



היוג'טע דעל'אט' דאס פרו

ОНЛАЙН ОБЩИНА «ХАФЕЦ ХАИМ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА ШАББАТНИМ СТОЛОМ.

ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ САЙТА WWW.EVREY.COM

ДАННЫЙ ВЫПУСК ПОСВЯЩАЕТСЯ ВОЗВЫШЕНИЮ ДУШИ

РАХЕЛЬ БАТ ГИРШ

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «БАМИДБАР»

А также:

Вопросы к Раввину

О здоровом образе жизни

Культура. Личность. Этика

Женская Рубрика

Законы Лашон а-Ра

Живая Тора

Анализ Новостей

Детская Страничка

Лист Талмуда



Акко, Алматы, Анадырь, Астана, Ашдод, Ашкелон, Баку, Бат Ям, Беер Шева, Бейтар Элит, Белград, Белореченск, Бийск, Бней аиш, Бобруйск, Бровары, Будапешт, Валуйки, Вастерас, Вилейка, Винница, Владивосток, Владикавказ, Волгоград, Воронеж, Герцлия, Горловка, Градец-Кралове, Гродно, Динслакен, Днепродзержинск, Днепропетровск, Донецк, Дюйсбург, Евпатория, Екатеринбург, Желтые Воды, Залари, Запорожье, Зарайск, Иерусалим, Ижевск, Иркутск, Иршава, Казань, Камышлов, Караганда, Кармиэль, Каунас, Киев, Кирьят Бьялик, Кишинев, Клайпеда, Краматорск, Краснодар, Красноярск, Кременчуг, Кривой Рог, Курган, Куты, Кфар Эльдад, Литин, Львов, Люксембург, Маале Адумим, Марбелья, Марковцы, Мелитополь, Мельбурн, Минск, Москва, Мукачево, Мурманск, Нагария, Надворная, Нальчик, Нацрат Илит, Нес Циона, Нетания, Нешер, Нижний Новгород, Никополь, Новомосковск, Новороссийск, Новосибирск, Ногинск, Норильск, Нурлат, Нью Йорк, Обнинск, Одесса, Пермь, Петропавловск, Пинск, Полевской, Полтава, Пятигорск, Реховот, Ришон ле Цион, Ровно, Ростов-на-Дону, Рязань, Сан Диего, Санкт-Петербург, Саяногорск, Свердловск, Севастополь, Сергиев Посад, Сиена, Симферополь, Сизтл, Слоним, Сорочинск, София, Сочи, Ст. Луис, Ташкент, Тбилиси, Тверия, Тирасполь, Тират Кармель, Тольяти, Томск, Турин, Ужгород, Улан Удэ, Хабаровск, Хадера, Хайфа, Харьков, Херсон, Хмельницкий, Холон, Челябинск, Чернигов, Черновцы, Эйлат, Эмек ха Ярден, Якутск...

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:**Недельная глава «Бамидбар» — 3****Вопросы раввину— 7****Культура. Личность. Этика— 11****Здоровый Образ Жизни — 13****Женская рубрика— 17****Законы Лашон а-Ра— 18****Живая Тора — 19****Анализ Новостей — 21****Детская страничка— 23****Лист Талмуда— 24****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...**

ы находимся в недельной главе Бамидбар. Практически вся она направлена на подсчет еврейского народа и распределение ролей.

В этом году хотелось бы отметить одну интересную деталь: когда Всевышний говорит Моше Рабейну подсчитать еврейский народ, то особо отмечает, что колено Леви нужно будет считать отдельно и что оно не войдёт в общий список.

Сразу скажем, что колено Леви считалось самым малочисленным из всех колен, но почему? Дело в том, что, когда Фараон решил поработить евреев, колено Леви не вышло на его работы, а продолжало учить Тору, т.е. они в каком-то смысле были отдельно от других колен и считались как бы служителями Египта, которые занимались только духовной работой.

Нужно отметить, что Всевышний выделяет колено Леви и даёт им особое задание- вести обслуживание Мишкана, а в будущем - Храма.

Для нас это тоже огромный урок, особенно в наших реалиях, когда буквально со всех сторон мы слышим, что религиозные евреи не работают... Но каждый из нас должен вынести для себя урок, что духовная работа - это колоссальная работа, и сам Всевышний особенно относится к людям, которые стараются жить по-еврейски, духовно расти и помогать другим развиваться.

Именно для этого мы выделены из других народов, чтобы служить Всевышнему.

Элиэзер Фрейдкин**Кфар Эльдад**

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «БАМИДБАР»

ГЛАВА «БАМИДБАР»

Место в Торе: *Бамидбар*, гл. 1, ст. 1 — гл. 4, ст. 20.

Почему она так называется?

В первой фразе сказано: «И Творец говорил с Моше в пустыне Синай...».

В пустыне на иврите — *бамидбар*.

На этой неделе мы начинаем читать новую книгу Торы — книгу *Бамидбар*.

И в самом ее начале, в недельной главе *Бамидбар* находим такие слова: «И Всевышний говорил с Моше в пустыне Синай, в Шатре Соборном, в первый день второго месяца, во второй год по выходе их из земли Египетской, говоря...» (*Бамидбар*, гл. 1, ст. 1).

Тора сразу же уточняет место, где происходили описываемые здесь события и время действия (см. на сайте [обзор недельной главы Бамидбар](#), первый годовой цикл обсуждения). Итак, евреи — все еще в пустыне, в ожидании похода в *Эрец Исраэль*. И нам, конечно же, известно, что ожидания многих не сбудутся — они никогда не войдут в Землю Израиля. Этой привилегии удостоятся их дети, следующее поколение сынов Израиля.

Но прочтем продолжение приведенной цитаты. «Произведите, — написано далее в Торе, — поголовное исчисление всей общины сынов Израиля — по семействам их, по отчим домам их, по числу имен, всех мужчин поголовно. От двадцати лет и выше, всех, поступающих в войско в Израиле...» (*Бамидбар*, гл. 1, ст. 2-3).

Повеление Всевышнего произвести «перепись населения» в народе Израиля — вполне понятно. И это, как мы знаем, после Исхода еврейского народа из Египта — не первое исчисление.

На каждом повороте истории, Всевышний исчислял свой народ — из любви к нему, — пишет, комментируя нашу недельную главу *Раши* (раби Шломо бен Ицхак — величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век). — Народ был исчислен после Исхода из Египта. После того, как много людей погибло в результате ошибки, когда в еврейском стане изготовили золотого тельца, опять была перепись — чтобы узнать, сколько людей осталось в живых. В следующий раз народ был исчислен, когда *Шхина* (Присутствие Творца; см. на сайте ответ [«Шехина — святой дух»](#), — в разделе «Спроси у раввина») должна была обитать среди народа Израиля. Первого числа еврейского месяца *нисан* был построен *Мишкан* (переносной Храм в пустыне), и к первому числу месяца *ияр* народ снова был пересчитан.

Раши задается вопросом: зачем так часто проводились переписи в народе Израиля? Ведь всего за один год народ был пересчитан трижды.

И, анализируя текст, приходит к выводу, что в этом проявлялась любовь Всевышнего к Его народу (см. на сайте [обзор недельной](#)

[главы Бамидбар](#), пятый годовой цикл обсуждения).

Но это — лишь одно из объяснений данного повеления Творца. Глубина Торы — неисчерпаема, а переданная в ней Истина всегда имеет множество граней. Рассмотрим в нашем обзоре затронутую нами тему под иным углом зрения.

Для этого обратим внимание на тот факт, что результаты каждой переписи **были идентичными**. Всякий раз, когда производилась «перепись населения» среди народа Израиля, в конечном итоге получалось, что еврейский народ насчитывает 600.000 человек. В те времена это число выражало реальное количество людей, составляющих еврейский народ.

Однако у каждого человека есть душа, которой его наделил Творец мира. И это означает, что в народе Израиля насчитывалось — 600.000 душ.

Приход Машиаха, — пишет Талмуд (трактат *Иевамот*, лист 62), — станет возможным, когда все **600.000 душ народа Израиля вновь соберутся вместе...**

Здесь же, в Талмуде, говорится, что весь народ Израиля — это единое целое, составленное из 600.000 частичек.

Тут возникает некая, вполне очевидная проблема: если каждое поколение после Исхода из Египта насчитывало 600.000 человек, как же получилось, что общая численность еврейского народа выражается той же цифрой — 600.000?

Более того, при пересчете евреев в пустыне учитывались лишь мужчины в возрасте от 20-ти до 60-ти лет. А результат оказался — тем же: 600.000 человек. То есть общая численность народа Израиля, если приплюсовать сюда количество женщин, детей и пожилых людей (кому — за 60), была тогда, согласно простейшим арифметическим правилам — существенно больше. Означает ли это, что другие категории населения в еврейском стане — не в счет? Должны ли мы понимать это так, что в определенные исторические моменты ценность человека определяется лишь той пользой, которую он может принести своей общине? Ведь Всевышний, по сути, любя свой народ, дал указание сосчитать только мужчин — боеспособных, сильных физически и вполне осознающих всю меру

ответственности за свой народ (чувство ответственности, по оценке еврейской традиции, формируется к 20-ти годам; об этом — см. на сайте [обзор недельной главы Бамидбар](#), первый годовой цикл обсуждения).

Эти, возникающие у нас вопросы далеко не так просты, как может показаться на первый взгляд. И ответы на них выходят за рамки «элементарной арифметики». Для того, чтобы, хотя бы приближенно, разобраться в проблемах, которые встают перед нами, необходимо обратиться к еврейским источникам и попытаться понять, что пишут об этом наши Учителя.

В книге *Зо́гар* (раздел *Зо́гар хадаш*, часть *Шир а-Ширим*; составитель книги *Зо́гар* — раби Шимон бар Йохай, великий Учитель Мишны, 2-й век) проводится нумерологическая параллель. Написано здесь, что в Торе насчитывается 600.000 букв (знаков), что соответствует количеству душ в еврейском народе.

В другом еврейском источнике, в книге *Мегале аму-кот* («Раскрывающий глубины»), ее автор, раби Менахем-Азария ди Фано (один из наиболее известных каббалистов своего поколения; Италия, 16-й век), расширяет эту идею. Каждый еврей, — пишет он, в частности, — имеет **параллель своей душе в Торе**. Это — одна из 600.000 букв, составляющих текст Свитка.

И действительно, само слово Израиль (на иврите — *Исраэль*) — это акроним (то есть слово, сформированное из первых букв словосочетания, которое оно заменяет) словосочетания *йеш шишим рибо отийот ле-тора* (что в переводе с иврита означает — «в Торе насчитывается **600.000 букв**»).

Но нас, сразу предупреждаю, в самом начале нашего исследовательского пути ждет, казалось бы — «разочарование». Дело в том, что при подсчете букв в Торе обнаруживается, что их — 304.805, то есть — немногим больше половины от количества, которое должно было у нас получиться.

Как же так? О чем же тогда писали Учителя, какие нумерологические соответствия они находили?

Мы получаем возможность разрешить это явное, как будто бы, противоречие, заглянув в комментарий **Рамбама** (великий Учитель, комментатор Мишны и составитель полного кодекса еврейских законов *Мишнэ Тора*; Испания — Египет, 12 век). Где сказано, что Тора, еще до того, как ее записал Моше Рабейну, была начертана в Небе черным огнем на белом огне.

О том же неоднократно говорится и в Талмуде (см. на сайте, к примеру, [обзор листа 26](#) трактата *Йома*).

Но что нам это дает?..

Когда-то, почти 3320 лет назад, — уточняет Талмуд (см. на сайте [обзор листа 39](#) трактата *Сота*), — Моше Рабейну услышал голос Всевышнего и впервые увидел буквы Торы, начертанные черным огнем на белом огне. Под диктовку Творца он записал слова на *клафе* — пергаменте

(специальным образом обработанная, тончайшая кожа).

Так вот, когда Учителя подсчитывают количество букв-знаков в Торе, они как бы воспроизводят первоначальную запись Торы, сделанную Самим Всевышним. Ведь и белый огонь, образующий пробелы, как бы мы сказали теперь, между словами, тоже создавались Творцом мира. И, если пересчитать эти пробелы — знаки, выведенные белым огнем — и добавить к числу букв, графическое изображение которых дается черным цветом (304.805 букв) получается именно то количество, которое указывается в еврейских первоисточниках (600.000 знаков).

Но и здесь наши Учителя открывают еще одну грань Истины.

Многие буквы в иврите, — разъясняют они, — «составные». То есть — могут строиться из нескольких букв. К примеру, букву *алеф* можно составить из буквы *вав* и повторенной дважды буквы *йуд*. Не углубляясь в подробности, скажем, что и эта «методика» подсчета букв в Торе (когда пересчитываются и буквы внутри буквы) дает тот же окончательный результат: в Торе — 600.000 букв-знаков.

Теперь у нас есть все основания сделать вывод, что еврейский народ в целом насчитывает 600.000 душ, и каждой букве (знаку) Торы соответствует одна еврейская душа.

Оба объяснения в сочетании, дополняя друг друга, помогают нам разрешить наши вопросы с «численностью населения» в еврейской общине.

В действительности, проявляющейся в нашем, земном мире фактическая численность людей в еврейском народе намного превосходила (да, и сейчас, в наши дни превосходит) цифру 600.000. Но в духовных мирах, с которыми связаны еврейские души, количество душ остается неизменным и выражается цифрой 600.000 душ. Ибо одновременно в нескольких людях (речь идет о тех, кто принадлежит к еврейскому народу) в земном мире могут жить частички одной души. Число 600.000, таким образом — это выражение количества



людей в народе Израиля, с точки зрения **его духовного содержания**. А именно о духовности, в первую очередь, и говорится в Торе. Все ее законы, включая те, которые в нашем ограниченном понимании Устройства вселенной могут показаться нам «чисто практическими», всегда тесно связаны с духовной сутью объектов, вступающих в мире во взаимодействие.

Теперь нам проще понять, зачем понадобилось производить так много «переписей населения».

Первое исчисление народа произошло сразу после выхода из Египта, когда еврейский народ был в стадии своего формирования.

Когда Яков с сыновьями, их женами и детьми спустился в Египет, это была — еврейская семья, которую, наверное, можно было назвать «родом» или даже — «коленом» (у Якова было, как мы помним, было 12 сыновей). Но при выходе из Египта родовые связи настолько разветвились, что потомки Якова составляли уже целый народ.

Вспомним недельную главу **Ваишлах** (в книге **Берешит**). В ней рассказывается в частности о том, как сыновья Якова, Симон и Леви, в ответ на тяжкое оскорбление, нанесенное их сестре Дине, разрушили город Шхем (см. на сайте, к примеру, **обзор недельной главы Ваишлах**, пятый годовой цикл обсуждения). В результате между Яковом и этими двумя его сыновьями возникли серьезные разногласия.

Эти разногласия возникли потому, что наш праотец и его сыновья **по-разному понимали**, что представляет собой их семья, — говорят некоторые Учителя, анализируя этот отрывок. — Яков думал о своих детях, как о — семье и расценивал их поступки с точки зрения семейных устоев. Братья же (молодое поколение — Симон и Леви) мыслили себя как часть народа, по крайней мере — будущего. И знали, что их действия окажут существенное влияние на коллективное сознание последующих поколений.

Однако есть в этой ситуации и иная точка отсчета...

В тексте недельной главы **Ваишлах** читаем: «И сказал Яков Симону и Леви — вы смутили меня, сделав меня ненавистным для жителей этой страны... А у меня

людей **мало**» (**Берешит**, гл. 34, ст. 30).

Яков знал, что его дети завоюют страну Кенаан, — написано в Мидраше (Мидраш **Ялкуп Шимони**, комментарий на главу **Ваишлах**, гл. 135), — Но Всевышний сообщил ему: «Твои потомки освободят и обретут эту землю только после того, как вас будет 600.000».

Итак, по Плану Творца, сыны Израиля должны были войти в **Эрец Исраэль**, став народом, численность которого составляла 600.000 душ (что это означает, нам уже известно). Поэтому, скорее всего, и опасался Яков конфликтов с другими народами («сделав меня (то есть — народ мой) ненавистным для жителей этой страны»). Поэтому и высказал он своим сыновьям соображение — «...а у меня людей мало».

Евреи оставили Египет в количестве 600.000 душ, — продолжает **Ялкуп Шимони (Ошеа)**, гл. 518). — Они вошли в **Эрец Исраэль** в составе 600.000. Более того, эпоха Машиаха наступит, когда их будет 600.000.

В приведенном фрагменте Мидраша подразумевается, что духовная идентификация еврейского народа составлена из 600.000 частей. Поэтому, пока такое «духовное накопление» (выраженное числом 600.000) не было достигнуто, евреи не могли выйти из Египта и не могли войти в **Эрец Исраэль**.

Приведем здесь интересные в нашем контексте факты: в 1948 году число евреев, проживавших в Израиле, составляло приблизительно 600.000 человек, а в 1967 году (накануне Шестидневной войны, в ходе которой израильские войска освободили Иерусалим) — эта же цифра отражала количество мужчин призывного возраста.

И это — **живое воплощение в жизненной практике** сделанных за 18 веков до Шестидневной войны открытий наших Учителей, постигающих глубины Мудрости Торы. Ведь еще в книге **Зо́гар** (ее составитель раби Симон бар Йохай жил во 2-м веке) написано, что объединение Иерусалима станет возможным, когда на Земле Израиля будет 600.000 еврейских мужчин, пригодных для службы в армии.

Мы помним, что незадолго до того, как евреям была дана Тора, в момент, когда в еврейском стане ожидали возвращения Моше Рабейну с горы Синай, народ совершил страшную ошибку, изготовив золотого тельца (см. на сайте **обзор недельной главы Ку Тиса**, второй годовой цикл обсуждения). За это инициаторы и наиболее активные участники действия, «злостные» нарушители Воли Творца, поплатились жизнью. Поэтому, естественно, понадобилась новая «перепись населения» (см. на сайте **обзор недельной главы Ку Тиса**, третий годовой цикл обсуждения). В случае, если бы численность людей в еврейском стане оказалась менее 600.000 тысяч, евреи не считались бы народом — до тех пока не восстановят утраченные в процессе наказания за ошибку души.

Это количество еврейских душ требовалось, чтобы получить Тору, чтобы построить **Мишкан** (переносной Храм), чтобы люди ощущали Присутствие Всевышнего, а затем — чтобы овладеть Землей Израиля.

Но ведь у горы Синай перед Творцом мира стояли именно 600-т тысяч еврейских душ. Почему же они не были тот час же, получив Тору, направлены в **Эрец Исраэль**?

Дело в том, что необходимая минимальная численность (600.000) — лишь одно из условий завоевания еврейским народом Земли

Израиля. В изначальный План Всевышнего, конечно, не входили странствия евреев по пустыне — это стало результатом их поведения...

В нашей недельной главе нам представлена и информация об организации еврейского лагеря и порядке передвижения людей во время похода.

Пример походного построения дал праотец Яков, — рассказывает Мидраш (*Берешит Раба*, гл. 100). — На смертном одре, напутствуя сыновей и выражая просьбу, чтобы похоронили его в *Эрец Исраэль* (см. на сайте [обзор недельной главы Вайехи](#), второй годовой цикл обсуждения), он произносит: «Будьте осторожны (когда понесете тело из Египта), чтобы никто чужой не касался саркофага, чтобы *Шехина* не оставила нас. Идите в том порядке, в котором я укажу вам... именно таким образом вам предстоит пройти по пустыне...».

Эта параллель, которую проводят Учителя между построением похоронной процессии и построением при передвижении еврейского стана в пустыне, очень существенна.

В этом явно просматривается идея, что еврейскому народу пора выходить из Египта, приближая время вступления в пределы Земли Израиля. Ибо Всевышний не случайно открыл Якову, который как мы знаем, был пророком и улавливал концепции высших миров, тайну, знание которой пригодится сынам Израиля в будущем.

Необычным кажется и напутствие Якова, касающееся того, чтобы «чужие» не участвовал в его похоронах и не присоединились к похоронной процессии, когда его тело понесут в *Эрец Исраэль*. Что за этим кроется? Ведь запрета на участие посторонних в похоронах — никогда не было.

Но если мы вспомним, что эта похоронная процессия — прототип будущего похода 600.000 евреев по пустыне, то поймем, сколь важное повеление дал своим сыновьям Яков.

В процессии не должно было быть посторонних, чтобы *Шехина* не покинула евреев, идущих по направлению к *Эрец Исраэль*.

Именно об этом думал и заботился Яков, напутствуя сыновей перед своей кончиной.

И тут естественным образом возникает вопрос: в чем первопричина его беспокойства?

Обладая ясным видением общей картины мира, Яков осознавал, что судьбы людей в их взаимоотношениях с Творцом тесно переплетены не только с содержанием, но — и строением текста Торы. Известно, что Свиток Торы, в котором не хватает букв или появляются лишние буквы (даже если это — лишь половина, часть буквы) — непригоден для чтения и изучения. Его можно использовать только в том случае, если в нем ровно 600.000 букв (знаков). То же правило в определенном смысле применимо и к еврейскому народу. Народ Израиля, как «духовная единица», должен состоять из 600.000 частиц. Если даже одна «частица» отсутствует или одна — **прибавляется**, вхождение в *Эрец Исраэль* становится проблематичным. Присоединение «посторонних» может спровоцировать серьезные осложнения.

Еврейская традиция сообщает, что большое количество евреев погибло в Египте во время казни темной. Более того, лишь те евреи, души которых имели «свои буквы» в Торе, сумели выйти из Египта, ибо только владельцы этих душ могли войти в *Эрец Исраэль*.

Известно также, что вместе с евреями Египет покинули и группы египтян (*эрев рав*, люди которые не были евреями). Якова, который это предвидел, волновало их присоединение.

И его озабоченность, как впоследствии выяснилось, имела под собой реальные основания. Ведь именно представители *эрев рав* явились инициаторами создания в еврейском стане золотого тельца (как, впрочем, и других опрометчивых поступков). Яков заведомо знал, что «лишние буквы» в еврейском стане могут обернуться изменениями в Планах Всевышнего.

О том, какие изменения в изначальный замысел Творца были внесены из-за присутствия *эрев рав* в еврейском стане, рассказывается в следующих недельных главах.

Из содержания нашей недельной нам следует вынести важный урок: каждый еврей, каждая еврейская душа, «встраиваясь» в цельный организм, называемый народом Израиля, играет свою особую, уникальную роль в общей системе разделения труда, разделения ответственности, а, в конечном счете — представляя собой ничем незаменимую составную часть духовного мира.

Только соединение определенного количества еврейских душ в единое целое позволит нашему народу реализовать План Всевышнего и осуществить свое предназначение на Земле.

Потому что еврейский народ, по сути своей — живое воплощение Торы, в которой, в каждой ее букве, нам открывается Мудрость Творца мира.

«Народ Израиля, Тора и Всевышний — это единое целое», — сказано в книге *Зофар*. Из этого следует очевидный вывод: мы можем выполнить нашу миссию, если будем жить **по законам Торы**, то есть — в согласии с Волей Всевышнего...

Автор текста раввин Ари Канн

Иерусалим

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

Почему еврейскому ребенку дают имя Александр, а Итро — редко?
Шалом!

Только что посмотрел Ваше короткое видео Дают ли еврейскому ребенку имя Итро? (30.04.20). И у меня появился вопрос об имени Александр.

Я где-то читал, что это имя в честь греческого царя Александра Македонского.

Наши духовные руководители того времени постановили, что можно давать это имя еврейским детям — в честь великих дел, которые совершил Александр для еврейского народа.

Как и Итро (тестя Моше) царь Александр с уважением относился к народу Израиля. И, как Итро, он не был евреем.

Не могли бы Вы объяснить, почему можно дать еврейскому ребенку имя Александр, а вот имя Итро не дают вообще или крайне редко?

Большое спасибо.

(перевод с английского)

Baruch
Ohio, USA

Вы правы, и Александр и Итро — были неевреями. И Ваш вопрос вполне справедлив. Действительно, почему наши Учителя считали возможным давать еврейскому ребенку в честь греческого царя имя Александр, но Итро (тестя Моше Рабейну, кстати сказать) этой чести — не удостоили?

При том, что Итро публично и перед своим народом (*мидьяниты*) и перед народом Израиля — отказался от идолопоклонства и признал величие Всевышнего. Более того. Он распространил эти идеи (отказ от идолопоклонства и признание величия Творца) и в своем ближайшем окружении.

Так почему же имя Александр предпочтительнее имени Итро?

Для того, чтобы ответить на этот вопрос, надо совершить небольшой экскурс в историю и понять, в чем состоит весьма тонкое, но — существенное различие между этими двумя великими лидерами.

Александр Македонский появился на исторической арене, когда народ Израиля оказался в очень трудной ситуации, во всех смыслах — в политическом, экономическом, а главное — в духовном.

Речь идет об историческом периоде, предшествовавшем возвращению сынов Израиля из Вавилонского изгнания.

Землю Израиля в те времена наводнили пригнанные из разных стран бывшие жители Персидской империи, которые, говоря на современном языке, были, по сути, иммигрантами, но чувствовали себя на Святой Земле — хозяевами.

Евреев тогда в *Эрец Исраэль* было немного. Во всяком случае — недостаточно для того, чтобы противодействовать наглости пришельцев.

Без преувеличения можно сказать, что их существование в тот исторический момент, что называется — «висело на волоске».

И тут через Страну Израиля, по дороге в Индию, с намерением разрушить остатки Персидской и Вавилонской империй — проходит со своей армией великий царь, который уже разгромил часть стран этого региона. Он собирался подчинить себе мир.

Надо отметить, что царь Александр был гениальным полководцем. Но, что еще важнее — думающим и мудрым человеком.

Когда царь увидел делегацию еврейских Учителей, которые вышли к нему навстречу — он поклонился человеку, возглавлявшему эту группу. И объяснил своим приближенным, что он видел этого человека во сне, и тот сказал ему, что он, Александр станет победителем, осуществит цели, которые поставил перед собой, и Всевышний поддержит его.

Ту еврейскую делегацию возглавлял главный духовный наставник народа Израиля, которого звали Шимон ha-Цадик (великий праведник).

Вслед за еврейской делегацией, приветствуя великого полководца, к Александру подошла другая делегация — тех самых иммигрантов, о которых мы здесь уже говорили. Они сказали греческому императору, что они — исконные жители этих мест, а евреи здесь — чужаки.

Александр прогнал их с позором. Благодаря ему, народ Израиля получил столь важную для него передышку — этот сброд, распространившийся по нашей земле, поняв, какой позиции придерживается император-победитель, уже не решался нападать на евреев.

Чувство благодарности — одно из важнейших проявлений достойного человека. Поэтому наши Учителя и постановили, что евреи могут давать своим детям имя Александр. Но вернемся к вопросу, почему не поступили так же в случае с Итро? В чем его сущностное (духовное) отличие от Александра Македонского?

Александр не претендовал на присоединение к еврейскому народу. И — не стремился внести в греческое миропонимание какую-то часть еврейского мировоззрения. Что означает, что имя Александр — не содержит в себе негативную духовную

нагрузку (смешение с чуждым мировоззрением).

В отличие от него Итро именно это и сделал. Он создал религию, объединяющую элементы еврейского мировоззрения с придуманными им собственными концепциями. А вот это как раз — и опасно. Ибо имя Итро подразумевает легитимацию соединения мировоззрения Торы с чем-то другим, чуждым. Это несло бы в себе смерть нашему народу.

Говоря кратко, Александр помог нам сохранить жизнь, а Итро мог принести нам смерть.

Очень поучительная история, которая разъясняет многое, что произошло с нашим народом в последующие две тысячи лет, и чрезвычайно актуальная в наши дни. Но это уже — совершенно другая тема...

Автор текста Элиягу Эссас

Душа, придя в мир душ — может снова спуститься в наш мир?

Добрый день Рабби!

Прочитала ваш ответ про духовный мир наподобие океана с душами, в который душа приходит из нашего мира и, из которого души спускаются в мир.

В связи с увиденным ответом у меня появился вопрос.

Когда я была очень маленькой, настолько маленькой, что я не помню своего возраста, помню только, что я была очень маленькой. Моя мама один раз спросила меня в шутку, знаю ли, откуда я родилась. Меня этот вопрос очень озадачил, и я начала думать над ним.

Во время своих размышлений я вспомнила, как я родилась (это был не сон и не фантазия, я это до сих пор очень отчетливо помню). Я помню, что моя душа пришла в какое-то место, где было много существ, и я знала, что это были души (для меня они выглядели, как существа. У них был, у каждой души, свой образ. Многие души там я знала, но это не то, что мы понимаем под образом здесь, в этом мире (это похоже на то, как если вы в контакте с человеком, которого вы давно знаете, но с закрытыми глазами, вы чувствуете его как сущность, что-то отдалено похожее).

Мне там было очень хорошо, и у меня как бы над головой, как если бы над затылком, был Свет, и мне от этого Света было так хорошо и такая... больше чем любовь... (это можно передать, как если я себя полностью, без остатка, вверяю Ему, и это бесконечно хочется делать).

Потом Источник Света говорил со мной. Это не был разговор голосом. Мне не описать, как это происходило, но а-Шем (Всевышний) обращался ко мне.

У меня в душе или в сознании (не знаю) возникало Его обращение. И суть обращения а-Шема сводилась к тому, что я вспоминала свою прожитую жизнь, а а-Шем комментировал ее.

Это была жизнь женщины, которая, в общем-то, прожила праведную жизнь, но там было несколько но, которые при прокручивании ее жизни я сразу узнала и осознала, скольким душам я своим поступком (поступками) нанесла урон.

Мне было невыносимо стыдно и больно. Это не выразить словами, насколько мне было больно, что я не выполнила Волю Вс-вышнего до конца.

После этого я не могла находиться там и наслаждаться Светом Вс-вышнего, благословенно Его Имя во веки веков! И я попросила вернуть меня, чтобы исправить тот урон, который нанесла тем душам своими поступками.

Он общался со мной, как Отец с дочерью. Он сообщил, что даже не знает, что тут можно придумать (или предпринять). Потом сообщил, что кажется знает (иногда а-Шем так говорил, как бы советуясь с кем-то; позднее я узнала, изучая Тору, что Он советуется с ангелами, хотя Его Всесилие настолько велико, что в этом нет никакой необходимости).

Было принято решение, и моя душа (может быть, с кусочком еще чьей-то души, как вы говорите, но это мне уже неизвестно) полетела через длинный световой туннель, и я оказалась в своем теле.

После того как я вспомнила, как пришла в этот мир, я пришла к маме и ответила на мамин вопрос.

Вчера я прочитала на вашем сайте очень много информации на тему душ, устройства духовных миров. До вчерашнего вечера я мало понимала, что в этой сфере, вдобавок, я старалась дозированно читать Тору, чтобы не потерять голову и не терять концентрацию на решении основных своих задач.

В тяжелые и страшные минуты своей жизни вспоминала часто это воспоминание, и оно мне придавало сил. Так я свыклась с мыслью, что это все так и есть, а когда прочитала на вашем сайте ответ про то, что душа не может прийти в мир душ и потом оттуда спуститься снова в этот мир, то была очень озадачена. Не знаю, что мне теперь думать.

Помогите, пожалуйста, я вам очень доверяю Рабби...

Дополнительно хочу вас отдельно поблагодарить за то, что освещаете мой путь уже больше 10 лет.

Желаю вам и вашим ученикам добрых и долгих лет жизни!

**Мира
Варшава**

Чтобы то, о чем буду здесь говорить, было понятнее, предлагаю условно представить себе, что душа человека фортепианная клавиатура, на которой каждая клавиша — некий этаж человеческой души.

Чтобы воспроизвести, скажем, на рояле ту или иную мелодию, надо в определенном порядке нажать на клавиши. При этом, если, допустим, два пианиста играют по нотам одно и то же произведение, естественно, нажимая на те же клавиши — мелодия в их исполнении будет звучать по-разному. Потому что на качество звучания влияют и дополнительные факторы. Среди них — сила нажатия на клавиши, использование педалей, которые могут усилить или, наоборот, приглушить звук, сделать его, например, более продолжительным.

То есть нажатием на одну и ту же клавишу можно воспроизвести звуки разной длины, полноты, объема и силы.

Как все это соотносится с человеческой душой?

Если каждый этаж — это клавиша, и у всех людей в душах — те же этажи, то роль одного и того же этажа в душе может быть разной. И жизнь каждого человека (иначе говоря — жизнь его души) — индивидуальная мелодия, исполняемая на духовном фортепиано.

Есть души, в которых заметную роль играют этажи, связанные с ощущением особо тонких духовных реалий. Иначе говоря — соответствующие клавиши придают этой мелодии усиленные звуки.

Например, в Вашем случае просматривается способность улавливать и ощущать интерес к явлениям, связанным с определенными духовными явлениями. У большинства людей — нет ни такого интереса, ни такой способности. И, скорее всего — нет и потребности в этом (отмечу попутно, что не стоит огорчаться, если кто-то в себе такого не чувствует).

Прежде всего, успокою Вас. Пересказанные Вами в письме ощущения, вероятно, присутствовали в Вашей духовной жизни. Что вовсе не противоречит тому, что Вы слышали или прочли в моих ответах.

В них я говорил (и еще раз повторю), что душа человека после его смерти, поднимаясь в определенные духовные

миры — не возвращается в наш мир в качестве души другого человека. Например, при рождении ребенка в него — не вселяется чья-то «чужая» душа. Однако при этом — не исключается, что какие-то элементы души одного человека, могут стать элементом души другого человека.

И еще. Когда человек погружается в сон, часть его души поднимается вверх. И когда он просыпается — она к нему возвращается.

Надеюсь, мне удалось разъяснить эту непростую тему и помочь Вам, не внося в свои размышления об этом сомнения и путаницу — и в дальнейшем сохранять в себе воспоминания о прекрасных духовных явлениях, которые Вы ощутили.

Отмечу, что интерпретация картин, которые Вы запомнили и описали в своем письме — не проста и неоднозначна. Но сосредотачиваться на этом и выстраивать какие-то концепции — не следует.

Очень хорошо, что Вы изучаете Тору, с Ваших слов — «дозированно, чтобы не потерять голову». Это правильный подход к делу. Так и продолжайте.

Автор текста Элиягу Эссас

Сначала написано «7 недель», потом «50 дней». Как это понимать?

Главу «Эмор» читают в дни счета омера. Именно в ней располагается заповедь: И отсчитайте себе ... семь недель; полными должны они быть (Ваикра, 23:15).

Продолжение этой заповеди: ... отсчитайте пятьдесят дней ..., на первый взгляд, противоречит ее началу. Ведь семь полных недель это сорок девять дней (кстати, сорок девять дней мы и отсчитываем).

Как же понимать слова отсчитайте пятьдесят дней?

Elimelech

г. Ивано-Фркновск, Украина

Вы верно отметили в тексте Торы некую кажущуюся «несообразность». Действительно, написано, что надо отсчитать от первого дня Песаха семь полных недель, что, как понятно, подразумевает 49 дней.

С другой стороны, в следующей фразе того же фрагмента Торы говорится: «До дня после седьмой недели отсчитайте 50 дней» (Ваикра, гл. 23, ст. 15-16).

Таким образом мы выходим к празднику Шавуот, который мы отмечаем через семь полных недель после начала праздника Песах.

Название праздника, Шавуот, дает намек на слова «шева» (семь) и «шавуа» (неделя). То есть — намек на те самые семь недель.

Какое отношение ко всему этому имеет пятидесятый день?

Обратим внимание на то, что в Торе сказано — «**полные** семь недель». Слово «полные» здесь как будто бы — лишнее. Разве кому-то придет в голову подсчитывать недели частично?

Но мы знаем, что в Торе лишних слов — не бывает. Следовательно, если сказано в Торе — «полные семь недель», значит, должна быть какая-то гарантия, что мы отсчитаем именно семь недель, не меньше.

Ведь если мы будем думать, что эти семь недель завершатся, допустим, на один час или даже на минуту раньше — семь недель будут уже неполными.

Гарантия полноты в выполнении заповеди Торы может быть только в том случае — если мы подведем итоги нашему вычислению в 50-й день. И пусть это будет лишь самое начало 50-го дня, но это обязательно должен быть 50-й день.

Об этом и говорится в тексте Торы, в том ее фрагменте, где написано: «отсчитайте пятьдесят дней».

Надеюсь, мне удалось разрешить Ваше недоумение.

Однако на этом не остановлюсь. Продолжу и задам другой вопрос: почему именно в этом счете требуется абсолютная полнота (ни на минуту раньше)?

Мы отмечаем субботу и наши великие праздники. И в указаниях, когда начинать их отмечать — нигде не говорится, что нельзя приступать к празднованию раньше. Наоборот, это даже — поощряется.

Поясню.

День по правилам нашей традиции начинается с захода солнца. Однако отмечать субботу и праздники мы начинаем еще до захода солнца. Обычно минут за двадцать до этого. Но главное — «до».

Ответить на заданный мной вопрос — несложно.

Всегда правильно что-то убрать от будней и добавить к святости. Или — уменьшая будни, увеличивать святость.

К примеру, суббота — святой день. Поэтому мы начинаем ее соблюдать еще до заката.

Но в данном, рассматриваемом нами случае (в этом смысл заданного мной вопроса), когда речь идет о празднике Шавуот — Тора настаивает, чтобы мы приступили к празднованию точно в указанное время, не раньше (даже и на минуту).

Почему?

Чтобы это понять — вспомним, в чем заключается суть праздника Шавуот.

Это — праздник дарования Торы. А Тору Всевышний дал нашему народу для того, чтобы у нас была, условно говоря, инструкция, следуя которой нам надо исправлять поломки в Высших духовных мирах.

В наших книгах рассказывается, что в духовных мирах было семь главных, корневых поломок (разрушений). В процессе образования этих поломок в каждой из них произошло по семь катастроф. Итого в Высших духовных мирах — 49 разрушений.

Для их исправления, повторю, и была дана Тора. Поэтому праздновать дарование Торы можно только после того, как мы неким образом «пересчитали» все, без исключения, поломки. А на этот подсчет произошедших в Высших духовных мирах трагедий нам отпущено 49 дней (ни секундой меньше).

Это со всей ясностью намекает, что Тора дана и предназначена для **полного** исправления всех 49-ти поломок.

И в заключение обращу внимание на то, что каждый год, от Шавуота до Шавуота, в процессе нашей духовной работы мы исправляем столько, сколько нам удастся. А после завершения Шести тысяч лет материалистической истории мира (сейчас у нас 5780 год) мы перейдем в Седьмое тысячелетие, в котором исправим практически все разрушения, во всяком случае — те, что закодированы в числе «семь».

Намек на это — шесть дней Сотворения мира. Седьмой — космическая Суббота (*Шаббат*). Седьмое тысячелетие...

Автор текста Элиягу Эссас

Г-н Мандельблит носит черную кипу. Это маскарад?

Г-н Мандельблит носит черную кипу, то есть соблюдающий еврей. Но, судя по вашим статьям, он не слишком порядочный человек.

Как так? Или это у него маскарад?

Проясните, пожалуйста.

Basilio Europe

Вы выдвигаете на обсуждение очень важную тему. В этом вопросе и в самом деле — очень много путаницы. При том, что речь идет о принципиальной проблеме, касающейся фундаментальных основ нашего мировоззрения.

Мы говорим здесь, в частности, об одежде человека.

Одежда, как правило, указывает на принадлежность человека к какому-либо сообществу, к какой-то группе. В современном мире это наиболее очевидно в случаях, когда люди носят военную форму.

Во всех армиях мира по форменной одежде можно определить, в каких именно войсках служит человек. А также (поскольку армия — иерархическая структура) — какое положение он занимает в армейской иерархии.

По форменной одежде легко отличить, допустим, летчика от танкиста, полковника — от лейтенанта и т.п.

Очевидно, что «нормативный» военнослужащий ответственно относится к своей службе, стремясь достичь определенных

успехов. И осознает, что его успехи — часть общих достижений армии, в которой он служит.

При этом не менее очевидно, что, поставив рядом полковника и лейтенанта — мы, ничего не зная о них, не сумеем понять, кто из них более честен, у кого из них к военному делу настоящий талант, у кого — весьма умеренные способности. И т.д. и т.п. Мы можем лишь не без оснований предположить, что у полковника больше военных заслуг, нежели у лейтенанта.

Что означает в нашей традиции ношение кипы?

В принципе это означает, что так «нормативный» еврей заявляет о себе, что он принадлежит к группе людей, которые считают, что им в жизни следует руководствоваться Торой. Что в этой группе стремятся выполнять заповеди.

Само собой разумеется, что речь идет о реализации всех заповедей, которые человек может выполнять в наши дни. В том числе — о выполнении немалого количества заповедей, обуславливающих принципы взаимоотношений между людьми.

У нас нет никаких оснований, чтобы подозревать Авихая Мандеблиту в том, что он, надев кипу, пошел на сознательный обман, надеясь скрыть так свои подлинные мысли и намерения, что на самом-то деле он — не верит во Всевышнего, в истинность Торы, и не считает необходимым соблюдать записанные в ней законы.

Тут есть и другая сторона дела.

Существует такое понятие — презумпция невиновности. Пока доподлинно не доказано, что некто (в нашем случае — «нормативный» религиозный еврей) сознательно пошел на обман — его запрещается подозревать в осознанной лжи.

Поэтому на это мы не в праве даже намекать.

Подчеркну, что Авихай Мандеблит получил высокую должность юридического советника правительства — не за то, что на его голове черная кипа. Но — за профессиональные навыки, юридическую грамотность и другие качества, необходимые для выполнения должностных обязанностей на этом посту.

Итоги выполнения этих обязанностей — принятие юридических постановлений, определений и рекомендаций. С таких позиций мы и анализируем его деятельность. В этом смысле — не имеет значения уровень его религиозности и искренность в осуществлении им заповедей Торы.

Религиозный сапожник может изготовить некачественную обувь. И это не бросает тень на его религиозность. По произведенной им обуви можно лишь судить об уровне его профессионального мастерства.

Это относится к оценке работы не только сапожника, но — и юридического советника.

За последние год-два к его деятельности на должности юридического советника правительства возникло немало претензий. Поэтому на нашем сайте высказываются в его адрес те или иные критические замечания.

Вместе с тем, нельзя не отметить, что на своем посту он принимал и такие решения, которые, по нашему субъективному мнению — приносят обществу пользу.

В этом, собственно, и заключается суть ответа на Ваш вопрос.

Между тем, то что человек носит кипу, то есть является религиозным евреем, и теми или иными недостатками в его профессиональной деятельности — противоречия нет.

В заключение выражу надежду, что, читая этот ответ, посетители сайта понимают, что высказанное в нем отношение к Мандеблиту — лишь единичный пример того, как всем нам следует относиться к другому еврею.

Автор текста Элиягу Эссас

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

Новое исследование показывает, что беспокойство в меру — мощный инструмент, способный помочь человеку в жизни. Но как найти верный баланс между нормальным беспокойством и неврозом?..

УЧИТЕСЬ БЕСПОКОИТЬСЯ ПРАВИЛЬНО

Шарлотта Хилтон Андерсен

Беспокойство в современном обществе имеет плохую репутацию. Мы стараемся быть хладнокровными и уравновешенными, а тех, кто беспокоится по многим поводам, считаем — паникерами.

Никто не утверждает, что всепроникающее чувство тревоги (это, по сути — ментальная проблема) — позитивное явление. Однако мало кто знает, что в ежедневных волнениях есть и положительные стороны.

Недавнее исследование, результаты которого опубликованы в сборнике «Общественный и личный психологический компас» (Social & Personality Psychology Compass), показало, что в небольших дозах чувства беспокойства и тревоги — вполне естественны.

Более того, они помогают людям восстанавливаться после травмы, лучше планировать свои действия, с большей тщательностью готовиться к серьезным мероприятиям, вести здоровый образ жизни и

даже преодолевать депрессию.

Очень важно научиться пользоваться позитивными свойствами беспокойства, но при этом — не переходить границу.

Участник данного исследования профессор, декан отделения профессиональной психологии при университете в Денвере (штат Колорадо) Шелли Смит-Акуна подчеркивает, что главное — уметь направить свои тревоги в позитивное русло.

«Беспокойство предупреждает вас об опасности и угрозах, указывает на проблему, — разъясняет она. — И человек, в большинстве случаев, будет искать помощь или недостающую информацию, что ведет к разрешению проблемы».

А теперь — о том, как «правильно» беспокоиться.

Беспокойство по поводу здоровья

У вас боли в области грудины, или Вы, допустим, упали в обморок.

Одна из первых реакций вашего организма — ощущение беспокойства. «И это — нормально, — заключает профессор Смит-Акуна, — Так и должно быть. Те, кто беспокоятся о своем здоровье, скорее всего — примут превентивные меры: сделают, например, маммографию или колоноскопию и т.д. Умеренное беспокойство о здоровье поможет решить многие проблемы. Человек, скажем, попытается сбросить лишний вес или начнет питаться здоровыми продуктами. Однако следует помнить, что существует очень тонкая грань, отделяющая ипохондрию от нормального беспокойства, позволяющего избежать проблем в будущем. Не ищите у себя болезни сами, — советует Смит-Акуна. — Лучше обратитесь к своему лечащему врачу. И не беспокойтесь слишком сильно, чтобы не получить обратный эффект — когда люди боятся идти в поликлинику».

Беспокойство по поводу карьеры

Большинство из нас работает и, конечно же, беспокоится о своей работе. У многих возникают сомнения: достаточно ли я компетентен для своей должности, как относится ко мне начальство? Кто-то, к примеру, тревожится по поводу, насколько прочны позиции фирмы, в которой он трудится. И т.д. и т.п.

Тут нужно осознавать, что постоянные тревоги совершенно не помогают карьере.

Однако, по мнению профессора Шелли Смит-Акуна Смит-Акуна, здоровые волнения могут поспособствовать успеху.

«Иногда вы тревожитесь о реальных проблемах, которые не стоит игнорировать, — говорит она. — Ваше беспокойство в каких-то ситуациях подтолкнет вас к тому, чтобы оставить бесперспективную работу или, например — попросить у кого-то помощь, если что-то не получается. Но чрезмерное беспокойство порой понижает самооценку, а в результате — человек может слишком легко сдать, спастись перед трудностями и/или стать слишком чувствительным в оценке отношения к себе коллег. Пока тревожность помогает работать продуктивнее, она — ваш союзник. Если же она провоцирует противоположные, нежелательные реакции — постарайтесь от нее избавиться».

Беспокойство по поводу семейных отношений

По словам профессора Смит-Акуна большинство людей, приходящих

к ней на консультацию, обращаются именно с этой проблемой.

И она объясняет, что беспокойство по поводу отношений в семье имеет свои позитивные стороны. Оно способно сблизить жену с мужем.

«Если внутренний голос проявляет беспокойство, — рассказывает она, — это следует воспринимать сигналом к тому, что нужно что-то сделать, чтобы улучшить семейные отношения, возродить искру, которая была вначале. И делать это необходимо — не откладывая, пока еще не поздно. Тревога может помочь понять, что в отношениях с близким человеком появились нездоровые тенденции. Стало быть, надо задуматься, что в них не так, и постараться устранить помехи».

В числе подводных камней в семейных отношениях — реальная опасность, что кто-то обидится настолько, что прервет общение с обидчиком. Эмоциональные раны могут долго не заживать, а моменты нанесения обиды — то и дело всплывать в памяти. Даже если с тех пор прошло много времени.

Из-за давних обид мелкие проблемы подчас вырастают в огромные (нередко — потому, что «действующие лица» притворяются, что ничего не случилось).

«Не держите в себе тревогу по поводу семейных отношений (с мужем, женой, с родителями, братьями, сестрами и другими родственниками), — советует д-р Смит-Акуна. — Доброжелательно и открыто поговорите со своими близкими. Постарайтесь построить разговор так, чтобы каждый мог рассказать, что означает для него та ситуация, которая показалась вам обидной. А в результате у вас появится реальный шанс на восстановление отношений».

Беспокойство по поводу безопасности

По данным исследования, те, кто всерьез беспокоится о своей безопасности — наденут шлем, когда садятся на велосипед или собираются ехать на мотоцикле. Во время поездки на машине — пристегнут ремни безопасности, научатся оказывать первую помощь, и примут другие меры предосторожности.

«Беспокойство встроено внутри нас, — констатирует д-р Смит-Акуна. — Оно помогает нам увидеть реальную ситуацию. Не стоит слишком много смотреть

телевизор. После просмотра передач, перестаешь понимать, где таятся реальные угрозы, и где их — нет».

Одно дело — заботиться о своей безопасности, другое — бояться выйти из дома, полагая, что нигде не осталось безопасных мест. И если человек пребывает в постоянном страхе, нигде не ощущая себя защищенным — ему требуется помощь специалиста».

Беспокойство по поводу продуктов питания

Один из самых важных факторов влияния на здоровье человека — качество продуктов, которые мы употребляем в пищу. И это, как очевидно — под нашим контролем.

Беспокойство о своем здоровье может заставить человека правильно составить свой рацион. К примеру — употреблять больше овощей, тщательно мыть продукты перед употреблением, не есть продукты, у которых закончился срок годности и т.д.

«Важно при этом, — отмечает профессор Смит-Акуна — не заходить в своем беспокойстве о питании слишком далеко и не задумываться над каждым куском, который вы собираетесь положить в рот. Помня, что главное — как вы себя чувствуете после употребления пищи определенных видов. Получайте удовольствие от еды и обращайтесь внимание, как ваш организм на нее реагирует. Старайтесь есть то, что вам нравится, и от чего вы чувствуете себя хорошо».

Беспокойство о детях

С той самой секунды, как вы вышли из роддома, неся в руках маленький бесценный сверток, вы уже волнуетесь за своего ребенка. Для некоторых все, что происходит с ним, что называется — «вопрос жизни и смерти».

«Родительское беспокойство, — подчеркивает д-р Смит-Акуна, — может сослужить хорошую службу. Оно включает в себя интуицию — потому что никто не знает вашего ребенка лучше, чем вы. Собирайте больше информации, и она поможет вам понять, где действительно нужно беспокоиться, и где причин для тревог — нет. Главное — не переходить границу. Это очень важно для нормального психологического и эмоционального развития детей.

Ведь, в конце концов, каждый родитель хочет быть примером для своих детей, и в том, в частности, как справляться со страхами. Будьте предельно осторожны, чтобы не внушить вашему ребенку чувство страха».

И в заключение — общие правила, выведенные профессором Смит-Акуна.

«Как и многое в нашей жизни, — резюмирует она, — беспокойство нуждается в балансе. Пренебрежение к тревогам, игнорирование собственного чувства беспокойства может поставить человека в опасную ситуацию. В то же время, если человек беспокоится слишком много и слишком часто, по каждому, даже не заслуживающего того мелкому поводу — это может привести к Obsessive (когда у человека возникают тревожные навязчивые идеи и мысли).

Само по себе беспокойство — не решает проблемы. И хотя иногда и может показаться, что лучше уж беспокоиться, нежели равнодушно взирать на происходящее — не поддавайтесь этой иллюзии.

Чрезмерное беспокойство — разрушительно, если оно не побуждает вас к действию, поиску конструктивных решений, способных изменить ситуацию к лучшему.

Но как понять, когда Вы в своих волнениях переходите (или уже перешли) «красную черту»?

Если ваше беспокойство основано на явном преувеличении опасности, если вы не в состоянии реально оценить ситуацию, если ваша тревога не заставляет вас задуматься над решением проблемы, и не оставляет вас, даже если взволновавшие вас обстоятельства меняются к лучшему — это означает, что вам нужна помощь извне».

Всемирное еврейское обозрение

Перевод с английского

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Что нужно знать о коронавирусе

доктор Арье Марголин

Сейчас я говорю с вами из столицы штата Огайо, Колумбус. Это город, в котором за всё время своего существования, Огайо существует 200 лет, не было чрезвычайного положения. Не знаю, что здесь происходило 150 лет назад, во времена Гражданской войны, но с тех пор чрезвычайного положения здесь не было. Ситуация кардинальным образом изменилась. И это показывает нам, насколько наш мир меняется, насколько всё то, к чему мы привыкли, меняется вместе с ним.

И я хотел бы начать с некоторых слов из Торы. И потом меня попросили, как медика, рассказать о том, что мы все можем сделать в этой ситуации, с медицинской точки зрения. Мы сейчас закончили читать книгу "Шмот", книгу, которая называется на английском языке "Экзодус", а на русском - "Исход".

Она описывает в больших деталях, которые на первый взгляд кажутся слишком преувеличенными и слишком детальными, сессию переносного Храма в пустыне, который назывался Ковчегом завета. Он существовал меньше сорока лет, до тех пор, пока евреи ходили по

пустыне. И поэтому необычным является то, что столько времени уделяется каждой детали.

Рав Фурман говорит, что значение Ковчега завета, должно научить нас тому, как мы приводим присутствие Всевышнего в этот мир. Каждая деталь важна и каждый маленький шаг имеет значение. Поэтому, если вы почитаете, то увидите, что очень необычную роль играют деревья акации. Они имеют необычное происхождение, потому что по понятным причинам евреям в пустыне негде было рубить деревья.

В пустыне не росли деревья, и очевидно, что евреи вынесли деревья из Египта. Мидраш говорит, что Яков сказал своим сыновьям взять с собой эти особенные деревья, которые наша традиция связывает с нашим праотцом Авраамом. И особенно шест, которым скреплялись эти палки, они были прямоугольной формы. И шест, который назывался "барю хатихон" был средней формы, он скреплял и проходил "мина кацеля каце", "от края до края", чудесным образом огибаясь по краям этого прямоугольника. И он, как говорит мидраш, сделан из того дерева "эшен", которое Авраам использовал для того, чтобы принимать путников. И все намекает нам на очень интересную идею - все, что связано с Мишканом, его строительством, выделением места, строится на хеседе, на идее добра и помощи другим.

Для того, чтобы привести Всевышнего в этот мир. Эти деревья использовались и для строительства того, что мы называем Арона кодеш, Ковчега завета, в который вкладывались скрижали, которые символизируют Тору. И жертвенник символизирует наши молитвы, которые заменяют жертвоприношения. Для того, чтобы нам преуспеть во всем этом, нужно построить фундамент, который основывается на "хеседе", на помощи другим, которая делается бескорыстно, от всего сердца.

Возникает вопрос: "Как мы можем это сделать?". Обычно все с этим соглашаются и все за. Возникает проблема, как мы практически это осуществляем? Я помню, когда я был ребёнком, был такой мультфильм про кота Леопольда, который говорил: "Станьте поскорее чуточку добрее". И все с этим соглашались, я помню, все даже песенку эту напевали. Стал ли кто-то от этого добрее? - я не знаю... Просто соглашаться с какой-то идеей - это нас не меняет. И сейчас мы находимся в такой необычной ситуации, которая вывела нас из повседневной рутины.

Если есть положительное зерно в том, что происходит, это то, что у нас есть некоторое время для ретроспекции и для того, чтобы посмотреть в себя и на мир вокруг нас. И я надеюсь, что это не будет продолжаться долго. И вопрос: "Что мы можем делать в эти дни, как мы можем изменить ситуацию?". В Танахе, еврейской Библии, в книге "Царей", "Мелохим алеф", в 16 главе описывается очень интересный эпизод. Был такой царь, которого звали Зимри, это был царь, который правил над народом в течении семи дней. И необычным образом Танах говорит, что он был нечестивый царь, что он делал плохое в глазах Всевышнего. И он привёл к тому, что евреи упустили свой потенциал, совершили неправильные поступки, так сказать, промазали в духовном плане. И очень интересно, что Танах использует такое же определение для царя земли, который правил семь дней и для царя Минаше, который правил 55 лет.

Про обоих царей сказано одно и то же. Разные слова, но одна формулировка, что оба делали плохое в глазах Всевышнего и ввели Израиль в это заблуждение, в "хед". Возникает вопрос: "Как это

может быть, что царь земли за семь дней сделал качественно то же самое, что царь Минаре за 55 лет?". И ответ состоит в том, что иногда за считанные дни человек может сделать очень много. И если речь идёт об отрицательном, то тем более это относится и к положительному. За считанные дни мы можем очень многое изменить, если мы правильно к этому подойдём.

Наша традиция говорит, что есть человек, который за один час может удостоится Грядущего Мира (Олам Аба). Слово "шаа" не только означает один час, но ещё означает и поворот. Например, когда описывается, что Всевышний отверг предложение Каина, сказано "лошаа". Это не значит, что какой-то временной отрезок, сказано, что он не повернулся, не обратился. И "шаа", это поворот, говорит о том, что человек за считанные дни может достичь очень многого.

Мы сейчас приближаемся к празднику "Песах", и я хотел бы упомянуть два момента, относящиеся к этому празднику. Во-первых, очень необычно, что праздник "Песах" символизирует наше избавление. И мы знаем, что мудрецы сказали, что будущее избавление можно отнести как ко всему народу, так и к каждому человеку в отдельности. Оно похоже на избавление из Египта. И мы видим, что "Седер", во-первых, связан с вопросами, нам нужно задавать вопросы. И у нас сейчас у всех есть время, когда очень стоит посмотреть на "Пасхальную Агаду". Вся "Агада" построена на вопросах.

Один из вопросов, который мы задаём, это часть "Маништана". "Во все ночи мы обмакиваем еду один раз, а в эту ночь два раза". Возникает вопрос: "Как это связано с историей Исхода?". И один из величайших галахических авторитетов При Хадаш говорит очень интересную вещь. Он говорит, что никак не связано.

Это никак не связано с историей Исхода, и более того у нас нет логического ответа. Почему же мы тогда задаём этот вопрос: "Почему во все ночи мокаем один раз, а в эту ночь два раза?". Потому что сам процесс задавания вопросов, даже если у нас нет ответов, очень важен. Первое, что должен сделать человек, это начать задавать вопросы. Это первый практический совет. Как мы сказали, в отличии от кота Леопольда, который пел песенку: "Станьте поскорей чуточку добрей", и всё. И пошёл в

обычный автопилот, в обычное своё существование. Нужно уметь задавать вопросы, - это первый урок "Песаха".

Второй вопрос показался мне довольно интересным. Все, кто знаком с нашим законом, знает, что мы читаем три абзаца, три отрывка "Шма". И третий отрывок "Шма" описывает заповедь "цицит". В основной своей форме, когда мы говорим благословения на "цицит", на кисти талита, это относится к светлому времени суток, это делают днём, потому что сказано "утр и тэм" - "видите их". И поэтому возникает вопрос: "Зачем мы читаем этот отрывок ночью?". И Талмуд говорит, что мы читаем это ночью для того, чтобы помнить об исходе из Египта, потому что каждую ночь есть заповедь помнить об исходе из Египта. И тогда возникает вопрос: "Если каждую ночь мы помним об исходе из Египта, чем в Песах ночь Седера отличается от других ночей?". Мы каждую ночь должны помнить об исходе из Египта, что же такого особенного происходит в Песах?

Рав Соловейчик задаёт этот вопрос, и он даёт интересный ответ. Он говорит, что да, во все ночи мы должны помнить об исходе, но в ночь Седера мы делаем что-то необычное. Мы не просто помним, мы говорим: "Элохи хах" - "И поэтому помню, я понял и поэтому". Мы должны сделать две вещи: "леодот", как вы знаете с иврита "леодот бэ" - это признавать, "леодот ле" - это благодарить. Мы должны признавать реальность, должны быть благодарными. И второе - "леолель". "Леолель" от слова "халель" - это действительно искренне понять и быть благодарными за всё, что у нас есть, а также уметь это выразить. И вот этот переход концептуально очень важен, когда мы не просто что-то понимаем, а говорим: "Элохи хах" - "Я что-то понял и поэтому это так".

Это могут быть небольшие вещи, могут быть не гигантские изменения, но сам переход в нашем сознании. Когда мы задаём вопросы, когда делаем ретроспекцию, и потом предпринимаем какие-то шаги. Это первый путь к изменению ситуации.

И сейчас почти у всех нас есть больше времени, мы изолированы от мира вокруг нас. У нас есть возможность задать эти вопросы, посмотреть. Может мы можем связаться с людьми, с которыми мы долго не связывались, которым нужна поддерж-

ка, с которыми поссорились. И особенно наши учителя рекомендуют посмотреть на случаи, когда мы поссорились по каким-то идеологическим причинам, мы сделали это во имя Небес. Ещё раз посмотреть, действительно ли это так, или просто поссорились по каким-то другим причинам. Посмотреть в себя, может быть мы можем что-то изменить, можем понять по-другому. Я уверен, что если мы все сделаем такие маленькие шаги, то эта ситуация изменится, и я надеюсь изменится скоро. И на этом я закончу вводную часть.

И во второй части я вам попытаюсь рассказать какие-то практические медицинские советы, которые надеюсь вам помогут. Ещё раз спасибо.

Прежде всего я хотел бы со всем медицинским персоналом выразить солидарность тем, кто проходит очень тяжелые испытания от этой пандемии. И я хочу сказать, что в нашей команде есть врачи из самых разных уголков мира: Китая, Кореи, Индии. И я очень впечатлён. Месяц назад никто не ожидал, что Колумбус будет сейчас в чрезвычайном положении, и что будет вторая ступень пандемии, о которой я хотел бы с вами поговорить. Я удивлён - никто не дрогнул, никто не побежал, все работают очень слаженно. У нас есть небольшое преимущество, каждый из нашего персонала пришел со своим багажом знаний из разных частей света. У нас очень необычная такая компания, где происходит обмен идей.

Одна наша китайская коллега постоянно читает с сайта на китайском языке о том, что происходит в Китае, и она связывается со своими друзьями в медицинской сфере. Наша коллега из Индии дала некоторые интересные советы на основании индийской медицины. Можно добавить и мои скромные возможности, то, что я читал и видел. Я хочу всё это суммировать в этом коротком видео и дать какие-то практические советы.

Прежде всего, что происходит? Пандемия - это мировая эпидемия какой-то инфекции. Все помнят про пандемию чумы в 13 веке и про испанку, грипп в 1918 году. Это инфекция, которая распространяется на многие страны, об этом все знают. То, что я хотел бы подчеркнуть, что у этой пандемии есть несколько этапов. Первый этап это "трейсен трит", это когда есть отдельные заболевания, которые можно вычислить, изолировать и вылечить.

Он, к сожалению, пропущен во многих странах. Я могу это сказать про Америку, могу сказать про Израиль, этот этап упущен. У меня нет достаточной информации про Россию, но из того, что я вижу, это приближается к этому. Может быть войдёт, может не войдёт, я не знаю, какие данные являются более достоверными. Но всё равно, где бы вы не находились, эта информация, о которой я вам расскажу, надеюсь будет для вас релевантна.

Когда мы находимся во втором этапе пандемии, это называется "камьюнити спред", вирус переходит от одного человека к другому, и нет никакой связи с каким-то событием или путешествием. В этой ситуации есть два метода, которые каждый человек может применить, чтобы защитить себя. Первый - это социальная изоляция, я не буду много об этом говорить, все это понимают. Не подходить ближе, чем на два метра вообще к другим людям без необходимости, и тем более к людям в группе риска. Без крайней необходимости нельзя выходить из дома, и вообще следовать указаниям в вашем районе.

Хочу сконцентрироваться на мытье рук. Потому что, когда я говорю про мытье рук, большинство закрывают глаза и говорят: "Ты будешь нас учить, как мыть руки?". Мы сделали небольшую проверку, здесь у

нас много людей из самых разных культур и образовательных уровней. Я бы сказал, большинство из них моет руки неправильно. И значительная часть людей их вообще не моет или моет их недостаточно часто. Поэтому в конце этого видео я покажу вам, как мыть руки. Сейчас я коротко скажу, что лучше всего мыть руки в течении одной минуты каждые три часа, если это невозможно, то хотя в течении двадцати секунд. Самое главное в мытье рук - это текущая вода, сколько времени руки находятся под текущей водой. Я знаю, что есть другие мнения, и я их приведу, когда буду говорить о мытье рук.

Я вам приведу простой пример. Во время эпидемии чумы, в 13 веке, ещё до всяческих растворов для дезинфекций, до того, как были канализации с использованием проточной воды, исторически известно, что, например, еврейские общины пострадали намного меньше. Потому что по еврейскому закону нужно мыть руки, когда человек встаёт, перед тем, как он ест хлеб, и когда он пользуется уборной, и просто само мытье рук, даже без проточной воды, спасло много жизней. Поэтому я двумя руками за мытье рук, и я уделю этому пару минут в конце видео, чтобы убедиться, что люди полностью понимают, как мыть руки.

Теперь, какие ещё практические указания? Если есть возможность, когда нет полного карантина и человек может это сделать, важна иммунизация от гриппа. Конечно она не поможет от коронавируса, но она поможет вам от гриппа в такое время. Это заболевание только добавит стресса, неудобства и большие проблемы. Поэтому это никому не нужно. Второе - если человек старше шестидесяти лет, мы рекомендуем, чтобы он получил иммунизацию от пневмонии и от опоясывающего лишая. Потому что во время стресса и пониженного иммунитета — это может проявиться, это очень больно и довольно сложно лечить в такой ситуации.

Теперь, коротко о витаминах. Во-первых, много людей спрашивали нас о витаминах. Я видел вчера сиди-си опубликовал обращение, что необходимо убедиться, что у вас нормальный, даже выше среднего уровня, витамин Д. Это очень просто, у большинства религиозных евреев, которые лечились в такой практике, если они не принимали витамин Д, он у них понижен. Просто потому, что они редко загорают на пляже и редко работают на открытом солнце. Очень легко восполнить витамин Д.

Все, что я говорю, - это общая информация, я не могу давать конкретных указаний. Обычно в большинстве всех мировых лабораторий считают, что самый низкий уровень витамина Д, - это где-то 20 или 20 с чем-то. А я считаю, что ваш витамин Д должен быть выше 30-ти. И есть прямая связь между витамином Д и вашей иммунной системой.

Второе - это витамин С, и витамин Е. Наша коллега из Китая связалась со своими знакомыми в Китае, и они подтвердили публикации, что в Китае используют витамины С, Е для лечения больных, заражённых корона вирусом.

И они используют высокие дозы, я не хочу их упоминать, потому что я не рекомендую, чтобы вы употребляли эти витамины в таких нормах. Но я рекомендую, чтобы вы в разумных пределах принимали нормальные дозы витамина С и витамина Е, если у вас нет противопоказаний.

Особенно люди, у которых могут быть камни в почках, я хочу, чтобы вы посоветовались со своим нефрологом или урологом относительно

витамина С. Средний человек без проблем может принимать в это время витамин С.

Теперь, очень важно, что ещё повышает иммунитет? Не то, что люди думают, очень многие исследователи показали, что 20 минут зарядки в день, упражнения, нормальная диета с пониженным содержанием сахара, добавок, пищевых красителей. Джанкфуд и фастфуд нужно уменьшить. Должно быть больше растительной составляющей, больше полезных жиров, меньше сахара, больше овощей, некоторых фруктов. Это не лекция по диетологии, но у вас должна быть нормальная диета, а также нормальный сон и отсутствие крайнего стресса. Это улучшит вашу иммунную систему. Причём от стресса я рекомендую принимать валерьянку, ромашку, ашваганда (это соплемент из Индии, были исследование, которые доказали, что он понижает стресс и волнение, если его принимать до 4 недель, то без побочных явлений. Ашваганда на санскрите означает "как лошадь", он повышает энергию человека), не рекомендую принимать седативные препараты.

Несколько слов об овощах. В Китайской медицине используют для этого комбинацию овощей, которая, как они считают, вызывает тепло. И, с точки зрения обычной логики в западной медицине, мы знаем, что часть из этих овощей обладают антибактериальными, антивирусными свойствами, усиливают иммунную систему. Это прежде всего чеснок. Учтите, что чеснок разжижает кровь, поэтому люди на разжижителях крови, или те, у которых язва, дивертикул, нужно быть осторожными. Вторая комбинация - это имбирь, и лимон. Их нужно покупать свежими по возможности. Их необходимо порезать, залить кипятком, добавлять мёд и пить 2 - 3 раза в день. Я хочу ещё упомянуть орегано ойл, это соплемент, масло, которое можно принимать в капсулах, оно тоже усиливает иммунитет.

Ещё рекомендую фрукт, о котором мне рассказали коллеги из Индии. Этот фрукт называется Amla, один из самых насыщенных фруктов витамином С. В Америке можно приобрести его размолотым и добавлять в кофе.

Это антиоксидант, мы знаем, что вирус вызывает какиновую бурю и выделение свободных радикалов. Поэтому антиоксиданты сами по себе очень полезны. Ещё

одни из корней, который используется в китайской медицине, называется Vurpleugum, он использовался китайцами при лечении вируса Sans.

Его тоже можно достать без рецепта. Проблема в том, что его нельзя принимать, не проконсультировавшись с врачом, потому что могут быть побочные явления. Когда меня спрашивают, я говорю, что Amla вы можете принимать профилактически, там витамин С, но без симптомов я бы не рекомендовал принимать Vurpleugum. Можно принимать только по рекомендациям ваших врачей. Ещё хочу сказать про Red Reishi mushroom. Это гриб Reishi, который также можно купить в виде порошка и добавлять в кофе, он усиливает иммунитет.

Несколько слов хочу сказать про ультрафиолетовые лампы, они используются для дезинфекции. Эти лампы убивают все вирусы, включая Covid 19.

Помните, что вам нельзя находиться в помещении, если вы используете эти лампы. Если вы вкрутите такую лампочку и будете сидеть под ней, это увеличит ваши шансы заболеть раком кожи, поэтому нужно делать это осторожно. Но, в принципе, это довольно дешёвый способ.

Можно проконсультироваться, но нужно знать, что лампа должна быть достаточно мощной для вашего помещения. И не забывайте, что если есть какие-то покрытые поверхности, например, кто-то трогал что-то и покрыл это бумагой или чем-то другим, или кто-то кашлял на что-то и это закрыто, то ультрафиолет не будет проникать. Ультрафиолетовые лампы довольно эффективное средство.

Ещё чай. Чай есть с эхинацеей, с ромашкой, их можно приобрести и пить как чай. Имбирь, лимон можно пить как чай. И последнее, что я хотел сказать, это про элдебери. Элдебери - это сильное средство для улучшения иммунной системы.

Но последние исследования не рекомендуют его принимать в случае опасности заражения вирусом covid 19. Это из-за опасности, что элдебери усиливает цитокины, которые могут усилить цитокиновый шторм, что приводит к ухудшению состояния.

Поэтому такие препараты, как семдикол сейчас не рекомендуют употреблять.

Это несколько идей, которыми я хотел со всеми поделиться.

Нужно очень серьезно относиться к мытью рук и к дезинфицированию поверхностей. Для этого подходит обычная хлорка, в которую можно добавить спирт (70% и выше) для обработки поверхностей.

К сожалению сотовые телефоны могут быть источником распространения вируса. Потому что, если вы их не дезинфицируете, и другие люди их трогают, и кашляют на них, вы подносите их к лицу, и этим подвергаете себя риску заражения. Используйте громкоговоритель в сотовых телефонах, и используйте блютуз, беспроводную связь, если вы их используете, дезинфицируйте их. Вот в общем все мысли, которыми я хотел с вами поделиться. Спасибо всем людям, которые поддерживают этот канал и сайт evrey.com

Автор текста Д-р Арье Марголин,

Кливленд, США

признанный американский врач,

лауреат престижных врачебных премий, даёт важные практические советы о предотвращении коронавируса и укреплении иммунной системы.

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Совсем недавно мы писали о празднике Пейсах. Вот уже приближается праздник Шавуот.

Если в Пейсах Всевышний сделал для нас чудо и вывел из Египта, то по пути к Шавуоту и в сам праздник огромную работу должны проделать мы.

Духовно подняв наш народ в Пейсах, при выходе из Египта, Всевышний поднимает нас на ту же духовную высоту каждый год. Для того, чтобы наша душа запомнила это состояние и желала стремиться к нему вновь.

Поэтому после подъема в Пейсах, на следующий день, мы возвращаемся к своему обычному состоянию души, но начинаем работу, над своими качествами по отношению как к себе, так и к окружающим.

Мы уже писали, что корневых качеств семь: милосердие, сдержанность, гармония, стойкость, покорность, основательность, благородство.

И в каждый день между сорока девятью днями, что между Пейсах и Шавуот, мы пробуждаем в каждом из качеств, подаренном нам Творцом, все семь его граней.

Это непростая работа.

И выполнить её на 100 % мы тоже не в силах. Но Творец нам её дополняет за наши старания. Ведь никакие старания не остаются неотмеченными Небесами.

Итак, мы приближаемся к празднику Шавуот с результатами.

За время подсчета Омера мы изменились.

А значит, с нами вместе изменился и мир вокруг нас, и состояние духовных миров. Наши усилия устремились вверх в то место в духовных мирах, на которое мы можем воздействовать своей работой.

Мы как будто бы зажгли там лампочку. Способствовали тому, чтобы увеличить там количество света.

Получение Торы – это самый большой духовный подъем нашего народа.

Настолько большой, что наш народ был не в силах выдержать его.

Ведь на мгновение все еврейские души покинули свои тела, чтоб объединиться со светом Творца, соединиться навсегда с Его Торой.

И так как картины на Небе для годового цикла праздников повторяются из года в год для каждого праздника, то мы должны, с помощью своей духовной работы, стремиться повторить духовную работу нашего народа при получении Торы. А Всевышний добавит света, чтоб эта картина воспроизвелась на Небесах.

Но как?

Ведь невозможно сопоставить уровень народа сегодня и тех, кто стоял у горы Синай. Наши учителя, понимающие внутреннее устройство Торы, открыли нам порядок проведения духовной стороны этого праздника: посвятить всю ночь изучению Торы, пророков и писаний. Тем самым осветить ночь, как символ галута, в котором мы находимся.

Принято изучать по три фразы сначала каждой главы или книги и по три фразы в конце. Конечно, есть несколько исключений, которых мы не коснёмся.

Тот, кто всё это закончил может приступать к изучению внутреннего устройства Торы.

В результате такого изучения, мы связываем письменную Тору и устную, можем увидеть Её целостность, можем ещё раз прочувствовать, что она от Творца, можем вновь объединить с ней нашу жизнь.

Тем, кто проводит ночь праздника Шавуот таким образом, обещана жизнь (без ущерба) в течении всего года. Наверное, наши учителя имели в виду духовную жизнь.

Ведь получив Тору, Тору нашей работы, во всей Её целостности, мы из года в год должны раскрывать Её во всём многообразии.

Направив, в течении ночи, заряд нашего изучения вверх к Творцу, мы получаем от Него дополнительный, самый высокий Свет, который будет сопровождать нас в течении всего года.

Но на этом не заканчивается работа праздника Шавуот. Ночь изучения Торы плавно переходит в утреннюю молитву.

А перед молитвой мужчинам принято окунаться в микву. (Ведь вода символ Торы). Это значит, есть и духовная миква в духовных мирах, которая спускает вниз свой Свет. Для того, чтобы и наша утренняя молитва приобрела дополнительные силы и дополнительный Свет.

Как невеста окунается в микву перед свадьбой, так и наш народ окунается в микву перед тем, как соединиться со Всевышним.

Пик этого объединения в нашей молитве.

Счастливого пути!

Юдит Аккерман

Петах Тиква, Израиль

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ОТ САРОЧКИ

Хумус с поджаренным луком-пореем

Подготовка 40 мин

Ингредиенты

*1 банка турецкого гороха, или
отварить турецкий 350 гр гороха
(сохраните жидкость)*

1/4 чашки тхины

2 измельчённых зубчика чеснока

1 ч.л. Тмина

Сок от ½ лимона

2 ст.л. оливкового масла

Соль по вкусу

Лук-порей:

2/3 нарезанного лука-порея

3 ст.л. оливкового масла

1 ч.л. Заатар

1 ч.л. Куркумы

1 ч.л. Тмина

Приготовление:

Поджарьте способом сотэ лук порей в масле и специях.

Хумус:

В кухонном комбайне-блендере смешайте все ингредиенты. Пока мотор работает, медленно введите жидкость от турецкого гороха до желаемой консистенции

Приятного аппетита!

Сарра Манн

Майами, США

ЗАКОНЫ ЛАШОН А-РА

*Даже не произнося ничего унижающего,
можно причинить вред*

Вспомним определение: любое утверждение, которое может вызвать боль, душевные страдания её финансовые потери, - это *лашон-ара*. И оно остается таковым быть, даже если внешне не содержит ничего оскорбительного или унижающего.

Пример из Талмуда. Рабби Йеуда, рабби

Йосе и рабби Шимон бар Йохай сидели и обсуждали обычаи римлян, захвативших Эрец Исраэль. Рабби Йеуда похвалил их за некоторые полезные вещи, которые они принесли с собой (умение прокладывать дороги, строить бани и т.п.). Рабби Йосе промолчал. А рабби Шимон бар Йохай возразил, сказав, что все, что делают римляне, они делают не для блага еврейского народа, а в личных интересах. При этой дискуссии присутствовал Йеуда бен Герим, который пошел и по душевной простоте рассказал в кругу семьи все, что слышал.

В результате такого не очень умного поступка поползли слухи о дискуссии трех мудрецов, достигшие в конце концов римских ушей. Рабби Шимону пришлось скрываться, поскольку римляне приговорили его к смертной казни за критические высказывания об их власти.

Заметьте, Йеуду бен Герим никто не предупреждал, чтобы он молчал. Он вовсе не намеревался причинить рабби Шимону вред. Просто он поделился информацией со своими родными, близкими людьми. Но он был *обязан* подумать о том, что произойдет, если римляне узнают о словах рабби Шимона бар Йохай. Следовательно, Йеуда бен Герим *не имел права* пересказывать этот разговор. Он обязан был хранить его в тайне.

Лейб Каханэ

Ашдод, Израиль

ЖИВАЯ ТОРА

Есть в Торе две книги, которые начинаются с буквы «ב» («бет»): книга «Берешит» и книга «Бемидбар». На иврите «ב» обозначает «в» чем-либо, соответственно книга «Берешит» переводится как «в начале», а «Бемидбар» - «в пустыне». Какая может быть связь между пустыней и началом?

Книга Бемидбар начинается так: "И говорил В-вышний Моше в пустыне Синайской, в Мишкане, в первый день второго месяца (ияра), во второй год по выходе их из земли Египетской". Однако, В-вышний говорил с Моше сотни раз, и обычно Тора не указывала точное время этих разговоров. Почему же сделано это здесь?

Мидраш объясняет:

После того как Всемогущий сотворил человека, Он разочаровывался в одном поколении за другим. Поколение Потопа восстало против Него, и поколение Разделения тоже.

Поэтому Тора вскользь говорит о том, как появлялись и исчезали эти и последующие поколения, не указывая точного времени их появления на сцене мировой истории и ухода с нее. Так, Тора не упоминает ни о том, когда истреблены были содомиты или уничтожено поколение Разделения, ни о том, когда произошли Десять казней и потопление египтян.

А вот о евреях В-вышний сказал: "Они не то, что предыдущие поколения: они дети Авраама, Ицхака и Якова! Я знаю, что этот народ будет верен Мне". Поэтому Он и повелел Моше: "Запиши в Торе точный день, месяц, год и место, где Я возвеличил их". Тора (Бемидбар 1:1) указывает точное время и место обращения Творца к Моше так же, как записываются эти подробности в ктубе (брачном договоре).

Но разве не обвенчались евреи с Творцом почти на год раньше, при даровании Торы?

Ответ может заключаться в том, что первого ияра 2449 года еврейский народ поднялся на новую ступень близости к Творцу, когда В-вышний повелел дать им дгалим (знамена). Благодаря этим знаменам евреи достигли большей близости к В-вышнему.

Знамена символизируют индивидуальный «духовный» код каждого колена, однако цель у всех колен – как единого народа – одна: осуществлять «аводат Ашем» (работу по увеличению святости в этом мире в различных аспектах) и применять свои индивидуальные сильные черты и особенности ради общей цели.

Рав Рафаэль Гирш указывает, что если мы представим себе деление еврейского народа по станам в соответствии с описанием стихов в главе «Бемидбар», мы увидим впереди к востоку под знаменем Йеуды колена Йеуды, Иссахара и Зевулуна.

Справа, к югу, под знаменем Реувена располагаются колена Реувена, Шимона и Гада. Слева, к северу, под знаменем Дана — колена Дана, Ашера и Нафтали. Позади, лицом к Йеуде и под знаменем Эфраима, находятся колена Эфраима, Менаше и Биньямина. Каждое из трех колен, образующих лагерь Йеуды, который возглавляет поход через пустыню, охарактеризовано и в материальных и в духовных терминах.

Уже праотец (Яков) на смертном одре (Берешит 49:8—10) видел Йеуду в качестве колена, ведущего за собой всех остальных, со скипетром, который символизирует власть правителя, и стилем законодателя.

Уделом колена Иссахара было сельское хозяйство, дающее достаточно свободного времени для занятий Торой (там же, стихи 14—15). Колону Зевулуна (там же, стих 13) была предначертана торговля; в то же время, согласно Песне Дворы (Шофтим 5:14), сыновья Зевулуна должны «владеть орудиями мастерства писателя», то есть культивировать литературу (имеется ввиду активное распространение еврейских святых источников).

Таким образом, возглавляющий движение стан Йеуды соединял в себе все основные качества, от которых зависело материальное и духовное благосостояние народа: скипетр и закон, сельское хозяйство и науку, торговлю и литературу.

Эти две группы, символизирующие определенные материальные и духовные качества, соединенные в головном стане, делятся на два подчиненных стана, которые следуют за главным с обеих сторон. Реувен, Симон и Гад представляют собой, так сказать, правую руку народа. Реувен, первенец, наделен богатыми интеллектуальными способностями и обостренным чувством справедливости, но характер его мягок, что не позволяет ему стать руководителем народа.

По бокам от него место Шимона, быстрого импульсивного мстителя за оскорбленную честь, и Гада, острого как наконечник стрелы, чтобы наносить ответные удары на неспровоцированные нападения (смотри Берешит 49:3—7 и 17). Итак, по правую руку от Йеуды идут маршем колена, символизирующие отвагу в защите от оскорблений и нападений, но под эгидой высокого милосердия.

По левую руку от Йеуды шагают Дан, символ ловкости и хитрости (там же, стихи 16 и 17), Ашер, воплощение утонченного вкуса (там же, стих 20) и Нафтали (там же, стих 21), воплощение красноречия.

Таким образом, тогда как знамя Йеуды подразумевает стремление к власти, под знаменем Дана собрано великолепное разнообразие духовных достоинств.

Символика колен Эфраима, Менаше и Биньямина, располагавшихся под знаменем Эфраима к западу, перед восточным сектором стана Йеуды, не столь очевидна. Фактически, Эфраим и Менаше вместе представляют колено Йосефа. Но то, что Яков на смертном одре сказал по поводу Йосефа (Берешит 49:22 и далее) относится лично к Йосефу в большей степени, чем к колену, которому суждено было произойти от него.

То, что Яков сказал по поводу Эфраима и Менаше, (там же 48:19) указывает на проявление власти, особенно в отношении Эфраима, по поводу которого Яков предсказывал, что тот чрезвычайно возвеличится и его потомки «будут править (другими) народами». Как нам кажется, мы можем истолковать это предсказание в том смысле, что колено Эфраима послужит броней, усиливающей укрепления других колен.

Таким образом, в случае Эфраима, мы, по всей вероятности, должны будем символически поразмыслить о доблести, которая, ради благополучия всего народа, должна занять позицию лицом к ведущему стану Йеуды. Йеуде надлежит быть на востоке, а Эфраиму — на западе. Подобно этому, и Песнь Асафа (Теилим 80:2—3) провидит, что спасение Израиля зависит от подвигов Йосефа. Асаф восклицает в молитве: «О, Пастырь Израиля, склони Свое ухо!

Ты, ведущий Йосефа подобно стаду, О, Ты, восседающий на троне среди херувимов! Воссияй Эфраиму, и Биньямину, и Менаше, употреби Свое всемогущество и приди нам на помощь ради Себя же».

Когда позднее в нашей истории дом Йосефа, вместо того чтобы служить дополнением Йеуде, вступил с последним в конфликт и присвоил себе роль лидера, когда Йосеф водрузил свое «знамя» не позади Йеуды, но во главе народа, это означало падение нации. Отдалившись от Свидетельства Закона и его Обителя, дом Йосефа погиб, унося с собой в небытие десять двенадцатых народа, которые к нему присоединились... Знамена («дгалим») содержали некий намек на духовную мощь каждого колена.

Глава каждого колена имел свой опознавательный знак: собственное

знамя, цвет которого совпадал с цветом соответствующего этому колену драгоценного камня, вставленного в нагрудник Агарона. Именно отсюда и позаимствовали различные царства обычай обзаводиться знаменем собственной расцветки.

Колену Реувена соответствовал рубин, камень красного цвета. Красным было и его знамя, на котором были изображены корни мандрагоры.

Колену Шимона соответствовал топаз, камень зеленого цвета. На зеленом знамени Шимона был изображен город Шхем.

Колену Леви соответствовал изумруд. Знамя Леви было трехцветным — на треть белым, на треть черным и на треть красным. На нем были изображены урим и тумим (нагрудник первосвященника с вставленными в него драгоценными камнями, позволявшими узнать волю Всевышнего).

Колену Йегуды соответствовал карбункул. Его знамя было небесного цвета, и на нем был изображен лев.

Колену Иссахара соответствовал сапфир. Его знамя было темносиним. На нем были изображены солнце и луна в память о словах Писания: «И из сыновей Иссахара, умеющих понимать времена» (Диврей га-ямим I, 12,32).

Колену Зевулуна соответствовал алмаз. Его знамя было белого цвета, и на нем был изображен корабль.

Колену Дана соответствовал опал. Цвет его знамени походил на цвет сапфира, и на нем была изображена змея.

Колену Гада соответствовал агат. Цвет его знамени был смесью белого и черного цветов. На нем был изображен лагерь Израиля.

Колену Нафтали соответствовал аметист. Цвет его знамени походил на цвет прозрачного красного неяркого вина. На нем была изображена лань.

Колену Ашера соответствовал хризолит. Цвет его знамени напоминал цвет драгоценного камня, которым любили украшать себя женщины. На нем было изображено оливковое дерево.

Колену Йосефа соответствовал оникс. Цвет его знамени был абсолютно черным. Этот цвет принадлежал сразу двум коленам

потомков сыновей Йосефа — Эфраима и Менаше, родившихся в Египте. На знамени Эфраима был изображен бык, на знамени Менаше — антилопа.

Колену Биньямина соответствовала яшма. Цвет его знамени был смесью двенадцати цветов. На нем был изображен волк.

Что мы сможем выучить для себя из этих стихов?

Еврейский духовный флаг — это постоянное изучение и применение Торы. Проблема особенно современного цифрового поколения — это смена «флагов» на тщетные, виртуальные. Каждый из нас должен очень хорошо задуматься, какой флаг развевается над его жизнью, над его семьей, какие ценности символизирует его флаг.

В современной жизни флаг — это имидж, образ жизни человека. И Тора учит нас тому, что в каждом еврее — целый прекрасный калейдоскоп сильных лидерских качеств, которые, прежде всего, нужно использовать для духовного роста.

И это будет самой ценной инвестицией в жизни каждого человека — водрузить флаг истинной жизни и настоящих ценностей Торы.

Давид Эльман

Иерусалим, Израиль

АНАЛИЗ НОВОСТЕЙ

Время Иерусалима

(20.05-20) В четверг, 21 мая, в Израиле и в еврейской диаспоре по всему миру, будет отмечаться День Иерусалима, приуроченный к годовщине освобождения иерусалимского Старого города от иорданской оккупации и воссоединения столицы в первой половине июня 1967 года, в ходе Шестидневной войны.

Дата празднования Дня Иерусалима установлена в соответствии с еврейским календарем — 28 числа еврейского месяца Ияр. Таким образом, по отношению к обычному календарю эта дата — "плавающая".

Традиционно мероприятия в честь Дня Иерусалима включают в себя церемонию на «Арсенальной горке» (Гиват ha-

Тахмошет), где в дни войны в 1967 г. шли ожесточенные сражения между солдатами 66-го батальона 55-й парашютно-десантной бригады Израиля и — наиболее боеспособного среди боевых частей воевавших с Израилем арабских армий иорданского Арабского легиона, созданного и подготовленного британскими военными советниками.

Во время кровопролитного боя израильским десантникам, понеся существенные потери, удалось оттеснить иорданцев с укрепленных позиций, что стало решающим переломом в ходе боев за израильскую столицу.

На горе Герцля в Иерусалиме, где находится военное кладбище, в этот день проводится церемония, посвященная памяти воинов, павших в Шестидневной войне.

Еще одно яркое, запоминающееся традиционное мероприятие этого дня — «Марш Иерусалима», который называют "Маршем флагов" («Рикуд дгалим»). По центральным улицам столицы Израиля, по направлению к Старому городу, из разных районов, с флагами Израиля и Иерусалима, стекаются колонны израильтян и гостей столицы. С песнями и танцами они входят в Яффские ворота Старого города и идут к Западной Стене (в мире ее называют «Стеной плача»). Там проходит праздничный митинг.

По традиции, накануне, вечером, в начале праздника, в столичной йешиве «Мерказ ха-Рав» проводится торжественное мероприятие, посвященное Дню Иерусалима. Здесь собираются раввины, министры правительства, депутаты Кнессета, начальник Генштаба ЦАХАЛа, глава правительства, а также другие известные общественные деятели. После окончания торжественного собрания, около полуночи начинается шествие из йешивы к Западной Стене.

В синагогах в этот день произносятся праздничные молитвы (например, Галель) и читают радостные псалмы.

Однако в этом году эпидемиологическая ситуация в городе внесла в традиции праздника свои коррективы.

Он (если в последний момент не будет принято иное решение) пройдет без массовых мероприятий, в том числе — без Марша флагов.

Комментарий: Сегодня многие, в том числе, те, кто родился (или совершил алию) в Израиль после 1967 года — с трудом представляют себе "прифронтовую" реальность Иерусалима — до чудесного освобождения города от длившейся без малого 20 лет арабской оккупации.

Тогда арабские снайперы вели прицельный огонь по прохожим (!) в еврейской, неоккупированной части города (никакие правила международного законодательства, регулирующие ведение войны, иорданских войск не смущали).

На "прифронтовых" иерусалимских улицах можно было видеть таблички — с указаниями, какая сторона улицы наиболее опасна при обстреле.

Еще одной характерной деталью столичной жизни в те времена были бронированные транспортные колонны, доставлявшие еду, медикаменты и пр. в изолированные еврейские кварталы, находящиеся в окружении контролируемой иорданцами территории города. В частности — Ар ha-Цофим, где сегодня расположен Еврейский университет.

Надо ли говорить, что находящиеся под контролем Иордании, Храмовая Гора и Западная Стена для евреев были практически недоступными. Вопреки формальным обязательствам Иордании и мусульманского ВАКФа предоставлять возможность представителям других религий подниматься на Храмовую гору.

К моменту освобождения от оккупантов, прилегающая к Западной Стене площадь представляла собой "многоэтажную", многометровую гору мусора, на которой, к тому же, стояли арабские лачуги. Между ними и Западной Стеной пролегла узкая тропинка.

После освобождения Старого города Иерусалима Армией Оборона Израиля потребовалось немалое время для очистки прилегающей к Западной Стене площади от слежавшегося мусора.

После освобождения Храмовой горы знаменитая фраза участвовавшего в этом генерала Мота Гура — "Ар а- Байт бэ ядей-ну!" ("Храмовая гора в наших руках!")

— облетела весь мир и вошла в учебники израильской и мировой истории. Арабы не сомневались, что евреи установят над Храмовой горой полный контроль, начав процесс восстановления Храма. Что евреи взорвут или демонтируют мечети, расположенные на территории Храмовой горы. И воспринимали это как совершенно логичный и неизбежный шаг победителей, о чем свидетельствуют письменные обращения арабов к руководству Израиля.



Однако оказалось, что социалистическое правительство Израиля не готово получить такой подарок Небес — возвращение Храмовой горы после двух тысячелетий еврейского изгнания в руки евреев.

Печально знаменитая фраза тогдашнего министра обороны Моше Даяна — "Зачем нам этот Ватикан?" — исчерпывающе охарактеризовала отношения тогдашнего израильского правительства к новой реальности, сложившейся после Шестидневной войны не только в Иерусалиме.

К глубочайшему изумлению побежденной стороны, Израиль не только не начал строительство Храма на Храмовой горе и демонтаж мусульманских мечетей, но — предпочел "избавиться от этого Ватикана", передав административный контроль над Храмовой горой... в руки иорданцев и мусульманского ВАКФа.

Схожей была, увы, реакция израильского кабинета и на другой чудесный подарок еврейскому народу — возвращение под контроль Израиля Иудеи, Самарии (оккупированные Иорданией) и Газы (оккупированной до 1967 г. Египтом). На все эти территории, вопреки первоначальным ожиданиям арабов, так и не распространили израильский суверенитет, что впоследствии создало предпосылки для "мирного процесса", сделавшего принадлежность Иудеи и Самарии и Газы "предметом обсуждения".

Тем не менее, судьба Иерусалима (если не считать фактической передачи арабам контроля над Храмовой горой) была иной, нежели судьба Иудеи, Самарии и Газы.

В соответствии с законом 1981 года, на всю территорию освобож-

денного и объединенного Иерусалима был распространен израильский суверенитет.

Еврейская дата освобождения города (28 Ияра) — стала датой празднования Дня Иерусалима.

Перспективы: Следует отметить, что с момента распространения израильского суверенитета на всю территорию Иерусалима, не было ни одного дня, когда международное сообщество в той или иной степени признало бы это решение Израиля "законным". Таким образом, с позиции международного сообщества, добрая половина иерусалимских районов, включая еврейские кварталы, в том числе и основанный в 1968 г., квартал Рамат-Эшколь, где расположена Арсенальная горка (см. выше) — считаются "оккупированными" (!?), находящимися за "зелёной чертой". Что, отметим — не сказывается на развитии столицы и на жизни ее жителей.

У нас есть все основания полагать, что и нынешнюю истерику международного сообщества и его угрозы Израилю в связи с ожидаемым распространением израильского суверенитета на еврейские населенные пункты в Иудее и Самарии (см. на сайте материал "[Путь вверх](#)") — ожидает та же судьба, что и бурю негодования, поднявшуюся в 1981 г., когда Кнессет принял Закон о статусе Иерусалима.

Будем надеяться, что Закон об израильском суверенитете над всей территории еврейской столицы будет полностью осуществлен.

Включая восстановление контроля Израиля над Храмовой горой, что невозможно без лишения Иордании и ВАКФа всех административных полномочий на этой территории.

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!
 Мне хочется поделиться с вами своим открытием!
 Оказывается, что государственные, королевские и другие флаги – это тоже еврейское изобретение. Не подумайте, конечно, что все эти флаги придумали евреи...но.

Современные государственные флаги – это бледное подобие –знамен - дгалим –созданных по воле В-севышнего.

Итак, что же это были за знамена?

Прекрасны в переливах красок оттенков многих и цветов.

Знамена легионов наших, как отражение основ!

Здесь цвет особый и эмблема, и буквы сотканы в слова.

И нет здесь ничего пустого, лишь истина одна!

Четыре легиона главных –четыре легиона славных.

У Йегуды –был синий флаг с изображением льва.

Эфраим с черным флагом шел с эмблемою быка.

У Реувена флаг был красный . Цвет справедливости и силы.

Эмблема же напоминала, чужое брать –недопустимо...

Вот, Дана флаг - сапфира цвет, и змей на нем-предупрежденье.

Он нападает на врагов, и пусть не ждут они спасенья...

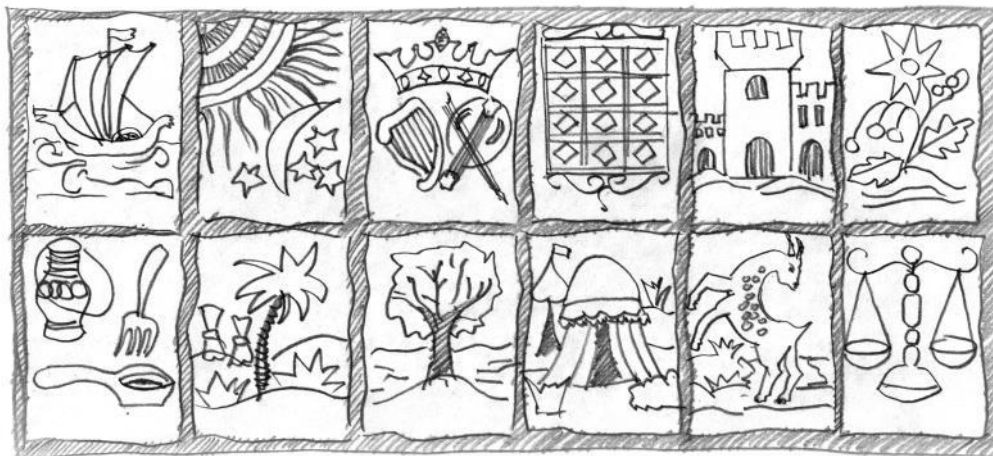
Прошли года, века идут, всегда героизму место будет!

Евреи помнят флаги эти и предков славу не забудут!

Слава знамен помогла еврейскому народу выжить и сохранить свою веру в изгнании.

Ну а вам, мои дорогие читатели, предлагаю разобраться в символике

12 знамен .Поверьте , это очень интересно!



Цюпа Гензель

Кфар Эльдад

ЛИСТ ТАЛМУДА

На нашем листе Талмуд, исследуя детали субботних законов, продолжает рассматривать проблемы, связанные с исполнением заповедей Торы в *шаббат*.

Трактат *Шаббат*

Лист №132

В центре внимания Учителей по-прежнему — порядок реализации заповеди обрезания (на иврите — *брит мила*) в тех случаях, когда по закону Торы эту процедуру необходимо осуществить именно в субботу (ребенка, родившегося в *шаббат*, надлежит обрезать в следующую субботу — на восьмой день после его появления на свет).

Мы понимаем, что обрезание в *шаббат* связано с нарушениями субботних законов, то есть — с реализацией нескольких *мелахот* (множественное число от слова *мелаха* — вид работ, производить которые в *шаббат* запрещается; см. на сайте **Введение** в трактат *Шаббат*). Однако здесь мы сталкиваемся с ситуацией, когда Тора не просто разрешает, но — требует во имя высокой цели, выполнения важной заповеди, нарушить закон.

С другой стороны, это подразумевает, что люди проявляют необходимую осторожность и не будут в субботу производить связанные с выполнением заповеди работы, осуществления которых можно избежать. Поэтому на нашем листе, как и на двух предыдущих (см. на сайте обзоры **листов 130 и 131**), Талмуд занимается уточнением границ между дозволенным и недозволенным.

Мишна, регламентирующая поведение исполнителей заповеди обрезания, как мы помним, носит дискуссионный характер. Так **раби Элиэзер** (один из крупнейших Учителей Мишны второго поколения, 1-й век) говорит, что в *шаббат* можно не только проводить саму «операцию», но и готовиться к ней — вплоть до изготовления инструментов (см. на сайте обзор **листа 130**). **Раби Акива** (величайший Учитель Мишны, 2-й век), открывая иную грань Истины, выносит постановление, разрешающее в субботу осуществлять лишь те приготовления, которые невозможно сделать заранее (см. **там же**).

Продолжая анализировать Мишну (см. на сайте обзор **листа 131**), Учителя обращают внимание на то, что ни раби Элиэзер, ни раби Акива не выдвигают возражений против осуществления самой «операции» в субботу (если ее делают на восьмой день после рождения ребенка). Несмотря на то, что любая хирургическая операция, — отмечает Талмуд, — связана с пролитием крови, а это в субботу — запрещено Торой. Ибо кровопролитие в таких ситуациях рассматривается как частный случай *нетилат нешама* (убийства). На **каком же основании** разрешается делать обрезание в *шаббат*?

Это указание, — говорит **Ула** (великий Учитель Талмуда; *Эрец Исраэль*, 3-й век), — получил Моше Рабейну на горе Синай во время дарования Торы. Так оно и передается из поколения в поколение.

Однако **раби Элазар бен Азария** (великий Учитель Мишны, 2-й век) усматривает в данном вопросе иную грань Истины.

Указание это, — говорит он, — как бы один из «подпунктов» закона, который звучит так: если человеку угрожает серьезная опасность (*пикуах нефеш*), ради спасения его жизни не только можно, но и нужно нарушить *шаббат*.

К такому заключению приходит раби Элазар бен Азария, исследуя соответствующие тексты Торы методом *каль ва-хомер*. Этот метод основан на логическом построении — «если в относительно простых случаях это так, то в сложных случаях это так — тем более». Но, если разрешается нарушить законы субботы ради спасения какого-либо органа человеческого тела, то тем более можно нарушить их, «спасая душу». Ведь актом обрезания ребенка как бы вводят в группу людей, которые заключили Союз с Творцом, и мальчик оказывается под защитой Всевышнего.

Еще одну грань Истины открывает, изучая вопрос, **раби Элазар** (великий Учитель Мишны, 2-й век).

И *шаббат* и обрезание, — говорит он, — Тора называет «знаком». О субботе в ней сказано «Ибо **знак** она между Мною и вами» (**Шемот**, гл. 31, ст. 13), а об обрезании написано так: «И будет (оно) **знаком** Союза с вами» (**Берешит**, гл. 17, ст. 11). Из этого можно сделать вывод, что процедура обрезания в *шаббат* — разрешена.

Но тогда и для выполнения заповеди *тефиллин* (см. на сайте ответ **«Как правильно надевать тефиллин»** — в разделе «Спроси у раввина») можно было бы нарушать *шаббат*, — выдвигает возражение Талмуд, — ведь и о *тефиллине* сказано: «И повяжи их как знак на руку свою» (**Дварим**, гл. 6, ст. 8).

И *шаббат* и обрезание Торе называет еще и «заветом» (на иврите — *брит*). О субботе, например, сказано: «На все ваши поколения — вечный **завет**» (**Шемот**, гл. 31, ст. 16), об обрезании — «...И будет знаком **завета**» (**Берешит**, гл. 17, ст. 11). Но тогда получается, — подчеркивает Талмуд, — что и ради обрезания, которое по тем или иным причинам делается не на восьмой день, а — позднее, тоже можно нарушить законы субботы. Ведь и про него написано — «завет». Возможно, следует сконцентрировать внимание на том, — предлагают некоторые Учителя, — что и о *шаббате* и об обрезании, которое делают на восьмой день после рождения ребенка, в Торе сказано — «на поколения». О *шаббате* — «На все ваши **поколения** вечный завет» (**Шемот**, гл. 31, ст. 16), об обрезании — «А в возрасте восьми дней будет обрезан у вас каждый младенец мужского пола — во всех **поколениях**» (**Берешит**, гл. 17, ст. 12). Но тогда выходит, что *шаббат* можно было бы нарушать и ради выполнения заповеди *цицит* (кисти, которые каждый еврейский мужчина должен прикреплять к одежде, к каждому из четырех свободных углов), о которой тоже сказано: «И сделают себе *цицит* на углах одежды своей — во всех **поколениях**» (**Бамидбар**, гл. 15, ст. 38).

Подводя дискуссии некий итог, Талмуд приходит к выводу, что разрешение нарушать *шаббат* ради выполнения заповеди обрезания можно вывести из сочетания всех трех отмеченных слов («знак», «завет» и «поколения») — это сочетание во всей Торе употреблено лишь по отношению к *шаббату* и обрезанию.

Как бы завершая дискуссию, **раби Йоханан** (величайший Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*, 3-й век) открывает еще одну, казалось бы, вполне очевидную Истину. Заповедь делать *брит мила*, если понадобится, и в субботний день, — говорит он, — ясно и четко сформулирована в Торе. Ибо сказано: «А на **восьмой** день (от рождения ребенка) обрежьте его крайнюю плоть» (**Ваикра**, гл. 12, ст. 3). Именно на восьмой (если, разумеется, позволяет физическое состояние ребенка) — независимо от того, на какой день недели это выпадает...

Автор текста Александр Капер