



לוביטע ДЕЛАТЬ ДОБРО

ОНЛАЙН ОБЩИНА «ХАФЕЦ ХАИМ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ
ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА ШАББАТНИМ СТОЛОМ.
ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ САЙТА WWW.EVREY.COM
ПОСВЯЩАЕТСЯ ВОЗВЫШЕНИЮ ДУШИ
ХАИМ БЕН ИЦХАК ШАРИН И ГУТЕЛЬ БАТ ЛЕЙБ ЙОГЕЛЬ
АЛЕКСЕЙ БЕН БОРУХ ШАПОШНИКОВ И РАХЕЛЬ БАТ БЕРЛ ФРЕЙЛИХ



НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ВАЯКЕЛЬ-ПЕКУДЕЙ»

А также:

Вопросы к Раввину

О здоровом образе жизни

Культура. Личность. Этика

Женская Рубрика

Цель Эц Тamar

Doctor Tora

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, Тольяты, Томск, Турин, Ужгород, Улан Удэ, Хабаровск, Хадера, Хайфа, Харьков, Херсон, Хмельницкий, Холон, Челябинск, Чернигов, Черновцы, Эйлат, Эмек ха Ярден, Якутск...

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:**Недельная Глава «Ваякель-Пекудей» — 3****Вопросы Раввину— 7****Культура. Личность. Этика— 10****Здоровый Образ Жизни — 13****Женская Рубрика— 15****Цель Эц Тamar — 16****Законы Лашон а-Ра— 17****Doctor Tora — 18****Анализ Новостей — 21****Детская Страничка— 22****Лист Талмуда— 23****Ответственные за проект:
Элиэзер Фрейдкин, Давид Эльман****Над номером также работали:
Лейб Каханэ, Сара Манн,
Тамар Антопольская, Цюпа Гензель,
Эня Леина, Арье Марголин,
Анна Марголина, 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 Ваякель и Пекудей вместе.**

Из главы Ваякель: «И сказали они Моше так: Приносит народ больше, чем достаточно для выполнения работы, какую повелел Господь сделать. И повелел Моше, и возгласили в стане так: Муж и жена, (никому) не делать более работы для священного возношения. И прекратил народ приносить. И работы (приносивших) было довольно для них (изготавливавших скинию), для всякой работы, чтобы делать ее, и (еще) оставить.»

Евреи с огромным желанием жертвовали и изготавливали вещи для строительства Мишкана, и, что самое главное, собранного было достаточно и даже с избытком.

Комментирует великий Нацив (Рав Нафтали Цви Иегуда Берлин), что иногда бывает, что ювелиру не хватает золота или серебра, и тогда он собирает опилки и делает из этого ещё маленькую частичку и прикрепляет ее. Здесь мало того, что не нужно было это делать, но, в случае какой -то поломки или необходимости ремонта, все было в достатке!

Это огромный урок, ведь еврейский народ вначале совершает ошибку золотого тельца, тоже используя золото для его создания.

Однако, наш народ настолько с радостью и рвением участвовал в создании Мишкана, что Всевышний прощает нам ошибку золотого Тельца. Именно благодаря рвению и искреннему желанию евреев приблизиться ко Всевышнему, а не создавать идола (золотого тельца). Это огромный урок: ведь очень часто человеку не достаёт чего-то или кажется, что чего - либо мало. Так заложено в натуре человека: если он зарабатывает 100, то хочет 200, если он будет зарабатывать 200, то захочет 400. Но есть два варианта поведения: либо человек зарабатывает и стремится отдавать на благотворительность 10% или больше максимум 20%, либо он хочет все взять себе. В тот момент, когда еврей отдает деньги на правильные дела, на распространение Торы, помощь бедным и другое, он имеет вклад и заслугу в чем-то вечном, в том, что Всевышний заповедовал делать, и тогда он спускает своими делами благословение с Небес! Спрашивают наши мудрецы в Пиркей Авот: Кто счастлив? Тот, кто доволен своей долей! Чувство неудовлетворенности может только нарастать, если еврей не осознает, что главный смысл в его жизни - это отдавать.

Мы все время получаем все от Всевышнего абсолютно бесплатно, постоянно, каждое мгновение, и должны уметь распоряжаться своей жизнью, направляя ее в позитивное и правильное русло, наполненное желанием отдавать, помогать, делиться, и только тогда еврей по-настоящему может ощутить внутреннее спокойствие, когда он переключен с вечного желания брать- на отдачу.

Очень важно, чтобы мы всегда старались давать от себя больше, чем это нужно, чтобы в духовных вещах у нас был запас....

Элиэзер Фрейдкин**Кфар Эльдад**

НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «ВАЯКЕЛЬ-ПЕКУДЕЙ»

ГЛАВА «ВАЯКЕЛЬ»

Место в Торе: книга *Шемот*, гл. 35, ст. 1 — гл. 38, ст. 20.

Почему глава так называется?

По первым словам фразы: «**И собрал** Моше всю общину сынов Израиля» (*Шемот*, гл. 35, ст. 1).

И собрал на иврите — *ваякель*.

Наша недельная глава, как мы знаем из обзоров прошлых лет (см. на сайте обзоры глав *Ваякель*, *первый*, *второй*, *третий*, *четвертый* и *пятый* годовые циклы) рассказывает о том, как реализовывалось повеление Всевышнего — построить Храм (речь идет — о Мишкане, переносном Храме в пустыне).

Руководство строительством Всевышний поручил совсем еще молодому человеку — Бецалелю, само имя которого указывает, что Творец, посылая его душу в наш мир, наделил ее мудростью (см. на сайте [обзор недельной главы Пекудей](#), четвертый годовой цикл). Моше, передавая Бецалелю приказ Всевышнего, сказал, что сначала следует изготовить храмовую утварь, а **потом — строить Храм**. Но Бецалель, — рассказывает Талмуд, — на это ответил: «...принято вначале строить дом, а уж потом вносить в него предметы... Куда же я помещу утварь, которую изготовлю?...» (трактат *Берахот*, лист 55).

В одном из наших обзоров мы уже говорили о том, что разное понимание очередности задач возведения Храма Моше и Бецалелем имела глубокие психологические обоснования (см. на сайте [обзор недельной главы Пекудей](#), четвертый годовой цикл). Теперь же, в этом году, рассмотрим данную проблему на более глубоком уровне.

Для этого нам, прежде всего, надо ясно представить себе взаимоотношения тела и души человека.

Мы живем в материальном мире, и наши души заключены в физические тела. Поэтому, — пишет **рав Пинхас а-Леви** (великий Учитель; Барселона, Испания, Средние века) в одном из своих ранних трудов *Сефер а-Хинух*, — все наши физические ощущения оказывают сильное влияние на сердце и душу. К примеру, удовольствие от хорошей еды и питья, которое мы испытываем, скажем, в *йом тов* (праздничный день), **трансформируется в духовную радость**. Если мы делаем что-то такое, что приносит ощущение счастья, наши действия порождают приподнятое эмоциональное состояние.

Правильные «внешние» действия, — наставляет в своей книге рав Пинхас а-Леви, — становятся средством достижения желаемого внутреннего состояния. Поэтому так важно изучать Тору — даже если у человека нет намерения всерьез постигать то, что в ней написано. Ибо, независимо от его первоначальной мотивации, в процессе занятий Торой обязательно появится стремление понять ее текст и углубиться в исследование.

Величественный, внушающий благоговейный трепет *Мишкан*, по сути своей — физическое тело, оказывающее воздействие на все, что

находится внутри Храма. Физическое впечатление, которое он производит, трансформируется в сильное и глубокое внутреннее чувство.

Цель каждого индивидуума в этом мире — стремиться приблизиться к Творцу мира. А для этого необходимо, как разъясняют наши Учителя — достичь такого состояния, чтобы духовное начало в человеке управляло — физическим. Когда мы действуем в полном соответствии с нашими глубочайшими духовными ощущениями, мы тем самым реализуем наш внутренний потенциал.

Смысл испытаний, которым Всевышний подвергает праведников (на иврите — *цадиким*), — пишет **Рамбан** (Рабейну Моше бен Нахман — Нахманид; великий комментатор Торы, Танаха и Талмуда; Испания — *Эрец Исраэль*, конец 12-го — начало 13-го вв.) в своих комментариях к книге *Берешит* (гл. 22, ст. 1), — состоит в том, что они, испытания, позволяют им в действиях реализовывать свой духовный потенциал. Действия, осуществленные с верными намерениями, приносят в наш мир дополнительную положительную духовную энергию.

Всевышний повелел покрыть позолотой Ковчег — изнутри и снаружи. Анализируя данное повеление, Учителя обращают внимание на интересную деталь. Вначале Тора дает общую «инструкцию»: «И покроешь его чистым золотом...» (*Шемот*, гл. 25, ст. 11). Затем идет уточнение: «...изнутри и снаружи покрой его» (там же). Общее повеление относится к внешней части Ковчега — физический облик вызывает внутренние эмоции. Затем Тора говорит о внутреннем покрытии. И после этого — снова упоминает покрытие внешнее. «Внешний вид», — заключают Учителя, — должен соответствовать улучшенному внутреннему состоянию. И это наставление нам: ученый Торы должен привести свое внешнее «я» в полное соответствие с внутренним...

Ту же динамику отношений между «внешним» и «внутренним» символизирует и *Мишкан*.

До момента, когда евреи создали золотого тельца (см. на сайте, к примеру, [обзор недельной главы Ку Туца](#), четвертый

«И собрал Моше всю общину сынов Израиля...»

годовой цикл обсуждения), в Мишкане не было необходимости. Всевышний и без того всегда «находился рядом» (Облако Всевышнего защищало сынов Израиля от опасностей, Небо обеспечивало их пропитанием — см. на сайте ответ **«Что такое ман (манна)»**). В Торе об этом написано: «Во всяком месте, где Я положу память Имени Моего, Я приду к тебе и благословлю тебя» (*Шемот*, гл. 20, ст. 24). Однако проступок, связанный с золотым тельцом, продемонстрировал, что люди нуждались в некоем физическом, реально существующем объекте — чтобы ощутить Божественное Присутствие и фокусировать на нем свое внимание. *Мишкан* и выполнял роль такого реального материального объекта. Только в нем люди могли полноценно ощущать *Шехину* (см. на сайте ответ **«Шехина — святой дух...»**).

Исследуя заключительную часть книги *Шемот*, *Мешех Хохма* (раби Меир из Двинска, Латвия, первая половина 20-го века) отмечает, что в недельной главе *Ku Tusa* (предыдущая недельная глава) говорится вначале о *шаббате*, затем — о *Мишкане*. В нашей же недельной главе — наоборот: сначала речь идет о *Мишкане*, потом — о *шаббате*. И объясняет изменение порядка таким образом. Соблюдение законов *шаббата* — укрепляет нашу веру в Творца вселенной. Изначально, до ошибки, которую совершили сыны Израиля, изготовив золотого тельца, *Мишкан* планировался как «внешнее» выражение веры народа во Всевышнего. Ибо вера в Него жила в душе каждого еврея, где бы он ни находился. *Мишкан* должен был послужить «усилителем» этой веры — так же, как *шаббат*. Конфликта между необходимыми для строительства Храма действиями и соблюдением законов *шаббата*, не было. Поэтому недельная глава *Ku Tusa*, и рассказывает сначала о *Мишкане*, затем — о *шаббате*.

После совершенной ошибки *Мишкан* стал нужен, чтобы *Шехина* обитала в нем. Отсюда — строительство Храма уже перестает быть лишь формой служения Всевышнему, превращаясь в условие для такого служения. Следовательно, возведение Храма не могло производиться в *шаббат*. Поэтому в недельной главе *Ваякель*, где описываются события, которые произошли после создания золотого тельца, прежде сказано о *шаббате* и только потом — о *Мишкане*. Вывод — очевиден: работы по строительству *Мишкана* в *шаббат* — запрещены.

Но, если возведение Храма — искупление за изготовление золотого тельца, почему же тогда повеление о строительстве *Мишкана* дается в недельной главе *Трума*, предваряя рассказ о золотом тельце? Потому что создание *Мишкана*, — объясняют Учителя, — одновременно служило двум целям. Во-первых, он (до золотого тельца) реально воплощал духовные устремления еврейского народа. Во-вторых (после того, как ошибка была совершена), он должен был стать вместилищем *Шехины*.

Первый раз Всевышний сказал Моше о *Мишкане* — до золотого тельца, когда строительство храмового помещения не имело первостепенного значения. Важнее были — предметы храмового убранства — именно благодаря им, еврейский народ мог реализовывать свои чувства по отношению к Творцу. Поэтому в разговоре с Бецалелем, Моше упомянул сначала храмовые сосуды, и только потом

заговорил о строительстве храмового помещения.

Тут надо отметить, что сыны Израиля находились в то время на достаточно высоком духовном уровне — настолько высоким, что в значительной степени их существование непосредственно предопределялось «энергетикой» высших, духовных миров, и в гораздо меньшей — «естественными» законами материального мира. А потому и в процессе возведения Храма более важную роль играло для них то, что должно было находиться «внутри» Храма. Это в состоянии полной погруженности в материальный мир нужно прежде построить помещение. Но еврейскому народу на том историческом этапе не требовалось величественное здание, чтобы вместить *Шехину*.

Бецалель получил приказ построить Храм уже после того, как народ «провинился», создав золотого тельца. И — правильно понял поставленную перед ним задачу. Ему следовало, прежде всего, организовать «окружающую среду» — *Мишкан*, чтобы вселить в людей «внутренние» высокие (духовные) чувства, которые затем будут реализовываться в процессе контакта с предметами, наполняющими Храм и предназначенными для служения Творцу.

Бецалель сумел разгадать замысел Всевышнего, который, конечно же, заведомо знал (для Него не существует прошлого, настоящего и будущего), что народ сделает золотого тельца, предвидел, что сынам Израиля понадобится Храм — чтобы ощущать в нем Его Присутствие. Поэтому с самого начала и повелел построить *Мишкан*, позднее уточнив свое распоряжение заповедью об изготовлении внутреннего храмового убранства.

Всей этой историей Тора преподносит ценный урок: всем нам, даже на пике духовного воодушевления, нельзя забывать о том, как важны физические действия. Ведь они — способ приложения нашей духовности к делам этого мира. Без них **невозможно реализовать духовный потенциал...**

Автор текста раввин Зеев Лефф

Иерусалим



ГЛАВА «ПЕКУДЕЙ»

Место в Торе: книга *Шемот*, гл. 38, ст. 21 – гл. 40, ст. 38.

Почему глава так называется?

По первым словам фразы: «**Вот итоги** сооружения *Мишкана*, *Мишкана* Свидетельства (*аздут*), подведенные по приказу Моше» (*Шемот*, гл. 38, ст. 21).

Вот итоги (подсчеты) на иврите — *пекудей*.

Шаббат, когда в синагогах, читают нашу, завершающую книгу *Шемот* недельную главу (в этом году она «соединена» с недельной главой *Ваякель*) — последний в месяце *адар*. На следующей неделе по еврейскому календарю начинается *нисан* — *ходеш геула* (месяц освобождения), озаменованный великим для нашего народа праздником, годовщиной Исхода из египетского рабства. Однако сам Исход, как известно — лишь начало процесса освобождения. Кульминационный момент этого процесса — завершение создания *Мишкана* (переносного Храма в пустыне), восстановлением «общения» еврейского народа с Творцом мира. Об этом и говорится в недельной главе *Пекудей*.

В ее тексте читаем: «И покрыло Облако (*Шехины*) Шатер Соборный, и Слава Всевышнего наполнила *Мишкан*» (*Шемот*, гл. 40, ст. 34).

Рамбан (рабейну Моше бен Нахман — Нахманид; великий комментатор Торы, Танаха и Талмуда; Испания – *Эрец Исраэль*, конец 12-го – начало 13-го вв.), комментируя книгу *Шемот*, объясняет, что в этой фразе речь идет о достижении ясного, осязаемого контакта Всевышнего с сынами Израиля, что и было в действительности истинной целью Исхода.

Процесс установления контакта с Творцом начинается с получением первой данной еврейскому народу заповеди — о «первом месяце», фактически устанавливающей еврейский календарь (см. на сайте [обзор недельной главы Бо](#), шестой годовой цикл обсуждения), и заканчивается — строительством *Мишкана*. В обзоре недельной главы *Пекудей* в этом году мы попытаемся проследить духовную связь между этими двумя «пограничными» событиями. А для этого, прежде всего, нам нужно понять, что такое еврейские месяцы.

В еврейском календаре новый год начинается с первого числа месяца *тишрей*. Однако Тора называет «первым месяцем» (на иврите — *ходеш а-ришон*) — *нисан*. И получается, что еврейский год начинается с седьмого месяца.

Свои названия еврейские месяцы, — сообщает Рамбан, — получили в период вавилонского изгнания. Тора намеренно дала им только порядковые номера. Как сказано, например: «Месяц сей для вас начало месяцев; первый он у вас из месяцев года» (*Шемот*, гл. 12, ст. 2).

Иными словами, Тора, называя седьмой месяц календаря — «первым», устанавливает прочную ассоциативную связь месяцев еврейского календаря с началом освобождения из египетского рабства, с событиями Исхода. От них мы **отсчитываем время**. И эта система отсчета проходит через всю Тору: месяцы упоминаются не по названиям, но — по порядковым номерам.

Еврейские названия месяцев впервые появляются в Танахе в книгах пророков *Эзры*, *Нехемии*, *Даниэля* и в *Мегилат Эстер*.

Итак, мы выяснили, что порядок еврейских месяцев ассоциируется с идеей освобождения сынов Израиля из египетского рабства. Но освобождение (Исход) — достаточно длительный процесс, занимающий многие месяцы, если — не годы. Можно ли в череде его этапов выбрать определенный день, чтобы сказать: «этот день — начало нового года»?..

Рош а-Шана (1-е *тишрея*) — годовщина сотворения мира. Каждый год в этот день Всевышний возобновляет свое творение и поставляет в космос энергию, достаточную для того, чтобы Его творение могло функционировать весь следующий годовой цикл. Это возобновление реализуется в рамках естественных законов. Год можно сравнить с **веткой, оторванной от ствола Древа Вечности**. Год — строго определен, имеет ограничение во времени и служит «вместилищем» ограниченной реальности, в которой все — когда-нибудь, раньше или позже, умирает. В этой реальности все (земельные наделы, численность населения планеты и т.д.) имеет жесткие границы.

Любая ограниченная реальность предполагает распределение ресурсов. В Рош а-Шана, обновляя мир, Всевышний осуществляет суд над ним, принимая решение, как будут распределены имеющиеся во вселенной ресурсы. Каждый человек и целые народы получают по Его Суду — свою долю. Кто-то будет беден и пойдет в услужение тем, кого Творец благословил изобилием, большим материальным обеспечением, чем требуется для выживания.

Когда в *Эрец Исраэль* несколько лет подряд был неурожай, Яков со своей семьей, чтобы люди не погибли от голода, спустился в Египет. Но там евреи не ассимилировались, они, отторгнутые от собственных ресурсов, так и остались чужими в той стране. Согласно общим законам причинно-следственных связей, в ограниченном физическом мире порабощение было почти неизбежным. Ограниченная реальность, заключенная в тиски времени, должна была привести еврейский народ к рабской зависимости.

Однако освобождение сынов Израиля из египетского рабства **не было «перегруппировкой» ресурсов**, которая происходит в процессе реализации определенных естественных законов природы. Это освобождение представляет нам новую, особую реальность, тоже ограниченную временными рамками, но — совершенно другую.

В рамках естественных законов все — смертны. Но, чтобы пережить это состояние, не умирать, нужно создать связь с новым источником существования, который не принадлежит физическому миру, обновляемому Всевышним в Рош а-Шана.

Во многих наших обзорах мы говорили о том, что каждый человек наделен душой (на иврите — *нефеш* или *нешама*). Все сотворенное Всевышним возникло из духовной реальности, энергии Творца, которая стала фундаментальным строительным «кирпичиком» в созданном Им мире.

Нефеш, согласно еврейскому мировоззрению, имеет два уровня (см. на сайте ответ [«Об уровнях души»](#), — в разделе «Спроси у раввина»). Ее нижний уровень — источник духовной «жизненной силы», а верхний — связан с чисто духовным явлением, которое на иврите носит название *руах*, что в переводе на русский язык означает — «дух». Уровень *руах* находится тесно связан с той частью души, которую называют — *нешама* (дыхание Всевышнего). Об этом в Торе сказано: «И создал Всевышний человека из праха земного, и вдунул в ноздри его дыхание жизни, и стал человек существом живым» (*Берешит*, гл. 2, ст. 7). Посредством *нешама* и осуществляется контакт с Творцом (подробнее — см. на сайте [обзор недельной главы Ваикра](#), четвертый годовой цикл).

Изгнанный из *Ган Эдена* (так называемый «Райский Сад»), первый человек, Адам, в значительной степени утратил связь со своей *нешамай*. И чтобы восстановить ее, потомки Адама должны подниматься на достаточно высокий духовный уровень. На это способен каждый человек, ибо он наделен свободой выбора. Осуществляя правильный выбор, люди могут воссоединиться со своей *нешамай*, а, в конечном счете — с Творцом мира.

Но легитимно ли рассматривать по «той же схеме» возможность целого народа воссоединиться с Всевышним?

Здесь все — иначе. Сложившаяся человеческая общность имеет коллективную душу (*нефеш*), которая самостоятельно не в состоянии себя изменить. Это общность (народ) может распасться на отдельные части, и тогда ее составляющие

по отдельности будут строить свои судьбы. Но и часть народа, выбирая собственный путь, не способна переделать коллективную душу. Изменения могут быть привнесены извне, например — в результате захвата этого народа другим народом.

Еврейская традиция объясняет, что народы были созданы Творцом — так же, как отдельные индивидуумы. И каждому народу Всевышний дал им только ту духовную составляющую, которая была доступна человечеству после изгнания Адама из *Ган Эдена*.

В Торе находим такую фразу: «Когда Всевышний давал уделы народам, когда рассеял сынов человеческих, поставил Он пределы народам по числу сынов Израиля» (*Дварим*, гл. 32, ст. 8).

Когда Всевышний разделил человечество на отдельные народы, — пишет **Раши** (раби Шломо бен Ицхак — величайший комментатор Торы и Талмуда; Франция, 11-й век), комментируя данный отрывок, — Он основал семьдесят разных культур и языков. Каждому из семидесяти народов Всевышний дал уникальную *нефеш*, определяющую его особенности и характер.

Но откуда взялось это число — семьдесят?..

Раши отмечает, что Всевышний поделил человечество на семьдесят народов — по количеству взрослых мужчин в семье Якова, которые вместе с ним спустились в Египет.

Народы отличаются друг от друга, как отдельные люди, но все они получают духовную жизненную силу на уровне «нижнего отдела» *нефеш*. Духовная «подпитка» этого уровня возобновляется каждый год — по решению, принятому Небесами в Рош а-Шана.

Уникальность еврейского народа определяется наличием у него как бы «дополнительной» души (см. на сайте ответы [«Как определить дополнительную еврейскую душу»](#) и [«Дополнительная душа у еврея, намек в Танахе»](#)). *Нефеш* еврейской общности берет начало в *нешамай*. Эта связь *нефеш* с *нешамай* была восстановлена нашими праотцами, которые сумели восстановить прежние отношения с Творцом мира. Более того — эту связь они передали потомкам.

Именно восстановленный контакт с *нешамай* дал возможность сынам Израиля в изгнании — не ассимилироваться.

Существует термин — «*Кнессет Исраэль*», выражающий духовную жизненную силу еврейского народа. Этот термин, — писал **рав Хаим из Воложина** (выдающийся Учитель, Литва, конец 18-го – начало 19-го вв.) в своей книге *Нефеш а-Хаим* (часть 1, гл. 5), — представляет собой духовную силу еврейских душ, сплавленных в единое целое. *Кнессет Исраэль* иногда именуют *Шехиной* (см. на сайте ответ [«Шехина — святой дух...»](#)). Так нередко бывает в духовных союзах: когда соединяются две сущности, порой трудно понять, где граница между ними.

Нефеш Элокит берет начало в том «отделе» души, который — вне уровня материальной реальности, а потому — не подвластен времени. На уровне *нешама* нет старения, угасания и смерти. Временные границы *нешама* — не отдельная ветвь, оторванная от ствола вечности. Напротив — *нешама* связана с вечностью прочными узами.

В материальном мире, где все сущее представляет собой разнообразие комбинаций физических частиц, многое определено вторым законом термодинамики: в любой закрытой системе, состоящей из

отдельных частиц, энтропия всегда лишь возрастает. Что бы мы ни делали — любыми своими действиями мы увеличиваем хаос, как бы подталкивая физический мир к угасанию.

Но на духовные явления и соотношения закон энтропии не распространяется. Это частично мы можем ощутить даже в нашей материальной реальности. Любовь супругов друг к другу, к примеру, может сохранять свежесть всю жизнь. Глубокое чувство к родителям остается в душе детей даже после ухода родителей в иной мир. Народ, жизненная сила которого рождается из отношений, сформированных между *нешамой* и *Шехиной* — неуязвим для разрушительного действия времени и будет жить вечно.

Когда Тора говорит об освобождении из изгнания, ассоциируя это с благословением нового месяца, речь идет о том, что еврейский народ живет как бы в другом измерении времени, где жизненные циклы связаны не с годом, но — с месяцами. Любая другая жизненная сила, созданная при сотворении вселенной, существует в рамках годовых циклов — возобновляется каждый год в Рош а-Шана, неотвратно старится и умирает. Но месяцы символизируют — **возрождение**. Каждый месяц луна символически умирает, но с началом нового месяца она рождается заново и постепенно «набирает объем». Когда жизнь измеряется месяцами, она словно отдалается от годового цикла, тем самым — отделяясь от смерти. Освобождение от всемирного закона нарастания энтропии (закон природы, согласно которому хаос, разрушение в мире самопроизвольно и постоянно увеличивается) — это и есть суть избавления.

Жизненная сила, поставляемая духовными мирами, не может прямо войти в реальность, существующую в рамках годовых циклов. Вхождение «небесной» энергии в материальный мир происходит через коллективную душу народа Израиля, который физически живет в материальном мире, но духовно — в высших мирах. Коллективная душа в разных поколениях проявляется по-разному, в каждом поколении имеет свои неповторимые особенности — так же, как уникальна душа отдельного индивидуума. Поэтому общее избавление может наступить лишь в определенном поколении. Когда это произойдет — зависит от уровня «слияния» того или иного поколения с духовными мирами.

Теперь мы можем понять, как связано освещение нового месяца с успешным завершением строительства *Мишкана*. Освещение нового месяца освобождает еврейский народ от ограничений времени материального мира и присоединяет его к вечности. И сам факт, что *Шехина* опустила на *Мишкан* — «И покрыло Облако (*Шехины*) Шатер Соборный, и Слава Всевышнего наполнила *Мишкан*» (*Шемот*, гл. 40, ст. 34) — доказательство ее слияния с *Кнессет Исраэль*. Еврейский народ получает жизненную силу от слияния с Творцом.

И в заключение отметим, что каждый народ — выразитель той жизненной силы, которую он черпает из своего источника. Еврейский народ получает энергию от Всевышнего, а поэтому — в принципе не может ассимилироваться. В любой среде. Ведь правом выбора (стремиться поднять свой духовный уровень к высшим мирам или нет) обладают **лишь индивидуумы**. Но еврейская община в целом — всегда, в той или иной степени, поддерживает связь с Творцом мира...

Автор текста раввин Носон Вайс

Иерусалим

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

Песах — на исходе шаббата
Уважаемый рав Мордехай

Пурим остался позади, а
впереди Песах. Но в этом году
Песах заходит на исходе Шаббата.

Расскажите, пожалуйста, об особенностях подготовки к этому великому празднику: как и когда делать биур, биур и битуль хамец. Как организовать 3 шаббатных трапезы, главным элементом которых должен быть хлеб.

Возможно, что у этой темы есть ещё другие нюансы.

Песах кашер ве sameax всему народу
Израиля!

*Хеврута
Израиль*

Постараюсь подробнее рассмотреть особенности дней, предшествующих Песаху в этом году.

Принято, что в *шаббат* накануне Песаха самые известные раввины и знатоки Торы выступают в синагогах перед общинами и разъясняют законы Песаха и предпасхального периода.

Поскольку, в этом году Песах наступает сразу на исходе *шаббата*, разбор и разъяснение пасхальных законов во многих общинах пройдет на неделю раньше, в субботу, когда будут читать недельную главу **Ваикра**. Тогда как в субботу перед самым Песахом (она называется «*Шаббат ha-гадол*» — великий *шаббат*), раввины, по-видимому (сужу об этом, исходя из опыта предыдущих лет), в основном сосредоточатся на различных аспектах **Пасхальной Агады**, укреплении веры в *геулу* (окончательное избавление), укреплении в нашем народе единства и сплоченности.

Духовные руководители и наставники сынов Израиля обязательно будут говорить о необходимости, в дополнение к уничтожению квасного из своих домов — обратить внимание на *хамец* внутри себя, который «въелся» в качества характера, ухудшая их.

Днем, накануне праздника Песах, принято соблюдать пост первенцев. В этом году, канун Песаха выпадает на субботу.

Поскольку в *шаббат* не постятся — этот пост переносят на четверг, 12-е *нисана*. В этот день многие люди завершат изучение трактатов Талмуда. Первенец в семье, который будет участвовать в таком завершении (*сьюме*) — освобождается от обязанности поститься. Желательно воспользоваться этой возможностью.

Отец, который в другие годы постится за своего малолетнего сына-первенца, в этом году, участвуя в *сьюме* — освобождается от поста.

Продажу квасного (на иврите — *мехират хамец*) нужно оформить через компетентную организацию до пятницы 13-го *нисана* (то есть — не позднее последнего перед Песахом четверга). Важно помнить, что мы продаем не посуду, но — только *хамец*, впитавшийся в нее. И хотя сам по себе этот *хамец* не является товаром и продаже не подлежит, но его вполне можно продать за компанию с коврижкой или, скажем, с бутылкой виски.

Поиски квасного (*бедикат хамец*) устраивают ночью с четверга на пятницу. Десять небольших кусочков питы, каждый завернутый в тонкую фольгу, дети раскладывают по дому, записывая каждое место, в которое положили. И глава семьи со свечей и перышком обходит весь дом, проверяя каждую щель, куда только может добраться. А жена, дети и домочадцы помогают ему.

Перед началом поиска нужно произнести соответствующее благословение (см. в *Пасхальной Агаде*). И вплоть до завершения поисково-розыскной операции запрещено разговаривать о чем-либо постороннем.

Когда все найдено, произносят «формулу отречения от квасного» (ее текст — там же).

Сжигают *хамец* (в нашей традиции это действие носит название — *биур хамец*) в пятницу 13-го *нисана* утром. И хотя по букве закона квасное можно есть весь день, все же *хамец* нужно сжечь до 11:30. Ведь, если это сделать в более позднее время, то увидевшие это люди могут решить, что *хамец* разрешено уничтожать в любое время, и в следующем году могут допустить ошибку, пропустив положенный срок.

Поскольку, в *шаббат* запрещено делать какие-либо приготовления к празднику, необходимо еще в пятницу подготовить все необходимое и к субботе и к Песаху. Нужно открыть все бутылки с вином и виноградным соком, упаковки с мацой, консервы и т.п.

Хасу (листья зеленого салата) и другую зелень, используемую в Песах, следует в пятницу, как положено, промыть, проверить на наличие насекомых и пр. и положить в холодильник.

Хасу нельзя класть в воду, иначе через сутки, она будет иметь статус сваренной и станет не пригодной для использования в качестве *марора* (горькая зелень, которая нужна на Пасхальном *Седере*).

Не забудем в пятницу приготовить все для пасхальной *кеары* (особое блюдо, которое надо поставить на стол для Пасхального *Седера*). Надо сварить яйцо и поджарить куриное крылышко для *зроа*.

Соленую воду для макания в нее *карпаса* (кусочек вареного картофеля или сельдерей) тоже готовят в пятницу.

Подготавливая для зажигания субботние свечи, необходимо помнить и о праздничных. В праздник, как известно, зажигать огонь разрешено только от уже горящего источника. Поэтому перед субботними свечами надо зажечь еще и суточную, а лучше — такую, что рассчитана на 48 часов горения

Желательно, чтобы праздничные свечи были большего размера, по сравнению с обычными, чтобы они горели до конца Пасхального *Седера*.

В ситуации с Песахом в этом году в праздничный *Кидуш* входят и некоторые элементы *Авдалы*. Значит, заранее, в пятницу, следует подготовить и авдальную свечу. При этом нужно помнить, что ее нельзя будет погасить. Поэтому в качестве нее принято брать небольшой фрагмент от стандартной авдальной свечи, снизу завернутый в фольгу, либо две маленькие свечечки (такие, как в самом простом ханукальном наборе — их фитили при Авдале нужно будет соединить).

Очень важно во время Пасхального *Седера* есть мацу с аппетитом. Обычно у человека пробуждается аппетит к тем блюдам, которые он давно не пробовал. Поэтому некоторые люди прекращают есть мацу за тридцать дней до праздника. Другие же начинают воздержание от нее с *рош ходеша* (новомесячье) *нисан*. И даже тому, кто не придерживается ни одного из этих обычаев — запрещено есть мацу, как минимум, за день до Песаха.

За день до праздника запрещается использовать и мацовую муку, а также — и все то, чем можно выполнить (даже с натяжкой, то есть, *бедиавад*) заповедь о маце.

В связи с этим перед нами встает проблема: как провести субботние трапезы, на что благословлять?

Обозначу здесь несколько возможных решений.

1. На первую и вторую трапезу накрывают стол разовой скатертью и едят в разовой посуде. Вместо хал, используют питы, и еду подают кошерную на Песах.

Есть питы нужно аккуратно — так, чтобы крошки не попали на пасхальную посуду или на стол. После того как съели по кусочку питы, размером с крупную маслину (примерно 30 г) — меняют скатерть.

Утреннюю (вторую) трапезу следует завершить до 10:30 утра, так как после этого времени есть квасное — запрещено. Остатки трапез, вместе с крошками и остатками пит — нужно поместить в отдельный пакет, вынести из дома и выбросить в общественный мусоросборник.

Затем — почистить зубы мягкой зубной щеткой и прополоскать рот раствором для полоскания. После этого прочесть отречение (*битуль*) от квасного (см. в *Пасхальной Агаде*).

Третью трапезу делают без хлеба (или как в одном из перечисленных ниже вариантов).

Следует отметить, что у такого решения есть недостатки — проблемы с крошками, необходимость рано завершить утреннюю трапезу, сложности с третьей трапезой.

2. Все субботние трапезы делают в пасхальном режиме. В этом случае отречение от квасного произносят в пятницу после его сжигания. В качестве хал используют целые листы мацы, которые прошли процесс варки (после этого маца — не пригодна для выполнения заповеди Пасхального Седера, есть ее в канун Песаха разрешается).

Поясню, как «варят» мацу.

Когда мясной или куриный суп будет полностью готов, кастрюлю снимают с огня, и пока суп горячий — по одному кладут в него несколько листов мацы. Затем, когда суп остынет, аккуратно извлекают мацу.

Ее можно использовать в *шаббат* в качестве хлеба. В том числе, и на третьей трапезе (но тогда необходимо помолиться *минху* как только наступит время «*минха гдола*» — примерно через полчаса после полудня — и сразу же сесть за третью трапезу, чтобы закончить ее не позднее, чем за 3 часа до выхода звезд). Третью трапезу можно сделать и в обычное время, но — без хлеба.

Достоинства этого решения в том, что нет никакого контакта с квасным и не нужно торопиться с утренней трапезой. Однако не все равнины согласны с таким решением.

3. Все субботние трапезы делают в пасхальном режиме. *Битуль хамец* — в пятницу, после его сожжения. В качестве хал используют «булочки», приготовленные из мацовой муки, но не испеченные (это в данном случае не годится), но — жареные в масле, можно с добавлением яиц.

Далее все — как в пункте 2. Достоинства те же, и тот же недостаток.

4. То же самое, что в пунктах 2 и 3, только в качестве хал используют обогащенную мацу (маца *ашира*).

Те же достоинства и все тот же недостаток.

Подчеркну, что во всех этих случаях в качестве дополнения до «*лехем мишне*» (когда требуется два цельных хлеба), можно использовать обычную мацу (кошерную для Песаха). Только в том случае, если ее использовали вместе с питами — ее остатки следует выбросить вместе с хлебными крошками.

Кидуш во время Пасхального Седера произносят над первым из четырех бокалов вина. И делают его в таком порядке: вино (благословение на вино), непосредственно сам **Кидуш** (*ашер бахар бану...*), свеча (благословение на свет), *авдала* (*ша-мавдиль бен кодеш ле-холь...*), время (благословение «*Ше хехияну...*»).

И в заключение рекомендую прочесть (или еще раз перечитать) материалы, посвященные Песаху, включая размещенные в этом разделе ответы раввина.

Автор текста Мордехай Вейц

Почему нам не удается победить коронавирус?

Почему нам никак не удастся победить коронавирус?

А у Вас есть представление, когда это произойдет?

PS. Я бы не задавал такой странный вопрос, но уж очень часто Вы довольно точно предугадываете события.

То, что мне иногда удается правильно определить различные мировые тенденции — не означает, что я всегда, всякий раз, способен это делать.

Вирус «КОВИД-19» — необычайно коварен и обладает свойством постоянно видоизменяться. Ученые, занимающиеся разработкой вакцины, достигли многого, но предсказать будущие изменения этого вируса — не могут. Хотя нужно отметить, что варианты фирм «Файзер» и «Модерна» (а может, и некоторых других фирм) содержат в себе возможность модифицирования. Причем, буквально в течение нескольких дней.

Однако, как понятно, на производство новых вакцин в необходимом количестве понадобятся недели и месяцы.

Но и это — победу нам еще не обеспечит. Очень многое зависит от силы и активности вирусных мутаций. А это, как очевидно — нельзя предсказать.

Если новые «мутанты» будут сильными — в каждом таком случае потребуется новая вакцина. Если же эти мутации не будут слишком опасными — вполне подойдет и уже существующие препараты для вакцинации.

Кроме того, присутствует и такой фактор, как память нашего организма, которая позволяет мобилизовать необходимые внутренние ресурсы сразу же, как только появляются новые мутации.

Это будет работать на сокращение сроков пандемии (мировой эпидемии) и на ее локализацию — когда останутся в каких-то местах лишь отдельные очаги, где эпидемия какое-то время (один-два года), в той или иной степени, еще будет властвовать.

Из опыта других эпидемий можно предположить, что в лучшем случае, мы сумеем справиться с этой проблемой за ближайшие один-два года,

в худшем — за три-пять лет.

Пишу все это — без учета вероятности резкой мутации этого коронавируса и появления какого-либо абсолютно нового вида вируса, не связанного с нынешним. Ибо на данный момент никому не известно, как будут развиваться события.

Сегодня из всего происходящего можно, на мой взгляд, сделать два вывода. Первый — не слишком утешительный. Второй — вполне оптимистический (на нем, по существующей в нашем народе традиции завершать разговор на чем-то хорошем — и собираюсь закончить данный ответ).

1. Нынешний вирус намного опаснее тех, которые вызывают так называемый сезонный грипп. Последствия заражения им, в отличие от привычного гриппа — разнообразны, а нередко бывают и, так сказать, «жестокими».

Главное — не проявлять по отношению к этой поразившей мир эпидемии бездумного легкомыслия. Не просто полезно, но — крайне необходимо в наши дни в общественных местах носить маску и соблюдать социальную дистанцию

2. Прорыв, совершенный медицинской наукой в текущем году, несомненно — впечатляет. И качеством и — умением добиться результатов в кратчайшие сроки.

Однако сколько времени понадобится на то, чтобы подчинить эпидемию — все же неясно.

Где же тут оптимизм? — спросите Вы.

Он — в том, что человечеству все же удалось понять, как реально ограничить распространение инфекции и держать эпидемию под контролем. Иными словами — мы против нее уже не безоружны.

Автор текста Элиягу Эссас

Сложилась тяжелая ситуация с родителями и сыном...

Здравствуйте.

У меня сложилась тяжёлая ситуация с родителями и сыном (10лет). Мой отец всю жизнь меня ненавидел, мама была бесхарактерной и живёт под его влиянием. Отец - тиран, деспот, и очень злой и неуравновешенный. На меня часто поднимал руку и кричал из-за мелочей. Например, пришёл с работы не в духе и срывал на мне злобу, если тарелка не помыта, начинал кричать, и мог ударить.

Мама редко заступалась, боясь его.

Я и мой брат уже много лет не разговариваем с отцом! Только с мамой.

И вот родился у меня сын. Мужа нет, и я стала обращаться к маме за помощью, запрещая приходить с отцом. Но когда меня не было дома, он, втихаря, приходил, пока мама нянчится с моим сыном, и играл с ним.

Я ругалась, возмущалась, но деваться было некуда, так как больше помочь было некому, а ребёнок часто болел, а я работала.

Затем просила маму забрать сына из садика, она сама не шла, а отправляла моего отца.

Он очень старался понравиться моему сыну, был с ним добр, гулял с ним после садика и стал его другом.

Я, глядя, как мой отец ласков с моим сыном, решила, что отец поумнел с возрастом и стал добрее. И стала разрешать часто общаться деду с моим сыном.

Но когда мой ребёнок привязался к деду, стал его любить, с радостью идти к нему домой и проводить у него много времени, дед понял, что ему больше не надо прикидываться ко мне добрым и опять показал своё неуважение и ненависть ко мне. То есть выяснилось! что он не изменился! а такой же хам и деспот. Но с моим сыном он ласков и всячески старается заслужить его любовь к себе.

Теперь сыну 10 лет. Они с дедом друзья. Деду 78 лет, он работает сутки через двое. И когда он дома, то забирает сына или со школы, или из дома, если выходной - к себе домой. Там они разбирают магнитофоны, гуляют и т.п., домой ребёнка привозят в 20.00 вечера.

Кроме того, дед его воспитывает так, как мне не нравится. Я ребёнка вижу только вечером. В выходной день, когда я не работаю, на все мои уговоры сына остаться дома с мамой, он отвечает, что дома скучно, и так как нет у него папы, то дед ему вместо папы, и уезжает теперь уже сам к деду и бабушке на весь день. А я чувствую себя одинокой и ненужной.

Подскажите, как мне оторвать ребёнка от деда без травм для него. Дед к тому же сыну часто критикует меня и осуждает, настраивая ребёнка против меня, и увлекает его к себе уговорами и предложениями разных развлечений, и тот бежит к нему, говоря, что со мной скучно.

Гармония между мной и сыном рушится, мы отдаляемся друг от друга. Сын уже не слушается меня и не уважает. Для него авторитетом стал дед, и делает всё, как дед сказал.

Мне кажется, я теряю ребёнка. А дед словно хочет совсем его забрать, сделав, таким образом, мне больно и самоутвердившись – вот, мол, меня внук любит, а дети не любят, не потому, что я плохой, а потому, что они плохие.

Я хочу, чтоб сын перестал вообще

общаться с этим извергом, притворяющимся добряком. Я поняла, как я ошиблась, поверив, что человек изменился.

Но как оторвать от него ребёнка без травм для ребёнка?

С благодарностью, заранее спасибо за ответ.

Татьяна

Чтобы лучше выстроить свой ответ — выделю в Вашем письме основные «сюжетные» линии.

1. Вы и отец.
2. Дед и внук.
3. Ваше желание вернуть себе сына.

Прежде — позволю себе небольшое вступление.

Конечно же, я не знаком ни с Вами, ни с Вашим отцом. И владею лишь той информацией, которую Вы открыли в составленном Вами тексте. Соответственно — в нашем разговоре и оперировать буду исключительно изложенными Вами фактами. Вполне отдавая при этом себе отчет в том, что они представлены в Вашем, то есть субъективном, видении, и реальной картины происходящего в Вашей семье передо мной нет.

Начну, как полагается, с **первого** пункта.

Меня, признаться, удивил, мягко говоря, составленный Вами список весьма нелестных (если не сказать — грубых) эпитетов, которыми Вы охарактеризовали собственного отца. Подкрепив его достоверность единственным фактом (цитирую): «если тарелка не помыта, начинал кричать, и мог ударить».

Как к этому отнестись — со стороны определить невозможно. Ведь все тут зависит от «накала страстей», от особенностей восприятия тех или иных обстоятельств участниками конфликта и т.д. и т.п.

Не меньше (а, может, и больше) меня поразило сообщение, что Вы с братом **много лет** не разговариваете с отцом...

Конечно же, не рискну даже предположить, до какой степени отчаяния мог довести детей (в данном случае, Вас с братом) «деспотизм» отца. И все же, мой многолетний опыт общения с людьми подсказывает, что в нормативном человеческом обществе

родственные связи, несмотря ни на что, остаются непреходящей ценностью.

Взаимоотношения родителей с детьми — сложный, многоплановый и неустойчивый «механизм». Он складывается из проявлений личностных черт, сиюминутных эмоциональных состояний и наслоений, спровоцированных внутрисемейными и внешними обстоятельствами и т.д. Немалую роль во всем этом, безусловно, играют и представления отца и матери о том, как надо воспитывать ребенка. И представления эти могут быть самыми разными.

Иногда подростков, со свойственным им максимализмом в оценках, посещает мысль: «скорее бы стать самостоятельным, уехать подальше от дома и забыть об отце (или, скажем, о матери)». Но в процессе взросления они постепенно начинают осознавать, как важна, необходима им, связь с отцом и матерью. А некоторые уже в юном возрасте достигают понимания, что не только у родителей есть обязанности перед детьми, но и — у детей перед родителями.

Все это — основополагающие принципы, на которых строятся нормативные семьи. Их воплощение наблюдаю в жизненной практике. Поэтому и поразило меня — как это Вы (и Ваш брат, с Ваших слов) умудрились на долгие годы выбросить отца из своей жизни? Мало того. Фактически **запретили** ему приходить к Вам домой даже в Ваше отсутствие.

Было у Вас и некое «озарение», когда Вы подумали, что отец изменился (с годами все люди в чем-то меняются, приобретая новый жизненный опыт, и т.п.). Но что-то произошло (быть может, отец, не удержавшись, в резкой форме упрекнул Вас), и Вы, вновь погрузившись в рефлексию и реанимируя в себе далекие детские воспоминания — вернулись к своему прежнему, жестокому решению...

Теперь перейду ко **второй** части — о взаимоотношениях Вашего отца с внуком.

Вы подозреваете отца в притворстве, в желании отомстить Вам, стараясь себя в этом убедить. Но странное дело — в картине, которую Вы сами же рисуете в своем письме, явно просматриваются его позитивные черты.

Судите сами. Ваш сын был совсем еще маленьким, и Вы поручили матери заботиться о нем, когда Вы на работе. Тогда отец, несмотря на запрет, приходил в Ваш дом, скорее всего, не в пику Вам, но — чтобы помогать жене. Ведь уход за ребенком, который, к тому же, как Вы пишете, часто болеет — весьма не простая задача. Тем более — для женщины, которая уже вырастила собственных детей.

Судя по содержанию Вашего письма, отцу в тот период было, допустим, порядка 70-ти лет. Многие люди такого возраста предпочитают жить, что называется, «в свое удовольствие». Но Ваш отец, невзирая на Ваши попытки лишить его общения с внуком — посвящал (и до сих пор посвящает, с Ваших слов) ему свое свободное время. Забирал его из детского сада, потом — из школы, занимался и занимается им. Ходит с ним на прогулки, как Вы отмечаете — «разбирает с ним магнитофоны» (приучая, как видится, к труду, развивая к чему-то интерес, прививая те или иные навыки).

Мальчику действительно нужна «мужская рука». И то, что 10-летний ребенок при первой же возможности бежит к деду — достаточно яркий показатель, что Ваш отец, вероятно, нашел подходящий ключ к его сердцу.

И, наконец — **третий** пункт: как Вам вернуть себе сына.

«Гармония между мной и сыном рушится», — пишете Вы. Допускаю, что Вы не сочли нужным поделиться со мной «материнскими секретами». И все же в Вашем письме даже намеками не видно, в чем могла проявляться эта гармония.

Да, Вам, безусловно, приходилось много работать, чтобы обеспечивать свою небольшую семью. Но как Вы проводили с сыном свои выходные дни и праздники? Чем старались его заинтересовать? Куда его водили и т.п.?

Создается впечатление, что основное Ваше желание — **владеть** сыном. И Вы ревнуете его к собственному отцу.

Вы ставите перед собой неразрешимую, на мой взгляд, задачу: хотите сблизиться с сыном, «оторвав» его от бабушки и не задев при этом чувства ребенка. Однако в сложившейся у Вас ситуации — без отца Вам явно не обойтись.

Единственный выход — приложить все усилия к тому, чтобы наладить нормальные отношения с ним, прийти к взаимопониманию.

Начните с осознания, что главное во всем этом — судьба Вашего сына, его воспитание в максимально, насколько это возможно, комфортных условиях. Далее Вам надо забыть прошлые обиды на отца. Совсем забыть, будто бы их и не было (воспитанный человек, выходя из дома, плотно закрывает за собой дверь). Постарайтесь принять его таким, какой есть, с его недостатками и особенностями (помня, что мы не вправе ни осуждать, ни даже обсуждать своих родителей). И — построить общение с папой, как говорится, «с чистого листа», подружиться с ним.

Доброжелательно, без тени упрёка, поговорите с отцом. Очень может быть, что на первых порах он не сумеет справиться с собственной обидой на дочь и выскажет Вам свои претензии в неприятной для Вас форме. Это надо перетерпеть. Попробуйте думать при этом не о себе (не о том, что Вас «оскорбляют»), но — о том, сколько хорошего делал и делает он для Вашего сына.

Предложите ему совместный проект, цель которого — вырастить, воспитать мальчика хорошим, достойным человеком. И назначьте отца «генеральным директором» этого проекта.

Детали можно разрабатывать в процессе реализации — советуясь друг с другом. Споры при этом — неизбежны. Но чрезвычайно важно, дискутируя, не переходить на личности, избегая взаимных оскорблений (не раздражаясь, напоминайте об это и отцу).

И — последнее.

Я посоветовал бы Вам попытаться убедить брата последовать Вашему примеру и помириться с отцом. Сказать ему, что пора перестать жить далеким прошлым, что настало время в родственных отношениях заглянуть в будущее.

Предложите и ему участие в инициированном Вами проекте. Если он — не захочет, это его дело. Из-за этого не надо ссориться с ним.

Вот, пожалуй, и все, что могу Вам сказать в ответ на Ваше письмо. Очень надеюсь, что мне удалось дать Вам в этом ответе благодатную пищу для серьезных размышлений...

Автор текста Элягу Эссас

Есть ли еврейский закон, запрещающий передавать чью-то личную информацию?

Добрый день, уважаемый рав!

У меня такой личный вопрос. Когда-то, ещё в юности, разболтала чужой секрет, причём, довольно серьёзный. Потом извинилась, извинение было принято, но неприятный осадок остался.

И вот прошло столько лет, а у меня всё сидит мысль, почему я это сделала? Почему вообще люди сплетничают, рассказывают о других, былицы или небылицы. Есть ли еврейский закон, который запрещает рассказывать, передавать другим личную информацию?

Спасибо,

Елена

**Елена
СПБ**

Попросив прощения еще тогда — Вы поступили умно и правильно. И очень хорошо, что Вас тогда же и простили. В нашей, еврейской традиции — принято просить прощения за какой-либо проступок, и принято прощать.

Тот, кто кого-то обидел или кому-то нанес ущерб — виноват и перед человеком и перед Всевышним. И просьбы о прощении у Всевышнего — не достаточно. Прежде всего, надо просить прощения у того, кому мы навредили.

Даже великий День искупления, Йом Кипур, когда мы обращаемся к Небу с просьбой о прощении за все прегрешения и проступки — не очищает от вины перед людьми, если мы не извинились перед ними.

Так, если бы другой человек оказался бы в Вашей ситуации, но прощения не попросил, ему пришлось бы приложить усилия к тому, чтобы найти обиженного и извиниться перед ним. И если «пострадавший» простит (прощение просят не более трех раз) — вина будет снята.

Если же того человека уже невозможно разыскать, ситуация — тоже не безнадежна. После полного раскаяния в содеянном — нужно обратиться с просьбой о прощении к Всевышнему. И в Йом Кипур, и в другие дни. И если человек сделал все, что мог, разыскивая того, кого обидел, но не сумел его найти — Всевышний снимет с души

обидчика вину, соответственно, и — наказание за этот проступок.

На Ваш вопрос, «почему вообще люди сплетничают», раскрывают чужие секреты и т.п. — нет определенного ответа.

Можно предположить, например, что тот, кто намеренно распространяет некие сплетни, разглашает чьи-то тайны и т.д. — извлекает из этого какую-то выгоду. Как известно, «знание — сила». И человек, в руках которого оказывается та или иная информация — обладает большей властью, по сравнению с тем, у кого ее нет.

Это, в свою очередь — позволяет продемонстрировать свою осведомленность. Иначе говоря — свою силу и превосходство. Сплетни, если они попадают на благодатную почву, и их выслушивают с интересом и уважением к их переносчику — укрепляют статус того, кто их распространяет.

Иногда люди рассказывают сплетни ради развлечения, чтобы поддержать разговор или просто заполнить вакуум, который образуется за отсутствием более серьезных и осмысленных тем для бесед. То есть разговоры такого рода — напрямую зависят от духовного уровня их участников.

Не столь важно, кстати сказать, что именно распространяет человек — «быль» или «небылицы».

С позиций еврейской традиции — запрещено и то и другое. Этот запрет у нас носит название — *лашон ха-ра* (в буквальном переводе — злоязычие). И касается он не только распространения лжи, но и — передачи правдивой информации. Ведь даже правда, высказанная по наивности или по недоброму умыслу, может нанести ущерб тому, о ком идет речь. Например, вызывая зависть у того, кто ее выслушает.

Теперь — к Вашему конкретному вопросу.

Наши Учителя подробно обсуждают тему передачи информации о других людях в трактатах Талмуда. Рассматривается она и в трудах Учителей Торы более поздних поколений.

Вкратце представлю здесь позицию по этому вопросу, сложившуюся у наших Учителей.

Общая идея всех размышлений и

конкретных постановлений на эту тему — запрет на передачу слов другого человека без его на то конкретного разрешения.

Даже если человек, рассказывая что-то, не просил держать его высказывания в секрете — это все равно нельзя сообщать другим.

Запрет на разглашение информации, связанное с фактом нанесения ущерба, выводится из Торы. А если ущерб отсутствует — из постановлений наших Учителей.

Так, например, Хафец Хаим (раби Исраэль ха-Коэн, один из крупнейших Учителей Торы первой половины 20-го века), составитель центрального в нашей традиции свода законов о чистоте речи, постановил, что тот, с кем поделились какой-либо личной информацией, не имеет права передавать ее другим. Это касается и тех случаев, когда информация, сама по себе — не унизительна для человека, который ею поделился, и не задевает его достоинство.

Запрет на раскрытие чужого секрета действует и в ситуации, если он известен нескольким людям.

Нетрудно заметить, что эти правила и законы — чрезвычайно сложны для выполнения. Обычное общение в значимой степени строится на передаче информации о других людях, включая пересказ их слов. Требования к чистоте речи и правильному поведению с другими людьми в нашей традиции — очень высоки и предусматривают постоянную работу над собой, практически, в течение всей жизни.

Не менее важно и постоянное изучение этих законов и множества правил их применения.

И в заключение отмечу, что в этом ответе — не рассматривал ситуацию, когда раскрытие личной информации идет на пользу слушающему. Например — раскрытие секретов медицинского характера при *шидухе* (знакомстве с целью создания семьи), сообщение работодателю о неправильном поведении человека, которого тот собирается взять на работу и т.д. Каждый из этих случаев — требует отдельного рассмотрения.

Автор текста Михаэль Бергман

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

Родители вернулись к традиционному еврейскому образу жизни — стали баалей тшува. Это — сложный и нередко болезненный процесс, в который вовлечены все члены семьи. Как разрешать возникающие проблемы?

Нередко бывает, что ответа на этот вопрос нет. Точнее — есть, но он не столь очевиден...

ИСПЫТАНИЯ И ТРИУМФЫ

Дебби Маймон

Приведу только факты, без эмоций. Рана еще не затянулась. Во всяком случае, не настолько, чтобы пускаться в объяснения, какие чувства я тогда испытывала.

Когда мой младший брат Фил принял решение жениться на Ивон, я просила его не делать этого, говорила, что такой шаг может отдалить нас друг от друга. «Твои дети не будут евреями, — убеждала я его. — Смешанный брак разрушает душу еврея».

Западное либеральное сознание воспринимает подобные высказывания как проявление расизма. И от Фила я получила свое сполна.

Он дал мне понять, что во мне разочаровалась вся семья.

И, прежде всего, потому, что я “растоптала” ценности, уважение к которым мне прививали с детства: терпимость, широту взглядов, любовь к людям, независимо от их национальной принадлежности.

Он объявил, что подчинение “чернухе”, которую я проповедую, для него означало бы полную потерю самоуважения.

Вскоре он сообщил, что занятая мной позиция приведет к разрыву не только с ним, но и со всей нашей семьей.

По его словам, мне не простят то, что я, вернувшись к религии, воздвигла стену между мной и братом и попыталась разрушить его счастье.

Мы сидели в ресторане и с трудом сдерживались, чтобы не закричать друг на друга. Но вскоре ситуация вышла из-под контроля.

Разгорячившись, я резким тоном обвинила его в том, что он не ведает, что творит, и собирается прервать веками сохранявшуюся в нашей семье еврейскую традицию. “У тебя в доме, под твоей крышей, может вырасти антисемит!”, — кричала я. “Истинная религия объединяет! — кричал он в ответ. — А ты не испытываешь никаких чувств, кроме ненависти...”

Я выскочила из-за стола, бросив на ходу, что мне срочно нужно позвонить. Мои руки дрожали.

С детства мы с Филом были очень близки. Когда он наделал глупостей в колледже, то пришел именно ко мне, чтобы рассказать о своих неприятностях. Во многом он брал с меня пример. Но сейчас его слова буквально источали яд, как будто бы между нами никогда не было взаимопонимания. Он сознательно шел на открытое столкновение.

Через пару дней я получила от него записку, а в ней — всего одна строчка: “Из-за таких фанатиков как ты нацисты ненавидели евреев”. И подпись: “Твой бывший брат Фил”.

Но главный удар мне нанесли на следующий день. Мама сказала мне: “Если ты не придешь на его свадьбу, я не буду с тобой разговаривать. Никогда...”

Я пошла к своему раввину и спросила: “Может быть, чтобы сохранить семейные связи, мне следует все-таки пойти на эту свадьбу?”. И получил недвусмысленный ответ: **“Евреям не разрешается праздновать смешанный брак”**.

Конец дискуссии.

Свадьба состоялась через два месяца.

С тех пор в семье меня подвергли остракизму. Но это еще не самое худшее. Больше всего этот разрыв повлиял на моих детей. Раньше у них был дядя Фил, были бабушка с дедушкой... Мои дети любили их.

Наша семья невелика.

Со стороны мужа родственников почти не было. Его родители развелись много лет назад, и мать второй раз вышла замуж за нееврея.

Она в общем-то нами не интересовалась. Нечего и говорить о ее детях от второго брака.

Моему сыну Аарону исполнилось шесть лет.

Он позвонил бабушке с дедушкой и дяде Филу, чтобы пригласить их на день рождения. Когда он положил трубку, на его глазах были слезы.

“Они сказали, что не могут прийти, потому что жене Фила запрещено посещать наш дом”, — сказал он.

Ребенок очень расстроился. Он пытался понять: разве дедушка с бабушкой не достаточно любят его, чтобы прийти к нему на день рождения, несмотря на обстоятельства, связанные с женой Фила? Какое она имеет отношение ко всему этому?

Как объяснишь ребенку суть этих проблем?

Но, может быть, все — к лучшему? Аарон станет старше, и поймет, что Фил для него — **человек из другой среды**. В самом деле, он, например, покупал нашим детям вещи, которые совершенно не нужны мальчикам, учащимся иешивы...

После его визитов я потихоньку выбрасывала или “теряла” то, что он приносил — книги о динозаврах, комиксы с Бэтманом... Это, надо сказать, становилось реальной проблемой.

С другой стороны, дети, оставшись без семьи, только с родителями, почувствовали себя одинокими. У всех одноклассников есть двоюродные братья, тети, дяди...

По праздникам в их домах собираются большой семьей... Наши дети ощутили пустоту.

Я и сама ее чувствую. Но ни о чем не жалею. Я выбрала такую судьбу и остаюсь со своим народом.

Моим детям, вероятно, еще предстоит пережить немало разочарований. Но им легче будет войти в религиозную, по-настоящему еврейскую среду.

Кому-то надо было сделать это первым...

Джуиш Обзервер,

ежемесячник американской еврейской организации

Агудат Исраэль

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Всем известно, что нервные потрясения могут нарушить привычный режим питания.

Некоторые люди в стрессовом состоянии не способны даже думать о еде, у других возникает непреодолимая потребность все время что-то жевать.

И мало кто знает, что есть такие продукты, употребление которых помогает справиться с ощущением тревоги и беспокойства...

ПИЦЦА — ОТ СТРЕССОВ

Сара Рейстад-Лонг

Таких продуктов, доступных каждому и обладающих анти-стрессовым действием, по меньшей мере — восемь.

1. Горький (темный) шоколад

Шоколад богат флавоноидами, пищевыми антиоксидантами, которые известны своими свойствами, успокаивающими нервную систему (еще один источник флавоноидов — настой аптечной ромашки).

Шоколад содержит и фенетиламин — вещество, улучшающее настроение.

У людей в состоянии депрессии уровень фенетиламина чаще всего — понижен, что оказывает на нервную систему неблагоприятное воздействие.

Чем темнее шоколад, тем он полезнее. Поэтому, приобретая его в магазине, внимательно читайте надписи на этикетке. Качественные сорта шоколада содержат не менее 70% какао.

2. Обезжиренное молоко

Недаром наши бабушки говорили, что, выпив стакан теплого молока перед сном, ребенок лучше засыпает.

Сегодня ученые-медики установили, что слегка подогретое молоко действительно дает успокаивающий эффект.

Причем, в любом возрасте.

Одно из последних медицинских исследований показывает, что женщины, выпивающие ежедневно не менее четырех стаканов нежирного молока, вдвое меньше

страдают от предменструального синдрома, нежели те, кто пьет меньше молока или не пьет его вовсе.

3. Овсяная каша

Содержащиеся в овсянке углеводы стимулируют продуцирование серотонина в человеческом организме. А серотонин — это гормон, ответственный за наше душевное состояние. Снижение уровня серотонина в клетках мозга может спровоцировать депрессию и мигрень (как правило — в тяжелой форме).

Кроме того, овсянка богата пищевыми волокнами, что означает, что этот продукт всасывается медленно. Поэтому, несмотря на то, что в овсянке — много углеводов, ее употребление (из-за медленного усвоения) не ведет к нежелательному резкому выбросу сахара в кровь.

Это качество овсянки обеспечивает возникновение чувства сытости, которое удерживает достаточно долго.

4. Сальмон (лосось)

Последние исследования показывают, что содержащиеся во многих сортах рыбы семейства лососевых полиненасыщенные жирные кислоты «Омега-3», увеличивающие уровень серотонина в организме, могут помочь справиться со стрессом. Более того, эти кислоты ограничивают продуцирование адреналина и кортизола — гормонов, которые в избыточном количестве способны спровоцировать ощущение беспокойства.

5. Грецкий орех

У грецких орехов так много положительно действующих на организм свойств, что их необходимо включить в свой рацион в любом случае. И особенно, если у человека — избыточный уровень адреналина в крови.

Американское Управление контроля за продуктами питания и лекарствами (подразделение в структуре Министерства здравоохранения и социальных служб) рекомендует употреблять приблизительно 40 г грецких орехов в день.

6. Семечки

Семечки подсолнечника — прекрасный источник фолиевой кислоты, обладающей антидепрессантным действием. Фолиевая кислота побуждает организм вырабатывать химическое вещество — допамин, который нередко называют «гормоном счастья».

7. Шпинат

Многие медицинские исследования доказывают, что шпинат и другая зелень (лиственной салат и т.п.) содержат большое количество магния, который помогает усилить сопротивляемость человеческого организма стрессу.

8. Черника

Антиоксиданты, в больших количествах содержащиеся в чернике, помогают организму противостоять действию гормонов стресса.

Медицинский раздел портала yahoo

Перевод с английского

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Наша глава «Ваикэль» посвящена возведению шатра откровения (переносного Храма). Но начинается она с заповеди о шабате. Почему?

Наш народ начал соблюдать шабат еще до получения Торы на горе Синай. Значит, есть связь между шабатом и переносным Храмом.

Для того, чтобы говорить о переносном Храме, Моше Рабейну созывает весь народ: и мужчин, и женщин, и детей.

Это значит, что у каждого есть его доля (духовная часть) в Мишкане. Ведь Мишкан - это место Божественного присутствия, которое связывает возвышенное (духовное) с материальным, которое связывает высшие духовные миры и человека в них.

Структура человеческой души подобна строению духовных миров. Ведь мы живем в мире наших дел, слов, мыслей, намерений. Это значит, что в каждом из этих миров есть место для Храма.

А каждая еврейская душа связана с той духовностью, которая пребывает в Храме, со светом Всевышнего.

И если даже одной еврейской души не будет хватать в той духовности, которая обитает в Храме, общая миссия еврейского народа не будет выполнена. Ведь ценность каждой еврейской души очень велика.

Давайте теперь посмотрим что сказано в Торе о шабате. О том шабате, который завершал дни творения: «И завершены были Небо и Земля со всем своим содержимым. Завершил Всевышний в день седьмой всю работу свою, которую Он делал. И благословил Всевышний седьмой день, и осветил его, ибо в тот день прекратил всю свою работу».

За шесть дней Всевышний создал мир и поднялся над этим миром, чтобы лицезреть сотворенное. Ведь Он хозяин, как над материальным, так и над духовным. Сотворенный мир был наполнен присутствием Творца, его благословением.

Но первый человек - Адам, чья душа включала в себя души всего живого, нарушил ту реальность, в которой был создан.

Он съел от дерева познания. В результате чего Адам стал таким, как мы с вами, его душа рассыпалась на мелкие осколки, а присутствие Творца в мире перестало быть ощущаемым.

Но наши праотцы Авраам, Ицхак и Яков, а также Йосеф, Моше Рабейну и Аарон, своей духовной работой смогли спустить присутствие Творца в наши нижние миры. И эпицентром этого присутствия должен был стать Мишкан (переносной Храм).

И если в случае с первым человеком, он (Адам) сам должен был закончить возложенную на него работу, то сейчас, при построении Мишкана, Всевышний взял её всю на себя, Он вложил мудрость сердца во всех, кто принимал участие в его построении.

Сильное желание души принять участие в сооружении переносного Храма раскрывало возможность спуститься в еврейские души особенного света Творца, предназначенного для работы по устройству Храма.

Самое сильное такое желание возникло у Бецалеля из колена Йеуды. Поэтому наградил его Всевышний особой мудростью и талантами к любому ремеслу.

А также Оалиава из колена Дана.

И хоть Оалиав не принадлежал к царскому колону, как Бецалель, вместе они смогли раскрыть весь замысел Всевышнего, который был встроено в построение переносного Храма.

Для того, чтобы построить переносной Храм, нужно было использовать 39 видов работ.

А по законам шабата эти 39 видов работ запрещены.

39 видов работ символизируют неисправленный мир, мир, который после ошибки первого человека потерял свою целостность и связь с Творцом.

Поэтому Храм должен был способствовать исправлению.

Ведь как работы по построению Храма, так и работы в Храме, приближали к Творцу, очищали и возвышали еврейские души.

А шабат - это итог, это символ исправления.

Как первый шабат дней творения, каждый шабат дополняет то, что не было исправлено в течение недели.

Наши молитвы, трапезы, изучение Торы в шабат выше, чем выполнение 39-ти видов работ по исправлению мира в будни.

А Храм был нам дан для того, чтобы выполнить нашу работу безукоризненно.

Сегодня нет Храма. Но в каждом поколении есть праведные люди, которые раскрывают Храм в своей душе, которые, подобно Бецалелю, имеют сильное желание исправить и улучшить наш мир.

Таким людям Всевышний даёт возможность это сделать, спускает в их души дополнительный свет. И если мы все будем стремиться раскрыть Храм в своей душе, наверняка Творец нам в этом поможет. И тогда спустится и раскроется Храм, которого достоин весь наш народ.

Счастливого пути!

Юдит Аккерман

Петах Тиква, Израиль

ЦЕЛЬ ЭЦ ТАМАР

Написано, что Всевышний создавал свое творение 6 дней, а в 7-й день отдыхал (шават ве инафаш).

Для нас, простых смертных, отдых - это отсутствие работы. И получается, что техническое повторение в нашем понимании взяло 6 дней.

На самом же деле, пишет р. Цви Элимелех Шапира в книге Бней Иссахар, в мире была нехватка отдыха.

Пришел Шаббат - пришел отдых (менуха).

Написано, что рабы подобны ослу. Хамор (осел) и хомер (материя) имеют один и тот же корень.

Вся суть раба заключается в изначальной привязанности к матери и наполнении ей.

В отличие от него, свобода и отдых - наполнение свободного человека. То есть его душа. Ведь душа - это и есть наполнение.

И нехватка отдыха заполнилась с приходом Шаббата. Пришел Шаббат - пришел отдых.

Что же такое Шаббат? Написано, что 6 дней творил Всевышний... не написано в 6 дней сотворил. Почему?

Потому что Он, благословенно Его Имя, Творил 6 Дней.

Всевышний творил Время.

И вот, когда были сотворены 6 дней и все Творение, Всевышний создал Шаббат, который стал Душой для 6 дней Творения. То есть всего созданного им.

Как всего времени, так и всего материального мира.

Поэтому и написано "шават ве инафаш".

Шават - создал Шаббат и "инафаш" - наполнил материю душой (нефеш).

*Посвящается скорейшему
выздоровлению Фаина бат Миня*

Тамар Антопольская

Петах Тиква, Израиль

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ ОТ САРОЧКИ

Суп харчо с помидорами

Ингредиенты:

0,5 кг говядины на костьке;

3 средних луковицы;

4 ст. л. риса;

4 спелых красных помидора;

1 зубчик чеснока;

по вкусу соль и зелень кинзы;

по вкусу специи (хмели-сунели, базилик, лавровый лист, душистый перец).

Способ приготовления:

1. Берем кастрюлю емкостью около 2,5 литров и варим в ней мясо около полутора часов при закрытой крышке.

За полчаса до окончания варки солим по вкусу.

Из готового бульона вынимаем мясо с костями, процеживаем его.

2. Мелко нарезав лук, обжариваем его в сковороде с растительным маслом до мягкости.

Потом перекладываем в сковороду с луком мясо и снова обжариваем примерно 5 минут.

Затем, уменьшив огонь, наливаем в сковороду несколько ложек бульона, и тушим все под закрытой крышкой еще около 15 минут.

3. Во время тушения мяса занимаемся подготовкой помидоров. Вымыв их, надрезаем каждый сверху крест-накрест.

Затем, сложив помидоры в мисочку, заливаем их кипятком (чтобы они полностью были покрыты водой).

Спустя несколько минут сливаем воду и легко снимаем с помидоров кожицу, затем нарезаем их произвольно и отправляем в сковороду, где тушатся мясо и луком, тушим все вместе еще около 10 минут.

4. Ставим кастрюлю с бульоном на огонь и, когда он начнет закипать, выкладываем туда тушеное мясо с овощами.

Снова доводим до кипения и отправляем туда же рис, убавляем огонь и кипятим около 5 минут. Затем добавляем специи.

5. Перед самым концом варки добавляем в кастрюлю толченый чеснок и мелко нарезанную зелень. Дав блюду настояться под крышкой, подаем его с лавашом или хлебом.

Приятного аппетита!

Сарра Манн

Майами, США

ЗАКОНЫ ЛАШОН А-РА

Злословие о товарах

Допустим, вам не понравилось качество и ассортимент товаров в некоем магазине. Другим людям говорить об этом запрещено, особенно если торговец является вашим конкурентом. Вы можете выразить свое недовольство качеством или ассортиментом лишь с конкретной целью предотвратить обман.

Этель Львовна покупает яблоки. "Б-же мой, какая дороговизна!" - говорит она. "Да, жизнь становится дороже день ото дня", - соглашается продавец по фамилии Айзман. "Однако в магазине Бейлиса, что напротив, цены гораздо ниже. Почему это?" - "Да что вы сравниваете качество его полусгнившего и залежалого мусора с моими свежими, сочными и отборными фруктами?"

Продавец, безусловно, произнес *лашон-ара*. Он может сколько душе угодно превозносить качество своего товара, но не критиковать продукцию конкурента.

Лейб Каханэ

Ашдод, Израиль

DOCTOR TORA

Чему нас учат жертвоприношения

Давайте рассмотрим две недельных главы, причём как бы с высоты птичьего полёта. Мы закончили книгу «Шмот» и начали «Ваикра». Если мы посмотрим В конце книги «Шмот» говорится о строительстве Мишкана, которому Тора уделяется совершенно непропорциональное место.

Считается, что Мишкан — это место, где присутствует Шхина, место особых отношений и диалога между людьми и Всевышним. Рав Форман считает, что, если мы почитаем простой текст Торы, то создастся впечатление, то это, скорее «IKEA manual», чем книга о диалоге.

Здесь очень подробно описаны мельчайшие детали Мишкана: балки, крючки, их соединения, а также указания Всевышнего, как это надо делать. Зачем это нужно?

Мы задавали этот вопрос в прошлом и давали несколько ответов. Сегодня мы рассмотрим общую концепцию того, для чего это нужно.

Одна из причин трагедии Золотого тельца была в том, что евреи не работали, не прилагали усилий для того, чтобы выйти на этот уровень. Они в некотором смысле были зрителями в огромном спектакле проявления Всевышнего в этом мире.

Они видели казни, их вывели, привели к горе Синай и дали Тору.

Евреи не могли, несмотря на краткосрочное вдохновение, удержать это на достаточном уровне. Можно привести подобный пример. Устраивают какой-то семинар. И всё, казалось бы, хорошо и умно спланировано: еда вкусная, лекторы хорошие, и люди вдохновились. Но этот семинар заканчивается, и всё возвращается на круги своя.

Почему?

Потому что в этом процессе люди были просто пассивными зрителями и не прилагали никаких усилий.

Или другой пример. Вы пошли на какую-то симфонию, и вашего сердца коснулась нежная, впечатляющая музыка. А на следующий день вы поругались с начальником на работе, и это всё ушло в прошлое и никак не повлияло на вашу жизнь.

Поэтому для того, чтобы люди менялись и действительно строили что-то новое, они должны прилагать усилия. В этом процессе очень много деталей. Вся наша жизнь состоит из мелочей, и на них нужно обращать внимание. Психологи считают, что удовлетворение и счастье состоит из многих приятных моментов. Также построена работа Всевышнего, она состоит из многих интересных и важных мелочей. Вот сейчас, кстати, «Даф Йоми» учат Хулин в этом цикле, и там обсуждаются различные ритуальные законы.

Почему капля молока упала в мясной суп, что в нём происходит, суп кошерный или нет, а если его перемешали, а если его не перемешали, а если это куски мяса, что происходит с этим куском и что происходит со всей кастрюлей. На первый взгляд, это мелочи, но на самом деле это ритуальные вещи.

Почему надо обращать на них столько много внимания? Мидраш задаёт вопрос: «Почему для Всевышнего так важно то, как варится суп, как режут скотину, каким ножом, с какой стороны? Это важно для нас, ведь через эти детали мы улучшаем себя.

Приведём другой пример. Если человек занимается физкультурой и понимает, что ежедневные упражнения улучшают здоровье, -- это хорошо. Но если этот человек весь день сидит на диване и смотрит телевизор, то соответственно его результаты будут очень маленькие, если вообще будут.

А если он станет каждый день делать определённые упражнения, то эти результаты будут весьма впечатляющими. Поэтому важны детали и конкретное воплощение этих идей, то есть регулярная, ежедневная работа.

В духовной сфере детали тоже важны, поэтому Тора обращает на это наше внимание.

Возведение Мишкана заканчивается весьма странной историей. Мы о ней говорили несколько раз, но в этом контексте важно упомянуть её еще раз. Когда Мишкан был закончен, его нужно было собрать.

Причём, собрать его должен был Моше, потому что именно он должен был завершить эту работу. До этого Моше не принимал активного участия в строительстве Мишкана. Здесь есть одна маленькая проблема: ни один человек не мог в одиночку собрать такую тяжёлую конструкцию.

Поэтому Всевышний говорит Моше, на первый взгляд, очень странную вещь: «Иди и делай, как будто ты собираешь этот Мишкан, а Я за тебя это сделаю».

Это выглядело странно по двум причинам. Во-первых, это была заповедь. Это была огромная работа, начиная с пожертвований. Среди евреев не было ремесленников, им нужна была помощь Всевышнего, и часть вещей они не знали. Моше, например, не знал, как делать Менору.

Все эти усилия сводились к тому, что нужно было собрать Мишкан. Причём, по Галахе завершение Мицвы считается, если один и тот же человек начинает и заканчивает работу. В противном случае Мицва не засчитывается.

Таким образом, вся эта большая работа, которая должна была засчитываться Моше, ведь именно он закончил строительство Мишкана. Однако не Моше построил Мишкан, а за него сделал это Всевышний. А если всё это сделал Всевышний, зачем нужен был этот спектакль или представление о том, как будто Моше собирает Мишкан?

Для меня было бы намного более впечатляюще и увеличило бы репутацию Моше, если бы он, как было при рассечении моря, простёр посох или сделал что-то подобное: ударил по Мишкану, прикоснулся - и Мишкан сам бы собрался. Зачем ему нужно было таскать балки, которые он не мог физически поднять? Народ не помогал, это Моше должен был сделать самостоятельно.

Учителя Мусара («баалей Мусара») объясняют, для чего это было сделано. Чтобы показать, что всё, что мы делаем в духовной сфере, и даже заповеди, которые

мы выполняем в материальной сфере, строится по такому принципу.

Например, берут интервью у какого-то мультимиллионера или у супер удачного инвестора или политика. Когда они выступают, то создаётся впечатление, что у них есть рациональное объяснение того, как они это достигли. Есть даже специальные курсы «Делай как я - и ты будешь такой же». Но реальность показывает, что очень немногие люди могут повторить это и стать такими же успешными.

И всё это, несмотря на какие-то рациональные объяснения, приёмы и пожелания. Более того, если мы внимательно посмотрим, то один человек основал «Амазон» и стал мультимиллионером, а ещё десять тысяч пытались это сделать, но у них не получилось. Последние просто не дают интервью.

Получается, что Всевышнему было нужно, чтобы возник «Амазон». По каким-то причинам этот человек должен был создать «Амазон». Возникла система совпадений, условий, и этот удачливый человек себя проявил. Он умный, упорный и, скорее всего, талантливый, но без этой системы он не мог бы добиться успеха. Ведь есть на свете ещё 10 000 людей, которые не глупее и не менее упорные, чем он, но у них не получилось. Спрашивается, почему?

Потому что у них не было «брахи», не было на это воли Всевышнего. Эта мысль делает нас намного скромнее.

Практический пример-- Билл Гейтс. Все приводят его в пример, но забывают, что Билл Гейтс родился в Калифорнии, где равполагалась одна из двух компьютерных лабораторий США.

Ему ещё подростком удалось попасть в эту лабораторию. Билл Гейтс понравился лучшим учёным-компьютерщикам, работающим там.

Они разрешили подростку без допуска и каких-либо супер связей работать в этой лаборатории. Шансы, чтобы это случилось, были очень маленькие. Не приходится говорить уже о том, что, если бы он родился в Новосибирске или в Северной Корее, этих шансов не было бы вообще. Или если бы он даже родился в Калифорнии, но на 20 лет раньше, до компьютерного бума, или на 20 лет позже, когда уже всё было разработано. В этом случае его шансы стать тем, кем он стал, были бы практически равны нулю.

Таким образом, можно сказать, что Билл Гейтс-- талантливый человек, но он не мог бы стать тем, кем он стал, если бы не были созданы особые условия. Если мы подумаем рационально, то увидим это почти в каждом примере.

Это показывает нам, что всё, что мы делаем в материальном и в духовном мире, будет успешным при особых обстоятельствах. Есть очень много факторов, которые находятся выше нашего контроля и могут помешать нам.

И даже то, что мы в своём уме и у нас есть сердце, две почки, лёгкие и много других органов, является чудом. Мы просто привыкли к этому и считаем, что так и должно быть.

Но на самом деле это большой подарок Всевышнего. И, не дай Б-г, ни про кого не будет сказано, когда что-то нарушается, то только тогда мы начинаем ценить этот подарок.

Если вы едете в пургу на машине с хорошим двигателем и с отоплением, то обычно забываете, что это большой подарок, который у вас есть. Но если в машине вдруг начинают возникать неполадки, то вы

неожиданно понимаете, какой большой подарок вы потеряли.

Это очень важная концепция, она работает в двух направлениях. Первое направление, которое почти все религиозные люди на каком-то уровне понимают, это то, что нужно быть немного скромнее. Есть такое понятие «гаава». Человек считает, что он достигает всего своей собственной рукой, и ему никто не нужен. Я всегда повторяю эту историю, Эш а-Тора её приводит. Она о том, что еврей едет по Манхэттену на важную встречу по бизнесу. От этой встречи зависит вся его карьера, но он не может найти парковку, и у него уходит драгоценное время. Если же он опоздает, то произведёт плохое впечатление и может потерять контракт. Еврей находится в панике и обращается ко Всевышнему: «Вот мы все зависим от этой встречи, моя семья, моё пропитание, моя карьера.

Пожалуйста, помоги мне найти парковку». Как только он заканчивает это говорить, едет медленно и видит, что выезжает машина и прямо перед этим зданием есть бесплатная парковка. Еврей говорит: «О, всё, Всевышний, ничего не надо, я нашёл парковку».

К сожалению, мы оперируем такими понятиями очень часто. Чем больше в человеке скромности, тем больше благословения и Торы он может получить. Поэтому существует известное сравнение Торы с водой.

Тора, как водопад, Тора всегда спускается вниз, вода сама по себе не поднимается вверх. Про Моше сказано, что он был самым скромным из всех людей, потому что он мог получить наибольшее количество Торы. В этом заключается первая концепция.

Эта идея работает в двух направлениях. Например, у человека был какой-то духовный проект, он хотел сделать что-то очень хорошее и помочь кому-то. Казалось бы, он всё сделал правильно, но у него не получилось. и он начинает себя корить и съедать. На самом деле это обратная сторона гордыни. Эта тоже «гаава».

Почему?

Потому что, если человек действительно понимает, что он только, как Моше. Его задача прийти и поставить балки, а остальное делает Всевышний. И если Всевышний решает по каким-то причинам, которые мы не можем понять до конца, что в этот момент это не должно получиться, то в этом нет никакой вины человека. Это не значит, что он хуже другого, который находился в иных обстоятельствах и в другом времени.

Поэтому Всевышний решил, что это должно получиться.

Мы должны прилагать максимальные усилия, ведь мы знаем, что Моше несколько раз пытался собрать Мишкан, но у него не получалось. Он продолжал, и молился, чтобы Всевышний ему помог. Это самая классическая модель успеха. Казалось бы, у Моше не было никаких шансов преуспеть, но работа увенчалась успехом. Почему же это произошло? Потому что Всевышний всё делал вместе с ним.

Из сказанного выше напрашивается вывод. Когда у нас что-то получается, мы должны быть скромнее, насколько это возможно. И когда не получается, мы тоже должны вести себя тише, не укорять себя, оставаться спокойными и стараться что-то изменить. Наша задача — сделать всё возможное и поступить правильно. В этом случае конечный результат уже не зависит от нас. Это позволяет нам поддерживать состояние, которое называется «менухат а-нефеш» (спокойствие души).

В известной книге "Ховот а-леавот" ("Обязанности сердца"), в четвёртой главе, говорится об уповании на Всевышнего.

Обычно люди думают, что результат веры во Всевышнего это то, что человек полагается на Всевышнего. Это то, что он достигает вот этот менуха ха нефеш. сейчас есть очень модное понятие — внутренний мир, inner peace, в смысле мир с собой, мир с окружением, мир, как отсутствие какого-то конфликта.

Многие люди считают, что, если у человека есть упование на Всевышнего, то он достигает спокойствия души.

В книге "Ховот а-леавот" написано, что существует обратная причинно-следственная связь. Для того чтобы человек мог полагаться на Всевышнего, у него должна быть «менухат а-нефеш», иначе говоря, внутреннее спокойствие и уравновешенность.

Ведь тот, кто не может сконцентрироваться, не может ничего выучить, так как его что-то постоянно отвлекает. Поэтому для того, чтобы достичь этой связи, нужна «менухат а-нефеш». И именно это спокойствие души происходит от этого понимания.

Мы здесь для того, чтобы делать то, что от нас зависит.

Мы подобны Моше, который собирает Мишкан. Иногда бывает, что это нам не под силу, но за нами стоит Всевышний. И когда это востребовано и правильно и на то есть воля Всевышнего и Его благословения, то эти балки собираются.

Даже если мы не достигаем желанного результата, то всё равно получаем награду за те правильные вещи, которые делаем. Помните, как Том Сойер и его друг начали сомневаться во Всевышнем.

Они просили велосипед, а Всевышний его не дал. Рав Тверской описывает, как он стал очевидцем подобной истории, но с неожиданным концом. Однажды он пошёл в какую-то синагогу в Иерусалиме, которую он не знал.

Он увидел, что после окончания молитвы одна девочка лет так пяти продолжала сосредоточено молиться. Рав к ней подошёл и сказал:

«Могу я спросить, о чём ты молишься?».

Она ответила:

«Я бы очень хотела получить велосипед. У нас небогатая семья. И я прошу у Всевышнего, чтобы он дал мне велосипед».

Прошло несколько месяцев, и рав Тверской вернулся в ту же синагогу и увидел ту же девочку, но на этот раз весёлую и довольную.

Он был уверен, что её молитвы получили положительный ответ. Он подошёл к ней и сказал:

«Я вижу, ты такая довольная и счастливая. Всевышний ответил на твои молитвы?».

--Да, ответил, и я очень довольна».

---И какой ответ ты получила?

---Всевышний ответил мне: «Нет». Я не получила этот велосипед».

Это весьма достойный взгляд на жизнь. Даже когда мы что-то не получаем, мы воспринимаем это как ответ Всевышнего.

Продолжение в следующем выпуске

Доктор Арье Марголин

Кливленд, США

АНАЛИЗ НОВОСТЕЙ

Мир с восхищением смотрит на Израиль

(10.03-21) В конце минувшей недели в Иерусалиме прошла весьма примечательная и значимая встреча.

Для переговоров с премьер-министром Биньямином Нетаниягу в Израиль прибыли канцлер Австрии Себастьян Курц и премьер-министр Дании г-жа Метте Фредериксен.

Целью визита стала выработка эффективной стратегии борьбы с пандемией коронавируса и ознакомление с израильским опытом массового вакцинирования, в результате которого в настоящее время уже привито (на первой стадии вакцинирования) примерно 5 млн. человек из 10-миллионного населения страны.

В частности, гости, в сопровождении израильского премьера, посетили тренажерный зал "Holmes Place" в Модиине, где наблюдали за его работой, осуществляющейся в соответствии с требованиями "зеленого стандарта".

Комментарий: Особый интерес для европейцев, насколько можно судить из заявлений гостей, представляет, прежде всего, израильский опыт совмещения эффективной борьбы с эпидемией — с постепенным возвращением страны к нормальной жизни (что и продемонстрировала работа тренажерного зала в Модиине).

Система "зелёных зон" и "зелёных паспортов", к которой израильтяне уже привыкают — в Европе еще в далекой перспективе. По той причине, что в Европе все еще отсутствует фундамент для подобного решения проблемы — вакцинация сколь-нибудь значимого числа граждан.

Тем не менее, к лету или к осени европейские страны надеются вступить в стадию, на которой Израиль, благодаря массовому вакцинированию, находится сегодня. И тогда опыт Израиля может весьма пригодиться.

Судя по всему, именно это имела в виду глава правительства Дании М. Фредериксен, которая по итогам встречи с Нетаниягу сказала, что Израиль «вдохновляет кампанию вакцинации во всем мире».

Схожее заявление сделал и канцлер Австрии Себастьян Курц, отметив, что "мир с восхищением смотрит на Израиль, как на первую страну в мире, которая вакцинировала своих граждан и показала, что коронавирус можно победить".

"Только сотрудничество, — добавил австрийский лидер, — может искоренить эпидемию".

Кстати, о сотрудничестве.

Стремление к нему Дании и Австрии, как выяснилось — не одобряет руководство Евросоюза, не постеснявшееся в эти дни осудить визит австрийцев и датчан в Израиль (!), назвав его — "действиями, предпринятыми членами ЕС — без согласования с ЕС". Что свидетельствует о нравах, царящих сегодня в Евросоюзе, участники которого постепенно теряют последние признаки национальной независимости и самостоятельности.



Впрочем, это осуждение не помешало лидерам Австрии и Дании в ходе встречи в Иерусалиме — договориться о весьма важных пунктах сотрудничества. Например — о создании совместного фонда, который будет финансировать исследования способов борьбы с эпидемией коронавируса и другими потенциальными опасностями

подобного рода. Достигнута также договоренность (что представляется весьма своевременным и актуальным) — о совместных инвестициях в строительство предприятий по производству вакцин во всех трех странах.

Именно об этом Биньямин Нетаниягу недавно (см. на сайте материал "[Битва за жизнь](#)" — 16.02.21) говорил, как о наиболее эффективной стратегии противостояния коронавирусу, его возможным опасным мутациям и будущим пандемиям, что требует оперативного моделирования и производства новых вариантов вакцины. Благо новая технология моделирования искусственного

белка, "повторяющего" часть вируса — позволяет получать новые варианты "синтетической" вакцины в течение 6 недель.

Перспективы: Пожалуй, лучше всего описал перспективы сложившейся ситуации в своем обращении к высоким гостям сам Нетаниягу:

"Маршрут, по которому мы идем сейчас, и то, что вы видите здесь [в тренажерном зале] — «зеленый стандарт», означающий, что мы не ждем, пока все будут вакцинированы, и фактически открываем экономику и страну, одновременно наблюдая прогресс в сфере прививок от коронавируса.

Это можно увидеть в Израиле.

Многие находящиеся здесь люди уже получили вторую дозу вакцины.

Мы приближаемся к моменту, когда полностью завершим вакцинацию пожилого населения (т.е. людей старше 50 лет, в среде которых было зафиксировано почти 100% наиболее серьезных пациентов и летальных исходов). Все пожилые люди должны быть вакцинированы — [хотя бы для того], чтобы уменьшить нагрузку на больницы".

Примерно через 4-5 недель, по оценке израильского премьера, все жители Израиля в возрасте 50 лет и старше будут вакцинированы, а в течение 8-ми недель в Израиле закончат вакцинацию всех людей в Израиле в возрасте 16 лет и старше, "за исключением тех, кто наотрез отказывается от этого".

Нетаниягу, тем не менее — далек от идеализации ситуации, и предупреждает, что "нам придется еще какое-то время носить маски, так как мы не знаем всего о новых штаммах.

Думаю, надо продолжать соблюдать обычные меры защиты, лучше быть осторожными... Люди будут охотнее носить маски, если почувствуют, что возвращаются к [нормальной] жизни. Это — небольшая цена".

Примечательно, что в своем выступлении на встрече с Нетаниягу канцлер Австрии Себастьян Курц напомнил, что Австрия спасением многих жизней обязана лично Нетаниягу.

Канцлер рассказал о произошедшем в самом начале пандемии телефонном разговоре с Нетаниягу, который в самой решительной форме "потребовал, чтобы Австрия проснулся от спячки" и немедленно приняла срочные меры по закрытию границ и введению других ограничительных мер.

Курц прислушался к совету друга, израильского лидера.

И предложенные Нетаниягу превентивные меры — обеспечили Австрии защиту во время первой волны эпидемии.

За это Себастьян Курц от всего сердца поблагодарил израильского премьер-министра.

Нам остается лишь надеяться на то, что благодарность израильскому премьеру проявит в день выборов и возглавляемая им страна...

*Другие аналитические статьи Вы можете найти по ссылке:
<http://evrey.com/sitep/analysis/index.php>*

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Дорогие читатели!
Интересные дела происходят на Святой Земле!

В моем маленьком поселении, где еще несколько месяцев назад все было тихо и спокойно, раздался оглушительный звук строительной техники. Не прошло и трех месяцев, а у нас уже появились

новые тротуары и асфальт. А сколько строится новых домов! И вот сегодня, гуляя по нашему поселку, я постаралась проанализировать свои чувства при виде всего этого.

Так вот, я почувствовала радость, при том, что мы пока не строим дом.

Радость, радость, радость за других, которые уже создают для своей еврейской семьи — еврейский дом.

-Что такое еврейский дом?

-Это мама, папа и дети.

-Этот дом пронизан теплом.

-Это лучший дом на всем свете.

-Это бабушкино варенье- из вишневых темных ягод.

-Это дедушкины рассказы.

-Это значит, когда все рядом.

-Это штрудель, и это цимес.

Ты не пробовал? Угощайся!

-Это идиш на кухне нашей, Слушай, доченька. Приобщайся.

-Это папа всегда на работе, потому что он там самый нужный.

-Это мамин пирог капустный, он съедается очень дружно!

-Это было-было и было.

И забыть все это нельзя.

За любовь, теплоту и заботу.

Спасибо тебе СЕМЬЯ!

Цюпа Гензель

Кфар Эльдад, Израиль

ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат *Йома**Лист №16-17*

Рассказывают Учителя, что, возводя Храм, царь Шломо спросил Всевышнего:
— Как Ты, Бесконечный, Невидимый Свидетель миров можешь уместиться в материальном, пусть даже прекрасном и величественном сооружении?

— **Я умещаюсь и на территории в четыре локтя** (*арба амот*), — ответил Творец.

Отсюда в еврейской традиции появилось выражение "*арба амот г'алахи*". И это означает, что там, где человек изучает законы Торы и правильно выполняет хотя бы некий предписанный минимум, есть *Шехина* (Присутствие Всевышнего) и *кедуша* (святость).

На листах 16 и 17 Талмуд занимается обсуждением устройства Храма, уточняет размеры составляющих "архитектурный ансамбль" территорий и отдельных помещений и т.п. И это — очень важная тема. Ведь каждые "*арба амот*" Храма **несут в себе особое проявление света** Творца.

Попутно мы узнаем, что из среды Учителей выделялся раби Элиэзер Бен Яков (1-й век), который был прекрасно знаком с устройством Иерусалимского Храма. Именно он стал автором "чернового варианта" трактата Мишны — ***Мидот***, целиком посвященного детальному описанию Храма.

Предлагаем вашему вниманию общий вид Храма и схему расположения составляющих его частей.

Авторы текста Леви Гдалевич и Элиягу Эссас