



לוביטע דעלדען דאס גוט

ОНЛАЙН ОБЩИНА «ХАФЕЦ ХАИМ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА ШАББАТНИМ СТОЛОМ.
ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ САЙТА WWW.EVREY.COM

ПОСВЯЩАЕТСЯ ВОЗВЫШЕНИЮ ДУШИ
СОФЬИ БАТ ЕКАТЕРИНЫ

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ВАЙЕЦЕ»

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 «Вайеце» — 3*
- Вопросы раввину — 7*
- Культура. Личность. Этика — 10*
- Здоровый Образ Жизни — 12*
- Женская рубрика — 12*
- Законы Лашон а-Ра — 15*
- Анализ Новостей — 15*
- Детская страничка — 27*
- Лист Талмуда — 19*

*Ответственные за проект:
Элиэзер Фрейдкин, Давид Эльман*

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

*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...

Мы узнаем из нашей недельной главы о том, как праотец Яаков, по поручению своих родителей, приходит в дом Лавана с целью найти себе подходящую невесту.

Яаков приходит в дом к Лавану, к человеку, который только и ждѐ, как бы уничтожить его духовно, абсолютно без какого-либо имущества. Да и его родители, Ицхак и Ривка, прекрасно знали, что Яакову будет очень тяжело с Лаваном.

Яаков прежде, чем прийти к Лавану, отправляется на гору Мория, чтобы помолиться Всевышнему.

И вот, мы читаем: «И снилось ему: и вот лестница поставлена на землю, а вершина ее достигает небес; и вот ангелы Б-жьи восходят и нисходят по ней. И вот Господь стоит над ним, и сказал Он: Я Господь, Б-г Авраама, отца твоего, и Б-г Ицхака! Землю, на которой ты лежишь, тебе дам ее и твоему потомству. И будет потомство твое как прах земной, и распространишься ты на запад и на восток, на север и на юг, и благословляться будут тобою все семейства земли, и потомством твоим. И вот Я с тобой, и хранить тебя буду везде, куда бы ты ни пошел, и возвращу Я тебя на эту землю; ибо Я не оставлю тебя, пока не содею того, что Я говорил о тебе...»

Выстоять в логове Лавана можно было только с помощью Всевышнего. Для нас это тоже огромный урок: всю историю нас пытаются физически и духовно уничтожить, то нападая, то заманивая пряником в чужие религии, идеологии, идеи, и мы видим, что от таких духовных атак погибает очень много евреев.

Сегодня огромное количество евреев погружены в придуманные религии, под маской якобы "иудаизма": реформизм, консерватизм, прогрессивный иудаизм....

Подобную практику вел Лаван, только ещё в сотни раз сильнее. И именно в этом логове наш праотец Яаков вычленяет правильные корни, получает жен -Рахель, Лею, Билгу и Зильпу, от которых произрастает весь наш народ, и потом, тяжело работая, зарабатывает 600 тысяч голов рогатого скота, которые являются прототипами душ еврейского народа.

И все это именно в месте, где Яакова постоянно духовно атаквали, ставя под сомнение его убеждения, но наш праотец выстоял и вышел с огромным богатством. Это для нас урок: всегда, когда нас пытаются обхитрить, купить, обмануть, подловить нужно знать, как отвечать, чтобы не пасть жертвой демагогов и людей, желающих нас уничтожить...

Элиэзер Фрейдкин

Кфар Эльдад

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ВАЙЕЦЕ»

ГЛАВА «Вайеце»

Место в Торе: Книга *Берешит*, гл. 28, ст. 10 — гл. 32, ст. 3.

Почему она так называется?

Первая фраза главы сообщает: «И вышел Яков из Беэр Шевы, и пошел в Харан...».

И вышел на иврите — *вайеце*.

Наша недельная глава начинается с такой фразы: «И вышел Яков из Беэр Шевы, и пошел в Харан» (*Берешит*, гл. 28, ст. 10).

Уход праведника (на иврите — *цадик*) из какого-то места, — писал, комментируя ее, Раши (раби Шломо бен Ицхак — величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век), — оставляет это место «пустым». Пока *цадик* живет в определенном населенном пункте, он приносит ему известность, славу и величие. Но как только он уходит оттуда, вся слава, величие — все, что он принес с собой, удаляется вместе с ним.

О том же написано и в *Мегилат Рут*. Речь в этой книге Танаха идет об уходе Наоми и Рут, как сказано: «И вышла она (Наоми) из того места, где жила, и с нею обе невестки ее» (*Мегилат Рут*, гл. 1, ст. 7).

Раши привел этот пример из *Мегилат Рут*, чтобы разъяснить, как уход «славы и величия» проявляется в материальном мире. Ибо Рут в Талмуде (трактат *Бава Кама*, лист 38) посвящен отрывок, проливающий свет на эту концепцию. Здесь, в частности, рассказывается такая история.

У рава Шмуэля бар Иегуды умерла дочь. Собравшись нанести визит раву Шмуэлю, Учителя попросили приехавшего к ним в Вавилон из *Эрец Исраэль Улу* (Учитель Талмуда; *Эрец Исраэль*, 3-й век) присоединиться к ним. Но Ула отказался. И объяснил свой отказ такими словами: «Для меня непривычно утешать скорбящего так, как это делается в Вавилоне... Ведь все, что вы говорите в таких случаях, сводится к одной фразе: «Что мы можем сделать?». Как будто бы вы стали что-то предпринимать, если бы у вас была такая возможность» (Ула усматривал в таком утешении некое неприятие Воли Всевышнего, ибо данная фраза имела подтекст — «Не в нашей власти изменить приговор Творца, но если бы мы получили эту возможность, мы ею воспользовались бы»).

Не присоединившись к другим Учителям, Ула пришел к раву Шмуэлю один. И вот что сказал он скорбящему в утешение.

Всевышний велел Моше, чтобы он не враждовал и не воевал с Моавом — «...ибо не дам тебе от земли его никакого владения» (*Дварим*, гл. 2, ст. 9). Но главная причина, по которой Творец отстаивал интересы *моавитян*, заключалась в том, что этом народе должно было появиться «бесценное сокровище» — Рут, посвятившая свою жизнь служению Всевышнему.

Если ради одной девушки Творец сохранил целый народ, — заключил Ула, завершая свой рассказ, — разве не сохранил бы Он

жизнь твоей дочери, если бы ей еще предстояло сделать что-то доброе и значительное?..

В этом отрывке есть очевидные трудности. И нам, чтобы понять истинное значение поступков Якова, важно в них разобраться.

Возвращаясь к истории Рут, отметим, что после ее ухода из Моава эта страна утратила славу и величие — Всевышний в данном народе более не нуждался.

Как изменение позиции Творца по отношению к *моавитянам* «материализовалось в нашем мире?»

Если бы у Моава был агрессивный сосед, обладавший достаточной военной мощью и одержимый идеей уничтожить эту страну, Моав после того, как Рут покинула его пределы, скорее всего, был бы стерт с лица

земли, ибо оказался без покровительства и защиты Всевышнего. Однако страна и ее народ продолжили свое существование. Потому что Творец, с одной стороны, потерял к этой «части суши» всякий интерес, с другой — к тому времени еще не созрела сила, заинтересованная в разрушении Моава...

Когда внимание Всевышнего концентрируется на определенном месте, место это обретает духовное величие.

С Яковым повторилась ситуация Рут: как только Яков ушел из Беэр Шевы, Творец утратил всякий интерес к этому городу. Судьба данного населенного пункта была отдана на «волю случая». Истинное величие перешло в Харан, куда направлялся Яков.

Это заметил даже Лаван, в услужение которому нанялся Яков.

Когда родился Йосеф, Яков сказал Лавану, что хочет покинуть эти края. О реакции Лавана на такую новость в Торе написано: «О, если бы я нашел милость в очах твоих! Думал я, что Всевышний благословил меня ради тебя» (*Берешит*, гл. 30, ст. 27). Лаван понял, что покровительство Творца следует за Яковым, куда бы он ни переселился.

В обзоре прошлого года отмечалось, что Яков в некотором смысле, согласно еврейской традиции, явился «второй

«И вышел Яков из Беэр Шевы, и пошел в Харан...»

редакцией» Адама (см. на сайте [обзор недельной главы Вайеце](#), четвертый годовой цикл обсуждения). После того, как Адам совершил свою роковую ошибку, ослушался Всевышнего, ни один человек до Яакова не восстановил величие Его образа (на иврите — *Целем Элоким*). Восстановление образа Творца мира в человеке — основная идея послания Неба, которое было выражено в пророческом сне Яакова, когда он увидел «лестницу, уходящую вверх».

Об этом пишет и **рав Хаим из Воложина** (выдающийся Учитель, Литва, конец 18-го – начало 19-го вв.) в своей книге *Нефеш а-Хаим* (часть 1). Сам факт, что Божественное Провидение (на иврите — *ашгаха пратит*), — отмечает он, — сопровождало Яакова повсюду — непосредственно связано с тем, что **Яаков восстановил образ Творца** в полном Его величии.

Чтобы оценить значимость связи между этими двумя идеями — восстановление образа и *ашгаха пратит* — нам нужно понять, какой смысл вложен в слова — «человек создан по образу Всевышнего».

У Всевышнего нет «физического образа», — подчеркивает в названном выше труде рав Хим из Воложина. — Поэтому о каком бы то ни было «внешнем сходстве» речь не идет по определению. Здесь подразумевается, что **человек обладает «атрибутами»**, которые свойственны Творцу.

У Всевышнего — несколько Имен. Однако, когда описываются качества Творца в человеке, и вообще — при описании процесса Сотворения мира, в Торе неизменно употребляется Имя *Элоким* (см. на сайте, к примеру, [обзор недельной главы Берешит](#), четвертый годовой цикл обсуждения).

В *Шульхан Арухе* (свод еврейских практических законов; раздел **Орах Хаим**, гл. 5) написано, что это Имя указывает на то, что Всевышний — единственный Источник всей энергии, которая питает вселенную.

Чтобы данная концепция была понятной, рав Хаим из Воложина выстраивает логическую цепочку, используя аналогию, взятую из жизненной практики.

Представим, что человек строит дом, скажем из дерева. В процессе строительства он «не создает» дерева. Кроме того, он — беззащитен перед силами природы и не может гарантировать, что построенный им дом не пострадает от природных катаклизмов. Строитель лишь придает материалу определенную форму и укладывает его в необходимой последовательности.

В отличие от человека, Творец создал вселенную из «пустоты» — у Него не было «подручных материалов», которые Он мог бы обработать, а затем сформировать в соответствии со Своим Планом. Всевышний сотворил вселенную исключительно Своей энергией. И это означает, что вселенная не обладает реальной инерцией. Для того, чтобы продолжить существование, она нуждается в постоянной

энергетической «подпитке».

Здесь уместно, к примеру, такое сравнение. Для того, чтобы держать камень на определенной высоте, необходимо постоянное приложение силы, которая не дает ему упасть на землю. Точно также и — вселенная, которая сотворена из «пустоты». Она требует постоянного притока Божественной энергии. И этой энергией снабжает ее *Элоким*...

Когда Всевышний создал человека «по образу Своему», он передал ему часть силы *Элоким*.

Творец хотел, — объясняет рав Хаим из Воложина, — чтобы человек контролировал поступление в наш мир Его энергии. То есть, по плану Всевышнего, Он будет давать необходимую для существования вселенной энергию по команде человека — в том количестве, которое определит человек и в те места, которые человек наметит.

Однако неправильно было бы предполагать, что Всевышний был готов поручить распределение энергии любому представителю рода людского. Этот ответственный «пост» (а, соответственно, титул — *Целем Элоким*) надо было еще заслужить.

После изгнания Адама из *Ган Эдена* (Райского Сада) и до рождения Яакова ни один человек не сумел восстановить в себе образ Всевышнего, а потому «должность распорядителя» энергетическими потоками оставалась «вакантной». Весь этот период Творец просто поддерживал жизнь своего творения — оно существовало по естественным

законам.

После изгнания Адама из Райского Сада, внимание Всевышнего было **сосредоточено на глобальных проблемах**, описанных в Торе в недельной главе **Ноах** (Потоп, рассеивание людей после того, как они попытались построить Вавилонскую башню — см. на сайте обзоры недельной главы **Ноах**, **первый**, **второй**, **третий**, **четвертый** и **пятый** годовые циклы). До рождения Авраама судьбой отдельных индивидуумов Всевышний не занимался.



Следует подчеркнуть, что Его участие в делах Авраама и Ицхака нельзя назвать истинным Божественным Проведением (*ашгаха пратит*). Если мы сравним жизнь Авраама и Ицхака с судьбой Яакова, мы обнаружим поразительный феномен.

Авраам и Ицхак жили в полном благоговении и трепете перед Всевышним. Оба были очень богаты, во всех земных делах им сопутствовал успех, и оба выходили победителями во всех выпавших на их долю сражениях. Они всегда оказывались духовно выше тех людей, с которыми им приходилось сталкиваться. Они жили, распространяя знание о Едином Творце, и при этом у них не было необходимости концентрироваться на заботах земной жизни.

В отличие от них, жизнь Яакова наполнена страхами и тяжким трудом. Легко ему ничего не давалось. Сначала, чтобы не стать жертвой мести Эсава, он был вынужден бежать из дома. Затем столкновение с Лаваном, после которого он снова вынужден был бежать. Потом — встреча с Эсавом, которая могла иметь трагический исход. Его дочь — изнасиловали, его любимого, подававшего большие надежды сына продали в рабство... А в конце жизни Яаков оказался в изгнании.

Всевышний спас Авраама, — сообщает Мидраш (*Ваикра Раба*, гл. 36), когда его бросили в горящую печь (см. на сайте, к примеру, [обзор недельной главы Лех Леха](#), пятый годовой цикл), **за заслуги Яакова**.

Как это понимать? Ведь эти события, когда Авраам, рискуя жизнью, отстаивал свои убеждения, происходили задолго до того, как на свет появился его сын Ицхак, и о Яакове, сыне Ицхака, тем более — и речи не было.

Учителя разъясняют данную идею гипотетическим примером.

Допустим, некий царь, который умел «читать» людские судьбы по звездам, приговорил человека к смертной казни.

Но, прежде чем привести приговор в исполнение, обращается к звездам. И тут «выясняется», что у осужденного будет дочь, которая станет его (то есть — царя) невестой. Вот царь и подумал: «Стоит оставить его в живых ради дочери». И отменил казнь.

Похожая ситуация сложилась и с казнью Авраама...

Когда Нимрод (см. на сайте [обзор недельной главы Лех Леха](#), пятый годовой цикл) приговорил Авраама к смерти, Всевышний, которому ведомо все, что было и будет, решил: «Стоит спасти его ради Яакова».

Подтверждение этому находим в Танахе, где написано: «Посему так сказал о доме Яакова Всевышний, который избавил Авраама...» (книга пророка *Иешаягу*, гл. 29, ст. 22). Исследуя данную фразу, наши Учителя приходят к важному выводу: Авраам был создан ради Яакова. И соотносят процитированный здесь текст Танаха со словами Торы: «Ибо Я избрал его для того, чтобы он заповедал сынам своим и дому своему после себя соблюдать законы Всевышнего, творя добро и правосудие» (*Берешит*, гл. 18, ст. 19). Еще один аргумент в пользу концепции — «Авраам был создан ради Яакова» представляет в Танахе, в своих «Псалмах» царь Давид — «Ты (Всевышний) утвердил правоту, правосудие и справедливость в Яакове» (*Теилим*, пс. 99, ст. 4).

Приняв эту идею, мы сталкиваемся с другой неясностью. Перед нами возникает вопрос: неужели Яакову, ради которого был создан Авраам, Яакову, который служил «каналом» для передачи в наш мир созидательной энергии Творца, нельзя было «организовать» иную судьбу — без страхов и тягот? Ведь нам известно, что всю свою жизнь он трудился в поте лица, боролся, преодолевал... Разве он не заслужил лучшую участь?

Чтобы разобраться во всем этом, нам следует понять, зачем мы приходим в этот мир.

Жизнь в земном мире дается нам для того, — объясняют наши Учителя, — чтобы мы исправляли допущенные ошибки, совершенствовали собственные качества, духовно росли, приближаясь к Творцу. А это возможно — лишь в процессе преодоления тягот и трудностей. «Легкая жизнь» отнимает стремление что-то менять. Поэтому каждый из нас, кто хотя бы в минимальной степени знаком с еврейской традицией, знает, что на нашу долю обязательно выпадет определенное количество испытаний.

В Торе сказано: «И поселился Яаков в стране пребывания отца своего, в земле Кенаанской» (*Берешит*, гл. 37, ст. 1).

Яаков хотел поселиться в спокойном месте, — пишет **Раши** (раби Шломо бен Ицхак — величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век), комментируя данный отрывок, — но неожиданно получил сообщение о суровом испытании, которое ждет его сына Йосефа. Всевышний сказал ему: «Истинные праведники не могут обрести место в мире Грядущем, рассчитывая в этом мире прожить спокойную жизнь».

Страдания, тяжкий труд, несчастья не свидетельствуют об отсутствии Божественного Провидения. Недостаток «внимания» Творца к человеку обнаруживается, когда данный человек страдает «не от той» работы, которую он должен осуществлять. Если переживает он «чужие, не свои» беды. Для того, чтобы мы могли выполнить задачу, поставленную перед нами, и исправить себя, страдания и проблемы, выпадающие на нашу долю, должны соответствовать этой задаче. Они не должны быть слишком легкими, не требующими усилий, но — и невыносимыми, непреодолимыми быть не должны. Они рассчитаны на то, чтобы помочь нам сформировать свои характеры и

исправить то, что нам следует исправить. В этом и состоит **истинный смысл Божественного Провидения**.

Жизнь Яакова была очень нелегкой. Однако перед ним возникали именно те трудности, которые были ему необходимы для того, чтобы восстановить в себе образ Всевышнего. Божественное Провидение специально «приспосабливало» события и окружение к нуждам духовного роста Яакова...

Итак, мы вплотную подошли к пониманию того, что изменения в мире — процесс двусторонний. С одной стороны, человек меняет мир, совершая те или иные поступки, с другой — Творец изменяет обстоятельства жизни человека, чтобы дать ему возможность улучшить себя и окружающий мир. Здесь следует отметить, что индивидуум не обладает силой, позволяющей ему контролировать энергию Элоким по собственному желанию или капризу. Наивно полагать, что Всевышний дает нашему миру животворную энергию не по Своему решению, но — «подстраивая» ее потоки **к людским потребностям**. Эта энергия передается под контроль человека, если он, человек, обнаруживает способность максимально использовать ее, реализуя поставленные перед ним Небом задачи.

Теперь, уяснив для себя основополагающие концепции еврейского мировоззрения, мы можем понять истинный смысл утешения Улы, которое он высказал раву Шмуэлю бар Иегуде, оплакивавшему смерть своей дочери (см. выше).

Суть высказывания Улы состояла в том, что дочь рава Шмуэля достигла в своей жизни всего, что от нее требовалось, то есть — она выполнила поставленную перед ней Небом задачу и обрела место в Будущем мире. Внимание Всевышнего было сконцентрировано на ней в процессе ее самосовершенствования. Мир вокруг нее, помогая ей, менялся. Когда она выполнила задание, которое определил ей Творец, отправляя в наш мир, Божественное Провидение оставило ее и более не занималось организацией ее окружения.

Она оказалась беззащитной перед естественными бедами. Одна из таких бед и убила ее. Смерть — естественное явление, которое настигает человека, когда он лишается внимания Всевышнего.

А происходит это, если человек достиг того

духовного уровня, который обеспечивает ему место в Грядущем мире.

Все, о чем мы только что говорили, позволяет нам оценить уникальность личности Яакова. Тора, с первых же фраз нашей недельной главы сообщает о той особой роли, которая была отведена ему в нашем мире: «И пришел (Яаков) в некое место и заночевал там, потому что зашло солнце... И положил себе в изголовье камень, и лег на том месте...» (**Берешит**, гл. 28, ст. 11).

О чем здесь идет речь?

О характере и устремлениях Яакова, — объясняет Раши в своем комментарии к нашей недельной главе (см. также разъяснение приведенной цитаты в **обзор недельной главы Вайеце**, первый годовой цикл обсуждения).

Мы узнаем, что в период, когда Яаков отправился в Харан, ему было 63 года. А прибыл он туда, когда ему исполнилось 75. Где же он был целых двенадцать лет?

Выйдя из дома, Яаков почувствовал, что духовно не готов к изгнанию, и не был уверен, что сумеет противостоять Лавану. Тогда он свернул с намеченного его отцом пути и пошел в иешиву, где интенсивно учился двенадцать лет, в течение которых Яаков, постигая Тору, формировал свою прочную связь с Творцом. Он овладевал знаниями дни и ночи, боясь тратить драгоценное время на сон. И только потом, уже по дороге из иешивы в Харан, Яаков мог позволить себе уснуть «с легким сердцем». «И пришел в некое место...», — читаем мы в тексте Торы.

Еврейская традиция сообщает, что это «место» — на Храмовой Горе в Иерусалиме. Следует подчеркнуть, что Яаков оказался там вовсе не потому, что оно находилось на его пути в Харан. Нет, он уже прибыл в место своего назначения, но — вернулся, потому что вспомнил, что не остановился и не помолился в Иерусалиме. Яаков осознал, что связь с Всевышним лишь занятиями Торой — не формируется, необходима еще и молитва. Он настолько **остро ощутил потребность в молитве**, что тут же развернулся и пошел назад, в Иерусалим.

В то время это заняло у него несколько недель, но он вернулся, чтобы заполнить молитвой некую пустоту, образовавшуюся в его душе.

Всевышний сконцентрировал свое внимание на Яакове, конечно же, неслучайно. Это был отклик на то, что свои устремления Яаков полностью посвятил служению Творцу. Именно поэтому, анализируя жизнь нашего третьего по счету праотца, мы не можем сказать, что она была тяжелой и трагичной.

Напротив, Яаков прожил прекрасную жизнь, полную радости и счастья. Тот, кто способен в течение двенадцати лет дни и ночи посвящать постижению Мудрости Всевышнего, кто готов потратить несколько недель лишь на то, чтобы получить возможность помолиться Ему, не нуждается в физическом комфорте. Такой человек не страдает от тяжелого труда, потому что всегда испытывает радость от Присутствия Творца. Яаков полностью реализовал поставленные перед ним цели. Он стремился сформировать тесную связь с Всевышним — и ему удалось это осуществить. Более того, он восстановил образ Творца в человеке и тем самым вернул потомкам возможность в определенной степени контролировать существование вселенной...

Автор текста раввин Носон Вайс

Иерусалим

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

В Европе участились случаи антисемитизма. Так что, евреям не выделяться?

Прочитала новость про лидеров литовского направления в иудаизме. Наверное, они правы, что евреям стоит не выделяться, раз так участились случаи антисемитизма в Европе.

Но, тем не менее, как-то это все-таки неприятно. Я думаю, что это может негативно сказаться, внушить чувство неполноценности, например.

Почему бы не призывать к созданию отрядов самообороны?

На евреев часто и нападают, т.к. знают, что они не мусульмане и не дадут отпора. И от этого тоже очень грустно. Мусульмане могут себя защитить, а мы нет.

Интересно мнение уважаемых раввинов на данный счет.

**Ника
Россия**

Возьму, как говорится — «быка за рога». То есть — сразу назову корень проблемы, ветви которой Вы обозначили в своем письме.

С каждым Вашим утверждением можно в той или иной степени согласиться. И эмоции и логика подсказывают, что они — разумны, достойны, с моральной точки зрения. Их стоит рассмотреть и сделать практические выводы.

При этом нам, безусловно, следует придать подобающий вес рекомендациям наших Учителей по данному поводу.

Я, несомненно — не «пресс-секретарь», уполномоченный передавать и разъяснять мысли великих Учителей Торы. Допускаю, что они даже не думали и не думают о том, о чем я собираюсь с Вами говорить. Но не сомневаюсь, что глубоко внутри, в душе, они это ощущали. Потому что тема моего обращения к Вам в ответ на Ваше письмо — в общем-то, очевидна.

Речь — о моральном обосновании пребывания еврея вне Израиля. В наши дни оно в определенной степени, как минимум — сомнительно.

Судите сами.

На одной чаше весов — Святая Земля, *Эрец Исраэль*. Страна — не имеющая аналогов в зафиксированном уровне изучения и распространения Торы (тысячи религиозных учебных заведений буквально для любого возраста; тысячи синагог и домов учения, куда можно ходить на уроки Торы; где у каждого, на любом уровне — абсолютные, неограниченные возможности в беспрепятственном приближении к Всевышнему). Иначе говоря — здесь, в Израиле еврей может жить так, как и положено жить еврею, включая соблюдение *шаббата*, кашрута и т.д. Все разрешено, и все — достижимо.

На другой чаше весов — жизнь еврея на чужбине, в других странах. В одних — чуть легче. В других, как мы видим сегодня — опасно. Но главное — непонятно, зачем все эти сложности.

Один из основных результатов — в том, что внутренняя неопределенность, в сочетании со слабой аргументацией, в целом не оправдыва-

ющей пребывание там, ограничивает истинную духовную энергетику противостояния антисемитизму.

Это, полагаю, объясняет, почему наши Учителя рекомендуют «держат голову ниже и не высовываться».

Да, возможно, это, как Вы пишете — «неприятно» и «может внушить чувство неполноценности». Но способен ли еврей ощущать себя полноценным человеком, пренебрегая Святой Землей, двери в которую перед каждым евреем нараспашку открыты? В состоянии ли он вне Израиля вести полноценную еврейскую жизнь — такую, которую может вести еврей в Израиле (полноценную — соответствующую уровню данного этапа нашей духовной работы по *Тикун Олам*).

В заключение отмечу, что сегодня жизнь еврея в *Эрец Исраэль* — нелегка. Идеала еще мы не достигли. Но если не заниматься *аводат ха-Шем* (не осуществлять служение Всевышнему) — нам этого идеала не достичь. Слегка перефразировав высказывание нашего величайшего Учителя Гилеля, напомним его слова: «Если не мы — то, кто же? Если не сейчас — то, когда?» (Мишна, трактат *Пиркей Авот*, гл. 1).

Надеюсь, что в изложенных здесь разъяснениях мне удалось на более глубоком уровне передать рекомендации наших Учителей...

Автор текста Элиягу Эссас

Запрет на создание нового и разрешение на интимные отношения...

Добрый день, уважаемый Рав!

Слышала, что в шабат не запрещены отношения между мужчиной и женщиной (мужем и женой, конечно). У меня в связи с этим возник вопрос: Как это соотносится с запретом в шабат творить что-то новое. Ведь в результате этих отношений может быть зачат ребенок, а это уже нечто новое, ранее не существовавшее.

Ведь сам Вс-ий прекратил всякую работу и не совершал ничего нового. Нам Он также запретил.

Буду рада за пояснение.

С глубоким уважением к Вам и Вашей работе.

Прошу — не обижайтесь на меня. Но Ваш вопрос — яркая иллюстрация неосторожного, так сказать, обращения с разъяснениями смысла заповедей.

В принципе, конечно же, очень важно стараться понять смысл заповедей. И посвященных этому книг — великое множество.

Есть такие, сравнительно небольшого объема, в которых разъясняется суть всех 613-ти заповедей Торы и даже в общих чертах, пунктирно, обозначены пути их реализации.

Другие — посвящены разъяснению какой-либо группы заповедей (например, всех заповедей, связанных с субботой, или, скажем, с *лашон ха-ра* — злословием).

В содержании третьих всесторонне обсуждается одна заповедь (допустим, о *тефиллин*).

При этом те, кто имеет навык в изучении Торы — не путают разъяснение с сутью самой заповеди.

В качестве примера возьмем тему Вашего письма.

Нам дана заповедь о соблюдении *шаббата*. В Талмуде она подразделяется на запреты на осуществление в субботу 39-ти видов работ. Например — нельзя варить, жарить, что-то записывать, стирать написанное и т.д. И мы должны выполнять это только потому, что Всевышний велел нам так поступать.

Это — единственная причина, по которой еврей соблюдает законы субботы.

Однако тем, кто интересуется мировоззренческими аспектами заповедей — дается важный ответ. И объясняется, что в субботу мы не должны создавать ничего нового в окружающем нас материальном мире.

Это помогает лучше ориентироваться в многочисленных деталях субботних законов.

При этом нужно иметь в виду, что данная мысль — не создавать в окружающем мире ничего нового — не сама заповедь. Поэтому, если кому-то покажется, что те или иные действия противоречат этой мысли — ему надо не концентрироваться на кажущемся противоречии, но — просто следовать конкретным указаниям, согласно которым то или иное действие субботними законами разрешено или запрещено.

Многие наши Учителя неоднократно писали и говорили об опасности философских разъяснений заповедей — без указания, что они вторичны и не выражают саму суть заповедей.

Например, на интимные отношения в субботу запрета нет. Поэтому не надо философствовать на тему — привносят эти отношения что-то новое в мир или не привносят.

Здесь даже не говорю о том, что возможное зачатие ребенка — некое новое в материальном или в духовном мире. Это не имеет значения. Ибо суть всех заповедей Торы — выполнение Воли Всевышнего, в подробностях и деталях, изложенных в Торе, Письменной и Устной, и сформулированных четко и ясно в кодексе наших законов под названием **Шульхан Арух**, и в комментариях, которые дают этому кодексу наши Учителя всех поколений (включая наше время).

Автор текста Элиягу Эссас

Хотим сделать гиюр правильно. К кому обратиться в США?

Мой муж и я (нам по 68 лет) давно уже стараемся соблюдать субботу, слушаем выступления раввинов, читаем Тору, следуем правилам кошрута...

Наверное, совершаем ошибки...

Мы хотели бы предстать перед Всевышним как евреи... Но мы хотим сделать гиюр правильно.

К кому нам обратиться в США?

**Alanand Yelena White
Brewerme USA**

Судя по содержанию письма, Вы с мужем проделали определенную работу. Такую, реализация которой требует от человека определенных усилий и самоограничения (имею в виду, в первую очередь, кашрут и субботу).

Иначе говоря — некий этап Вы с ним, полагаю, уже прошли.

Как бы там ни было, Ваш теперешний образ жизни, как Вы его описали — все же отличается от обычного нееврейского. В том числе, и от такого, в котором присутствует созерцательно-философский интерес к нашему народу.

Понятно, что при всех ваших стараниях, в процессе осуществлении тех или иных наших правил вы, вполне вероятно, совершаете какие-либо ошибки (они, в общем-то — неизбежны). Но — не нужно переживать и волноваться по этому поводу. Потом, постепенно, все можно будет исправить.

Главное на данном этапе — грамотно двигаться дальше. Так, чтобы ваш интерес был наполнен практическим содержанием.

Для этого надо, прежде всего, установить контакт с одной-двумя, а может — и тремя «ортодоксальными» еврейскими общинами.

Подчеркиваю — именно с ортодоксальными.

Дело в том, что в США есть немало «фиктивных» еврейских общин, которые скрываются под названиями «реформированный иудаизм», «консервативный иудаизм» и т.д.

Нужно ясно понимать, что точно определить слово «иудаизм» — невозможно. Поэтому можно и ошибиться.

Кто-то, допустим, может подумать, что «реформированный иудаизм» или, скажем, «консервативный иудаизм» — имеют какое-то отношение к нашей религии и к нашей традиции. Но это — совсем не так (подробнее об этом — см. на сайте, к примеру, в ответе [«Реформированный иудаизм — новая религия?»](#)).

Поэтому в Вашем или в ближайшем к Вашему населенному пункту городе — ищите «ортодоксальные» синагоги.

Их, кстати сказать, можно найти и через интернет. Обычно они входят в состав «Объединения ортодоксальных синагог» или — объединения, известного в Соединенных Штатах под названием «Young Israel».

Вначале можно завязать с этими организациями интернетовскую переписку.

Они, быть может, порекомендуют Вам какую-либо конкретную синагогу, где можно будет учиться нашим традициям, приобретать знания по еврейской истории, изучать основы нашего мировоззрения.

Завершающий этап *гиюра* проходят уже под непосредственным руководством раввинского суда.

При этом (если вы доберетесь до этого этапа) надо будет удостовериться, что данный раввинский суд признан Главным раввином Израиля.

А пока — расширяйте свои знания, например, читая книги по нашей традиции на английском языке, выпущенные в свет крупным американским издательством «Артскролл».

Автор текста Элиягу Эссас

Вопрос о роде деятельности незамужней женщины...

Шалом, уважаемый Раввин.

Спасибо Вашему сайту за свет и знания.

У меня вопрос по поводу рода деятельности, для женщины, причём, незамужней и без детей.

Мне 36 лет, я построила карьеру как

инженер, мне везло всегда, и я хорошо зарабатывала.

В какой-то момент я оказалась в Borderline, мне надоело дорого перепродавать проекты, надоело давление клиентов, надоела жизнь, в которой наркотики, сигареты, деньги и долги.

3 года, как я отошла от всего. Выздоровливаю, исправляюсь и прохожу лечение спортом и питанием. Вернулась к Заповедям, хожу регулярно в синагогу, контактов фактически ни с кем из прошлого не имею.

Мне пора вернуться в деловую жизнь, я хочу уехать в другой город, и может, даже построить свою семью.

Куда мне идти работать?

У меня есть шанс и тяга помогать людям, я б хотела стать семейным доктором или социальным работником.

Могу ли я этим исправить своё веселое прошлое? Или вернуться в свою профессию?

Я очень хочу исправиться, и с Божьей помощью выйти замуж и приносить пользу.

*Rivka
USA, NY*

Положение у Вас, конечно же — непростое. Но сама по себе, такая ситуация в современной жизни — не редкость.

Очень важно, что Вы не впали в панику и сохранили способность здраво рассуждать. Безусловно, хорошо и то, что Вы вернулись к своим корням, и стараетесь вести еврейский образ жизни.

Чтобы можно было приблизиться к решению возникших проблем — Вам надо, прежде всего, правильно и обдуманно выстроить систему приоритетов. Как минимум — на ближайший период. Ну, может быть — еще на некую, не столь отдаленную перспективу.

В первую очередь (на ближайшее время), Вам следует, как мне кажется, поставить перед собой — две наиболее актуальные для Вас сегодня задачи: создать семью и основы материального существования (пусть и скромного, но на достаточно приличном уровне).

Чтобы грамотно подойти к решению первой задачи — лучше всего, постараться присоединиться к большой ортодоксальной общине. После того, как Вы выберете ее, надо будет, возможно, снять квартиру на разумном расстоянии от синагоги, вокруг которой сложилась эта община.

Ищите такую общину, где раввин и руководство — энергичные и доброжелательные люди. И что не менее важно — чтобы в ней были внутриобщинные «социальные службы». Подразумеваю уроки Торы, работу с молодыми людьми, в том числе — с неженатыми и незамужними, и т.п.

Иначе говоря, Вам, полагаю, нужна, как говорится, «не сонная» община. Но — такая, где ведется активная, динамичная жизнь.

Затем можно будет приступить и к поиску работы — в той сфере, в которой у Вас есть знания, навыки и опыт. С учетом нового места жительства.

Совершенно необязательно, как мне представляется, погружаться в

неприятную, неприглядную атмосферу (в принципе она может быть и на той работе, которую Вам предложат).

Впрочем, инженерная специальность, насколько я понимаю — подразумевает довольно широкий спектр профессионального применения. Будем надеяться, что Вам удастся отыскать работу, совершенно не связанную с какими-либо негативными проявлениями.

Если Вы будете двигаться в этих двух направлениях, которые я обрисовал здесь в самых общих чертах, зарядив себя хорошим настроением и позитивным отношением к жизни — все это может вывести Вас к реализации намеченных планов.

Что же касается стремления сменить профессию и т.п. — это может стать задачей на более отдаленную перспективу. К ее осуществлению следует приступать, на мой взгляд, когда две обозначенные выше проблемы будут в той или иной степени уже решены.

Автор текста Элиягу Эссас

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

Порой некоторые религиозные евреи сбиваются с пути и совершают что-то незаконное. И это настоящая трагедия. Ведь окружающие склонны к обобщениям, и по поступкам отдельных людей берутся судить о еврейской этике в целом...

ЧЕСТНОСТЬ, ПРЯМОТА И... РЕЛИГИОЗНЫЙ ЕВРЕЙ

Нисан Вольпин

КАК ЭТО БЫЛО

В начале расскажу историю, которая произошла десять лет назад.

Некто Нахум Клайн, экономист, сопровождал своего клиента — Ирвинга Шпрингера из компании Горизонс Риэлти, в банк. Они должны были представить вице-президенту банка финансовый отчет, чтобы получить кредит.

Шпрингер готовился к трудным переговорам. Речь шла о большой ссуде для расширения компании.

Подростками они с Клайном ходили в одну иешиву, а теперь поддерживали профессиональные отношения.

Когда они вошли в лифт, Ирвинг снял с головы кипу и положил ее в карман

— В нееврейском окружении предпочитаю, чтобы мои предложения рассматривали объективно. Внешнее проявление моего еврейства может этому помешать”, — объяснил он.

— Не жди, что я сделаю то же самое, — ответил Нахум. — Моя кипа всегда у меня на голове, где бы я ни был...

В приемной Нахум снял шляпу. На его голове была черная кипа.

Они вошли в офис вице-президента. Нахум положил финансовый отчет перед мистером Ньютоном. Тот взглянул на цифры, задал три-четыре вопроса, поблагодарил мистера Клайна и попросил его оставить их наедине с Шпрингером.

Задав еще несколько вопросов, Ньютон встал и протянул Шпрингеру руку.

— Все в порядке, сумма, которую вы просите — ваша...

Шпрингер потерял дар речи... Так быстро и просто?

— Вижу, вы удивлены, что мы столь оперативно организовали вам ссуду, — улыбнулся Ньютон. — Скажу вам правду, мистер Шпрингер. Я редко делаю выводы на основании внешнего впечатления о человеке. Но ваш бухгалтер... Клайн, кажется? У него на голове — эта черная штука. Мой опыт показывает, что парни, которые живут в согласии с Высшим Авторитетом, просто не станут искажать факты. Я верю им на слово...

ВОСПРИЯТИЕ МЕНЯЕТСЯ

Так было десять лет назад. Хотелось бы верить, что и сейчас в этом смысле ничего не изменилось.

Но, к несчастью, произошли перемены к худшему. Кто виноват?..

Надеюсь, далеко не все подозревают религиозных евреев и еврейскую общину вообще в деловой нечистоплотности. Однако следует признать, что нелестные мнения порой не лишены оснований. Иногда и религиозные евреи сбиваются с пути и совершают незаконные действия. И это настоящая трагедия. Хуже того, это становится двойной трагедией, потому что окружающие склонны к обобщениям, и по поступкам отдельных людей судят о еврейской этике в целом.

Приведу, например, отрывок из письма мистера Чарльза Сарвэя из Бруклина раввину Шмуэлю Блюму, вице-президенту религиозной американской организации Агудат Исраэль:

“...Идея кидуш а-Шем (освящения, прославления имени Всевышнего) и отказа от Хилуль а-Шем (осквернения Имени, позора для Творца, навлекаемого на Него неблагоприятными поступками избранного Им народа) критически важна для нас. Именно она дала нам успех и рост общины в последние десятилетия.

С сентября в рамках добровольческой программы “Партнеры в Торе” я работал с одной парой из Аризоны. Я стремился показать им основные выдающиеся

качества наших праотцев, мудрецов, проследить преемственность законов нашей традиции на протяжении многих поколений. И вдруг узнаю от моих подопечных из Аризоны о том, что в газетах написали о финансовых нарушениях, допущенных религиозными евреями. В первый момент я не нашелся, что им сказать. Хоть и понимал, как важно сейчас объяснить, что это — единичный случай, противоречащий образу жизни нашей общины.

К сожалению, встречаются люди, которые поступают плохо, неправильно. Проблема в том, что их поведение формирует у окружающих мнение, что религиозные евреи допускают подобные поступки. Главное — чтобы их на этом не поймали. Мы должны активно и публично принимать меры, чтобы рассеять столь неверное представление”.

ТО, ЧТО ПРЕЖДЕ ЗНАЛ МИР

Мы отрицаем искаженное восприятие морали, которую приписывают религиозным евреям. Но знает ли сегодня мир, как он знал это раньше, что огульная негативная характеристика еврейской общины безосновательна?

Знают ли они, что в нашем Талмуде написано: главная причина в решении Творца уничтожить поколение Потопа — **распространение воровства?**

В молитве *Неила*, завершающей Йом Кипур, мы просим Всевышнего, чтобы Он простил наши проступки и говорим: “Ибо Ты даровал нам этот День Искупления... чтобы мы перестали протягивать руки к запретному (приобретенному нечестным путем), и вернулись к Тебе, чтобы исполнять Твою волю всем сердцем”.

И это — еще один принцип еврейских взглядов на этику.

Когда жизнь прожита, и душа предстает пред Небесным Судом, то первый, который задается в этот момент: “Честно ли ты вел свои дела”?

Разве мы не слышали об этом много раз? Разве это не основополагающая часть еврейского взгляда на жизнь?

Разве нерелигиозные евреи и неевреи не сознают, что религиозный еврей должен быть человеком высшей морали?

ВОПРОС КУЛЬТУРЫ

Некоторые утверждают, что речь идет о некотором “стиле жизни” религиозных евреев в принципе. Так, мол, повелось из поколения в поколение: обманывали помещика, царя или правителя-антисемита. Это, мол, и практика самосохранения европейского еврейства, выработанная, чтобы выжить во враждебном мире.

Но это, конечно же — миф. В действительности любая еврейская община заботится о честности в финансовых делах. Вся еврейская история свидетельствует об этом.

Прежде всего, приведу слова рава Йосефа Бройера, которое часто повторял рав Шимон Шваб (глава большой общины в Манхэттене, Нью Йорк): “Как мы придирчиво относимся к тому, чтобы мясо у нас было *глатт кошер* (строго кашерным), так и деньги наши должны быть *глатт йошер* (честно заработанными)”.

Это отражает учение рава Шимшона Рафаэля Гирша (учителя рава Бройера и руководителя общины во Франкфурте; конец 19-го века) в его труде **Тора им дерех эрец** (Тора в сочетании с моралью). Деятельность еврея, — говорит рав Гирш, — даже кратковременная, должна согласовываться с законами Торы. То же — и в бизнесе.

Великий литовский раввин Исраэль Салантер, основатель движения *Мусар* (нравственного самосовершенствования), подчеркивал, что 90% недоразумений между людьми можно было бы избежать, если бы они почаще заглядывали в **Хошен Мишпат** (часть **Шулхан Аруха** — свода еврейских законов, которая посвящена решению имущественных проблем). Человек не может полагаться на субъективное чувство справедливости. Решать должен закон.

Ученик рава Салантера, реб Симха Зиссель Зив (глава известной иешивы в Кельме — Литва), посетил своего сына Даниэля, лесопромышленника. По возвращении, он сообщил: “Мой сын Даниэль ходит по своей лесопилке с *Месилат яшарим* в руке”. “Путь праведных” рава Луццато корректирует каждый его шаг в бизнесе.

Гаон из Вильно (раби Элиягу) предупреждает: если хоть одна доска на крыше дома учения, где человек учится или молится, прибита украденным гвоздем, это остановит рост тех, кто учится в этом доме.

Рассказывает рав Йосеф Горовиц (руководитель иешивы Новардока и создатель сети учебных заведений в Литве, а затем — в США): когда рав Хия решил обучать людей Торе, он сначала посеял лен, из него сделал силки, поймал оленей, на пергаменте из их кожи написал Тору, и тогда уже стал учить еврейских детей. Он хотел, чтобы все было честно. Он не полагался на готовые материалы, потому что не знал, откуда они взяты.

Раби Цви Элимелех, автор известного сочинения **Бней Иссахар**, цитирует хасидского мудреца, рава Менделя из Риманова. Он писал в письме, что часто видел многообещающих, одаренных детей, но, становясь подростками, они переставали подавать надежды. Причина в том, что они ели пищу, приобретенную на деньги, полученные нечестным путем. Так их потенциалу не суждено было раскрыться.

Сефардский мудрец Хаим Йосеф Давид Азулай предупреждает: родители, которые тратят на содержание детей деньги, добытые нечестным путем, не преуспеют в их воспитании.

Мы должны научиться решительно и обоснованно противостоять

распространению извращенных понятий о еврейской этике. И делать это, даже если знаем, что в какой-то конкретной ситуации не приходится рассчитывать на успех.

Однако есть и другой гораздо более убедительный, способ: требовательней относиться к себе, во всем согласовывать свои действия с законами Торы, неустанно изучая их и применяя на практике. Это будет лучшим опровержением неверного мнения о нашей общине.

Джуиш Обзервер

Нисан Вольпин

*редактор ежемесячного издания Джуиш Обзервер,
Нью Йорк*

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Проведенный недавно медицинский эксперимент дарит надежду, что в будущем мы не будем мучаться угрызениями совести, питая непреодолимую слабость к шоколаду...

ТЕМНЫЙ ШОКОЛАД - В ЛЕЧЕБНЫХ ЦЕЛЯХ?

Д-р Линдси Таннер

Авторы небольшого, недавно проведенного исследования на основании полученных ими результатов пришли к выводу, что темный шоколад обладает свойством снижать кровяное давление. Это - поистине вкусное исключение из общеизвестного правила: самые полезные пищевые продукты обычно - самые невкусные.

Ученые, однако, признают, что данные этого небольшого эксперимента в будущем необходимо подтвердить более обширными и глубокими исследованиями. Только тогда врачи смогут прописать своим пациентам шоколадное лечение.

Доктор Франц Мессерли, терапевт, специализирующийся на проблемах лечения повышенного кровяного давления (фонд «Окснер Клиник», Нью-Орлеан, США) утверждает, что в случае, если глубокое исследование даст те же результаты, люди освободятся от угрызений совести, которые они испытывают всякий раз, злоупотребляя сладостями.

Отчет об этом исследовании, проведенном немецкими специалистами, был опубликован в журнале *Американ Медикал Ассошиэйшн*.

В ходе исследования тринадцать взрослых мужчин и женщин, страдающих повышенным кровяным давлением в легкой форме и не пользующихся медицинскими средствами для его понижения, в течение двух недель ежедневно съедали по три шоколадных батончика весом в 30 грамм. При этом, часть пациентов получала белый шоколад, другая часть - темный.

За две недели эксперимента уровень кровяного давления у тех, кто употреблял белый шоколад, почти не изменился. У тех, кто получал темный шоколад, давление снизилось (в среднем, верхний показатель - на пять пунктов, нижний - на два).

Ученые выяснили, что темный шоколад содержит в себе вещества растительного происхождения, носящие название полифенолов.

Именно эти вещества, по мнению ученых, и создают этот полезный для сердца эффект.

- Хотя давление группы, получавшей темный шоколад, и не снизилось настолько, чтобы считаться абсолютно безопасным, результаты исследования, тем не менее, показывают, что темный шоколад может служить многообещающим средством снижения систолического кровяного давления, - говорит автор проекта, доктор Дирк Тауберт (Кельнский Университет).

Тауберт подчеркнул, что эксперимент выявил еще одну особенность темного шоколада: вес участников исследования, которые ели шоколадные батончики, не увеличился...

Ассошиэйтед Пресс

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Эта публикация — отрывок из первой книги писательницы Леи Коткес «В поисках пути», где описываются жизненные испытания женщины, которая сумела понять их суть и трансформировать переживания в духовное возрождение и развитие, сделав на этом пути немало открытий и расширив свои реальные возможности...

ПОСЛЕ РАЗВОДА

Лея Коткес

Покидая квартиру мужа, я знала, что уже никогда туда не вернусь. В тот день я мечтала об одном — жить нормальной жизнью.

В Иерусалимском *бейт дине* (раввинском суде) я получила официальный документ — *гет* (разводное письмо). И вышла из здания суда вместе с женой раввина. Светило солнце, мы шли по тротуару, и она сказала мне: «Произошло чудо — теперь ты свободна».

И вдруг я увидела на противоположной стороне улицы моего, теперь уже бывшего, мужа.

«Кто этот человек? — подумала я про себя. — Когда-то он был моим мужем, а сейчас — просто прохожий. Я будто бы и не знакома с ним. В сущности, я никогда его не знала, ведь если бы я действительно знала его, я никогда не вышла бы за него замуж».

Мы с моей спутницей продолжили путь. Она рассказывала о своих ближайших

планах, но голос ее доносился словно издалека. Внезапно мне пришла в голову мысль: «Ну вот, теперь я снова — одна». Это новое соображение ошеломило меня, и я застыла в каком-то оцепенении.

«Это — реальность, не дурной сон. Я уже — совсем другой человек. Не такая, какой была еще сегодня утром, на прошлой неделе или в прошлом году. Я — разведенная». Слезы непрошено потекли по щекам...

Я почувствовала себя больной. И тут же осознала необходимость избавиться, излечиться от этого состояния. Но — как, и сколько времени на это понадобится?

Через несколько часов после того, как я получила *гет*, подруга предложила мне пойти в кафе. Она не хотела, чтобы в такой день я оставалась дома одна. Мы решили отпраздновать с ней это событие — мою свободу. А когда окончательно излечусь от полученной травмы, все у меня будет хорошо.

Как только мы сели за столик, подруга протянула конверт.

Я открыла его и покраснела от смущения. В конверте лежала солидная денежная сумма.

— Нет-нет, не возьму... — пробормотала я.

— Да ты же осталась ни с чем! — настаивала подруга. — По крайней мере, сейчас у тебя будет хоть немного денег. Мы с мужем решили помочь. А потом ты и сама встанешь на ноги.

— Ну, хорошо, — согласилась я. — Только с условием: начну работать и все вам верну.

— Это вовсе необязательно, — отозвалась она.

И посмотрела на меня с таким теплым и искренним участием, что я расплакалась.

Ничего не поделаешь — я сама затянула себя в этот брак, а Всевышний меня из него вытащил. В этот трудный период, когда жизнь, казалось, разбилась на осколки, мне очень помогали друзья. Они помогли поверить, что я преодолею трудности и, быть может, выйду замуж вторично.

И все будет иначе — как у многих моих знакомых и друзей. Впрочем, никаких

гарантий, что мне удастся создать новую семью, разумеется, нет...

Еще до того, как я получила долгожданный *гет*, меня приютил Бостонский Ребе Горовиц (рав Горовиц, глава движения бостонских хасидов). Теперь, когда *гет* уже был у меня на руках, он предложил мне временно пожить в квартире его сына и невестки.

В воскресенье утром (это было через три дня после суда) я проснулась в 5:30 утра. Помолилась, прошла по комнате, вновь и вновь мысленно переживая последние события и пытаюсь сосредоточиться. Когда часы показывали 6:30 утра, я вышла на улицу и села в автобус.

Таща за собой два больших пустых чемодана на колесиках, я шла к дому, в котором жила со своим бывшим мужем чуть меньше трех месяцев. Какая-то женщина вешала на балконе выстиранное белье. Потом мое внимание привлекли пробежавшие мимо детишки с ранцами за спиной. Все было до боли знакомо. Мы договорились с бывшим мужем, что он уйдет из дома в семь утра — так, чтобы я могла придти без него и забрать свои вещи. Трое друзей согласились помочь все упаковать и должны встретиться со мной через час. Итак, мне отпущен час на то, чтобы навести порядок в сердце и голове, пострадавших от пережитого шторма.

Я вошла в гостиную и остановилась. Огляделась, ища глазами какие-то изменения. Но квартира была в том же виде, какой я оставила ее семь дней назад после праздника Суккот.

В кухне, на доске для резки овощей все еще лежал нож. *Сукка* еще не была убрана, а на столе лежал тот же трактат Талмуда.

Я шагнула в *сукку*, и сердце учащенно забилося, когда я увидела, что растения в пластиковых горшках, которые были зелеными, когда мы ставили *сукку*, сейчас расцвели красивыми, пышными цветами. Я посадила их наутро после нашей свадьбы, зарыв в землю семена. И вот на них распустились цветы — оранжевые, красные, розовые. Они как будто бы хотели сказать мне, что жизнь продолжается и что жизнь эта — прекрасна. Я стояла, смотрела на них и не могла сдвинуться с места.

Какую же неразбериху внесла я в свою жизнь...

Прошла дальше, в комнату для гостей и остановилась перед длинным черным шелковым халатом бывшего мужа. Увидела меховую шапку — *штраймл*, которую он надевал во время свадебной церемонии. Сейчас она лежала на кровати, все такая же красивая и новая, как три месяца назад. Я слегка коснулась черного шелка халата, дотронулась до мягкого меха и не могла сдержать слез.

Именно в тот момент мне пришла в голову мысль, что развод чем-то похож на смерть. При разводе теряешь то, что когда-то казалось необходимым и драгоценным.

Так я вначале воспринимала и наш брак. Правда — очень, очень недолго. Потом на наши отношения опустилась темнота. Такая густая, что сквозь нее уже ничего нельзя было рассмотреть.

На каминной полке гостиной лежал конверт. Я достала из него письмо и прочла: «Дорогая Лея...». Что там было написано дальше, разобрать я не смогла — слезы застилали глаза.

Я скорбела по своим обманутым ожиданиям. Брак представлялся мне так много обещающим. Но вскоре оказалось, что он за короткое время прогнил насквозь.

Развод разрывает сердце и ранит душу. Они становятся слабыми и очень хрупкими. Но — лишь до определенной поры, до тех пор, пока вы не соберетесь с силами и не обретете способность возратить их себе.

Развод — это способ, который использует Всевышний, чтобы сказать нам, что тот «сосуд», который мы выбрали для себя, слишком мал. Поэтому иногда его нужно разбить, уничтожить. Чтобы человек сумел завладеть другим «сосудом» — более прочным, более вместительным и лучшего качества. И, когда человек будет делать свою работу — Творец сделает свою. Его благословение будет переливаться через край и наполнит все уголки твоей жизни.

Для того, чтобы все именно так и произошло, надо вначале очистить душу и сердце — сделать *тешуву* (вернуться на пути Всевышнего и Его Торы), изменить себя и свою жизнь и приложить усилия к тому, чтобы не повторять ошибки прошлого. И только потом ты сможешь собраться силами, и «вылепить» новый «сосуд», который подойдет очищенной душе и очищенному сердцу. И вот, когда ты сделаешь эту работу, Всевышний поможет тебе встретить другого, по-настоящему близкого тебе человека.

Мы всегда надеемся, что так и должно случиться. Но в реальности, к сожалению, это происходит не всегда. Не все после развода вступают во второй брак. Многие просто не готовы совершить титаническую работу, необходимую, чтобы очиститься и заслужить помощь Творца в поиске пары. Бывает и по-другому: люди женятся второй раз и вторично разводятся. Повторяя те же ошибки, питая те же иллюзии и страдая от разочарований и боли, которая надолго оставляет в сердце и душе тяжкий след.

После развода я твердо решила изо всех сил стараться следовать рекомендациям своих духовных наставников. Они, в частности, посоветовали обдумать ситуацию и попытаться понять, почему все это со мной произошло. Такой анализ помогает человеку выявить собственные недостатки и слабости. На следующем этапе они окажут мне поддержку на пути улучшения свойств характера. Сейчас я уже понимаю, что мне необходимо научиться позитивно воспринимать жизнь, научиться видеть то хорошее, что в ней есть. Вначале, сразу после развода, во мне появилось чувство обиды на Всевышнего. «Как Он допустил, чтобы со мной случилось такое?», — задавала я себе один и тот же вопрос. Но потом, когда я немного успокоилась и вышла из состояния оцепенения, направление моих мыслей изменилось. А еще через некоторое время я осознала, что дело не в Нем, а во мне. Это я, собственными руками, создала для себя трудную ситуацию, из которой выбиралась с такими сложностями и страданиями. Ведь это я сама, не Он, необдуманно выбрала себе мужа, семейная жизнь с которым не сложилась.

В период, когда мы с бывшим мужем еще только встречались, я замечала в нем многое, что должно было меня остановить. Но я не придавала этому значения. Теперь я думаю, что, показывая мне негативные проявления молодого человека, претендовавшего на роль жениха, Творец посылал мне предупреждения. А я, потеряв чуткость, проигнорировала Его «сигналы»...

Материал сайта международной еврейской организации Эш а-Тора

aish.com

Перевод с английского

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ОТ САРОЧКИ

Суфганийот

Еврейское слово "суфгания" происходит от греческого "суфган" - "пышущий, жареный".

Рецепт на 12 пончиков

1 столовая ложка сухих дрожжей

4 столовых ложки сахара

3/4 стакана теплого молока или воды

2 1/2 стакана муки

щепотка соли

1 чайная ложка корицы

2 яйца

2 столовых ложки топленого сливочного-масла или маргарина

абрикосовое или клубничное варенье

растительное масло для жарки

сахарная пудра

Смешать дрожжи, 2 столовые ложки сахара и молоко (воду). Поставить в теплое место на 10-15 мин., чтобы дрожжи поднялись.

Отделить желтки от белков.

Просеять муку и смешать ее с оставшимся сахаром, солью, корицей, желтками и дрожжевой смесью. Месить тесто до тех пор, чтобы из него можно было слепить шар. Сливочное масло (маргарин) растопить и добавить в тесто. Помесить еще немного, чтобы масло полностью растворилось в тесте. Накрывать полотенцем и поставить на ночь в холодильник. Раскатать тесто толщиной 1/2 см.

С помощью стакана (5 см диаметром) вырезать из теста 24 кружка.

Положить по 1/2 чайной ложки варенья в центр 12-ти кружков.

Накрыть 12 кружков с вареньем 12-ю оставшимися.

Слепить по краям. Смазать белком яйца.

Поставить в теплое место на 30 минут.

Разогреть в кастрюле или фритюре растительное масло. Масло должно быть

кипящим и его должно быть столько, чтобы пончики в нем свободно плавали.

Положить пончики в горячее масло на 5 минут. Подождать пока они подрумянятся с двух сторон (при необходимости перевернуть).

Промокнуть готовые пончики бумажными салфетками.

Посыпать сахарной пудрой.

Приятного аппетита!

Сарра Манн

Люксембург

ЗАКОНЫ ЛАШОН А-РА

Не рассказывай о чьей-то неудаче в исполнении заповедей

Если мы знаем о том, что человек нарушил какую-то заповедь, об этом запрещено сообщать другим. Запрет касается заповедей, записанных в Торе, и постановлений мудрецов, а также любой отдельно взятой заповеди или любой ее части, - причем не имеет значения, получили мы эту информацию из "третьих рук" или сами присутствовали при ее нарушении.

Роза неуважительно, а порой даже грубо разговаривает со своими родителями. Рассказать об этом кому-либо - *лашон-ара*. Ее родителям запрещено беседовать об этом с другими, за исключением случая, когда слушатель может положительным образом повлиять на поведение Розы.

Господин Арнаутский сказочно богат, но проявляет скупость, когда дело касается достойного проведения субботы. Его другу Куперману запрещено рассказывать другим людям о скупости господина Арнаутского.

Также запрещены высказывания такого рода:

"Наша Дорочка часто забывает сказать благословение после еды".

"Гедалия привез три костюма из России и ни один не проверил на *шаатнез!*"

"Правдолюбие"

Запрещено говорить о неправильном и дурном поступке человека, даже если нами движет желание сказать правду, поскольку

это нарушение нас сильно расстроило или взволновало. Пусть наши помыслы чисты и не продиктованы злобой, все равно то, что мы собираемся сделать, - *лашон-ара*. Разрешено поделиться с кем-либо некоторыми деталями неправильного действия, если мы действительно искренне намерены исправить положение.

Реувену известно, что Шимон потребляет продукты, кашерность которых сомнительна. Существуют три причины, которые могли бы заставить Реувена сообщить об этом Леви:

1) Реувен намерен очернить Шимона. Это явный *лашон-ара*. Запрещено!

2) Неосмотрительность Шимона в вопросах соблюдения кашрута огорчила Реувена. Он не намерен причинить Шимону зло, а просто хочет поделиться своей досадой с другом. Это яркий пример страстного отношения к правде. Тоже запрещено!

3) Реувен хочет предупредить Леви, что в доме Шимона, по его мнению, не стоит есть. Если это единственное его намерение, то ему разрешено сообщить об этом Леви.

5. Сообщение о том, что кто-то небрежен в соблюдении заповеди, которую многие не выполняют

К сожалению, существует ряд заповедей, которые в некоторых общинах находятся в таком пренебрежении, что, если какие-то евреи их не выполняют, никто их не осуждает. Тем не менее, если мы расскажем, что человек небрежен в исполнении такого рода заповеди, мы будем виновны в совершении греха *лашон-ара*.

Элиэзер не понимает важности изучения Торы и редко садится за учебу. Запрещено сообщать об этом другим людям, даже если многие окружающие небрежны в исполнении этой заповеди.

Клара рассказала группе друзей вымышленную историю о своем героическом поступке. Дора знает, что большая часть рассказа - сознательное искажение действительности, т.е., по сути, фантазия рассказчика. Доре очень хочется вывести Клару на чистую воду, чтоб все знали, что она лгунья, но ей запрещено так поступать. Больше того, Доре запрещено говорить, что не весь рассказ является правдой, - если от такого заявления никто не выиграет. Поэтому любой комментарий Доры на тему рассказа Клары - *лашон-ара*.

Лейб Каханэ

Ашдод, Израиль

АНАЛИЗ НОВОСТЕЙ

ЦАХАЛ: серьезные изменения продолжаются

(4.12-19) 3 декабря в израильских СМИ сообщили, что некоторое время назад силы ЦАХАЛа провели на севере страны четыре широкомасштабные военные учения — отработывая ответные действия на угрозы со стороны ливанской шиитской террористической группировки Хизбалла.

Высокопоставленный источник в армейских структурах пояснил, что цель учений — подготовка армии к очередному противостоянию с Хизбаллой и ливанскими вооруженными силами, "что, — как он отметил — лишь вопрос времени"

Комментарий: Военные специалисты, комментирующие данную информацию, отмечают одну характерную и весьма значимую особенность этих учений.

Общее в них — отработка принципиально новой (для современного ЦАХАЛа) стратегии. Эта стратегия предполагает мгновенный и крайне болезненный для противника сокрушительный ответ в случае любой попытки вооруженной агрессии с территории Ливана.

Нам уже приходилось отмечать, что с приходом к руководству Генштабом генерала Авива Кохави (см. на сайте материал "[Как надо воевать](#)" — 25.07.19) израильская военная стратегия претерпела существенные изменения в лучшую сторону. Впервые за долгие годы армия поставила перед собой цель — не просто наносить ответные удары, но — ориентироваться на полный физический и организационный разгром противника. Отныне это достижение — главная задача в действиях израильской армии.

Как ни нелепо это звучит, но эта, столь очевидная, казалось бы, цель действий армии в военном столкновении до недавнего времени последние годы для руководства ЦАХАЛа — не была сама собой разумеющейся. Самой важной, если не сказать — приоритетной задачей военных в вооруженном конфликте считалось — спасение жизней "мирного населения" противника (об эвакуации которого тот, как правило — не заботится; и более того — используют его в качестве "живого щита").

Ради этого израильские военачальники (включая бывшего главу Генштаба, а ныне — лидера блока "Кахоль Лаван" Бени Ганца) были готовы жертвовать жизнями израильских солдат (!). В чем они не без гордости — и признавались.

Надо ли говорить, что такая "концепция" осуществления военных операций — связывает руки действующей армии, фактически лишая ее возможности воевать.

Излишне повторять и то, что подобный абсурд не предусмотрен ни одной международной конвенцией о правилах ведения войны. Ибо в противном случае, само ведение военных действий стало бы — невозможным.

От этого абсурда, повторим, ЦАХАЛ начал избавляться лишь в последнее время — с приходом к руководству армией генерала Авива Кохави.

Учения, которые только что прошли на севере Израиля, выявили еще один, относительно новый для современного ЦАХАЛа элемент. Сообщается, что ЦАХАЛ получил указание значительно сократить время ответа на каждое "происшествие в сфере безопасности".

Это означает, что отныне армия не будет ждать несколько дней и даже недель (такое тоже случалось!) для нанесения ответного удара, как это было в прошлом.

Отныне реакция израильских вооруженных сил будет — незамедлительной.



Перспективы: Следует отметить, что одними учениями армейское руководство не ограничилось. В ответ на звучащие из Ливана постоянные, все более наглые угрозы, включая "обещанные" опасности сухопутного вторжения на территорию Израиля "спецназовцев" Хизбаллы, в том числе, по подземным тоннелям — Генштаб принял решение существенно увеличить численность войск, развернутых на ливанской границе. Таким образом, армия уже сейчас — в боевой готовности, упреждая любые попытки агрессии со стороны Ливана.

Прошедшие учения также показали противнику, как далеко готов пойти Израиль в деле защиты своей северной границы.

Основной элемент этого "послания" — предупреждение, что агрессор, с самого первого момента военных действий заплатит за попытку вторжения самую высокую цену. Что израильская система безопасности кардинально изменила свое мышление, фактически создав вдоль северной границы новую, весьма опасную для ливанских агрессоров ситуацию.

Такую, какой не было даже в начальный период Второй ливанской войны 2006 года, когда полномасштабные военные действия Израиля, в ответ на нападение на израильский военный патруль — застали врасплох "Хизбаллу" и ее лидеров. Впоследствии они признавались, что в том случае, если бы они предполагали, что реакция Израиля будет именно такой, то — не решились бы на нападение.

Проведенные на севере военные учения и являются, собственно говоря, попыткой (будем надеяться, успешной) заранее "поставить в известность" лидеров Хизбаллы и поддерживающего их ливанского правительства о том, что их ждет, в случае, если они самостоятельно (или, согласовывая свои действия с другими силами), возобновят военные действия против Израиля.

Это "послание" представляет особую ценность в свете огромного соблазна "попытать военную удачу", который, без сомнения, испытывают в Ливане, за последнее десятилетие, в нарушение

договоренностей о прекращении военных действий в 2006 г., накопившем огромный ракетный потенциал (см. на сайте материал "[Неуслышанная угроза](#)" — 18.02.16).

Нам неоднократно приходилось отмечать, что угроза массированной ракетной атаки со стороны Ливана (возможно, в сочетании с ракетными атаками с территории Газы, Ирана и его сателлитов) представляет для Израиля экзистенциальную опасность, сравнимую с угрозой применения оружия массового поражения.

А посему самая адекватная и эффективная реакция на такую угрозу — превентивный испепеляющий удар по опасным для Израиля объектам Ливана (который, кстати сказать, официально — в состоянии войны с Израилем с 1948 г.!).

Менее эффективно, но все же достаточно результативный сценарий израильской реакции на ливанскую ракетную угрозу — фактическое создание на ливанской границе Северного фронта, готового к боевым действиям, способного с доказанной решимостью действовать — немедленно, во всю мощь, всеми имеющимися у Израиля военными средствами.

Остается лишь отметить, что в случае, если этот "мягкий" сценарий сдерживания на северной границе не сработает, и выяснится, что предупреждения ЦАХАЛа не повлияли на намерения ливанцев в какой-то момент нанести удар по Израилю — у нашей страны не будет иного выхода, кроме упреждающего удара.

Такой силы и масштаба, которого еще не знали войны на Ближнем Востоке.

Ибо Израиль — не может себе позволить "роскошь", пассивно ожидая — дать ливанцам, иранцам (и прочим врагам Израиля) шанс на осуществление своих угроз на практике.

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!

Наша сегодняшняя история будет очень-очень интересной и очень-очень неожиданной.

История о плате за работу

В те времена, когда Храм

Ещё не был разрушен,

Жил бедный крестьянин-еврей,

Кому же такой нужен?!!

Бился он бился, но нет удачи:

-Пойду искать счастье, как-то иначе...

-Уйду я подальше, наймусь на работу,

Деньжат заработаю, поле куплю,

А может овечек, чем черт не шутит,

Я постараюсь, ведь вас я люблю,-

Сказал так жене и отправился в путь.

Дождется его семья как-нибудь...

Крестьянин работы совсем не боялся,

Нашел себе место, за труд честно взялся.

Хозяин доволен, ценит работника-

И пахаря, и садовода, и плотника.

Работает здесь он не первый год,

Скучает по дому, время идёт.

Крестьянин оплату свою считает,

Приход свой домой уже предвкушает.

-Эх, будет здорово, я на пороге,

Жена и дети встречают с дороги!

Я достаю большой кошелек...

И вот, богачу расплатиться срок!

*Просит крестьянин расчет ему дать,
Но с богача просто нечего взять:
Денег нет, нет продуктов совсем,
Видно лишь много всяких проблем...*

-Как это так? Ведь богатства не счесть?!!

*Может быть поле свободное есть?
Может подушки иль одеяла...
Для нашей местности это немало!*

*-Нет ничего,-шепчет бедный богач,
А бедняку хоть плачь, хоть не плачь.*

*Грустно, устало домой он бредёт,
Эх, видно бедность опять меня ждёт...*

*Но, что удивительно, на богача
Не обижается он сгоряча:
-Видно на все объяснение есть:
Есть у хозяина совесть и честь!*

*Вернулся домой, как прежде живёт,
И вот поутру караван идёт...
Тридцать ослов, груженных ценным товаром,
-Все это тебе: Ты трудился честно не даром!*

Хозяин богатый ему говорит и достает кошелек.

*-В мешках - подарки тебе,
И деньги тебе -за урок!!!*

*-Скажи, что думал ты,
Когда заплатить я не смог?*

-Я думал, что дело хорошее попало тебе,

Или платишь налог.

-А фруктов не дал тебе?

*-Видимо не отделил десятину пока!
А поле? Скотину? Подушки и одеяла?*

*-Наверное, в Храм обещал! Причин
есть честных немало...*

*-Ты знаешь, работник, все так и
было,*

*Спасибо тебе за Добрый твой суд!
И пусть Святой всегда тебя судит
так,*

Как ты рассудил меня тут!!!

*Давайте учиться у нашего героя
думать о людях только хорошо.*

Рассказала Цюпа Гензель

Кфар Эльдад



ЛИСТ ТАЛМУДА

На нашем листе Талмуд, продолжая анализировать детали законов субботы, исследует проблемы, связанные с лечением — в частности, с устранением боли в *шаббат*.

Трактат *Шаббат*

Лист №111

В Мишне этого листа читаем:

Человеку, страдающему от зубной боли, в *шаббат* запрещено полоскать рот уксусом, но есть пропитанный уксусом хлеб — разрешается.

Человеку, страдающему от боли в области бедер, в *шаббат* запрещается смазывать (больные места) вином или уксусом, но маслами, всеми, кроме розового масла (из лепестков роз) — разрешается.

Однако аристократы могут смазывать розовым маслом ушибы.

Иную грань Истины в этом вопросе видит раби Шимон (раби Шимон бар Йохай, великий Учитель Мишны, составитель книги *Зо́гар*; 2-й век).

Не только сыну царя и аристократу — любому человеку (кем бы он ни был) позволяется в *шаббат* (смазывать ушибы розовым маслом), ибо то, что разрешено аристократу, разрешено любому еврею...

Приступив к анализу содержания Мишны, Талмуд выделяет в ней основной принцип: в *шаббат* разрешено применять те методы избавления от боли, которые не считаются «чисто медицинскими» и являются частью повседневной жизни человека.

Мы можем проследить это во всех пунктах Мишны.

Скажем, уксус, который, как мы узнаем, облегчает состояние человека, испытывающего боль, здоровые люди могут использовать в любой день недели как «приправу» к пищевому продукту. Но рот им полощут или смазывают больные участки тела — исключительно в «медицинских» целях. А маслом смазывать больные участки разрешается лишь потому, что во времена Талмуда было принято смягчать маслами кожу.

Уксус обладает целебными свойствами, — говорит рав Аха бар Папа. — И в обычные дни (не в *шаббат*) Учителя рекомендовали полоскать им рот, не только в лечебных, но и в профилактических целях (следует иметь в виду, что в эпоху Талмуда уксус был другим, его получали брожением хорошего виноградного вина). Но в субботу производить эту процедуру запрещалось, потому что в *шаббат*, согласно субботным законам, нельзя заниматься лечением заболеваний в легкой форме.

Исследуя тексты еврейских источников, рав Аха бар Папа находит в *Мишлей* (Притчи царя Давида) фразу: «Как уксус для зубов и как дым — для глаз». И задается вопросом: надо ли считать, что дым для глаз — полезен?

И тут, — заключает он, — можно дать два объяснения.

Возможно, автор *Мишлей* назвал уксусом вино из незрелого винограда. Такой уксус вреден для зубов, а, следовательно, и дым для глаз — вреден. Благотворное воздействие на зубы оказывает настоящий, качественный уксус, сделанный по всем правилам — изначальным сырьем для него был спелый виноград.

Если зубная боль — результат злоупотребления сладостями или небрежным отношением к ежедневному уходу за ними, полоскание уксусом помогает так же, как «дым — глазам» (то есть не дает никакого эффекта). Если же зубная боль связана с травмой (человек, предположим, разгрызал орех с крепкой скорлупой), уксусное полоскание принесет облегчение.

Далее Талмуд концентрирует внимание на использовании масел в *шаббат*. И задается вопросом: почему Учителя говорят, что для смазывания ушибов и ран в *шаббат* можно пользоваться любым маслом, кроме розового?

И объясняет: потому, что розовым маслом в древности кожу смягчали лишь представители аристократических кругов. И если они в субботу смазывали им раны, это не воспринималось как «лечение», но — как повседневная «профилактическая» процедура. В народе этим дорогим маслом для ухода за телом не пользовались. И приобретали его лишь в небольших количествах — именно в лечебных целях.

Но почему же тогда раби Шимон говорит, что и «простой» человек тоже может в *шаббат* смазывать ушиб розовым маслом? — спрашивают Учителя.

И, исследовав точку зрения раби Шимона, приходят к выводу, что в основе его позиции — особый взгляд на происхождение евреев. Каждый еврей, — говорит он, — имеет не просто аристократическое, но даже — царское происхождение. Недаром во время дарования Торы на головы евреев были одеты по две короны (см. на сайте, к примеру, обзор [листа 88](#)). А потому все, что дозволено аристократу, дозволено — и любому еврею.

О царском происхождении евреев говорится и в самой Торе, — подчеркивает Талмуд. — Ибо все евреи — потомки Авраама. А Авраам с согласия нееврейских царей был назначен царем над другими народами. Царем — от Всевышнего. И приводит цитату: «И вышел царь Сдома навстречу ему (Аврааму), когда он, разбив (войско) царя Кдорлаомера и примкнувших к нему царей, вернулся в долину Шаве, она же — долина Царская. И Малки Цедек, царь Шалема, вынес хлеб и вино... И благословил его и сказал: благословен Авраам от Всевышнего...» (*Берешит*, гл. 14, ст. 17-19).

В Царской долине, или еще, как называют ее — долине Согласия, — объясняет Раши (раби Шломо бен Ицхак — величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век), комментируя данный отрывок, — все народы, по общему согласию, провозгласили Авраама царем над собой.

Обсуждая последний пункт Мишны, Учителя дают нам урок, **как вести себя за столом.**

Царское происхождение, — отмечает Рав (великий Учитель Талмуда первого поколения, 3-й век), — обязывает вести себя подобающим образом.

Здесь же приводится пример: еврейский закон диктует, что пасхальное приношение (мясо которого, в отличие от других приношений, ели все евреи) надо жаривать целиком, переламывать кости — запрещается. И в процессе приготовления и потом — во время еды. Дав нам эту заповедь, — поясняют Учителя, — Всевышний, выведя нас из Египта, хотел, чтобы каждый еврей научился вести себя как царь. Ведь царь не станет обгладывать и грызть кости. И всем евреям, во все времена и в любых условиях, делать это тоже не следует. Чтобы в любых обстоятельствах сохранять царское достоинство, дарованное евреям самим Всевышним.

Автор текста Мордехай Вейц