



השבוע דעלדעל דעברע

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



НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «КИ ТЕЦЕ»

А также:

Вопросы к Раввину

О здоровом образе жизни

Женская рубрика

Культура. Личность. Этика

Детская Страничка

Лист Талмуда

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, Ростов - на-Дону, Дуйсбург, Сочи, Рязань, Запорожье, Маале Адумим, Кривой Рог, Алматы, Сан Диего, Екатеринбург, Сэнт Луис, Нальчик, Наария, Томск, Винница, Чернигов, Караганда, Нижний Новгород, Севастополь, Белград...

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:*Обсуждение главы «Ки Теце» — 3**Вопросы раввину —5**Здоровый образ жизни —9**Культура. Личность. Этика— 10**Женская страничка—12**Детская страничка—15**Лист Талмуда—16**Ответственные за проект:**Элиэзер Фрейдкин, Давид Рошберг**Над номером также работали:**Залина Мошкович, Лея Коган**Сара Манн, Цюпа Гензель,**Эня Леина, Надежда Шалем**Художник:**Мария Журавлёва**Любые Ваши предложения**направляйте на эл.почту**hafetz.haim@outlook.com***МЫСЛИ РЕДАКТОРА...**

недельной главе Ки теце раскрывается идея противоположностей :цельности и разобщенности, объединения и разъединения внутри нашего народа...

Вдумаемся в само название Ки теце, что можно перевести, «когда ты выйдешь».

Как только человек выходит на войну, имеется ввиду духовная борьба, реализация своего потенциала, автоматически найдутся те, которые ему будут мешать.

Таков принцип управления мира, так заложил Всевыш-ний, чтобы у каждого из нас оставалась свобода выбора, чтобы мы имели полноценную награду за правильный выбор .

Так кто же будет нам мешать?

В глобальном плане - это наш йецер а ра (злое начало), а если более конкретно, человеку мешают на самом деле все, ведь самое удобное и комфортное -это когда вокруг тебя никого нет, либо если они есть, так только для обслуживания “меня” или для “моей” выгоды,.

Но Всевыш-ний ждет от нас умения работать в команде, быть одной семьей и одним целым.

Сказано в нашей главе «Не должен ты, видя быка твоего брата или его агнца, отбившихся, устраниться от них; возвратить должен ты их брату твоему. А если не близок твой брат к тебе или ты не знаешь его, то возьми это в свой дом, и будет оно у тебя, пока не истребует брат твой его; и возвратишь это ему.»

Именно в тот момент, когда мы сильно заняты собой и можем забытья, Всевыш-ний нам посылает мицву возвратить находку.

А ведь не каждый удостоится найти вещь, да и законы возврата находки очень многогранны, но еврей не может пройти мимо, сделав вид, что ему это не интересно, что он не увидел, что у него много дел. От нас ждут внимания к другим, но с другой стороны не каждому дается что-то потерять...

Чем больше мы внимательны к близким, к каждому еврею, тем более мы цельны, и именно в тот момент, когда мы цельны, мы имеем возможность победить в войне со злом, в войне с теми, кто выступает против Всевышнего.

«И будет: когда Господь, Б-г твой, даст тебе покой от всех врагов твоих со всех сторон на земле, которую Господь, Б-г твой, дает тебе в удел для овладения ею, сотри память об Амалеке из поднебесной. Не забудь.»

*Шаббат Шалом**Элиэзер Фрейдкин**Иерусалим*

ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВЫ «КИ ТЕЦЕ»

ГЛАВА «Ки Теце»

Место в Торе: *Дварим*, гл. 21, ст. 10 — гл. 25, ст. 19.

Почему она так называется?

По первому слову первой фразы: «**Когда выйдешь** на войну на врагов своих...». **Когда выйдешь** на иврите — *ки теце*.

В конце предыдущей главы говорилось о том, что война — это и есть человеческая жизнь (см. на сайте главу *Шофтим*). Война между двумя человеческими склонностями: к добру и злу, которое маскируется под добро. Победа *йецер а-тов* над *йецер а-ра* — так эти склонности называются на иврите — один из главных стержней, цель жизни.

В глобальном смысле победа добра над злом в мире в условиях свободы выбора — цель всего Творения (для этого Творец и наделил человека свободой).

Сказано в Торе: «Если выйдешь на войну над твоими врагами (стрелы *йецер а-ра*), и Всевышний даст его тебе в руки, и ты возьмешь его в плен».

Обратим внимание на некое, казалось бы, грамматическое несоответствие в этом предложении. «Выйдешь на **врагов**» — слово «враг» употреблено во множественном числе; а «возьмешь **его** в плен» — в единственном. То есть, возьмешь в плен кого-то одного.

Тора подчеркивает этим, что **сразу победить всех врагов** (*йецер а-ра*) невозможно.

«**Когда выйдешь на войну на врагов своих....»**»

этой стране нет кошерных ресторанов, а в магазинах не продают кошерное мясо...

О таком человеке можно сказать, что он совершил в этой жизненной сфере *тишуву*.

Нельзя вдруг «стать ангелом». Тора этого и не требует. Она требует, чтобы человек последовательно, шаг за шагом, духовно возвышался. И этот духовный рост должен реализовываться в его практической повседневной жизни. В этом и состоит процесс движения к победе над *йецер а-ра*.

Тора описывает механизм внутренней духовной борьбы, предлагая необычную модель. Пленником в единственном числе оказывается красивая женщина. Ты ее «победил» и хочешь привести в дом. И эта победа, как тебе кажется, может стать частью твоей жизни, твоего «дома». Но... — предупреждает Тора, — не торопись с выводами. Ты не имеешь права «овладеть» ею. Пока она не забудет своих отца и мать...

В том слое, в котором мы обсуждаем нашу главу, это означает — ты думаешь, что победил одно из проявлений, одну из граней *йецер а-ра*. Но говорить о победе над каким-либо дурным проявлением рано. Следует подождать, пока не образуется окончательный, бесповоротный разрыв между отдельной гранью зла и общим его **корнем** в мире. «**Отец**» и «**мать**» в нашем контексте — **генераторы** духовной энергии, питающие злые намерения и действия. Только после того как «взятая в плен» грань зла утратит связь со своим генератором, можно будет считать, что ты «овладел» ею.

Недельную главу *Ки Теце* всегда читают в первой половине месяца *элул*. Перед *Рош а-Шана* и *Йом Кипуром*. Это период, когда в небесных духовных слоях создаются самые благоприятные условия

для принятия правильных решений, и оказывается максимальная помощь в их реализации.

Процесс реализации таких решений называется *тишувой*. Какие индикаторы существуют на этом пути? Что определяет здесь успех или неудачу?

В Талмуде (трактат *Йома*), в Кодексе еврейских законов Рамбама приводится формулировка: *тишув* считается завершенной (по каждой, отдельно взятой проблеме), когда человек, вновь попадая в ситуацию, которая провоцирует его на ошибку, способен противостоять обстоятельствам и ошибку не повторить.

Приведем конкретный пример. Еврей ел *некошерную* пищу. Потом он **совершил *тишуву***, и узнал, что определенные виды рыбы, мясо не по правилам зарезанного животного и т.п. евреям есть запрещается. Он начал есть только то, что разрешено Торой. Потом он поехал, например, в Испанию. Ему и в голову не придет есть там, что попало. Только потому, что в

в нашей главе это описано так: красивая женщина перестала оплакивать разрыв с отцом и матерью, почувствовала себя свободной от связи с ними.

Далее (глава 21, ст. 15-17) говорится о двух женах: любимой и ненавистной. Слово **любовь** в контексте языковой системы Торы означает — взаимное притяжение, единение. А **ненависть** — это отталкивание, создание некоей дистанции.

Старшинство среди всех детей, — учит Тора, — принадлежит **первому сыну**, не зависимо от того, которая из этих двух жен его родила.

О чем здесь идет речь?

Мы уже понимаем, что вся глава посвящена Великой мировой войне, которая ведется в сердце человека. Две жены — это две заповеди. Выполнять одну из них легко, другую — трудно.

Скажем, *кашрут* и *шаббат*. В Торе сказано: нельзя «реформировать» еврейские

законы, нельзя отбрасывать заповедь, если сегодня к ее исполнению ты не стремишься. **Результат** исполнения заповеди (в нашей главе — сын) — **духовный объект**, созданный в высших мирах. И ценность его не зависит от того, “любимую” или “нелюбимую” заповедь ты исполняешь.

Далее в главе речь идет о сыне, который стал пьяницей и обжорой. Если он **не прислушивается** к словам отца и матери, не хочет ничего менять в своей жизни — нет ему места на земле (глава 21, ст. 18-21). То есть, его приговаривают к смерти.

Устная Тора свидетельствует, что в реальной жизни не было ни одного такого случая.

Если так, то о чем мы тогда говорим?

Обсудив предыдущие моменты, мы вполне готовы ответить на этот вопрос.

Сын, о котором здесь говорится, символизирует грубые материалистические объекты, порожденные поведением человека. Иначе говоря, созданное им зло.

Отец и мать, как и в начале главы, — генераторы духовной энергии, в данном случае “вырабатывающие” **основу для совершения добра**.

Если идеи добра искажаются человеком, принимая грубые, материализованные формы, значит, в его душе — серьезная “поломка”, и он нуждается в “*тшуве*”. То есть, как сказано в Торе, он не может оставаться в живых.

Но что делать с ним “после смерти” (в контексте нашего обсуждения — после *тшувы*)?

Читаем в тексте Торы: “Если приговоренного к смерти и забитого камнями повесили, нельзя оставлять его повешенным, его надо предать земле в тот же день” (глава 21, ст. 22).

Эта фраза учит нас: нельзя откладывать преодоление ошибки на завтра. Нужно как можно скорее “предать эту ошибку земле”, чтобы “живая память” о ней не стала частью твоего удела.

Все это — борьба человека с *йецер а-ра*, которая ведется в его сердце. И тут Тора выдвигает другую проблему: как относиться к тому, что происходит с другим человеком?

Сказано в главе: “Если увидишь ты быка брата твоего или овцу его, которые заблудились, (ты) не имеешь права отвернуться от них. Обязательно верни их брату твоему” (глава 22, ст. 1).

А теперь прочтем фразу в нашем контексте. Если ты увидишь, что брат твой (каждый еврей — твой брат!) потерял желание (энергию; на языке Торы это — бык) исполнять заповеди или перестал их выполнять (исполнение на языке Торы — овца), ты не имеешь права сделать вид, что тебя это не касается. **Ты обязан помочь брату** вернуться на правильный путь, сделать *тшуву*.

А если он далек от этого, не хочет возвращаться, не интересуется этим?

Тогда приведи их (быка или овцу) к себе домой, — наставляет Тора.

Иначе говоря, то, что не делает он, должен делать ты. С еще большей энергией, ибо ты выполняешь заповеди не только за себя, но и за своего брата.

Но ведь это все равно — его заповеди. Ты не можешь выполнить их за другого человека.

Да, это верно. Но, создавая в мире духовные объекты более интенсивной духовной работой, ты изменишь мир. В Торе сказано: “...и будут они в доме твоём, пока не затребует их (именно **затребует**, захочет вернуть) брат твой, и ты вернешь их ему” (глава 22, ст. 2).

Если мы будем качественно выполнять заповеди, мы изменим мир, и **наши братья вернутся**.

Интересно, что Тора и на этом не останавливается. Она идет дальше и после заповедей, определяющих правильное поведение, переходит к разговору о человеческой сущности.

Читаем: “И так же сделай с ослом его и с одеждой его и с любой пропажей брата твоего. От всего, что пропадет, и ты найдешь (обнаружишь!) — не имеешь права отвернуться” (глава 22, ст. 3).

Зачем, сказав о быке и овце, писать об осле и одежде? Что нового мы узнаем?

Осел на иврите — *хамор*. Это слово означает — материальность, **материя**.

Проявляя заботу о брате, не следует ограничиваться исполнением заповедей (*мицвот*). Важно помочь ему вернуться в то место, где он сможет жить и поступать правильно. Потому что в материальном мире есть места, возвышающие человека, но есть и другие — принижающие его.

Одежда — внешняя “оболочка” человека. В ее элементах человек проявляет себя в быту,



она определяет его поведение среди людей. И вот Тора призывает помочь брату вернуть свою “потерянную одежду”.

Мы разбирали случай, когда человек “теряет” энергию и знания. Говорили о ситуации, когда брату невозможно помочь — духовно он отделен от тебя, его сердце “не слышит”.

Однако бывает и по-другому. Человек близок тебе духовно и ничего не потерял. Он идет дорогой Торы, но ему тяжело.

Обратите внимание, как тонко это преподносится в Торе. Если до этого речь шла о том, что потерялись бык и овца. И их надо было “хранить”, потом “хранить” также осла и одежду. То теперь Тора говорит: “Не наблюдай равнодушно, как осел или бык брата твоего падают в дороге (от тяжелой ноши), не отворачивайся от этой (картины). Обязательно подними их вместе с братом твоим” (глава 22, ст. 4).

Здесь фигурируют только бык и осел. Бык — духовная энергия человека, осел — его материальное положение. И брат должен помочь брату “поднять быка и осла”.

А как же овца (исполнение заповедей)?

Вспомним, что речь идет здесь о человеке, который идет дорогами Торы. Если у него хватит духовной энергии и будет у него минимальная материальная “база”, он гарантированно сможет выполнять заповеди.

Можно было бы предположить, что овца не упоминается потому, что на ней не переносят поклажу. Но тогда можно было бы говорить, скажем, лишь об осле. Или просто добавить любое животное. Сказать, например, о верблюде. Ведь он — весьма распространенное средство передвижения и перевозки поклажи.

Но Тора выделяет только два вида животных. И нам важно понять, почему.

Верблюд на иврите — *гамаль*. Корень этого слова, состоящий из букв *гимел*, *мэм*, *ламед*, образует целую группу слов, связанных с воздаянием, совершением добрых дел.. Это — квинтэссенция путей Торы. А в нашем фрагменте речь идет о человеке, который идет путями Торы. То есть, упоминание о верблюде было бы излишним.

Это рассуждение проясняет заповеди Торы, которые даны вслед за фразами об осле

и быке, падающих на дороге.

Сказано: “Не должна носить женщина атрибуты одежды, характерные для мужчин, и не должен мужчина надевать женские одежды, ибо отделяются от Всевышнего те, кто делает это” (глава 22, ст. 5; с уточнениями на основе утвержденного раби Акивой перевода на арамейский Онкелоса).

Роли мужчины и женщины в этом мире во многом совпадают. Но не во всем. Между ними существуют принципиальные отличия, основанные на принципах Сотворения мира.

Атрибуты одежды мужчины это и орудия его деятельности. Здесь, в первую очередь, Тора имеет в виду оружие.

Если женщина в мирное время **носит оружие**, она (пусть, символически) бросает вызов всему Мироустройству.

Также бросает вызов Устройству мира и мужчина, надев женские одежды.

А ведь перед нами совершенно иная задача — обустроить мир, разрушенный войной между *йецер а-ра* и *йецер а-тов*.

Есть у нас и другая высокая цель — обустроить страну, где нам предстоит реализовать мудрость Торы. Но об этом — следующая глава.

Автор текста Элиягу Эссас

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

В составе лекарства — вытяжка из креветок. Кашерно ли оно?
У меня вопрос по лекарству

Лекарство - сухие таблетки feel anew для суставов. В состав лекарства входит Глюкозамин сульфат дикалий хлорид, в котором есть вытяжка из креветок.

Кошерен или он?

Заранее спасибо за ответ.

Марина
Израиль

Прежде всего, остальным читателям разъясню, что таблетки под названием «feel anew» достаточно часто не относят к группе лекарственных препаратов и считают комплексной пищевой добавкой, которую специалисты настоятельно не рекомендуют использовать без назначения врача и медицинского контроля. Ее рекламируют, как средство, позволяющее дольше сохранять гибкость и подвижность суставов.

В состав этой добавки входит глюкозамин — вещество, способствующее восстановлению структуры хрящевой ткани. Этот препарат применяется при артрозах, когда у пациентов возникают боли в суставах и позвоночнике, сопровождающиеся ограничением суставной подвижности.

Надеюсь, понятно, что, поскольку я — не врач, мои познания в сфере медицины — довольно поверхностны. И здесь отмечу лишь, что слухи об эффективности этого средства, насколько мне известно, мягко

говоря — «сильно преувеличены».

Естественно, не возьмусь советовать Вам, надо или не надо принимать таблетки «feel anew». И выскажу здесь только несколько общих соображений.

1. Вам следует обстоятельно поговорить с грамотным, опытным врачом-ортопедом и обсудить с ним, насколько Вам необходим именно препарат «feel anew».

2. Если врач скажет, что Вам имеет смысл попробовать это употреблять — поинтересуйтесь другими, аналогичными вариантами средства с подобным воздействием. На рынке их — несколько.

3. Если окажется, что желательно, чтобы Вы употребляли такую добавку, и все варианты средств изготовлены с применением веществ, извлеченных из некашерных животных — Вы все равно можете это средство использовать.

Во-первых, потому что Вам это прописал врач, а кашерной альтернативы, как Вы выяснили, нет.

Во-вторых — потому что горькая таблетка по законам нашей традиции — не продукт питания и проглатывается целиком с водой. Тем более, что таблетки эти — капсулированы (заключены в специальную оболочку).

Соединение всех этих условий предоставляет нам возможность — разрешить пользоваться таким лекарством (когда другой альтернативы нет).

Попутно подчеркну, что в случаях, если бы речь шла об опасности для жизни, пусть даже относительно маловероятной (что на иврите называется — *сафек пикуах нефеш*) ни все эти исследования, ни рассуждения, ни поиски альтернатив — нам не понадобились бы. В этих ситуациях назначенное врачом лекарство надо, конечно же, сразу принимать — не размышляя о его происхождении.

Ваше заболевание, насколько я могу себе это представить, скорее всего — не попадает в категорию, именуемую в нашей традиции *сафек пикуах нефеш*. К тому же, действие средства, о котором Вы пишете, начинает проявляться не сразу, но — лишь через две-три недели (если вообще окажет на Вас позитивное воздействие). Что подразумевает, что оно не входит в число средств, которые необходимы, чтобы оказать человеку немедленную помощь.

Так что, Вы можете действовать по «схеме», обозначенной выше.

В расширение темы рекомендую прочесть на сайте и ответы [«Можно ли принимать лекарство, изготовленное из некашерных материалов?»](#), [«О правомерности лечения мазями \(типа солкосерил\)»](#) и [«Разрешена ли медитация и можно ли использовать такие бальзамы?»](#).

Автор текста Элиягу Эссас

Почему у евреев не принято запугивать людей?

Здравствуйте, уважаемый Раввин!

Наблюдаю ежедневно за вашими ответами довольно долгое время, и у меня возник вопрос.

Скажем так, время от времени вам задавали вопросы, напрямую связанные с грехами. Вы давали советы, как поступать правильно и оценивали всегда ситуации объективно. Но вы ни разу не пригрозили на моей памяти адом, карами и т.д. (Не берём в счёт ситуации, связанные с антисемитизмом и работы против Творца).

Христиане и мусульмане уже давно бы запугали людей адом за их проступки.

Почему у вас это не принято? Это связано с тем, что у вас, евреев, скажем так, привилегии, или потому, что не так всё страшно, как описывают вышеуказанные группы людей?

Так как вы не интересуетесь их религиями, назову вам пример.

Мусульмане пугают людей тем, что в аду их кожу будет сжигать огонь, после чего кожа восстановится, и будет снова сгорать, и так навсегда. (Слишком материальное представление, понимаю).

Спасибо за вашу работу!

**Вова
Германия**

Начну несколько необычно для меня — с цитаты из древнеримской классики: «Юпитер, ты сердисься, значит, ты не прав».

Вы совершенно правильно подметили, что в моих ответах нет ни «запугивания», ни «угроз», ни чего-либо другого, подобного.

«Почему у Вас это не принято?» — спрашиваете Вы.

Потому, что у нас, евреев, нет оснований для того, чтобы нервничать, сердиться, проклинать...

У нас — непочатый край духовной работы, нам есть чем заниматься в этом мире, и мы знаем, что мир строится на Добре.

С другой стороны, последователи иных религий, особенно — думающие или пассионарные (горящие этим), при всем том, в глубине души хотя бы чуть-чуть, но все же ощущают свою неправоту. Догадываются, что есть только Всевышний, Единый Творец мира, и нет никаких «отцов» и «сыновей», нет «пророков», самостийно провозгласивших себя таковыми, и т.д.

Поэтому, как Вы уже, наверное, понимаете, христианам, мусульманам остается только сердиться. И тех, кто не присоединяется к их «любвеобильным» и «миролюбивым» религиям — запугивать, про-

клинать. Иначе говоря — палками загонять в «свое стадо».

Впрочем, иногда они пользуются и методами «пряника» и откровенного подкупа.

Но мой ответ — не об этом. Тем более что представители рукотворных религий и без меня знают, что запугивания, угрозы и проклятия, как говорится — «денег не стоят», а потому и позволяют себе направо и налево применять такие способы манипулирования людьми. Впрочем, наверное, самое главное в этом — их внутреннее ощущение, что так они могут возвыситься над людьми, якобы обладая какими-то тайнами потустороннего мира (грозя адом, они употребляют такие яркие, «зримые» выражения, как будто бы сами только что оттуда вернулись).

Имидж неких повелителей судеб и распорядителей потусторонних наград и наказаний (что, к тому же, как понятно, проверить нельзя, а потому, как будто бы — непроверяемо) людям, которые глубоко в подсознании чувствуют свою неправоту — дороже всего.

Поэтому мы постоянно и слышим от них запугивания и проклятья.

И что нам со всем этим делать?

Полагаю, ответ на этот вопрос — очевиден: на все это нам просто не надо обращать внимание.

Воспользуюсь и здесь нееврейской поговоркой: «Собаки лают, а караван — идет».

«Караван» в данном случае — предначертанная линия истории мира, сотворенного Всевышним, в котором евреям отведено важнейшее место (ибо мы выполняем в нем духовную работу, порученную Творцом). И у неевреев, благородных духом, в этой истории мира — тоже своя важная и почетная роль.

Ну, а те, кто лает — так и будут продолжать лаять. Такова, видимо, их судьба. Так им, видимо, очень хочется.

Ну, и пусть....

Автор текста Элиягу Эссас

Вопрос о сочетании шерсти и льна
Здравствуйте!

Вопрос про сочетание шерсти и льна.

Запрет распространяется только на такое сочетание в ткани? Или на сочетание шерстяной и льняной ткани в одном предмете одежды? Или вообще не одевать одновременно изделия из шерсти и льна?

Например, могу ли я одеть талит-катан, где цицит из шерсти и льняные брюки?

Спасибо Вам за Вашу работу и Ваши ответы на все вопросы. Думаю, что Вы многим помогли разобраться и найти своё место в жизни.

Запрет, о котором Вы пишете в своем письме, распространяется в основном — на сочетание шерсти и льна в самой ткани. Такое переплетение шерстяных и льняных нитей в одной ткани на языке Торы (иврите) называется — *шаатнез*.

При этом имеется в виду ткань, из которой сшита одежда. Впрочем — не только одежда. Нам запрещается также пользоваться изделиями из такой ткани, которыми — укрываются. И — даже теми, которые соприкасаются с человеческим телом. Имеются в виду — одеяла и, скажем, обивка диванов и/или кресел, на которых сидят или лежат.

Кроме того, нам запрещается носить и одежду, в которой сшиты (скреплены) лоскуты шерстяной и льняной ткани. К примеру, еврей не должен надевать шерстяной пиджак, в лацканы которого вшита льняная бортовка.

С другой стороны, в раввинской литературе указывается, что ткань, из которой изготовлена занавесь, отделяющая *арон а-кодеш* (шкаф, в котором в синагоге хранят Свитки Торы) — может содержать и смесь шерсти с льном. Ибо ни прямо, ни косвенно не служит человеку одеждой (покрытием тела).

Основные детали этих правил изложены в Кодексе наших законов — *Шульхан Арухе*. В его втором разделе, *Йоре Деа* (параграф 301).

На то, чтобы носить два вида одежды из разных тканей (один — шерстяной, другой — льняной), запрета в нашей традиции нет. Еврей может надеть, скажем, внутреннее одеяние — *талит катан* (о нем — см. на сайте, к примеру, в ответе [«Что означают кисти белого цвета в одежде евреев?»](#)), с касающимися данной темы материалами, на которые в нем даны ссылки) — из шерстяной ткани и льняные брюки.

Дополнительные важные сведения о запрете на *шаатнез* можно почерпнуть из размещенных на сайте ответов [«Тора противоречит сама себе?»](#) и [«Какие виды современных тканей могут быть запрещены?»](#).

Автор текста Элиягу Эссас

GRAFF
SPb, Russia

Как одержать победу над своей дурной стороной?

Уважаемые раввины Элиягу Эссас и Хаим Аккерман.

Огромное спасибо за ваши ответы, которые всем нам помогают исправиться, стать лучше, встать на правильный путь, и идти по нему! Большое спасибо всем сотрудникам сайта! Да благословит всех вас Б-г, и да пошлёт Он вам всего самого наилучшего!

Как избавиться от дурных наклонностей?

Стараюсь соблюдать законы Торы, и стараюсь соблюдать больше с каждым днём. Благословен Б-г за то, что имею все необходимое для соблюдения заповедей Торы. Но все же йецер а-ра даёт о себе знать.

Мне нужен Ваш личный совет. Как одержать победу над своей дурной стороной? Не придавать этому никакого значения, и не обращать внимания? Или наоборот?

Надеюсь, я задал полезный вопрос, и Ваш ответ поможет не только мне, но и остальным посетителям сайта.

Заранее большое спасибо!

Биньямин
Россия

Прежде всего, хочу поблагодарить Вас за теплые слова в адрес нашего сайта и высокую оценку нашей работы. В общем, это и есть наша цель — помогать исправиться, стать лучше, встать на правильный путь (добавлю от себя — в еврейской жизни и стремления к Творцу), и — идти по нему.

Не могу не отметить и Вашу заботу о том, чтобы ответ был полезен не только Вам, но и другим нашим читателям.

Начну с пояснения, что употребляемое в нашей традиции понятие «йецер а-ра» (часто в переводе — «дурное, злое начало») подразумевает все Зло, которое любыми способами (а их, этих способов — бесчисленное множество) отдаляет человека от Всевышнего.

Дурные наклонности — это проявление йецер а-ра, которое старается укрепиться в душе человека.

Теперь — к Вашему вопросу.

В описании дней Сотворения мира в Торе сказано: «...и увидел Всевышний, что это хорошо» (хорошо на иврите — *тов*; для данного ответа разбор самой фразы не требуется). И только завершая шестой день Творения, день сотворения человека, говорится — «очень хорошо», на иврите — *тов меод* (**Берешит**, гл. 1, ст. 31).

«Хорошо» означает — гармонично, сбалансировано, точно выверено.

Тогда неясно, что такое — «очень хорошо». Ведь любые отклонения от «золотой середины», как правило — нежелательны.

В Устной Торе говорится, что «хорошо» — это йецер а-тов, тяга к Добру, а «очень хорошо» — это йецер а-ра. «Только Зло» — может нарушить гармонию. А если одновременно присутствуют тяга к Добру и тяга к Злу — возникает возможность свободного выбора между ними.

Свободного, потому что у человека, в отличие от животных — нет инстинктов, однозначно определяющих поведение, и Небеса не подталкивают человека силой в ту или иную сторону.

Слово «очень» (*меод*) на иврите состоит из букв *мем*, *алеф*, *далет*, которые, если расставить их в другом порядке, дают слово *адам*, то есть в переводе — «человек». Именно в свободе выбора между Добром и Злом и проявляется человеческая суть. Все остальное — определяют Небеса.

Немало умов билось над вопросом — как Всевышний, который Абсолютное Добро, мог сотворить Зло?

Наши Учителя объясняют, что Зло — инструмент, необходимый Всевышнему. Потому что без него стремление к Творцу не имело бы альтернатив, и было бы очевидным. А, когда альтернатива есть, человек уже — не машина, автоматически исполняющая Волю Творца.

Пока мир не исправлен, злое начало должно существовать. Таково — Желание Всевышнего. Он хочет, чтобы улучшение, приближение к Истине стали результатом труда и усилий. Иначе — зачем нужен человек? Всевышний, так сказать, и сам в состоянии «справиться».

Но «спустимся на землю» и вернемся к Вашему вопросу. Ведь все сказанное выше, по сути, пока лишь констатирует факт, расставляет правильные акценты, не предлагая решение проблемы. Однако же без «теории» решения — не найдешь.

Итак, мы установили, что без злого начала — нет смысла пребывания в этом мире. Поэтому его нельзя победить раз и навсегда, но можно, образно говоря — отогнать его от себя, ослабить его влияние.

Однако суть духовной работы не в войне с йецер а-ра, но — в практической реализации Воли Всевышнего. Конечно, злое начало этому мешает, и логика подсказывает, что надо, прежде всего, убрать преграды. Здесь-то и подстерегает нас ловушка.

Всевышний хочет, чтобы сопротивление оставалось всегда, независимо от приложенных усилий. На практике бывают случаи, когда человек, сконцентрировавшись на борьбе со злым началом, постоянно — «в обороне», а в результате — никуда не движется.

Получилась не очень «радужная» картина. Поддаваться злomu началу, разумеется — нельзя. Но и борьба с ним может завести не туда, куда надо.

Всевышний, конечно же, это не только

предусмотрел, но — хотел именно этого.

Сказано в Талмуде, что без помощи Небес, самостоятельно справиться со злым началом — невозможно. В конце концов, цель — приближение к Творцу. Поэтому, Он устроил так, что человек вынужден на Него полагаться.

Отсюда вытекает, что первое «лекарство» от *йецер а-ра* — вера (на иврите — *эмуна*) в Творца, и *битахон*, то есть — надежда на то, что Небеса помогут выполнить ту или иную заповедь, справиться с дурным качеством и т.д.

Это уже — серьезная «заявка» на удачу.

Любое стремление к Всевышнему, выраженное на практике, приносит в мир Свет Творца. Этот Свет (и **только** он!) может «отогнать», то есть — ослабить злое начало. Когда *йецер* — теряет силу и не оказывает активного сопротивления — можно выполнить еще одну заповедь. А она, в свою очередь — «расчищает» дорогу для осуществления следующей заповеди. И т.д.

Этот «механизм» наши Учителя описали в Мишне (трактат *Пиркей Авот* — «Наставления отцов») в словах: *мицва горерет мицва*, что в переводе означает — «заповедь тянет за собой другую заповедь».

Всевышний, кроме всего прочего, сотворил два фундаментальных понятия: *Хесед* (в условном переводе, раскрывающем необходимую для данного ответа грань — «продвижение вперед») и *Дин* («способность сдерживать натиск, не сломаться»).

В контексте Вашего вопроса — переведем это на язык практики.

Нет универсального правила, определяющего, сколько сил, времени и других ресурсов нужно тратить на борьбу со злым началом. Наверняка — не ноль и не 100 процентов.

То есть «не обращать на него внимания», как Вы пишете — не получится.

С другой стороны, посвятить всего себя борьбе с ним и сидеть в вечной «обороне», никуда не двигаясь — тоже не годится.

Из личного опыта общения с вечно «обороняющимися» людьми, я пришел к выводу, что они (эти люди), постоянно стараясь все делать «правильно» (любое отклонение означает уступку злему началу) — ставят себя в жесточайшие рамки, пытаются превратить себя в роботов, строго исполняющего указания.

Несмотря на то, что конкретных пропорций в противостоянии злему началу — нет, и быть не может (точнее — они постоянно меняются, в зависимости от множества факторов), все же существует некая общая стратегия.

Движение вперед должно преобладать над сдерживанием давления. Конечно, не надо забывать, что опасности падения существуют. И, безусловно, нужно стараться предотвращать их, прилагая усилия к тому, чтобы не отступить. Но если — не получилось, не стоит на этом сосредотачиваться, паниковать и падать духом.

Основные силы следует направить на реализации законов Торы, увеличение количества и качества их выполнения. По общей формуле: изучение и преподавание Торы, идущая от сердца и души молитва и добрые дела.

Автор текста Хаим Аккерман

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Анемия у ребёнка

Ребенок вялый, в лице ни кровинки, может внезапно упасть в обморок. Нередко это бывает связано с нехваткой веществ, необходимых для нормального кроветворения, в первую очередь железа. Болезненное состояние, при котором в красных кровяных тельцах - эритроцитах - снижается количество гемоглобина, ответственного за перенос кислорода из легких в ткани, называется анемией (малокровием). Анемия у ребенка встречается не так уж и редко у 40% детей до 3-х лет и у трети подростков.

Обмен железа в организме ребенка с самого момента рождения совершается очень энергично. Ежедневно количество этого микроэлемента у малыша увеличивается на 0,5 мг, и до 18 лет ребенок должен пополнить его запас в среднем до 4,5 г. Отложение материнского железа в организме плода происходит в основном на двух последних месяцах беременности. Этого оказывается недостаточно при недоношенности, многоплодии, анемии у матери или токсикозе второй половины беременности. У некоторых детей нехватка железа в организме проявляется уже на 1-2 месяцах жизни.

Другая причина дефицита железа - недостаточное его усвоение при инфекционных заболеваниях, особенно желудочно-кишечного тракта, рахите, гипотрофии. Но основная причина - неправильное питание ребенка: позднее введение в рацион соков, овощного и мясного прикорма, вскармливание жирным коровьим или козьим молоком, которое трудно усваивается организмом.

Если у вашего ребенка обнаружили анемию, прежде всего необходимо нормализовать режим дня малыша. Он должен достаточно время проводить на свежем воздухе, заниматься гимнастикой, желателен массаж.

Детей постарше можно записать в спортивную секцию, так как физические упражнения стимулируют обменные процессы в организме и повышают насыщение клеток кислородом. Обратите внимание на диету, включайте в рацион продукты с большим содержанием белка, витаминов С, Е, группы В, меди, кобальта и, конечно, железа.

Это могут быть яблоки, гранаты, говяжья печень, яйца, какао. Совсем маленьким нужно давать тертые яблоки и овощные пюре, яичный желток. Врач может дополнительно назначить минерально-витаминный комплекс.

Всасывание железа затрудняется при употреблении каш, поэтому не рекомендуется давать их больше одного раза в день. Следует ограничить потребление молока, особенно козьего, которое не содержит железа и фолиевой кислоты.

Если у ребенка обнаружили анемию, не отчаивайтесь. Это заболевание легко поддается лечению. Особое внимание уделите питанию, режиму дня и анемия у ребенка уйдет, не оставив и следа.

Автор текста Залина Мошкович

Хайфа, Израиль

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

Сколько евреев – столько и мнений...

Еврейский народ спорит, причём всегда и везде, у всех своё мнение, как говорится: "Сколько евреев – столько и мнений", "народ, спорящий с Ашемом". Да, мы спорим горячо и по любому поводу, мы делимся на множество партий, течений иудаизма и групп и групп, но мы должны быть едины – в этом наша сила! Но как когда все вокруг спорят?

Надо знать правила хорошего тона и хорошего спора, вот они:

1. Тора запрещает поддерживать тех, кто разжигает споры и занимается деятельностью, в результате которой умножаются раздоры и разногласия. По некоторым мнениям эта заповедь выводится из написанного в Торе («Бемидбар», 17:5) «Не будь как Корех и его сообщество». Кроме того, участие в спорах может привести и к многим другим нарушениям Торы.

Эта заповедь касается всех во все времена.

2. Найди посредника

Споры не приводят к миру, поэтому в случае, когда люди не могут самостоятельно уладить свои разногласия, следует остановиться и найти третье лицо – человека, который сможет рассудить спор. Если такового не нашли, нужно обратиться в бейт дин (еврейский суд).

3. Как победить йецер а-ра (дурное начало)

Для того чтобы избежать споров и конфликтов, существуют молитвы, чтение Теилим, а также различные психологические способы. Человек, знающий о себе, что он часто гневается и спорит должен стараться изменить себя. Главное конечно хотеть измениться и понимать, что за этими изменениями в его жизни и жизни его близких произойдёт много позитивных перемен. Нужно стараться вести себя спокойно и рассудительно, насколько это возможно. Иногда человека просто вовлекают в чужие споры, а иногда его подталкивает собственный йецер а-ра (злое начало). Следовательно, тот, кто хочет уберечь себя от споров и скандалов, должен все время следить за собой и делать все возможное, чтобы избавиться от плохих качеств всеми доступными способами.

4. Запрет разделения в народе

Написано в Торе («Дварим», 14:1): «Ло титгодеду». Мудрецы объясняют, что речь идет о запрете разделяться на группы. Поэтому, например, по некоторым мнениям, в одном городе не должно быть два бейт-дина, мудрецы которых следуют разным традициям, иначе это приведет к разделению и разногласиям. Другие считают, что запрет распространяется только на тот случай, когда в городе есть всего один бейт-дин, в обязанности которого входит устанавливать законы и традиции в данном регионе. Если же существует группа людей, которая не следует его указаниям, это будет являться нарушением. Что же касается города, где есть два различных бейт-дина с разными обычаями, то в этом нет никакой проблемы. Закон следует данному мнению.

5. Семья

Дети должны придерживаться обычая отца. Выйдя замуж, жена должна последовать традициям и обычаям, которых придерживается её муж – теперь муж-её семья.

Родители обязаны учить детей исполнять эту заповедь и не разрешать им общаться с теми, кто часто ссорится, дерется и т.п. Запрещается требовать от детей поддержать родителей в их ссоре с кем-либо. Если же отец или мать сделали это, то дети не обязаны слушаться их в этом вопросе. Наоборот, они должны постараться приложить все усилия, чтобы помирить родителей со второй стороной, и таким образом они выполняют сказанное в Торе: «Ищи мира и преследуй его».

6. Другая община

Человек, который приезжает в другой город или в другую страну, не должен нарушать законов, принятых в этом регионе. Если он приехал туда на короткое время, он должен придерживаться также и традиций своего города. Даже если закон не запрещает определенного действия, но в этом месте люди устрожают и не делают этого, создав для себя определенную ограду закона, не следует на виду у них поступать по-другому.

Раби Авраам Мордехай Альтер (Гурский ребе, автор «Имрей Эмет») рассказывал такую притчу. Жил один богатый еврей. У него было две дочери. Дочки вышли замуж и поселились рядом с отцом. Он помогал им всем, чем можно, и очень часто дети трапезничали вместе с ним. Когда зятья приходили на обед, они сидели отдельно, потому что один из них ел молочные продукты, а другой – мясо. Через какое-то время доходы отца резко снизились, и он уже не мог кормить их ни мясом, ни сыром. На обед подавали хлеб и воду. Неожиданно отец заметил, что его зятья продолжают сидеть в разных углах, несмотря на то, что

мясного и молочного на столе нет. Он подошел к ним и сказал: «Ладно, раньше вам приходилось сидеть отдельно из-за того, что нельзя есть мясное и молочное за одним столом. Но сейчас-то зачем?!» Этой притчей раби Альтер хотел выразить то, что происходит в нашем поколении: «В давние времена многие люди посвящали свою жизнь настоящему служению, и, соответственно, разногласия и споры шли только вокруг тонких духовных вещей. И все эти разногласия касались только самих мудрецов. Сегодня же в религиозном мире борьба идет за простые элементарные вещи, которые в равной степени касаются всех евреев от мала до велика. Если так, никаких споров и разногласий быть не должно».

7. Общество, нарушающее закон

Написано в Торе («Шмот», 23:2): «Не следуй за большинством творить зло». Из этого стиха учат, что нельзя поддерживать злодеев и присоединяться к людям, поддерживающим нарушителей закона. Тоже касается и группы людей, распространяющих сплетни и поддерживающих огонь конфликтов в еврейской общине. Тот, кто распространяет сплетни и разжигает конфликты, не достоин почестей и уважения, даже если он занимает особое положение в обществе. В данном случае проявление почестей и уважения будет укреплять его позицию, что приведет к ещё большему злу и напряжению в общине.

8. Борьба со злом

Разрешается бороться против нарушителей закона и настраивать людей против них. Но при этом надо помнить, что можно открыто бороться с полным злодеем - человеком, открыто и грубо нарушающим заповеди и позорящим Тору. Но при этом не следует преследовать их, ведь Всевышний всегда помогает тому, кого притесняют и преследуют, даже если он - раша (злодей, злостный нарушитель закона, плохой человек).

С людьми же, нарушающими заповеди по ошибке или тайно нужно просто поговорить и помочь им не совершать ошибок.

9. Лашон ара (злословие и сплетни)

Запрет лашон а-ра не касается разговоров, направленных против тех, кто разжигает споры и нарушает атмосферу единства в еврейской общине. Но и здесь есть определенные ограничения. Разговоры должны быть направлены на то, чтобы затушить огонь разногласий, а не наоборот.

10. В некоторых случаях, чтобы не поддерживать ссору, желательно даже поступиться своей гордостью и положением в обществе.

11. Провокации

Человеку не стоит обращать внимания на нападки и оскорбления, если он знает, что все это является провокацией и попыткой вовлечь его в спор. Если у человека есть возможность исполнить заповедь, но

при этом ему придется ввязаться в спор или какой-то скандал, мудрецы и в этом случае советуют воздержаться от её выполнения.

12. Покупки на Шабат

Если у человека есть деньги только на вино или на субботние свечи, следует купить свечи. Ведь если в доме будет темно, люди могут ссориться или навредить друг другу. То же касается случая, когда че-

ловек располагает суммой, которой хватит либо на ханукальные свечи, либо на субботние. Он должен купить свечу, которая будет светить в Шабат. Рамбам объясняет, что эти законы мы можем выучить из того, что разрешено стереть Имя Всевышнего, чтобы восстановить мир между мужем и женой.

13. Разборы и споры о Торе

Если люди действительно желают прийти к истине, разбирая какой-то вопрос и споря об этом, это не считается нарушением. Мудрецы учат нас, что такие споры, в конечном итоге, приведут к миру и правильному решению. На первом месте не должны стоять личные интересы и гордыня.

Когда изучают Тору, наоборот, горячее обсуждение и спор становятся положительными элементами. Разрешается оспаривать доводы своего учителя, с целью получить правильное определение или лучше понять материал. Но и здесь на первом месте всегда должно быть желание прийти к истине и к правильному решению. Нельзя также забывать, что и в момент бурного обсуждения, обращаться к учителю нужно с особым уважением. Нельзя учить Тору с целью возвыситься над другими и показать им, насколько они безграмотны и далеки от настоящей мудрости. О таких людях говорили мудрецы: «Лучше такому человеку не рождаться на свет». Также запрещено насмехаться над словами мудрецов. Кроме того, человек должен с огромным уважением относиться к своим родителям и проявлять осторожность, чтобы ничем не обидеть их. Если он видит, что отец (мать) в чем-то ошибается, разрешено высказать замечание только в форме вопроса: «Разве не написано в Торе так-то и так-то?». Запрещается опровергать или подтверждать слова родителей. (Т.е. говорить «ты прав» или «ты не прав».)

14. Уважение и культура спора

Известно, что ученики раби Акивы умерли раньше времени только из-за того, что относились друг к другу с недостаточным уважением. Всегда нужно быть корректным в споре и уважать другую сторону.

15. Учили мудрецы: «Не может устоять мир, если нет в нем людей, способных смолчать во время ссоры». Есть даже мнение, что Тора запрещает отвечать и как-либо реаги-

ровать в момент ссоры. Вообще, нужно очень избегать пламени конфликта, сжигающего все на своем пути.

Сто лет назад существовало такое понятие «День стирки». Это был нелегкий день. Стиральных машин и порошков тогда не было - все стирали руками. Однажды в такой день хозяйка закончила стирку и развесила мокрое белье на веревки, натянутые во дворе. Ее соседке показалось, что одежда мешает проходу. Она разозлилась, и, не долго думая, перерезала все веревки. Чистое белье упало на землю. Как только женщина увидела, что сделала ее соседка, она уже открыла рот, чтобы высказать все, что она думает. Однако ей удалось сдержаться и не начинать ссору. Она молча собрала всю одежду и пошла стирать ее заново. После этого, чтобы избежать конфликта, она отправилась в соседний квартал и там повесила белье. Вечером вернулся муж, но и в этот момент она сдержалась и ничего не рассказала ему. Неожиданно раздался стук в дверь. На пороге стояла заплаканная соседка: «Прости меня, пожалуйста - умоляюще произнесла она, - Бог уже наказал меня - мой сын заболел, у него высокая температура!» Праведная женщина сразу сказала, что прощает ей, и пожелала мальчику скорейшего

выздоровления. Надо сказать, что у этой пары не было детей. Прошло совсем немного времени, и счастливый момент, которого они с мужем ждали столько лет, наступил. У них родился сын. И какой сын! Эта замечательная женщина стала матерью рава Иосефа Шалом Элияшвива - главы поколения!

16. Для того чтобы избежать ссор и конфликтов, разрешается иногда (это даже обязательно) скрывать некоторые вещи или даже говорить неправду дабы избежать конфликт.

Ашем выбрал наш народ не случайно - мы не просто верим, а разбираемся и только так, дойдя до истины, мы верим, мы не пойдём за чужими божками потому, что разберёмся и поймём, что они ложные. Мы спорим уже несколько тысяч лет и так в споре доходим до самой сути - до истины. Наша вера не основана на слепом поклонении, наша вера основана на Б-женственном откровении и на осмыслении этого откровения через тысячелетние разборы Торы в споры и поиске всех ответов. Мы хотим

знать истину, мы не просто верим душой, а ещё и доходим до множества доказательств истинности Торы, и в этом истина нашей веры, в этом наша сила!

Но и в этом наша слабость - еврейский народ уязвим, ведь споры рожают ссоры и разделяют людей. Единственный правильный путь - искать истину, но делать это с уважением и любовью, тактично и разумно.

Путь Торы - это поиск мира и единства, как сказано в «Мишлей» 23 (3:13): «Ее пути - пути приятные, и все ее стези - мир».

Надеюсь, что все мы и каждый из нас постепенно научимся спорить с любовью и искать в споре не свою правду и правоту, а общую истину, и так мы станем ещё более крепким народом и удостоимся ещё многих открытий и чудес от Ашема!

По материалам книги р. Ицхака Сильвера "Пути мира и добра"

Шаббат шалом!

Надежда Шалем

Москва, Россия

ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

Дорогие мужчины! Все до смешного просто. В глубине души нам хочется одного – чтобы нас любили...

ЧТО НУЖНО ЖЕНЩИНЕ

Эмуна Браверман

Как и мужчины (см. на сайте статью **«Что нужно мужчине»**), женщины, безусловно, тоже хотят, чтобы их уважали и восхищались ими. Однако на первом месте у нас — любовь. В супружеской жизни нам, прежде всего, важно, чтобы нас любили.

«Женская природа заключается в том, — писал великий Хазон Иш (рав Авраам Иешаягу Карелиц, Литва – Израиль, первая половина 20-го века), — чтобы снискать расположение мужа».

Разумеется, женская натура — многогранна. Она способна реализоваться и в управлении крупной корпорацией. И все же, не принижая женские достоинства и способности, констатирую: именно любовь и похвалы партнера по браку поддерживают нас на жизненном пути.

Конечно же, женщине приятно, если ее супруг по достоинству оценил последнюю сделку, которую ей удалось заключить, или интерьер, организованный ею в гостиной. И все же любовь затмевает все. Мы способны простить мужьям сотни допущенных ими непринципиальных промахов, если ощущаем его заботу и поддержку. И самое страшное для женщины — потеря расположения мужа.

«Разве я не сказал вчера, что люблю ее? Разве я не пригласил ее в ресторан в годовщину нашей свадьбы?.. — удивляются мужья. — Сколько же раз нужно говорить жене о своих чувствах?».

Мудрый мужчина знает: столько, сколько потребуется. Рассеянность или забывчивость в этих вопросах способна сделать женщину уязвимой и подорвать ее уверенность в себе.

Моя подруга счастлива в браке. И однажды она рассказала мне смеш-

ную, но чрезвычайно поучительную историю.

Ее муж, весьма галантный человек всегда выходит из машины первым и открывает ей дверь. И поступает так же, когда они садятся в машину — сначала усаживает ее, а уж потом сам садится за руль. Необходимо ей это? Нет, она вполне может сделать это сама. Доставляет ли ей это особое удовольствие? Тоже нет — она привыкла и не замечает его галантности. Но в один прекрасный день он просто сказал ей, что дверь разблокирована и направился к месту водителя.

Она напонила себе, что он очень устал, и постаралась сосредоточиться на том, что они только что улизнули из дома, от шумных и постоянно что-то требующих детей. Но все равно почувствовала себя уязвленной. Ей захотелось обсудить этот случай с мужем и убедиться в том, что его поступок не был проявлением его негативного отношения к ней или к их браку.

Уверена, каждая женщина могла бы вспомнить не меньше десятка похожих ситуаций.

Поэтому раввин Аарон Фельдман в своей книге «Река, чайник и птица» пишет: «Мужчина не имеет права давать женщине ни малейшего повода для подобных сомнений».

Следуя этому совету, мужчина должен постоянно выражать свою любовь к жене.

Каким образом?

Благодарностью

«Спасибо за обед!». «Спасибо, что оплатила счета». «Спасибо, что ты убрала брошенную мной второпях одежду». «Спасибо тебе за то, что ты нашла время поговорить со мной». «Спасибо за то, что ты каждый вечер встречаешь меня улыбкой»...

Похвалой

«Какой вкусный пирог!». «Мне очень нравится, как ты устроила все в гостиной». «Благодаря тебе у нас такие прекрасные дети». «Ты — настоящий дипломат! Я бы не смог так тонко уладить сложившуюся ситуацию»...

Заботой и вниманием

Любой, даже самой «самостоятельной», талантливой и образованной женщине, нравится, когда о ней заботятся. Ждут ее возвращения домой, и (осмелюсь предположить) защищают ее.

Возможно, я не нуждаюсь в том, чтобы мой муж полностью взял на себя обязанность бороться с домашними вредителями (хотя, разумеется, предпочитаю, чтобы именно он занимался этим). Но вряд ли я (как, думается, и любая женщина) смогу нормально существовать, если он не будет считаться с моими страхами и тревогами.

Когда наш праотец Яаков ожидал нападения брата Эсава, он поместил своих жен и детей в самое безопасное место. Его жены — матери всего еврейского народа. Они сформировали прообраз еврейской женщины. Мы восхищаемся их стойкостью и пытаемся выработать в себе их черты. И, тем не менее, нам, как и им в свое время, требуется защита.

Умением слушать

Если женщина разговаривает с мужем, а он ее не слушает, витая в облаках, это ее очень расстраивает. Где бы ни находился мужчина — в офисе или за обеденным столом — ему следует сосредоточиться на словах жены. Ведь умеют же мужа мгновенно переключиться на деловые беседы. И им остается усвоить, что моменты, когда жены обращаются к ним — не менее важны.

Я, например, по несколько раз повторяла одно и то же, пока не добивалась от мужа вразумительной реакции. Со временем я научилась высказываться один раз и сразу же требовать ответа: «Ты слышал, что я сказала? Я жду ответа».

Женщины хотят, чтобы их мужа замечали, как они выглядят (и отпускали соответствующие комплименты), и отчаянно нуждаются в том, чтобы их слышали.

Искренними словами и взглядами, в которых «читается» любовь

И — физической близостью

Быть любимой для женщины означает — быть желанной. Если жена спрашивает вас, не слишком ли она поправилась, а вы (даже если при этом она беременна тройней) отвечаете «нет», ваш брак можно назвать удачным. В подобных ситуациях никто не обязывает вас говорить правду.

Конечно же, реакция, выраженная словами «Нет, ты совсем не пополнила» — лучше, чем та, когда мужчина говорит жене: «Тебе стоило бы сбросить пару килограммов». Однако и ответ «Для меня ты всегда привлекательна» — тоже неплох. Главное не останавливаться, и при каждом удобном случае говорить жене: «Мне нравится, как ты выглядишь в этом платье». Или — «Тебе к лицу этот цвет» и т.д. А иногда и одобрительная улыбка способна творить чудеса.

Женщина жаждет быть любимой. Поэтому она порой просто не в состоянии адекватно реагировать на критику. Женщине трудно быть объективной и воспринимать «полезный совет» как проявление любви.

Большинству жен достаточно одного критического замечания мужа, чтобы почувствовать себя так, будто они потеряли точку опоры. Если мельчайшее невнимание со стороны мужа заставляет женщину усомниться в благополучности брака, нетрудно представить, как могут повлиять на нее слова осуждения.

Некоторые мужья считают, что их задача — средствами конструктивной критики помогать женам духовно расти и улучшать характер. Но они глубоко заблуждаются. Подобные методы не делают женщину лучше, они лишь уничтожают самоуважение женщины. А это ведет к разрушению брака.

Безусловно, в жизни бывают ситуации, требующие определенной корректировки. Однако для того, чтобы женщина правильно восприняла точку зрения мужчины и соответствующим образом отреагировала на ее словесное выражение, мужчина должен проявить максимум такта, выбрать для разговора момент, когда она в хорошем настроении, и высказать «претензии» в мягкой форме, не забывая при этом говорить о любви к ней.

Итак, чего же в действительности хотят женщины?

По древнему английскому преданию, король Артур прекрасно резюмирует выраженную здесь концепцию. Высказав свое отчаяние по поводу того, что знания, полученные им от «великого волшебника» Мерлина, не помогли ему овладеть искусством брака, Артур замечает: «Для того, чтобы найти подход к женщине, ее нужно любить. Просто любить. Любить, любить и еще раз любить!».

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

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

«ОТ САРОЧКИ»

*Специальные блюда к Рош ха-Шана
ТЕЙГЛАХ (медовые шарики)*

Пропорции:

*Мука 2 1/2 стакана,
яйца 5 шт.,
сахарная пудра 2 ст. ложки,
масло сливочное 50 г, соль 1 ч. ложка.
Для сиропа:
мед 250 г,
сахар 100 г,
корица - щепотка.*

Приготовление:

Растереть яйца с сахарной пудрой и маслом, добавить муку и замесить. Тесто скатать в виде "колбасок". Нарезать "колбаски" на кусочки величиной примерно 1-1,5 см., скатать из них шарики (не обязательно правильной формы).. Шарики выложить на смазанный маслом, предварительно разогретый противень и выпекать их в духовке. К моменту, когда шарики готовы приготовить сироп: В достаточно широкой посуде подогреть мед, медленно помешивая, добавить сахар и щепотку корицы, довести до кипения (но не кипятить).
Готовые шарики погрузить в кипящий сироп. Варить пока масса не загустеет (около 5-7 минут). Полученную массу, пока она не застыла выложить на доску, скатать в виде рулета и нарезать на кусочки толщиной 1,5-2 см. (Можно нарезать непосредственно

Приятного аппетита!

*Сара Манн
Люксембург*

5 МИНУТ ИВРИТА

לצאת (лацет) - выезжать, выходить

לגלח (легалеах) - брить

להתעלם (леиталем) - игнорировать

מעקה (мааке) - ограда, перила

לקדם (лекадем) - встречать, продвигать, опережать



ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Дорогие читатели!

Хочу напомнить вам, что самый необычный месяц года-Элуль вступил в свои права. Маленьким детям говорят, что именно в это время на небесных весах взвешиваются хорошие и плохие поступки каждого еврея.

Но мы то с вами понимаем, что не все так просто. Ну недостаточно будет, если в Элуле вы переведете незнакомую бабушку через дорогу или поделитесь бутербродом с соседом по парте. Хотя...кто знает?

Вот я сижу сейчас в своем доме, на балконе, пишу вам... и вдруг слышу ЗВУК ШОФАРА!!!

Это сосед, как и полагается в Элуле, трубит в ШОФАР!

Он трубил, наверное, для своих детей, но ведь я тоже услышала! А значит он это сделал и для меня! И для всей нашей улицы!

Ну и ну! Как же в жизни все взаимосвязано. А, главное, что все евреи связаны между собой. Мы -народ! Поэтому, и сохранились, несмотря на все те испытания, которые перенесли. А залогом этому служат заповеди В-севышнего.

Хотите понять, как это работает?

Сейчас я живу в поселении возле Иерусалима, где есть всего 120 семей. На мой взгляд, это модель еврейского общества. Все люди очень разные, но...

Если что -то потерялось, то найдут, и домой к вам непременно принесут.

Если нужно вам на почту-подвезут. Если что -то не успели-подождут.

Если мама приболела, не дай Б-г, принесут соседки, суп, салат, пирог.

Если вдруг температура поднялась, то разыщется микстура вам и мазь.

Если спросите, совет всегда дадут. Потому, что помогают людям тут.

Праздники все вместе отмечают. Новичков приветливо встречают.

Здесь В-севышнего мы ощущаем рядом. Что еще для радости нам надо?

Слушайте ШОФАР, мои дорогие читатели. Цените жизнь. Украшайте ее выполнением заповедей.

Цюпа Гензель

Кфар Эльдад

ЛИСТ ТАЛМУДА

На нашем листе Талмуд продолжает анализировать содержание второй Мишны, приведенной на предыдущем листе (см. на сайте [обзор второй части листа 40](#)).

Трактат *Берахот*

Речь здесь, в частности, идет о ситуации, когда на столе перед человеком, который садится за трапезу - несколько продуктов разных видов.

Лист 41 часть 1

Если среди них есть продукт, относящийся к «семи видам» (см. на сайте [обзор листа 37](#)), - говорит **раби Иегуда** (великий Учитель Мишны, 2-й век), - то есть плодов, которыми была славится Земля Израиля (как сказано: «Земля пшеницы и ячменя, и винограда и инжира и гранатов, земля масличных деревьев и финикового меда» - *Дварим*, гл.8, ст.8), ему следует произнести благословение именно на этот продукт.

Другие Учителя открывают в данном вопросе иную грань Истины.

Для благословения в этом случае, - говорят они, - человек может выбрать плод по собственному усмотрению, руководствуясь, скажем, своими вкусовыми пристрастиями.

Учителя, разрешая руководствоваться вкусовыми пристрастиями, - разъясняет **Ула** (великий Учитель Талмуда; *Эрец Исраэль*, 3-й век), - подразумевают, что на столе перед человеком разложены продукты, на которые (на все, без исключения) произносятся *однубераху* (благословение). Некто, допустим, решил устроить себе вегетарианскую трапезу, и на завтрак, к примеру, съест яблоко, грушу и несколько маслин.

Как известно, перед тем, как есть любой из этих плодов, включая плоды «семи видов» (это в нашем примере - маслины), следует говорить благословение - *...боре при а-эц* («Творящий плод дерева»; см. на сайте [обзор первой части листа 35](#), а также - [заключительный абзац обзора первой части листа 40](#)). Поэтому и не имеет значение, какой из плодов человек возьмет в руку, произнося *бераху* на весь свой завтрак.

Примерно те же обстоятельства изучает и раби Иегуда. Однако он, в отличие от других Учителей, говорит, что именно в такой ситуации нам всегда следует предпочесть плод «семи видов» и сказать общее благословение с этим продуктом в руках.

Рассматривает Талмуд и иную ситуацию: перед человеком, допустим - маслины и редис. Чтобы получить разрешение Небес на употребление этих продуктов (см. на сайте [обзор первой части листа 35](#)), требуются разные благословения. На редис - *...боре при а-адама* («Творящий плод земли»), на маслины, которые, к тому же, подчеркнем, относятся к «семи видам» - *...боре при а-эц* (и в Мишне и в текстах обсуждений даются лишь «концовки» благословений, ибо начало у всех них - одинаковы). И человек произносит две *берахи*: на каждый продукт - в отдельности.

В данном случае предпочтительней произнести благословение сначала - на маслины. В этом Учителя, включая раби Иегуду, открывают единственную грань Истины.

Раби Иермеягу (великий Учитель Талмуда, *Эрец Исраэль*, 4-й век) моделирует новую ситуацию.

Допустим, - говорит он, - человек, собираясь приступить к трапезе, разложил на столе разные продукты: инжир и финики. Понятно, что и на то и на другое благословение говорят одно - *боре при а-эц*. Вопрос состоит в том, на какой из двух плодов следует произнести *бераху*?

И дает нам такой ответ.

В Торе написано: «...Земля пшеницы и ячменя, и винограда и инжира и гранатов, земля масличных деревьев и финикового меда» (*Дварим*, гл.8, ст.8). Это при изложенных обстоятельствах и должно служить нам указанием - для благословения следует выбирать плод, который в данном списке числится раньше. Ибо, чем раньше плод упомянут в цитате, тем выше его «статус» в глазах Творца.

Той же позиции, - отмечает Талмуд, - придерживаются в своих установлениях **раби Йоси** (великий Учитель Мишны; 2-й век) и раби Иегуда.

Тем более, аналогично мы будем поступать, если собираемся есть два разных продукта, один из которых числится в составе «семи видов», а другой - нет. То есть благословение в этом случае читается на плод из числа «семи видов».

Если же второй продукт требует иной *берахи*, наша обязанность - произнести обе. При этом сначала - конечно же, *бераху* на плод «семи видов».

Далее Талмуд приступает к обсуждению ситуации, когда в процессе трапезы (главный компонент которой - хлеб) подаются фрукты - к примеру, инжир или виноград.

В данном случае, - говорят **рав Гуна** (великий Учитель Талмуда второго поколения, 3-й век) и **рав Нахман** (один из крупнейших Учителей Талмуда в Вавилоне, 3-й век), - перед тем, как есть их, следует произносить благословение. Но после того, как человек съел плод, *бераху* произносить он не должен.

Если мы читаем благословение перед тем, как есть продукт, - говорит **рав Шешет** (Учитель Талмуда второго-третьего поколения, конец 3-го - начало 4-го века), - мы обязаны произнести соответствующую *бераху* и после этого (если продукт - из «семи видов», завершающая *бераха* будет *Мезейн шалом*; см. на сайте [обзор листа 37](#)). Если десерт подают во время трапезы с хлебом, нужно говорить на него отдельные благословения. Исключение составляют лишь пирожные - на них *берахот* (множественное число от слова *бераха*) в данном случае не говорят.

Иную грань Истины открывает, анализируя предложенную ситуацию, **раби Хия** (великий Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*, первое поколение, начало 3-го века).

Благословение, произнесенное перед трапезой на хлеб, - говорит он, - освобождает от необходимости произносить на десерт отдельное благословение. Ибо во время трапезы все блюда по отношению к хлебу становятся - «вторичными».

По установлению галахи (еврейский практический закон), - подводит итог дискуссии **рав Папа** (Учитель Талмуда пятого поколения, Вавилон, 5-й век), - на те плоды, которые подаются как часть трапезы (то есть едят их для насыщения), благословения произносить не нужно. Но если плоды подают в конце трапезы, для того, чтобы есть их, надо сказать благословения. Ибо они как бы - вне трапезы и не могут быть по отношению к хлебу - «вторичными».

Автор текста Александр Капер

Адвокат Давид Рапопорт

Юридическое сопровождение
и оформление сделок
с недвижимостью в Израиле.



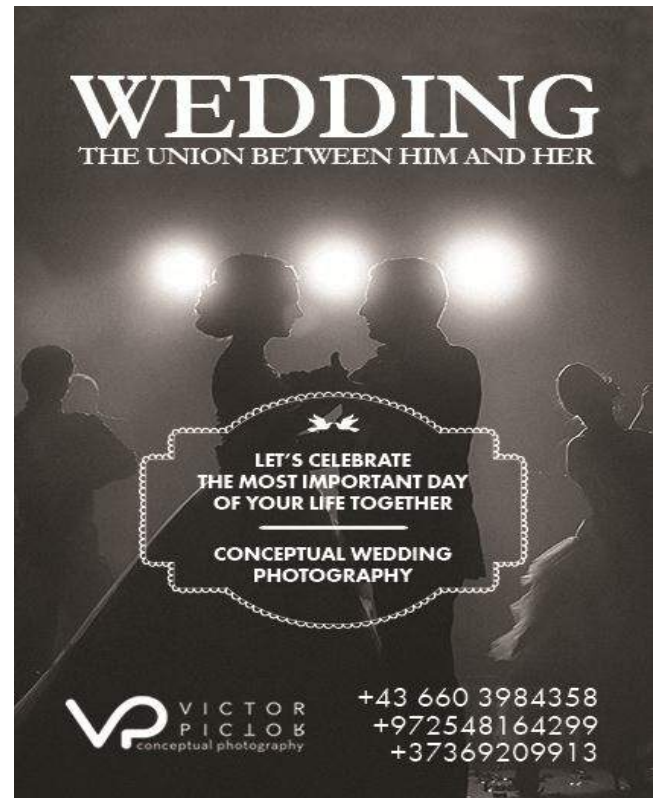
David Rapoport Adv.

DAVIDRAPOPORT10@GMAIL.COM (972) 77-5558548 (972) 58-7601542

**ВЫ С НАМИ?!**

В рамках онлайн общины «Хафetz Хаим»
действуют уже 6 проектов
+972548164299 viber или whatsapp
Станьте частью нашей Онлайн общины

ВМЕСТО МОЕГО ЛИЦА,
ДОЛЖНА БЫТЬ ВАША
РЕКЛАМА



Международная группа религиозных еврейских бизнес-консультантов,
ищем серьезных инвесторов для вложений в hi-tech проекты в Израиле.

Проекты находятся на разных этапах реализации, но в основном все -
после В-раунда. Сумма вложений: от 1 млн.долл. Все проекты сопровож-
даются серьезной консультативной поддержкой для инвестора. Если Вы
серьезно заинтересованы, мы можем встретиться с Вами в Нью-Йорке,
Москве, Цюрихе или Тель-Авиве.

Контакты: Viber: +41.78.792.6000. Tel: +972.54.816.42.99.

E-mail: hafetz.haim@outlook.com

МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:

B vk.com/hafetzaimk

f facebook.com/liubdeldobro

f facebook.com/hhafetzaim

בס"ד

КОШЕРНЫЙ ОТДЫХ В БЕЛАРУСИ «МИМИНАХА»

Jewish-Tour

Минск, Беларусь
ул. Даумана 13Б, офис 2/5
+375 29 941 21 86
info@jewish-tour.com
www.jewish-tour.com

Отдых в кругу семьи
и друзей в туристическом
комплексе на берегу озера


Rubin
Travel Agency

Наш партнер в Москве:
Rubin Travel Agency
Тел. +79671238363

Проживание
в уютных домиках
со всеми удобствами



Чтение Торы
и встреча **Субботы**



Машгиах кашрута программы
реб Борух Шолом Островский
Мясо шхиты
рава Йццока
Лившица

- площадка для волейбола и футбола
- беседка для отдыха и место для пикников с укрытием от дождя
- оборудованный пляж для купания
- прокат велосипедов, лодок и катамаранов, спортивного инвентаря

Активный отдых



- картинг
- квадроциклы
- лыжероллерная трасса
- тир, бадминтон и настольный теннис
- русская баня с парной на берегу озера

Для детей есть детская комната

	Взрослые	Дети 9-15 лет	Дети 4-8 лет	Дети 3-6 лет без места
16.08 - 22.08 (7 дней)	440 \$	340 \$	300 \$	260 \$
22.08 - 28.08 (7 дней)	440 \$	340 \$	300 \$	260 \$
16.08 - 28.08 (13 дней)	660 \$	490 \$	410 \$	290 \$

Дети до 3-х лет – бесплатно.

В стоимость включено : проживание, 3-х разовое кошерное питание, услуги сопровождающего, трансфер: вокзал/аэропорт - туристический комплекс - вокзал/аэропорт.

Виза для граждан России, Украины, Израиля для въезда на территорию Беларуси не нужна.

Здесь вы сможете беззаботно провести время, насладиться прекрасными пейзажами...

Побывать с хорошими друзьями, наедине с любимым человеком или в тесном семейном кругу и просто отдохнуть.

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

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

ЕОЦ «ХАФЕЦ ХАИМ»

 **Hafetz Haim**