели обсудить?

О том как с этим справляться, буду рада ответить на вопросы и личные случаи.

Напишите, если было полезно, и что бы ещё вы хотели обсудить в рамках этой темы.

Лея Гайдукова

Ведущий коучер живет в Петах Тикве

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ОТ САРОЧКИ

Индюшка (мясной хлеб) на медленноварке с шпинатом

Приготовление 5 минут, варка 3 часа, на 8 порций

«Мясной рулет

(Чашка = 236 мл

1 фунт = 436 грамм)

Пищевой спрей - оливковое масло

2 фунта (почти 1 кг) измельченной индейки

3 больших взбитых яиц

3/4 чашки сухих хлебных крошек

1 чашка замороженного нарезанного шпината, размороженного и отжатого

2 столовые ложки бальзамического уксуса

1 чайная ложка сушеного орегано

1 чайная ложка кошерной соли

1 1/2 чайной ложки чесночного порошка

1/2 чайной ложки хлопьев красного перца (по желанию)

СОУС

1 столовая ложка оливкового масла

1 зубчик рубленого чеснока

1 чашка консервированных измельченных помидоров

*1/2 чашка куриного бульон, такие как *tanischewitz* натуральный куриный бульон*

1 столовая ложка меда

1 столовая ложка томатной пасты

1/2 чайная ложка кошерной соли 1/2 чайная ложка сушеного базилика

Приготовление

1. Побрызгайте внутри из медленноварки с пищевым спрей или оденьте специальный пищевой пакет для медленноварки, предварительно налив 1-1,5 чашки воды в глиняную посуду медленноварки. Смешайте индюшку, яйца, хлебные крошки, шпинат, уксус, орегано, соль, чеснок порошок, и красный перец хлопья, если используете, в большой шар; смешивайте тщательно (можно с помощью кухонного комбайна. Сформируйте смесь в равномерно толстый прямоугольный каравай и поместите в готовый медленноварку. Готовьте на максимум (high) в течение 3 часов. После этого остудите каравай до того, как его разрезать.

2. Приготовьте соус примерно 30 минут до завершения приготовления мясного рулета: подогрейте масло в средней кастрюле над

среднем огне. Поджарьте чеснок до ароматного состояния, примерно 2 минуты. Поджарьте в помидоры, подлейте бульон, мёд, томатную пасту, вмешайте соль, и базилик; доведите до кипение. Уменьшить огонь до медленного и тушите соус пока он немного уменьшится/выкипит, 12 до 15 минут. Влейте соус в блендер или кухонный комбайн и доведите до измельчённого пюре.

Сервируйте мясной рулет, разрезанные на тонкие ломтики с подлитым соусом сверху

Сарра Манн

Люксембург

ЗАКОНЫ ЛАШОН А-РА

Сказано в Торе "Ваикра, 19:17": "Не питай ненависти к брату твоему в твоём сердце. Увещевай, увещевай твоего ближнего и не понеси за него греха". Другими словами, нужно любить ближнего и не желать ему зла не в коем случае, а также написано про увещевание.

Когда человек пытается исправить другого человека, то есть поправить его в чем-то, указать на что-то, что, возможно, неправильно, то можно очень легко случайно или нет обидеть ближнего, который в свою очередь будет держать обиду на того, кто увещевает. А уже это понесет нарушение запрета Торы...

И возникает вопрос, по какой причине я должен говорить другому человеку как ему жить? На самом же деле, наше бездействие может навредить человеку. Так как же поступить, чтобы не промолчать и чтобы не обидеть?

Стоит спросить человека, почему он делает так-то или говорит то-то? Нужно попытаться разобраться в чем причина его поведения и объяснить, что вы хотите помочь и общаться с ним в легкой форме.

Иногда же мы можем видеть как человек нарушает заповеди не дай Б-г. Тогда мы обязаны ему об этом сказать, но с большой осторожностью.

И снова и снова в повседневной жизни мы встречаемся с речью, которую стоит беречь.

Лейб Каханэ

Ашдод, Израиль

АНАЛИЗ НОВОСТЕЙ

Парализованный фейк

(1.05-19) Вчера во фламане левых израильских СМИ газете **Гаарец** опубликовали редакционную статью с красноречивым заголовком "Невидимые бело-голубые".

С резкой критикой в адрес левоцентристского блока "Кахоль лаван", чье поведение сразу после выборов, который принесли победу правому лагерю, совершенно не устраивает газету, накануне выборов вышедшую с аршинным заголовком, призывающим голосовать за это политическое объединение.

Газета горько попеняла лидерам блока и его 35 депутатам, обвиняя их в том, что с момента оглашения результатов выборов они практически исчезли с общественной арены Израиля.

Комментарий: Крайне критично относясь к деятельности сотрудников редакции одиозной ультралевой газеты **Гаарец**, до сих пор, к сожалению, задающей тон публикациям ПОЧТИ ВСЕХ КРУПНЫХ ИЗРАИЛЬСКИХ СМИ — на сей раз мы с ними согласимся.

Действительно, трудно не заметить, что после выборов представители "бело-голубого" блока хранят гробовое молчание, в отличие от представителей всех остальных политических сил, добившихся того или иного представительства в Кнессете — не дают интервью, не делятся с общественностью своими планами на ближайшую каденцию, практически не высказывают свои взгляды о политической ситуации в стране.

В то время, как представляющие и правый и оппозиционный левый лагерь политики в эти дни, дни окончательного формирования коалиции и состава будущего кабинета, выработки коалиционных соглашений, включающих те или иные требования разных участников коалиции — активно делятся своими планами на будущее, высказывают пожелания относительно политики и состава будущего кабинета, объясняют почему, по их мнению, кабинету стоит предпринять те или иные шаги, и т.д.

Однако 35 депутатов Кнессета 21 созыва от крупнейшей оппозиционной силы в Кнессете, блока "Кахоль лаван", повторим — представляют собой некое серое пятно, "сумеречную зону", своим гробовым молчанием напоминающую кладбище.

Возмущенная редакция газеты **Гаарец** не поленилась и составила для блока ПОДРОБНУЮ ПРОГРАММУ ДЕЙСТВИЙ, призвав немедленно заняться ее реализацией (!).

Однако трудно ожидать, что ее призывы вызовут хоть какой-то энтузиазм у тех, кто с траурными лицами присутствовал при традиционном, устраиваемом администрацией Кнессета инструктаже вновь избранных депутатов по поводу их обязанностей и прав.

Журналисты обратили внимание не только на сумрачные, безрадостные лица новоиспеченных депутатов от блока "Кахоль лаван", но и на физическое отсутствие на инструктаже руководителей блока, включая его лидера Бени Ганца (который, кстати сказать, никогда ранее не был депутатом), проявив демонстративное неуважение к Кнессету.

Да и ко всем избирателям, которые голосовали за него и его блок на прошедших выборах.

Во всяком случае — трудно расценить отсутствие Ганца на этом мероприятии иначе.

Возникает естественный вопрос о причинах подобного поведения лидеров блока.

Создается впечатление (возможно, именно здесь и кроется ответ на данный вопрос), что блок "Кахоль лаван", так и не сумев выполнить самую главную задачу, поставленную перед ним светской левой элитой страны, "Государством Северный Тель-Авив" (см. на сайте материал "[Граждане «государства Северный Тель-Авив» потихоньку сходят с ума](#)" — 20.11.16): во что бы то ни стало "сбросить" Нетаниягу — попросту утратил смысл своего дальнейшего существования.

Ведь ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО С ЭТОЙ ЦЕЛЬЮ он и был создан — во всем остальном представляя собой как сейчас говорят, "фейковую", бутафорскую политическую структуру.

В случае, если бы блоку удалось достичь своей единственной цели — наградой ему стала бы политическая власть на ближайшие три-четыре года. И политики, представляющие "Кахоль лаван", были готовы нести это сладкое бремя.

Теперь же, когда для блока, в полном составе, уготованы скамьи оппозиционеров, и их ожидают не лавры победителей, но кропотливая и тяжелая парламентская работа, ежедневная, часто незаметная деятельность на благо граждан страны, деятельность, призванная улучшить общественную, финансовую и социальную ситуацию в Израиле — это у политиков "Кахоль лаван" не вызывает энтузиазма.



Добавим сюда — абсолютную внутреннюю и концептуальную пустоту данного политического объединения, чья политическая программа практически полностью исчерпывалась провалившимся лозунгом: "Рак ло Биби!" (Только не Биби!).

Такой лозунг, как очевидно — не может заменить содержательную политическую программу (которую за Бени Ганца и его однопартийцев пришлось составлять редакции газеты *Гаарец*).

Перспективы: Совершенно естественно поэтому, что в данной ситуации их охватил паралич.

Сотрудникам редакции газеты *Гаарец*, как нам кажется, будет очень трудно понять и принять факт, что члены парламентской фракции "Кахоль лаван" — не такие, как они.

И отнюдь не горят идеями, изложенными в редакционной "партийной программе".

Как впрочем, и никакими другими идеями.

Можно по-разному относиться к бредовой левацкой идеологии *Гаарец* и ее носителям, но одного у них не отнять — пассионарности, готовности всеми силами бороться за свои идеалы, пусть и наносящие ущерб их же стране...

Ничего подобного — ни пассионарности, ни горения — нет у блока "Кахоль лаван". От него уже сейчас попросту несет политической мертвечиной.

Иначе и не может быть с политическим "фейком", созданным исключительно для того, чтобы обмануть как можно большее число избирателей, заставив их проголосовать за левый блок, отныне стесняющийся называть себя таковым.

"Мы не левые, и не правые", — как мантру на протяжении всей предвыборной кампании повторяли лидеры КЛ.

На израильтян, не очень хорошо разбирающихся в политических тонкостях, при этом уже давно не считающих себя левыми — вполне могли подействовать такие уловки.

И здесь нужно отдать должное политическому чутью и мастерству главы Ликуда Биньямина Нетаниягу, который вовремя разгадал этот маневр левых и сделал все, чтобы не дать обмануть "поверхностно-правый" электорат.

Что же касается блока "Кахоль лаван", изначально созданного исключительно для того чтобы "помешать Биби" — после того, как это ему не удалось, блок, скорее всего, займется тем, что всеми силами станет чинить разнообразные препятствия правительству и всей стране в целом, всем нормальным израильтянам, отдавшим свой голос за право-религиозный лагерь.

В заключение скажем несколько почти теплых слов о настоящих левых партиях — партии Авода (Труда), возглавляемой Ави Габаем, который внес немалый личный вклад в дальнейший развал левого лагеря (см. на сайте материал "Пресс-конференция Шарикова" — 02.01.19), и партии МЕРЕЦ, чья последовательно-безумная политическая программа уже давно создала ей репутацию коллективного "городского сумасшедшего".

Признаем, что мы испытываем уважение к солдатам и офицерам вражеской армии, которые честно ведут бои под своими знаменами,

понимая, что война ими проиграна. По крайней мере, они никого не пытаются обмануть и обманом перетянуть на свою сторону. Чего не скажешь о блоке "Кахоль лаван".

А посему левым мы рекомендовали бы голосовать за левых, а правым — за правых. Не ведясь на заявления тех, кто говорит что они "не левые, и не правые". Ибо они действительно не левые и не правые, но — мертвые. Естественно — в политическом контексте этого определения.

Другие аналитические статьи
Вы можете найти по ссылке:
<http://evrey.com/sitep/analysis/index.php>

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Дорогие читатели!
Сегодня мы с вами поговорим про честность. Может быть, сейчас это не модно...и все же.

Притча про Обман и Пропажу

Скоро Потоп, Ной ковчег свой строит,

Там всех по паре, по закону так происходит.

К Ною приходит Обман, просит взять и его,

Но он не может войти, ведь пары нет у него.

Ной рад, что отделался от Обмана,

Да не тут то было.

Обман Пропажу нашел:

-Соглашайся, будь моей милой!

-Стань женою моей, вместе в ковчег войдём,

Все вокруг исчезнут, но мы то не пропадем!!!

Да, размышляет Пропажа, мне то терять нечего.

-А что же я получу,
Если: Согласна, тебе отвечу я???

Ты, Пропажа, получишь все, что я заработать смогу.
Пропажа довольна, вместе к ковчегу идут...

Окончен Потоп, Земля просохла,
Все из ковчега выходят.
Обман- за работу, без выходных...
Братьев, друзей находит.
Учит людей, как обманывать, хитростью брать,
Наживаться на горе других...
Но, что интересно, нет Удачи у них!!!

Все, что добудут Обманом,
Пропажа у них забирает.
Обман возмущен:
-Для чего я работаю и покоя не знаю???

Пропажа невозмутима. Ты обещал:
Все, что твое- моё, ты же сам так сказал!!!

Так повелось с тех пор, все, что Обманом получено, быстро из рук уплывает.

И неуместен здесь спор:
Пара Обман и Пропажа по жизни вместе идут
И развода не знают...



Стоит задуматься!

Цюпа Гензель

Кфар Эльдад

ЛИСТ ТАЛМУДА На нашем листе Талмуд продолжает обсуждать содержание Мишны, размещенной на предыдущем листе (см. на сайте [обзор листа 84](#)).

Трактат *Шаббат*

Лист №85

Речь в этой Мишне, как мы помним, шла о том, что на грядке размером шесть на шесть *тефахим* (*тефах* — во времена Талмуда мера длины, соответствовавшая ширине ладони; то есть — примерно 9 см; то есть общая площадь грядки в переводе на знакомые нам единицы составляет около трех метров), не нарушая запрета Торы, можно посадить пять видов овощных культур: четыре вида — по четырем краям грядки и один — в центре грядки (о том, в каком порядке нужно засеивать овощные культуры — см. [там же](#)).

На нашем листе Талмуд выдвигает на обсуждение вопрос: каким «инструментом» пользовались Учителя, определяя, что именно такой экономный способ использования земли — оптимален и обеспечивает нормальное развитие и рост растений каждого вида (то есть они не мешают друг другу, не отнимают друг у друга питательные вещества, которые извлекаются ими из земли и необходимы им для роста)?

В данном случае Талмуд интересуется, сколь обширными сведениями в агрономии и других, смежных науках обладали Учителя предыдущих поколений.

Анализируя данную проблему **раби Йоханан** (величайший Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*, 3-й век) выделяет в Торе фрагмент, в тексте которого сказано: «Не отодвигай межи ближнего твоего, которую провели предки в уделе твоём, что достанется тебе на земле, которую дает тебе Всевышний, чтобы ты владел ею» (*Дварим*, гл. 19, ст. 14).

Все как будто бы просто: эти слова выражают запрет на то, чтобы люди самовольно передвигали знаки, отделяющие поле одного хозяина от поля другого владельца. К примеру, Шимон не должен смещать разделительную полосу, уменьшая земельное владение Реувена.

Однако **раби Хия бар Аба** (великий Учитель Талмуда, родился в Вавилоне, затем жил в *Эрец Исраэль*; начало 4-го века) усматривает в этом вопросе и иную грань Истины.

В этом отрывке, — отмечает он, — содержится и другой, дополнительный запрет: засеивая свое поле, Шимон не должен занимать его до самой границы, отделяющей его земельный участок от владений Реувена. Необходимо отодвинуть посев на определенное расстояние в глубь собственного поля. В противном случае, пострадают растения, которые на своем поле выращивает сосед. Ибо этим растениям (если даже сосед, засеивая землю сделает отступ на положенное расстояние) может не хватить необходимых для их развития питательных веществ, которые извлекаются растениями из земли.

Когда в Торе говорится — «...не отодвигай межу», — вносит уточнение раби Йоханан. — под словом «межа» подразумевается не разделительная черта между земельными наделами, принадлежащими разным хозяевам, но — именно **та граница**, до которой, как определили «предки», можно засеивать землю семенами. И определяли они это, исходя из тех знаний агрономии, которыми обладали, и накопленного веками практического опыта. При этом они делали допуск на то, что разные хозяева могли посадить на своих участках сельскохозяйственные культуры разных видов, и один вид растений не должен был помешать развиваться и расти другому виду.

Кого Тора называет в этом отрывке — «предками»? — спрашивает Талмуд.

И отвечает: людей, которые отличались глубокими знаниями законов Торы — Учителей поколения, которое завоевывало *Эрец Исраэль*, а потом получало во владение земельные наделы.

Большими знаниями в области сельского хозяйства обладали в древние времена *хорейцы* (потомки Эсава, населявшие гору Сеир и ее окрестности), — замечает **раби Шмуэль бар Нахмани** (один из крупнейших Учителей своего поколения, жил в Вавилоне и в *Эрец Исраэль*; вторая половина 3-го века). — Эту информацию мы тоже находим в Торе. Где сказано: «И эти обитатели (горы) Сеир, *хорейцы*, обитающие на земле...».

Анализируя данный отрывок, раби Шмуэль задается вопросом: почему Тора подчеркивает — «обитатели... обитающие на земле»? Разве существуют народы, «обитающие на Небе»?

Выражение «обитающие на земле» кажутся во фразе как будто бы «лишними». Но в Торе, как мы уже знаем, не бывает не только лишних слов, но и — лишнего знака. И это означает, что данный фрагмент нуждается в более глубоком исследовании. Проведя такое исследование, раби Шмуэль бар Нахмани заключает, что речь идет тех знаниях, которыми обладали хорейцы о земле. Они знали особенности почвы разного вида, знали, какая земля больше подходит для выращивания определенных культур и т.д.

Автор текста *Леви Раскин*