

ת"ב

Выпуск № 50



# אוסף דעלדעל דעברע

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



ПРАЗДНИЧНЫЙ  
ВЫПУСК  
ОБСУЖДЕНИЕ  
НЕДЕЛЬНОЙ ГЛАВЫ  
«ЦАВ»

**А также:**

Вопросы к Раввину

Лист Талмуда

О здоровом образе жизни

Женская Рубрика

Иерусалим, Тель-Авив, Петах Тиква, Хадера, Ашдо, 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 «Цав» - 3**Вопросы раввину - 4**Здоровый образ жизни - 7**Женская рубрика - 7-8**Культура. Личность. Этика -9**Лист Талмуда - 11**Ответственные за проект:**Элиэзер Фрейдкин, Давид Рошберг**Над номером также работали:**Залина Мошкович, Сара Пензина,**Лея Коган, Эня Леина, Цюпа**Гензель**Художник:**Мария Журавлёва**Любые Ваши предложения**направляйте на эл.почту**hafetz.haim@outlook.com***МЫСЛИ РЕДАКТОРА...**

**Б**уквально с первых фраз недельной главы Цав раскрывается очень важное правило, выполнение которого требуется от каждого из нас- быть расторопными в исполнении мицвот ,связанных с материальными затратами.

**Начинается наша глава: “И говорил Господь Моше так: 2. Заповедай Аарону и его сынам так: Вот учение о всесожжении: Это всесожжение на кострище его на жертвеннике всю ночь до утра, и огонь жертвенника будет зажжен на нем”**

**Всевыш-ний повелевает Моше Рабейну приказать потомкам Аарона быть расторопными в случае, когда дело доходит до жертвоприношении под названием ола. Почему же особо выделяется именно этот вид -ола? Данный тип корбанот полностью сжигается на жертвеннике.**

**Наши мудрецы объясняют, что коэны со всех корбанот имели свою часть, которую выделил для них сам Всевыш-ний. Что же касается ола, коаним не имели своей доли в ней и ,поэтому, Всевы-шний и повелевает, чтобы они были расторопными и не медлили в работе.**

**Случается, когда дело доходит до личных затрат ,связанных с мицвот ,человек может оттягивать момент реализации, как бы “заквашивая” мицву.**

**В нашем случае ,мы должны учиться у коаним быть расторопными в тех случаях, когда нам нужно потратиться на великие цели из своего кармана. Еврей не должен задерживать свою цдаку, не должен медлить в практической помощи другим людям, ведь когда еврей тратит искренне свое время, свои деньги на возвышенные цели, он как-будто приносит жертву ола.**

**Хотел поздравить всех наших читателей с юбилейным 50-ым выпуском и пожелать всем нам быть расторопными в распространении Торы , чтобы мы с еще большей расторопностью могли делать добрые дела и тем самым радовать Небеса.**

*Шаббат шалом**Элиэзер Фрейдкин**Иерусалим*

## ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВЫ «ЦАВ»

### ГЛАВА ЦАВ

Место в Торе: книга Ваикра, гл. 6, ст. 1 – гл. 8, ст. 36.

Почему глава так называется?

По первой фразе: “...Прикажи Аарону – цав эт Аарон...” (Ваикра, 6). Цав – прикажи, заповедуй; тот же корень, что и в слове мицва, заповедь.

Так сказал Всевышний пророку Моше: “Прикажи Аарону и его сыновьям: вот закон жертвы всесожжения...”. И дальше говорится о всех видах жертвоприношений.

Итак, главная и основная тема недельного раздела – разные виды жертвоприношений. О жертвах в Храме мы писали много, рассказывая о предыдущих недельных разделах, входящих в третью книгу Торы – **Ваикра**. Добавим еще несколько слов.

Приходится иногда слышать – как правило, от человека, далекого от изучения Торы — будто, приношение жертв характеризует неразвитое общество. Дескать, чем примитивнее племя, тем большую роль в нем отводится ритуалам и шаманству, идолам и приношениям жертв. Все это, мол, демонстрирует не больше не меньше, как наивную надежду на реальную и вполне физическую помощь некоторых “духовных сил”. Принцип прост: стоит племенным истуканам предложить мясо жертвенных животных, как они, удовлетворившись подношением, соглашались помочь людям.

«Прикажи Аарону и его сыновьям...»

Так вот, Тора полностью разделяет негативное отношение к подобным жертвам. Вера в принцип “подарил – получил” не имеет никакой связи с духовностью. Но что тогда подразумевает Тора, когда пишет о законах жертвенных приношений, совершаемых в Храме? Понятно, что она говорит не о подачках высшим силам, чтобы заручиться их поддержкой. Она утверждает нечто другое, а именно: жертвы в Храме – *путь исправления*. В том смысле, что жертвы, правильно совершенные, не что иное, как средство искупления.

Признав вину, раскаявшись в содеянном, прося прощение и объявляя, что это больше не повторится, человек искупает свой грех. До полного прощения ему остается **заплатить**, выделив часть своего имущества на “погашение долга”. Нарушил — рассчитайся частью себя, частью своей жизни. Ведь твое имущество, твои деньги и все, чем ты владеешь — часть тебя, твой труд, твое время. Расплачиваясь собой, человек как бы соглашается с тем, что вместо жертвенного животного на заклание должен пойти он сам. Творец наделил его особой ролью в этом, созданном Им мире, дал задание, а человек его не выполнил, поступил против воли Творца. Понятно, что раз он не делает то, для чего создан, его надо либо “починить”, либо вовсе — устранить. Но Всевышний настолько любит свои творения, что не устраняет их, а дает возможность исправиться. Исправляясь, человек возвращается к своему первоначальному, “догреховному” состоя-

нию. На уничтожение он отправляет часть себя – свою жертву, которая, будучи купленной на его деньги, является частью его самого...

Вторая тема, о которой мы бы хотели рассказать, впрямую связана с готовностью человека выполнять указания Торы. И следует она из описания храмовых жертвоприношений.

Если внимательно посмотреть на порядок приношения жертв в Храме, можно увидеть, что, каким бы ни было животное, приносимое в жертву, его кровь и внутренний жир (*хелев*) надо было отнести к жертвеннику. Какой в этом смысл? Одно из объяснений (чисто этического плана) можно понять, если воспользоваться притчей. Вот она:

Некий торговец имел обыкновение изредка сидеть в синагоге и учиться. Пришел к нему однажды домой коммерсант с предложением заключить выгодный контракт, да, не застав хозяина дома, развернулся и ушел. Вернулся торговец домой, узнал, какую сделку упустил, и очень расстроился. Сказал своим домашним: “Глупые, надо было меня позвать, и я бы не потерял верную прибыль”. В другой раз, когда он опять сидел в синагоге, пришел к нему другой бизнесмен, на этот раз уже для того, чтобы взыскать долг. Побежали домочадцы в синагогу, привели торговца домой, тот узнал в чем дело и снова расстроился: “Почему вы все делаете наоборот? Когда надо, не зовете. Когда не надо, зовете. Горе мне с вами”.

Теперь перейдем к нашему случаю. Есть два вида заповедей Торы – “*делай*” и “*не делай*”. И каждый из видов требует своего качества характера: для заповедей “*делай*” – надо быть расторопным и активным; для заповедей “*не делай*” – надо обладать умением сдерживать порыв, расслабляться. Но человек, не желающий выполнять заповеди, меняет акценты на противоположные, т.е. он **все делает наоборот**: в том, что от него требует Тора, он проявляет лень, а в том, что она запрещает, действует настойчиво и расторопно.

Об этом и говорит закон храмовых жертв, которыми искупались прегрешения. На жертвенник шли оба элемента: кровь – сим-

вол действия и активности, и внутренний жир – символ лени и пассивности.

Третья тема недельного раздела – уважительное отношение к людям. Впрочем, если самым внимательным образом прочесть раздел, вроде бы на эту тему не найдешь ни слова. Но Тора, кроме прямого текста, предлагает людям и множество самых разнообразных намеков, неявных указаний и прямых “подсказок”. Например, написано в нашем разделе, практически в самом его начале, что огонь на жертвеннике Храма должен гореть всю ночь: “А огонь жертвенника – будет гореть на нем”. На иврите это звучит так: “*Везш амизбеах тукад бо*”. Слово *бо* здесь не несет никакой особой нагрузки, более того, оно кажется лишним. Получается “огонь жертвенника пусть горит на жертвеннике”. Понятно, что “на жертвеннике”, даже если не повторять слово.

Но вот на что указали мудрецы, комментируя этот стих. “Пусть горит на нем” – пусть желание выполнить заповедь “горит” на том, кто ее выполняет. Жертвенник полон огня, человек наполнен заповедью. Она как бы горит в нем. От него исходит жар, или точнее сказать – Огонь Торы, *Эш-Атора*. Но этот огонь светит у него внутри, не обжигая окружающих. Человек “горит” сам, но не сжигает других.

Об этом можно прочесть в Талмуде (в трактате **Сукка**, 28), в рассказе об учениках Гилеля, учителя Торы, жившего две тысячи лет назад. Про одного из учеников, по имени Йонатан бен Узиэль, говорится, что, когда он сидел и учился, пролетавшие птицы сгорали в стоящем над ним столбе пламени. И все, кто это видел, спрашивали: если таково величие ученика, насколько велик его учитель?

И в самом деле, если над раби Йонатаном сгорали птицы, то что должно было происходить, когда они пролетали над Гилелем? Уж вроде бы, куда больше? Птицы сгорали. Что с ними могло еще произойти? На этот простой вопрос отвечает Сфат-Эмет, толкователь текста Торы и Талмуда: величие учителя проявлялось в том, что *над ним птицы не сгорали*. Учитель учил Тору с большим жаром. Но жар его души был внутри него, он не пробивался наружу и никому не приносил вреда. Это и есть по-настоящему уважительное отношение к людям.

Об этом сказано: “огонь жертвенника горит на нем”. Только на нем, а не на окружении. То же самое и с человеком, выполняющим *мицву*: он ею наполнен, он ею “горит”, но вреда окружающим он не причиняет.

Рав Зонненфельд, бывший долгое время главным раввином Иерусалима (примерно сто лет назад), отличался необычайной требовательностью ко всему, что связано с выпечкой мацы для Песаха. Он считал, что маца должна быть: 1) выполнена по всем правилам, 2) вкусной и приятной для тех, кому предстоит есть ее в ночь Седера.

Однажды один из его помощников пожаловался на пекаря мацы, который, по его мнению, не достаточно тщательно размешивал тесто, и в листе мацы могли появиться уплотнения и утолщения (что запрещено законом). И ожидал этот помощник от своего раввина самой строгой реакции. Однако вот что ответил ему рав Зонненфельд: “Я могу пойти к этому пекарю и попросить его работать старательней. Но учти, он бедный человек, работает по найму, получает сдельно. Заставить его приложить больше усилий – значит, уменьшить его выручку. Поэтому я предпочитаю больше молиться, чтобы маца, которая печется из его теста, получилась *кашерной*, нежели создавать ему проблемы”.

*составил Реувен Пятигорский*

## ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

**П**алестинцев — много. Может ли Израиль победить?

*Я еврей и полностью поддерживаю Израиль. Не уехал только потому, что (так получилось) моя жена - русская. Может ли Израиль победить в войне с палестинцами? Ведь их слишком много и так как сейчас арестами нескольких десятков или даже сотен палестинцев Израиль ничего не добьется. От мысли, что Израиль может не стать делается больно.*

*Александр  
Киев, Украина*

**П**обеда или поражение (да не будет этого!) Израиля не зависит от соотношения числа евреев и их противников.

В классической, архетипной эпохе нашей истории мы победили греков, намного превосходивших нас количественно (см. на сайте Праздник Ханука). Да и, одержав победу над антисемитами, которая стала основой праздника Пурим (см. на сайте), мы не были в большинстве...

И всякий раз победа была обусловлена правильным осознанием — или хотя бы ощущением — нашей роли в мире.

Уже в наше время, в период войны за Независимость (1948–1949 гг.) небольшое по численности население Израиля и необученная армия разгромили армии пяти арабских государств.

Перед Шестидневной войной (1967 г.) соотношение армий Египта, Сирии и Иордании (по живой силе и технике) и Израиля было три к одному, а по ряду позиций — до десяти к одному (!). При этом Египет и Сирия были снабжены новейшим — по тому времени — советским вооружением, в том числе — самолетами, танками и ракетами “земля — воздух”.

Но, как видно из названия, война — на три фронта — продолжалась только шесть дней. Потому что тогда были, у кого — вера, у кого — осознание, у кого — ощущение смысла и цели нашего пребывания в *Эрец Исраэль*.

Нынешнее положение, вынужден с горечью констатировать, гораздо хуже. И совсем не потому, что палестинских арабов — много. И не потому, что правители Египта, Сирии,

Иордании и пр. сегодня, как и вчера, таят в сердце злобу и ненависть к нашему народу. Этого совершенно не надо бояться.

Но — потому, что значительная часть нашего народа, к которой следует отнести тех, кто вот уже два-три поколения не живет по еврейским законам, утратила ощущение, понимание своей миссии. А это порождает уродливые явления — левые партии и движения, представляющие собой, по сути, “пятую колонну”. Да и правые круги, если не строят свое мировоззрение на Мудрости Всевышнего (на законах Торы), только на один шаг “отстают” от левых, а иногда почти не отличаются от них.

Вот что должно нас беспокоить.

Но что можно и нужно делать?

1. Интенсивно и с хорошим настроением (именно так!) раскрывать перед каждым евреем смысл Сотворения мира и роли еврейского народа в реализации цели Творения.
2. Укреплять и углублять собственное понимание Торы — ее законов и духовной красоты.
3. Способствовать организации и укреплению еврейского образа жизни евреев, приехавших в Израиль из стран СНГ (это к тому же будет способствовать укреплению единства разных кругов и слоев народа Израиля).
4. Вне Израиля — действительны п. 1 и 2. Добавим к ним укрепление осознания того, что по-настоящему выполнять еврейские законы можно только в *Эрец Исраэль*.

*Автор текста Элиягу Эссас*

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

**К**ого на Пурим этого года можно рассматривать в роли Амана?

*Добрый день, кого на Пурим 5776 года можно рассматривать в роли Амана?*

*С уважением. И спасибо.*

*Molli  
Omsk, Russia*

**Е**сли Вы спрашиваете это всерьез - однозначно указать, кого сегодня можно рассматривать в роли Амана, нет никакой возможности.

Если же Ваш вопрос выражает веселое настроение в духе месяца *Адар* - ответу иначе.

Внимательно перечитайте *Мегилат Эстер* и [материалы, посвященные Пуриму](#), на нашем сайте. И выберите, кого захотите.

*Автор текста Элиягу Эссас*

**О**б инопланетном разуме  
*Совместима ли с Торой вера в существование инопланетного разума?*

*Марк  
Россия, Нижний Новгород*

**В**ы неверно ставите вопрос. О «совместимости» можно говорить, если то или иное явление - существует. Но никого «инопланетного разума» во вселенной нет. Это - лишь детская сказка для взрослых людей, забавляющихся собственными фантазиями.

Мне представляется, что в нашем поколении такие фантазии порождены желанием «во что-то верить» и вообще - принадлежать какой-то системе надъестественных сил.

На мой взгляд, эта своего рода «суррогатная религия», основанная на вере в инопланетян или инопланетный разум, строится «методом исключения». Логическая цепочка тут такова.

Хочется признать существование Всевышнего, Творца, но - боязно.

Вера в идолов инстинктивно кажется смешной.

Так называемые «мировые религии» (христианство, ислам, буддизм и др.) - не привлекают. Причины, и весьма серьезных, этому - множество.

Что же остается? Во что верить?

В инопланетный разум. Эта «религия» очень удобна.

Во-первых, нет никаких обязанностей перед кем-то Сверху.

Во-вторых - нет традиций, определяющих образ жизни.

В третьих - никто не пытается опровергнуть эту религию. Оно и понятно. Кто будет опровергать фантазии?

Есть с этим, правда, одна существенная проблема: речь-то идет не о реальности, но просто - о сказке.

Плохо, если в эти сказки верит нееврей. Если же еврей их принимает всерьез, это - настоящая катастрофа. Ведь он, отвлекаясь на подобную чушь, тратит на нее интеллектуальные и духовные силы. И - время, которое мог бы посвятить постижению Мудрости, открытой нам Творцом мира.

*Автор текста Элиягу Эссас*

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

**Р**азругалась с мамой и сестрой и не могу их простить. Что делать?

*Поссорились с сестрой, мама была на ее стороне! Разругалась с обеими в пух и прах! Они наговорили мне кучу всяких гадостей в мою сторону (при всем при этом я была на 7-м месяце беременности).*

*Я обиделась, развернулась и ушла со словами Не хочу вас ни видеть, ни слышать!!! Через 2 недели начали мне звонить, извиняться.*

*Моей малышке 3 месяца. До сих пор не могу простить!*

*Понимаю, что так нельзя! Что делать?*

**Ольга  
Тюмень**

**О**дно то, что Вы хотите простить, помириться с сестрой и мамой и понимаете, что «так нельзя» — уже некий, весьма серьезный шаг к правильному поступку. Вам, полагаю, не надо напоминать, какую непреходящую ценность имеют отношения с близкими родственниками — Вы это и так, судя по всему, хорошо знаете.

Мне, разумеется, неизвестна причина Вашей ссоры с ними. Да это, видимо, и для Вас теперь не имеет принципиального значения. Но чувство горечи, хотя с момента конфликта и прошло несколько месяцев, вопреки Вашему желанию, почему-то не покидает Вас.

Действительно, забыть обиду нередко бывает непросто. Эмоции, которые бродят внутри — не подчиняются приказам разума. «Управа» на них, тем не менее, все-таки есть. На них можно повлиять разумными и убедительными доводами.

Прежде всего, попробуйте, мысленно вернувшись к той ссоре, но, не вдаваясь в ее подробности — осознать, что Вы тогда были в особой ситуации. Беременные женщины, как правило — более уязвимы, и способны воспринимать происходящее гораздо острее, нежели люди в обычном состоянии. Да еще, порой, сгустив краски, и — в неожиданном ракурсе.

Вполне возможно, что сестра и не сказала Вам ничего ужасного, возможно, просто выбрала неверную тональность разговора. Но в Вашей памяти отпечатались именно те ощущения, которые Вы испытывали тогда

(чувства могут надолго засесть в долгосрочной памяти, тогда как реальные детали довольно быстро теряют очертания).

Сестре, наверное, следовало бы учесть Ваше состояние и не заводить неприятный для Вас разговор, а матери, увидев Вашу реакцию — попытаться сестру остановить. То, что они не сделали этого — с их стороны, вероятно, было ошибкой. Но ведь все люди — ошибаются. А ошибки (если они не имеют каких-то катастрофических последствий) — простительны. Особенно — если они совершены в пылу ссоры, когда человек и вовсе может потерять голову и не отдавать себе отчета в том, что говорит. В Вашем же случае есть и «смягчающее обстоятельство»: мать и сестра, как Вы пишете, извинились перед Вами. Что означает, скорее всего, что они признали свою неправоту...

Такие размышления, надеюсь, снизят «градус» Вашей обиды.

Обсудив наедине с собой «результаты» того злосчастного конфликта, Вам надо постараться забыть о нем, будто его и не было. Куда лучше, на мой взгляд, вспомнить о том, сколько хорошего и доброго сделала мать, воспитывая Вас, поднимая на ноги, пусть даже, быть может, по минимуму, обеспечивая всем, что Вам требовалось. Вспомнить моменты радостного общения с мамой и сестрой.

Рискну предположить, что и в отношениях с сестрой у Вас было что-то хорошее, о чем можно вспоминать с добрыми чувствами.

Веду к тому, что разрушающие душу негативные эмоции достаточно часто можно растворять в добре. Переориентируя себя с дурных мыслей — на хорошие, конструктивные.

А теперь — о самом главном.

У Вас — маленькая дочь, объект Ваших неусыпных забот. Многие ошибочно считают, что «неразумное дитя» не понимает, что происходит вокруг, а потому вполне достаточно — хорошо и правильно его кормить и держать в чистоте. А иногда — просто не знают, что ребенка, еще до его появления на свет, а потом, с момента рождения, каждый день и каждый час — необходимо всерьез воспитывать, развивая, кроме прочего, и его душу.

Да, грудные дети не способны, например, логически мыслить, не умеют оценивать обстоятельства. Но они — необыкновенно восприимчивы и чувствительны к окружающей их атмосфере, на подсознательном уровне впитывают эмоциональный фон слов, действий и поступков контактирующих с ними людей, улавливают их настроение. Что в дальнейшем, на разных этапах развития и взросления — непредсказуемым для нас образом может проявиться в формировании их характеров и представлений о жизни.

На Вас лежит почетная, высокая ответственность — вырастить дочь хорошим, достойным человеком. Каким станет ее будущее — во многом зависит от Ваших усилий, приложенных к развитию в ней положительных качеств, тяги к добру, позитивного отношения к жизни, стремления к возвышенным идеалам, умения подняться над серой рутинной действительности.

Все это означает, что и Вам, чтобы было чем питать душу дочери сегодня, завтра и потом — надо заняться собственным развитием. Что подразумевает, в частности, размышления о сущности жизни, чтение хороших, качественных, возвышающих душу книг. Не устаю повторять, что серьезное подспорье в такой работе — материалы нашего сайта, которые помогают понять устройство нашего мира и способны значимо

обогатить человека духовностью.

Если Вы постараетесь, пусть по крупицам, вносить духовность в свой дом, постепенно Вам откроется, как разнообразен и интересен мир, в котором мы живем. И Ваша дочь тоже будет жить именно в таком мире. Потому что у ее мамы будут возвышенные устремления. Потому что Вы передадите ей умение подняться над мелкой жизненной суетой, над бессмысленными словесными перепалками и т.д.

Когда-нибудь, когда она повзрослеет (где-то лет в 16-20), Вы расскажете ей, какой казалась Вам жизнь в далеком прошлом и как Вы нашли путь, который раздвинул перед Вами жизненные горизонты. И это будет не назиданием (назидания в воспитательном процессе, как правило, бесполезны). Но — живым, конструктивным практическим примером того, как человек может изменить окружающую его реальность.

*Автор текста Элиягу Эссас*

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

**К**ак благословляют свечи в Пурим?

*Как благословляют свечи в Пурим?*

*Орна, Тель-Авив, Израиль*

**В** Пурим свечи вообще не зажигают.

Их зажигают перед наступлением субботы (в пятницу за 20 минут до захода солнца) и перед наступлением праздников, упомянутых в Торе: первый и последний день Песаха, Шавуот, Рош а-Шана, Йом Кипур, Суккот, Шмини Ацерет.

За пределами Израиля отмечают «второй день» праздника и перед его наступлением тоже зажигают свечи.

Перед субботой и праздниками, которые мы здесь перечислили, зажигают по две свечи (в некоторых семьях - больше).

В Хануку зажигают другие свечи. Особые - ханукальные. И зажигают их по возрастающей, от одной до восьми - все восемь дней Хануки.

*Автор текста Элиягу Эссас*

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

**С**колько лет было Эстер во время событий Пурима?

*Yitzhak  
USA*

**Н**аша традиция не сообщает дату рождения Эстер. Поэтому мы не можем знать, сколько лет было ей в момент, когда она стала царицей Персии.

Отмечу попутно, что нам не известны с достаточной точностью и годы жизни Мордехая (когда он родился и когда умер).

Рекомендую прочесть на сайте и ответ «Пророк Малахи - это и есть тот самый Мордехай?».

*Автор текста Элиягу Эссас*

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

## ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

**Внутренний огонек и дисциплина - залог движения вперед.**

**Ц**ель нашей жизни - постоянное развитие, последовательный духовный рост и борьба со своим злым началом.

Уже в самом названии заложена суть всей главы. Цав на иврите означает - "прикажи". Прикажи своему животному началу подчиниться духовному, научи свой йецер ара служить добру и не мешать развиваться и расти вверх.

Слово Цав ( צַו ) состоит всего из 2 букв, обладающих очень глубоким смыслом.

1) צ (цади) гематрия которой 90 - символизирует изменения.

2) ו (вав) гематрия которой 6 - символизирует материальность.

Таким образом, Всевышний говорит нам

превратить свою материальность в духовность при помощи изменений в самом себе. Изменяя самих себя, воспитывая в себе дисциплину мы вырабатываем правильное духовное направление и подчиняем йецер ара служить на благо.

Наша глава снова рассказывает о приношениях. Мы видим, что сынам Аарона приказано поддерживать Небесный огонь в Храме регулярно. Разве Всевышний сомневался, что его приказ будет выполнен?

Нет, этим приказом Он подчеркивает насколько важна дисциплина и поддержание внутреннего огня в самих себе.

Что это значит? Что такое этот внутренний огонь?

Учителя объясняют, что это и есть природная сила, благодаря которой человек существует и действует в этом мире. Этот огонь дает человеку энергию, позволяет ему активно функционировать. Поэтому так важно, чтобы Всевышний благословлял людей этим огнем.

Это благословение Творца также регулирует «подачу» энергии и помогает разумно расходовать ее. Ибо если недостает в человеке внутреннего огня, он слабеет. Если окажется, что огня в нем в избытке - может сгореть.

Человек ежедневно зажигает дополнительное пламя, чтобы предоставить Всевышнему возможность Своим огнем совершенствовать внутренние «процессы горения» в людях. И получается, что этот огонь горит - ради человека.

Таким образом, внутренний огонь - это постоянное духовное развитие, стремление к близости ко Всевышнему и выполнение Его заповедей. И только регулярное и своевременное их выполнение, укрепляет наш внутренний огонь и близость к Нему!

Всевышний ждет от нас сильнейшей верности, а значит стремления делать мицву как можно скорее, не откладывая ее! Чего бы это не касалось: духовных совершенствований, учебы, построения семьи, рождения детей - так как именно своевременное выполнение заповедей делает нашу жизнь гармоничной. А значит именно дисциплина в поступках помогает достичь и почувствовать настоящее счастье и тесную связь с Творцом мира, который заложил в нас данный потенциал.

Давайте же развивать в себе духовность и использовать наше материальное начало для достижения близости к Творцу, превращая свою материальность в огромное множество мицвот и радости!!!

Доброй и осмысленной всем субботы!

*Шаббат Шалом!  
Лея Коган.  
Молдова, Кишинев*

## ЗАПИСКИ МОЛОДОЙ ЖЕНЫ, ХОЗЯЙКИ И МАМЫ В канун Пурима

**В** привычном круговороте иногда так устаешь, что просто необходимо сделать перерыв на отдых. Такими перерывами я считаю праздники. До сих пор, как маленькая, жду их, отсчитывая дни. Мне так даже работать легче, мол, вот ещё три дня, и Пурим!

Жду, радуюсь, но понимаю, что хлопот перед праздником - выше крыши. Поэтому, как всегда распределяю, чтобы не осталось все на последний вечер.

Придумала костюм для малыша, докупила все заранее. Мои любимые Мишлохей Манот начала собирать дней за десять. Обожаю их делать, вот и растягиваю удовольствие :)

Гостей позвали, меню составили...

Казалось бы, все в моих руках, все я контролирую. А, ведь это совсем не так! Нужно помнить, что за всеми нашими действиями стоит Все-вышний и только с Его разрешения нам удаются те или иные вещи.

В Мегилат Эстер ни разу не упоминается Все-вышний, как будто события происходят сами по себе. Напоминает нашу жизнь, правда? Людям стоит иногда останавливаться и вспоминать, кого необходимо поблагодарить за то, что имеем!

*Хаг Пурим sameax!*

*Шабат шалом!  
Эня Лейна*

## КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ "ОТ САРОЧКИ"

*Озней Аман из манной крупы (парве)*

**Необходимые продукты:**

*Для теста:*

*Крупа манная - 1 кг.*

*Сахар - 3/4 стакана*

*Масло растительное - 1 стакан*

*Цедра апельсиновая - 1 ст. ложка*

*Разрыхлитель - 1/2 чайной ложки*

*Вода (кипяток) - 1 стакан*

*Для начинки:*

*Паста финиковая - 500 гр.*

*Бахарат - 1 чайная ложка*

*Масло растительное*

*Сироп сахарный или жидкий мёд*

*Масло растительное для фритюра*

Приготовление теста: в миску всыпать манную крупу, сахар, разрыхлитель, влить растительное масло, добавить тёртую апельсиновую цедру, влить кипяток.

Руками вымесить тесто однородной консистенции (тесто не должно прилипать к рукам).

Приготовление начинки: в небольшом количестве масла разогреть финиковую пасту, добавить бахарат, вымесить до получения однородной эластичной массы.

Приготовление Озней Аман: 1 ст. ложку манного теста отделить от манного теста, сформовать лепёшку руками, смоченными водой, в середину лепёшки положить 1 чайную ложку начинки, затем сверху положить ещё 1 ст. ложку манного теста, сформовать пирожок, защепить края.

Жарить пирожки в кипящем масле (готовность масла посмотреть на Хануку) до золотистого оттенка.

Горячие пирожки полить сахарным сиропом или жидким мёдом.

*Сара Пензина*

*Люксембург*

## ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

### Вред сахара для организма

Многие заболевания связаны с избытком сахара в крови. Но без сахара человек жить не может. Определить ту самую золотую середину достаточно сложно.

Сахар является углеводом, который дает человеку энергию. Прежде всего стоит знать, что такие углеводы, как сахар, употреблять необходимо в первой половине дня, то есть до обеда. Это сократит нагрузку на организм в целом. Приучайте себя не есть сладкое после 16:00, так как углеводный метаболизм в это время суток работает иначе, и сахар хуже усваивается в организме. Сахар создает чувство ложного голода, поэтому люди ещё больше употребляют пищи и полнеют. Чрезмерное употребление сахара может привести к тому, что на коже раньше срока начнут появляться морщины, так как сахар откладывается про запас в коллагене кожного покрова, тем самым уменьшая его эластичность. Все витамины группы В (особенно это касается витамина В1 - тиамина) обязательно нужны для правильного пищеварения и усвоения организмом всех продуктов питания, содержащих сахар и крахмал. В белом сахаре не содержатся никакие витамины группы В. По этой причине для того, чтобы усвоить белый сахар, организм удаляет витамины группы В из мышц, печени, почек, нервов, желудка, сердца, кожи, глаз, крови и т.д. Белый сахар достаточно сильно, притом сугубо отрицательно влияет на деятельность сердечной мышцы. Он способен вызывать сильную нехватку тиамина, а это может привести к дистрофии сердечной мышечной ткани. Сахар пищевой вызывает также изменение соотношения в крови фосфора и кальция, чаще всего повышается уровень кальция, при этом снижается уровень содержания фосфора, что нарушает обмен веществ в организме.

Для того, чтобы сократить количество потребляемого сахара, лучше отдать свое предпочтение домашним десертам и сладостям, а не магазинным шедеврам. В этом случае у вас есть прекрасная возможность самостоятельно контролировать количество сахара, которое вы употребляете.

Сахар бывает разный. И не весь сахар одинаково вреден. Тростниковый сахар является более полезным, нежели свекольный. А фруктоза считается самым полезным видом натурального сахара, так как источником её получения являются натуральные фрукты. Для организма человека является суточной нормой от десяти до шестнадцати чайных ложек сахара. Фруктозы можно употреблять немного больше, а именно до двадцати чайных ложек в день. Считать нужно не только тот сахар, который вы кладете при приготовлении десертов, напитков и выпечки, но и тот сахар, что содержится в фруктах. Каждый фрукт содержит в себе от двух до четырех ложек сахара. То есть один фрукт заменяет одну чашку сладкого чая или кофе. Кроме того, многие продукты питания, которые мы употребляем и думаем, что они не сладкие, могут содержать подсластители.

Самые полезные десерты — это те, что приготовлены без сахара в чистом виде, но с использованием фруктов, так как они являются источником фруктозы. Из фруктов можно сделать желе, торты, пирожные и даже домашнее мороженное. Количество сахара в этих блюдах будет существенно ниже, чем в тех, что подают в кафе и ресторанах. Это позволяет вести здоровый образ жизни, контролировать количество употребляемого сахара, а также радовать себя разнообразными десертами собственного приготовления.

*Автор текста Залина Мошкович*

*Кишинев, Молдова*

## 5 МИНУТ ИВРИТА

**פורים (пурим) - Праздник**

**Пурим!**

**פור (пур) - жребий**

**אסתר (Эстер) - скреплять, сжимать**

**מגילה (мегила) - свиток, манускрипт**

**משתה (миште) - пир, празднество**

**פורים שמח!**

**Пурим Sameax!**



## ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат *Берахот*

## Лист 27 часть 2

Во второй части нашего листа (напомним, что мы делим лист на части — условно) Талмуд продолжая обсуждать содержание Мишны (ее текст — см. на сайте [обзор первой части листа 26](#)), регламентирующей время прочтения утренней (*шахарит*), послеполуденной (*минха*) и вечерней (*аравит*) молитв, концентрирует внимание на некоторых, связанных с этим, важных «деталях». К примеру, в обзоре первой части нашего листа упоминалось о том, что **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) произносил тексты субботней **Шемоне Эсре** *аравита* до наступления *шаббата*, когда солнце еще не зашло (см. на сайте [обзор первой части листа 27](#)).

А некоторые другие Учителя, — добавляет Талмуд, — до исхода субботы читали вечернюю **Шемоне Эсре** будней, которую положено произносить, когда суббота закончилась.

В связи с этим возникают вполне закономерные вопросы.

Известно, что после чтения субботней молитвы *аравит* (основу каждой из трех ежедневных молитв и, соответственно — *аравита*, составляет, как мы знаем, текст **Шемоне Эсре**, который в *шаббат* читается в «субботном варианте» — см. на сайте [обзор первой и второй части листа 26](#)) принято осуществлять процедуру освящения субботы, то есть — делать *кидуш*, когда над бокалом вина произносят тексты специальных благословений. С этого начинается празднование каждого *шаббата*.

Итак, первый вопрос звучит так: делал ли Рав, не дожидаясь захода солнца, и *кидуш* или — ждал, когда на небе появятся звезды?

Закончив чтение субботнего *аравита* до наступления сумерек, Рав делал *кидуш*, — объясняет **рав Нахман** (один из крупнейших Учителей Талмуда в Вавилоне, 3-й век). — И для него начинался *шаббат*. То есть он таким образом увеличивал для себя и для своих домочадцев праздник субботы — *шаббат* у них, начинаясь еще при дневном свете и заканчиваясь с выходом звезд на небе на следующий день, длился более положенных суток. Уменьшать субботу нельзя, а продлевать — можно. Вопрос второй касается практики некоторых других Учителей, которые читали будничный *аравит* днем в субботу (в этом случае читается «субботный вариант»), не дожидаясь ее окончания (то есть — выхода звезд на небе). И звучит он так: если человек прочел вечернюю молитву, которую произносят, когда суббота заканчивается — субботним днем, может ли он **сразу же после ее чтения** осуществить (как это обычно делается) процедуру отделения *шаббата* от будней (на иврите — *авдала*)?

Может, — отвечает Талмуд.

Но ведь тогда получается, что человек сокращает время субботы, — выдвигают возражение Учителя. — А мы знаем, что делать это — запрещается...

Осуществлять *авдалу* до исхода субботы, — поясняет Талмуд, — разрешается в случаях, когда человека после окончания субботы ждут очень важные и срочные дела, и он знает, что ему надо будет торопиться. Или — если сразу же после исхода субботы он должен выполнить *мицву* (заповедь). Скажем, на вечер субботы назначена *брит мила* (обрезание), и он должен принять в реализации этой процедуры непосредственное участие.

Однако каждый, кто намеревается провести *авдалу* до окончания субботы, обязан выполнить два непреложных условия:

1. Молиться *аравит* он может только после того времени, которое обозначено термином *плаг минха* (не раньше, чем за час с четвертью до наступления темноты — см. на сайте [обзор первой части листа 26](#)).

2. При осуществлении *авдалы* до окончания *шаббата* человек не должен использовать свечу (зажжение свечи в *шаббатнее* время — нарушение законов субботы, ибо это — *мелаха*, запрещенная работа, которая значится в полном списке *мелакот* под названием *мавър*; см. на сайте [обзор листа 73](#) трактата *Шаббат*). А после *авдалы* и до действительного окончания субботы он не вправе производить работы, которые, по законам субботы, считаются (список этих работ — см. [там же](#)).

Далее Талмуд переходит к обсуждению пункта Мишны, где говорится о пределах времени чтения вечерней молитвы (*аравит*) — определенного временного предела произнесение *аравита* не имеет (см. на сайте [обзор первой части листа 26](#)). И задается вопросом: почему составители Мишны дают в данном случае такую формулировку? Наверное, проще было бы сказать: **Шемоне Эсре** *аравита* можно читать в течение всей ночи.

Проведя тонкий анализ выведенной в Мишне формулировки, Учителя приходят к выводу, что речь в ней идет не о временных ограничениях произнесения вечерней **Шемоне Эсре**. И вопрос следует поставить иначе: чтение вечерней **Шемоне Эсре** — обязанность еврея или — его право?

Это — обязанность каждого еврея, — говорит **рабан Шимон бен Гамлиэль** (великий Учитель, глава *Сангедрина* — Высшего Суда, 2-й век).

Иную грань Истины в данном вопросе открывает **раби Иегошуа** (один из крупнейших Учителей Мишны второго поколения, 1-й век).

Это — право каждого еврея, — говорит он.

При этом оба Учителя отмечают, что все евреи должны ежедневно произносить текст вечерней **Шемоне Эсре**. В чем же тогда заключается разница между открытыми ими гранями Истины?

Дело тут в том, что в ситуации, когда время, отведенное на чтение *аравита*, приближается к своему пределу, а человеку представляется шанс выполнить «разовую» *мицву*, раби Иегошуа рекомендует сначала выполнить *мицву*, а уж потом — помолиться. Со своей стороны, рабан Шимон бен Гамлиэль, отмечая, что ежевечернее чтение *аравита* — непреложная «обязанность», подчеркивает, что **сначала следует произнести текст молитвы**, и только потом — браться за исполнение заповеди...

Автор текста **Барух Шнайдер**

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

## ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

**Д**орогие читатели!  
Этот выпуск журнала юбилейный. Вот уже 50 номеров дошли до своих читателей-взрослых и детей! Но, кроме того, сегодня мы отмечаем самый веселый еврейский праздник-Пурим. И, конечно, детская страничка не может ни сказать свое слово.

-Что случилось? Что случилось?

-Почему же все кругом изменилось,

в пляс пустилось

и помчалось кувыркком?

Здесь Эстер, Ахашверош, и в костюме всяк хорош!

Все девчонки и мальчишки разодеты, словно в книжке.

Вот, Аман и Мордехай-удивляться успевай!

Мишлоах манот несут, и танцуют, и поют.

-Почему трещат трещотки, и смеются все вокруг?

-Даже взрослые, как дети, и забот не стало вдруг.

Карнавал в разгаре самом, ждали мы его весь год.

Потому что -это Пурим! Веселится весь народ!

Хаг sameax, дорогие читатели! Всем нам побольше радости!

*Цюпа Гензель*



**ВЫ С НАМИ?!**

**В рамках онлайн общины «Хафец Хаим»  
действуют уже 5 проектов**

**+972548164299 viber или whatsapp**

**Станьте частью нашей Онлайн общины**

**Расскажите друзьям!**

**РЕКВИЗИТЫ ДЛЯ ПОМОЩИ В  
ВЫПУСКЕ ЖУРНАЛА:**

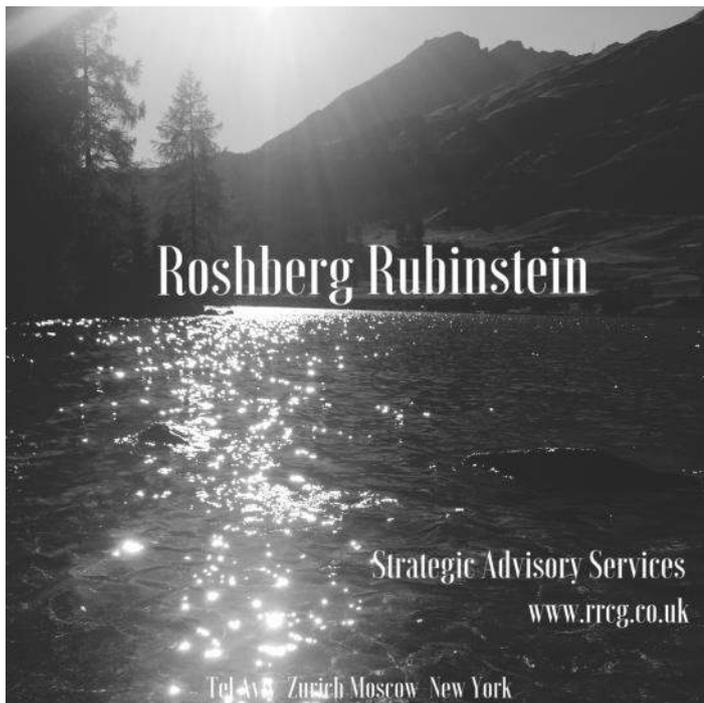
**PayPal:**

liubdeldobro@gmail.com

**QIWI:** +972548164299

Если вы хотите помочь нам  
другими способами

Свяжитесь с нами **lfreidkin@gmail.com**

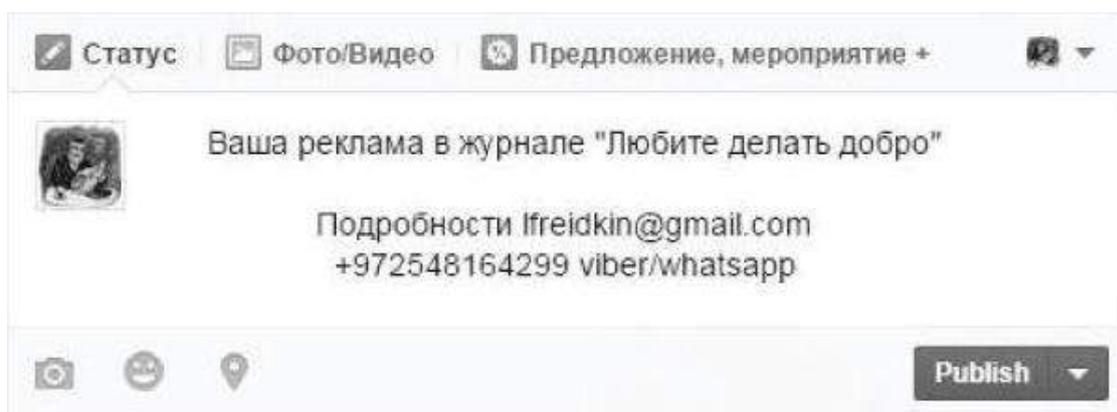


*Success*  
**HARBORS**  
business navigation

Навигатор Вашего бизнеса  
к гавани успеха

Маркетинг. Инвестиции. IT

www.harbors.co

**МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:**

**B** vk.com/talmudonline

**f** facebook.com/liubdeldobro

**f** facebook.com/hhafetzheim

**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  
<https://www.facebook.com/victorpictor.md/>**

**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/talmudonline

**f** facebook.com/liubdeldobro

**f** facebook.com/hhafetzheim

## Реклама для Молдавии

בס"ד

МОЛОДЕЖДНАЯ 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**