

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК. КОММЕНТАРИИ К НЕДЕЛЬНОЙ ГЛАВЕ ТОРЫ, ИЗБРАННЫЕ СТАТЬИ И МАТЕРИАЛЫ

На основе материалов избранных книг и материалов, интернет-источников www.evrey.com



ЛЮБИТЕ ДЕЛАТЬ ДОБРО

Обсуждение недельной главы «Ки Таво»

А также:

Вопросы раввину, Здоровый образ жизни, 5 минут иврита,

Лист Талмуда, Женская рубрика, Детская страничка

Иерусалим, Тель—Авив, Петах Тиква, Хадера, Ашдод, Кфар Эльдад, Хайфа, Москва, Санкт-Петербург, Мурманск, Минск, Пинск, Орша, Кишинев, Вильнюс, Клайпеда, Вена, Нью-Йорк, Одесса, Днепропетровск, Донецк, Киев, Львов...

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

Обсуждение главы “Ки Таво” - 3

Вопросы раввину - 5

5 минут иврита - 7

Здоровый образ жизни - 8

Лист Талмуда - 9

Женская рубрика - 10

Детская страничка- 12

МЫСЛИ РЕДАКТОРА...

Читаем в главе Ки Таво (Дварим гл. 26 ст. 1-2) «И будет: когда придешь на землю, которую Господь, Б-г твой, дает тебе в удел, и овладеешь ею и поселишься на ней; То возьми от начатка всякого плода земли, что получишь от земли твоей, которую Господь, Б-г твой, дает тебе, и положи в корзину, и пойдешь на место, которое избрет Господь, Б-г твой, чтобы там пребывать Его Имени;»

Нужно понимать, что евреи, как народ, должны расселиться полностью на Земле Израиля, для того, чтобы они смогли взрастить первые плоды. Рассказывают наши мудрецы в Талмуде, что еврейскому народу вменялась эта заповедь только с момента полного овладения Землей Израиля, и, также говорится, что не все «первинки» урожая нужно было приносить в Храм, а только те 7 видов, которыми славится наша Земля.

Эта глава также учит уметь ценить добро, ведь Всевышний вывел нас из Египта великими чудесами и обеспечивал всем необходимым в пустыне, т.е. Всевышний проявлял к нам милосердие (хесед). Но именно тогда, когда мы приходим в Землю Израиля, у нас появляется достаточное количество законов, связанных непосредственно с Землей, и мы начинаем нашу работу- человек вспахивает, сажает, ухаживает, возвращает...

Может закрасться мысль, а ведь это же я сделал, почему я должен это отдавать? Поэтому, сказано в нашей главе, как только ты видишь первые плоды, пометь их, сделай себе знак, то что ты это сделал - прекрасно, но вспомни где ты был вчера, кем ты был... Ты был рабом в Египте, значит Всевышний тебе помог, вывел тебя, дал тебе Землю в подарок, дал тебе здоровье, возможность все это вырастить, а за добро обычно говорят спасибо! Еврей и не просто должен принести первинки плодов в Храм, он должен произнести специальную фразу, которая напоминает, откуда он вышел и куда идет.

Мы живем, по-настоящему, в историческое время, когда еврейский народ буквально ежедневно возвращается со всего мира в Израиль, и, несмотря на все трудности, с которыми приходится сталкиваться, нужно верить, что работа и упорство будут иметь благословение. Нам же нужно уметь быть благодарными Всевышнему за то, что Он управляет судьбой каждого из нас.

Шаббат Шалом!
Элиэзер Фрейдкин

Ответственные за проект: Элиэзер Фрейдкин, Давид Рошберг

Над номером также работали: Залина Мошкович, Лея Коган, Цюпа Гензель, Эня Леина, Давид Прайс

Художники: ИЩЕМ ХУДОЖНИКА ДЛЯ ПОСТОЯННОГО СОТРУДНИЧЕСТВА

Любые Ваши предложения направляйте на эл.почту hafetz.haim@outlook.com

ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВЫ “КИ ТАВО”

Место в Торе: *Дварим*, гл. 6⁰, ст. 5 — гл. 29, ст. 8.

Почему она так называется?

В первой фразе главы сказано: “И будет, когда придешь ты в страну, которую Всевышний дает тебе...”. **Когда придешь** на иврите — *ки таво*.

В конце предыдущей главы (*Ки Теце*) мы говорили о том, что в сердце каждого человека идет война. Между стремлением делать добро, строить мир (*иццер а-тов*) и склонностью к разрушению мира (*иццер а-ра*). Эта война ведется и в “сердце нации”. Принципы устройства общества в целом и поведения каждого человека (как части общества) — все несет на себе отпечаток этой войны. Условно нашу главу можно разделить на четыре части. В первой представлена модель основы правильного поведения. Во второй говорится о результатах, точнее о том, как будет вознаграждено общество, если оно идет путями Торы. В третьей части описывается положение еврейского народа, если он не достигает должной духовной высоты. Это — наш *галут*, кот орый характеризуется ослаблением **внешней** связи между еврейским народом и Творцом (внутренняя связь постоянна). В четвертой части Всевышний прямо говорит о том, в чем состоят Его требования к еврейскому народу, что Он от нас ждет. То есть, здесь определена Воля Творца. Почему мы так часто оперируем словами о войне в сердце человека и общества? А, **может** быть, **для кого-то она уже закончилась**? Может, к тридцати или, скажем, к шестидесяти годам человек уже разобрался, “что такое хорошо и что такое плохо”, и научился выбирать? Может, народ, общество уже определились и заняты чем-то другим?

В первой фразе главы четко сказано: “И будет, когда придешь ты в страну, которую Всевышний **дает** тебе...”.

Дает — сейчас, в данную секунду. Глагол недаром употреблен в настоящем времени. И выбирать мы должны тоже — сейчас. И не ушла в прошлое в нас (в человеке и обществе) борьба. Она продолжается.

А теперь обратимся к первой части главы. Мы сказали, что она представляет модель правильного поведения человека и народа.

Сказано в Торе: “...И ты вступишь во владение (землей) и расположишься на ней. И возьмешь первые плоды урожая... и придешь в то место, которое Всевышний изберет (Храм; сначала — “Походный”, *Мишкан*, пот ом — Иерусалимский)... и скажешь: предстаю перед Всевышним...” (гл. 26, ст. 1-3; дана с сокращениями).

То есть, ты отдаешь себе отчет в том, что плоды твоих усилий (урожай здесь — модель) —реализация Воли Творца. Он хотел, чтобы твои усилия увенчались успехом. Ибо, если в твоей деятельности нет согласия с Невесами, никакие старания, никакие умения не дадут результат. И поэтому **первым делом** следует изъяснить

благодарность Творцу. Вот модель правильного поведения.

Тора идет дальше и заглядывает в глубины человеческого сердца. Ведь, в конце концов, действие, о котором мы говорили (приношение в Храм первых плодов урожая) — лишь одна из 613 заповедей. И ее нетрудно исполнить.

Но мы ведем речь о войне в сердце. Как с этим дело обстоит?

Тора говорит: “И ты будешь рад и счастлив всему хорошему, что дал тебе Всевышний, тебе и твоему дому, ты будешь счастлив, что поделился этим с *левитами* (духовными наставниками, не имеющими собственного хозяйства) и с пришельцами (*герами*, примкнувшими к еврейскому народу)” (гл. 26, ст. 11). Вот где проходит водораздел между правильным и неправильным поведением. Вопрос ставится так: радуешься ли ты своим достижениям, воспринимая их как **подарок** Творца, которым ты делишься с другими; или считаешь, что судьба тебя “обделила”?

Во второй части главы Тора представляет **результат правильного поведения**. Интересно, что в числе “очевидных” результатов (очевидных при поверхностном рассмотрении; при более глубоком осмыслении ясно, что в Торе “очевидностей” нет) об одном — еврейский народ возвысится над другими народами — говорится несколько раз. И это — в небольшом фрагменте. Читаем: “...и сделает тебя Творец выше всех народов” (гл. 28, ст. 1); “**И сделает тебя** Всевышний головой, **а не хвостом**” (там же, ст. 13); “И окажешься ты наверху, но не внизу” (там же).

Что же скрывается за этим?

Чтобы ответить на этот вопрос, перейдем сразу к третьей части главы, которая описывает, как мы сказали,

положение еврейского народа в “нашем *галуте*”.

Весьма яркое и подробное описание судьбы еврейского народа в период увеличения расстояния между Творцом и Его народом находим уже в третьей книге Торы —

Ваикра (недельная глава **Бехукотай**, гл. 6⁰). Но там в основном шла речь о *галуте* (изгнании) после разрушения Первого Иерусалимского Храма. Он длился относительно недолго — 70 лет. Но был необычайно интенсивным, испепеляющим. В третьей части нашей главы говорится о почти двухтысячелетнем *галуте*, начало кот орого от носят ко времени разрушения Второго Храма. Эта картина еврейской истории написана здесь мощными мазками (гл. 28, ст. 15-68).

Прочтем несколько отрывков из этого текста. “И разбрасает тебя Всевышний среди всех народов (!) от края до края земли, и будешь поклоняться другим богам (идеологиям)...” (ст. 64).

Или: “Все достижения твои съедят другие... и будешь ты только суетиться (бессмысленно) все дни. И свихнешься от того, что будут видеть глаза твои (сердце и ум откажутся понимать)” (ст. 33-34).

«...выдвигает важную задачу: исправить прошлое и придти к цели...»

А теперь вернемся к поставленному в конце вчерашнего фрагмента обсуждения вопросу. Почему Тора с таким упорством подчеркивает, что наш народ будет вверху, а не внизу?

Дело в том, что наш *галут*, несмотря на весь ужас его продолжительности, выдвигает важную задачу: **исправить прошлое и придти к цели.**

И эта задача стоит не только перед нами. Трагедия *галута* — трагедия всего человечества. Многое изменилось бы, если бы неевреи понимали, что осознать Истину им мешает то, что мы, евреи, живем не там и не так. Страдания “избранного народа” искажают в сознании неевреев истинное положение дел. Ведь все идет по Высшему Плану (в условиях свободы выбора!).

Но вот этот *галут* закончится. Может быть, завтра, а может, через десять или пятьдесят лет... В любом случае — не позже 6000 года (сегодня — 5775 год). Это известно нам из книг Устной Торы.

Евреи познают Истину. И неевреи тоже ее почувствуют, и будут **благодарны** нашему народу. За то, что он выдержал, вытянул других и пришел к цели. В этом мы окажемся наверху, а не внизу. Ибо возвышается тот, кто помог тебе осознать Всевышнего! **Отсюда**, кстати, проистекает принятое в еврейской традиции уважение к учителям и **духовным наставникам.**

Теперь переходим к последней, заключительной части главы. В ней, как мы говорили, явно высказана Воля Творца.

А начинается эта часть неожиданно: “И позвал Моше весь (так и сказано) еврейский народ. И сказал им: вы видели

все, что Всевышний сделал в Египте — фараону и египтянам... и великие чудеса. И не дал вам Творец ни сердца, чтобы осознать это. Ни глаз, чтобы увидеть, ни ушей, чтобы слышать. До сегодняшнего дня” (гл. 29, ст. 1-3; дано в сокращении).

Собрал всех евреев и сказал им эти ужасные слова. Если бы в Торе не было этих фраз, мы не смогли бы о таком даже подумать.

Но в Торе они есть, и нам остается понять, что они означают.

Постараемся вчитаться в этот фрагмент внимательнее. Здесь говорится о том, что **наши сердца**, уши и глаза **не были** к чему-то **готовы**. Но нами руководил великий Педагог — Творец, и сорок лет готовил к этому дню наши сердца, глаза и уши.

Тора продолжает: “И вел он вас сорок лет в пустыне. Не обветшали одежды ваши и обувь на ногах не стерлась. Хлеба вы не ели, вина и пива не пили...” (гл. 29, 4-5).

В предыдущей недельной главе (**Ки Теце**) мы говорили о глубоких пластах понимания символов — бык, овца, одежда... И помним, что одежда определяет внешний вид человека. Это — символ его поведения.

Сегодня поговорим об обуви.

Обувь отделяет человека от земли. В определенном контексте она символизирует наш мир, в котором мы не в состоянии постичь, что все сущее — от Него, все свято. Но когда, в виде исключения, возникает необычная ситуация (Моше, например, видел, как горел и не сгорал куст) и рождается осознание тотальной свято-

сти, обувь снимается.

А еще в нашей фразе говорилось о хлебе, вине и пиве. На иврите **хлеб** — *лехем*. Корень эт ого слова сост авляют буквы *ламед*, *хэт* и *мэм*. *Хэт* и *мэм* образуют слова, означающие горячность, энергия. *Ламед* — процесс достижения.

В целом слово *лехем* означает — **получение энергии.**

Вино на иврите — *яин*. Числовое значение эт ого слова равно 70. Это говорит о постижении всех семидесяти сторон мудрости каждого слова, каждой фразы Торы.

Пиво на иврите — *шехар*. Оно сост оит из т ех же букв, что и слово *сахар* — награда.

Итак, что же мы имеем?

Сорок лет Я водил вас в пустыне, — говорит в нашем фрагменте народу Всевышний. Внешне поведение народа (одежда) не изменилось. Творец не дал возможности сразу постичь, что все — свято, все сотворено Им. Творение (обувь) не стерлось, перегородка осталась в сохранности. Особой энергией (хлеб) Всевышний народ не наделил. Не наделил способностью постичь все семьдесят граней мудрости (вино). Не посвятил в тайну наград (пиво).

Возникает вопрос: почему Всевышний не дал нам все это?

Тора отвечает: чтобы мы стремились сами постичь Его.

То, что дается легко, легко забывается. Не подготовив (сверху) наши сердца, глаза и уши, Он поставил перед нами трудную задачу: без грубой поддержки (убрать одежду — поведение и т.д.) мы должны самостоятельно постичь, что Всевышний — “Правитель ваших судеб” (гл. 29, ст. 5).

В этом — Воля Творца. Этого Он ждет от нас.

Но способны ли мы решить поставленную перед нами задачу? Действительно **ли мы лишены** на этом пути **помощи Небес?**

Разумеется, помощь нам Небеса оказывают. Только в другой форме. **Потенциально** (в тонких духовных слоях) сердца наши готовы. Во-первых, потому, что так было задумано Творение. Во-вторых, потому, что все евреи — потомки Авраама, Ицхака и Яакова, сердца которых постигали Творца. Подчеркиваю — потенциально. И это не означает, что наши сердца “очнутя” по мановению волшебной палочки Дирижера.

Прочтем еще одну фразу: “И вы храните слова Завета этого, и исполняйте их (заповеди), с тем, чтобы ум ваш осознал (и выбрал) правильный путь” (гл. 29, ст. 8).

Это — еще одна форма помощи Небес.

И все-таки, есть ли у нас гарантия, что мы преодолеем путь, уготованный Всевышним, и “выдюжим”? Есть ли гарантия, что умы наши действительно способны осознать Творца?

Вернемся к самым первым словам нашей главы: “И будет, когда придешь в Страну...”.

Когда Тора говорит: “И было...”, следует ожидать беды. Но здесь — **“и будет”**, что на языке Торы надо понимать как **гарантированный успех.**

Сама **Тора** сообщает нам: так обязательно будет!..

«...но вот этот галут закончится. Может быть, завтра, а может, через десять или пятьдесят лет...»

(сверху) наши сердца, глаза и уши, Он поставил перед нами трудную задачу: без грубой поддержки (убрать одежду — поведение и т.д.) мы должны самостоятельно постичь, что Всевышний — “Правитель ваших судеб” (гл. 29, ст. 5).

ВОПРОСЫ К РАВВИМУ

О молитве Шма

Здравствуйте!

Не расскажите ли Вы мне, пожалуйста, где написана молитва ШМА? Каков ее источник? И почему слова барух шем кевод малхуто лэолам ваэд говорят тихо?

Правильней было бы назвать текст *Шма* не «молитвой», но — клятвой нашего народа и каждого еврея в отдельности перед Всевышним. Ее суть — признание того, что Творец — единственный вершитель наших судеб. И — обещание не забывать об этом нигде и никогда. Не забывать и — передавать это следующему поколению, детям и ученикам. Текст *Шма* состоит из трех отрывков из Торы. Первый — из книги *Дварим* (гл.6, ст.4-9). Второй — тоже из книги *Дварим* (гл.11, ст.13-21). Третий — из книги *Бамидбар* (гл.15, ст.37-41).

Когда читают текст *Шма*, принят о после первой фразы (*Шма, Израэль...*) произнести тихо, про себя, упомянутую Вами фразу. Правило это установил наш праотец Яаков. Об этом рассказывается в Талмуде (трактат *Песахим*, лист 9⁰) и в коммент ариях к *Шульхан Аруху* (раздел *Орах Хаим*, параграф 5). А переводится эта фраза так: «Суть проявления Его (Всевышнего) — постоянное наполнение (нашего мира) Добром».

Этими словами, как очевидно, мы в дополнение к нашей клятве (признание Творца) заявляем о своем осознании того, что от Него исходит только Добро. Это осознание, хотя оно и не «лежит на поверхности» (ведь в нашей жизни есть не только светлые стороны, в ней много трудностей, трагизма и горечи) — квинтэссенция нашего мировоззрения. Ибо именно в нем и состоит истинное величие Человека (с большой буквы), способного видеть не только то, что «бросается в глаза», но — и то, что сокрыто в глубинах нашего существования. Произносят фразу тихо, чтобы подчеркнуть нашу скромность в ощущении себя в земном мире: не может человек, погруженный в материальность, по-настоящему глубоко осмыслить суть этой фразы. Громко мы произносим ее лишь один день в году — в Йом Кипур. В этот день, отказываясь (на сутки!) от еды и питья, мы демонстрируем реальные усилия, приложенные к тому, чтобы приподняться над материальностью бытия. И тем самым как бы «получаем право» произнести данную фразу вслух — так же громко, как мы читаем весь текст *Шма* (он всегда произносится вслух). Подробнее о правилах чтения *Шма* — см. *Шульхан Арух* (раздел *Орах Хаим*, параграфы 9²-88). Рекомендую также прочесть ответ [«Как правильно надевать тефилин»](#). Полезную информацию для себя Вы найдете и в наших обзорах трактата *Берахот* (см. на сайте, к примеру, [Введение](#) в трактат и [обзор листа 2](#)).

Автор ответа Элиягу Эссас

Если у еврея некашерная кухня, надо ли покупать кашерные продукты?

Шавуа тов, уважаемый рав.

Большое спасибо за своевременные ответы.

Скажите, пожалуйста, это правда, что если у еврея кухня не кошерная, то нет смысла покупать кошерные продукты?

Эстэр Хая
Модиин Илит

По-прежнему прежде всего, подчеркну, что еврей, который понимает, что такое Тора и верит, что ее дал нам Всевышний, имеет представление, что такое традиции нашего народа — должен покупать **исключительно** кашерные (и только такие!) продукты. Мне могут возразить: «Разве везде есть кашерная продукция?! А если еврей живет в таком месте, где кашерную еду не продают?». И сразу ясно, что «оппонент» не слишком осведомлен в вопросах, какие продукты могут быть кашерными, какие, наоборот — заведомо некашерные. Потому что, если бы он в этом разобрался, он знал бы, что кашерную пищу можно найти в любой точке Земного шара — везде, где бы ни находился еврей. Не входя в детали, сразу скажу, что не буду обсуждать здесь жизнь, допустим, в какой-нибудь деревушке в Сибири, Эквадоре или в Африке. Да и то... См. на сайте, к примеру, ответы [«У нас в городе нет кашерных продуктов»](#), [«Как пенсионеру в СНГ соблюдать кашрут?»](#), [«Как питаться в нееврейском санатории?»](#), [«С внуком на отдых к морю»](#), [«Где можно купить кашерную еду в Уфе?»](#) — с ответами, обозначенными в некоторых из них линками. Из содержания указанных ответов, в частности, следует, что суть проблемы состоит в том, есть ли у человека четкая осознанная установка на то, чтобы приобретать и употреблять в пищу только кашерные продукты. И если есть — оказывается, что она совершенно не оторвана от реальности и выполняется повсюду, практически в любых условиях. В соответствии с доступным еврею уровнем соблюдения в конкретной ситуации. И осуществлять эту установку можно, пусть даже на самом низком уровне, но все же — в рамках законов кашрута. Постепенно приближаясь к сути Вашего вопроса, отмечу, что кашерные продукты (минимальной или высокой кашерности — в данном случае это не имеет значения) могут превратиться в некашерные. Когда, к примеру, на сковороде будут жарить кашерную колбасу на кашерном же сливочном масле — эта еда будет абсолютно некашерной. И сковорода, кстати, тоже станет некашерной. Но уже через сутки (более 24-х часов) хорошо промытая сковорода, хоть и останется некашерной, но ее некашерность несколько уменьшится. Это я — к вопросу о некашерной кухне, что, как очевидно, предполагает, что в ней нет отдельных наборов посуды и утвари для мясной и молочной еды. Разумеется, такой порядок в доме еврею совершенно не подходит. Однако при этом нередко «нераздельную» посуду и прочие кухонные приспособления мы назовем, хоть и некашерными, но — не абсолютно некашерными. Так что, как видим, наряду с существованием различных уровней кашрута (от очень слабого — до достаточно высокого), разной — абсолютной или неабсолютной — может быть и степень некашерности.

Объясню, что на практике это означает, что человек, который соблюдает кашрут, правильно и добросовестно (пусть даже и не на очень высоком уровне) следуя законам, записанным в *Шульхан Арухе* — не может есть блюда, ингредиенты которого (все или даже один из них) прошли тепловую обработку (сварены, поджарены или, скажем, запечены) в условиях некашерной кухни. И все же, если все продукты кашерные, то сами люди, допустим, соблюдающие кашрут пока еще на очень низком уровне, сделают для себя и для своей души хорошее дело, если будут покупать только кашерные продукты и не будут смешивать мясное с молочным.

Есть и еще одно соображение, по которому следует приобретать только кашерные продукты или хотя бы, как минимум — не приобретать очевидно некашерные. Еврей, который идет этой дорогой, научится отличать кашерное от некашерного, и постепенно приобретет опыт поиска кашерных продуктов. Иными словами — понятие кашрута войдет в его жизнь как абсолютно необходимая составляющая. Не говоря уже о том, что он будет знать и помнить, что многие кашерные продукты можно употреблять в пищу без предварительной тепловой обработки. Они в сыром виде всегда останутся кашерными — без понижения уровня кашерности.

И поскольку некашерные продукты загрязняют еврейскую душу — совершенно ясно, что предложенная здесь «стратегия» поведения нанесет душе гораздо меньший вред, нежели какая-либо иная.

Очень важно только, чтобы знакомые и друзья, соблюдающие законы Торы, разъяснили человеку в ситуации, описанной в данном ответе, что эта «стратегия» годится лишь в начале пути. Что всегда, на каждом жизненном этапе, нужно стремиться к повышению уровня. Так — во всем, в том числе, и в соблюдении законов кашрута.

Если на этой дороге человеку сталкивается с теми или иными сложностями — надо стараться преодолеть их. Если, к примеру, он живет в таком месте, где повысить уровень кашрута затруднительно — значит, ему следует переехать куда-то, где обстоятельства для этого будут более благоприятными.

О необходимости жить в Израиле, где доступен и высочайший уровень соблюдения кашрута, я здесь даже и не говорю.

И в заключение еще раз подчеркну, еврею, в любом случае — категорически нельзя покупать некашерные продукты.

Автор ответа Элиягу Эссас

Пожилые люди просят меня приходить к ним в шаббат...

Здравствуйтесь, рав Элиягу!

Благодарю Вас за лекции и ответы на вопросы на сайте.

Я провожу просветительские встречи в хостеле для пожилых людей по будням. Они попросили меня приходить к ним в Шабат, потому что им скучно, и они не знают, чем себя занять. Но я не работаю в Шабат, согласно нашей традиции.

Вопрос: Как помочь этим людям не скучать в Шабат?

С уважением, хороших новостей.

Марина

**Марина
Израиль**

Просветительская деятельность, ориентированная на пожилых людей — очень важная, благородная работа. Чтобы успешно ее осуществлять, нужен комплекс определенных позитивных человеческих качеств: внимание к «подопечным», душевная чуткость, умение сопереживать, найти к каждому индивидуальный подход и т.д. И если эти люди, которыми Вы занимаетесь, хотят, чтобы Вы приходили к ним еще и еще — значит, Вы обладаете такими чертами. Особенно мне импонирует Ваша отзывчивость, Ваше искреннее желание помочь им «не скучать» в *шаббат*.

Конечно же, в будни найти себе занятие им — куда проще. К ним приходят лекторы, тренеры — чтобы дать им соответствующие возрасту и состоянию посильные физические нагрузки, и т.п. В конце концов, в хостеле живут те, кто так или иначе в состоянии себя обслуживать. Время от времени им, насколько мне известно, организуют экскурсии. Да и сами они в будние дни могут поехать куда-то на автобусе, посмотреть телевизор. И т.д. и т.п.

В субботу жизнь для них как будто бы замирает. Остаются лишь — пустые разговоры. При таком режиме, когда телевизора нет, автобусы не ходят, магазины закрыты, людям — действительно может быть скучно. Для многих из них суббота, наверное — едва ли не самый тягостный день на неделе.

Отношусь к ним с симпатией и сочувствием. Ведь они — заложники своего времени и обстоятельств, в которых провели большую часть жизни, жертвы так называемого «светского» способа существования. Оторванные от традиций своего народа, другого они — просто не знают. Это — серьезная проблема. Это — беда. Поэтому вполне разделяю Вашу озабоченность и постараюсь подсказать, что можно сделать в такой ситуации, как помочь этим людям, чтобы *шаббат* перестал быть для них «скучным» днем и наполнился интересными и полезными для души занятиями. Мне, признаться, не очень ясна Ваша фраза, что в *шаббат* Вы «не работаете, согласно нашей традиции». Но ведь работа работе — рознь. Например, беседы о Торе в субботу — не только не нарушение субботних законов, но, наоборот — их выполнение. И получается, что весь вопрос только в том, на каком расстоянии от Вашего дома находится хостел, в котором Вы проводите встречи по будням.

Если — далеко, и пешком дойти до него — нереально, тогда понятно, что встречаться со своими «подопечными» по субботам Вы не сумеете. Если — близко, допустим, не более пары километров, к ним в принципе можно и в субботу заглянуть. Пусть хотя бы ненадолго.

Впрочем, Ваш вопрос, видимо, связан с проблемой оплаты субботних занятий. И он нередко возникает в подобных ситуациях.

В самом деле. Одно дело — если человек имеет на какой-то другой работе постоянный приличный доход. Тогда он, вероятно, может, совершая добрые дела, позволить себе организовывать регулярные субботние занятия на добровольных началах. Другое дело, если занятие с пожилыми людьми для Вас — единственный источник дохода. И на дополнительные часы в качестве благотворительности сил у Вас уже нет. В таких обстоятельствах еврейская традиция предусматривает иной выход. В Галахе (свод еврейских практических законов) существует понятие — *хавлаа*. Что в условном переводе означает — по «совокупности». Работодатель, который платит Вам, допустим, за два урока в неделю, по договоренности с Вами будет платить Вам не по часам, но — за неделю, подразумевая, что Вы будете давать не два, а три урока в неделю. В какой день Вы даете урок — не оговаривается. В этом нет никакого обмана и нарушения субботы. Потому что, если Вы не дадите урок в одну из суббот, вы будете обязаны компенсировать это в другой день. То есть Вам будут оплачивать некий объем работы, не по дням. И тогда субботние занятия не будут напрямую связаны с деньгами. Данное мое разъяснение относится **только к ситуациям**, когда деятельность, сама по себе — нарушением субботних законов не является. Все другие случаи *хавлаа* могут осуществляться по решению и конкретному, детализованному указанию раввина, уполномоченного для этого раввинским судом.

Основой работы с пожилыми людьми по субботам может стать чтение наших, еврейских книг, доступных их пониманию, разъяснительные беседы, обсуждение прочитанного.

Впрочем, материалом для такой деятельности способно стать и содержимое нашего сайта. Размещенных на нем в архивах статей, обзоров, ответов раввина — хватит для изучения лет на 10-20. Нужно только «побродить» по страницам сайта, разработать стратегию и план от простого к более сложному, составить подборку на некоторое время вперед и распечатать ее на листах.

Жизненные обстоятельства, разумеется, бывают разные. Однако и предлагаемая здесь работа подразумевает вариантность. Если Вы будете задавать общее направление постепенному, поэтапному изучению Мудрости Творца, в *шаббат* жители хостела смогут обходиться и без Вас.

Например, в будний день можно, обозначив определенную тему, провести с ними установочное вводное занятие. И — раздать соответствующие распечатанные материалы для чтения и обсуждения в субботу. С тем, чтобы на следующей неделе — они могли поговорить на эту тему с Вами, задать Вам вопросы, которые у них, скорее всего, возникнут в процессе чтения.

Нетрудно предположить, что среди людей, с которыми Вы занимаетесь просветительской деятельностью, есть — более и менее активные, есть люди в большей и меньшей степени интеллектуально развитые. Есть люди, которые любят и могут читать. Но, видимо, есть и такие, у которых, скажем, слабое зрение. И чтение для них — затруднительно...

С учетом конкретной ситуации, можно для совместных занятий в *шаббат* разделить своих подопечных на не-

большие группы, и в каждой группе выбрать (с участием своей аудитории, разумеется) — «лидеров». Способных проводить эти занятия, зачитывая распечатки вслух и организуя их обсуждение.

Это, безусловно — лишь один из вариантов реализации такой деятельности в хостеле по субботам. Если Вы подойдете к решению данной проблемы — творчески, у Вас наверняка появятся и другие плодотворные идеи.

Главное — отчетливо осознавать самой и довести до сознания людей, которыми Вы занимаетесь, что возвращение к традиции своего народа, приближение к Творцу и освоение Его Мудрости — чрезвычайно важная, жизненно необходимая задача, которую ставит Всевышний перед **каждым** евреем. И что учиться всему этому — никогда не поздно, начинать можно — в любом возрасте...

Автор ответа Элиягу Эссас

Ему — 25, ей — 38. Что делать?

Сын решил жениться, ему 25, а ей 38.

Что делать? Что говорит по этому поводу еврейский закон?

Sarah
New York

Сначала - теоретический ответ. Существует заповедь Торы о том, чтобы иметь детей. Если невесте - 38 лет, а у Вашего сына, полагаю, своих детей нет, то вероятность, что у него будут собственные дети в такой ситуации, как понятно - уменьшается («биологические часы»). Поэтому решение сына - неправильное.

Теперь - практическая сторона вопроса.

Ваш сын, видимо, влюблен в эту женщину, а это означает, что он, скорее всего - не будет Вас слушать.

Поэтому с практической точки зрения, тут ничего не поделаешь. Рекомендую не устраивать скандалы и принять ситуацию, как она есть.

В своем ответе исхожу из того, что все «действующие лица» этой истории - евреи.

Автор ответа Элиягу Эссас

5 מִינֻט מֵאֵרֶצָה

לָבוֹא (лаво) - приходиться, прийти

תָּנָא (тене) - корзина

לְעִנּוֹת (лаанот) - отвечать

סִגְּוֵלָה (сгула) - свойство, средство, сокровище, драгоценность

לְהַתִּיר (леатир) - распутывать, развязывать, разрешать

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

РАМБАМ — о здоровом образе жизни

Представляем посетителям сайта еще одну главу

из составленного Рамбамом (раби Моше бен Маймон, великий Учитель, врач, Испания – Египет, 12 век) Кодекса еврейских законов — Мишнэ Тора, раздел — «Законы образа жизни». В этой главе Учитель дает в основном медицинские рекомендации.

Сегодня невозможно полностью восстановить использованную Рамбамом терминологию понятий о животном и растительном мире. Поэтому наш перевод дается с небольшими сокращениями и оригинальная нумерация пунктов не сохранена...

24. Нельзя сразу же после выхода из бани пить холодную воду, не говоря уже о том, чтобы пить в бане. Этого делать нельзя. Если же сразу после бани очень хочется пить, так, что трудно удержаться, воду следует развести вином или медом, и тогда можно пить. И если умастился маслом после ополаскивания в холодное время года, это полезно.

25. Не нужно приучать себя к регулярному кровопусканию, и не нужно вообще без особой нужды делать кровопускание. Нельзя это делать ни зимой, ни летом, а только — в месяц *нисан* и немного в месяце *тишрей*. А после пятидесяти лет кровопускание вообще противопоказано. Нельзя делать кровопускание в тот день, когда человек собирается в баню, а еще — если он в этот день собирается в дорогу или откуда-то вернулся. Есть и пить в день кровопускания нужно меньше, чем обычно. В этот день нужно отдыхать, не нагружать себя физически и не гулять.

26. Мужское семя — это сила тела, и жизнь его, и бодрость. Поэтому, если оно выделяется слишком часто, тело изнашивается, и сила его ослабевает, и жизнь уходит. Об этом сказал царь Шломо в мудрости своей: «Не отдавай женщинам силу свою, и пути твои — гибели царей» (*Мишлей*, гл. 75, ст. 7).

Хумус- не только вкусно, но и полезно

Когда Хафец Хаим однажды узнал, что его близкий друг, раби Моше Ландинский, - глава ешивы питается лишь селёдкой с минимальным количеством хлеба и больше ничем, он подошёл к нему и сказал: «Реб Мойше! Так не питаются. Когда я был в Вашем возрасте, я каждый день съедал целую большую тарелку хумуса....Это дешево и даёт силы учиться».

Сегодня хумус – распространённая и любимая многими холодная закуска из нута, сохранившая завидную популярность на протяжении столетий. Нет кафе, ресторана, да и просто обычной семьи в Израиле, где не было бы этого блюда. Израильтяне предпочитают есть хумус с зирой, кедровыми орехами, из кабачка и авокадо, с

тахини или морковной начинкой и так далее, список можно продолжать бесконечно.

Давайте же разберёмся, насколько полезен хумус и почему он так воспеваем многими современными диетологами.

Оказывается, что в хумусе высокий процент белка – 32%. Только вдумайтесь: 100 г варёного хумуса содержит 9 г белка и только 2,6 г жира. Горох нут, который является основой этого блюда, является источником высококачественного белка растительного происхождения, который сохраняет свои полезные свойства при варке. Соответственно этим бобовым растением можно смело заменять в рационе мясо или молочные продукты. Нут также содержит растворимые и нерастворимые пищевые волокна, которые понижают уровень холестерина и способствуют пищеварению. Растворимые волокна образуют в ЖКТ гелеподобное вещество, связывающее желчь с высоким содержанием холестерина и выводящее ее из организма. А основной функцией нерастворимых волокон является предотвращение различных расстройств пищеварения.

Нут также отличается высоким содержанием различных минералов. Он насыщен железом (оно является компонентом гемоглобина), марганцем (необходим для выработки антиоксидантов и энергии) и молибденом (является необходимой составляющей фермента, который отвечает за нейтрализацию в организме вредных консервантов, которые присутствуют в готовых продуктах). В состав хумуса также входит улучшающий мозговую деятельность триптофан (аминокислота), пищевая клетчатка, ненасыщенные жиры и витамины группы А, В (В1, В2, В6).

Научно доказано, что регулярное употребление блюда из нута, в частности хумуса, существенно сокращает вероятность возникновения сердечнососудистых проблем. Это диетическое блюдо также улучшает функции ЖКТ, снижает уровень сахара в крови и благотворно влияет на обмен веществ.

Основных ингредиентов в хумусе шесть: нут, тхина, оливковое масло, лимонный сок, чеснок, чёрный перец. Потому хочется напомнить о полезных свойствах многих ингредиентов, входящих в состав хумуса. Так, например, тахини – молотые кунжутные семена – кладовая витамина Е, кальция, цинка и фосфора. Оливковое масло нормализует уровень холестерина и заботится о Вашем сердце. Чеснок и лимон богаты антиоксидантами, что улучшает работу иммунной системы человека. Но, как и у любого продукта, у хумуса есть и свои минусы. Известно, что блюдо способствует возникновению метеоризма. Не стоит чрезмерно употреблять хумус людям, которые склонны к полноте. Безмерное потребление данного блюда может привести к нарушению обменных процессов, что нередко становится причиной ожирения.

Доказано, что регулярное потребление данного блюда (безусловно, в разумных пределах) снижает риск возникновения ишемической болезни сердца, способствует укреплению кровеносных сосудов, улучшает работу сердца.

**Приятного всем аппетита и будьте здоровы!
Автор текста Залина Мошкович**

ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат Берахот Лист 10 (часть 2)

Одна из основных тем второй части нашего листа - анализ деяний царя Иудеи Хизкиягу (6-й век до н.э.).

Шесть важных деяний совершил царь Хизкиягу, - рассказывает Талмуд. - За три из них он заслужил одобрение Учителей, и за три другие - порицание.

Какие три деяния были в его деятельности - в заслугу?

Во-первых, Учителя одобрили его решение спрятать книгу лекарств.

О чем здесь идет речь?

Когда Ноах плыл в построенном им ковчеге по безбрежному водному пространству, он столкнулся с серьезной проблемой - и люди и животные начала болеть. Поскольку людской род и животный мир имел на его корабле минимальное представительство, распространение болезней угрожало исчезновением видов. Как мы помним, животных всего-то было по паре каждого вида. Если бы одна особь из пары погибла, данный вид вскоре прекратил бы свое существование.

В этой ситуации *малах* (некая духовная субстанция, осуществляющая связь Неба с землей), ответственный в высших духовных мирах за исцеление земных творений, по «поручению» Всевышнего написал подробные инструкции излечения от всяких болезней, и эти записи передал Ноаху. Это дало возможность Ноаху успешно лечить животных и людей.

Составленная *малахом* книга, - подчеркивают Учителя, - требовалась в период «водного путешествия» Ноаха и на первом этапе возрождения жизни на земле - для сохранения и размножения живых творений Всевышнего.

Однако и потом, когда люди настолько размножились, что исчезновение с лица земли из-за болезней им уже не грозило, они все же продолжали пользоваться этой чудесной книгой и по-прежнему, выполняя записанные в ней рекомендации, излечивались от всех болезней.

Положение изменилось в период правления Хизкиягу. Царь Хизкиягу увидел, что люди не воспринимают болезнь, как нечто связанное с Небесами и, соответственно, - с их образом жизни. Забыв о том, Кто установил законы и дал им способы исцеления. Поэтому, в стремлении направить людей за исцелением к Творцу, он спрятал подалеке чудодейственную книгу. Он знал, что каждый орган человеческого тела связан с определенной заповедью. Невыполнение той или иной заповеди могло спровоцировать болезнь, а реализация заповеди (наилучшим образом) - принести исцеление. Поэтому и решил, что изменения в физическом состоянии человека должны происходить естественным путем. Вторым деянием царя Хизкиягу, заслужившим одобрение Учителей, было уничтожение медного змея. В свое время этого медного змея по велению Творца сделал в пустыне Моше Рабейну. Как сказано: «И Всевышний сказал Моше: сделай себе *сарафа* и прикрепи его на шест. И будет: всякий ужаленный, если взглянет на него, останется жив. И сделал Моше змея медного, и возложил его на шест. И было: если змей жалил человека, взглянув на медного змея, живым оставался» (*Бамидбар*, гл. 65, ст. 2 -9 - см. на сайте [обзор недельной главы Хукат](#), пятый годовой цикл обсуждения). Во времена царя Хизкиягу люди стали поклоняться этому медному змею, наделяя его чудодейственными свойствами и считая его некой «автономной силой», способной оказывать влияние на их судьбы. Они забыли, что

медный змей на высоком шесте служил лишь орудием, с помощью которого они, совершив проступок, могли спастись, поднимая глаза вверх, к Небу, то есть - обращаясь к Всевышнему. Так вот, чтобы искоренить расположенность к идолопоклонству, царь Хизкиягу уничтожил медного змея.

Еврейская традиция свидетельствует, что Хизкиягу похоронил предыдущего царя, злодея, без царских почестей. И это стало его третьим поступком, снижавшим одобрение Учителей. Теперь рассмотрим поступки царя Хизкиягу, спровоцировавшие порицание наших Учителей. Рассказывает Талмуд, что когда-то в окрестностях Иерусалима протекала небольшая река Гихон. Так вот Хизкиягу засыпал эту реку из стратегических соображений. Если, скажем, придет к стенам Иерусалима вражеское войско и вознамерится осадить этот святой город, оно останется без воды. Царю нужно было положиться на Всевышнего, - заключили, проанализировав сей поступок, Учителя. Ведь Творец дал обещание спасти Иерусалим. Когда ассирийский царь захватил города Иудеи, Хизкиягу отдал приказ снять золото с ворот в *Кодеш Кодашим* (Святая Святых) в Храме - чтобы выкупить у иноземцев захваченные ими еврейские города. Он, казалось бы, действовал, руководствуясь благими намерениями. Однако Учителя осудили и этот поступок. По той же причине, что и в случае с рекой. Царю Хизкиягу не доставало веры во Всевышнего, - сказали они по этому поводу. Сама история подтвердила точность «логических расчетов» наших Учителей. Попытки выкупить еврейские города не увенчались успехом. А уничтожение реки Гихон не спасло Иерусалим от осады. Казалось, что многочисленное и хорошо оснащенное ассирийское войско, количественно во много раз превосходившее число защитников города, вот-вот возьмет Иерусалим. Любой военный специалист, объективно оценив невыгодную для иерусалимцев ситуацию, сказал бы, что город обречен. Но Иерусалим - особое место. Если его жители живут по законам Торы, закономерности ведения войны отступают на второй план. И появляется реальная надежда на Всевышнего. Как написано в Танахе: «И буду Я защищать этот город, чтобы спасти его, ради Себя и ради Давида, слуги Моего» (вторая книга *Мелахим* - Царей, гл. 19, ст. 34). Недаром Иерусалим называют - «Город Давида». В ночь накануне штурма святого города несметную армию ассирийцев поразила эпидемия, которая унесла жизни 185-ти тысяч солдат. Штурм не состоялся... Итак, в этом сражении победила не физическая сила и не техническое превосходство, но - поистине еврейский образ жизни, подчиненный «голосу» Торы. Придя в один из еврейских городов, - рассказывает Талмуд, - Учителя захотели побеседовать со стражами этой местности. И привели к ним здоровых, мускулистых вооруженных парней. - Нет, не с этими людьми хотели мы побеседовать, - покачали головами Учителя. - Пригласите к нам тех, кто днем и вечером учит Тору. Они - настоящие стражи города...

Третьим проступком царя Хизкиягу, который не одобрили Учителя, стало объявление високосного года после того, как люди успели благословить наступление месяца *нисана* (еврейский високосный год дольше обычного на целый месяц; в календаре, вместо одного месяца *адара*, предшествующего *нисану*, в календаре появляется вт орой *адар*). По существующему в еврейской традиции закону оповестить о наступлении второго *адара* необходимо до его начала. Хизкиягу же этого не сделал. Поэтому все люди по истечению первого *адара* были уверены, что наступил *нисан*. Но царь с опозданием принял иное решение.

Автор текста Мордехай Вейц

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Молитва еврейской женщины.

Мы знаем, что роль женщины в мире отличается от мужской, и задачи с точки зрения служения Творцу у нас разные. Поэтому обязанности женщины, предписанные еврейским законом, отличаются от обязанностей мужчин. Женщины не обязаны молиться в установленное время и три раза в день. Женщины не обязаны ходить на молитву в синагогу. Однако если есть желание могут читать все молитвы по сидуру.

Согласно общему принципу, женщины освобождаются от тех позитивных заповедей, выполнение которых связано с определенным временем. Однако заповедь молитвы - это заповедь, которая, по мнению Маймонида (Рамбама), не связана с определенным временем, лишь форма ее выполнения - в виде молитв Шахарит, Минхи и Маарива - связана с определенным временем. Поэтому женщины тоже должны молиться.

Женщине отведена роль постоения еврейского дома, и именно от нее зависит атмосфера в доме и состояние ее семьи. Поэтому несмотря на то, что женщина не молится 3 раза в день, она постоянно обращается к Всевышнему с просьбами и молитвами за всю свою семью. Эти молитвы идут из души и сердца, так как никто кроме нее настолько не чувствует своей интуицией как и куда нужно выбрать направление, в чем нуждается ее семья.

В начале 90-х годов на празднике Ханука председатель одной еврейской общины закончил свое поздравление так: «То, что мы с вами сегодня живы и празднуем Хануку, - это только потому, что бабушки и дедушки молились Всевышнему за нас».

Говоря о еврейских женщинах, мы всегда вспоминаем самых первых: нашу «большую четверку» - Сару, Ривку, Рахель и Лею.

Сара вошла в еврейскую историю не только как женщина, родившая Аврааму долгожданного сына Ицхака, но и как его соратница. Она учила вере в Единого Бога женщин, а Авраам - мужчин, и эту деятельность Тора засчитывает в заслугу, как будто они вновь создали этих людей.

Тора сообщает довольно немного информации о Саре, и мы не знаем, как именно она молилась, однако документально известно, что наказание фараона происходило буквально «аль двар Сарай», что значит «по слову Сарай», которая отдавала указания ангелу Всевышнего. Именно такой комментарий дает Раши по этому вопросу. Да и над колыбелькой Ицхака наверняка молила она Творца Вселенной о вещах, что с тех пор и по сегодняшний день просят миллионы еврейских женщин своим детям. А присутствие облачного столпа над ее шатром, хлеб, который оставался свежим почти целую неделю, и свечи, зажженные накануне Субботы и горевшие необычайно долго - сами по себе были самой настоящей женской молитвой и ответом на нее.

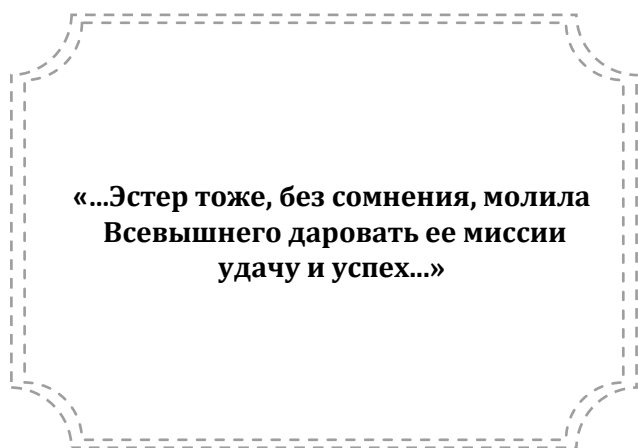


Ривка. О ее молитве известно, что она молила Всевышнего о ребенке. В Торе сказано, что Ицхак молился Всевышнему за свою жену. В подлиннике: «ленохах ишто», что может быть переведено и как «напротив жены своей». И Раши пишет, что и Ривка тоже молилась в той же комнате, у противоположной стены. Да и потом, после того как беременность начала протекать необычно, она отправилась спросить Всевышнего, который ответил ей, что в ее утробе два брата, которым суждено стать основателями двух народов.

Леа молилась Всевышнему, чтобы он помог ей выйти замуж за праведника Яакова, буквально проплакала глаза, которые поэтому казались слабыми. И в именах, которыми она называла сыновей, отчетливо видится ее отношение ко Всевышнему и к общению с Ним.

Рахель тоже молила о ребенке. Имя «Нафтали» отражает состязание между Леей и Рахелью, и способ состязания - молитва, которая слышится в этом имени (молитва - «тфила»).

Хана - мама пророка Шмуэля - молила Всевышнего даровать ей сына. Именно ее молитва, а точнее то, как она ее произносила, стало основой правила, согласно кото-



рому молиться надо так, чтобы окружающие не слышали голос твоей молитвы, но чтобы ты сам слышал ее. Поскольку о молитве Ханы сказано: «И когда она молилась, слов не было слышно, только губы ее шевелились».

Эстер тоже, без сомнения, молила Всевышнего даровать ее миссии удачу и успех.

Каждая еврейская женщина, которая проводит зажжение Субботних свечей, прекрасно знает, что именно это время считается временем особого Благovolения Всевышнего, и поэтому молится Ему за всех своих близких. Но молиться Творцу Вселенной можно и нужно всегда, как сказано: «бэ холь эт у вэ холь шаа» (в любой срок, и в любой час, и в каждое мгновение). Главное, чтобы молитва шла от сердца. И неважно, на каком языке произносит женщина свою молитву-просьбу, молитву-хвалу, молитву-исповедь. Всевышний слышит и понимает все языки, главное - быть честным и искренним. С самим собой и с Богом. И еще важно помнить: все то, что мы просим у Всевышнего, и все, что мы делаем, вернется к нам. Поэтому не нужно просить ни для кого зла. Об этом говорится в известной шутке: «Если бы Всевышний выполнял все просьбы людей, то мир давно бы перестал существовать».

Из истории нашего еврейского народа мы видим как сильна молитва еврейской женщины. Молитва может перевернуть любую ситуацию во благо. Для этого нужно молиться от души!

Поэтому, дорогие женщины и девушки, прошу Вас, найдите хотя бы пол часа в день, когда Вы уже закончили домашние дела и работу, когда дети уже спят, и посвятите это время единению с Творцом! Посвятите себя молитве. Молитесь искренне и от всего сердца. И Вы увидите как меняется Ваша жизнь. Ваши молитвы обязательно будут услышаны Всевышним!

По материалам сайта jewishwomen.ru

Подготовила Лея Коган

Записки молодой жены, хозяйки и мамы

Всем нужен отдых. В этом году у меня оказалось всего два выходных дня. Лето заканчивается, вот я и решила, что срочно нужно хоть немного отдохнуть. Выбирать долго не пришлось, ведь нужно подобрать место, где максимально комфортно будет именно ребёнку. Так, чтобы поближе, чтобы малыша не утомить долгой дорогой. Когда искала отель, обязательно читала, предоставляют ли они детскую кроватку. Мне это не нужно, но эта информация помогает понять, рады ли здесь детям

Отмечу, что практически везде детям рады :)

Я тщательно продумала гардероб как малыша, так и свой, чтобы не брать лишнего, ведь с ребёнком никогда нет пустых рук. Так хорошо собиралась, что уже на месте поняла, что не взяла сыну НИ ОДНОЙ игрушки. Хорошо, что всякие бутылочки, баночки всегда под рукой! Родителям известно, что отдых с ребёнком - это не совсем отдых. Малышу не объяснить, что сейчас мама хочет поплавать в море, а потом посидеть на пляже. У него свои планы: бегать, гонять голубей, облизывать солёную морскую воду, попробовать на вкус песок...

Как мне сказала подруга, семейный отпуск - это такое прекрасное время, когда радуешься, что он всего 3 дня :)

Совет здесь может быть лишь один - положительный настрой. Помните, что вы в отпуске, старайтесь замечать только положительные моменты, гнать от себя усталость.

Ещё очень важно составить примерный план действий, особенно если отдых короткий. Наметьте места, которые хотите посетить, людей, с которыми желаете встретиться. Тогда будет легче распорядиться временем и провести его с пользой и с удовольствием.

Я поняла, что отдых - это просто даже смена места, смена занятий, словом, выход из рутины. Так что, даже если отдохнуть особо не удалось, то все равно будете вспоминать это время с улыбкой. Ведь смена обстановки всегда идёт на пользу и даёт положительные эмоции. А это - залог хорошей атмосферы в доме и улыбок всех членов семьи.

Хорошего настроения!

Эня Лейна

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Задумаемся ,почему так часто люди хотят быть первыми...В учебе ,в конкурсах ,в соревнованиях. Когда ученик , например ,становится ПОБЕДИТЕЛЕМ Международной олимпиады по Танаху ,им гордится и его семья, и вся школа! А некоторые могут подумать «Какой он везучий, вот со мной никогда подобного не происходит...»

А как можно стать первым ,лучшим? Даже первоклассник понимает ,что надо стараться ,упорно заниматься и, вот тогда...тогда...тогда...

Начался новый учебный год, и я очень хочу поздравить всех вас и пожелать силы ,настойчивости, а главное, еладим, занимайтесь с интересом и удовольствием .

Теперь вернемся к недельной главе Ки Таво, в которой как раз говорится о ПЕРВЫХ плодах-первинках.

-Мы в Храм идем ,мы в Храм идем,

-Мы первые плоды несем!

-И подтверждаем- все от Б-га, ведь Он дает нам очень много,

-Его за все благодарим -вот заповедь о БИКУРИМ.

А еще в этой главе Моше произносит слова предостережения грядущим поколениям евреев ,если они не будут выполнять заповеди Торы. Когда Моше стал говорить:

Закачалась Земля ,потускнела луна,

И дрожат небеса, меркнет солнце,

Все живое умолкло, не блещет звезда,

Только глас праотцов раздается...

-Как же вынести детям нашим наказанья такие страшные...

-Вероятно , погибнут они, наступят горькие дни...

Но Моше продолжал говорить с евреями!

-Вы глазами своими видели,

-Как В-севышний творит чудеса.

-Из Египта рабов он вывел,

-Но у вас не раскрылись глаза!

-Вы гневили Его ,не ценили ,и бросали вызов Ему...

-Испытаний столько прошли вы,

-Как терпел Он ,я не пойму...

-Сорок лет –путь борьбы , испытаний.

-Вы мудрее, надеюсь ,теперь.

-После стольких тяжелых скитаний.

-Верю, к правде открыли дверь.

Ключ к успеху- залог удачи-

Это Тора- не будет иначе!

Напоминаю всем, что остаются последние дни перед Рош Ашана, когда нужно делать как можно больше добрых дел ,чтобы выполнить работу над ошибками.

Вы с Нами?!

Объявляем для всех желающих получить ежедневную рассылку ответов с сайта www.evrey.com прямо на Ваш мобильный телефон через whatsapp или viber напишите нам на номер +972548164299 и мы вас присоединим к нашей группе. Также в группе присутствуют раввины которым Вы можете задать Ваши вопросы и получить на них быстрые ответы! Расскажите друзьям!

Реквизиты для помощи выпуска журнала:

Paypal: liubdeldobro@gmail.com

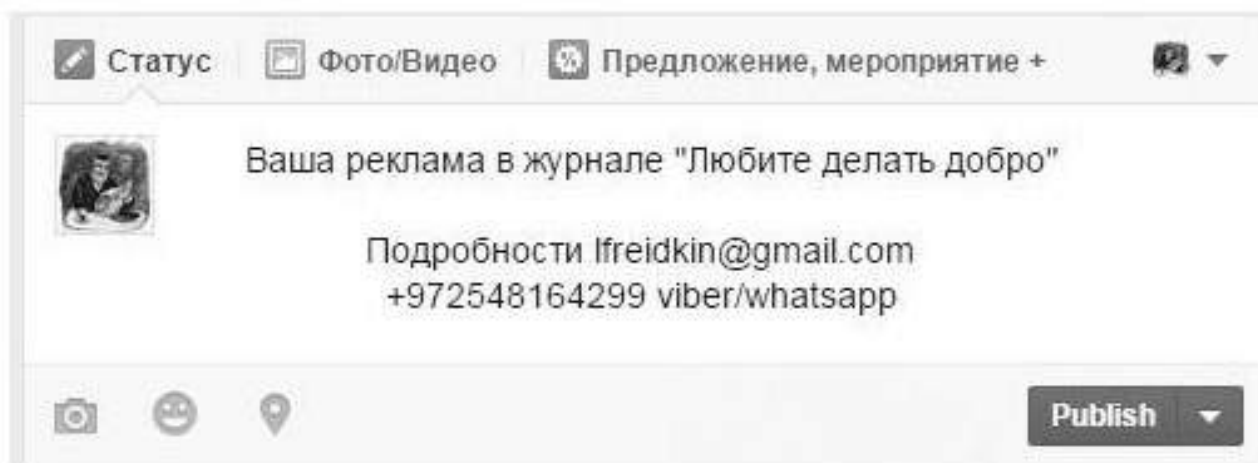
QIWI: +972548164299

Если вы хотите помочь нам другими способами свяжитесь с нами

lfreidkin@gmail.com

либо по телефону

+972548164299 (viber/whatsapp)

**Мы в социальных сетях:**

 vk.com/talmudonline

 facebook.com/liubdeldobro

 facebook.com/talmudonline