



השבועון דעלדעל דאס פארן

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

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ЭКЕВ»

А также:

Вопросы к Раввину
О здоровом образе жизни
Культура. Личность. Этика
Женская Рубрика
Законы Лашон а-Ра
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 «Экев» —3
 Вопросы раввину—6
 Культура. Личность. Этика— 10
 Здоровый Образ Жизни — 12
 Женская рубрика—13
 Законы Лашон а-Ра— 14
 Анализ Новостей — 15
 Детская страничка—17
 Лист Талмуда—18

Ответственные за проект:
 Элизер Фрейдкин, Давид Эльман

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

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...

Недельная глава Экев является формулой благословения и успеха нашего народа.

Сказано: «Благословен будешь ты больше всех народов, не будет у тебя бесплодного и бесплодной, и (также) среди скота твоего. И отведет Господь от тебя всякую немощь, и никаких тяжких недугов Мицраима, какие ты знал, не возложит Он на тебя, а наведет их на всех твоих ненавистников.»

Комментирует великий Мальбим, что все болезни в мире приходят только по указанию Всевышнего. И, как раскрывают наши мудрецы, Всевышний вначале создаёт лекарство и только потом болезнь.

Сразу можно задаться вопросами: Неужели абсолютно все болезни были в Мицраиме? Почему именно в Египте?

Каждая болезнь телесная - это в первую очередь результат духовной «болезни».

Мы знаем, что во время развития, болезнь поражает в основном слабые места.

В Мицраиме наш народ был духовно слаб и в рабстве у Паро, также известно, что Мицраим символизирует корень всех идеологических и мировоззренческих проблем, и именно от этого болота материализма должен избавить нас Всевышний, если мы сможем приблизиться к Нему.

Более того, все эти болезни и проблемы падут на головы наших врагов.

Мы с Вами находимся в исторический период, когда буквально каждый день наш народ избавляется от идеологий того или иного разлива.

Когда мы с женой переехали в Израиль в 2013 году и жили в центре абсорбции, на повестке дня стоял вопрос о сирийской угрозе, а точнее возможности химической атаки против Израиля. Более того, по всему Израилю начали раздачу противогазов, нас всех собрали в зале и очень серьезно предупредили об угрозе... Буквально через некоторое короткое время в Сирии усилилась война, международное сообщество ужесточило свое давление, и это «спасло» нашу страну,

Очень легко свести это на ряд случайностей: увеличение давления, и вследствие этого добровольная сдача химического оружия сирийскими войсками, но все намного серьезнее.

Чем еврейский народ становится духовно сильнее, тем больше Всевышний спасает нас и направляет болезни и войны против наших врагов.

Элизер Фрейдкин

Кфар Эльдад

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ЭКЕВ»

ГЛАВА «ЭКЕВ»

Место в Торе: *Дварим*, гл. 7, ст. 12 — гл. 11, ст. 25.

Почему она так называется?

В первой фразе сказано: «И будет **следствием** принятия этих заповедей... Творец будет хранить *брит* (договор)... о котором поклялся отцам вашим».

Следствием (вследствие) на иврите — *экев*.

Из обзоров прошлых лет мы знаем, что само слово *экев*, вынесенное в название нашей недельной главы, имеет глубокий метафорический смысл, рождающий важные для понимания различных аспектов ее содержания ассоциации (см. на сайте обзоры недельной главы *Экев*, **второй** и **третий** годовые циклы обсуждения). И, вместе с тем, оно выражает идею зависимости благосостояния человека от его поведения (см. на сайте **обзор недельной главы Экев**, первый годовой цикл). Все это поможет нам раскрыть суть концепции, на которой мы сконцентрируем наше внимание в обзоре этого года.

В нашей недельной главе читаем: «И будешь ты есть и насыщаться, и благословлять Всевышнего за землю добрую, которую Он дал тебе» (*Дварим*, гл. 8, ст. 10).

Это — «ключевая» фраза, которая послужила основой для того, чтобы наши Учителя, выполняя Волю Творца, ввели в еврейскую жизнь «институт благословений». С помощью *берахот* (множественное число от слова *бераха* — «благословение») люди выражают свою благодарность Всевышнему за все, что Он дает им. И поднимают тем самым повседневную, обыденную жизнь на более высокий духовный уровень.

«Всякий, кто наслаждается благами нашего мира, не произнося благословений, — подчеркивают Учителя на страницах Талмуда, — как будто бы **совершает кражу**» (трактат *Берахот*, лист 35).

Смысл этого высказывания, — говорит **Рамбан** (Рабейну Моше бен Нахман — Нахманид; великий комментатор Торы, Танаха и Талмуда; Испания – *Эрец Исраэль*, конец 12-го – начало 13-го вв.), анализируя данный отрывок Талмуда, — состоит в том, чтобы напомнить еврейскому народу о Милосердии Всевышнего.

Произнесение *берахот*, — отмечает Рамбан, — требует особого настроения. И этот нужный настрой возникает, когда вспоминает человек историю своего народа — о том, как тяжело трудились евреи, будучи рабами в Египте, как трудны были переходы в пустыне. И, вспомнив все это, когда, как сказано в Торе, «...будешь ты есть и насыщаться», живя на земле, которая приносит плоды, то естественным образом возникнет искреннее желание возблагодарить Творца за эту землю и за ту пищу, которую Он дает человеку.

Это — духовная и нравственная основа благословения, которое мы читаем после еды с хлебом (на иврите — *биркат а-мазон*).

Однако благословение *биркат а-мазон* читается не по желанию. Это

— **обязательная заповедь**. К такому выводу приходит Рамбан, исследуя тексты Торы одним из методов, которые для познания Торы дал Всевышний на горе Синай.

Он, в частности, анализирует грамматическую форму глагола «и будешь благословлять», употребленную в приведенной выше цитате.

Далее Рамбан находит три аналогичных фрагмента в книге *Дварим*, из которых следует, что глаголы «сделать» или «взять» в будущем времени, так же как и глагол «благословить» (в той же грамматической форме) означают не разрешение, но — непреложную обязанность...

Наши Учителя пришли к заключению, — пишет Рамбан, — что в данном случае («и будешь благословлять») речь идет о повелительной заповеди. Точно так же, в другом отрывке, где строительстве нового дома сказано: «И сделаешь (будущее

время, передающее повеление) ограду на крыше твоей» (*Дварим*, гл.22, ст. 8)...

Далее он находит повеление о заповедях весеннего месяца, выраженных, как и в предыдущих случаях, глаголом в

будущем времени: «И будешь соблюдать месяц колосьев и совершишь пасхальное приношение Всевышнему» (*Дварим*, гл.16, ст. 1).

Третий отрывок содержит указание: «И **возьмешь** «первинки» (*бикурим*) всех плодов земли, которые получишь в стране твоей, которую Творец дает тебе...» (*Дварим*, гл. 26, ст. 2).

Известно, что текст благословения после еды с хлебом (*биркат а-мазон*) составлен членами Великого Собрания (высший еврейский законодательный орган, созданный в 3-м веке до н.э. после вавилонского изгнания), в состав которого входили и последние из пророков. Первоначально он состоял из трех благословений, четвертое появилось позднее, после разрушения Второго Храма.

Обозначим первые три благословения их по заключительной фразе:

а) *а-зан эт а-коль* — «питающий все».

б) *аль а-арец ве-аль а-мазон* — «за землю и за пищу».

в) *бонэ бе-рахамав Иерушалаим* — «возводящий по милосердию Своему Иерусалим».

Такая «композиция» *биркат а-мазон* появилась, разумеется, не случайно.

Каждой из трех частей благословения, — объясняет Талмуд (трактат *Берахот*, лист 38), — **соответствует определенное событие** из истории еврейского народа. Это и определяет структуру и порядок *биркат а-мазон*. Более того, данный порядок обусловлен **глубоким исследованием текстов** Торы.

Первое благословение, — отмечает Талмуд, — установил для еврейского народа Моше-рабейну в пустыне, когда пищей для людей был падающий с Неба *ман* (см. на сайте ответ **«Что такое ман (манна)?»**).

После завоевания *Эрец Исраэль*, Иегошуа бин Нун (самый преданный ученик, а впоследствии — преемник Моше Рабейну) добавил второе благословение — «благословение земли».

Цари в *Эрец Исраэль* — Давид и его сын Шломо, получивший престол после Давида, ввели благословение Иерусалима. Давиду принадлежат слова — «сжался... над Израилем, народом Твоим, и над Иерусалимом, городом Твоим», а Шломо, который достроил в Иерусалиме Первый Храм — «...над великим и святым Храмом»...

А теперь попытаемся на более глубоком уровне разобраться в отрывке из нашей недельной главы, на основании которого наши Учителя вывели заключение, что чтение *биркат а-мазон* — заповедь, данная Всевышним еврейскому народу.

Мы обнаруживаем, что в начале этого фрагмента сказано, что *ман*, спускавшийся в пустыне с Небес, был для поколения Пустыни своего рода испытанием и наставлением.

В тексте читаем: «И смирял Он тебя, и испытывал тебя голодом и кормил тебя *маном*, которого (до этого) не знал ты, и не знали отцы твои — дабы продемонстрировать тебе, что не хлебом единым живет **человек**, но — всем, что исходит из уст Всевышнего, живет **человек**» (*Дварим*, гл.8, ст. 3).

Многие комментаторы, изучая этот отрывок, обращают внимание, что слово «человек» повторяется в нем дважды. При том, что Тора, как мы знаем, расходует слова чрезвычайно «экономно», излагая все в предельно сжатой форме.

В этом содержится намек, — делают вывод Учителя, — что исторический опыт еврейского народа — получение *мана* — универсальный урок, не только для евреев, но и **для всего человечества**.

Видимо, поэтому составители текста благословений *биркат а-мазон* и сформулировали первое благословение в общих чертах так: «питающий весь мир».

Отсюда же следует и еще одно наставление. Да, человек добывает

свой хлеб тяжким трудом. И, тем не менее, он не должен сомневаться в том, что именно Всевышний обеспечивает его всем необходимым для продолжения жизни, ибо Он, Творец — «питающий все».

Второе благословение — «за землю и пищу» — выводится непосредственно из текста нашей недельной главы: «И будешь ты есть, и насыщаться, и благословлять Всевышнего за **землю добрую, которую Он дал тебе**» (*Дварим*, гл. 8, ст. 10).

В ситуации, когда народ живет на своей земле, уверенный в своих силах, он может предположить, что все его успехи и достижения зависят только от него самого, от его усилий. Поэтому вслед за этим идет предупреждение: «может быть, когда ты будешь есть и насыщаться, и построишь хорошие дома, и будешь (хорошо) жить, то возгордишься ты, и забудешь Всевышнего... И скажешь ты в сердце своем: сила моя и крепость руки моей добыли мне это богатство! Но — помни Всевышнего, ибо это Он **дал тебе силу**, чтобы приобрести богатство, чтобы исполнять (условия, оговоренные) при заключении Союза с Творцом» (*Дварим*, гл. 8, ст. 12-18)...

Выстроенные царями Давидом и Шломо Иерусалим и Иерусалимский Храм — материальные символы и конкретное воплощение того, что кроме зримого и осязаемого, есть нечто незримое и не доступное нашим чувствам — Источник всех успехов и достижений.

Поэтому третий отрывок *биркат а-мазон* возлагает на нас обязанность вспоминать о том месте, где пребывала *Шехина* (присутствие Всевышнего; подробнее об этом — см. на сайте ответ **«Шехина — святой дух...»**, в разделе «Спроси у раввина»). Чтобы мы не допустили ошибки, неверно полагая, что «сила моя и крепость руки моей добыли мне это богатство».

В нашей недельной главе впервые заводится разговор об обязанности человека благословлять Всевышнего. Ведь до этого в Торе мы встречались только с тем, что Творец благословляет человека, праотцев,



народ Израиля.

Не случайно в конце процитированного выше фрагмента Тора упоминает о Союзе еврейского народа с Творцом. Этот Союз предполагает взаимную, двустороннюю связь. Но самое «дерзновенное» в условиях этого Союза — идея, что не только Творец благословляет человека, но и человек, со своей стороны, тоже благословляет Всевышнего.

Но разве Всевышний, который — Источник всего, нуждается в **наших благословениях**?

Интересное и очень доходчивое разъяснение этому дает в своем труде автор книги **Сефер а-хинух** («Книга воспитания еврея»; о самом авторе известно, что он жил в 14-м веке, в Испании, в Барселоне, и принадлежал роду Леви). О сущности благословения, которое возносит к Творцу человек он, в форме обращения к подрастающему сыну, нуждающемуся в разъяснении 613 заповедей Торы, пишет так:

«Как я уже говорил тебе ранее, сын мой, Всевышнему принадлежит вся слава, все великолепие, все благо, вся мудрость, вся мощь и все благословение. И слова человеческие и любые деяния их, как добрые, так и худые, ничего не прибавят к Его свойствам и не уменьшат.

Поэтому ты должен понять: когда мы произносим *барух Ата* — «благословен Ты», или *йтбарах* — «да будет Он благословен», это очевидно не означает, что мы хотим прибавить блага Тому, Кто не нуждается ни в каких добавлениях. Ибо Он — Властелин надо всем и над всеми благословениями.

Он обновляет их непрерывно, создает их — по принципу «нечто из ничего», и в великом изобилии ниспосылает от них по благому желанию Своему. Поэтому нам необходимо постараться понять, **в чем смысл наших благословений**...

Широко распространено знание, что все сущее создано Всевышним. Он сотворил человека и дал ему власть над землей и всем, что в ней есть. И среди качеств, присущих Творцу, — бесконечное милосердие, стремление дать благо своим творениям. Но Он желает также, чтобы мы удостоились этой награды — получения блага от Творца — и желание это происходит из Его совершенства, ибо только тот

считается совершенным в своем благе, кто делает добро для других...».

«...И вот, зная, что будучи совершенным в Своем благе, — заключает свое исследование автор книги **Сефер а-хинух**, — Творец неизбежно желает излить его на нас, мы можем сказать, что смысл благословения, которое мы произносим перед Ним состоит в том, чтобы — пробудить нашу душу речением собственных уст и напомнить себе, что Он — благословен, и заключает в Себе все блага.

Поскольку наша душа пробуждается от благословения Творцу, и наши мысли сосредоточены на благодарственном осознании того факта, что в Нем заключены все блага, что Он властвует над ними, ниспосылая их согласно Своему желанию — вследствие этого и мы удостоиваемся Его благословения».

Иначе говоря, благословение — нечто большее, чем простое выражение благодарности. Благословляя Всевышнего, человек вступает с Ним в особые духовные отношения, и на него, на самого человека, переходит это, произносимое им благословение.

И в заключение нашего обзора разберемся, откуда возникла традиция произносить перед *биркат а-мазон* — *зимун* (приглашение к совместному благословению после еды с хлебом).

Напомним, что в том случае, если в трапезе принимали участие более трех мужчин старше 13 лет (с 13-летнего возраста подросток обязан выполнять заповеди), перед *биркат а-мазон* читают *зимун*, когда один из присутствующих мужчин обращается к остальным и призывает их вместе с ним произнести слова благодарности Всевышнему. Как известно, наши праотцы соблюдали заповеди Торы задолго до ее дарования сынам Израиля на горе Синай (см. на сайте, к примеру, ответ **«Авраам соблюдал Песах — до Исхода!»** — в разделе «Спроси у раввина»). Так, в Талмуде (трактат *Сота*, лист 10) приводится цитата из Торы: «...и призвал (*ваикра*) Имя Всевышнего, Владыки вселенной» (**Берейшит**, гл. 21, ст. 33).

Следует читать не *ваикра* («призвал»), но — *вайакри* («побуждал других призывать») Имя Всевышнего), — отмечает **Реш Лакиш** (раби Шимон бен Лакиш; величайший Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*, 3-й век), анализируя данный отрывок. — И это — указание на то, что Авраам-авину обязывал всех путников, которых он зазывал к себе в дом, чтобы накормить и напоить, после трапезы произносить Имя Всевышнего. Каким образом он делал это?

Когда гости насыщались и собирались благодарить Авраама за приют и гостеприимство, наш праотец говорил им: «Разве мое вы ели? Вы ели то, что принадлежит Владыке вселенной! Так вознесите Ему хвалу и благодарность, и благословите Того, Кто сказал — и возник мир!».

Благословение поднимает обыкновенное, будничное на духовную высоту. Даже в самую простую заботу о телесных нуждах благословение вносит искры духовной энергии, наделяя низменный, материальный мир сиянием мира духовного.

Когда мы произносим благословение, — замечает раби Иегуда а-Леви (великий Учитель, автор книги **Кузари**, поэт; Испания, 12-й век), — мы тем самым «увеличиваем свое духовное постижение этого мира», а это и есть — **высшее наслаждение души**...

Автор текста рав Иссахар Якобсон

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

До свадьбы несколько месяцев. Нам трудно не прикасаться друг к другу...

Здравствуйте.

Мне 23 года, соблюдаю традиции, учу Тору по несколько часов в день.

Недавно я через шидух познакомился с девушкой, которая мне очень нравится, и это взаимно. Планируем свадьбу через несколько месяцев.

Мой вопрос в том, что нам трудно сдерживаться на встречах, не прикасаться друг другу, мы нарушаем и боимся нарушить ещё больше.

Что бы Вы могли посоветовать?

Спасибо за ответ.

**Хаим
Арад**

Вам повезло, что Вы нашли девушку, на которой хотите жениться, и что ваши чувства - взаимны. Полагаю, что Вы способны увидеть в этом помощь Свыше.

В своем письме Вы задаете конкретный вопрос — об одном аспекте отношений с этой девушкой. И для того, чтобы попытаться помочь вам справиться с проблемой — предложу взглянуть на ситуацию, в которой Вы оказались, как бы со стороны.

Перед каждой парой в период подготовки к свадьбе стоит множество задач. Большая часть из них — технического порядка, от составления свадебного меню до обустройства собственного жилья. И еще многое другое.

За волнительной суетой иногда забывается главное, что цель этого наиважнейшего события в жизни человека — соединение двух душ.

Что свадьба знаменует собой не просто переход к совместному проживанию, но — начало нового периода духовной жизни двух людей.

Тем более — если речь идет о еврейской паре, вся цель объединения которой заключается в реализации совместной работы в служении Всевышнему.

Иначе говоря, кроме технической подготовки к свадьбе — требуется и духовная подготовка.

Понятно, что мысли жениха и невесты заняты не только организационными вопросами. Наверняка их посещают множество мыслей о будущей совместной жизни. Они строят планы и делятся ими друг с другом. Но подразумеваю здесь подготовку иного характера.

Очевидно, что у отношений молодой пары есть еще одна очень важная сторона — физическая. Само по себе, взаимное физическое притяжение — естественная составляющая хороших, близких отношений. Более того. Если с самого начала нет взаимной тяги друг к другу — отношения, скорее всего, будут обречены на неуспех.

Однако тут вступают в действие законы нашей традиции, на этом, сравнительно раннем этапе ограничивающие физическую близость.

Судя по содержанию Вашего письма, Вам хорошо известно, что пока вы не стали мужем и женой, общение между вами определяется правилами *цениюта* (скромности) и *йихуда* (запрета на уединение мужчины и женщины, не состоящих в браке).

Нетерпеливость молодой пары, когда даже несколько месяцев кажутся очень долгим сроком — понятна. Предмет твоей мечты — рядом с тобой, на расстоянии вытянутой руки, а дотронуться до него нельзя.

Но на все есть свои причины, и они подробно обсуждаются в книгах наших Учителей — и в тех, где рассматриваются еврейские законы, и в тех, где анализируются внутренние аспекты Торы.

Основная цель таких ограничений — сохранить святость общины народа Израиля, предотвращая разные виды духовного падения в его среде.

Если у молодых людей еще не было собственной семьи — есть еще одна веская причина, по которой важно избегать физической близости.

Связанные с ней яркие переживания способны «ослепить» его и ее, переместив акцент с духовного на физическое. А это, кроме прочего, может привести к игнорированию тех или иных проблем, которые требуют решения еще до свадьбы.

Поскольку мужчины обычно играют более активную роль в выработке стиля отношений, и особенно, в том, что касается физического аспекта — большая часть ответственности в этой сфере ложится на Ваши плечи.

Умение сдерживаться, над которым вам обоим сейчас придется серьезно поработать, пригодится Вам и Вашей девушке потом, в период семейной жизни.

Вам наверняка известно, что еврейская пара обязана соблюдать законы семейной чистоты, предусматривающие периоды воздержания от интимных отношений в течение приблизительно двух недель в каждом месяце.

Это, кроме прочего, предоставляет мужу и жене возможность укрепить душевную и духовную связь в периоды, когда физические отношения уходят на второй план.

Теперь попробую дать несколько советов, которые облегчат Ваше положение.

Стоит, прежде всего, поговорить с Вашей девушкой (имеет смысл

обсудить вместе с ней этот ответ) и вместе выработать общую линию поведения, которая поможет Вам продержаться до свадьбы.

В религиозной среде принято, что парень и девушка встречаются в процессе знакомства, или даже подготовки к свадьбе, только в открытых, людных местах. В вашей ситуации было бы особенно разумно последовать этой традиции. Вдобавок, стоит ограничить количество встреч, заменив часть их общением по телефону и т.д.

Важно напоминать себе и Вашей девушке, что главная ваша задача на сегодняшний день — заложить фундамент семейной жизни в процессе интенсивной моральной и духовной подготовки. Для этого есть книги, уроки, консультации с учителями Торы и специально подготовленными для этого еврейскими религиозными специалистами.

Не менее важна, конечно же, молитва о помощи Свыше и об успехе этого серьезнейшего «мероприятия» — строительства еврейского дома.

Продолжайте узнавать друг друга, изучать особые качества души, согласовывать ценности и планы, вместе искать способы и пути комфортного, и в материальном и в духовном смысле, сосуществования.

Завершу свой ответ пожеланием успеха. И напомним, что физическая близость между мужчиной и женщиной должна быть результатом духовной близости. И вы с той девушкой в этом плане — только в начале пути. Поспешив и поддавшись сиюминутным желаниям, вы рискуете потерять главное — возможность заложить духовный фундамент Ваших взаимоотношений.

Автор текста Михаэль Бергман

Как религиозным найти подход к светским и убедить их в своей правоте?

Здравствуйтесь, уважаемые раввины!

В Израиле есть разные направления среди религиозных евреев, часто конфликтующие между собой. Это понижает авторитет религиозных в глазах светских.

И это тогда, когда как раз наука всё больше говорит о единстве всего мира, например, через современные физические исследования.

Вопрос, как религиозным найти подход к светским и убедить их в своей правоте?

Элиягу

Бейт-Шемеш, Израиль

Для начала разберёмся, о каких конфликтах между разными направлениями религиозных евреев идет речь.

В еврейском религиозном мире — несколько крупных течений и множество подгрупп. Между некоторыми из них, как Вы верно заметили, существует некая напряженность, доходящая иногда до конфликтов.

Каковы причины этих конфликтов? Многие из них носят локальный характер и связаны, например, с распределением бюджета городскими властями, приемом в религиозные школы и т.д.

Каждая местная община, защищая свои интересы — стремится укрепить свои позиции, расширить «владения», соперничая за ресурсы с другими, религиозными и светскими группами.

Бывают разногласия и более высокого порядка, касающиеся галахических вопросов (из сферы еврейского закона) и мировоззренческих позиций, свойственных тому или иному «лагерю». К примеру, само по себе отношение к государству Израиль и к его институтам — по-разному толкуется приверженцами разных религиозных направлений.

Подчеркну, что разногласия такого порядка, как правило — не выходят на уровень серьезных, и тем более, открытых конфликтов.

Важно отметить, что в современном Израиле намечается тенденция к взаимодействию и объединению религиозных групп. Она наиболее заметна в политической жизни страны, где возникают новые виды сотрудничества и создаются союзы между, например, ортодоксальными евреями (так называемыми *харедим*) и национально-религиозным лагерем, или ашкеназскими и сефардскими религиозными евреями. И отражает эта тенденция — необходимость сплочения перед угрозой еврейскому характеру государства и оголтелой антирелигиозной пропагандой, проводимой левыми политическими и социальными силами.

Впрочем, несмотря на многие отличия между соблюдающими традицию евреями — **принципиальных разногласий вокруг Торы** и основ еврейского образа жизни у них нет. А если и есть — остаются на уровне торанических и галахических дискуссий, которые не только не опасны, но в каком-то плане, даже полезны. Ибо позволяя обеспечить применение еврейского закона к новым, меняющимся жизненным обстоятельствам.

Так или иначе, стоит помнить о том, что мы все еще, к сожалению, живем в неисправленном мире. В мире, где евреи зачастую — разобщены, и что необходимо осуществить еще много работы, прежде чем наш народ, преодолев некую отчужденность и распри, объединится вокруг Торы и Всевышнего.

Вы справедливо отмечаете, что внутренние разногласия понижают авторитет религиозных евреев в глазах светской части

общества. Но даже если это замечание верно, тут нужно упомянуть немалую роль в этом средств массовой информации.

Конфликты внутри религиозной общины, как правило, непомерно раздуваются СМИ — в погоне за «сенсациями» и «горячими» новостями. Для светских СМИ такие конфликты — находка, ибо с их помощью можно в очередной раз очернить религиозных евреев, выставить их в невыгодном свете.

В своем письме Вы сетуете на то, что понижение авторитета препятствует сближению религиозных и светских людей. Тогда как современная наука, казалось бы, «играет на руку» религиозным и способна приблизить к вере в Творца. Действительно, наука, в частности, современная физика и математика, подтверждают единство мира. И — ведут к пониманию его принципиальной непознаваемости, что важно для осознания принципиальной ограниченности светского взгляда на мир.

Кроме того, в процессе развития наук — мы становимся свидетелями удивительных открытий все большей и большей сложности мира. Это означает, что наука (настоящая, серьезная наука!) способна помочь думающему человеку найти путь к Всевышнему.

Однако, как Вы верно заметили, негативный имидж религиозных евреев (над созданием которого старательно трудятся СМИ) — мешает светским евреям приблизиться к традиции и увидеть мир сквозь призму еврейского, опробованного тысячелетиями мировоззрения.

Как же быть? Как религиозным евреям (о чем Вы, собственно, и спрашиваете) найти подход к светским и убедить их в своей правоте?

Ответ на этот вопрос требует самостоятельного расширенного ответа, а может — и не одного. Поэтому пока отметим несколько общих направлений деятельности, связанных по контексту с Вашим вопросом.

Главным направлением деятельности представляется — распространение знаний о Торе и о еврейской традиции (чему и посвящен наш сайт). Причем, важно делать это на понятном, современном языке.

Это, помимо прочего, предполагает обращение к современным областям знаний и насущным общественным проблемам — с еврейских позиций, подкрепленных традицией и мудростью наших Учителей.

Тем самым, кстати сказать, можно продемонстрировать современность и вечность знаний, заложенных в Торе.

Одновременно с этим важно открывать красоту еврейского образа жизни, показывая истинное лицо религиозной общины, а не ту жалкую карикатуру, представленную на страницах различных СМИ.

Важно выстраивать диалог, базируясь не только на позициях разума и логики, но и обращаясь к иным аспектам человеческого существования — духовным и эмоциональным. Без обращения к «тонким струнам» души процесс взаимодействия и приобщения к вере отцов — бесперспективен.

Все это, учитывая многолетнюю напряженность в отношениях, а также пропаганду СМИ и порой явно антирелигиозную направленность деятельности различных институтов власти и общества — очень непростая задача. Но этот процесс позитивного взаимодействия между светскими и религиозными, на наш взгляд, уже идет. Его надо только развивать, усиливать и поддерживать. Впрочем, такие усилия стоит вкладывать в тех, кто готов слушать и видеть. С остальными — разберется история.

Автор текста Михаэль Бергман

Испытываю дискомфорт от погружения в русское информационное поле...

Уважаемый рав.

Я уехал в Израиль юношей в 90-х гг., женат на ивритоязычной уроженке страны.

Наша семья ведет традиционный, хотя и не религиозный, образ жизни.

Мой старший брат остался в России, его жена и дети - русские по национальности и православные по вероисповеданию.

Недавно его жена открыла семейную группу в WhatsApp на русском языке для своей, скажем так, расширенной семьи, куда включила и меня.

С одной стороны, приятно, но с другой, это своего рода игра на чужом поле. Я ловлю себя на том, что испытываю определённый дискомфорт от ежедневного визуального (при технологических возможностях WhatsApp) погружения в русское информационное поле.

Предвижу, что этот дискомфорт лишь усилится в дни тамошних праздников. В то же время, отмалчиваться, тем более, выйти из группы, будет очень некрасиво: это люди хорошие, открытые, тепло нас принимали. Да и как ни крути, это семья моего родного брата.

Буду очень благодарен, если сможете подсказать оптимальный путь.

Михаэль, Израиль

Atrainin
Израиль

Хотя с Вами я не знаком — дам все же индивидуальный, а в каком-то смысле — и оптимальный, ответ, потому что в тексте Вашего письма есть необходимые для этого сведения.

Вам, возможно, надо избавиться от поверхностного взгляда на происходящее.

В таких Ваших определениях, как «люди хорошие и открытые» и «тепло нас принимали» — вполне могу Вам довериться. Ими и воспользуемся. А еще — и очень точно сформулированным в письме выражением «определённый дискомфорт».

Так в эту группу и напишите — и о своем

дискомфорте и о том, что они хорошие, открытые люди, и что Вы надеетесь, что они правильно Вас поймут и отнесутся к Вам доброжелательно.

Когда Вы объясните им, что Вас совершенно не интересует, причем — абсолютно и тотально, как Вы очень удачно выразились, «русское информационное поле», добавьте, что Вы, естественно, никому не желаете зла, но стараетесь жить полноценной и насыщенной еврейской жизнью.

Это для Вас сейчас — насущная, наиважнейшая задача.

Рекомендую отдельно написать Вашему брату о том, что Вы не прерываете с ним отношения. Но при этом — живете своей жизнью. Что Вы переживаете за него, что Вам тяжело сознавать, что он покинул свой народ.

Однако спорить с ним Вы не хотите, считая, что в этом нет смысла.

Просто он должен помнить о Вашем существовании. И этого — достаточно.

А теперь, так сказать — для Вашего личного пользования.

Никто не может и не должен «стоять на месте». Очень хорошо, что Вы стараетесь придерживаться наших традиций. Но ведь наши традиции — не только, допустим, кашрут или *шаббат*.

Это — огромный, интересный мир, в котором мы — не наблюдатели. Мы — внутри этого мира. Он — фундамент и главный смысл нашей жизни.

Старайтесь регулярно добавлять что-то новое из этого мира — к тому, чего достигли на сегодняшний день. Прежде всего — изучение Торы, хотя бы по 10-15 минут в день (конечно же, по возможности, надо стремиться увеличивать время занятий).

Больше беседуйте с женой на еврейские темы.

И если есть дети — помните, что быть папой еврейских детей, стараться поддерживать в них живой интерес к нашей жизни, к нашей традиции — замечательная и чрезвычайно важная «профессия».

Автор текста Элиягу Эссас

Исторически и по Торе Голаны — Израиль?
Я не о политике. Исторически и по Торе - Голаны это Израиль или нет?

*Барух
Кацрин, Голаны, Израиль*

Перед тем как народ Израиля вступил во владение Землей, обещанной ему Всевышним, два колена народа Израиля из двенадцати (колена Реувена и Гада и часть колена Менаше — примерно половина) обратились к Моше с необычным, казалось бы, предложением — изъявив желание остаться на территориях, расположенных к востоку от реки Иордан.

Территории эти были выбраны ими — не случайно.

Их населяли народы (*моавитяне, амонитяне мидьяне* и их союзники). Чтобы пересечь Иордан и оказаться в *Эрец Исраэль* (на Земле Израиля), еврейскому народу предстояло пройти по землям, принадлежавшим этим народам. Евреи заранее предупредили их, что не имеют к ним никаких претензий — не территориальных, ни каких-либо иных. И просят их об одном — позволить беспрепятственно проследовать через их государства на западный берег реки Иордан. При этом подчеркивалось, что евреи берут на себя обязательства оплатить все связанные с этим расходы и ущербы.

Однако, как только еврейский народ приблизился к тем землям, их хозяева, вместо того чтобы пропустить еврейские отряды туда, куда они шли — фактически напали на них.

Они призвали всемирно известного в каком-то смысле пророка Билама — чтобы он произнес, возможно, даже смертоносные проклятия. А затем два царя, Ог (царь Башана) и Сихон (царь *эмореев*) собрали войска, выступили против евреев и в битве — потерпели сокрушительное поражение.

Поскольку война была тотальной (не на жизнь, а на смерть), их земли стали практически — свободными.

На тех самых землях и захотели остаться названные выше колена народа Израиля. Они дали клятву, что вместе со всем народом Израиля будут участвовать во всех необходимых действиях по овладению Обетованной Землей. И не только участвовать в них, но и — быть в первых рядах еврейского воинства.

Моше поначалу не знал, что им ответить. Но — получил прямое указание Всевышнего, который велел согласиться с предложением Реувена, Гада и Менаше.

С того момента, земли, о которых шла речь в соглашении с этими коленами, вошли в состав Израиля — *Эрец Исраэль*.

Голанские высоты, о которых Вы спрашиваете в своем письме — часть этой территории. Евреи прожили здесь 700 лет. До тех пор, пока их не изгнали оттуда войска Ассирийской империи.

Так что, если говорить, как Вы и просили, «без всякой политики, исторически и по Торе», надо сказать, что Голанские высоты — часть Земли Израиля. В расширение темы — рекомендую прочесть на сайте обзоры недельных глав *Масей* (пятый годовой цикл обсуждения) и *Везот а-браха* (шестой годовой цикл обсуждения).

Автор текста Элиягу Эссас

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

Когда поведение ребенка не нравится нам, родителям, это вполне может означать, что в создавшейся ситуации есть и наша вина. Чтобы объяснить это мамам и папам, известный психотерапевт, консультант по вопросам воспитания рав Яков Саломон приводит здесь «признание» девочки, которая плохо училась — потому что...

Впрочем, будет лучше, если о причинах «плохого поведения» девочки вы узнаете из ее уст...

ЗА СТЕНАМИ ШКОЛЫ

Раввин Яков Саломон

Исповедь ученицы восьмого класса

Скажу по секрету — меня мало волнуют склонения и спряжения, число «пи», Льюис, Кларк или даже царь Давид. Мне все равно, кто победил в войне 1812 года, и почему у Сатурна столько колец. Считаю, что настоящая жизнь — это тюльпаны, радуга, игра в «войну цветов» (соревнования двух команд в различных видах спорта), игра в слова, ночные посиделки у подруг, занятия в хоре, туристические походы и балет. И все это — вне школьных стен.

Откровенно говоря, я никогда не испытывала особой привязанности к школе. Ведь школа — место, напичканное правилами, а поэтому — напоминает тюрьму. Мы обязаны:

- приходить вовремя
- одеваться «по форме»
- аккуратно выполнять домашние задания работу
- заполнять дневник (зачем?)
- не выкрикивать с места
- задавать вопросы (как их задавать, если запрещается «выкрикивать с места»?).

Учителя меня не понимают. И никогда не понимали.

Нельзя сказать, что я не хочу учиться. Мне просто больше нравится танцевать, рисовать, смеяться, загорать, петь, мечтать и молиться... Что в этом плохого?

Директор нашей школы считает, что это «никуда не годится». И мои родители, похоже, с ней полностью согласны. В большинстве случаев, стоит мне вернуться домой, они читают мне лекции. Их темы мне давно известны. И начинаются они так: «Меня сегодня вызывали в школу», «Как ты поступишь в колледж, если не хочешь учиться?», «Ты думаешь, мне или отцу нравится каждый день ходить на работу, но мы делаем это, выполняя свои обязанности» и т.д. и т.п.

И заканчиваются нравоучения всякий раз одинаково — «До тех пор, пока ты не исправишься — никаких ночных посиделок и долгих разговоров по телефону» или «Пока не возьмешься всерьез за учебу — ни о какой новой одежде не будет и речи»...

В начале каждого учебного года во мне теплилась надежда, что ситуация изменится к лучшему. Но ничего такого не происходило. И

вот я уже в восьмом классе, а мои оценки едва-едва дотягивают до «проходных». Мне кажется, я — не тупица. Но разве не странно, что во главу угла постоянно ставится только интеллект. Но разве умение по-настоящему дружить, например, ничего в нашей жизни не стоит?

Разве любить искусство, музыку — плохо? Разве умение наслаждаться закатами — никому не нужное «излишество»? Или, может быть, та пара часов, которые ушли у меня на письмо подруге Саре в Израиль, когда у нее умерла бабушка — пустая трата времени? Или — желание помочь старой женщине донести покупки до дома... Неужели все это не имеет никакого смысла?

Ситуация, в которой я оказалась, меня очень расстраивает. В последнее время я много плачу. Знаю, что четырнадцатилетней девочке не пристало плакать, но ничего с собой поделать не могу.

Пожалуйста, поймите меня правильно. Я знаю, что родители любят меня. Очень любят. Но неделю назад их терпение лопнуло. Я принесла домой результаты теста по литературе, которые они должны были подписать. Я набрала 42 балла (из 100). Если честно, мне еще повезло. Я была в полной растерянности. Откуда мне было догадаться, что Оруэлл хотел сказать своей метафорой? И какое мне дело до этого? И вообще — что такое метафора?..

Можете представить реакцию моих родителей! Сначала вспыхнула мама.

— Мне надоело!.. — кричала она. — Пока твои отметки не улучшатся, ни о чем меня не проси!

А потом она нанесла мне «удар ниже пояса», поставив мне в пример сестер:

— Джуди (старшая сестра) ничуть не способнее тебя, но она никогда не приносила домой плохие оценки. Потому что — трудилась, чтобы выбиться в люди и никого не огорчать. Тебе тоже придется трудиться... Даже Рути (младшая) относится к учебе серьезнее, чем ты...

Папу оценка тоже не обрадовала. Он ударил по листкам с моей контрольной и воскликнул:

— И за это я плачу деньги?!

Я убежала в свою комнату, хлопнула дверь, нацепила наушники и зарылась

головой в подушку. Ситуация казалась мне абсолютно безнадежной.

Прошло несколько дней. Я сидела на уроке иврита. Наверное, витала в облаках или рисовала, в общем — занималась чем-то, что не имело отношения к уроку. И вдруг услышала нечто такое, что меня просто шокировало. Миссис Дэвидсон рассказывала о царе Шломо (Соломон), говорила, что он был самым умным человеком в истории, и процитировала одно из его наиболее известных высказываний. Речь в нем шла о том, что в воспитании детей надо учитывать их способности и привычки. Я навострила уши. Значит, у каждого ребенка своя манера учиться? Да это же именно то, о чем я твержу столько лет подряд!

Когда урок закончился, я догнала миссис Дэвидсон в коридоре. Мне трудно было заговорить с ней — я еще никогда не общалась с учителями один на один. Но миссис Дэвидсон — «классная». И я решила спросить у нее, правильно ли я поняла слова царя Шломо. Она подтвердила — «именно так». Но на этом дело не кончилось. Миссис Дэвидсон поинтересовалась, почему я придаю такое значение этим словам. Я была благодарна ей за это. Ведь она спешила на следующий урок, но, тем не менее, проявила готовность уделить мне несколько минут.

И тогда я поделилась с ней своим горем, сказала, что никто меня не понимает. Я объясняла, что против школы ничего не имею. Просто воспринимаю все, возможно, не так, как другие дети. Произошло удивительное. Она не закричала на меня, не отчитала, не высказала ни одного возражения.

— Я знаю, Рахель, — произнесла миссис Дэвидсон, когда я, наконец, замолчала, — что на свете нет ничего хуже, чем чувствовать себя одинокой и непонятой.

Я подняла голову и заглянула в ее ласковые глаза и вдруг заревела в три ручья. Учительница обняла меня и не отпустила, пока я не успокоилась. Мимо нас прошла, наверное, вся школа. Но я ни на кого не обращала внимания. Наверное, я должна была бы испытывать стыд, однако стыда я не ощущала. Все мои обиды, страхи и разочарования наконец-то нашли выход — прямо там, в школьном коридоре.

Потом мы с миссис Дэвидсон беседовали еще не раз. Она рассказала мне, что в

школьные годы была такой же, как я. Школа, в которой она училась, старалась «держать марку», им нужны были «лучшие» ученики. И, если кто-то оказывался ниже «эталона»... Сами понимаете, что с ним случалось. Не знаю, придумала она все это специально для меня или говорила правду. Если честно, мне это было неважно. Так или иначе, миссис Дэвидсон помогла мне почувствовать себя нормальным человеком. И еще она сказала мне, что, по ее мнению, я — умная девочка. Не могу передать, какие чувства я испытала при этом.

Но самое главное — она поговорила с моими родителями. При всей их любви ко мне они просто не знали, как до меня достучаться. Хотелось бы сказать, что миссис Дэвидсон, как по волшебству, изменила наши отношения. Но нет, этого не произошло. Время от времени я и после всего этого ловила на их лицах выражение недовольства. Однако мама и папа старались в общении со мной использовать новые методы. Вместо нотаций, они говорили: «Давай попытаемся исправить это вместе» или «Давай подумаем, как это можно преодолеть». И мне стало лучше.

Кроме того, они стали чаще хвалить меня — даже в присутствии Джуди и Рути. Скорее всего, мама и папа прислушались к советам миссис Дэвидсон. Но какое это имеет значение? Их похвалы были столь убедительными, что я безоговорочно им верила.

Я никогда не спрашивала об этом миссис Дэвидсон, но думаю, что она поговорила обо мне и кое с кем из моих учителей. А, может быть, учителя обсудили мою ситуацию на собрании. Так или иначе, положение вещей в некотором роде изменилось. Учителя перестали придирается ко мне и заострять внимание на мелочах.

Если я забывала выполнить часть домашней работы или законспектировать главу из учебника, они не делали из этого слишком много шума. Мне понадобилось некоторое время для того, чтобы понять, что задания, которые мне давали в школе, не были столь сложными, как у многих других девочек. Мне всегда казалось, что оценки меня не слишком волнуют. Однако, когда я начала набирать 80 баллов, а то и больше, у меня как будто бы выросли крылья. Мои родители были вне себя от радости — впервые за долгое время они все чаще одаривали меня улыбками.

Я по-прежнему люблю каникулы. Но теперь меня уже не страшит мысль, что скоро вновь придется возвращаться в школу. Я, как и раньше, считаю, что не знать, что такое равнобедренный треугольник — не самое страшное в жизни. Но, вместе с тем, понимаю, что мы, дети, в основном не представляем себе, что именно пригодится нам в будущем. И в заключение скажу, что вовсе необязательно, чтобы школа нравилась всем детям. Но если ученик не будет чувствовать себя в ней одиноким и непонятым, он будет нормально учиться.

Мне предстоит провести в нашей школе еще четыре года. И, может быть, за хорошее поведение меня будут время от времени отпускать на свободу...

Материал сайта международной еврейской религиозной организации Эш а-Тора

aish.com

Перевод с английского

Раввин Яаков Соломон,

Преподаватель в Эш а-Тора

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Мы уже задавались вопросом, какая рыба самая полезная. Лосось, как выяснилось — в числе тех, что достойны оказаться на нашей тарелке в «рыбный день» больше других. И дело не только в очень уж высоком содержании омега-3, о чём известно всем и за что лосося обычно хвалят больше всего.

Об этом преимуществе мы, правда, всё равно не можем не рассказать подробнее, но добавим, что помимо этих ненасыщенных жирных кислот, в рыбах из семейства лососевых содержится немало других веществ, не менее ценных, но почему-то оставленных без внимания. Спешим исправить ситуацию и объясняем, в чем польза лосося.

Он — источник протеина

Хотя лосось считается жирной рыбой и славится содержанием полезных жирных кислот, нельзя упускать из виду, что это ещё и белковый продукт. В 100 граммах лосося — 20 граммов протеина, причём такого, который усваивается легко и почти полностью, на 95%. Мясной белок такой же усвояемостью похвастаться не может; к тому же переваривается он гораздо дольше, чем рыбный, у которого на этот процесс уходит самое большее — 2 часа. Самым активным и спортивным взять бы это на заметку — лосось позволит им быстро получать белок, «обработка» которого не будет для организма дополнительной нагрузкой.

Он улучшает работу мозга

В маленькой 100-граммовой порции приготовленного лосося — не менее 2 граммов омега-3, что составляет, между прочим, больше половины дневной нормы употребления этого вещества. Учитывая, что у многих людей питание не настолько сбалансировано, чтобы эту норму соблюдать, лосось — настоящая находка.

Чтобы понять, насколько важны для организма полиненасыщенные жирные кислоты, к которым омега-3 как раз и относится, сменим тему и поговорим про наш мозг, а точнее — о том, из чего он состоит. Нелегко себе представить, но 60% этого органа — жир, из которого большая часть — те самые полиненасыщенные жирные кислоты.

Отсюда становится ясно, почему для здоровья мозга важно получать их с пищей. Несколько лет назад группа учёных во главе с новозеландским профессором из Университета Мэссей установила, что регулярное появление в рационе продуктов с омега-3, таких как лосось, на целых 15% увеличивает скорость работы памяти. И это хороший повод задуматься, достаточно ли вы едите лосося!

Он поддерживает здоровье сердца и сосудов

За это в составе лосося отвечают тоже расхваленные нами (и не только) омега-3. Сердечно-сосудистой системе они идут на пользу в первую очередь потому, что снижают уровень холестерина в крови, в отличие от многих видов мяса, которые, напротив, его повышают. А так как он виновник образования бляшек, которые могут закупорить сосуды и тем самым несут опасность для жизни, лосося можно и нужно есть в качестве профилактики атеросклероза.

Другие проблемы с сердцем и сосудами — например аритмия и гипертония — тоже с большой долей вероятности отступят. Но только

в том случае, если взять за правило готовить себе богатую омега-3 рыбу хотя бы два, а лучше три раза в неделю.

Он заменяет антидепрессанты

Конечно, не полностью и не во всех случаях, но действует всё же похожим образом. Как выяснили исследователи из Университета штата Огайо, блюдами с лососем заедать стресс лучше всего — если ваш организм будет регулярно получать хотя бы по 2 грамма омега-3, вы станете гораздо менее беспокойными (на целых 20%, утверждают учёные) и более устойчивыми ко внешним раздражителям.

Что касается настоящей депрессии, то и с ней жирные кислоты, входящие в состав лосося, неплохо справляются. Крупное норвежское исследование, в котором поучаствовали 22 тысячи человек, показало, что симптомы депрессии на 30% реже проявляются у тех, кто часто ест продукты, содержащие омега-3.

Выяснилось также, что поступление этого вещества в организм значительно поднимает настроение — так что даже тем, кто ни с депрессией, ни с серьёзными стрессами, как правило, не сталкивается, лосось тоже может услужить.

Он богат витаминами

Может показаться, что в этой рыбе из полезного только омега-3 и содержится, но это, спешим вас обрадовать, не так. В лососе также много витаминов, начиная с В3, В6 и В12 (последнего, к слову, в 100 граммах лосося — более 200% от дневной нормы) и заканчивая дефицитным витамином D, который недополучают около миллиарда жителей нашей планеты.

Вообще-то он синтезируется в организме под действием солнечного света, но даже при этом многие испытывают его нехватку, восполнять которую можно и нужно, добавляя в свой рацион продукты с витамином D.

Он нужен для хорошего иммунитета, качественного сна, крепких костей и мышц. Чтобы всё это у вас было, готовьте лосося почаще, помня о том, что он один из лучших пищевых источников витамина D. К слову, рекордное содержание витамина В12 в порции лосося тоже пойдёт вам на пользу: он поддерживает здоровье сердца и сосудов, а также защищает от неврологических расстройств.

Он даёт организму антиоксидантную защиту

Как и другие морепродукты, лосось — отличный источник селена, который сам по себе к антиоксидантам не относится, но участвует в синтезе одного из них, отвечающего за защиту клеточных оболочек от свободных радикалов.

Таким образом, 80% от дневной нормы селена, которые нам способен дать небольшой кусок лосося, приготовленный на обед или ужин, будут вкладом в усиление защитных функций организма и повышение иммунитета.

Кстати, только этим значение селена в лососе для нашего здоровья не ограничивается. Он также способен снижать риск воспаления суставов и противостоять раку, замедляя и даже предотвращая рост злокачественных новообразований.

Он сохраняет здоровье глаз

Лосось должен чаще появляться в ваших блюдах и в том случае, если вы особенно заботитесь о своём зрении и здоровье своих глаз. Омега-3 в составе этой рыбы снижает риск развития возрастных заболеваний, затрагивающих глаза, причём в исследованиях речь идёт о его уменьшении на целых 60%.

Эти жирные кислоты также помогают в борьбе с синдромом сухого глаза. В то же время на пользу глазам идет астаксантин — это такой антиоксидант, который в лососе тоже есть, и которому под силу обеспечить нашему органу зрения должную защиту.

Мы не верим, что все эти причины не убедили вас почаще есть лососевых.

Елена Демидова

Одесса, Украина

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Две основные идеи переплетены и неоднократно повторяются в главе Экев: годы странствий нашего народа по пустыне, с упоминанием моментов, где мы ослушались Творца и крик Небес, в котором призыв о сохранении связей между Всевышним, нашим народом, выполнением заповедей и землёй Израиля.

Всем известно, что миссия нашего народа во все времена — исправление ошибки первого человека, исправление и духовное возвышение мира, путём соблюдения Торы и её заповедей.

И находясь на горе Синай, и получая Тору, наш народ знал об этом.

Но как же тогда после такого подъёма и объединения, как между собой, так и с Творцом, в момент получения Торы, приходит спуск, падение, отдаление от Творца при поклонении золотому тельцу?

Здесь как будто-бы была заложена амплитуда духовного роста и духовного падения нашего народа.

Но это также и амплитуда нашей работы.

Где бы еврейский народ не находился духовно, какие бы подъёмы или спуски не переживал, он ни на минуту не должен забывать о своем предназначении: посредством реализации Торы, улучшать наш мир, а соответственно, улучшать стояние на Небе.

И хоть мы полностью зависим от Творца, и от того света, который Он спускает в наш мир, но и свет наших дел меняет духовную картину мира.

Итак, подъём у нас или спуск, мы должны что-то делать.

Ведь в духовном невозможно находиться на одном месте. Или ты продвигаешься вперёд или падаешь вниз.

Сорок лет наш народ ходил по пустыне.

В эти сорок лет проявились разные качества нашего народа.

Это можно сравнить с тем, как в утробе матери ребёнок учит (принимает) Тору, в это время формируются в нем как органы его тела, так и корневые качества характера, которые будут сопровождать ребёнка всю его жизнь.

Сорок лет в пустыне — это подготовка к настоящей работе.

И всё, что происходило с народом, любое поведение или реакция на происходящее — это корневые нормы поведения, которые будут раскрываться так или иначе в земле Израиля, без этого не может быть.

Но над всем этим, всегда должна быть связь с Творцом, и работа, которую Он заповедовал нам.

Всевышний в этой главе ещё раз показал нам, что никогда не оставит свой народ и всегда будет ждать от него реализации своего предназначения в мире.

Сорок лет в пустыне, Всевышний спускал ман для нашего народа. Пищу, которая полностью усваивалась человеческими органами и питала душу светом Творца.

Наверное, ман — был больше духовной пищей.

Каждый, кто его ел, ощущал вкус, в зависимости от своего духовного уровня, в зависимости от той духовной работы, которую он проделывал.

Это значит, что ман содержал в себе всю духовность, которую может принять еврейский народ.

И в зависимости от возможности принять её, в зависимости от духовных качеств человека, для каждого ман раскрывался своим особенным светом.

На примере мана, Творец показал всем последующим поколениям, что любая пища, которая дает нам жизненные силы – от Творца и наполнена Его светом.

И как подтверждение этому фраза: не одним лишь хлебом жив человек, но всем, что исходит из уст Создателя жив человек.

Наши уста даны нам для поддержания связи с миром, для молитвы Создателю.

Так и Небесные уста связывают Создателя и наш мир, спускают в наш мир Его свет, который содержится везде и во всём.

И в хлебе, и в любой пище, нам предназначенной.

То есть то, что питает наше тело (хлеб), имея духовную составляющую, питает и нашу душу.

Это значит, что свет Творца приходит к нам не только через нашу душу, но и через тот хлеб, ту пищу которую мы едим.

А это значит, что пища, которую мы получаем, дается нам ради высоких целей, ведь в ней частичка света Творца.

А Он ждёт от нас правильных действий. Не случайно, после еды с хлебом, принято произнести благословение Создателю за съеденную трапезу и это заповедь Торы. Благословения, которые мы говорим после любой другой еды - установлены мудрецами.

Ведь благодаря и прославляя, мы раскрываем и усиливаем тот Свет и ту духовность, которая заложена в съеденном.

Счастливого пути!

Юдит Аккерман

Петах Тиква

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ОТ САРОЧКИ

Замечательный летний рецепт, который пригодится всем, планирующим семейные и дружеские посиделки на природе или на террасе — лосось на гриле!

Ингредиенты

1 лосось весом 1,5–2 кг

2 ч. л. лимонной приправы для рыбы

Соль

сок 1/2 лимона

200 гр зеленой фасоли (стручков)

Для масла с травами:

(использование масляных розочек сделает рецепт молочным)

чеснок – 1 зубчик

сок 1/2 лимона

2 ст. л. оливкового масла

180 гр несоленого сливочного масла

кинза

Приготовление

Рыбу вымыть, очистить, удалить голову, хвост и плавники (из них можно будет сварить бульон). Разрезать на порционные куски толщиной 2,5 см.

На противень, выстеленный пергаментом, выложить лососевые стейки, смазать их 1 ст. л. оливкового масла и присыпать лимонной приправой для рыбы.

Оставить мариноваться на 10 минут.

Замороженную фасоль сбрызнуть оставшимся оливковым маслом и обжарить на гриле, 7–9 мин. Переложить на тарелку и накрыть фольгой.

Обжарить каждый кусок лосося до готовности, в течение 4–5 мин. с каждой стороны. Переложить на тарелку и накрыть фольгой.

Приготовить масло: Лимон вымыть, разрезать пополам, из половинки отжать сок. Зелень вымыть, порубить.

Чеснок очистить, измельчить.

К размягченному сливочному маслу добавить лимонный сок, чеснок, зелень, соль, перец.

Тщательно перемешать до образования однородной массы.

Переложить в кондитерский мешок и слегка охладить, 5–7 мин.

Из кондитерского мешка отсадить «розочки» из масла, поставить в холодильник на 15 мин.

Из оставшейся половинки лимона отжать сок на теплую фасоль.

Украсить рыбу «розочками» из масла и подавать с фасолью.

Приятного аппетита!

Сарра Манн

Люксембург

Рецепт взят с сайта beerotwomen.ru

ЗАКОНЫ ЛАШОН А-РА

О прошлом и настоящем

Запрещено задевать честь человека, рассказывая другим о его неприличном поведении в *прошлом* (а также о поведении его родителей или предков), особенно если в настоящее время он ведет себя достойно.

Даже если с тех пор прошло совсем немного времени!

Также запрещено рассказывать о недавних оплошностях, допущенных человеком.

Не рассказывай о прошлом человека, который раскаялся, - чтобы не опозорить его

Запрещено сообщать информацию о прошлых ошибках человека или его семьи, даже если у нас нет намерения унижить его и даже если мы уверены, что в результате нашего рассказа тот, кому мы все это рассказываем, не станет плохо о нем думать.

Запрет обусловлен тем, что обычно люди смущаются, когда в их присутствии кто-либо вспоминает об их ошибках.

Следовательно, если информация получит распространение, мы можем причинить человеку сильные страдания.

Господин Нудельман уже дедушка, он давно приехал в Израиль из России и здесь стал соблюдать заповеди.

Понятно, что в юности он не соблюдал заповеди и не учил Тору, но никто об этом не знает.

Если Эзра расскажет Ицхаку-Лейбу, что господин Нудельман происходит из нерелигиозной семьи, Эзра будет виновен в произнесении *лашон-ара*, так как это может сильно смутить Нудельмана и его родню.

Поэтому информация запрещена для распространения.

Лейб Каханэ
Ашдод, Израиль

АНАЛИЗ НОВОСТЕЙ

Крошки от каравая...



(20.08-19) Поздним вечером 18 августа премьер-министр Израиля Биньямин Нетаниягу с официальным визитом прибыл в Украину.

В канцелярии премьера отмечают, что это первый приезд нынешнего главы израильского кабинета в Украину за последние 20 лет.

Программа визита, который завершился сегодня утром, крайне насыщена. В 10.30 утра состоялась встреча с украинским президентом Владимиром Зеленским в Мариинском дворце, затем — церемония подписания украинско-израильских документов, после чего, в ходе совместной пресс-конференции В. Зеленский и Б. Нетаниягу рассказали о достижении ряда межгосударственных соглашений.

Днем 19 августа в Национальном историко-мемориальном заповеднике Бабий Яр президент Украины и премьер-министр Израиля приняли участие в траурных мероприятиях, посвященных памяти жертв Холокоста.

Во время визита Нетаниягу была затронута также тема признания Израилем Голодомора 30-х годов прошлого века — актом геноцида украинского народа.

В ходе визита Нетаниягу было объявлено о запланированном ответном визите президента Украины Зеленского в Израиль.

Глава израильского правительства объявил, что В. Зеленский может посетить Иерусалим “уже в ближайшие недели”.

Комментарий: Темы, которые обсуждались в ходе встреч Нетаниягу и членов израильской правительственной делегации с украинскими лидерами, могут составить весьма длинный список. Как всегда, значительное место в этом списке занимают вопросы экономического сотрудничества, включая достигнутое сторонами важнейшее соглашение о свободной торговле, которое в дальнейшем планируется расширить не только на товары, но и на услуги.

Кроме того, глава израильского правительства отметил, что украинский лидер в беседе с ним пообещал ратифицировать соглашение о выплате пенсий, которое было подписано в 2008 году и до сих пор находилось в “подвешенном” состоянии бюрократических согласований.

Как всегда, в ходе подобных визитов, серьезно обсуждаются политические, а также — военные аспекты сотрудничества (подробности этих обсуждений, как понятно, не становятся достоянием гласности).

Учитывая, мягко говоря, непростые российско-украинские отношения, серьезное укрепление связей с Украиной — достаточно серьезный шаг Израиля, призванный обозначить решимость Иерусалима отстаивать свои региональные интересы в “молчаливом” споре с Россией, с применением всех дипломатических рычагов.

Однако все это осталось практически за пределами пристального внимания израильских СМИ к данному визиту.

На чем же было сосредоточено это исключительное внимание?

На двух важнейших событиях. На крошках от символизирующего гостеприимство каравая, врученного высоким израильским гостям после их прибытия в аэропорт Борисполь (!!!), которые выпали из рук супруги премьера Сары Нетаниягу. И — на загадочном “инциденте на борту самолета израильской авиакомпании “Эль-Аль” во время полета”, когда супруга премьера якобы выразила недовольство поведением командира экипажа.

Если бы удивительная внимательность израильских СМИ к мелким деталям визита израильского премьера имела место впервые и сопровождалась подробной информацией о главном СОДЕРЖАНИИ визита и достигнутых в Киеве соглашениях — к “крошечным” событиям, столь подробно описанным в израильских СМИ, можно было бы проявить некое доверие. Учитывая при этом, что визиты, в том числе, и официальные, совершают живые люди, способные уставать, ошибаться и т.д.

Однако многолетний опыт подсказывает, что нынешний визит главы правительства Израиля — не стал исключением с точки зрения отношения к нему израильской прессы. Это отношение, по-прежнему, характеризуется НУЛЕВЫМ интересом к реальным дипломатическим, экономическим и политическим итогам визита, к достигнутым Нетаниягу договоренностям, к открывающимся в результате этих договоренностей перспективам для Израиля (к этому отнесем и установление позитивной атмосферы в отношениях израильского лидера с руководителями других стран).

Более того — откровенно враждебным восприятием любой информации, свидетельствующей об успешной внешнеполитической деятельности лидера нашей страны (!).

Так было, например, в ходе исторического визита Нетаниягу в страны Латинской Америки в 2017 году (см. на сайте материал [“Незамеченный исторический визит”](#) — 11.09.17). Так было в ходе практически всех предыдущих государственных визитов Нетаниягу в другие страны.

Вот и в Украине не имеющий значения эпизод, “подтвержденный” странным видео, на котором даже неспециалисту заметны “швы” тенденциозного видеомонтажа, стал поводом для критики — сначала со стороны оппозиционных нынешнему украинскому президенту местных деятелей, а затем — для израильских СМИ, заявляющих о “втопанной в грязь чести Украины” и “кошунственном отношении к святыне- хлебу”.

Израильские СМИ при этом нисколько не урезонило сообщение официальных лиц Украины о том, что данный инцидент высосан из пальца, и не имеет никакого влияния на украино-израильские отношения и успешные итоги визита Нетаниягу. “Вся эта история была неверно интерпретирована, — заявили, в частности, представители канцелярии президента Зеленского.

— Она не стоит такого внимания прессы...”.

Однако в израильских СМИ, несмотря ни на что — продолжили остервенело “защищать честь Украины”.

Точно такое же “внимание” проявили в СМИ Израиля и к официальному разъяснению о втором “инциденте”, все участники которого разъяснили, что речь идет о “недоразумении, не стоящем внимания и исчерпанном в течение нескольких минут”.

Перспективы: Именно эти обстоятельства заставили

Нетаниягу с горькой иронией отметить, что его “поистине исторический визит в Украину — вряд ли получил бы столь широкое освещение в СМИ, если бы не “инцидент с хлебом-солью”.

Все разговоры о неуважении к Украине — полный вздор. Сара прибыла в Киев, одетая в желтое и голубое, национальные украинские цвета — именно для того, чтобы продемонстрировать свое уважение к этой стране...

Если вы хотите знать о сути визита, могу рассказать вам, что мы с украинцами заключили соглашение о свободной торговле, достигли договоренности об открытии представительства Украины в Иерусалиме и решили немало важных проблем...”.

Нетаниягу также подчеркнул, что шум вокруг “инцидента с хлебом-солью” живо напомнил ему о недавнем визите премьер-министра Японии в Израиль, в ходе которого “в израильских СМИ не рассказывали, как этот визит способствовал росту японских инвестиций в нашу экономику, или о подписанных соглашениях. Все говорили лишь о поданном гостю десерте в форме ботинка”.

— Что ж, теперь понятно, что надо делать, чтобы завоевать внимание прессы, — иронизирует израильский премьер. — Принцип ясен, будем и впредь так поступать.

В горькой шутке Нетаниягу есть изрядная доля правды. В отличие от визита, скажем, в Латинскую Америку, поездка в Украину все же удостоилась внимания израильских СМИ. А то, что за “крошками” они традиционно не увидели огромный “каравай”, это уже — другой во-прос. прочем, в наше время, когда интернет предоставляет неограниченные возможности получения

дополнительной информации на любую тему, в том числе, и на ту, освещение

которой израильские СМИ хотели бы искусственно ограничить мелкими сомнительными “детальками” — каждый, кому интересно, может узнать все, о чем умалчивают так называемые аналитики и комментаторы. И — сделать соответствующие выводы...

Другие аналитические статьи

Вы можете найти по ссылке:

<http://evrey.com/sitep/analysis/index.php>

Предлагаем Вашему вниманию проект «Хелек» основанный на аналитических обзорах сайта every.com

<http://bit.ly/projecthelek>

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Дорогие читатели!
Мы поговорим об исключительной честности наших мудрецов, честности, которую завещали нам родители, бабушки и дедушки.

Деньги сирот

Кому доверяют деньги сироток,

Кому их можно доверить?!!

Тому, чья честность тверда без срока,

Тому, кому точно можно верить.

Таким был Аба, отец Шмуэля-

Известного мудреца .

Хранить ему поручили деньги ,

Ведь доверяли ему до конца.

Но вот умер Аба вмиг,

А сын не знает , где же тайник...

Время пришло - подросли сиротки,

Деньги пора отдавать...

Бедный Шмуэль опечален, испуган,

Где ж ему деньги взять?!!

Весь дом перекинул вверх дном .

Денег нет...

Стали коситься люди:

-Видимо денег пропал и след,

Что ж это дальше будет?!!

-Видно сын не в отца удался,

На сиротские деньги живёт...

Стал молиться Шмуэль несчастный:

-Где же? Где деньги сирот?!!

И отец явился во сне:

-Ты на мельницу, сын, иди!

Поищи в жерновах кошельки,

Не один, целых три найди...

-Верхний с нижним себе возьми,

То наследство твое, Шмуэль,

В середине- сирот кошелек,

Сохранилось ли все, проверь.

-Думал так я: пусть верхний найдут,

Даже пусть украдут его,

А размокнет нижний - так что ж,

Пропадет- проживешь без него...

-Лишь бы детские деньги спаслись,

Что доверили люди мне!

Понял Шмуэль всю честность отца,

Вот , пример и тебе ,и мне!!!

Пересказала из Вавилонского Талмуда

Цюпа Гензель

Кфар Эльдад

ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат Шаббат

Лист №99

На нашем листе, в продолжение листа предыдущего (см. на сайте заключительную часть обзора [листа 98](#)), Талмуд продолжает восстанавливать некоторые подробности устройства *Мишкана* (разборный, переносной Храм в пустыне).

И сообщает, в частности, о том, что у переносного Храма было сверху три покрытия — одно над другим. Нижнее (внутреннее) — сотканное из шерстяных, голубых и красных нитей и льна. По середине — слой из козьих шкур, украшенных плетением из козьей шерсти. Причем, плетение это имело сложный, затейливый узор.

Талмуд подчеркивает, что изготовление этого второго покрытия требовало от женщины особого искусства. И мы узнаем, что узорчатое плетение делалось еще на живых козах, заранее отделенных для этой цели. Когда козам делали *шехиту* (о значении термина — см. [Введение](#) к трактату *Хуллин*), и свежесвали тушу, шкура была уже почти готова к тому, чтобы сделать из нее «среднее» покрытие *Мишкана*.

Третье, верхнее, покрытие делалось из шкур других животных.

Когда Храм разбирался на отдельные, удобные для транспортировки детали, около него, как уже говорилось, ставились специальные тележки (см. на сайте обзор [листа 98](#)). На нашем листе Талмуд уточняет, что длина каждой тележки была 5 локтей, ширина платформы для груза — 2,5 локтя, а расстояние между «рядами» равнялось длине тележки (5 локтей).

Учителя подчеркивают, что вся площадь, которую занимали тележки, стоящие у *Мишкана*, включая пространство под ними, считалась «общественным владением» (о видах владений — см. на сайте обзор [листа 6](#)). И сообщают, что ширина этого общественного владения — 15 локтей.

Откуда же берется эта цифра? По нашим подсчетам ширина такого общественного владения будет равна 10-локтям.

При исчислении ширины площади, которую занимали тележки, учитываются их боковины (они тоже имели определенную толщину) и выступы осей для колес с обеих сторон (колеса располагались не под тележкой, а по бокам, как бы выдвигаясь за боковины тележек). В общей сложности по ширине каждая тележка занимала 5 локтей. Вот и получается — 15 локтей.

Ширина этого общественного владения не 15, а — 16 локтей, — уточняет Талмуд.

Откуда берется это расхождение в размерах? Дело в том, — объясняет Талмуд, — что доски укладывались на тележки поперек. Во время движения, чтобы уменьшить вероятность их падения, между тележками оставляли пространство не в 5, но — в 6 локтей (то есть ширину данного общественного владения увеличивали на один локоть).

Далее Талмуд приводит новую Мишну, в которой говорится:

На человека возлагается ответственность, если он в *шаббат* берет грунт из ямы или горки, а также — насыпает грунт в яму или на горку, высотой (глубиной) в 10 ладоней и шириной — в 4 ладони.

Если (яма или горка) — **меньше указанного размера** (человек, который берет в субботу грунт из этой ямы или горки) **от ответственности освобождается**... Талмуд вносит существенное уточнение: если вокруг ямы, из которой берут грунт, есть насыпь, исчисляя дозволенные параметры, высоту насыпи следует приплюсовать к глубине этой ямы.

Здесь, как видим, мера ответственности определяется в зависимости от того, к какому виду владений принадлежит яма или горка (о видах владений — см. на сайте обзор [листа 6](#)).

Талмуд моделирует иную ситуацию.

Допустим, некто в *шаббат* забросил объект из общественного владения (*решут а-рабим*) **на вершину столба**, ширина которого — 4 ладони, а высота — 10 ладоней. Спрашивается, заслуживает ли он за это наказание?

Столб, высота которого не превышает 10-ти ладоней, считается частным владением (*решут а-яхид*), — отвечают Учителя. — И получается как будто бы, что человек за это действие несет ответственность, ибо своим броском он переместил объект из *решут а-рабим* в *решут а-яхид*.

Однако на практике выходит, что объект, прежде чем «приземлиться» на вершине столба, оказывается в пространстве над ним, то есть — попадает в *птур* (см. [там же](#)). И мы знаем, что перемещение предмета в субботу из общественного владения в *птур* не запрещается.

Общая схема развития событий такова: человек в *шаббат* из *решут а-рабим* бросает объект, который попадает в *птур*, а затем «приземляется в частном владении». На обсуждение выдвигается вопрос: освобождается ли инициатор этого действия от ответственности?

Если руководствоваться указаниями приведенной здесь Мишны (см. выше), такой человек — наказывается (ибо перенес объект из общественного владения — в частное). С другой стороны, невозможно насыпать на горку дополнительный грунт, не подняв его на дополнительную высоту. Тогда мы имеем дело с владением категории *птур*, и этот факт освобождает человека от ответственности. Как же все это понимать.

Мишна имеет в виду случаи, — разъясняет Талмуд, — когда на вершине горки есть углубление, и в это углубление некто в субботу кладет какой-либо мелкий объект, к примеру, иголку — так, что высота горки не увеличивается.

Талмуд моделирует новую ситуацию.

Положим, владение категории *кармелит* (см. на сайте обзор [листа 6](#)) окружено стеной, высота которой — 10 ладоней, а толщина — меньше 4-х ладоней. Эта стена, как мы понимаем, превращает *кармелит* в *решут а-яхид* (частное владение).

Теперь представим, что некто в субботу бросил объект снаружи, из *решут а-рабим* (общественного владения), и этот объект «приземлился» прямо на стену. Спрашивается: несет ли этот человек ответственность за свой поступок?

Если считать стену частным владением, этому человеку, безусловно, полагается наказание. Ведь он переместил предмет из *решут а-рабим* в *решут а-яхид*. То есть осуществил *мелаху* (основной вид работ, запрещенных в субботу — см. [Введение](#) в трактат *Шаббат*) под названием *ха-моци миршут лиршут* (см. на сайте обзор [листа 73](#)).

Если же считать стену *птуром* (ведь ее толщина менее 4-х ладоней — см. на обзор [листа 6](#)), то человек, осуществивший в *шаббат* данное действие, от ответственности освобождается.

Нет, этот человек несет за свой поступок ответственность, — заключает, проанализировав ситуацию *Ула* (великий Учитель Талмуда; *Эрец Исраэль*, 3-й век). — Если стена способна превратить *кармелит* в частное владение, то сама она тем более становится **частным владением**...

Автор текста Барух Шнайдер