



# הַשַּׁבָּת דַּעֲלֵאֲתָ דְדוֹבְרוֹ

ОНЛАЙН ОБЩИНА «ХАФЕЦ ХАИМ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ  
ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЧТЕНИЯ ЗА ШАББАТНИМ СТОЛОМ.  
ПРИ ИНФОРМАЦИОННОЙ ПОДДЕРЖКЕ САЙТА [WWW.EVREY.COM](http://WWW.EVREY.COM)



## ОБСУЖДЕНИЕ НЕДЕЛЬНОЙ ГЛАВЫ «ПЕКУДЕЙ»

**А также:**

Вопросы раввину

О здоровом образе жизни

5 минут иврита

Лист Талмуда

Женская рубрика

Культура. Личность. Этика

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, Сидней, Мельбурн, Турин, Кременчуг, Тверия, Бат-Ям, Чернигов, Иршава, Харьков, Вастерас, Камышлов, Сорочинск, Тольятти, Зарайск, Нес-Циона, Ужгород, Кирьят Бялик, Нешер, Надворная, Владивосток, Новосибирск, Черновцы, Эйлат, Ужгород, Сеетл, Челябинск, Нурлат, Куты, Сергиев Посад, Сиенна, Герцлия, Днепродзержинск, Норильск, Анадырь, Обнинск, Саяногорск, Воронеж, Мелитополь, Маркивци, Ровно, Реховот, Слоним, Красноярск, Бейтар, Хадера, Нетания, Люксембург...

## СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:

Обсуждение главы «Пекудей» - 3

Вопросы раввину - 4

Здоровый образ жизни - 6

Женская рубрика - 7

Лист Талмуда - 9

Культура. Личность. Этика - 11

Ответственные за проект:

Элиэзер Фрейдкин, Давид Рошберг

Над номером также работали:

Лея Коган, Залина Мошкович

Художник:

Мария Журавлёва

Любые Ваши предложения направляйте

на эл.почту hafetz.haim@outlook.com

## МЫСЛИ РЕДАКТОРА...



казано в недельной главе Пекудей: “Вот исчисления (относительно) скинии, скинии свидетельства, что были исчислены по велению Моше, — служение левииим под началом Итамара, сына Аарона-священнослужителя”

После окончательного изготовления Мишкана, Моше Рабейну предоставляет отчет о проделанной работе. Можно задаться вопросом: “Почему Тора уделяет целую главу описанию бухгалтерского подсчета всех затрат на сооружение Мишкана?”

Напомним, что евреи, после греха золотого тельца, стремились исправить свою ошибку как можно скорее, чтобы вернуть расположение Творца к нашему народу. И, как мы узнаем из главы Пекудей, Мишкан был сооружен в кратчайшие (около полугода) сроки. Но ведь это не просто какое-то здание - это место, через которое Всевышний будет проявлять себя и прощать наш народ, поэтому все детали, все мелочи “на вес золота.”

Каждый еврей просто обязан знать, куда уходят его пожертвования. Ведь если у человека закрадывается маленькое сомнение, что цдака идет не на важные цели, даже маленькая мысль об этом может все, как говорится, “сломать”.

Задача каждого еврея учиться у самого Моше Рабейну, стремиться вести себя таким образом, чтобы окружающие были уверены в “прозрачности” человека. Особенно сегодня, когда распространена проблема “двойных стандартов”, еврей должен достойным образом вести себя всегда, чтобы не вызывать никаких сомнений...

Мы должны помнить, что каждое мгновение регистрируется наверху, и человеку никуда не деться от финального отчета.

Так, давайте же, на протяжении всех 120 лет, строго контролировать свою жизнь, как сказано в Мишне Пиркей Авот “...Сосредоточься на трех вещах, и ты не впадешь в грех. Помни, откуда ты явился, куда идешь, и перед кем тебе придется держать ответ.”

Шаббат шалом

Элиэзер Фрейдкин

Иерусалим

## ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВЫ «ПЕКУДЕЙ»

### ГЛАВА «ПЕКУДЕЙ»

Место в Торе: книга Шемот, гл. 38, ст. 21 — и до конца книги.

Почему глава так называется?

По первой фразе: «Вот счета (расходов на строительство) Мишкана. Свидетельства, рассчитанные по приказу Моше левитами под руководством Итамара, сына священника Аарона» (Шемот, 38:21).

На иврите — *пекудей*.

**П**ервая тема заявлена в самом начале: *пекудей* – счета. Глава представляет вполне полноценный бухгалтерский учет: счета Скинии, отчеты по строительству Переносного храма... Одним словом, рассказывает о финансовых затратах. Что может быть скучнее? А между тем, отсюда мы получаем большой урок.

Моше, как руководитель самого большого проекта того времени, дал отчет во всем — до последней, как теперь мы сказали бы, копейки. А Тора этот отчет скрупулезно зафиксировала.

Читаем: «Всего золота, употребленного в деле... золота, что было собрано, оказалось – столько-то. Серебра из общественного исчисления – столько-то». Далее подробно перечисляется, из чего был сделан каждый элемент Храма.

Зачем? Чтобы сообщить нам: какими бы великими не были общественные цели, на которые собирают средства, сколь высоким авторитетом ни пользовался бы распорядитель, на нем лежит обязанность отчитаться в расходах перед теми, кто вручил ему средства. Перед всем народом.

В Мидраше рассказывает, почему пророк, которого сама Тора называет *нэман* (достойным доверия), решил дать полный отчет. Однажды он услышал за своей спиной шепот. Разговаривали двое. Один сказал: «Что-то в последнее время потучнела шея сына Амрама». (Отца Моше звали Амрамом.) Второй ответил: «Неудивительно, ведь он ведаёт всем, что предназначено для Храма». Тогда Моше дал клятву: «Как только Храм будет построен, я дам точный отчет обо всех расходах».

Сам Моше знал, что ничего не утаил. Тем не менее, представил подробный рапорт о своих действиях, ибо меньше всего хотел, чтобы его заподозрили в злоупотреблениях.

Отсюда мы учим правило: человек должен стараться очистить себя от любых подозрений в глазах людей, а не довольствоваться общим утверждением – мол, «Я чист, Б-гу об этом известно, а вы думайте что хотите».

На тему отчетности перед обществом есть в Торе несколько специальных законов. Приведем один.

Человек, отвечавший за деньги фонда Иерусалимского Храма, во время работы – например, когда он собирал пожертвования или входил в храмовую казну, – не мог носить одежду с двойным швом (где можно было бы спрятать деньги), широкий пояс и даже белье под верхним платьем. И все для того, чтобы никто не сказал: «разбогател, потому что заимствовал из собранных денег».

Повторяем, человек должен вести себя таким образом, чтобы его поведение было безупречным не только с точки зрения строгого закона, но чтобы оно не возбуждало подозрений также и в глазах окружающих.

Вторая тема – сроки возведения и освящения Переносного храма.

Комментаторы, на основании сведений из Устной Торы, сообщают, что приказ приступить к возведению Храма евреи получили на следующий день после Судного Дня, Йом Кипура, как только Моше вернулся с горы Синай, откуда принес Скрижали с Десятью заповедями. В этот день народ был прощен Творцом за грех создания золотого тельца. Потому и был дан приказ собрать средства и соорудить Храм, в котором бы совершались жертвоприношения для искупления грехов.

Первый же грех после получения Торы привел к необходимости создать *механизм* исправления грехов. Таким

«механизмом» стал Храм. Каждый, совершивший запрещенный Торой проступок, был обязан, кроме всего прочего, принести жертву очищения. Без этого исправление не засчитывалось.

Казалось бы, на то, чтобы возвести «механизм», могли уйти годы. Но читаем: «В первый месяц второго года, первого числа месяца, – был поставлен Мишкан» (Шемот, 40:17).

Если Йом Кипур – десятый день седьмого месяца (так исчисляет месяцы года сама Тора) и если в году 12 месяцев, то до первого числа первого месяца следующего года прошло полгода без десяти дней.

Храм – за полгода! Это воистину «ударная стройка». Оперативность, проявленная народом, свидетельствует о том, что евреи прекрасно понимали: доверие Всевышнего, утраченное после «греха с золотым тельцом»,

**«разбогател, потому что заимствовал из собранных денег»**

надо срочно вернуть.

Ведь за грех тельца Всевышний, как Он объявил Моше, решил евреев уничтожить, а в Святую землю ввести потомков Моше. Но пророк молитвой уговорил Его не приводить приговор в исполнение. Он был уверен, что народ исправится. И народ его не подвел: Храм был закончен в считанные месяцы...

Отметим, что до «первого числа первого месяца» осталось совсем немного. Шестого апреля в нынешнем, 2000-м, году (если использовать принятый календарь), можно будет отметить юбилей освящения Переносного храма, построенного евреями в Синайской пустыне. С той поры прошло ровно 3312 лет — день в день.

Написано: «Вот счета (на строительство) Мишкана... рассчитанные по приказу Моше трудом левитов под руководством Итамара...».

Что еще за «труд левитов»? Составить описание и представить отчет — это трудно? Да и причем здесь левиты, люди колена Леви, которые были призваны выполнять при Переносном храме совсем другую работу (ставить его на стоянках, носить во время переходов по пустыне)?

Как отмечает комментатор раби Ицхак Абрабанель, отчеты составлялись под руководством Итамара, сына главного священника в Храме. Потому что Итамар славился мудростью и своими способностями к счету и измерению. Короче говоря, был он хорошим математиком и организатором. И Тора рассказывает об этом, чтобы сообщить: нет труда тяжелее и ответственнее, чем вести честный учет, связанный с деятельностью других людей. Свести баланс своих дел — в этом преуспеет каждый. Но сделать это для всего общества — такое было под силу только левитам, на своих плечах носивших груз Храма.

*Реувен Пятигорский*

*Иерусалим*

[www.evrey.com](http://www.evrey.com)

## ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

**О**ткуда у еврейского народа мудрость и хитрость?

*Добрый вечер, рав.*

*Читая ваши ответы, дивлюсь Вашей мудрости. От чего складывается вопрос, откуда у еврейского народа мудрость и хитрость!?*

*Благодарю, за скорый ответ.*

*Сергей*

*Санкт-Петербург*

**О** своей мудрости мне сказать нечего. Только другие люди могут составить о ней какое-либо впечатление. Я же об этом (о собственной мудрости) — просто не задумываюсь.

В любом случае, спасибо за добрые слова.

Что же касается мудрости нашего народа — тут могу сказать, что Вы совершенно правы. Конечно же, я, как понятно, не имею в виду отдельных евреев. Но — говорю о еврейском народе в целом. И, в первую очередь — о его духовных Учителях и «простых» евреях, для которых самое главное в жизни — искреннее, чистосердечное стрем-

ление, соблюдая заповеди и традиции нашего народа, стараясь во всем следовать путями, указанными нам Всевышним (в отношении к людям, и в отношении к Небу), приблизиться к Нему.

Почему с такой уверенностью говорю о мудрости нашего народа?

Потому что сам Всевышний, Творец мира, открыл нам, как **устроен мир, для чего** он был сотворен, какова наша роль в этом мире и в чем **смысл** нашей жизни.

Полагаю, все согласятся, что именно эти элементы — знание и понимание, почему существует мир, в чем смысл человеческой жизни, что нам надо делать, как правильно жить и т.п. — важные составляющие понятия «мудрость». А того, кто достиг такого понимания и осознания мы называем — мудрым человеком.

Остается только спросить себя: откуда нам известно, что эти знания — истинные?

Ответ на этот вопрос у нас, по сути, уже есть. Эти знания — истинные, потому они — не плод нашего воображения и не итоги наших размышлений. Ибо человеческие возможности в познании мира на основе собственных наблюдений и исследований — весьма и весьма ограничены. Ни разум любого, самого неординарного и выдающегося человека (кем бы он ни был и когда бы ни жил), ни самое буйное человеческое воображение — не в состоянии охватить все. Только Всевышний — бесконечен. Он создал мир, создал систему мироустройства. И более 3.500 лет назад Он даровал нашему народу Тору, в которой открыл нам часть знаний об этом.

Потому мы и говорим, что знания, которыми овладевает тот, кто изучает Тору — истинные. Ибо получены из рук Творца.

Теперь — о «хитрости».



Мне не совсем понятно, какой смысл Вы вкладываете в это слово. Ведь хитрость может быть и положительным и отрицательным качеством.

Положительным — в ситуации, когда, допустим, полководец, чтобы победить врага, придумывает хитроумный план.

В таком случае, свойство, которое Вы назвали «хитростью» — некая составная мудрости (см. выше). И она, мудрость у нашего народа действительно есть.

Отрицательным — когда некто, полагая, что «цель оправдывает средства», ради получения для себя каких-либо благ, лицемерит, обманывает, пускает в ход иные низменные приемы.

И если Вы в письме подразумеваете именно это (склонность к обману и т.п.) — никогда не соглашусь, что такие черты могут быть присущи нашему народу в целом.

*Автор текста Элиягу Эссас*

## **Б**лагословения в Хануку и Пурим - какая связь?

*Есть ли связь благословений в Хануку и Пурим?*

*Орна, Тель-Авив, Израиль*

**Б**лагословения в Хануку и Пурим связаны между собой только тем, что и те и другие установлены нашими Учителями на заповеди (*мицвот*), которые они же и добавили к заповедям, данным Всевышним.

В Торе даны 613 заповедей. Наши Учителя определили для нас еще семь. Среди них - заповедь читать в Пурим **Мегилат Эстер** и зажигать ханукальные свечи.

Кроме того, в день Пурима и все восемь дней Хануки, читая центральную для нас молитву **Шемона эсрей**, мы включаем в нее особую вставку - **Аль а-нисим**. Тексты вставки для Пурима и для Хануки начинаются одинаково. Но за началом следуют специфические для каждого праздника отрывки.

В Пурим и Хануку вставка **Аль а-нисим** включается и в текст **Биркат а-Мазон** - благословения, которое читают после трапезы.

*Автор текста Элиягу Эссас*

## **К**ак иудаизм мог выдвинуть идею о том, чтобы напиваться? *Три вопроса по теме:*

### **Вопрос 1 :**

*Мне говорили, что существует заповедь напиться в Пурим. Это вызывает у меня затруднение, потому что, по-моему, в опьянении нет ничего хорошего.*

*Я алкоголик. То есть когда я пью, происходят очень плохие вещи. Я не пил уже двадцать два года и не собираюсь начинать сейчас. Конечно, должны быть случаи, когда человек освобождается от обязанности пить. Что об этом говорят раввины?*

### **Без подписи**

### **Вопрос 2 :**

*Я видел в Интернете и ряде еврейских газет целый ряд комментариев о мицве (заповеди) напиться в Пурим. Честно говоря, я обеспокоен. Одна из характеристик риска для молодых людей - употребление наркотиков, в том числе и алкоголя.*

*Михаэль Порецкий, Бруклин, США*

### **Вопрос 3 :**

*Меня расстроила идея о том, что мы должны пить в Пурим. Мой опыт показывает, что опьянение не раскрывает никаких секретов. Оно заставляет людей вести себя глупо и безответственно, делать вещи, которые никогда бы не произошли, если бы эти люди были трезвыми. Кроме того, я знаю об ужасном влиянии на здоровье значительных количеств алкоголя, поскольку работаю в исследовательском центре, который занимается злоупотреблениями наркотическими средствами.*

*Не понимаю, как вообще иудаизм мог выдвинуть идею о том, чтобы напиваться. Это просто неправильно.*

*Михаэль Пауль, США*

**Р**азумеется, и в Пурим необходимо прислушиваться к голосу разума.

Подростков нужно предупредить об опасностях алкогольного опьянения. Никому не следует, выпив, садиться за руль. Несомненно, излечившемуся алкоголику не стоит употреблять спиртное. Даже - в Пурим. И самое главное - никто не должен напиваться до такого состояния, когда человек перестает понимать, что именно нам заповедано.

Действительно, свод еврейского закона ясно говорит, что если человек подозревает, что алкоголь повлияет на него негативно, он НЕ должен его употреблять.

Выпить в Пурим больше обычного - одна из заповедей, которые труднее всего исполнить правильно. Человеку следует пить, только если это приведет его к положительным духовным результатам, то есть в том случае, если алкоголь поможет ему выявить скрытую под поверхностным налетом в наших сердцах глубокую любовь к Торе и Всевышнему.

Но вы можете резонно возразить, что в Пурим существует еще и обязанность «НЕ РАЗЛИЧАТЬ» благословенного Мордехая и прокля-

того Амана». Как же тот, кто не пьет, дойдет до такого состояния «неузнавания»?

Ответ прост: нужно просто пойти спать.

Вообще способ исполнения этой заповеди - индивидуален.

Однако остается вопрос: может ли выпитое в Пурим негативно повлиять на здоровье всей еврейской общины?

Об отвращении к алкоголизму, заложенном в еврейском сознании, говорится во многих библейских и талмудических источниках. В книге **Зоѓар**, например, сказано: «Грешник тянется за вином (чтобы опьянеть)» (**Мидраш неелам**, глава **Ваера**). О том же говорят и пророки: Йешаягу (28:1), Гошеа (3:1 с комментарием Раши) и Амос (6:6).

Хорошо известен факт, что на протяжении всей своей истории среди евреев, которые жили согласно еврейской традиции, алкоголиков не было. Это подтверждают многочисленные медицинские, психологические и социологические исследования. Например, изучение отчетов больниц в штате Нью-Йорк показывает, что пристрастие евреев к алкоголю в пятьдесят раз ниже того, который наблюдается у представителей других народов.

Связь между иудаизмом и трезвостью так очевидна, что Лоренс Келеман в своей книге «Возможность принять» пишет: «Когда доктор Марк Келлер, издатель ежеквартального журнала по Изучению Алкоголя, написал, что «практически, все евреи пьют, и при этом весь мир знает, что очень редко кто-то из них становится алкоголиком», его коллега, доктор Говард Хаггард, из лаборатории прикладной психологии Йельского университета, предложил переводить алкоголиков в еврейскую религию, чтобы они попадали в культурную среду со здоровым отношением к спиртным напиткам.

Наверное, мы должны сделать вывод: среди евреев столь низок уровень алкоголизма именно потому, что вино традиционно используется в еврейских ритуалах (освящения Субботы и праздников). Это церемониальное употребление вина создает позитивную привычку и становится противоядием, введением безопасной нормы, которая не позволяет развиться болезни.

*Автор текста Элиягу Эссас*

[www.evrey.com](http://www.evrey.com)

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

### Спасаемся от весенней хандры

**В**есна – период цветения, обновления и просто начало всего нового. Однако в это время года особо сложно нашему организму, поскольку идёт перестройка всего организма после зимы.

С наступлением весны становится выше риск обострения множества заболеваний, потери жизненного тонуса. Перемена сезонов может стать стрессом для организма, истощить надпочечные железы, усложнить адаптацию организма к новым условиям. Вследствие этого организму нужно больше ресурсов, чтобы поддержать силы.

Врачи предупреждают: по весне иммунитет человека существенно ослабевает. Запасы витаминов, которые собраны организмом за счет летних фруктов и овощей, почти полностью закончились. Защитные силы, которые способны сдерживать хронические болезни организма, подорваны и истощены.

Весной существенно усиливается общая слабость, усталость, недосып и нехватка энергии. В это время случается напряжение систем адаптации организма к новой среде, погоде, пище. Происходит нехватка ресурсов. За морозную длинную зиму иссякают витамины и минеральные вещества, накопленные организмом, а компенсировать их пока нечем. Отсюда и снижение иммунитета, чувство слабости. Из-за колебаний атмосферного давления самочувствие ухудшается, возникают частые головные боли, гипотония или гипертония. Из-за резкого изменения погоды в весеннее время происходят частые простудные заболевания.

Для людей, страдающих повышенным артериальным давлением, очень важно весной соблюдать режим питания. Особое внимание таким людям следует обращать на водно-солевой баланс. Необходимо ограничить потребление жидкости и соли. Это поможет избежать увеличения объема крови и убережет сосудистую стенку от излишнего напряжения в этот сложный период. Помимо этого следует сбалансировать свой рацион таким образом, чтобы ваш организм получал в достаточном количестве витамин Е, который необходим для восстановления сосудистой стенки, и витамин А, который способствует регенерации клеток.

Не стоит забывать и про наши лёгкие. Сейчас весной необходимо в полную меру насыщать свой организм кислородом. Постарайтесь хотя бы в выходные дни проводить часа по четыре в местах, где сохранились растительные насаждения. Весной природа начинает свое пробуждение. Простая прогулка один раз в неделю по лесному массиву может принести гораздо больше пользы всему организму, чем месяц, проведенный на курорте.

Здоровое питание необходимо не только весной, но особенно в этот период поможет справиться со многими недугами. Включайте в свой рацион побольше овощей и фруктов, но местного производства, злаки, нерафинированное подсолнечное масло. Уменьшите употребление конфет, печенья, тортов, варенья, замените их на сухофрукты, орехи, мёд.

Избежать весеннюю хандру поможет позитивный настрой на жизнь, прогулки на свежем воздухе, любимая работа, встреча с друзьями, семья, выполнение добрых дел, духовная работа.

*Автор текста Залина Мошкович*

## ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

### Мицва радости.

Ходеш тов, друзья!!!

Наступил самый радостный месяц в году Адар 2. Месяц - в котором мы празднуем самый веселый праздник Пурим, месяц - в который нам заповедовано радоваться.

Нет ни одного другого месяца в который мы именно обязаны увеличивать свою радость и радостные события в нашей жизни.

Можно задуматься и задать себе вопрос, а разве в другие месяцы мы грустим?

Или должны грустить?

В месяце Тамуз и в начале Ава мы скорбим по разрушению Храма, однако не сказано быть в трауре, сказано уменьшать свою радость, а значит стараться пребывать в стабильном задумчивом расположении духа.

Про иное время сказано, что человек должен стараться всегда пребывать в спокойно-радостном настроении.

Почему для Всевышнего так важно наше настроение и радость в нашем сердце?

Момент когда мы радостны, мы особенно подчеркиваем нашу веру в Творца, осознание того, что все от Него, и Он управляет всем, что с нами происходит. А значит, не может быть грусти, потому что Всевышний - это добро, и все что Он нам дает или не дает - к лучшему и лишь ради всеобщего блага.

В тяжелые минуты часто появляются различные негативные мысли, но если только постараться открыть свое сердце Творцу, обратиться к Нему с искренней молитвой - на душе становится легче.

В месяце Адар, месяце радостном и благоприятном для еврейского народа - радости же должно быть намного больше.

Как же радоваться если на душе грустно?

Необходимо вспомнить о словах сказанных в Торе: "Древо жизни она для тех, кто держится за нее" - Чтобы взобраться на дерево, надо крепко ухватиться за ветку: тогда человек как бы соединяется с деревом, частью которого является эта ветвь. Так и с Торой, соединяя себя с нашими заповедями, исполняя мицву с максимальной искренностью, радостью и точностью - мы соединяем свою душу с Творцом и Его Торой, что укрепляет нашу веру и упование, а значит создает гармонию внутри нас тем самым увеличивая Свет Творца в нашей жизни.

Радость в Адаре, радость праздника Пурим - заповедь Всевышнего. А значит достичь наибольшей радости мы сможем стараясь выполнить данную мицву как можно тщательнее.

Заповедь радоваться, сложнее других заповедей, так как на наше эмоциональное настроение ежедневно влияет огромное множество факторов.

Таким образом погружаясь в свои мысли и жизненные ситуации, мы часто не способны отнестись к данной заповеди с должным почтением.

А ведь заповедь, которая игнорируется поколением, называется мет

мицвой (дословно умирающей). Значит каждый должен стараться выполнить ее намного тщательнее. И каждый из нас должен приложить к этому все свои усилия!

Иначе эта мицва поднимется перед Небесным Троном и пожалуется: "какая же я низкая, если меня забыли".

Упование и вера в Творца, является основой наших отношений с Ним. Следовательно, если такая заповедь дороже драгоценных камней, и "радость дня" лежит в небрежении, наша обязанность - усилить ее, чтобы увеличить радость и добро во всем мире, тогда Всевышний улыбнется нам в ответ, и увеличит радость многократно!

Давайте же, выполним заповедь радости с особой каваной, желанием сделать наш мир добрее и притянуть больше брахи в нашу жизнь, ведь Адар - это сосуд наполненный благословением и брахой!!!

Мицва притягивает к себе новую мицву... Улыбка же притянет улыбку в ответ, а радость - увеличит радостные события и Свет Всевышнего откроется для нас еще больше!

Радостного и полного благословением месяца нам всем!!!!

*Шаббат шалом!*

*Лея Коган.*



## КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

## «ОТ САРОЧКИ»

Гоменташ

Тесто :

2.5 стакана муки

200 грамм сливочного масла комнатной температуры

0.5 стакана сахара

0.5 чайной ложки разрыхлителя

1 яйцо

Цедра одного апельсина

Начинка :

Цедра одного лимона

150 грамм (3/4 стакана) молока

0.5 стакан сахара

1 столовые ложки меда

2 столовые ложки масла

200 грамм мака

1. Для начинки в разогретое молоко добавить сахар, мед и масло. Довести до кипения и всыпать мак. Варить на слабом огне 10-15 минут. Затем снять с огня, добавить лимонную цедру и охладить.

2. Масло взбить с сахаром, добавить цедру апельсина, разрыхлитель, яйцо и просеянную муку. Замесить однородное тесто. Раскатать его а тонкий пласт. Стаканом вырезать кружки, на середину каждого ложкой выложите начинку. Края кружков защипните так, чтобы получились треугольники с открытым верхом.

3. Выложите гоменташ на противень на пекарскую бумагу. Выпекайте при 180 градусах в течении 20 минут до золотистого цвета.

Приятного аппетита!

Сара Пензина

Люксембург



## 5 МИНУТ ИВРИТА

**לִפְקוֹד** (лифкод) - пересчитывать, брать на учет, приказывать

**תְּנוּפָה** (тнуфа) - размах, поднятие

**מִכְבָּר** (михбар) - решётка

**לְקַצֵּץ** (лекаец) - отрубать, разерать

**לְעָרוֹךְ** (лаарох) - устраивать, распологать

## ЗАКОНЫ И ОБЫЧАИ ПРАЗДНИКА ПУРИМ

\* Весь месяц Адар считается месяцем радости. Многие семейные и другие торжества приурочивают к этому месяцу.

\* В последнюю субботу перед праздником Пурим в синагогах читают отрывок из Торы, из книги Дварим: "Помни, что сделал тебе Амалек... Не забудь".

\* В Израиле и в других странах Пурим празднуют 14-го Адара, то есть в день, когда евреи облегченно вздохнули после поражения антисемитов.

Но в Иерусалиме Пурим празднуется 15-го Адара. Причина тут вот такая. Активистов-антисемитов в столице Персии городе Шушане было больше и они были сильнее, чем в провинциальных городах. Поэтому сражение с ними продолжалось два дня — 13-го и 14-го Адара, а день освобождения пришел в город Шушан на 15-й день Адара.

Наши Учители постановили, что поскольку Иерусалим не может быть по своему статусу ниже (в данном случае — лишиться праздничного дня), чем столица Персии, Пурим в нем тоже празднуют 15-го числа. Кстати, еще и сегодня те немногочисленные евреи, что живут в Иране, в городе Шушане (современный город Хамдан), празднуют Пурим 15-го Адара и читают Мгилат Эстер, собираясь возле гробницы Эстер и Мордехая. (Гробница сохранилась по сей день, ее описание еврейские путешественники давали еще в X111 веке).

Нужно учесть, что все еврейские праздники начинаются с вечера, после захода солнца. Так что в Пурим (не в Иерусалиме), например, начинается вечером с 13-го на 14-е Адара.

## КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

*Сегодня в свет выпущено столько книг о супружестве, что в них очень трудно сориентироваться. Желающие упрочить свой брак имеют возможность записаться на соответствующие семинары, приобрести «учебные» кассеты и диски, найти циклы лекций на данную тему в Интернете...*

*Все это, несомненно, способно принести ощутимую пользу. Однако для начала попробуем усвоить и применить на практике простую, но весьма плодотворную идею: удачные браки держатся на умении отдавать...*

### СЕМЕЙНАЯ ЖИЗНЬ. ИСКУССТВО И СТРАТЕГИЯ

Эмуна Браверман

#### Часть вторая

#### Практическое пособие для мужчин

**В** своей статье для женщин (см. на сайте статью [«Семейная жизнь. Искусство и стратегия»](#), часть первая — раздел «Психология») говорилось о том, что брак строится на умении отдавать. Эта концепция в той же мере относится и к мужчинам.

К сожалению, у многих мужей складывается ошибочное представление, что женщины не должны требовать к себе особого внимания, а те, кто проявляет желание ощущать заботу партнера по браку — просто «тяжелый случай». На самом же деле, это совсем не так. Мужчина, который считает, что, заключив брак, он попадает в мир, где женщина все делает для него, а ему остается только «принимать» — глубоко заблуждается. И заблуждение это — не безобидно. Оно чревато ухудшением отношений между супругами, напряженностью семейной атмосферы, которая, как правило, «разряжается» не только мелкими ссорами, но порой — и глубокими конфликтами.

Не бойтесь давать, проявлять внимание к жене. И очень скоро вы ощутите, как ваши семейные узы день ото дня крепнут, набирая истинную глубину и полноту. Тогда вы, надеюсь, поймете, что единственный способ сохранить свежесть чувств, взаимопонимание и взаимоуважение в браке — доставлять радость своей «второй половине».

Не возьму на себя труд составлять весь список «методов», оперируя которыми мужчина может оказывать женщине внимание. Но и тех примеров, которые намереваюсь здесь привести, будет, полагаю, достаточно для того, чтобы «запустить в действие механизм самоотдачи», способный положительно повлиять на вашу семейную жизнь.

1. Даже если вы предпочитаете домашнюю еду, время от времени приглашайте жену на ужин (или на обед) в ресторан или кафе. Необязательно — в дорогой и роскошный. Главное — предоставлять ей возможность отдохнуть от рутины, выйти на люди, оторвавшись от кухни и нескончаемых домашних забот.

Если для вашей семьи выход из дома вдвоем — проблематичное мероприятие (не с кем, положим, оставить детей, а няню на несколько часов найти непросто), заказывайте иногда ресторанный ужин с доставкой на дом. Конечно же, так вашей жене не удастся полноценно отдохнуть, но она хотя бы получит небольшую передышку от ежедневной готовки.

И, наконец, если все это — неосуществимо, и жене приходится возиться на кухне каждый, без исключения, день, постарайтесь облегчить ей работу — накройте на стол, помойте овощи для салата, после ужина уберите со стола и помойте посуду.

Впрочем, чтобы оказывать жене такую, необременительную для любого мужчины помощь, не надо ждать особых случаев. Надо стараться делать это каждый день.

2. Выслушивайте ее. Даже если то, о чем она рассказывает, вам не интересно. Если она о чем-то говорит — значит, для нее это важно. Следовательно, должно быть важным и для вас.

Возможно, для того, чтобы выслушать жену, вам придется отложить в сторону газету или оторваться от экрана компьютера. Что ж, сделайте это без сожалений, помня, что невнимание к жене может ее обидеть.

3. Старайтесь чаще выражать свою любовь к жене — словами. Женщинам нужно, чтобы им повторяли — «я люблю тебя». От этого они никогда не устают. Говорите ей о любви по утрам и вечерам. Произносите нежные слова, когда она — рядом, и по телефону.

4. Не забывайте звонить жене с работы в течение дня.

Такая идея, казалось бы, очевидна и проста. Однако, к сожалению, многие мужчины даже не задумываются о том, как

это важно. Да, люди обычно на службе очень заняты. Но неужели нельзя выкроить пару минут, чтобы набрать номер и сказать: «Здравствуй! Как ты? Что у тебя слышно?..». Ведь это дает жене дополнительную возможность почувствовать, что вы дорожите супружескими отношениями.

Если вы десять лет совместной жизни не звонили супруге со службы, это не означает, что вам не надо начинать «баловать» ее звонками теперь. Начните — и почувствуете, что ей ваши звонки очень приятны.

5. Если жена звонит вам на работу сама, не откладывайте разговор на потом, если на это нет весьма важной причины (к примеру, вы опаздываете на совещание или именно в тот момент, когда раздался ее звонок, вы обсуждали с коллегами проект). В таких «пожарных» случаях, обещайте ей перезвонить позже, и не забывайте действительно сделать это.

6. Подтверждайте ваши добрые чувства к жене — действиями. И не только — подарками, но, главным образом — отношением к ее маленьким просьбам. Если, к примеру, она просит заменить перегоревшую лампочку, починить кран на кухне или вынести мусор, постарайтесь сделать это, не откладывая. Ваша готовность выполнить ее просьбу дарит ей ощущение, что вы заботитесь о ней.

К подтверждениям любви действиями можно отнести и легкое, нежное прикосновение, скажем, к ее руке. Все живые существа нуждаются в ласке. А женщины придают этому особое значение.

7. Активно участвуйте в воспитании детей. Помогайте жене в уходе за ними. Немного поиграть или погулять с ребенком — только этого недостаточно. Вам следует, когда жена занята чем-то другим или — устала, покормить его, искупать, сменить подгузник. Этим вы укрепите не только отношения с женой, но — и с детьми. Возможно, вам так понравится заботиться о детях, что вы захотите, чтобы, допустим, купание ребенка стало вашей постоянной обязанностью.

8. Планируйте свой день так, чтобы у вас всегда оставался хотя бы час на заботы по дому. Если это, конечно, реально, старайтесь попадать домой к ужину, а если у вас есть маленькие дети — ко времени, когда их надо укладывать спать.

Великое благо — ужин в семейном кругу, когда папа вместе с детьми помогает маме накрыть на стол. Если у вас есть такая возможность — планируйте деловые встречи на утреннее или послеобеденное время. Так, чтобы вечером быть с семьей. Если у вас — срочная работа, вы можете продолжить заниматься ею и потом, когда дети улягутся спать.

И речь в данном случае идет не только о реальной помощи жене, но и о проявлении вашей заботы о ней, а также — о правильно выстроенных приоритетах.

9. Говорите своей жене, что она — привлекательна. Женщины готовы выслушивать это бесчисленное количество раз. Нам важно знать, что мужья восхищаются нами. Это добавляет нам уверенности в себе.

Обращайте внимание на то, как жена выглядит, замечайте изменения в ее внешности — новую прическу, новое платье или туфли... Всякий раз это — дополнительный повод сказать ей, что она хороша собой.

10. Используйте любую, даже самую, казалось бы, незначительную возможность, чтобы сделать жене комплимент. Не упускайте случая похвалить и поблагодарить ее — за то, что она приготовила вкусный, ароматный суп, за новые занавески, которые она выбрала для гостиной и т.д. и т.п.

Выполнять обозначенные здесь рекомендации, согласитесь, нельзя назвать «непосильным бременем». А если вам и встретятся на этом пути какие-либо трудности, что ж: создание прочной, надежной семьи требует от обеих сторон определенных усилий.

И последнее. В данной публикации — далеко не полный перечень «приемов», которыми может воспользоваться каждый мужчина, чтобы создать в своем доме благоприятную атмосферу. Их — бесчисленное множество. Как выбрать свои, дополнительные, наиболее подходящие вашему характеру и особенностям вашей семьи — это подскажет вам ваше воображение и обстоятельства. Главное — осознать, что строительство семьи — ежедневный, всегда «актуальный» труд. И в начале совместной жизни и через десять, двадцать и более лет супружества...

Материал сайта международной еврейской религиозной организации Эш а-Тора

*aish.com*

Перевод с английского

*Эмуна Браверман,*

*по образованию юрист и психолог,*

*работает в организации Эш а-Тора,*

*автор многих статей, дает уроки иудаизма.*

*Вместе с мужем и девятью детьми живет в Лос-Анджелесе*

## ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат *Берахот*  
Лист 26 (часть 2)

На нашем листе Талмуд продолжает обсуждать правила, регламентирующие чтение трех ежедневных молитв — *шахарит* (утренняя), *минха* (послеполуденная) и *аравит* (вечерняя). И рассматривает ситуацию, когда человек по каким-либо «уважительным» причинам (то есть — непреднамеренно) пропустил чтение текста *Шемоне Эсре* («Восемнадцать благословений», на самом деле в будни в этой молитве — девятнадцать благословений, а в *шаббат* — семь).

Напомним, что *Шемоне Эсре* читают в каждой из ежедневных молитв — и в утренней, и в послеполуденной, и в вечерней (см. на сайте [обзор первой части листа 26](#)).

Из содержания нашего листа мы узнаем, что в случае, если человек не сумел произнести *Шемоне Эсре* в *минху* перед *шаббатом*, он может прочесть ее во время первой субботней молитвы — *аравит*. То есть ему надо будет прочесть молитву *Шемоне Эсре* дважды.

Но тут возникает закономерный вопрос: если в будни мы читаем девятнадцать благословений *Шмона Эсре*, а в субботу — только **семь**, должны ли мы читать в *шаббат* *маарив* оба варианта этой молитвы?

Этого не требуется, — отвечают Учителя. — Если человек пропустил будничную *минху* перед субботой, на вечерней молитве (*аравит*) в *шаббат* оба раза ему нужно прочесть субботний вариант *Шемоне Эсре*.

Как следует поступать, если человек по стечению обстоятельств не помолился *минху* в *шаббат*? — спрашивают Учителя. И отвечают: во время вечерней молитвы по завершению субботы он должен будет дважды прочесть *Шемоне Эсре* в ее будничном варианте (один раз из них — вместо пропущенной субботней).

Тут есть еще один момент, требующий уточнения. В *Шемоне Эсре* на исходе *шаббата* вставляется текст *авдалы* (благословение, отделяющее *шаббат* от будней). Спрашивается: нужно ли и его читать дважды.

Нет, — отвечает Талмуд. — Текст *авдалы* произносится в таких случаях только один раз, при первом прочтении *Шемоне Эсре*. При вторичном прочтении девятнадцати благословений *Шемоне Эсре* текст *авдалы* — опускается, ибо это — замена пропущенной молитвы в *шаббат*.

Как мы расцениваем ситуацию, когда человек, читая *Шемоне Эсре* два раза, произносит текст *авдалы* и в первый и во второй раз?

В этом случае, — разъясняет Талмуд, — второе прочтение *Шемоне Эсре* ему не засчитывается как выполнение заповеди, потому что она не может заменить ту молитву, которую он не прочел, пропустив субботнюю *минху*.

Далее Талмуд проводит исследование, выясняя, кто «автор» установления, предписывающего читать *Шемоне Эсре* утром (в *шахарит*), в послеобеденное время (в *минху*) и вечером (в *аравит*).

Этот порядок произнесения молитв установили наши праотцы — Авраам, Ицхак и Яаков, — говорит **раби Йоси бар Ханина** (Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*, вторая половина 3-го века).

Авраам установил чтение *Шемоне Эсре* в утренние часы, Ицхак — в «послеобеденное» время, а Яаков — вечером.

Иную грань Истины усматривает в этом вопросе **раби Иегошуа бен Леви** (великий Учитель Талмуда первого поколения; *Эрец Исраэль*, середина 3-го века).

Троекратное чтение *Шемоне Эсре* каждый день установили Учителя Торы, — отмечает он, — взяв за основу время осуществления процедур ежедневных приношений в Храме.

В те времена в Иерусалимском Храме ранним утром осуществлялась процедура ежедневного приношения. Отсюда — постановление Учителей в период, когда у евреев нет Храма, ежедневно по утрам молиться *шахарит*.

В послеполуденное время в Иерусалимском Храме реализовалась процедура еще одного постоянного приношения. Отсюда — *минха*.

По вечерам (точнее — ночью) *козны*, служители Храма, выполняющие здесь все работы, связанные с приношениями, сжигали те части предназначенных для приношения животных, которые подлежали сожжению. Это время суток Учителя отвели для *аравита*.

Кроме трех обязательных процедур, приуроченных к определенному времени суток, в Иерусалимском Храме в течение дня производились работы по осуществлению дополнительных приношений. Поэтому Учителя и постановили, что «дополнительную» молитву (*мусаф*) можно читать в любое время дня.

Исследуя позиции раби Йоси бар Ханины и раби Иегошуа бен Леви, Талмуд приходит к выводу, что мы читаем *шахарит*, *минху* и *аравит* по установлению наших праотцев (Авраама, Ицхака и Яакова — соответственно). При этом Учителя Торы внесли в эти установления некоторые уточнения, приурочив время их чтения ко времени осуществления приношений в Иерусалимском Храме.

И только чтение *мусафа* и время, когда читают дополнительную молитву, полностью выявлены Учителями Торы...

Автор текста **Барух Шнайдер**

**ВЫ С НАМИ?!**

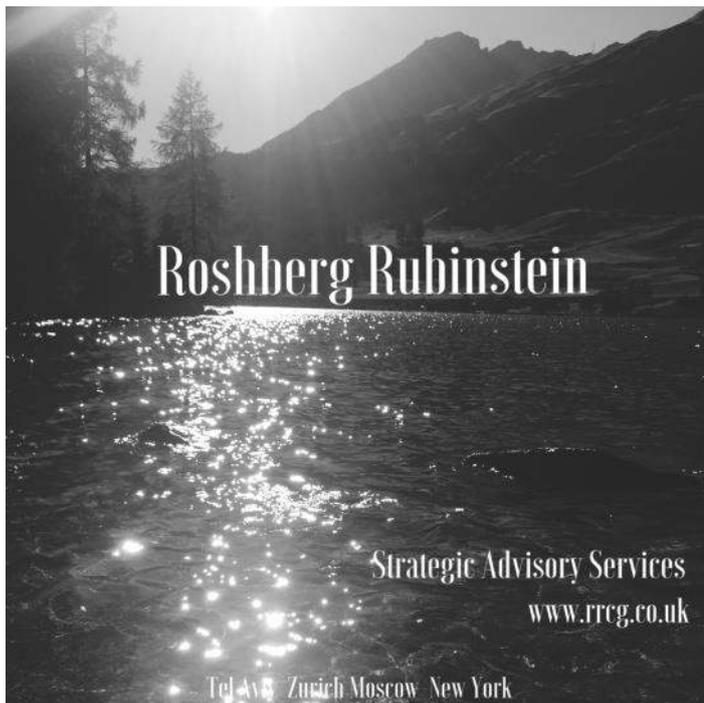
**Хотите получать ежедневную рассылку материалов сайта [evrey.com](http://evrey.com) прямо на ваш телефон?**

**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)**

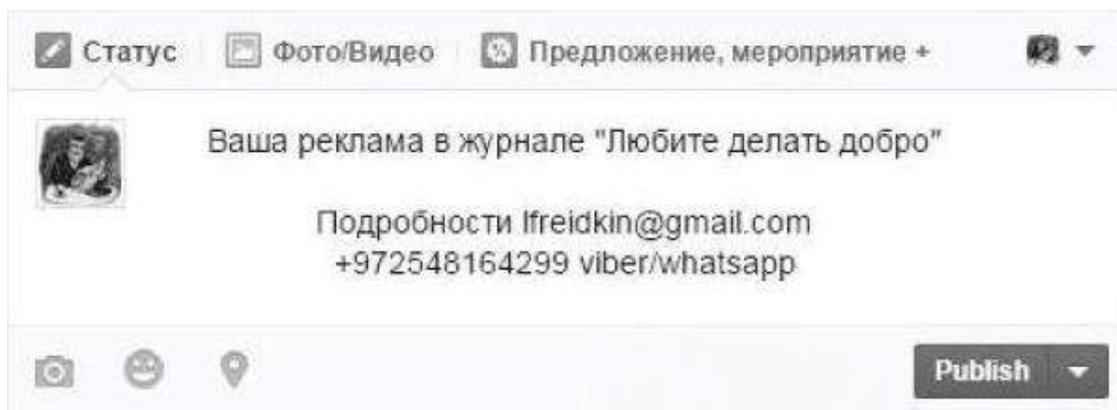


*Success*  
**HARBORS**  
business navigation

Навигатор Вашего бизнеса  
к гавани успеха

Маркетинг. Инвестиции. IT

[www.harbors.co](http://www.harbors.co)

**МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

**B** [vk.com/hafetzhaimk](https://vk.com/hafetzhaimk)

**f** [facebook.com/liubdeldobro](https://facebook.com/liubdeldobro)

**f** [facebook.com/hhafetzhaim](https://facebook.com/hhafetzhaim)

**Помощь в нахождении квартир на съем в Иерусалиме,  
50% от первого месячного платежа.  
0544287411 Ицхак.**

**Профессиональный преподаватель английского языка со стажем,  
Московская школа, всем возрастам.  
Иерусалим, район Писгат Зеев 0532345881 Ирина.**

**Профессиональный фотограф с лучшим оборудованием в Европе.**

**Работаем по всей Европе и в Израиле  
Скидки для членов онлайн общины «Хафец Хаим»**

**Телефон +972548164299 Viber/Whatsapp**

**Дорогие друзья!**

**В рамках онлайн общины «Хафец Хаим» на данный момент существует 5 групп**

- 1. Ежедневная рассылка материалов сайта [evrey.com](http://evrey.com) (основная группа)**
- 2. Бизнес-Группа ШекельОК -- объявления, бизнес идеи, квартиры...**
- 3. Группа Изучения иврита**
- 4. Группа Рефуа шлема**
- 5. Женская группа Эшет Хаиль**

**Если Вы хотите присоединиться к группам напишите в личные сообщения и позаботьтесь о друзьях расскажите и им тоже!**

**+972548164299 whatsapp/viber**



**МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

**В** vk.com/hafetzheimk

**f** facebook.com/liubdeldobro

**f** facebook.com/hhafetzheim

## Реклама для Молдавии

בס"ד

МОЛОДЕЖДАЯ ПРОГРАММА

## «EVREY? COME!»

С одобрения и благословения Рав Элиягу Эссаса,  
Создателя уникального всемирно известного интернет -ресурса

[www.evrey.com](http://www.evrey.com)

Очень часто звучат вопросы

Кто такие евреи?

Что такое еврейская жизнь?

Галахический еврей это тот кто прилетел из  
другой галактики?

Что же предлагает  
«EVREY? COME!»

- ⇒ Основы еврейского мировоззрения;
- ⇒ Практика иудаизма;
- ⇒ Еврейская история;
- ⇒ Изучение классических еврейских текстов;
- ⇒ Философия Талмуда;
- ⇒ Иврит.
- ⇒ Бизнес по-еврейски

Вам от 15 до 30 лет?

Ваша мама еврейка?

Вы хотите учиться и получать стипендию?

**Присоединяйтесь к нашей программе!**

Телефон: 069335529 Лея  
060908899 Геннадий

Эл. почта:  
[hafetz.haim@outlook.com](mailto:hafetz.haim@outlook.com)

ЕОЦ «ХАФЕЦ ХАИМ»

 **Hafetz Haim**