



השבועון דעל אדע דעס פון

ЕЖЕ НЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА
ШАББАТЪМ И В СТОЛЕТЬЕ.



ОБСУЖДЕНИЕ НЕДЕЛЬНОЙ ГЛАВЫ «ШЕМОТ»

А также:

Вопросы раввину

О здоровом образе жизни

5 минут иврита

Лист Талмуда

Женская рубрика

Детская страничка

Иерусалим, Тель-Авив, Петах Тиква, Хадера, Ашдод, Кфар Эльдад, Хайфа, Москва, Санкт-Петербург, Мурманск, Минск, Пинск, Орша, Кишинев, Вильнюс, Клайпеда, Вена, Нью-Йорк, Одесса, Днепропетровск, Донецк, Киев, Ульм, Торонто, Прага, Вашингтон, Астана, Сеул, Гомель, Кирьят Моцкин, Акко, Яффо, Лондон, Париж, Мюнхен, Монреаль, Никосия, Реховот, Ашкелон ...

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:

- Обсуждение главы «Шемот» - 3
 Вопросы раввину - 5
 Здоровый образ жизни - 8
 Женская рубрика - 9
 Лист Талмуда - 10
 Детская страничка - 11

Ответственные за проект:
 Элиэзер Фрейдкин, Давид Рошберг
 Над номером также работали:
 Леви Раскин, Лея Коган,
 Залина Мошкович, Цюпа Гензель
 Художник:
 Мария Журавлёва

Любые Ваши предложения направляйте
 на эл.почту hafetz.haim@outlook.com

МЫСЛИ РЕДАКТОРА...

едельная глава Шмот - имена начинается с перечисления имен членов семейства Яакова, которые были вынуждены спуститься в Египет.

В Торе не бывает простого повторения, а ведь мы с вами уже знаем, что семья Яакова поселилась в Египте в земле Гошен.

Что же такое Шем (Имя)? Дело в том, что имя - это суть, и если человек не знаком с объектом, его устройством, функциональностью, то он не может дать ему название- имя...

Семья Яакова спускается в Египет не просто потому, что в Земле Израиля был голод, Всевышний формирует наш народ, придает ему суть, соответственно и имя.

“ И вот имена сынов Исраэля, (при) шедших в Мицраим, с Йааковым, каждый с домом своим, пришли они. Реувен, Шимон, Леви и Йеһуда, Иссахар, Зевулун и Биньямин, Дан и Нафтали, Гад и Ашер. И было всех душ, происшедших от чресл Йаакова, семьдесят душ, а Йосеф (уже) был в Мицраиме. И умер Йосеф и все его братья, и все то поколение.”

Тора заостряет наше внимание на том, что все 70 душ - это каждый брат со своим домом, но не народ в целом... Понятно, что все дома разные, у каждого свои цели, потенциал и роли. Но задача их при этом состоит в том, чтобы стать народом - одним целым, подготовиться к тому, чтобы всем вместе в будущем принять Тору у горы Синай.

В прошлых обзорах мы обсуждали роль Паро - фараона в истории нашего народа. Всегда надо помнить, что если Мы, как народ, не имели бы испытаний, не страдали от гнета разных фараонов, награда у нас была бы маленькой. При этом нужно не забывать, что еврейский народ находится в постоянном спуске в Египет, и наша задача каждый день, шаг за шагом выбираться из этой трясины, но и не забывать, что вокруг есть кто-то еще, ведь только как одно целое, как один человек с одним сердцем, мы сможем окончательно завершить нашу нелегкую работу.

Шаббат шалом

Элиэзер Фрейдкин

Иерусалим

ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВЫ «ШЕМОТ»

ГЛАВА «Шемот»

Место в Торе: вторая книга — *Шемот*, гл. 1, ст. 1.

В русских переводах книга *Шемот* называется иногда *Исход* или *Имена*.

Почему глава так называется?

Слово *шем* в переводе с иврита на русский язык означает «имя». Множественное число от слова *шем* — *шемот*, то есть — «имена».

Как обычно, названием главы становится слово из первой фразы. Здесь она звучит так: «И вот имена (*шемот*)... сынов Израиля, которые идут в Египет...».

Мы начинаем изучать вторую книгу Торы.

Из первой мы узнали о праотцах — основателях еврейского народа. По мере прочтения второй нам предстоит понять, в чем суть предназначения еврейского народа, что, прежде всего, характеризует его историю (это актуально и по сей день), чем определена Великая Связь Творца мира с народом Израиля.

Общий тон главы задан первой фразой. Проанализируем ее перевод.

«И вот именно такими были имена сынов Израиля, которые идут в Египет; с Яаковом пришли, каждый — со своим домом».

Отметим, что в стандартном переводе обычно сглажены или вовсе не проявляются многие нюансы.

Начнем с первого слова фразы, точнее, всей книги. Это союз «и», который прямо указывает на наличие связи с текстом предыдущей книги.

Устная Тора объясняет: эта связь показывает, что пути Исхода из рабства были «проложены» Всевышним еще до начала рабства.

«Творец готовит лекарство до болезни», — сообщает Талмуд. О рабстве мы скоро узнаем. Но что явится лекарством? То мировоззрение и тот образ жизни, знание о которых получили от Всевышнего наши праотцы Авраам, Ицхак и Яаков. Эти знания Яаков передал детям.

Во второй фразе главы перечисляются имена сыновей Яакова: Реувен, Шимон, Леви, Иегуда... Всего двенадцать.

Рассмотрим два первых имени.

Имя *Реувен* состоит из двух слов: «реу» — *смотрите* и «бен» (нередко произносится как «вен»), которое в переводе имеет два значения — *сын; выстраивание структуры* (основы которой даны Всевышним).

Объединив и осмыслив два понятия, мы видим: имя Реувен несет в себе идею, что дети призваны нести мудрость Всевышнего последующим поколениям.

Имя *Шимон* в ивритском написании имеет корень, состоящий из букв еврейского алфавита *шин, мэ, айн*, которые складываются в слово *шмоа* — *слышать, понимать, схватывать суть*. То есть идея имени *Шимон* — связь с Творцом (Всевышний всегда открыт и *слышит*).

А теперь вернемся к первой фразе.

В первой фразе главы Торы *Шемот* говорится, что сыновья Израиля *идут* (находятся в процессе перехода) в Египет. Но нам известно, что саму Тору народ Израиля получил после Исхода, через Моше, который родился в Египте. Почему же глагол *идти* стоит в настоящем времени?

Однако вспомним, что Тора дана Всевышним всем поколениям на все времена, вспомним, что событийный ряд в ней — лишь поверхность, скрывающая глубинные мысли, и употребление такой формы глагола нам уже не покажется странным. Настоящее время здесь дает нам понять, что каждый из нас — в процессе движения в Египет.

На иврите Египет — *Мицраим*. Основу этого слова составляют буквы еврейского алфавита *цадик* и *рейш*, образующие понятие *узкий, сжатый*. Когда *сужаются* горизонты видения мира, люди могут предположить, что вселенная — только материя, что в ней нет места духовному, нет места Творцу. Что бывает, если человек придерживается подобной точки зрения? Всевышний через пророков предупредил: если вы не признаете меня Хозяином мира, будете рабами у хозяев (у других людей). Это предупреждение вполне однозначно: узость мировоззрения, подмена мудрости Всевышнего преходящими философскими теориями — прямой путь в Египет.

Отметим, что процесс Исхода, повествование о начале которого, кстати, дано в нашей главе, описывается тоже в настоящем времени. По аналогии, мы понимаем, что речь идет о непрекращающемся и в наши дни процессе Исхода каждого человека и всего народа. На иврите этот процесс называется *геула*.

**«И вот именно такими
были имена сынов
Израиля...»**

Далее в первой фразе говорится: “...с **Яковом** пришли, каждый со своим домом”. Обратим внимание на то, что вначале сказано сыновья **Израиля**, а потом — с **Яковом**.

При рождении наш праотец Ицхак назвал своего сына Яковом. Только пройдя через многие испытания, Яков через посланника (духовная субстанция; на ивр. — *малех*) получил сообщение Всевышнего, что он будет носить другое имя — **Израэль** (по-русски — Израиль). Однако и имя **Яков** Тора тоже использует. Что означают эти имена?

Корень слова **Яков** на иврите состоит из букв еврейского алфавита *айн*, *куф*, бэт (*вэт*), образующих слово, которое в переводе на русский язык означает “след на земле”. Благородная задача каждого человека в результате своей деятельности — оставить достойный “след” на земле.

Слово **Израэль** состоит из двух частей. Первая, корень которой на иврите составляют буквы еврейского алфавита, шин (*син*), *рейш*, означает — “возвыситься”, “править”. Буква *йуд* перед *син* и *рейш*, — означает будущее время, то есть “будет править”. Вторая часть слова — с корнем из букв *алеф*, *ламед* — обозначение одной из граней Имени Всевышнего, которая говорит о силе, влиянии на мир. То есть имя Израэль (Израиль) символизирует конечный период истории мира и человечества, когда все люди на земле осознают, что миром **правит** только Всевышний, что других **сил** в мире нет.

В этом высшая цель еврейского народа — привести всех людей мира к реальному (не на словах) признанию истинной роли Творца.

Теперь нам понятен урок, преподанный Торой в первой же фразе нашей главы. Евреи пришли в Египет, чтобы реализовать модель космической задачи: продемонстрировать пути Исхода из рабства. Их роль в этом очевидна. Здесь они — **сыновья Израиля**.

Однако в процессе конкретной работы, в реальной повседневности евреи — **сыны Якова**.

Теперь вспомним, что в первой части фразы “**сыновья Израиля... идут**” (глагол — в настоящем времени) в Египет. Это объясняется тем, что в духовных мирах и сейчас происходят процессы, либо порабощения, либо — Исхода из рабства.

В реальном мире 3500 лет назад евреи **пришли** с **Яковом**. Чтобы трудиться и оставить **след на земле**...

Мы помним, что в последних главах книги **Берешит** говорилось о том, как Йосеф, сын Якова, приобрел влияние в Египте, стал (если перевести на понятный нам язык) премьер-министром фараона.

В нашей главе сообщается: “И умер Йосеф и все братья его... и встал над Египтом новый царь (фараон), который **не знал** Йосефа” (Гл. 1, ст. 6 и 8). Не знал?... Устная Тора уточняет: “...сделал вид, что не знает Йосефа”.

В самом деле, не может правитель страны, наделенный сверхъестественными способностями (об этом в Торе сказано позже), быть настолько неосведомленным.

Фараон не хотел знать... Потому что все, что сделал Йосеф для процветания Египта, он не ставил себе в заслугу и искренне полагал, что блага, получаемые страной — милость

Всевышнего, истинного Правителя мира. Такую трактовку власти фараон терпел, только пока Йосеф пополнял царскую казну, и Египет превращался в одну из самых сильных держав в мире. Но когда Йосеф умер, ситуация изменилась. Признание силы Всевышнего означало для фараона умаление величия Египта, “ограничение” царской власти.

Фараон не просто не хочет помнить Йосефа, рассуждая логически, он приходит к выводу: чтобы ничто не угрожало формирующемуся в Египте культу личности фараона и культу империи, необходимо превратить евреев в рабов. Основная задача порабощения — сломить дух евреев, чтобы они отказались от **идеи Единого Творца**.

И Тора описывает, как это реализуется на практике.

Одновременно Тора сообщает, что еще до тотального порабощения в одной еврейской семье родился ребенок. Ему дали имя Моше (Моисей) — то есть, извлеченный из воды.

В Талмуде указывается, что почти каждое упоминание воды в Торе подразумевает какой-то из ее аспектов. Ибо вода — модель Торы. Как вода течет сверху вниз, так и Тора — мудрость, которую Всевышний “спустил” с Небес на землю еврейскому народу.

Само имя Моше — “извлеченный из воды” — содержит указание на то, что его душа



ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

пришла в этот мир из высоких духовных миров, из того слоя, где обитает Мудрость Всевышнего (Торы). И теперь нам ясно, почему именно Моше суждено получить Тору от Всевышнего.

Далее в главе описан начальный этап жизни Моше. Опустим его и сразу перейдем к поворотному моменту в его судьбе и во всей нашей истории.

“А Моше пас скот тестя своего, Итро, священника мидианского... в пустыне (Синайской)... и показался ему посланник Всевышнего из пламени, из куста. Огонь горел, но куст не сгорал. И сказал Моше: поверну-ка я и посмотрю на это великое зрелище — почему не сгорает куст?” (гл. 3, ст. 1-3).

Казалось бы, достаточно было сказать **“посмотрю...”**. Но Тора подчеркивает — **“поверну...”**, потому что речь здесь идет о поворотном моменте в истории. От обыденного, земного (Моше пас скот), он **повернул**, чтобы найти ответ на вопрос, почему не сгорает куст. Заложенный в нем потенциал (извлеченный из воды — то есть из высших духовных миров) не растрочен. Моше **сворачивает** к горящему, но не сгорающему кусту — к Всевышнему.

Приблизившись к кусту, Моше слышит: “Твои братья в рабстве. Иди и начни великую битву...”. Всевышний отправляет Моше на борьбу за души соплеменников. На битву за то, чтобы вернуть им еврейское мировоззрение, против материалистического видения мира.

В конце главы читаем, что Моше вернулся в Египет и не встретил в своем народе понимания. Рабство глубоко укоренилось в **сердцах**. И Моше, последовательно реализуя веление Всевышнего, **шаг за шагом**, начинает разрушать взгляды, теории и идеи, которые евреям в то время казались очевидными.

“Очевидность” для Моше выглядит иначе. С материалистической точки зрения куст, охваченный пламенем, обязательно должен был сгореть. Почему же он не сгорает? Потому что такова воля Хозяина мира.

Но если Хозяин мира способен изменить даже “очевидное”, то власть фараонов, равно как и логика любых теорий — иллюзорны... Об этом пойдет речь в следующей главе.

Автор текста Элиягу Эссас

Евреям нельзя жить в Египте?

Шалом, рав Элиягу.

Два вопроса.

1. Я слышал, что евреям нельзя выезжать в Египет, это халаха или пожелание (хумра)?

Второй вопрос можете не публиковать, если он вызовет неадекватную реакцию среди нек. неевреев.

2. В прошедший Песах на работе один из “русских” сотрудников задал мне вопрос, на который я не знал, как ответить, и ответил расплывчато, и все же хотелось бы знать на будущее — я про «благодатный огонь», который каждый год зажигается якобы «чудотворным» образом у христиан в Иерусалиме. Как мы объясняем это явление? Он мне начал доказывать, что, мол, его снимают камеры, и происходит это при свидетелях на глазах у всех. Не думаю, чтобы Всевышний совершал такое «чудо» ради рукотворной религии. Или это результат колдовства?

Благодарю заранее за ответ.

anonym

Israel

Запрет на возвращение и проживание в Египте обозначен в тексте Торы в трех местах.

Например, в книге **Дварим** мы читаем: «...Всевышний же сказал Вам — не возвращайтесь (в Египет) более путем этим» (гл. 17, ст. 16).

О том же читаем и в главе 28 (ст. 68) книги **Дварим**, а также — в книге **Шемот** (гл. 14, ст. 19).

Известно, что в случаях, когда какая-либо заповедь повторяется в Торе более одного раза, это означает, что каждый раз в ней следует открывать дополнительные грани Истины и — дополнительные законы.

Все это обсуждается в Иерусалимском Талмуде — в трактатах **Сукка** (гл. 5) и **Сангедрин** (гл. 10), а также — в Мидраше **Мехильта** (гл. **Бешалах**).

Итоги обсуждения подводит великий Рамбам в составленном им Кодексе всех еврейских законов (**Мишнэ Тора**, том **Шофтим**, раздел **Мелахим**, гл. 5).

Там, в частности, читаем: «...Можно (еврею) жить в любой стране, кроме Египта... в Египет же можно приехать только временно — в деловую командировку (выражаясь современным языком — Э.Э.) или в результате военных действий... запрет же касается лишь постоянного проживания...».

Некоторые уточнения в этот закон внесли сын и внук Рамбама, а также — рав Йосеф Каро (составитель **Шульхан Аруха**) и рав Давид бен Ави Зимри (Ридбаз, один из выдающихся Учителей, Испа-

ния – Египет – *Эрец Исраэль*, 15-16 вв.) в своих комментариях к упомянутому фрагменту *МишнэТора*.

На основе их уточнений и некоторых других материалов можно сделать вывод:

— жить в Египте нельзя (исключение — положение беженцев);

— можно приехать в Египет в командировку на несколько дней, недель и даже — лет (но в целом — срок не должен быть слишком большим);

— в командировку на несколько лет можно приехать в Египет только для изучения и преподавания Торы;

— нельзя совершать в Египет туристические поездки.

Конечно же, следует задаться вопросом: почему нельзя жить именно в Египте?

Краткий ответ таков: как *Эрец Исраэль* имеет потенциал, позволяющий возвысить человека духовно, так и земля Египта (*Эрец Мицраим*) имеет потенциал, способный разрушить духовность и направить человека (в духовном смысле) на неправильный путь.

Что касается Вашего второго вопроса, ответу так: речь идет о самом обыкновенном жульничестве. Грустно, что находятся люди, которые сохраняют способность столь легко поддаваться обману. Входит человек в комнату, и выходит — «с огнем»... Естественно, свидетелей происходящего в той комнате никогда нет...

Автор текста Элиягу Эссас



Можно ли в субботу пользоваться зубной щеткой? ГТ, Москва

Вопрос Ваш не так прост, как может показаться, и в краткий ответ — «можно» или «нельзя» — не укладывается.

Многие (если не сказать — большинство) соблюдающие законы шаббата люди в субботу зубной щеткой не пользуются. Это связано не только с тем, что на щетку нужно выдавить зубную пасту из тюбика, что таит в себе опасность нарушения некоторых субботних запретов, но и с тем, что в процессе использования зубной щетки «отжимается» вода, которая попадает между ее волосками, а выжимать что-либо в субботу нельзя.

Об этом пишет в своем ответе № 112 к *Орах Хаим* (название раздела) *Шульхан Аруха* один из авторитетнейших в *эрахе* раввинов 20-го века — **Моше Файнштейн**.

Другой авторитетнейший раввин нашего времени — **Овадия Йосеф** в своем многотомном сборнике *Ялкут Йосеф (Законы субботы*, гл. 25) разрешает пользоваться зубной щеткой, если человек пользуется ею ежедневно в будние дни.

Рекомендую Вам обратиться к раввину или наставнику Вашей общины.

Он примет во внимание еще три момента, которые проявляются очень индивидуально.

Первое. Устранение запаха изо рта.

В комментарии к трактату Талмуда *Эрувин* (лист 41) **рабейну Ашер** (Рош) пишет: *гадоль кавод а-брийот ше-дохе ло таасе* — опасность потери чувства собственного достоинства (в связи с плохим запахом изо рта) может отменить (некоторые) запреты.

О том же пишут в комментариях к разделу *Шульхан Аруха* — **Орах Хаим** (статья 328, параграф 36) — **Тур, Бет Йосеф и Бах**.

Второе. Понятие *таануг* — удовольствие в честь субботы (в данном случае — ощущение свежести в полости рта).

О важности *таануга* пишет Виленский Гаон, комментируя параграф 37 упомянутой выше статьи *Шульхан Аруха*.

Третье. Предотвращение распространения бактерий, вызывающих кариес или воспаление десен (пародонтоз). В трактате *Хулин* (лист 10) сказано: *хамира саканта ми-исура* — опасность (может) отменить (некоторые) запреты.

Поскольку зубная паста — не лекарство, нет проблемы, связанной с правилами разрешающими или запрещающими прием лекарств в шаббат (эти правила выходят за рамки темы нашего разговора).

Еще раз подчеркну: решение проблемы использования в субботу зубной щетки может быть только индивидуальным.

Кстати, запрета на полоскание рта в шаббат зубными эликсирами нет.

Автор текста Элиягу Эссас

Сколько лет мы были в рабстве?

Уважаемый Рав.

Так сколько лет мы были в рабстве, 400 или 430 (190 или 220)?

Если говорить о фактическом, физическом порабощении евреев в Египте, этот период длился 210 лет. Однако же есть и иные, мировоззренческие и другие подходы к исчислению времени нашего рабства.

Принято также отсчитывать этот период от момента, когда Всевышний явился Аврааму, и наш праотец, находясь в особом пророческом состоянии, узнал от Него, что он не останется бездетным и будет прародителем многочисленного народа. И далее в Торе написано: «И солнце клонилось к заходу, и внезапно уснул Авраам крепким сном. И вот, ужас, мрак великий наваливаются на него. И сказал Творец Аврааму: знай, что пришельцами будут потомки твои в земле не своей, и поработят их...» (книга **Берешит**, гл. 15, ст. 13).

Поскольку Авраам был великим пророком, который не только «интеллектуально», но душой и сердцем, всем своим существом, воспринимал то, о чем поведал ему Всевышний, он после того видения жил с мыслью о рабстве, в котором окажутся его потомки.

Если вести подсчет лет нашего рабства с этой позиции, можно сказать, что наш народ в ту историческую эпоху был в неволе, вплоть до Исхода из Египта, на протяжении 430 лет.

Устная Тора раскрывает нам и другую грань Истины, сообщая, что период рабства евреев длился 400 лет. В этом случае начинают отсчет от даты рождения у Авраама и Сары сына Ицхака и — до Исхода.

Логика тут такова. Рождение Ицхака ознаменовало начало эпохи формирования еврейского народа. Но собственной земли, своей страны этот народ тогда еще не имел (она была лишь обещана Аврааму Всевышним). По сути, евреи еще до того, как спустились в Египет, жили в *галуте*, то есть в определенном смысле — в рабстве.

Завершился данный период, как мы уже знаем — Исходом из Египта, где наш народ сформировался в единую общность. И — Дарованием Торы.

Автор текста Элиягу Эссас

Если не знаешь иврит, читать Теилим в транслитерации?

Добрый день, уважаемый рав.

Большое спасибо за ваши замечательные ответы.

Мои вопрос касается чтения Теилим (Псалмы царя Давида). Я решила для себя (в силу определенных обстоятельств) прочитать Теилим полностью, придерживаясь разбиения на месяц.

Я уже несколько раз так делала раньше и всегда читала на русском. Иврит я не знаю.

Решила для себя начать изучение иврита, но пока не получается, много семейных забот.

Но вот недавно прочла, что если человек не знает иврит, то Теилим лучше читать не на русском, а с транслитерацией. На русском я уже очень хорошо знаю содержание псалмов, и поэтому чтению получается осмысленное. Но в предисловии к Теилим написано: Если читать на иврите вам еще сложно, то прочтите главы этой необыкновенной книги русскими буквами - но все-таки так же, как их произнес автор.

Подскажите, пожалуйста, как лучше быть в моей ситуации? Читать на русском, или с транслитерацией?

Спасибо большое,

с уважением,

Sarah

Sarah

Norvegia

Читайте в переводе на русский. Но приложите буквально огромные, колоссальные усилия для овладения ивритом.

Автор текста Элиягу Эссас

www.evrey.com



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Осторожно - антибиотики

Начался сезон простуд и гриппа. Только в моём окружении за последние 2 недели переболело огромное число людей. От лёгкого недомогания и насморка до бронхита и пневмонии варьируют проявления этого сезонного недуга. И хотя многие стараются не посещать людные места, моют руки по 12 раз в день, носят маски, едят много цитрусов, принимают витамины – все же крайне тяжело уберечься. Если сначала это чисто вирусная инфекция, лечить которую следует противовирусными препаратами, то потом на фоне ослабленного иммунитета присоединяется бактериальная инфекция. И вот тут важно вовремя заподозрить присоединение вторичной инфекции и начать её лечение антибиотиками.

Но, к сожалению, эра антибиотиков оказала двоякое влияние на наш организм. С одной стороны, благодаря применению антибиотиков возможно вылечить широкий спектр бактериальных инфекций, предотвратить серьёзные осложнения, но неразумное их применение ведёт к увеличению устойчивости микроорганизмов к антибиотикам, ослаблению их эффекта, и мутации бактерий.

Также неразумное применение антибиотиков может пагубно сказаться на нашем здоровье.

Антибиотики вступают в бой со всеми попадающими на их пути бактериями — хорошими и плохими.

Ещё пару лет назад в развитых странах малейшую простуду лечили антибиотиками. Список заболеваний, при которых их применяли, был огромен.

Сегодня весь научный медицинский мир серьёзно пересмотрел своё отношение к антибиотикотерапии и пришёл к выводу, что стоит выработать жёсткий регламент использования антибиотиков. Таким образом, только врачи имеют право назначать их в строго определённых ситуациях, подбирая с учётом чувствительности микроорганизма, побочных реакций, индивидуальной непереносимости и т.д. Самостоятельно назначать себе антибиотики без врача запрещено и опасно.

На заметку тем, кто скептически относится к традиционной медицине, хочу посоветовать использовать по возможности натуральные антибиотики, которые не опасны, можно применять часто и в неограниченных количествах (но помнить, что всё хорошо в меру), и которые всегда есть у нас под рукой. К натуральным антибиотикам можно отнести: чеснок, репчатый лук, хрен, чёрную редьку, малину, бруснику, клюкву, прополис, мёд.

Будьте здоровы!!! И пусть все простуды и недуги обходят стороной!!!



Автор текста Залина
Мошковиц

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

«ОТ САРОЧКИ»

Баклажанная паста

(подходит также для фаршировки яиц и помидоров)

- 1 баклажан
- 2 яйца
- 2 зубчика чеснока
- немного черного перца, красного перца и орегано
- 2 ст.л. соевого соуса
- 2 ст.л. майонеза

Вымыть баклажан и нарезать на маленькие кубики. Посыпать небольшим количеством соли и оставить на 30 минут, потом промокнуть бумажным полотенцем. Нарезать лук и чеснок и пожарить в небольшом количестве масла. Добавить баклажан и жарить около 15 минут помешивая. Измельчить баклажан в блендере, добавив яйца и специи. В самом конце добавить соус и майонез.

Приятного аппетита!

Сара Пензина

Люксембург

5 МИНУТ ИВРИТА

שם (шем) - Имя

לחמול (лахмоль) - жалеть

נער (наар) - юноша, отрок

למשות (лимшот) - извлекать из воды

להציל (леациль) - спасти

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Скромность украшает.

Находясь в Иерусалиме, самом Святом городе во всем мире, хотелось многое обдумать. Разные картинки и моменты всплывали в голове, и шаг за шагом хотелось вспомнить свой путь к Творцу.

Разбирая эти картинки, я вспомнила о письме, которое очень повлияло на стремительные шаги вперед... Отыскав его, хочется поделиться с Вами одной очень интересной статьей, приведенной в данном письме, надеюсь она поможет всем нам еще больше развить в себе настоящую еврейскую скромность.

"Наступило лето, и мне захотелось пошить новый костюм. Я зашла в ателье, где меня очень приветливо встретили:

- Садитесь, пожалуйста, - обратилась ко мне приемщица. - Хотите пить?

- Нет, - как обычно ответила я, - спасибо.

Приемщица сразу же узнала, кто я такая:

- Ваша подруга заходила сюда вчера, правильно? Я уже все знаю: рукава - длинные, юбка - ниже колен, на шее не должно быть выреза.

- Отлично, - сказала я ей, - вы сэкономили мое время.

- Это не я. Это ваша подруга. Вы знаете, для нас это даже приятно.

Вошла другая служащая, и они продолжили вместе:

- У вас просто не так, как у всех. Все, кто приходят сюда заказывать, просят шить как можно более открыто, как можно короче, просто как можно меньше ткани. Женщины здесь совершенно потеряли стыд. Молодые ли, взрослые ли - все одеваются одинаково.... Мы уже не знаем, что и сказать. Вот мы, например, нееврейки, мы вообще никак не связаны с евреями, но мы вас уважаем.

Я была очень смущена. Я ведь зашла просто сшить себе костюм, и даже еще не заплатив, встретила такой прием, получила хорошее настроение, которое не покидало меня еще некоторое время. С другой стороны, я почувствовала гордость за евреев и подумала, почему мы подчас так мало ценим все наше?"

У нас есть удивительная возможность быть особенными, а мы порой забываем об этом. Многие думают, что Тора накладывает на женщин большое число ограничений, сковывает ее, умаляет ее достоинство и мешает ей добиться от жизни большего.

Такое мнение кажется верным, если смотреть только на внешнюю сторону жизни. Да, еврейская женщина, на первый взгляд, сильно

ограничивает себя в поступках, в одежде, ограничивает род своих занятий, несмотря на то что остальные женщины во всем мире вольны поступать так, как им хочется.

Но когда мы начинаем смотреть на обратную сторону жизни, постигаем основы, смысл и цели этих ограничений, то мы понимаем, какой настоящий почет Тора воздает женщине. Тора дает нам не только силы духовные, прямо не связанные с нашим телом, но она оберегает и воздает почет и нашему телу исключительно благодаря подобным ограничениям. Но, в любом случае, у нас еще сохраняется впечатление, что женщина все еще остается скованной, не свободна поступать по своей воле, тем самым закрывая себе путь к вещам, которых бы ей хотелось достичь. И тотчас же возникают вопросы: что такое истинная свобода, что такое настоящее знание и что такое подлинное уважение? Ответы на эти вопросы очень длинные. Так как же мы можем ответить на них? Только смотря на результаты.

Истина в том, что все ограничения в одежде и поступках, соблюдающиеся женщинами на протяжении многих поколений, установлены не людьми. Это законы, которые нам предписал Всевышний, наш Творец, создавший нас, знающий нашу суть и наши стремления, наш потенциал и наши возможности, которые Он заложил в нас.

И именно это делает нас еврейскими девушками!!! Так давайте же будем идти по Его пути, и будем особенными!

Всевышний нас всех очень любит и ждет от нас - наших маленьких подвигов!

Радостной и осмысленной всем субботы,

Лея Коган

Молдова, Кишинев

ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат *Берахот*
Лист 19 (часть 1)

На нашем листе Талмуд продолжает исследовать содержание первой Мишны третьей главы трактата *Берахот* (текст Мишны — см. на сайте [обзор первой части листа 18](#)) — определяя, кто и при каких обстоятельствах может быть освобожден от исполнения всех или некоторых заповедей.

В предыдущем обзоре, проанализировав первый пункт Мишны, Талмуд приходит к выводу, что скорбящий (в день смерти близкого родственника) не должен исполнять какие-либо заповеди (см. на сайте [обзор второй части листа 18](#)). Включая чтение молитв *Шма* и *Шемоне Эсре* и заповедь, предписывающую накладывать *тефиллин* (сделанные из кожи коробочки — накладываются на верхнюю часть лба и ремешки — наматываются на левую руку; см. на сайте ответ [«Как правильно надевать тефиллин»](#)). На нем лежит единственная обязанность — позаботиться о том, чтобы достойно похоронить усопшего (см. [там же](#)).

Теперь Талмуд приступает к изучению следующих пунктов Мишны, где сказано, что частично в день похорон освобождаются от исполнения заповедей и те люди, которые принимают участие в церемонии погребения.

Тут Мишна как бы подразделяет участников церемонии, не имеющих с покойным прямых родственных связей, на две группы: участники церемонии, которые несут носилки с телом к месту погребения, и те, кто просто сопровождает процессию, оказывая покойному последние почести (см. на сайте [обзор первой части листа 18](#)).

Те, кто входит в состав первой группы, по вполне понятным причинам, на время церемонии почти полностью освобождаются от реализации *мицвот* (заповедей). Они не накладывают *тефиллин*, не произносят *Шма* (даже если время чтения этой молитвы — на исходе) и *Шемоне Эсре*.

Сопровождающие носилки с телом к месту погребения (вторая группа) освобождаются лишь от чтения молитвы *Шемоне Эсре*, но — обязаны прочесть *Шма* и надеть *тефиллин*. Однако сделать это они должны так, чтобы осуществление ежедневных *мицвот* не помешало исполнению самой важной при таких обстоятельствах *мицвы* — заповеди утешения скорбящих (см. на сайте обзоры [первой](#) и [второй](#) части листа 18).

Заповедь, предписывающая утешать скорбящих, — подчеркивает Талмуд, — проявление милосердия по отношению к ближнему. И ради этого отодвигается даже чтение принципиально важной молитвы *Шма, Исраэль* (о сути *Шма* — см. на сайте [обзор первой части листа 2](#)).

Далее Талмуд разбирает этические вопросы, вникая, казалось бы, в незначительные тонкости.

Если человек вдруг обнаружил, что на нем — одежда из шерстяного материала, в который вплетены льняные нити, — говорил Рав (столь великий и известный Учитель Талмуда первого поколения, что звание «рав» стало его именем, и все знали, о ком идет речь; 3-й век), — он должен как можно скорее переодеться, снять эту одежду. Ибо написано в первоисточнике: «Нет мудрости, нет разума и совета против Всевышнего» (*Мишлей* — Притчи царя Шломо, гл. 21, ст. 30). Эту фразу надо понимать так: если дан нам закон, ограничивающий нас в наших действиях и проявлениях, тут любые уловки, хитрости и расчеты будут нарушением Воли Всевышнего.

Если же он заметил такой костюм на другом человеке, не следует говорить ему об этом в общественном месте, дабы не поставить его в неловкое положение. Нужно дождаться, когда представится случай остаться с этим человеком наедине. Только тогда, если никого другого рядом не будет, можно сообщить ему, что он нарушает запрет Торы.

Поясним, что Тора запрещает нам носить одежду из ткани, в которой есть и шерстяные и льняные нити. Такая смесь называется — *шаатнез*. Сказано об этом: «...и одежда смешанной ткани, из шерсти и льна, да не покрывает тебя» (*Ваикра*, гл. 19, ст. 19). И еще, в другой книге Торы — «Не надевай *шаатнез* — шерсть и лен вместе» (*Дварим*, гл. 22, ст. 11).

Продолжая углубляться в обсуждение этических проблем, Учителя возвращаются к правилам поведения во время похорон и после погребения. И моделируют возможную ситуацию.

Допустим, с кладбища к дому ведут две дороги: «чистая» и «нечистая». Спрашивается, по какой из них должны возвращаться участники похоронной процессии?

Прежде всего, надо разобраться, что подразумевается под понятиями «чистая» и «нечистая», — направляет ход логического размышления Талмуд. Ясно, что речь тут идет не о дорожной «грязи» в физическом смысле этого слова.

Когда мы говорим, что дорога — «нечистая», — разъясняет раби Аба (великий Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*; начало 4-го века), — мы подразумеваем, что про эту дорогу известно, что она пролегает через поле, на котором когда-то была чья-то могила. А тело умершего (независимо от того, насколько давно оно предано земле) источает *туму* (духовную нечистоту; см. на сайте [обзор недельной главы Тазриа](#), первый годовой цикл). Где именно находилась эта могила, никто уже не помнит. Поэтому, проходя по этой дороге, человек может случайно попасть в то самое место и заразиться духовной нечистотой.

Так по какой же дороге должен возвращаться с кладбища человек, участвующий в похоронной процессии?

Правильный ответ на этот вопрос мы узнаем из следующего обзора...

Автор текста Леви Раскин

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Дорогие читатели!

Я очень люблю эту недельную главу, потому что она буквально наполнена драматическими событиями... Ну, как можно остаться равнодушными, когда прямо перед твоим мысленным взором проходит история нашего народа, его духовное становление!

Хочу предложить вам нарисовать мультфильм по мотивам недельной главы Шмот. Ну, а со сценарием я вам, конечно, помогу...

Итак, действующие лица: Фараон (ну, как же без него), Мирьям, Йохевет - мать Моше и Мирьям, Еврей, дочь фараона...

Фараон:

-Ох, как евреи надоели, вокруг, везде одни евреи,
 -И вам скажу я по секрету, боюсь я очень племя это.
 -Они, как только захотят, меня, конечно, победят.
 -Все, решено как дальше жить- я буду в Ниле их топить...
 -Читайте люди мой указ :
 -Топить мальчишек в тот же час, когда родились..

Еврей:

-Вот беда, такого горя мы не знали никогда...
 Зачем же нам детей рожать, ведь их же будут убивать...

Мирьям:

-Не будьте хуже фараона, вот был закон и нет закона...
 Так пусть на свет рождаются детишки-еврейские девчонки и мальчишки...

Йохевет поет:

-Спи, моя радость, усни. В Египте погасли огни...
 Дверь ни одна не скрипит, но стража не дремлет, не спит...
 Что там за шум за стеной? Может спасемся, родной.
 Вот уж три месяца я прячу, сыночек, тебя...
 Ветер по Нилу гуляет, и корзинку подгоняет,
 И она бежит в волнах, а Мирьям стоит в кустах...
 Смотрит, что с братишкой станет,
 и куда же Нил доставит брата младшего Моше.
 Так тревожно на душе.
 Фараона дочь в то время к Нилу погулять пошла и ребеночка нашла.
 Ей ребенок улыбнулся, сразу ей он приглянулся,
 и она его взяла, во дворец свой унесла...
 Во дворце Моше растет день за днем, за годом год...

Но событий много было, изменилось все кругом...
 Вот Моше- избранник Б-га, кто семья его, где дом???
 С братом он к фараону идет... -фараон, ОТПУСТИ МОЙ НАРОД !

Конечно, дорогие читатели, вы можете дополнить этот сценарий, ведь в главе Шмот еще очень много важных событий.

Желаю успеха !

*Цюпа Гензель
 Кфар Эльдад*

ВЫ С НАМИ?!

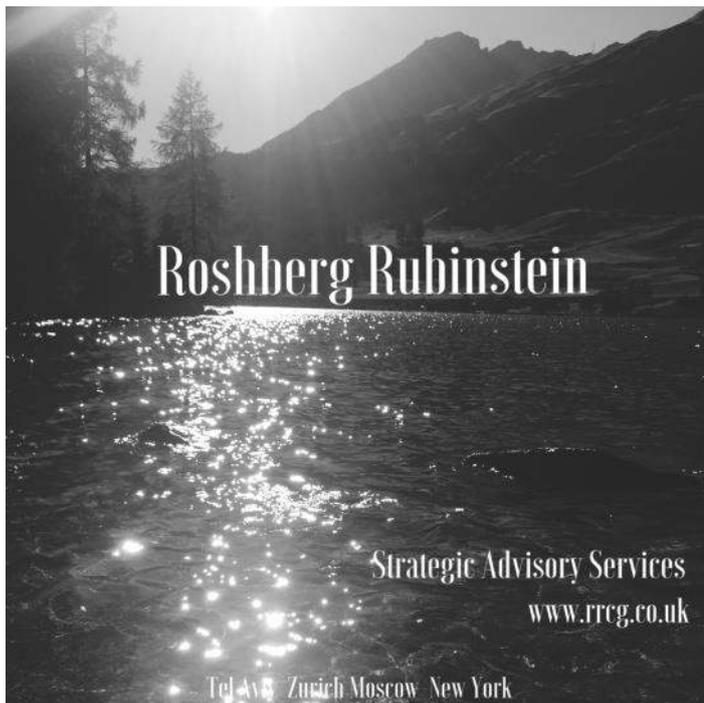
Хотите получать ежедневную рассылку материалов сайта evrey.com прямо на ваш телефон?

Напишите нам и мы добавим Вас в группу

+972548164299 viber или whatsapp

Станьте частью нашей Онлайн общины

Расскажите друзьям!

**РЕКВИЗИТЫ ДЛЯ ПОМОЩИ
ВЫПУСКЕ ЖУРНАЛА:**

PayPal:

liubdeldobro@gmail.com

Qivi: +972548164299

Если вы хотите помочь нам другими способами свяжитесь с нами

lfreidkin@gmail.com либо по телефону

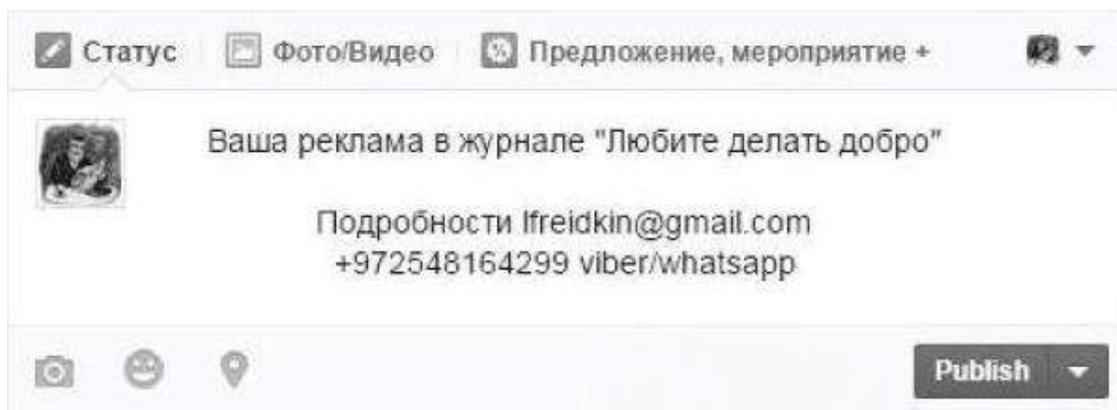
+972548164299 (viber/whatsapp)

Success
HARBORS
business navigation

Навигатор Вашего бизнеса
к гавани успеха

Маркетинг. Инвестиции. IT

www.harbors.co

**МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

B vk.com/hafetzhaimk

f facebook.com/liubdeldobro

f facebook.com/hhafetzhaim