



לְיִשְׂרָאֵל דַּעֲלֵאֲתָא דְדוֹבְרוֹ

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

ПОСВЯЩАЕТСЯ ВОЗВЫШЕНИЮ ДУШИ
АВРААМ БЕН ЭЛИЗЕР И БАТ ШЕВА БАТ ХАИМ МАРГОЛИН
РАХЕЛЬ БАТ БЕРЛ ФРЕЙЛИХ

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «НИЦАВИМ-ВАЕЛЕХ»

А также:

Вопросы к Раввину

О здоровом образе жизни

Культура. Личность. Этика

Женская Рубрика

Цель Эц Тамар

Doctor 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 «Ницавим— Ваелех» — 3****Вопросы раввину— 6****Культура. Личность. Этика— 10****Здоровый Образ Жизни — 12****Женская рубрика— 13****Цель Эц Тamar — 14****Законы Лашон а-Ра— 15****Doctor Tora — 15****Анализ Новостей — 17****Детская страничка— 19****Лист Талмуда— 20****Ответственные за проект:
Элиэзер Фрейдкин, Давид Эльман****Над номером также работали:
Лейб Каханэ, Сара Манн,
Тамар Антопольская, Цюпа Гензель,
Эня Леина, Арье Марголин,
Юдит Аккерман****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...****этом году мы читаем главы Ваелех и Ницавим вместе.****И вновь Тора напоминает, что если мы будем стараться жить правильно, по-еврейски, то у нас будет браха (благословения), но в случае, если еврейский народ начнет интересоваться религиями, культурами, «духовными» ценностями других народов, то Всевышний изгонит нас из нашей красивейшей и цветущей страны.****Сказано: «И скажет позднейшее поколение, ваши сыны, которые встанут после вас, и чужеземец, который придет из земли дальней, и увидят они казни той земли и ее недуги, которыми поразил Господь ее, — Сера и соль, пожарище вся земля ее, не засеивается и не произрастает (ничего), не взойдет на ней никакая трава, как низвержение Содомы и Аморы, Адмы и Цевоима, которые ниспроверг Господь в гневе Своем и в ярости Своей, —****И скажут все племена: Почему сделал Господь такое с этой землей и за что сей великий палящий гнев?»****Целые поколения до сегодняшнего дня удивляются, каким образом наша земля тысячелетиями пустовала и была похожа на пустыню, а сейчас покрыта чудесными разнообразными растениями. Да, нам сегодня живущим в цветущем Израиле, тяжело представить, что буквально каких-то 50-60 лет назад большая часть земли Израиля была пустынна!****И вот сбылось обещание Всевышнего о том, что мы вернемся обратно, и сера и соль превратится в чудесный цветущий сад! Для нас это огромный урок, нам не нужно интересоваться чужими прелестями, у нас своя богатейшая история и самое главное- мудрость Всевышнего, благодаря которой мы улучшаем и исправляем мир!****Элиэзер Фрейдкин****Кфар Эльдад**

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «НИЦАВИМ—ВАЕЛЕХ»

ГЛАВА «Ницавим»

Место в Торе: *Дварим*, гл. 29, ст. 9 — гл. 30, ст. 20

Почему главы так называются?

В первой фразе главы **Ницавим** сказано: «Все вы **стоите** сегодня **перед** Всевышним...».

Стоите перед... переводится на иврит одним словом — *ницавим*.

В нашей недельной главе читаем: «И видели вы гнусности их и кумиров их: дерево и камень, серебро и золото, которые у них. Может быть, есть среди вас мужчина или женщина, или семейство или колено, сердце которого отворачивается ныне от Всевышнего» (*Дварим*, гл. 29, ст. 16-17).

О чем здесь идет речь?

Об идолопоклонстве, — объясняет **Раши** (раби Шломо бен Ицхак; величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век), комментируя текст недельной главы **Ницавим**. — «Дерево» и «камень» — это, соответственно, деревянные и каменные идолы, которые открыты людским взорам. Когда же Тора говорит — «серебро и золото у них», имеются в виду, серебряные и золотые идолы, спрятанные их владельцами, чтобы этих идолов не украли.

Всем этим Тора подчеркивает, насколько велико влияние окружающей среды на человека. Даже если идолы внешне выглядят отталкивающе и не притягивают к себе взгляды людей, они все равно способны оказывать определенное негативное влияние.

Поэтому и вводится запрет, согласно которому запрещается приближаться к предметам идолопоклонства, а тем более — держать их в своем доме или где-то поблизости.

Ни в коем случае нельзя читать книги, посвященные «теории» и «практике» идолопоклонства, ни полностью, ни отрывки из них, — пишет **Рамбам** (великий Учитель, комментатор Мишны и составитель полного кодекса еврейских законов **Мишнэ Тора**; Испания – Египет, 12 век). — Не следует даже заглядывать в них и рассматривать помещенные в таких изданиях иллюстрации. И еще: не надо расспрашивать о способах служения идолам — даже из праздного любопытства.

Анализируя влияние окружающей среды на поведение и характер человека, Учителя отмечают, что негативное воздействие может оказывать не только идолопоклонство, но и любой неблагоприятный поступок. Недаром говорят — «дурной пример заразителен».

И «заразителен» он — **вдвойне**. Ибо, кроме того, что кто-то, не понимая негативной сути того или иного действия, может повторить его, дурное поведение, само по себе, привносит в мир *туму* (духовную нечистоту; см. на сайте [обзор недельной главы Тазриа](#), первый годовой цикл обсуждения), распространение которой имеет отрицательные последствия для многих людей и общества в целом.

Остерегайтесь заглядывать в глаза злодею, — дает рекомендацию Талмуд (трактат **Мегила**, лист 28). — Потому что даже взгляд его **способен нанести вред**.

Польза этой рекомендации станет очевидной каждому из нас, если мы вспомним различные ситуации в нашем общении с людьми. Всем известно: если в комнату входит человек в хорошем расположении духа, и лицо его озарено улыбкой, все присутствующие невольно начинают улыбаться, настроение улучшается даже у тех, кто до этого момента был напряжен и приятных чувств не испытывал. И наоборот: агрессивно настроенный, чем-то раздраженный человек словно «электризует» атмосферу — люди, находящиеся с ним в одном помещении, начинают чувствовать себя неуютно в его обществе.

Как объяснить подобные явления?..

Душа человека, — объясняют Учителя, — излучает некую «энергетику», положительную или отрицательную, в зависимости от его состояния. Эта «энергетика» воздействует не только на других людей и на все живое, но и на неодушевленные предметы.

Современные ученые отмечают, к примеру, такой факт, что хрупкие объекты в руках негативно настроенного человека бьются и ломаются гораздо чаще, чем у людей спокойных и уравновешенных.

Известное, постоянно подтверждающееся в истории правило — «зло порождает зло». Когда люди «предпотопных» поколений ступили на путь зла, злом «заразились» животные вся окружающая среда. Поэтому воды Потопа сняли с поверхности Земного шара слой почвы, толщиной в 30 см.

Недаром говорится в Талмуде (трактат **Авот**, гл. 3): если сидят и разговаривают двое, не вспоминая о Торе, даже то место, где они ведут свой разговор, меняется к худшему.

Прежде чем совершить какое-либо нарушение, — наставляют Учителя, человеку следует подумать о последствиях, о том, что любой, даже самый незначительный, казалось бы, проступок, способен повлечь за собой более тяжкие нарушения.

«Все вы **стоите** сегодня **перед** Всевышним...»

Об этом в нашей недельной главе и написано: «Может быть, есть среди вас мужчина или женщина, семейство или колено, сердце которого отворачивается ныне от Всевышнего... и возгордится он в сердце своем, говоря — мир будет мне, хотя и по прихоти сердца своего поступать буду, чтобы от случайных поступков перейти к злонамеренным» (*Дварим*, гл. 29, ст. 17). И далее: «Не захочет Всевышний простить ему, ибо возгорится Его гнев на того человека, и падут на него проклятия, записанные в книге этой, и сотрет Всевышний имя его... И увидят (люди) бедствия в той стране и недуги, которыми поразил ее Творец... И спросят народы — за что поступил так Всевышний с этой страной?.. И скажут — за то, что отвергли они союз Всевышнего с их отцами» (*Дварим*, гл. 29, ст. 19-24).

Оступившись случайно, и не осознав ошибку, — разъясняется **Рамбан** (Рабейну Моше бен Нахман — Нахманид; великий комментатор Торы, Танаха и Талмуда; Испания — Эрец Исраэль, конец 12-го — начало 13-го вв.), — человек продолжит нарушать законы, и нарушения его станут злонамеренными. А зло, как уже говорилось, распространяется на все вокруг.

Всевышний сотворил мир 25 *элуля*, — пишет **Ор а-Хаим** (раби Хаим бен Атар, один из крупнейших комментаторов Торы; Марокко — Израиль, первая половина 18-го века), — а с 17-го по 24-е *элуля* — создавал и разрушал миры.

Отметим, что «мирное» соглашение Осло, имевшее для Израиля страшные последствия, был подписан 24-го *элуля*. И это — не случайность, — подчеркивают выдающиеся Учителя нашего времени. — Те, кто ратовал за такой договор, декларировали тем самым свой отказ от Союза с Творцом, полагая, что евреи могут жить так же, как другие народы. И результаты не замедлили проявиться — за последние десять лет израильтянам пришлось пережить немало трагедий.

Тот, кто игнорирует заповеди и предупреждения Торы, ведет себя как дождевой червь. В ученом мире дождевой червь стал **символом тупости**. Ибо в ходе эксперимента, для того, чтобы выяснить способность различных существ усваивать практический опыт, ученые позволяли им двигаться в любом направлении, кроме — одного. И существо, которое выбирало «запретный путь», получало разряд электрического тока. Так вот, дождевой червь начал избегать опасности, получив четыреста разрядов. Тора дает человеку подробные инструкции, уточняя, в каком направлении двигаться опасно. Поэтому ее стоит изучать хотя бы для того, чтобы не совершать одни и те же ошибки. Сколько же «разрядов» должен получить человек, чтобы это понять?

Изучение Торы прерывают, — наставляют Учителя на страницах Талмуда (трактат *Кетубот*, лист 17), — для того лишь, чтобы принять участие в свадебном веселье и проводить усопшего в последний путь. Все остальное время человеку необходимо помнить о Торе и постигать ее тайны. Когда голос Торы смолкает, люди становятся **беззащитными** перед обстоятельствами.

В этом и заключается главная идея недельной главы **Ницавим**...

Автор текста **Мордехай Вейц**

ЛАВА “Ваелех”

Место в Торе: *Дварим*, гл. 31, ст. 1 — гл. 31, ст. 30.

Почему она так называется?

В первой фразе главы сказано: «И пошел Моше и сказал эти слова всему народу Израиля...».

И пошел на иврите — *ваелех*.

Недельная глава **Ваелех**, как большинство недельных глав Торы, раскрывает несколько тем. И одна из них, составляющая основу данного текста — развитие той, которую мы рассматривали в предыдущей недельной главе: значение изучения Торы в жизни человека. Этот ее аспект мы и обсудим в обзоре текущего года.

В тексте нашей недельной главы сказано: «А теперь напиши себе песнь эту, и научи («петь» ее) сынов Израиля, вложи ее в их уста. Дабы была Мне песнь эта свидетельством о сынах Израиля» (*Дварим*, гл. 31, ст. 19).

Речь здесь идет о Торе, которую Всевышний дал избранному Им народу.

Всевышний — бесконечен. Вечна и Его Тора. А, поскольку «песнь эта» — «свидетельство о сынах Израиля», вечен и еврейский народ.

Доказательством тому может служить сам факт, что народ Израиля на протяжении своей истории пережил множество бедствий и — сохранился, храня преданность Творцу мира и Его Тору. Тогда как другие народы, более могущественные и многочисленные, бесследно исчезли с лица Земли.

Само существование еврейского народа стало «песней», прославляющей Творца. Как сказано об этом в Танахе: «Народ, который Я создал, чтобы рассказывать о Славе Моей» (книга пророка *Иешаяну*, гл. 43, ст. 21).

В Танахе (книга *Иегошуа*, гл. 5) описывается такая история. В период, когда еврейские воины, завоеывая Эрец Исраэль, осаждали город Иерихо, Иегошуа бин Нун увидел человека, который стоял перед ним с обнаженным мечом в руке.

— Из наших ты или из (стана) неприятеля? — спросил его Иегошуа.



— Я — предводитель воинства Всевышнего, — ответил «незнакомец». — Теперь пришел я... Вчера вы не осуществили процедуру постоянного приношения Всевышнему (на иврите — *корбан тамид*), сегодня пренебрегли изучением Торы...

И, пав ниц, Иегошуа задал посланнику Творца вопрос:

— Какое из двух нарушений заставило тебя прийти именно сейчас?

На это предводитель Небесного воинства лишь повторил:

— Теперь пришел я...

Процедуру приношения *корбана тамид* евреи должны были осуществить накануне вечером, — разъясняет смысл этой истории **Раши** (раби Шломо бен Ицхак; величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век), — а к изучению Торы приступить — ночью, ибо днем они воевали. Предводитель Небесного воинства предстал перед Иегошуа ночью, и это означает, что причиной его появления стало невыполнение заповеди, предписывающей ежедневно изучать Тору.

Иегошуа бин Нун сразу же понял, что перед ним — посланец Всевышнего, — отмечают Учителя эпохи **Тосафот** (Франция, Германия, 12-13 вв.), анализируя этот фрагмент Танаха, — Когда он задал возникшему перед ним образу в человеческом обличье свой первый вопрос, ожидалось, что тот скажет, какое из нарушений привело его к месту осады Иерихо. Потому что не изучали **нашу** Тору в ту ночь или потому, что не осуществили приношение *тамид*, **защищающее от неприятеля?**

Ответ предводителя Небесного воинства («**Теперь** я пришел») следует соотнести с фрагментом Торы — «Теперь напиши себе песнь эту», — подчеркивают Учителя, анализируя на страницах Талмуда (трактат **Мегила**, лист 3) эту историю из Танаха. — И делают вывод, что изучение Торы даже **важнее**, чем осуществление постоянного приношения в Храме (*корбана тамид*)...

Итак, Тора в тексте нашей недельной главы образно названа «песнью». Иначе говоря, это — «песнь» о жизни человека, принадлежащего народу Израиля. Данная метафора очень точно выражает духовную суть явления: постигая Мудрость Торы,

человек должен вкладывать в ее изучение всю свою душу, ибо Тора и есть — олицетворение души еврейского народа.

По «букве закона» евреи, изнуренные сражениями с неприятелем, быть может, и не допустили столь очевидное нарушение, когда «пропустили» занятия Торой в ту ночь под Иерихо, — дает свое разъяснение истории из Танаха рав Йосеф-Шломо Каганеман. — Но если мы говорим, что Тора — это «песнь», а песня — выражение души человека и в горе и в радости, в бодром состоянии духа и в минуты усталости, то получается, что в любом состоянии человек **должен выкроить** свободное время для изучения Торы.

Упомянутая здесь история из Танаха заканчивается фразой: «И пошел Иегошуа той ночью в долину».

На иврите «долина» — *эмек*. То же слово в иврите, где нет гласных букв, можно прочесть как — *омек*, что означает — «глубина».

На основе такого «морфологического» исследования Учителя делают вывод, что, встретив предводителя Небесных воинств и поговорив с ним, Иегошуа бин Нун углубился в изучение Торы.

Исследуя ту же историю, **Рамбам** (великий Учитель, комментатор Мишны и составитель полного кодекса еврейских законов **Мишнэ Тора**; Испания – Египет, 12 век) открывает в ней иную грань Истины.

Подлинными глубинами Торы способны постичь те, кто изучает Мудрость Всевышнего, заключенную в ней, не только днем, но и ночью. Потому что днем у всех людей есть и другие дела, связанные с заботами о заработке. А ночью, когда деловая жизнь затихает, люди отдыхают, и, если человек посвящает занятиям Торой ночные часы, это свидетельствует о том, что для него Тора — «**песнь**» **всей жизни**, наполняющая его душу. Такой человек может удостоиться короны Торы. Подобно представителям колена Иссахара, которые были учителями Торы и членами *Сангедрина* (еврейского Верховного суда), ибо в Торе находили они отдохновение.

Каждый человек имеет обязанность написать собственный свиток Торы, — говорит **Раба** (великий Учитель Талмуда в Вавилоне; конец 3-го века), анализируя на страницах Талмуда (трактат **Сангедрин**, лист 21) фрагмент из недельной главы **Ваелех**. — Даже если он получил в наследство свиток отца. Ибо сказано: «А теперь напиши себе песнь эту» (**Дварим**, гл. 31, ст. 19).

Данное указание в Кодексе Рамбама стало *галахой* (*галаха* — еврейский практический закон). Тот, кто написал свиток Торы, — добавляет Рамбам, — как будто бы сам получил Тору у горы Синай. Но в случае, если человек не сумеет сделать это, он может попросить кого-то написать для него свиток...

Тут возникает закономерный вопрос. В тексте недельной главы сказано: «А теперь...». Так, может быть, эта заповедь была адресована лишь тем поколениям, которые вышли из пустыни и завоевывали *Эрец Исраэль*?

Смысл слова «теперь» открывается в контексте всей фразы — «А теперь напиши себе песнь эту, и научи («петь» ее) сынов Израиля, вложи ее в их уста», — отвечает на это рав Шломо а-Коэн из Вильно (автор книги **Биньян Шломо**). — Речь здесь идет о Торе Письменной и Торе Устной. Письменную Тору надо переписывать. А Устной — обучать «на словах», «вкладывая в уста». Такова ситуация — **теперь**. Но придет время, когда и Устная Тора тоже будет записана.

Углубляясь в изучение текста нашей недельной главы, Учителя отмечают, что слова «вложи ее в уста их» означают, что, изучая Тору, необходимо повторять пройденный материал много раз — читая и перечитывая ее текст, обдумывая и анализируя каждую фразу, каждое слово.

С этой рекомендацией непосредственно связано и повеление, чтобы каждый человек, даже если у него есть свиток, доставшийся ему в наследство от отца, заново сам (или, поручив кому-то) написал для себя новый свиток. Ведь свиток пишут чернилами. А чернила при многократном прочтении текста постепенно стираются. Поэтому даже в свитке отца отдельные буквы могут быть нечеткими — изучать тексты по такому свитку, с дефектами, нельзя. Нет нужды говорить, что свиток деда с еще большей вероятностью будет «некошерным», непригодным для прочтения и изучения.

Анализируя заповедь — «А теперь напиши себе...», Учителя задаются вопросом: можно ли считать, что человек выполнил эту *мицву* (заповедь), если, написав для себя свиток, потом подарил его синагоге?

Для того, чтобы ответить на него, рассматриваются похожие ситуации.

Допустим, человек написал свой свиток и потерял его. Тот, кто потерял свой свиток, — выносит постановление Рамбам, должен **написать текст Торы еще раз**.

Означает ли это, что и человек, подаривший свой свиток синагоге, обязан вновь переписать текст Торы для себя?

Потерять свиток и подарить — не одно и тоже, — подчеркивает **раби Йосеф-Шауль Натанзон** (раввин города Львова, западная Украина, автор нескольких книг; 19-й век). — Ведь свиток пишут для того, чтобы Тора была «на устах народа Израиля», то есть — для изучения ее текстов. Если человек потерял свиток, он лишается такой возможности. Если же — подарил синагоге, это, наоборот, способствует распространению знаний, ибо по этому свитку Тору смогут изучать многие люди. Следовательно, подарив Тору синагоге, человек выполняет *мицву* наилучшим образом.

Остается ли актуальной эта заповедь в наши дни и вообще во времена, когда Тору изучают по книгам, а читают по свитку лишь

на общественных молитвах?

Эта *мицва* остается на все времена, но с появлением книгопечатания — «видоизменяется», — говорит **Рош** (рабейну Ашер бен Йехиэль, конец 13-го — начало 14-го вв.). — В Торе сказано: «А теперь (то есть в период, когда Устная Тора еще не записана) напиши себе песнь эту (Письменную Тору, Пятикнижие)». Но потом, когда появится запись Устной Торы, люди будут, изучая Талмуд и другие еврейские первоисточники, составлять (писать) собственные комментарии к ним. Ведь смысл заповеди состоит в том, чтобы «вложить ее (Тору) в уста их (сынов Израиля)».

И в заключение нашего обзора отметим, что процитированный здесь отрывок — «...Дабы была Мне песнь эта свидетельством» — выражает, по сути, одну из основных концепций еврейского мировоззрения. Тора для сынов Израиля — «песнь», воплощающая на все времена **идеалы**, к которым, изменяя, совершенствуя себя, стремится каждый еврей...

Автор текста **Мордехай Вейц**

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

К ак определить размер помощи, которую можно оказать человеку?

Уважаемый рав Элиягу!

Как определить размер помощи другому человеку?

Поясню, что имею в виду, безусловно, в пределах границ своих возможностей.

Например, я выделяю одну тысячу шекелей в месяц на цедаку. Человек просит 600 шекелей. У меня они есть. Но должен ли я ему дать именно столько? Если дать ему только 150 шекелей, это будет правильно?

Городецкий Авраам
Кирьят Бялик, Израиль

Н ам всем очень важно научиться правильно относиться к своим доходам. И прежде всего, необходимо осознать, что это — не просто денежные знаки, но — одна из форм благословений, которые посылает нам Всевышний.

Он посылает нам благословения разного вида ежедневно и ежечасно. Однако из-за того, что большинство людей получает зарплату, пособия, пенсии и т.п., как правило, раз в месяц — все и привыкли подводить итоги по своим доходам раз в месяц.

Вы, судя по всему, относитесь к этому серьезно. И свои 10 процентов от дохода для *цедаки*, насколько я понимаю — отделяете регулярно, демонстрируя тем самым пример правильного поведения еврея.

Но это — еще не все.

Посылая нам благословение материального характера, Всевышний, вместе с тем — как бы назначает человека управляющим этими, отделенными нами от дохода десятую (или больше) процентами. И ожидает, что мы, понимая, что эти деньги — Небесное благословение, проявим ответственность в распределении этих средств, руководствуясь здравым смыслом.

Попробую проанализировать приведенный Вами пример (при том, что

детали всего мне, разумеется, неизвестны).

Знаю только, что Вы ежемесячно выделяете тысячу шекелей на *цедану*. Что кто-то попросил, чтобы Вы дали ему 600 шекелей. И деньги эти у Вас есть.

Что в такой ситуации должен подсказать Вам здравый смысл?

Для решения проблемы, сколько денег можно дать тому человеку, прежде всего, важно, насколько хорошо Вы с ним знакомы, и знаете ли Вы, в какой степени ответственно он обычно распоряжается деньгами.

Например — не алкоголик ли он или игрок на бирже. Не увлекается ли он играми в лотереи. Нет ли в его практике ситуаций, когда он, скажем, вкладывал деньги в проекты, строительные и прочие, которые оказывались просто-напросто — выманиванием денег у наивных граждан.

Полагаю, очевидно, что положительный ответ на любой из этих вопросов подскажет, что давать тому человеку *цедану* — не следует. Впрочем, психологического успокоения ради — можно время от времени жертвовать ему символические 2 шекеля.

Иногда речь может идти о разовой помощи — когда человек нуждается, допустим, в срочной операции.

При этом — должно быть понятно, что деньги ему действительно необходимы, что он не стал жертвой популярных ныне рекламных кампаний, пропагандирующих ненужные тому человеку медицинские вмешательства или лекарства.

Привел тут лишь два примера исследований, которые человеку надо осуществить, прежде чем давать *цедану*, превышающую символическую сумму.

Попутно подчеркну, что символическую *цедану* (в Израиле — несколько шекелей, в Америке — несколько долларов) нужно давать всем, кроме очевидных наркоманов и алкоголиков.

Теперь — о позитивной стороне ситуации.

К примеру, человек просит деньги, чтобы начать реализацию некоего проекта по распространению знаний Торы в мире.

Ясно, что он затеял хорошее дело.

Но и в таком случае, необходимо хотя бы немного вникнуть в его замысел и постараться понять, что он реально в состоянии сделать, есть ли у него в этом какой-то опыт, или он, может быть — просто мечтатель и прожектер.

В зависимости от результатов исследования и размышлений над ними — можно дать ему 600 шекелей или, например — ограничиться меньшей суммой.

Общего правила в этом — нет. И наряду с серьезными исследованиями и размышлениями — надо мысленно обращаться к Всевышнему за «вразумлением», за помощью в принятии правильного решения.

Автор текста Элиягу Эссас

Как избавить прошлые и будущие поколения от Суда Небес?
Шалом раву Элиягу и всем сотрудникам сайта!

Я прочитала на еврейском сайте, что в трактате Сукка (45 б) приводится высказывание Раби Шимона бар-Йохая: «Могу я избавить весь мир от суда Небес со дня, что я родился, до сего времени. А вместе с моим сыном Элазаром — с сотворения мира до сего времени. Если к нам присоединится и царь Йотам, сын царя Узияу — то с сотворения мира до конца мира!»

Есть ли ответ, почему царь Йотам, сын царя Узияу, не присоединился к Рабби с сыном?

Огромная благодарность за вашу работу!

**Ник
Россия**

Прежде всего, хочу выразить благодарность за то, что автор не оперирует «туманными намеками», как делают некоторые в письмах на сайт, но — точно указывает, откуда взято высказывание, связанное с его вопросом.

А теперь — к сути.

Процитированные Вами в переводе фразы действительно — один из наиболее загадочных фрагментов в Талмуде. И у многих наших великих Учителей мы находим суждения по его поводу.

Даже не пытаюсь понять, как человек может освободить от наказания целое поколение, а то — и все поколения, зададимся простейшим вопросом, обратив его к раби Шимону бар Йохая: «Если ты мог избавить от наказания хотя бы свое поколение (именно об этом он пишет в данном отрывке) — почему же ты не сделал это? И зачем нужны были рассуждения о твоём сыне и о царе Йотаме, который жил примерно за тысячу лет до твоего появления на свет?».

Задав этот вопрос — понимаем, что речь в Талмуде идет не об этом. Если бы раби Шимон мог спасти поколения от наказаний — он, скорее всего, сделал бы это.

Так о чем же здесь говорится?

Разберемся во всем по порядку.

Раби Шимон бар Йохай (великий Учитель Мишны, составитель книги *Зо́гар*; 2-й век; известен и под именем Рашби) был учеником великого раби Акивы. И исключительный вклад раби Шимона в понимание Устной Торы — в том, что он открыл нам особую роль устремлений (на иврите — *кавана*; ударение на последнем слоге) души человека в служении Всевышнему.

Именно поэтому, кстати сказать, раби Акива поручил своему ученику раби Шимону раскрыть определенным методом те глубины Торы, которые особенно нужны в нашей духовной работе на последнем этапе Шестого тысячелетия.

Так в мире появились первые наброски будущей книги *Зо́гар*, которые раби Шимон получил от пророка Элиягу. Впоследствии они были записаны его сыном раби Элазаром и его ближайшим окружением учеников.

Это и имел в виду раби Шимон, когда сказал, что может избавить свое поколение от наказаний. Иными словами, такое произойдет — если поколение всерьез возьмется за постижение книги *Зо́гар* и использует эти знания в своей духовной работе.

Однако его поколение не сумело подняться на духовный уровень, который позволил бы ему поставить перед собой такую задачу.

Какого качества не хватило тому поколению?

Качества, которое было у сына раби Шимона, раби Элазара.

И тут нам важно знать, что представлял собой раби Элазар (кроме того, что он был сыном раби Шимона).

В трактате Талмуда *Шаббат* (лист 33) рассказывается, что римские власти приговорили раби Шимона к смерти. И раби Шимон скрылся от них в одной из пещер Галилейских гор.

В этой пещере, как понятно, не было ни воды, ни еды. Однако сын раби Шимона Элазар не оставил отца в одиночестве. Он вместе с ним отправился в изгнание и в течение 13-ти лет жил с ним в этой пещере. Пили они из источника, который чудесным образом возник неподалеку, а питались — плодами рожкового дерева.

В чем суть такого героизма (на иврите — *месирут нефеш*)?

Не столько в том, что еда была скудной, и воды было мало, сколько — в том, что раби Элазар все эти годы не покидал отца, несмотря на то, что не было никакой гарантии, что даже и скудная пища и ограниченное питье будут у них и завтра.

В этих условиях все 13 лет отец и сын (учитель и ученик) — ни на секунду не прерывали занятия Торой, изучая ее во всех аспектах, проникая в ее скрытые глубины.

Вот почему после всего этого раби Шимон сказал, что в случае, если присоединить к нему раби Элазара, можно будет спасти от наказания все предыдущие поколения.

То есть, если бы у его поколения был бы еще и *месирут нефеш* уровня раби Элазара — интенсивность духовной работы достигла бы таких высот, что можно было бы аннулировать наказания, полагавшиеся предыдущим поколениям.

Здесь естественно, возникает вопрос: как можно избавить от наказания прошлые поколения, если они их, как очевидно, уже получили?

И здесь перед нами раскрывается некая грань Истины, о которой можно узнать из книги *Зо́гар*.

Речь о том, что со смертью человека его душа — не исчезает, но продолжает свое путешествие по некоей временной шкале. И все хорошее, что человек сделал при жизни, помогает поднять его душу выше, а то плохое, что он совершил — мешает его душе подняться (это, собственно говоря, и есть наказание).

Так вот, раби Шимон имел в виду, что качество *месирут нефеш*, если оно во всей полноте проявилось бы в его поколении и, образно говоря, пропитало бы его — это повлияло бы на высшие миры, снимая препятствия (наказания), которые мешали душам подняться туда, где надо им быть.

Однако неясным все еще остается вопрос — почему раби Шимон вспомнил еврейского царя Йотама, сына царя Узиягу?

Каждый, кто изучает Танах (Еврейская Библия), особенно книгу *Мелахим* (обе ее части), знает, что в нашей истории до разрушения Первого Храма было около 20-ти царей.

Среди них были выдающиеся — и в духовном плане и в умении управлять народом и государством. Но были — и другие.

Царь Йотам принадлежал к первой категории.

И все же — почему именно его вспомнил раби Шимон?

Наверное, мы уже можем догадаться, что у царя Йотама должно было быть определенное качество, которое, если бы оно в полной мере проявилось в поколении раби Шимона — могло помочь решить задачу, которую ставил перед собой раби Шимон (освободить от наказания будущие поколения).

Качество это — **исключительная скромность**.

Йотам стал царем еще при жизни отца, царя Узиягу, который тяжело заболел. И Йотам все свои великие дела — и в управлении страной, и в постановлениях духовного характера — совершал от имени отца, который уже не мог участвовать в управлении государством.

Такое вот качество — умение не придавать

«авторству» собственных свершений какую-то значимость — необходимо, чтобы в мире фигурировал не сам человек, как некая отдельная личность, но — только духовная работа. Это заложило бы основу для того, чтобы избавить от наказания и будущие поколения. Ибо тогда, обобщенно говоря — некого было бы наказывать. Ведь в мире, вместо персоналий — оставалась бы, в сущности, деятельность духовного характера.

Теперь, надеюсь понятно, о чем идет речь в удивительном высказывании раби Шимона бар Йохая.

Автор текста Элиягу Эссас

Как нееврею, стремящемуся служить Творцу, провести Рош ha-Шана?

Уважаемый рав

Расскажите, пожалуйста, как нееврею, соблюдающему 7 законов потомков Ноаха и стремящемуся максимально служить Всевышнему и приблизиться к Нему, безупречно подготовиться и провести Рош a-Шана?

Лариса

РФ, г. Ростов-на-Дону

Прежде всего, подчеркну, что очень важно знать и всегда помнить, что Тора — не предлагает неевреям никакие законы, обычаи и традиции. И это — не случайно.

В свое время народы мира, в отличие от евреев — не приняли Тору. Соответственно, у них нет «инструментария», позволяющего понимать Тору, в которой содержатся прямые указания Всевышнего. Иными словами — у них нет необходимой для этого «дополнительной еврейской души».

И если это так — как мы можем дать общие указания человеку, который вырос в России или, скажем, в Китае или, допустим, в Папуа — Новой Гвинее, и в еврейском народе не числится?

Речь идет — о совершенно разных людях, с самыми разными (у каждого — свои) историческими навыками и т.д. и т.п.

Однако Всевышний любит свои творения. Поэтому Он, в каком-то смысле — каждому человеку дал намек (во всяком случае — тем, кто хочет к этому намеку прислушаться) на то, чтобы не быть последователем и

приверженцем любой придуманной людьми религии (подразумеваются, например, все виды христианства). А вместо этого — избрать для себя линию поведения, которая способна наилучшим образом выразить его чувства и устремления. Этот выбор осуществляется — индивидуально, каждым человеком в отдельности. Разумеется — в рамках своего понимания основных «мотивов» еврейского мировоззрения.

Если знать, к примеру, что Рош ha-Шана (первый день еврейского месяца *Тишрей*) — день, когда Творец создал Адама, первого человека в мире, в тот самый день каждый может назначить себе какое-то, эмоционально комфортное для него время, и погрузиться в размышления о Всевышнем. О том, что Он управляет всем в мире. И что любому человеку следует соизмерять с этим фактом свою жизнь, свою деятельность и т.д.

Можно, конечно же, если есть такое желание — добавить к этому те или иные символические действия. И это станет вполне достойным, позитивным способом как-то отметить дату создания первого человека.

Чтобы избежать всяческих недоразумений, а возможно и (ни о ком не будь сказано!) и ошибок, подчеркну чрезвычайно важную мысль.

В выборе таких символических действий принципиальное, решающее значение приобретает критерий, определяющий, что эти действия, пусть и воспроизведенные из самых лучших и в каком-то смысле возвышенных побуждений — ни в коей мере не «претендуют» на создание некоей новой религии. Ибо как раз этого — и не хочет Творец мира. Ему (да и людям тоже) не нужны придуманные, рукотворные, искусственные религии.

Автор текста Элиягу Эссас

Тем, кто разместил свои данные в социальных сетях угрожает сглаз?

Как вы думаете, стоит ли размещать данные о себе на всеобщее обозрение в социальных сетях, фотографии семьи и детей?

Ведь могут сглазить. Или с этим нет проблемы, в конце концов, многие ведь публикуют.

Прежде всего, надо принять как данность, что сглаз (на иврите *аин ha-ра*) — невидимая, но реальная сила. Чем бы он ни был спровоцирован — завистью, неприязнью или какими-либо иными отрицательными эмоциями — он способен оказать негативное воздействие и, что называется, «навести» неприятности на объект сглаза. Как впрочем, и на того — кто «сглазил». Ведь *аин ha-ра* притягивает внимание Небес не только к объекту зависти, но и к тому, кто их, так сказать, «потревожил».

Сглаз почти наверняка может возникать там, где люди выставляют напоказ свои достоинства или преимущества. Будь то материальный успех, особые умения и таланты, счастливая семейная жизнь и т.д. Волей-неволей, такое поведение способно спровоцировать зависть окружающих.

Может ли быть иначе? Чувство зависти, в той или иной степени, знакомо каждому. Оно — один из самых распространенных человеческих недостатков. И серьезнейшим образом, кстати сказать, осуждается нашими Учителями.

Социальная сеть — идеальная, плодороднейшая почва для взращивания в людях чувства зависти.

В социальных сетях каждый, естественно, старается показать себя с лучшей стороны. Это в некотором роде неформальная норма, принятая в таком «общении». Участники, за редкими исключениями, используют доступные им способы, чтобы убедить «партнеров» по сети в том, что они не хуже, а, может даже — лучше других. Фотографии с мест отдыха, новые приобретения, удачные фотографии детей и т.п. — все это заполняет сеть, превращая ее в «праздник эгоизма», чем она, собственно говоря, и является.

Добавим к этому состязания в остроумии или в особо удачно подобранной информации и — дело сделано. Новые герои и кумиры увлекают за собой многочисленных поклонников. А среди них, как понятно, найдутся и такие, кто посмотрит на объект своего обожания завидующим или даже не добрым взглядом...

Напрашивается вывод, что выставлять себя напоказ в социальных сетях — рискованно. Не говоря уже о том, что это — не скромно. А если мы говорим о евреях, то и вовсе — противоречит базисному принципу нашей традиции, призывающему нас быть скромными и как огня беречься от завышенного самомнения и бахвальства.

Факт, что информацию о себе в социальных сетях публикуют многие — не означает, что так можно, нужно и правильно поступать. От того, что неправильное поведение где-то стало «нормой» — оно не перестает быть неправильным и нерискованным, как в случае со сглазом.

Следует учесть и то, что сама жизнь в социальных сетях заставляет человека «играть по правилам» среды, в которую он попадает. Порой, пробуждая в нем — низменные инстинкты. Например — желание чем-то похвалиться, или же, наоборот — кого-то травить, устраивая так называемый «шейминг» (от английского слова шейм — «стыд»; в данном контексте — публичное унижение и т.п.).

С другой стороны, участника, чья анкетная страница пуста, скорее всего, заподозрят, что он — «подставное лицо». Что нередко и происходит в действительности.

Так что выбора практически нет. И те, кто стремятся к личному общению в сетях, должны это осознавать.

Подчеркну, что в этом ответе не ставил перед собой цель — обозначить все негативные явления, сопровождающие использование социальных сетей. Опуская, например — неразумную, нередко бесцельную трату драгоценного времени (что особо пагубно для нас, евреев, ибо это отнимает у нас время, отпущенное нам для духовной работы) или же — например, массированные атаки на сознание «пользователей» со стороны коммерческих производителей.

Данный ответ, надеюсь, поможет Вам и другим нашим читателям — глубже осознать опасности духовного характера, сопряженные с участием в социальных сетях и, соответственно, принять более взвешенное решение по поводу участия в них.

В дополнение — предлагаю прочесть на сайте ответ [«Мою дочь сглазили. Что делать?»](#) и прослушать видео-ответ [«Существует ли сглаз или порча?»](#) (01.08.17).

Автор текста Михаэль Бергман

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

Практически любая, даже самая “прозаическая” информация, для наших учителей могла послужить поводом для глубокого размышления о взаимоотношениях с Творцом.

В подтверждение этому, рав Авраам Тверский приводит несколько историй.

НЕ ПРОСТО ИСТОРИИ

Рав Авраам Тверский

Делать и слушать

Мир — зеркало, — учил Бааль Шем Тов, — и все дефекты, которые мы видим в других людях — проявление наших собственных недостатков. И еще он учил, что нужно внимательно выслушивать замечания людей, потому что в них обязательно содержатся важная информация.

Еврейская традиция придает особое значение устной речи. **Праздник разговор** — вовсе не невинное дело. Колкости или нелестные замечания в чей-нибудь адрес — тяжкий грех.

Хафец Хаим посвятил свою жизнь борьбе с *лашон ара* (злословием) и отмечал, что это худший из грехов. Главное отличие человека от животных — дар речи, и его нельзя осквернять. Речь человека может нести откровение.

Однажды Бааль Шем Тов со своими учениками оказался на постоялом дворе. Бросив взгляд на какого-то мужчину, он заметил:

— Этот человек заслуживает порицания. Он не соблюдает законы семейной чистоты (замужняя женщина должна раз в месяц окунаться в микве — специальном бассейне).

— Откуда ты знаешь? — удивились ученики.

— А вы сами наблюдайте за ним, — ответил Бааль Шем Тов.

Спустя мгновение этот человек взял со стойки пустой стакан. Трактирщик сказал ему:

Не бери этот стакан, я еще не окунал его в микву (новую посуду, сделанную

нееврейями, полагается перед первым ее употреблением окунуть в микву).

А человек ответил:

— Какая разница, окунать в микве или не окунать”?

Этим он подтвердил наблюдение Бааль Шем Това.

* * *

Рав Зуша из Аниполи очень спешил, и кто-то крикнул ему:

— Помоги перевернуть повозку!

— Извини, не могу! — ответил рав Зуша, чувствуя, что не успеет, если хоть немного задержится.

Человек крикнул ему вдогонку:

— Нет, ты можешь. Ты просто не хочешь!..

Рав Зуша сказал себе: “Это было порицание Свыше. Много можно было сделать, но я просто ленив, и еще оправдываю себя тем, что не успеваю... Тот человек прав: я мог бы, но не захотел ему помочь...”

* * *

Хасидский учитель ехал в повозке, и его кучер остановил лошадей, чтобы накормить и напоить их. Он обернулся к учителю и сказал:

— Посмотри, как едят и пьют эти лошади. Они, верно, думают, что я даю им еду и питье, чтобы они получили удовольствие. А ведь я это делаю лишь для того, чтобы они доставили меня, куда нужно.

Учитель воспринял слова кучера как упрек. “Когда я ем и пью, — подумал учитель, — мне кажется, что я лишь утоляю свой голод. Но забываю при этом, что пища дана мне, чтобы я исполнял волю Всевышнего и достигал главной цели в жизни. И если я об этом не вспоминаю, значит, я подобен лошади...”

* * *

Рав Моше Лейб из Сасова часто говорил, что постиг истинное значение любви к евреям благодаря пьяному.

Однажды он зашел в трактир и услышал такой разговор:

— Иван, я же твой лучший друг... Слышишь, Иван? — твердил своему собутыльнику основательно набравшийся мужик.

Тот, к кому он обращался, тоже пьяный, ответил:

— Врешь, Степан! Не любишь ты меня...

По щекам Степана потекли слезы.

— Не говори так, Иван, — всхлипывая, проговорил он. — Я тебя люблю.

— Ну, если ты, на самом деле, меня любишь, — пробормотал Иван, — тогда скажи, о чем я тревожусь, чего мне не хватает...

“Никто не вправе сказать, что любит кого-то, — добавляет рав Моше Лейб, — если не чувствует его боль и не знает, в чем тот нуждается”.

* * *

Один хасид видел, как бьют розгами солдата царской армии. За то, что он ненадолго отлучился со своего поста.

Солдат молил о пощаде, оправдывался:

— Было так холодно, что я совсем замерзал, — пытался оправдываться он перед начальником.

— Ты давал присягу царю, а это должно согреть тебя изнутри, — отвечал начальник.

И хасид подумал: “Видно, я стал механически молиться и исполнять заповеди. Если бы я делал это от всего сердца, я бы ощущал больше тепла и трепета...”

* * *

Однажды мой друг в непогоду оказался в аэропорте. Там скопилось множество людей, и все друг с другом разговаривали. В зале стоял такой шум, что невозможно было расслышать объявления по радио.

— Тише! — попытался утихомирить окружающих кто-то из пассажиров. — Возможно, передают что-то важное о полетах, а разобрать невозможно. Теперь придется обращаться в информационное окошко, чтобы узнать, о чем шла речь.

Эта история навела моего друга на размышления о голосе Всевышнего. Талмуд говорит, что голос с Синая раздается каждый день, призывая нас вернуться к изучению Торы и соблюдению ее заповедей. Зачем этот голос, если мы все равно не можем его услышать?.. Да, в повседневной суете мы не слышим голос. И приходится, как в аэропорту, обращаться к людям, владеющим информацией — нашим духовным руководителям, чтобы узнать, о чем он сообщает... А это очень важно узнать. Ведь, если мы не поймем, что говорит этот голос с Синая, мы не достигнем главной цели в жизни.

Когда ракета вылетает в космическое пространство, иногда в ходе полета ее траекторию корректируют, чтобы она достигла орбиты...

Может быть, об этом и говорили наши предки у Синая, обещая, что будут **делать** то, что Творец повелел, и **слушать**, что Он скажет в дальнейшем. И **слушать** мы должны внимательно, **чтобы** услышать и воспринять все коррективы, **не сбиться с пути** и достичь цели.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Если бы меня, как диетолога, попросили бы назвать три продукта, которые важно регулярно употреблять, я назвал бы яблоки, морковь и грецкие орехи...

ТРИ ПРОДУКТА НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

д-р Давид Самади

Почему для регулярного употребления я рекомендую всего три продукта? И почему именно — яблоки, морковь и грецкие орехи. Ведь есть еще бесчисленное множество других полезных для здоровья продуктов, необходимых для нормального функционирования человеческого организма. И птица, и рыба, и цельные зерновые, и овощи во всем их разнообразии, и фрукты и т.д. и т.п.

Спорить не буду. Выбор полезной пищи — огромен. Однако в данном случае в своем предпочтении я руководствуюсь простыми житейскими соображениями, состоящем в том, что люди в наши дни очень заняты, и им важно, чтобы продукты, которые можно взять, например, с собой на работу, не доставляли особых хлопот. И при этом утоляли бы чувство голода и не наносили вреда организму.

Поэтому в мой список и попали яблоки, морковь и грецкие орехи. Эти продукты доступны в любое время года, они хорошо хранятся, засунуть их «на ходу» в сумку — не составляет труда, и у каждого из них — свои уникальные, необходимые человеку свойства.

А теперь — рассмотрим, какие преимущества дает нашему организму употребление этих продуктов.

Яблоки

Это — самый популярный и распространенный фрукт, обладающий колоссальными полезными свойствами. Есть даже такая поговорка: «В дом, где едят яблоки, не вызывают врача».

В яблоках содержатся фитохимикалии (природные химические вещества, обладающие антиоксидантными свойствами), флавоноиды, витамин А и диетические волокна (клетчатка).

Яблоки богаты одним из самых мощных антиоксидантов — кверцетином, который способствует предотвращению некоторых видов рака и защищает артерии, что понижает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний.

Следует знать, что гораздо полезнее съесть свежее яблоко, нежели выпить яблочный сок, потому что в процессе выдавливания сока, яблоко теряет 80 процентов кверцетина.

Яблоки помогают бороться и с другими недугами.

Результаты исследование европейского журнала клинического питания показывают, что яблоки могут снижать риск возникновения инсульта, вызванного тромбозом (закупорка кровеносного сосуда).

Другое исследование доказывает, что употребление всего трех яблок в неделю на 7 процентов снижает риск возникновения и развития диабета второго типа.

Более того, яблоки могут сыграть свою роль и в предотвращении старческой деменции.

В 2008 году исследование, результаты которого были опубликованы в журнале **Food Science**, обнаружило, что употребление одного яблока в день защищает нервные клетки мозга от *окислительного стресса* (оксидативный стресс — процесс повреждения клетки в результате окисления), в значимой степени ответственного за развитие болезни Альцгеймера.

Яблоки рекомендуют хранить в холодильнике, прикрыв слегка увлажненным бумажным полотенцем.

Морковь

Морковь — один из самых распространенных видов овощей в мире. Ее легко выращивать и хранить.

Существует множество вариантов употребления моркови. Ее можно добавлять в супы, тушить, готовить из нее салаты (и добавлять в салаты из других овощей), варить на пару, жарить. Не говоря уже о том, что многим нравится есть сырую морковь.

Принято считать, что морковь всегда бывает только оранжевого цвета. На самом же деле морковь может быть еще и желтой, фиолетовой, белой и красной.

Своими полезными качествами морковь обязана имеющемуся в ней бета каротину и волокнам. Она также богата витамином А, *пантотеновой кислотой* (витамин В5), солью фолиевой кислоты, калием, медью и марганцем.

Одно из очень важных полезных свойств моркови — ее способность положительно влиять на пищеварительную систему. Она содержит клетчатку (4-6 г в одной чашке натертой моркови), активизирующую деятельность кишечника, предотвращая запоры. Морковь активно улучшает перистальтику кишечника и выделение желудочного сока.

Морковь уменьшает риск ослабления макулы (макула или желтое пятно — это самый центр сетчатки глаза, где фокусируется пучок света; здесь очень плотно сфокусированы все фоторецепторы, гарантирующие нам четкое, ясное, цветное восприятие окружающего мира).

Недавно проведенное исследование показало, что употребление пищи, содержащей каротин, снижает риск дегенерации макулы на 40 процентов.

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Бета-каротин, попадая в организм человека, превращается в витамин А, который связывают с укреплением сетчатки глаза. Еще одно исследование показало, что употребление моркови способствует снижению риска заболевания раком легких. Так, употребление от 1,7 до 2,7 миллиграммов бета каротина ежедневно уменьшает риск заболевания раком легких на 40 процентов. А в 100 граммах моркови содержится 9 мг бета каротина.

Хранить морковь нужно в полиэтиленовых пакетах в овощном отделении холодильника. Старайтесь не хранить морковь рядом с яблоками, так как яблоки выделяют этиленовый газ, который может придать моркови горьковатый вкус.

Грецкие орехи

Грецкие орехи — самые полезные из всех имеющихся в продаже орехов. Выяснилось, что только в них содержится важная альфа линолевая кислота (ALA) — источник ОМЕГА-3 растительного происхождения.

Одна четвертая часть чашки грецких орехов содержит 2,5 граммов альфа линолевой кислоты. И это — в восемь раз больше, чем у других, самых полезных орехов.

Наличие альфа линолевой кислоты делает грецкий орех особенно важным в борьбе с сердечно-сосудистыми заболеваниями и воспалительными процессами.

Орехи содержат L-аргинин, который увеличивает воспроизводство в организме окиси азота, уменьшая риск образования сгустков крови и повышения уровня артериального давления.

Грецкие орехи снижают общий уровень холестерина в крови, уменьшая LDL («плохой холестерин») и увеличивая HDL («хороший холестерин»). Они также улучшают эндотелиальное функционирование у больных, страдающих диабетом второго типа. И регулируют обменные процессы в целом.

Грецкие орехи нужно хранить в холодном и сухом месте. Если вы открыли пакет с грецкими орехами, для того, чтобы они достаточно долго оставались свежими — храните их в герметично закрытом пакете.

материал сайта observer.com

Доктор Давид Самади,

Всевышний, который абсолютное добро, создал человека - Адама, который тоже был пропитан этим добром. Адам получил от Всевышнего задание улучшить мир и закончить то, чего не закончил Творец.

Но так называемое зло тоже было создано Всевышним.

Это был змей. И пока Адам и Хава не попали под влияние змея, добро и зло существовали параллельно друг другу.

Когда плод дерева познания добра и зла был съеден, добро и зло смешались не только в их душах, но и в душах всех созданий.

Ведь душа Адама рассыпалась на мелкие осколки, которые стали духовными корнями всего созданного на земле.

Через ошибку Адама в душе каждого из нас сосуществуют доброе и злое начало.

И они ведут между собой борьбу: злое начало мешает нам чинить и улучшать наш мир, доброе начало, несмотря на проступки злого начала, пытается добиться тех целей, которые ставит перед нами Всевышний.

Можно ли сказать, что эти две силы в нас равны?

Нет. Хотя, по логике вещей, две эти силы в человеке кажутся равносильными.

На самом деле всё не совсем так.

Ецер а-ра (злое начало) немного перевешивает ецер а-тов (доброе начало). Всевышний не мешает злему началу выполнять свою задачу: препятствовать распространению добра в мире, в то время, как доброму началу Всевышний помогает довести дело до конца.

Ведь ни одно хорошее дело не заканчивается без помощи Творца.

И если в начале творения злое было отделено от хорошего, то и в конце времен это должно быть так же.

А Всевышний поможет его исключить навсегда.

Наш народ был выбран для осуществления этой задачи, для починки мира.

И как мы уже писали, наш народ на земле Израиля с помощью Торы придёт к Храму.

В главах последней книги Торы - Дварим, Моше Рабейну ещё раз обучает свой народ заповедям Торы, а также говорит о благословениях и проклятиях, в зависимости от того, будем ли мы соблюдать заповеди или нет.

Кроме того, в конце главы "Ваелех" Моше Рабейну говорит: "после моей смерти вы развратитесь и сойдёте с пути, который Я указал вам. Вас постигнут бедствия в конце дней, ведь вы будете делать зло в глазах Всевышнего, досаждая Ему вашими делами". Почему Моше Рабейну сказал именно так?

Может быть потому, что знал устройство злого начала?

Но зачем тогда нужно было повторить (частично) Тору, если народ всё равно будет нарушать её?

Дело в том, что если народ развратится и сойдет с пути и проклятие Небес станет ему карой, то именно в такой ситуации народ вспомнит Всевышнего. Ведь никто, кроме Него, не сможет помочь.

Крик души народа разбудит сердце Творца.

И Творец пошлёт своё благословение, чтобы наш народ мог победить свой ецер а-ра при выполнении задания Небес.

Кроме того, крик народа демонстрирует недостаток.

Это значит, что душа тоскует по свету Творца, по тем заповедям, которые Он заповедал. Эта душа, как орех. Ей мешает скорлупа, чтобы выполнять заповеди.

И если мы сможем очистить себя, то за "скорлупой" раскроется наше стремление к Творцу. Но почему Моше Рабейну не закончил свою речь на хорошем? Может быть потому, что внутри каждого проклятия в Торе спрятано благословение. Кроме того, вся Тора хранится в нашей душе и ждет момента, когда сможет раскрыться.

Чистосердечный порыв к Творцу поможет ей это сделать.

А это как раз то, чего ждёт наша душа, чего ждёт Всевышний.

Разделяя между добром и злом с помощью изучения Торы и выполнения заповедей, вычищаем зло из нашей души.

На каком-то этапе мы поднимемся духовно так, что Всевышнему останется только разделить между добром и злом, как это было в начале творения.

Счастливого пути!

Юдит Аккерман

Петах Тиква, Израиль

ЦЕЛЬ ЭЦ ТАМАР

Буква Бет

С буквы Бет начинается Тора. Это вторая буква алфавита. И символизирует байт - дом. Именно поэтому существует фраза, что Всевышний построил себе "дом" в нижних мирах. И как пик постижения этого - Давид а-мелех решает построить Всевышнему настоящий Дом - Храм.

Буква Бет пишется как Бет, Йуд и Тав. Первая и последняя буквы образуют слово Бат - символ левой, женской стороны, наш мир, дом, еврейский народ. А буква Йуд посередине - символ мужской стороны мира - Всевышний, обитающий в этом мире и наполняющий его собой, то есть дающий своим творениям силу жизни.

Числовое значение буквы Бет - двойка. Всевышний один и един. И нет никого, кроме него. Но в тот момент, когда Он создал наш мир, возникло понятие двойственности, то есть множества.

По правилам Торы все, о чем написано 2 - символизирует множество, то есть 2 и больше.

Два - не считается хорошим числом, так как символизирует

разделение - пируд. А разделение - это всегда не хорошо. Ведь наша цель - воссоединять и восстанавливать.

Но с другой стороны, клетка, например, размножается делением. И если бы этого не происходило, нас с вами бы просто не было.

То есть во всем есть хорошее и не очень, и даже в делении.

Буква Бет так же символизирует благословение, то есть увеличение потенциала. В слове благословение (браха - корень бет, рейш, хаф), все буквы символизируют удвоение, то есть множество. Бет = 2, Рейш = 200, Хаф = 20. Для того, чтобы благословение сработало, нужна хотябы единица потенциала. Он если потенциала нет, то сколько ноль ни умножить - все равно так и останется ноль.

Но как же тогда праотец Авраам? Ведь у него не было потенциала иметь детей. А от него произошёл целый народ.

Дело в том, что когда речь идет о материальном мире, то в нем действуют законы этого мира.

И сколько ни умножай на ноль - так и останется ноль. Но в тот момент, когда человек признает Всевышнего над собой - он становится частью Его.

Не человек и Творец, а одно целое, объединение в Алеф = Эхад (один). И тогда материальные законы этого мира не властны над таким человеком. Он становится частью Того, кто эти законы сотворил, а значит находится выше этих законов. Там, где действуют законы над материальные. И тогда начинают происходить чудеса!

Тамар Антопольская

Петах Тиква, Израиль

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ОТ САРОЧКИ

ХАЛА Круглая

Ингредиенты:

2 упаковки (в каждой 2 ч. ложки «с горкой») сухих дрожжей

1 ч. ложка сахара

2 ½ стакана теплой воды

1 стакан растительного масла

1 стакан сахара

4 яйца

9-10 стаканов муки

1 яйцо, взбитое с 1 ст. ложкой воды

Приготовление:

Положите дрожжи в большую миску и немного присыпьте сверху сахаром (1 ч. ложка)

Добавьте воды и оставьте на 5-10 минут. Смешайте дрожжи, яйца, растительное масло и сахар. Добавьте несколько стаканов муки.

Продолжайте размешивать, добавляя понемногу муку до тех пор, пока тесто не перестанет липнуть к рукам. Месите тесто, пока не получите однородную массу.

Немного смажьте тесто растительным маслом и положите в миску. Накройте полотенцем и оставьте на 2 часа подниматься в теплом месте.

Смажьте растительным маслом 2 противня. Если хотите - можете присыпать противни корицей.

Разделите тесто на 4 равные части.

От первой части отделите кусочек теста, величиной с ладонь, сделайте круглую лепешку и положите ее на смазанный маслом противень.

Из оставшейся части раскатайте «змейку» и выложите, закручивая от центра к краю, на лепешку. То же повторите с оставшимися тремя частями теста. Накройте халы полотенцем и оставьте подниматься еще на 2 часа в теплом месте.

Смажьте халу яйцом, взбитым с водой, при желании посыпьте маком.

Хорошо разогрейте духовку. Выпекать следует при температуре 180 градусов в течение 40 мин.

После того как халы испеклись, не вынимайте сразу из духовки - оставьте их ненадолго внутри, чтобы от резкого перехода температуры они не упали.

Приятного аппетита!

Сарра Манн

Майами, США

ЗАКОНЫ ЛАШОН А-РА

Сообщение о том, что кто-то небрежно выполняет заповеди, касающиеся отношений между людьми

Говорить о человеке, что он небрежен в исполнении заповедей, касающихся отношения человека к Создателю, считается *лашон-ара*. То же самое - упрекать человека в небрежном исполнении заповедей по отношению к ближнему. Даже если рассказчик крайне осторожен в выборе слов и выражений, все равно он произносит *лашон-ара*.

Предположим, кто-то попросил у другого человека оказать ему услугу или дать денег в займы. Ему отказывают. Вы являетесь свидетелем сцены, но вам запрещено рассказывать о ней другим. Никакой пользы ваш рассказ не принесет, положения не исправит, так что ваш поступок будет считаться *лашон-ара*.

Важно знать, что рассказ об этой сцене запрещен не только когда мы сомневаемся в возможностях человека помочь просителю, но даже когда мы уверены, что у него такая возможность безусловно есть. Поэтому, даже если мы расскажем об этом не из желания оклеветать человека, а чтобы сообщить другим правду, мы все равно произнесем *лашон-ара*

Господин Гинзбург попросил у господина Фейгина небольшую сумму в займы. Господин Фейгин ответил: "Извините, но у меня нет денег".

Господин Айзенштадт, присутствовавший при этом, прекрасно осведомлен, что Фейгин вполне в состоянии одолжить Гинзбургу эту небольшую сумму. Тем не менее, ему категорически запрещено рассказывать об этом случае другим.

"Поступок Фейгина отвратителен. Когда он, наконец, поймет, что это очень важно - помогать другим?" Здесь нет ни одного слова неправды. Тем не менее, перед нами - *лашон-ара*.

Лейб Каханэ

Ашдод, Израиль

DOCTOR TOPA

Рош а-Шана

Рош а-Шана - название праздника, которое дословно переводится как «голова года». Это первый день нового года. Мишна объясняет, что есть разные толкования Рош а-Шана, но, прежде всего, это День суда, который в Торе называется «Йом трау» или «Йом зихрон трау». «Трау» - это определённый вид трубления шофара. Существуют различные мелодии трубления: есть «ткиа» и есть «трау». «Ткиа» - это длинный звук, а «трау» - прерывистый. В то же время Рош а-шана - праздник и начало нового года. При этом возникает вопрос: «Почему же праздник Рош а-шана называется «Йом трау»? Какое в этом заключено значение?».

Интересно отметить, что значение слова «трау» в ТаНаХе, в «Невиим», происходит от корня «ломать». Например, когда речь идёт об Ассирии, то сказано дословно, что она будет сломана, разрушена. В современном иврите мелодия «трау» называется «шварим», что ещё больше подчеркивает значение перелома, кризиса, плача. Почему именно такое трубление связано с Рош а-Шана? С одной стороны, в Рош а-

Шана начинается Божий суд над людьми. С другой стороны, Рош а-Шана - это праздник. Как же это связано одно с другим? Хочется отметить, что есть несколько видов трубления на «Рош а-Шана. В Торе написано, что должно быть девять звуков, и все они построены по принципу «ткиа-труа-ткиа». «Ткиа» -радостный звук, а «труа» — это трубление, связанное с кризисом и плачем. Например, когда евреи шли на войну, то трубили «труа», а когда стан собирался, трубили «ткиа».

Рав Меламед отмечает, что последовательность «ткиа-труа-ткиа» не случайная. Жизнь человека устроена так, что ребёнок рождается с некой естественной прямоотой и верой. Ребёнок пьёт материнское молоко, и при этом он полностью спокоен. У него абсолютная уверенность во Всевышнем и большой «битахон» Когда ребёнок подрастает, он неизбежно сталкивается с какими-то кризисами. Он видит, что мир довольно сложен и в нём есть несправедливость. Это настроение отражается мелодией «труа». Но, несмотря на это или вопреки этому, молодой человек должен выйти на новый уровень веры, который воспроизводится вторым звуком «ткиа», заканчивающим это трубление. У ашкеназских евреев есть такое понятие - «ткиа «гдола». Это последнее звучание шофара. Существует заповедь слушать шофар, потому что шофар оказывает большое влияние на душу человека.

Шофар — это рог животного, и расширенная часть этого рога раньше прикреплялась к голове животного. Трубление в шофар направлено на животную душу в каждом из нас. Талмуд отмечает, что в прошлом был обычай трубить 30 звуков. Сейчас, после комментариев каббалиста Ари, принято трубить 100 звуков. Нужно приложить все усилия, чтобы слушать шофар. Это очень важно. Мы знаем, что Рош а-Шана - это «йом ехад», то есть один длинный день, состоящий из двух дней. Это День суда. Но при этом мы не произносим, как в Йом Кипур, молитву «Видуй». Мы не говорим: «Мы совершали ошибки, мы грешили». Надо устраивать трапезы, надо, чтобы этот день был праздничным. Возникает вопрос: «Если это День суда, то как он может быть одновременно и праздником» ?

В книге «Нехемия» описана интересная история. Евреи ушли в Вавилонский плен, а те евреи, которые остались в Эрец Исраэль, не были сильно связаны с Торой. В это время ещё не существовало печатных книг и не было уроков он-лайн. Первыми ушли учителя Торы и мудрецы. Остались обычные евреи, и через 70 лет пришло новое поколение, которое было мало знакомо с Торой. Среди них были те, которые заключали браки с неевреями, и как следствие этого их связь с Торой была незначительной. Поэтому, когда пришёл Эзра и стал читать евреям Тору в Рош а-Шана, они поняли, как мало они знают Тору, и начали плакать. Интересно, что Эзра сказал им: «Перестаньте плакать» - «Ki Hedvat Ashem Hi Mauz chem (радость Всевышнего – “For the joy of God is your source of strength”.- «Радость - это ваша сила». Казалось бы, это странное выражение. Пусть плачут, пусть раскаиваются в День суда, евреям это поможет, ведь врата плача не закрыты. Если человек искренне раскаивается, то это помогает его молитве.

Почему же здесь сказано наоборот: «Устраивайте трапезы, помогайте тем, кому чего-то не хватает, дарите подарки», то есть устраивайте праздник. Почему нужно было устраивать праздник? Главная идея Рош а-Шана - это концентрация на мысли, что Всевышний наш царь. Это называется «малхуёт». Знание того, что мы связаны со Всевышним и признаём Его в этом мире, даёт нам силы и уверенность в том,

что еврейский народ как общность будет существовать всегда. Отдельные люди — это более сложный вопрос, но еврейский народ в целом вечен. Поэтому, когда мы присоединяемся ко всему народу и говорим, что Всевышний наш царь, мы как бы говорим Всевышнему, что мы Твоя команда. Может быть, у нас есть проблемы, возможно, мы находимся не в самой лучшей форме, и нам нужны дополнительные тренировки, но у Тебя нет другой команды. Мы Твоя команда, «ано амеха» и «ата Элокейну». Мы от Тебя зависим, мы к Тебе обращаемся. Именно это является источником радости в Рош а-Шана. Потому что сказано: «Ни один живой человек не может быть полностью идеален». Именно поэтому нам самим очень тяжело устоять на суде.

Люди иногда спрашивают: «Для чего нужен суд?». Обычному человеку это не понятно. Приведём такой пример. Допустим, у вас на столе стоит пластиковый стакан. В какой-то момент вы смотрите на него и решаете - нужен он вам или нет. Если стакан протекает, то мы выкидываем его, ведь он не выполняет своё предназначение. В принципе, всё, что сотворено, включая нас, было сотворено для какой-то цели. Если мы не соответствуем своему предназначению, мы оказываемся в очень непростой ситуации. Поэтому каждый год проверяется наш баланс. Всевышний смотрит на то, что происходит, кто соответствует своему предназначению, а кто нет.

Поэтому в такой ситуации единственное, что нас объединяет и помогает в День суда, это то, что мы понимаем, что, даже если мы не идеальны и подобны стакану с трещиной, но другого такого стакана нет. Даже если команда плохо натренирована, но другой команды всё-таки нет. Мы хотим быть хорошей командой, мы стараемся стать лучше. И это наполняет радостью наши сердца в Рош а-Шана. Это придаёт нам силы, уверенность и делает праздник весёлым. Поэтому Рош а-Шана - это некий баланс. С одной стороны, это мысли о суде, а, с другой стороны, радость от того, что Всевышний наш царь, и мы находимся в Его команде. Поэтому, особенно в первый день праздника, когда мы молимся, надо сконцентрироваться на этой мысли. Мы должны радоваться тому, что удостоились быть в команде Всевышнего. При этом можно не забывать и о своих личных просьбах.

Шофар помогает нам, меняет нас, напоминает о нашей истории. Шофар звучал на горе Синай. Евреи слушали его в начале юбилейного года, когда мир, можно сказать, освобождался от своих рабов. Рабы выходили на свободу, людям возвращалась земля, если они были вынуждены её продавать.

В будущем, когда придёт Машиах, шофар будет услышан, «коль шофар гадоль йитака». Всё это вместе взятое создаёт атмосферу радости от того, что мы находимся в команде Всевышнего. Это и есть основная идея праздника Рош а-Шана.

Доктор Арье Марголин

Кливленд, США

АНАЛИЗ НОВОСТЕЙ

Путь в никуда

(9.09-20) Во вторник вечером в Израиле начал действовать, утверждённый израильским кабинетом после долгих согласований и компромиссных уточнений, ограниченный карантинный режим для 40 городов и городских районов, в наибольшей степени поражённых коронавирусом.

Введенные ограничения представляют собой некую комбинацию режима вечернего "эпидемиологического комендантского часа" (когда жителям запрещено без крайней необходимости покидать свои дома с 19.00 вечера до 5:00 утра) и обычных для карантина, ограничений: приостановка работы школ в данных городах и районах, запрет на многолюдные мероприятия и т.д.

При этом представители Минздрава, а также уполномоченный по борьбе с коронавирусом профессор Рони Гамзу открыто заявляют, что с точки зрения медиков, эти меры на данном этапе уже недостаточны.

И что в ближайшее время у Израиля не будет иного выхода, кроме введения всеобщего карантина, как это было в марте-апреле, во время первой волны эпидемии.

При этом, особо подчеркивается необходимость в жестких ограничениях на период предстоящих праздников (Рош а шана, Йом Кипур, Суккот, Симхат Тора), когда в результате массового скопления людей будет практически неизбежен резкий

всплеск заболеваемости, что поставить под серьезную угрозу способность системы здравоохранения функционировать и оказывать помощь огромному количеству тяжелобольных, что обещает еще более усугубиться в связи с наступлением периода сезонного заболевания гриппом.

Между тем, накануне введения ограниченных карантинных мер ряд оппозиционных политиков, в частности, лидер партии "Наш дом - Израиль", Авигодор Либерман охарактеризовал меры правительства по борьбе с коронавирусом как "полный провал", призвал граждан вообще игнорировать рекомендации Минздрава и распоряжения кабинета, касающиеся эпидемии, и "действовать по своему собственному разумению".

Комментарий: Нам трудно охарактеризовать происходящее сейчас вокруг эпидемии коронавируса иначе, как некий вид массового помешательства. Требования к правительству, причём требования, зачастую, исходящей из одних и тех же источников, носят взаимоисключающий характер: критики действий кабинета одновременно кричат о неэффективности, несвоевременности и половинчатости принимаемых мер и заявляют о своем нежелании далее подчиняться санитарным ограничениям!

При этом нам трудно отказать в справедливости многих упреков в адрес руководителей борьбы с коронавирусом: сегодня, увы, в этой борьбе преобладают запоздалые полумеры.

Однако уместно задаться вопросом какова причина и этих полумер, и того, что они запаздывают.

Причина же - это возрастающее давление на правительство, с целью повлиять на него, и даже полностью отменить важнейшие решения кабинета.

Анализируя происходящее сегодня, нам есть с чем сравнить. Достаточно вспомнить чёткие и слаженные меры переходного правительства, по борьбе с первой волной коронавируса. К слову говоря, призывы не соблюдать правила Минздрава раздавались и тогда. Но такие призывы (например, печально известное заявление в соцсетях лидера партии "Еш Атид" Яир Лapid, выступившего с "идеями" заговора правительства против демократии под предлогом борьбы с коронавирусом (см. на сайте материал "Убийственная демагогия" - 07.07.20), - однозначно воспринимались в обществе как бред не вполне адекватных людей.

Жесткие меры тогдашнего руководства Минздрава, поддержанные кабинетом, ожидаемо дали свои плоды. Израиль стал одной из наименее пострадавших от коронавируса, стран в мире(!).

Количество ежедневных случаев заражения в стране исчислялось десятками, а то и единицами. Израильская система здравоохранения избежала коллапса, который постиг другие, в том числе, развитые страны.

Увы, сегодня из этого опыта борцами с правительством делаются, мягко говоря, очень странные выводы. Всеобщий карантин упоминается, как пример "неэффективности кабинета в борьбе с коронавирусом", и совершенно ненужный и даже вредный инструмент в борьбе с эпидемией.

Подобная логика воистину безумна и очень опасна.

Ибо не ведет никуда, кроме пропасти всеобщего хаоса и массового заражения, перед которыми не сможет устоять ни одна, даже самая прочная система здравоохранения.

Авторы этой теории забывают, что жесткий карантин (наряду с твердым требованием властей о ношении масок и соблюдении дистанции), был той причиной, по которой Израиль почти полностью справился с эпидемией первой волны.

Можно спорить о дороговизне этого эффективного "лекарства" для экономики Израиля, можно признавать неизбежные побочные последствия такого радикального метода лечения, можно уточнять параметры карантина, вводить какие-то облегчающие жизнь новшества в рамках этих мер. Но нельзя отрицать главного: того что это "лекарство" на данный момент наиболее эффективно в борьбе с коронавирусом на национальном уровне.

В той же мере, в какой практически все сегменты израильской еврейской общины показали себя на высоте в период борьбы с первой волной эпидемии, что не могло не дать результатов, в такой же мере нынешние события являются образчиком того, как не следует поступать в ситуации, когда стране угрожает опасность национального масштаба.

Прежде всего, это касается попыток "защищать" от необходимых карантинных мер "свой" общественный сегмент. Целые слои израильского общества по непонятной причине стали ассоциировать меры по пресечению распространения эпидемии, как целенаправленные "выпады" властей в свой адрес, чуть ли ни как "заговор" и соответствующим образом руками и ногами стали отбиваться от "навязываемых" им ограничений.

Вопросы, касающиеся исключительно медицины и эпидемиологии сегодня переводятся в политическую плоскость, плоскость лоббирования и продавливания "облегчающих" исключений "для своих".

При этом у таких лоббистов отсутствует понимание и осознание того, что все мы находимся на одном корабле, и "дыры", которые существуют на этом корабле могут погубить всех.

Еще более безумной представляется позиция, согласно которой "недостаточные, неэффективные и несвоевременные ограничения" и другие меры правительства вообще не достойны внимания, и того чтобы им следовать.

Не нужно быть врачом - эпидемиологом, чтобы понять, что в ситуации распространения вирусной инфекции и отсутствия вакцины, - пользу приносит любое, пусть даже самое "небольшое" на первый взгляд ограничение распространения инфекции.

Так же, как на индивидуальном уровне ношение маски даже два часа в день снижает риск заражения, соответствующий этим двум часам: именно в эти два часа человек может столкнуться с инфицированным соседом или прохожим, и маска, а также двухметровая дистанция, защитят его от вирусной атаки.

Либо в значительной степени снизят дозу вирусов, что, как

утверждают медики, коренным образом влияет на тяжесть протекания заболевания.

В этой ситуации призывы игнорировать меры и распоряжения правительства по причине их "недостаточности и половинчатости", граничат с настоящим преступлением. Преступлением, которое может привести к смерти людей.

Перспективы: Беда, в которой сегодня оказалось израильское общество гораздо шире эпидемии.

К ней прибавилось специфическое духовное и психологическое (если не сказать психиатрическое) состояние многих людей, которое сегодня крайне опасно для них самих и угрожает их здоровью.

Если говорить кратко, то для того чтобы победить коронавирус и не заплатить многими жертвами и коллапсом израильской медицины, до момента появления вакцины, израильское общество должно прежде всего, что называется, прийти в себя.

Осознать, что сейчас не время для детских обид и ребяческих претензий.

Гражданам следует осознать, что та ситуация, в которой сегодня оказался Израиль, грозящий стать мировым лидером по темпу и числу заболеваний коронавирусом, - результат отнюдь не только действий "плохого правительства" (хотя серьезную ответственность за разрушение адекватной стратегии предыдущего руководства с Минздрава никто не снимает), но крайней степени безответственности и бездумья, с которым масса граждан, увидев "исчезающие" показатели заболеваемости первой волны эпидемии, ставшие результатом как раз исключительно жесткого следования большинством населения предписаниям Минздрава, сорвали с себя маски, забыли о дистанцировании, и стали вести себя так, как будто эпидемия уже побеждена.

Результаты этого инфантилизма мы закономерно наблюдаем сегодня.

И если подлинная причинно-следственная связь событий не будет в достаточной степени осознана израильскими гражданами, если они будут считать себя вправе предъявлять претензии к правительству, а



не прежде всего, к самим себе, как к важнейшему звену в борьбе с эпидемией, мы просто не видим возможности успеха в борьбе с коронавирусом в ближайшие месяцы до создания и массового производства и применения вакцины.

Первым признаком отрезвления (и взросления) израильского общества, с нашей точки зрения, станет отказ граждан и целых общин от порочной практики "выбивания" послаблений для себя, а тем более, самовольный отказ от выполнения указаний властей.

Ибо в той же степени, в какой даже "ограниченное" соблюдение предохранительных мер увеличивает шансы на защиту от вируса, в той же степени, каждое отдельное "послабление" означает дополнительную смертельно опасную "дыру" в общем корабле.

В целом у правительства, почти как у хирурга в приёмном покое травматологического пункта, не остается иного выхода кроме самых жестких и решительных действий, направленных на спасение "больного", невзирая на его стоны и крики о том, что ему неприятно и больно, "и вообще, может как-нибудь обойдется".

Увы, без возвращения к жесткой карантинной и санитарной политике, невзирая на лица, жалобы и претензии, вполне возможно, уже не обойдется.

Другие аналитические статьи Вы можете найти по ссылке:

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

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Дорогие читатели!
Вот уже совсем скоро наступит Рош ха шана!

Это самый сладкий праздник, когда мы ждем, что мечты сбудутся, все будут здоровы и все у нас будет ХОРОШО!

Перед Рош ха шана я всегда представляю себе весы, на которых ангелы взвешивают дела и поступки евреев...

Ну, вы же хорошо подготовились!

Надеюсь, что ваши добрые дела скажут сами за себя. Кстати, меня учили всегда

делать добро, а не только перед «взвешиванием» ...

Ну что же, дорогие мои, давайте проникаться праздничной атмосферой уже сейчас!

Начнем, конечно, с праздничного стола.

-Здравствуйте, дети, а скажите мне, что стоит на нашем праздничном столе?

-Здравствуйте, учитель, мы хотим сказать, что уже не в силах праздника мы ждать!

-Начинаем с головы, да, конечно, с рыбой...

-Рыбы голова на блюде-украшение на столе,

Чтобы все евреи были в голове, а не в хвосте!

-Здесь же яблоки и мед, чтобы сладким был наш год!

-Хала круглая у нас - все чтоб было в добрый час!

-И морковь я положу, а зачем вам расскажу,

-Пусть приговоры смягчатся, а наши заслуги считаются!

-Финик нам необходим, наш народ непобедим,

-Мы врагу отпор даем год за годом, день за днем!

-Берем гранат и произносим:

Мицвы приумножить просим!

- Чтобы множились наши заслуги, как зерна граната!

-Так вот, ребята!

-Молодцы, талмидим ,талмидот ,пусть же будет вам сладким год !

Всем здоровья, удачи, везенья и хорошего настроения!

Сил, терпения Тору учить и законы Все -вышнего чтить!

Цюпа Гензель

Кфар Эльдад



ЛИСТ ТАЛМУДА

На нашем листе Талмуд продолжает анализировать субботние законы, рассматривая самые разнообразные жизненные ситуации.

Трактат *Шаббат*

Известно, что *шаббат* должен отличаться от будней, что работать в субботу нельзя (в Талмуде составлен специальный список работ, запрещенных в субботу работ - см. на сайте обзор [листа 73](#)). И не только - работать, но и думать о повседневных делах. Ибо *шаббат* следует посвящать Всевышнему.

Лист №150

В связи с этим Учителя стараются оградить людей в субботу от любой повседневной суеты. И в

Мишне листа мы читаем:

Не следует в *шаббат* нанимать рабочих и (даже) просить кого-то об этом (чтобы кто-то нанял в субботу рабочих вместо тебя).

Не следует также дожидаться ночи у границы *тхума* (территория, по которой человеку разрешается ходить в *шаббат* - 2000 *амет*, то есть приблизительно 1 км, от населенного пункта в любую сторону). **Чтобы** (за его пределами после субботы) **нанять рабочих и попросить их принести** (с территории, которая находится за пределами *тхума*) **плоды** (фрукты или овощи). **Однако позволено ждать ночи у границы *тхума*, чтобы отправиться в дозор. Тогда можно будет** (с территории - за пределами *тхума*) **принести плоды в руках.**

Если о чем-то я имею право сказать в субботу, - формулирует Аба Шауль общее правило, - **ради этого мне разрешается ждать до ночи у границы *тхума*...**

Данная Мишна, - подчеркивает Талмуд, анализируя ее текст, - регламентирует не столько действия, сколько слова человека.

В самом деле. Какое запрещенное действие совершает в субботу человек, если нанимает рабочих и дает им соответствующие указания? В сущности - никакого. Он лишь обдумывает саму идею и - «произносит соответствующие слова».

Однако Учителя высказывают опасение, что разговоры о работе приведут к тому, что люди в *шаббат* начнут заниматься производственной деятельностью. И выносят постановление, согласно которому на все просьбы и разговоры такого рода наложен запрет.

Но почему нельзя даже просить в субботу, чтобы, скажем, сосед нанял тебе рабочих, когда суббота закончится? - спрашивает Талмуд. И разъясняет: потому что, изложив такую просьбу в *шаббат*, человек вернет соседа «с Неба на землю». Более того, сосед в стремлении помочь ближнему может пойти и, не откладывая, прямо в субботу договориться с рабочими. А этого делать нельзя. Все, что не разрешается делать одному еврею, в той же мере относится и к другому еврею.

Но бывают же исключительные случаи. Допустим, человеку в начале недели нужно что-то построить в своем дворе. Где взять помощников он не знает. И вот в *шаббат*, он случайно встречает на улице знакомого, который, как известно, часто пользуется услугами наемных рабочих. Живет он, скажем, на окраине города... Как тут быть?

В подобных ситуациях надо изложить свою просьбу намеком, - рекомендует **раби Иегошуа бен Корха** (выдающийся Учитель Мишны, конец 2-го века), - произнеся, к примеру, такую фразу: «Кажется мне, что ты после субботы смог бы мне помочь». Скорее всего, тот без уточнений поймет, в чем дело.

На то, чтобы изложить такую просьбу косвенным образом дает разрешение и *залаха* (еврейский практический закон). По *залахическому* правилу, регламентирующему поведение человека в субботу, про себя думать о работе - можно (хотя это и не поощряется), но вслух обсуждать производственные моменты - нельзя.

В субботних разговорах, - уточняет Талмуд, - разрешается вскользь касаться финансовых тем. Но лишь в том случае, если речь идет о *цедаке* (денежное пожертвование в пользу бедных или на цели духовного развития людей).

Допускается также в *шаббат* упоминание о финансовой стороне дела - в беседах о чем-то отвлеченном или о завершенных в прошлом «хозяйственных операциях». Не будет ничего предосудительного в том, если человек будет строить предположения, **сколько денег** нужно на возведение царского дворца. Или - расскажет, что для сбора урожая в прошлом году нанял столько-то рабочих и заплатил им столько-то. Но если человек, который об этом рассказывает, пока еще не рассчитался с этими самыми рабочими, в субботних разговорах он данной темы касаться не должен.

Возвращаясь к анализу Мишны, Талмуд задается вопросом: может ли вообще человек ждать у границы *тхума* окончания субботы, чтобы начать работать? Ведь прежде чем приступить к производственной деятельности необходимо сделать *хавдалу* (процедура, отделяющая *шаббат* от будней).

Это не может быть препятствием для осуществления после *шаббата* каких-либо повседневных работ, - говорят Учителя. - Достаточно по окончании субботы произнести *бераху* (благословение) - «Благословен Ты (Всевышний), отделяющий святое от будничного...». Затем уже разрешается работать. А *хавдалу* можно сделать и потом, когда человек **вернется домой...**

Автор текста Барух Шнайдер