



השבוע דעל אדאט דאס פרו

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



НЕДЕЛЬНАЯ ГЛАВА «БЕШАЛАХ»

А также:

Ту Би-Шват

Вопросы к Раввину

*О здоровом образе
жизни*

Женская рубрика

*Культура. Личность.
Этика*

Детская Страничка

Лист Талмуда

Акко, Алматы, Анадырь, Астана, Ашдод, Ашкелон, Баку, Бат Ям, Беер Шева, Бейтар Элит, Белград, Белореченск, Бийск, Бней аиш, Бобруйск, Бровары, Будапешт, Валуйки, Вастерас, Вилейка, Винница, Владивосток, Владикавказ, Волгоград, Воронеж, Герцлия, Горловка, Градец-Кралове, Гродно, Динслакен, Днепродзержинск, Днепрпетровск, Донецк, Дюйсбург, Евпатория, Екатеринбург, Желтые Воды, Залари, Запорожье, Зарайск, Иерусалим, Ижевск, Иркутск, Иршава, Казань, Камышлов, Караганда, Кармиэль, Каунас, Киев, Кирьят Бьялик, Кишинев, Клайпеда, Краматорск, Краснодар, Красноярск, Кременчуг, Кривой Рог, Курган, Куты, Кфар Эльдад, Литин, Львов, Люксембург, Маале Адумим, Марбелья, Марковцы, Мелитополь, Мельбурн, Минск, Москва, Мукачево, Мурманск, Нагария, Надворная, Нальчик, Нацрат Илит, Нес Циона, Нетания, Нешер, Нижний Новгород, Никополь, Новомосковск, Новороссийск, Новосибирск, Ногинск, Норильск, Нурлат, Нью Йорк, Обнинск, Одесса, Пермь, Петропавловск, Пинск, Полевской, Полтава, Пятигорск, Реховот, Ришон ле Цион, Ровно, Ростов-на-Дону, Рязань, Сан Диего, Санкт-Петербург, Саяногорск, Свердловск, Севастополь, Сергиев Посад, Сиена, Симферополь, Сизтл, Слоним, Сорочинск, Сочи, Ст. Луис, Ташкент, Тбилиси, Тверия, Тирасполь, Тират Кармель, Тольяти, Томск, Турин, Ужгород, Улан Удэ, Хабаровск, Хадера, Хайфа, Харьков, Херсон, Хмельницкий, Холон, Челябинск, Чернигов, Черновцы, Эйлат, Эмек ха Ярден, Якутск...

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА:*Обсуждение главы «Бешалах» — 3**Вопросы раввину — 5**Ту Би-Шват — 9**Здоровый образ жизни — 12**Культура. Личность. Этика — 13**Женская рубрика — 14**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,**Шломо Фрейдкин**Художник:**Мария Журавлёва**Любые Ваши предложения**направляйте на эл.почту**hafetz.haim@outlook.com***МЫСЛИ РЕДАКТОРА...**

азвание нашей недельной главы Бешалах можно перевести - «в процессе того, как Паро отпуская евреев.»

Всевыш-ний не повёл евреев напрямую к горе Синай и потом в Эрец Исраэль, наоборот, он выбрал для нас длинную дорогу.

Но почему?

Дело в том, что сама фраза Бешалах намекает нам на то, что даже после 10-ти ударов по Мицраиму, Паро в сердце не смирился с поражением и с тем, что из под его власти вышел огромный народ, который полностью принадлежит Всевыш-нему.

Интересно, что причина, по которой Всевыш-ний ведёт нас длинной дорогой, заключалось в том, что евреи могли вернуться обратно в Мицраим.

Кажется, как это возможно?

Тебя освободили, и не просто человек или группа людей, а сам Всевыш-ний.

Разве можно вернуться обратно, испугаться и дать задний ход?

Да, так устроен наш народ, когда нам даже великими чудесами показывают, что все позади, что Мицраим разрушен, мы вспоминаем, как было хорошо, и какая еда там была, и какая страна была, и какие должности были.

Интересно, что Всевыш-ний, подводя нас к Ям Суф (Тростниковому Морю), поставил нас в ситуацию выбора - либо вперёд в море, либо сражение с Паро.

Интересно, что Паро, выступает на наш народ с 600 колесницами. А число 6 в нашей традиции является символом материальности. Шесть дней недели созидания, работы и потом только шаббат, как результат этой недели; шесть разделов мишны, которые охватывают все сферы жизни нашего народа.

600- это все детали, которые могут быть нами постигнуты в рамках материального мира.

Значит Паро, преследуя наш народ и настигнув его, поставил нас перед окончательным выбором, либо беспросветное материальное рабство и абсолютное болото, либо Всевыш-ний, и только таким образом мы можем избавиться от рабства.

Более того выбор, который должен был сделать наш народ, не поддавался рациональному объяснению, но в том то и дело, чтобы преодолеть внутренний Мицраим нужно сказать себе: Вперёд, ради Творца, ради нашего народа!

И только после смелого шага вперёд и абсолютной веры, что только Всевыш-ний управляет нашим миром, перед нами разойдется Море, раскроется особый потенциал, который раньше был неизведан.

Шаббат шалом!

Элиэзер Фрейдкин

ОБСУЖДЕНИЕ ГЛАВЫ «БЕШАЛАХ»

ГЛАВА «Бешалах»

Место в Торе: Вторая книга Торы - **Шемот**, гл. 13, ст. 17 - гл. 17, ст. 16.

Почему глава так называется?

По первой фразе: «И было, когда послал фараон [еврейский] народ...».

Когда послал на иврите - бешалах.

В о многих изданиях Торы на русском языке вы, вероятно, обнаружите, что слово *бешалах* переводят как - «отпустил». Казалось бы, такой перевод вполне отвечает требованиям повествования. Однако для анализа текста этого недостаточно.

Чтобы попытаться **понять суть «политики» Творца** в течение года египетских казней, нам необходимо именно здесь максимально приблизиться к оригиналу.

Итак, *бешалах* (корень слова - *шлах*; в переводе - **посылать**) означает - «когда послал».

И действительно, если бы нужно было добиться лишь того, чтобы фараон «отпустил» евреев, возможно, казни вообще не понадобились бы. К примеру, кто-нибудь мог убить фараона. А его советники... Им не пришлось бы ничего доказывать - они еще раньше (см. на сайте [обзор предыдущей недели главы](#)) говорили фараону, что евреев надо отпустить.

И вышли бы евреи из Египта, не оставив за собой таких разрушений.

Или, может, и убивать фараона не надо было. Мы ведь читали в предыдущем недельном разделе о том, что Всевышний укрепил сердце фараона. А если бы - не укрепил, наверное, фараон со страху отпустил бы еврейский народ после первого же удара...

Но в том-то и дело, что у Творца были во всей этой истории - свои, скрытые цели.

Частично об этом Тора сообщает прямо. Творец, посылая Моше к фараону с просьбой отпустить народ Ему на служение, говорит: «Вот теперь ты увидишь, что я сделаю фараону, ибо сильной рукой принужденный, **он отошлет** вас и **насилъно** изгонит из своей страны» (гл. 6, ст. 1).

А потом сказано: «...Я сделаю твердым сердце фараона и умножу Мои знамения и чудеса в Египте. Не послушает вас фараон, Я наложу Свою руку на Египет и выведу воинства Мои, народ Мой, Сынов Израиля, наказав Египет страшными карами. И узнают египтяне, что Я - Всевышний, когда наложу руку Мою на Египет и выведу Сынов Израиля из среды их» (гл. 7, ст. 3).

Какие же цели здесь сформулированы?..

В этой цитате сформулированы две цели.

«И узнают египтяне, что Я - Всевышний». Это - первая.

Раскрытие Творца в мире должно начаться с крупнейшей страны. В те времена такой страной, как мы уже говорили, был Египет.

И эту идею нетрудно понять. И в древности тоже существовал глобализм. Как и теперь - что принято в США, то - и во всем мире.

Эта цель была достигнута прежде других.

Вторая цель тоже очевидна - заставить фараона признать, что миром правит Всевышний и только Он Один. Мы помним, как он полностью отрицал это, говоря: «...Кто такой Всевышний, чтобы я послушался его и отпустил Израиль? Не знаю я Всевышнего и Израиль тоже не отпущу» (гл. 5, ст. 2).

При этом было чрезвычайно важно, **чтобы** фараон не просто признал власть Творца, но - **исполнил** Его **повеление добровольно**, сам захотел этого, хотя бы на какое-то время.

Ведь в чем здесь проблема? Всевышний изначально дал людям (начиная с первого человека) свободу выбора. И этим как бы ограничил Свою власть в этом мире. Поэтому фараон должен был сам захотеть отдать свое имущество, отпустить своих рабов. То есть - не просто отпустить, а - сделать свой выбор, **послать** своих рабов служить другому - Создателю мира.

Есть здесь и еще некая тонкость.

В Талмуде (см. на сайте трактат **Бава Мециа**, гл. 2, **лист 21** и далее) сказано, что украденная, потерянная или силой отнятая вещь не становится «ничейной» и не может стать чужой собственностью. До тех пор, пока ее владелец «в сердце своем» не откажется от нее, не смирился с ее потерей, не примет это как данность.

С другой стороны, существует особая заповедь, предусматривающая обязанность возвратить найденную вещь ее владельцу. Срока давности здесь нет, он попросту не имеет значения.

Так за евреями две тысячи сохранялось право на Землю Израиля. Несмотря на изгнание, несмотря на то, что в разные времена ее захватывали разные армии. И благодаря этому праву мы вернулись в *Эрец Исраэль*. В 1937 году, когда в Лондоне Королевская комиссия обсуждала вопрос о возможном создании государства Израиль, и арабские шейхи выступили с возражениями, будущий первый израильский премьер-

министр **Давид Бен Гурион**, положив руку на **Танах** (Библия), сказал: «Вот наше право на эту землю». И народы мира это право признали.

Отказ от собственности, кстати, означает ее утрату. Когда она становится ничьей или переходит в чужое владение, претензии бесполезны. Этот закон для нас - важное предупреждение.

Однако какое отношение все это имеет к нашей главе?

Самое непосредственное. Если бы фараон добровольно не **отослал** евреев, мы до сих пор считались бы беглыми рабами и его собственностью. Впрочем, достаточно было бы и подтверждения, что фараон смирился с потерей.

Для чего же еще Творцу понадобилось добровольное согласие фараона?

Создав человека и одарив его свободой выбора, Всевышний сотворил и силу зла, которая для того и предназначена, чтобы сопротивляться добру. Она, **эта сила**, старается сбить человека с истинного пути, а потом **обвиняет его на Суде**.

Но если бы зла не было, человеку не из чего было бы выбирать. И тогда его существование утратило бы смысл.

Именно зло, постоянно подталкивающее человека к тому, чтобы он свернул с дороги к Добру, позволяет испытывать человеческие качества, дает человеку возможность совершенствоваться в преодолении трудностей и соблазнов, и, проявив стойкость, получить награду за верность. А если человек споткнется, наказание укажет ему, что он сбился с пути.

Зло - необходимое для роста препятствие, стоящее на пути евреев к Творцу, к исполнению их миссии в мире. Его в данном случае представлял фараон.

Здесь следует кратко пояснить суть идеи «послания», которая важна для понимания Торы и всей истории еврейского народа

В еврейской традиции существует понятие *шалиах кмото*, что означает - посланец, подобен тому, кто послал его для выполнения какой-либо миссии.

Верный посланник во многих случаях заменяет того, кто его послал - даже в самых деликатных вопросах как, скажем, обручение или развод.

Когда евреи выходят из Египта, особенно - при переходе через море, когда оно расступается, чтобы пропустить евреев - посланников Творца, весь мир, вся природа осознает величие и силу Всевышнего, признает Его власть.

В этом и заключается цель существования евреев. Их предназначение - не только самим прийти к Творцу мира, но, исполняя Его волю, побудить весь мир, все творение, и даже самое материальное в нем (в том числе, Египет и фараона) последовать их примеру.

Роль евреев, как посланников Всевышнего, признавали другие народы с периода возникновения народа Израиля. Поэтому антисемитизм, ненависть (*сина*) к евреям, возникает, как говорят мудрецы на *Синае*, где народ Израиля получил Тору. Именно это не могут простить ему другие народы, пока не откажутся от идолопоклонства.

Беда в том, что посланник может забыть свое послание. Так, людьми, забывшими свое послание, называли евреев, которые отошли от еврейской традиции (в 19-м - начале 20-го веков).

Чтобы этого не произошло, Всевышний дал нам заповеди. Среди них: обрезание - знак союза с Творцом на теле, заповедь надевать *тфилин*, законы кашрута и чистоты семейной жизни, праздники, заповедь изучать Тору и учить ей других евреев...

Без традиции, без исторической памяти, без осознания цели послания, невозможна самоидентификация.

Что же происходит с евреями, которые позабыли, кто они и куда идут? Что вообще, как нас учат мудрецы, представляет собой основополагающее качество, определяющее человека как еврея?

Об этом мы узнаем в конце нашего обзора.

А пока вернемся к разговору о целях и зададимся вопросом: **какова была третья цель Творца**, когда Он совершал казни над Египтом?

Третья цель Творца в Египте - создание еврейского народа. Это - задача создания вечного посланника, посредника Неба и Земли, который не изменит. Если упадет, то поднимется, чтобы с новой силой продолжать завещанный путь.

Тут мы подошли к определению одного из **главных качеств** избранного Творцом для этой цели народа. Это - его **упрямство**. И в Торе он называется по-русски - жестоко-ыйный (*ам кше ореф*). Интересно, что слово *паро* (фараон), состоит из тех же букв, что слово и *ореф* - шея, которую евреи не должны были склонять перед трудностями.

Упрямство - инерция. Свойство материи. В Египте встретились два достойных противника, но один из них сделал *тшуву* и был



спасен, а второй - воспротивился этому, и его жизнь закончилась.

Что это значит? Как сложилась судьба фараона?

В Торе сказано: «И возвратились воды, и покрыли колесницы и всадников всего войска фараона, вошедших в море за Израилем, - не осталось от них **ни одного** -- *ад эхад* (так в тексте)» (гл. 14, ст. 28).

На основании одной этой фразы сложились две версии, ибо выражение *ад эхад* можно понимать по-разному.

Итак, согласно одной из них (если перевести *ад эхад* как - **ни одного**), фараон утонул в море, когда преследовал во главе своей армии еврейский народ. Потому что, отпустив его, он вдруг передумал и решил вернуть себе рабов.

Тогда и этого, самого главного из первенцев Египта, постигло (пусть, с некоторым опозданием) общее наказание, которого он до времени миновал, ибо ему давалась возможность раскаяться.

Согласно второй (тут *ад эхад* понимают как - **кроме одного**), в последний момент жизнь фараона была спасена - чтобы потом он все-таки совершил *тшуву* (раскаяние).

Об этом событии рассказывает книга Йоны.

Мудрецы говорят, что жизнь царя города Нинве (Ниневии) - модель судьбы фараона, если бы он послушался Моше (пророка Всевышнего). Государство Нинве погрязло в преступлениях, грабежах и идолопоклонстве. Получив предупреждение о грядущем наказании, царь разрывает на себе одежды, посыпает голову пеплом и, признав власть Всевышнего, вместе со своим народом молит Его о прощении. И наказание отменяется.

Твердость, упрямство, упорство... Благодаря этим качествам избранный народ мог, преодолевая препятствия, сохранять верность своему посланию, Торе и Творцу.

Снова и снова Всевышнему и его посланнику Моше приходится укреплять веру народа, склонного к скептицизму и сомнению. Об этом написано не только в этом, но и в последующих недельных главах. И всякий раз это происходит - на ином уровне. И будет происходить, **пока** еврейский народ не убедится и окончательно, **не поверит навечно**.

И когда это происходит, посланником Творца и его творения становится уже не один человек, не несколько людей, но целый народ...

Написано в Торе: «...потому что они искушали Творца, говоря: Есть ли Творец среди нас или нет?» (гл. 17, ст. 7).

И еще: «И пришел Амалек, и стал воевать и с Израилем в Рефидиме... И было - как поднимет Моше руку свою, одолевал Израиль, а если опустит руку свою, одолевал Амалек... И сказал Творец, обращаясь к Моше: запиши это на память в книгу и внуши Йегошуа, что совершенно сотру Я память об Амалеке под небесами... И сказал (Моше): Создатель клянется Своим престолом, что война у Него с Амалеком из рода в род» (гл. 17, ст. 8, 11, 14, 16).

Кто такой Амалек? Почему именно эту из многих битв еврейского народа должен был записать Моше на память? Почему о войне с каким-то Амалеком Творец клялся Своим престолом?

В нашем разделе Тора об этом не говорит. Только дает намек: «...потому что они искушали Творца, говоря: Есть ли Творец среди нас или нет?» (гл. 17, ст. 7).

А мудрецы объясняют: числовое значение слова *Амалек* равно числовому значению слова *сафек* (сомнение).

Когда еврейский народ начинает **сомневаться**, когда забывает, Кто его Отец и Защитник, Кто постоянно свершает ради него чудеса, Кто сопровождает и направляет его в пути, - тогда **приходит враг**, Амалек, чтобы уничтожить евреев.

Амалек выступил против евреев, потому что сознавал: они идут получить Тору, принять послание Всевышнего, чтобы нести его вечно. **И он решил уничтожить посланника**, а вместе с ним - и послание. Он воевал против Творца.

Но, в конце концов, сомнение будет стерто с лица земли. Так обещал Творец. Об этом же говорит название нашего раздела Торы - *бешалах*, числовое значение этого слово равно числовому значению слова - *шеш* (Имя Творца)..

Автор текста Гедалия Спинадель

Иерусалим, Израиль

ВОПРОСЫ К РАВВИНУ

Переход по Красному морю — аналог рождения ребенка?

П Можно ли рассматривать рассечение вод Красного моря, как обязательное и необходимое условие, свидетельствующее о кульминации (факте) рождения народа? Т.е., как не может появиться ребенок пока не отойдут (расступятся) воды у женщины, так необходимо было рассечение вод моря.

Т.е. оно было обязательным условием, потому что Всевышний мог ведь повести и другим путем? Но весь мир должен был знать, что произошло именно чудо рождения.

И еще, ведь известно было Вс-му до сотворения мира, что в этом мире чтение недельных глав Тазриа-Мецора будет приходиться на дни между Песахом (спустя 8 дней от 1 дня) и Шавуотом. За 40 (7+33) дней, когда мужчинам (захор) нельзя стричься и бриться.

Вы правы, переход по Красному морю (в Торе оно называется *Ям Суф* — Тростниковое море; в географическом плане речь в Торе, скорее всего, идет о большом озере в системе «Горьких» озер, образовавшихся в ответвлениях моря, которое ныне именуется «Красным») был кульминационным моментом освобождения евреев от египетского рабства. Освобождения — потому что процесс Исхода из Египта в широком смысле данного понятия продолжался до дарования Торы.

В Египте еврейский народ находился на грани тотального уничтожения, и, спасая его, Всевышний в определенные моменты, временно, полностью отменял установленные Им «естественные» законы природы (египетские казни, рассечение вод Красного моря). Увидев это, евреи должны были осознать, что только с Всевышним может быть полноценная жизнь, жизнь, наполненная духовностью, которая — выше законов природы. И не достаточно просто знать, что такое существует. Надо было пропитаться этим «до мозга костей».

Это и есть кульминация осознания близости к Творцу мира. Поэтому Исход из Египта в каком-то смысле действительно можно считать духовным рождением нашего народа.

Что касается Вашего допущения, что «Всевышний мог повести и другим путем», подчеркну, что мы далеко не всегда задаемся вопросом — «что было бы, если бы мы оказались в иной ситуации?». Иногда в Устной Торе такие вопросы — рассматриваются. Но если Учителя, обсуждая какую-либо тему, его не затрагивают — у нас и тем более нет никаких оснований об этом серьезно говорить.

К примеру, в «географическом» смысле другие пути выхода из Египта, конечно, существовали. Но ведь цель Исхода — не физическое перемещение на другую территорию.

Ваше сравнение перехода через Красное море с рождением ребенка — хорошее, интересное предположение. И добавить тут мне нечего.

В расширение темы рекомендую прочесть на сайте и ответ [«Золото и прочее взяли в долг у египтян или попросту — забрали?»](#). А также, к примеру — [обзор недельной главы Шемот](#), четвертый годовой цикл обсуждения.

И — последнее.

В чем суть Вашего вопроса о недельных главах Торы *Тазриа* и *Мецора* я, признаться, не понял.

Автор текста Хаим Аккерман

Золото и прочее взяли в долг у египтян или попросту — забрали?

Добрый день, уважаемый рав!

В недельной главе Бо (12:35) сказано: А сыны Израиля сделали по слову Моше и взяли в долг у египтян вещи серебряные, и вещи золотые и одежды.

В связи с этим возникает два вопроса.

1) Почему говорится, что они взяли в долг? Понятно, что эти вещи были взяты в компенсацию рабского труда, но причем тут долг? Разве их собирались возвращать?

2) Почему сказано, что это было сделано по словам Моше? Ведь это было сделано по словам Вс-вышнего (хоть и переданным через Моше, как и другие повеления)?

Спасибо!

*Элия
Москва*

Для того, чтобы найти ответы на Ваш вопрос («взяли в долг или забрали навсегда?») и на многие другие, надо знать, что Всевышний раскрыл нам в Торе о своих целях, заключенных в том или ином своем действии.

Попробую рассказать об этом, задав еще несколько вопросов, подобных Вашему. И мы увидим, что ответы на все эти вопросы проистекают из одного общего корня.

Вот еще два вопроса (все из книги Торы — *Шемот*):

1. Почему Моше сказал фараону, что наш народ собирается выйти из Египта на расстояние трех дней (гл. 8, ст. 23)? Причем, создавалось впечатление о возможном возвращении назад (хотя напрямую Моше, конечно же, вернуться не обещал).

2. Почему надо было изменить (на время) законы природы и рассечь воды Красного моря (гл. 14, ст. 16)? Евреев можно было провести обходным путем, а чтобы уничтожить египтян, у Всевышнего есть сколько угодно способов (см., к примеру, описание всех или даже некоторых из «Десяти казней египетских»).

3. Если на предыдущий вопрос есть ответ: чтобы народ Израиля поверил в Творца (как следует из гл. 14, ст. 31), можно указать, что еще раньше сказано было в Торе, что наш народ решительно и полностью поверил в Него (гл. 4.ст. 31). И вопрос остается неразрешенным.

4. Почему говорится в Устной Торе, что воды рассеклись не только в Красном море, но и вообще во всех водоемах во всем мире, и даже — в сосудах кухонной утвари (Мидраш, *Шемот Раба*, гл.21)?

И на все мы найдем один, общий ответ. Потому что все, что происходило с евреями в Египте после того, как наступил час освобождения (то есть, когда в Египет пришел Моше) имело целью **укрепить** веру народа

Израиля в Творца, а одновременно — дать неевреям возможность, в рамках свободы выбора, тоже поверить во Всевышнего.

Зачем? Чтобы в мире был проявлен принцип Справедливости, и другие народы не могли бы сказать, что Небеса «не обратили на нас внимание и на дали нам **возможность выразить нашу веру**».

И поэтому, ответ на вопрос № 1 таков.

Фараону дана была возможность отпустить евреев на три дня, а потом сказать — я вижу, что вы действительно ушли не для того, чтобы «просто оставить Египет», но — чтобы служить Творцу. А это — самое главное. Продолжайте жить так, как повелит вам Творец...

Ответ на вопрос № 2.

Чтобы египтяне могли убедиться, что законы природы подвластны Творцу. То есть — что Творец — не «один из богов», который успешно действует в рамках законов природы, но что сами законы — не абсолютны, что они — подвластны Ему. Иначе говоря, что существует только один закон, закон Всевышнего.

Ответ на вопрос № 3.

Теперь очевидно, что этот вопрос не создает нового вопроса, но укрепляет ответ на предыдущий вопрос.

Ответ на вопрос № 4.

Чтобы другие народы не могли сказать — почему мы должны отвечать за духовную слепоту и глухоту египтян. Вот показали бы нам эти явления, уж мы бы точно пошли за Творцом и его Торой...

А теперь — к Вашему вопросу.

Целью **одолжить** золотые, серебряные вещи, а также одежду, была вовсе не «компенсация за бесплатный труд». Более того, никакими вещами (деньгами и т.п.) нельзя компенсировать убийство тысяч детей, муки, голод и избиения взрослых. Цель этого — дать возможность египтянам, узнав, что все их имущество (золото, серебро и т.п.) было использовано на строительство *Мишкана* (походного Храма) и на изготовление сосудов для служения в нем, обрадоваться и сказать: вот и наша доля в служении Творцу! Как хорошо, что вы дали и нам возможность участвовать в этом.

Но вместо этого, как мы знаем, уже на третий день после Исхода, фараон, армия и многотысячные толпы египтян ринулись вслед народу Израиля, чтобы **вернуть** своих рабов, **вернуть** свое имущество... Чтобы никто не служил Творцу.

Так была продемонстрирована Справедливость (очень важно осознать, что это — одна из основ веры). Так наш народ был выделен из всех народов, ибо стал единственным **народом**, кто признал Творца.

Что касается второго Вашего вопроса, тут следует отметить, что в Торе неоднократно говорится: «по слову Моше». Этим подчеркивается, что Моше не изменил ни на одну букву повеление Творца. И точно передал все слова Всевышнего.

Таким образом закладывался еще один краеугольный камень нашей веры: Тору получил Моше и в точности передал нам.

Автор текста Элиягу Эссас

Как праздновать Ту би-Шват не в Израиле?
Здравствуйте!

Как праздновать Ту-би-Шват не в Израиле? Какие плоды использовать и какие возможны обычаи?

Юлия Киев

Основные традиции этого праздника — одинаковы и в Израиле и в странах вне Израиля. Конечно, **по духовной насыщенности** этот и любой другой наш праздник, а также — суббота, да и вообще — все дни в Израиле не идут ни в какое сравнение с тем, как это происходит вне Израиля. Разница — «как между небом и землей». Но это — тема отдельного разговора.

Размещенного на сайте материала, посвященного празднику **Ту би-Шват** (раздел «Праздники»), вполне достаточно, чтобы каждый, в любых условиях мог соблюсти обычаи этого дня.

Плоды деревьев надо использовать те, которые можно купить. Любые. Но в первую очередь, следует постараться приобрести такие (пусть и не все), которыми славится Земля Израиля. То есть — маслины, виноград, инжир, финики, гранат. Хотя бы — в виде сухофруктов. А также — яблоки, абрикосы, сливы, миндаль (и вообще, орехи) и т.д. Как в свежем виде, так и в консервированном, или сухофрукты. И не обязательно выращенные в Израиле, хотя они, конечно, предпочтительнее.

Но, покупая израильскую продукцию, нужно выяснить, не выращены ли они в Израиле в год *шемиты* (в так называемый «седьмой год»; такой год был в 2008-м) — см. на сайте ответ [«Когда и какие овощи и фрукты можно есть после года *шемиты*?»](#).

И еще две рекомендации:

1. Надо постараться, чтобы на столе были три группы фруктов.

Одна — в которой фрукты съедобны целиком. Например, инжир, яблоки (семечки которых, хотя их и не едят, но теоретически они — съедобны) и т.п.

Вторая — в которых есть (внутри) несъедобная кость. Это — маслины, финики, абрикосы и т.п.

И, наконец, третья — фрукты с несъедобной

частью снаружи (скорлупа). Например, гранат, орехи и т.п.

Присутствующим за столом следует объяснить, что первая группа фруктов символизирует высокий мир (*Берия*), мир Творения, в котором мало (почти нет) ничего лишнего. Вторая — мир *Йецира* (формирования сотворенного), в котором есть лишнее, но еще — внутри. И третья группа символизирует наш мир, мир *Асия* (мир действий в материальной сфере), где, прежде всего — видны «лишние», несъедобные части, так как они — снаружи. В нашем мире очень много «неправильного», и только духовной работой мы можем раскрыть в этом мире его высокую, скрытую внутри «светлую» часть.

2. Во время трапезы в Ту би-Шват желательно говорить о духовности *Эрец Исраэль* и о связи понятия «плод» с результатом духовной деятельности человека.

Рекомендую также ознакомиться и с материалом видеоконференции: [«Ту би-Шват, внешний и внутренний смысл»](#).

Автор текста Элиягу Эссас

Хочу начать подготовку к гиюру со смены имени...

Здравствуйте.

В течение долгого времени чувствую в себе необходимость стать ближе к еврейской культуре, вере и народу, однако еврейкой от рождения не являюсь.

В будущем планирую обучение и принятие гиюра, а сейчас хотела бы начать со смены имени.

В различных источниках имена Мирра и Мира указываются как еврейские. К примеру, на сайте петербургской синагоги имя Мира указано как производное от Мирьям.

Прошу Вашего совета: какое из этих двух имён действительно имеет еврейские корни?

Спасибо за ответ.

С уважением.

Марина

Санкт-Петербург

Ни в коем случае не начинайте, как Вы пишете со смены имени. Имя меняют на самом последнем этапе, при завершении процесса гиюра.

Теперь — об именах, которые Вы обозначили в письме.

Ни Мирра, ни Мира — таких имен в нашем народе нет. И только неграмотные в еврейской традиции люди могут давать их и имена, им подобные.

Другое дело, что в семьях настоящие еврейские имена иногда сокращают или видоизменяют для «домашнего пользования», превращая их в уменьшительно-ласкательные (особенно, когда обращаются к детям).

И здесь перед нами возникает весьма серьезная тема.

И в царской России и в других странах в прежние времена чиновники, работавшие в отделах регистрации населения, иногда вписывали в выдаваемые евреям удостоверения личности, а бывало — и в свидетельства о рождении, искаженные имена. В каких-то случаях — записывая непра-

вильное имя со слов самого человека или его родителей (когда этот человек или родители были неграмотными в еврейской традиции, а кроме того, не владели в достаточной степени языком страны проживания). В других — из желания просто поиздеваться над евреями (искажая имя намеренно — так, чтобы оно по звучанию стало «посмешищем» или и вовсе воспринималось как кличка).

И вот жил такой человек с документами (паспортом, свидетельством о рождении и т.д.), где его имя было записано неправильно.

В чем тут проблема?

В том, что сегодня многие хотят взять себе или дать своему ребенку еврейское имя в честь кого-то из своих предков. Наивно полагая, что для этого достаточно скопировать имя с сохранившегося в семейном архиве старого документа. Или — со слов старших членов семьи, по семейному преданию. Дескать, моего прадедушку или мою прабабушку звали так-то.

Значит, это — «нормативное» еврейское имя. И даже не подозревают, что эти имена были зарегистрированы в намеренном или случайном искажении.

Существует и другая проблема.

В нашем народе нередко давали и дают имена, заимствованные из языка идиш. Хотя они, по сути — не еврейские. Ибо подлинно еврейское имя по своему происхождению должно быть — из Небесного языка, иврита.

Причем — не «произвольное», но утвержденное практикой наших Учителей. Или, если даже оно — не из иврита, но, допустим — из арамейского языка или того же идиша, оно должно быть широко распространеным и, в первую очередь — в семьях Учителей Торы и праведников.

Все вышесказанное ведет нас к пониманию, что выбор имени (для ребенка и для взрослого человека) требует определенных знаний наших законов и традиции. И на этой основе — глубокого, серьезного размышления.

Автор текста Элиягу Эссас

ТУ БИ-ШВАТ

Новый год деревьев
праздник Эрец Исраэль, Земли Израиля

Почему мы приехали сюда, в Израиль? Нам довольно часто задают этот вопрос, а иногда мы задаем его сами. Естественнее всего ответить на него по-еврейски - вопросом: а где же нам еще быть? Израиль - еврейское государство, а мы - евреи.

По существу ответ правильный. Но далеко не полный. Давайте продолжим этот диалог.

Понятно, мы - евреи. А почему нам, разбросанным среди других народов, не решить (не сегодня, а сотни или тысячи лет назад): откажемся от еврейства, от принадлежности к еврейскому народу, примем то, что принимают другие, будем вести себя как они и растворимся, так сказать, в других народах. Но мы этого не сделали, хотя "вразумить" нас пытались костром, мечем и пулей. Более того - нас соблазняли выгодами и привилегиями. Но - ничего не помогло. И сегодня мы все тот же народ, что и тысячелетия назад, - дети Авраама, Ицхака и Яакова, и живем мы снова на своей земле, земле Израиля. Отдельные евреи, ушедшие таки к чужим, всеми забыты, исчезли в пучине истории и, если проанализировать их жизнь как следует, наказаны судьбой... А мы живем.

Так почему же мы остались евреями? Только потому, что уйти от своих - это предательство? Но разве француз, принимающий - через несколько поколений после переселения его предков в Англию - английскую культуру, предатель? Нет, конечно. А ведь вся английская аристократия состоит из таких французов. Значит, в нашем случае решающим является нечто другое. Те, кто получил еврейское образование, знают, а многие из нас, советских евреев, пока еще не слишком еврейски грамотных, интуитивно чувствуют, что перестать быть евреями означает потерять нечто важное, нечто особенное...

Мы с вами являемся потомками выдающихся людей - первого еврея Авраама, его сына Ицхака, его внука - Яакова и его (Яакова) двенадцати сыновей. Мы прошли через горнило египетского рабства и вышли из Египта с тем, что Всевышний обещал Аврааму: **"רְכוּשׁ גָּדוֹל"** с - "огромным богатством", иначе говоря, мудростью Торы. Но вышли мы не как группа людей, а как народ, с особым заданием. Для того, чтобы мы могли жить как особенный народ и *выполнить* это задание, Всевышний выделил нам землю - Эрец Исраэль, страну Израиля.

Отличительные черты Эрец Исраэль

Элементарная логика этих событий должна привести нас к выводу, что страна наша - Эрец Исраэль - страна особая. Даже при поверхностном взгляде на нашу историю и на наш сегодняшний день легко в этом убедиться.

Давайте коснемся хотя бы нескольких особенностей нашей земли, отмеченных в Торе или в словах пророков, проанализированных нашими мудрецами, и сопоставим это с состоянием дел на сегодня.

1. Эрец Исраэль - **אֶרֶץ חַמְדָּה** (эрец хемда) - желанная страна. Так определил ее Всевышний устами пророка Йермиягу (Книга Йермиягу, гл. 3). Действительно, никогда евреи не переставали тосковать по этой земле, никогда не забывали ее, никогда не оставляли надежду туда вернуться. Эрец Хемда... И грозным отражением этого качества была история страны Израиля: один за другим приходили захватчики,

они боролись за нее друг с другом, они (и христиане, и мусульмане) сделали ее своим духовным центром и до сих пор не могут успокоиться и признать, что у этой земли было и есть только одно название - Эрец Исраэль.

2. **אֶרֶץ טוֹבָה וְרוּחָה** (эрец това у-рехава) - земля хорошая и широкая. Это (Шмот, гл. 3) только одно из многих мест в Торе, где земля Израиля определяется как плодородная (това) и достаточная для заселения всех евреев (рехава). Люди, не знающие нашу историю, обычно с трудом соглашались с таким определением. Однако если мы обратимся к фактам прошлых лет, то выяснится, что были периоды, когда на земле Израиля проживало в *несколько раз* больше евреев, чем сегодня, и *при этом* страна экспортировала сельскохозяйственную продукцию! Ниже мы коснемся некоторых факторов, определяющих плодородие земли Израиля, а пока скажем только, что земля наша необычайно чувствительна (если можно так выразиться) к *истинным* потребностям народа, живущего на ней...

3. **שְׂמֹמֶה שֵׁשׁ כַּה כֹּרֶחַ** (шмама, шейеш ба браха) - бесплодие, которое на самом деле благословенно. В предсказании исторического процесса, согласно которому будет период галута (изгнания), Всевышний так сказал (Ваикра, гл. 26): "...А землю эту превращу Я в бесплодную пустыню".

Все, что касается галута, конечно, является наказанием нашему народу, кроме - неожиданно! - одного обстоятельства: превратив землю Израиля из цветущего сада в бесплодную пустыню, Всевышний держал ее в этом состоянии все время галута - вплоть до начала массового возвращения евреев на свою родину (примерно сто лет тому назад).

Никакие захватчики - византийцы, крестоносцы, арабы - не смогли возратить плодородие этой земле и тем самым укрепиться на ней! Так было предсказано в Торе, так и получилось. И если сегодня только часть нашей земли обрела плодородие, то это так понятно - ведь только часть нашего народа вернулась на свою землю.

4. **אֶרֶץ הָרִים וּבְקָעוֹת** (эрец арим у-ваот) - страна гор и долин.

Это место в Торе (Дварим, гл.11), где - в контексте всей главы - говорится о боль-

Земля Израиля: возвышенная и духовная

шом сельскохозяйственном потенциале страны Израиля, на первый взгляд представляется странным: горы - не то, что в таких случаях принято хвалить. Но наши мудрецы, *талмидей хахамим*, указали в Талмуде, что таким образом Всевышний раскрыл суть земли Израиля: в ней, относительно небольшой стране, расположены различные климатические районы, *каждый* из которых может быть необычайно плодородным и давать плоды своего, особого свойства. Таких районов - двенадцать, по числу сыновей Яакова, от которых пошли двенадцать основных типов евреев (двенадцать колен Израиля, как их иногда называют). Это - и царственное величие колена Иегуды, и погруженность в Тору колена Иссахара, и деловой размах колена Зевулуна, и солидная хозяйственность колена Ашера. Каждому колону выделена часть Эрец Исраэль, наиболее подходящая для раскрытия духовного потенциала каждой этой общности-колена.

Вот как 3200 лет тому назад земля Израиля была поделена между потомками сыновей Яакова (названия городов я привожу современные). От Иерусалима и южнее - колено Йегуды. Оно занимало всю южную часть Эрец Исраэль, отсюда название - Иудея. Внутри него, вокруг Беэр Шевы, жило колено Шимона.

От Иерусалима и севернее (километров на 30) - колено Биньямина. К Западу от него - вокруг Тель-Авива - колено Дана. Севернее Биньямина (до широты Натани) - колено Эфраима.

Между Натанией и Хайфой (на западе, на востоке граница переходила Иордан и простиралась далеко к востоку от реки) - колено Менаше. От Хайфы и на север вдоль морского побережья - почти до Бейрута - колено Ашера. К востоку от Хайфы - область колена Зевулуна, у озера Кинерет, примерно от Тверии до Цфата, жило колено Иссахара. Территория от Цфата и к северу - за горы Хермона - принадлежала колону Нафтали.

Мы уже отметили, что колено Менаше расположилось по обе стороны реки Иордан. На востоке от Иордана находились и другие два оставшиеся колена: к югу от Менаше - колено Гада (т.е. от уровня географической широты Натани и вниз, к югу - до начала Ям Амелак (Мертвого моря).

А еще южнее, т.е. к востоку от Ям Амелак, - колено Реувена.

Внимательный читатель мог заметить, что целое колено - потомки Леви - было "забыто". Но ошибки тут нет. Колено Леви (левиты, как их иногда называют) не получило собственного удела. Левиты, эти учителя народа, которым еще было поручено нести посменно службу в Храме, были "рассеяны" по всей стране Израиля.

И еще одну функцию выполняло это колено, быть может, наиболее важную. Хотя они и трудились на благо общества, но мудрые законы Торы не определили им "твердого оклада". Нет, обучая людей, служа им и молясь за них, левиты должны были иметь уровень жизни, являвшийся функцией от уровня жизни всего общества. Ибо общество давало им **מעשר** (маасер) - десятую часть урожая. Это помогало левитам полнее ощущать связь с судьбой народа, которому они служили. И это помогало каждому еврею обретать этот бесценный дар - умение *отдавать*, а через это возвышаться и глубже постигать то, о чем просил нас Всевышний: "Приведу Я вас в землю хорошую, но и вы должны помнить: не хлебом единым жив человек, а по слову Всевышнего (на самом деле) живет он".

И здесь-то мы и подходим к нашей теме - Новому году деревьев. Еврейские праздники имеют одну цель - помочь подняться еще на одну духовную ступеньку. Не через отрицание окружающего мира, не через презрение к "земному", а через очищение его и возвышение, через облагораживание и освящение должен идти еврей к вершине духовности, делающей человека Человеком: не хлебом единым жив человек, а по слову Всевышнего живет он.

И чтобы помочь нам в этом, выбрал Всевышний, Творец мира, из всех стран именно эту - Эрец Исраэль, страну, потенциал которой безграничен, которая, если только мы этого достойны, "течет молоком и медом". Но для этого нам нужно уметь *отдавать и освящать*.

Отдавать. Все, что выращено нами на земле Израиля, - выращено не только для нашего потребления, но и для того, чтобы закрепить и укрепить наше умение отдавать.

Снят урожай - и столько-то (желательно около двух процентов) нужно было отдать козну (священнику). Называлось это - отделить труму ("**תרומה**") - возношение).

Затем - десятая часть, маасер, как уже указывалось, отдавалась левиту.

Затем - десятая часть от оставшегося, "**מעשר שני**", маасер шени, откладывался в сторону с тем, чтобы в праздник всей семьей прийти в Иерусалим и использовать ее для праздничной трапезы, на которую приглашали также нуждающихся и левитов. В третий же и шестой годы семилетнего цикла этот маасер полностью отдавался бедным. В седьмой же год (год шмиты) *весь урожай* вообще принадлежал народу - хозяин не мог продать его или отложить про запас - им пользовались все.

Здесь перечислены только некоторые из законов Торы, помогающие человеку *отдавать*. Во всей своей полноте эти и другие законы, связанные с землей Израиля, могли выполняться, только когда в Иерусалиме стоял Храм. В наши дни, пока третий Храм еще не построен, раввинат Израиля и отдельные раввинские суды участвуют вместе с земледельцами в отделении определенной доли урожая. Это и засчитывается сегодня, при отсутствии Храма, как выполнение заповеди о трумот

и маасерот. Только после того, как это сделано, и земледельцы, и все мы, простые потребители, можем есть плоды земли Израиля.*

* В задачу этой книжки не входит описание всех мицвот - заповедей, связанных с землей Израиля, а также деталей выполнения этих мицвот. Все эти заповеди приводятся в Торе; подробности их соблюдения детально разработаны нашими учителями в Талмуде, многие тома которого посвящены анализу этих заповедей и описанию величия земли Израиля.

Пятнадцатый день Швата - Новый год деревьев

Итак, подведем некоторые итоги. То, что нам обычно представляется будничным, хотя и очень важным, "земным" (!) делом - обрабатывать землю, выращивать урожай и кормить народ - для нас, евреев, оказывается неразрывной частью величайшей духовной задачи, возложенной на нас Всевышним, - быть лоцманским корабликом, провести через бурные воды бушующего океана истории, не сбившись с курса, караван разбросанных по волнам судов - другие народы - к конечной цели: признанию всем человечеством Всевышнего как единого Творца, управляющего миром путем Высшей Справедливости, по открытым нам в Торе законам.

И поэтому даже земля, выделенная Им еврейскому народу, оказывается "пропитанной" духовными элементами. Она живет и переживает вместе с нами - и наши подъемы (помогая

нам - ארץ טובה ורחבה) и наши падения (поддерживая нас - ארץ שממה).

Поэтому плоды ее, нашей земли, - не просто зерновые, овощи и фрукты, они прежде всего плоды, рожденные на нашей земле, духовные частички, делающие нашу жизнь возвышеннее и осмысленнее.

Тора особенным образом выделяет плодовые деревья. И действительно, разберем такой вопрос: как же получается, что в конце зимы мы отмечаем некий Новый год, да еще будто бы не наш собственный, а деревьев?

Мы уже знаем, что одну десятую часть урожая евреи во времена Храма отдавали левитам, а вторую - съедали в Иерусалиме или отдавали нуждающимся. Поскольку основная суть этой заповеди - поделиться тем, что пришло к тебе в этом году, надо определить, когда именно начинается год. Тогда все, что пришло к нам до начала Нового года, - относится к прошлому году и от этого урожая соответствующим образом отделяют маасерот, а все, что после Нового года, - есть урожай нынешнего года, естественно, со всеми вытекающими из этого последствиями.

Наши мудрецы установили, что земля Израиля как бы пробуждается от зимней спячки в месяце שבט - Шват, пятом месяце после Рош-а-Шана (напомним названия этих первых пяти месяцев года: Тишри, Мархешван, Кислев, Тевет, Шват). За предшествующие два месяца обычно выпадает достаточное количество дождей, и в деревьях пробуждается животворная сила, они к этому времени уже полностью готовы к плодоношению.

Мудрецы установили и точную дату: пятнадцатый день месяца Шват. Поэтому все плоды, завязавшиеся до этого дня, относятся к прошлому году, а остальные - к нынешнему. Таким образом, считается, что пятнадцатое Швата - Новый год деревьев.

Поскольку число пятнадцать в алфавитном написании обозначается как ט"ו, то установилось традиционное название праздника: ט"ו שבט, которое произносится как ту би-шват. Не будучи "полным праздником", как, например, Песах или Сукот, Ту би-шват в еврейской традиции - день праздничный, со своим настроением и обычаями. По сути он является праздником Эрец Исраэль, земли Израиля. И не удивительно, что уже сотни и сотни лет во многих синагогах и ешивах в этот день раввины и учителя изучают и преподают законы и обычаи, связанные с землей Израиля, а в перерыве устраивают трапезы, главным элементом которых являются плоды деревьев, и особенно плоды, выращенные на земле Израиля.

Обычаи Ту би-шват

* Вечером семья собирается за праздничным столом, украшенным многочисленными фруктами. Многие считают важным собрать пятнадцать видов фруктов, а некоторые - даже тридцать видов! (Фрукты на иврите: פרי העץ - плоды дерева, орехи входят в их число, а бананы - нет.)

* Мы уже говорили, что возвышение "земного" происходит через отделение и освящение. Об отделении - трумот и маасерот - было рассказано в какой-то степени подробно. Что же такое - освящение?

Освящать. Чтобы подняться над потребительской частью еды, мы произносим перед едой браху - благословение. В данном случае - перед тем, как съесть фрукт, - произносят:

ברוך אתה " אלהינו מלך העולם כורא פרי העץ

(Барух Ата А-донай Э-лоэину мелех аолам, боре при аэц) - "Благословен Ты, Всевышний, творящий плод дерева".

На столе в Ту би-шват всегда много плодов. С каких начать? Общее правило: каждый начинает с самых любимых. Но если на столе находятся плоды, которыми славится земля Израиля (и которые упомянуты в Торе), то принято начинать с них (вся еврейская традиция пронизана уважением к земле Израиля!).

Что же это за особенные еврейские плоды? Маслины, финики, виноград, инжир, гранат.

* После того, как произнесе-

на **ברכה** (браха) - благословение - на один из фруктов, на остальные во время этой трапезы браху уже не произносят.

* В синагогах к молитвенной службе не добавляются никакие специальные молитвы, однако из всех ежедневных молитв устранены те части, которые считаются "печальными".

* В Торе установлено и наши учителя разъясняют, что единственное подходящее место жизни для каждого еврея - страна Израиля. Это, безусловно, сама по себе важная тема, достойная отдельного обсуждения. Здесь же отметим, что внутри этой заповеди - жить в Израиле - есть и такая маленькая, казалось бы, деталь: человек должен посадить дерево на земле, данной нам Всевышним для заселения.

Поэтому сложилась традиция: в Ту би-шват тысячи людей, дети и взрослые, участвуют в массовых посадках деревьев.

* * *

Рассказ о Ту би-шват хорошо завершает небольшой отрывок из Талмуда (трактат Таанит).

Шел однажды человек в жару по пустынной дороге - изголодавшийся и усталый. И вдруг увидел дерево, плоды которого были сладки, в тени которого прохладно и рядом с которым протекал прозрачный ручей.

Утолил человек жажду, поел сладких плодов и отдохнул в тени. А перед тем, как вновь отправиться в путь, обратился он к дереву и сказал: "Дерево, дерево, как мне благословить тебя?"

- Чтобы плоды твои были сладки? Так они уже сладки.

- Чтобы в тени твоей людям было хорошо и прохладно? Так это уже и теперь так.

- Чтобы ручей протекал здесь и поил бы тебя и людей? Так ведь течет здесь ручей.

Вот как я хочу благословить тебя:

- Пусть все деревья, которые вырастут из семян плодов твоих, будут такими, как ты..."

Автор текста Элиягу Эссас

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ПО ТОРЕ

Девять продуктов, которые помогут вам ограничить количество сахара в вашем рационе

ЗДОРОВЫЕ ЗАМЕНТЕЛИ СЛАДКОГО

Здоровый батончик гранолы

Хотя батончик гранолы выглядит более здоровой едой, чем конфеты, тем не менее, он содержит такое же количество сахара. Американский производитель Кинд (KIND Healthy Snacks) предлагает батончики «Орехи и пряности». Они сделаны только из натуральных продуктов и содержат всего 5 граммов сахара.

Смесь Trail Mix

Когда мне очень хочется чего-нибудь сладкого, я добавляю trail mix (смесь орехов, сухофруктов и других ингредиентов) в простой йогурт, что делает его сладким и при этом содержит белок, пищевые волокна и мало сахара.

Крекеры, приготовленные с морской солью, и ореховое масло

Это очень вкусно – намазать соленые крекеры шоколадно-ореховым маслом (масло готовят из миндальных орехов и какао). Это сладкий и здоровый перекус, который к тому же добавляет к вашему рациону антиоксиданты и минералы.

Свекольные кристаллы

Свекольные кристаллы (Red Beet Crystals) – это натуральный, сладкий продукт, растворимый в воде. Его делают из органического свекольного сока. Этот продукт имеет несколько полезных свойств: он очищает печень, поддерживает иммунную и кровеносную системы, поставляет организму витамин С и железо. Используйте его вместо сахара, добавляя в еду и питье.

Натуральный органический мед

Мед – прекрасный источник натуральной сладости, у него масса достоинств – от поддержки иммунной системы до лечения большого горла. Вы можете скушать полную ложку меда либо саму по себе, либо добавляя его в чай или йогурт.

Темный шоколад

Хорошо иметь под рукой темный шоколад – на случай, если вы захотите чего-нибудь сладенького. Во-первых, он вкусен (все-таки шоколад!) и содержит много антиоксидантов. Когда будете выбирать шоколад в магазине, выберите тот, в котором содержится не менее 70% какао.

Ванильный чай

Ванильный чай - прекрасный выбор, если вы хотите сладкое, но хотите при этом избежать лишних калорий или сахара. Только внимательно прочитайте этикетку, чтобы убедиться, что случайно не возьмете разновидность ванильного чая с добавкой сахара.

Банановое мороженое

У меня в морозильной камере всегда есть несколько замороженных бананов, чтобы сделать коктейль из фруктов или мороженое. Способ приготовления очень простой: взбейте в миксере масло миндальных орехов, мороженые бананы и какао. Сахар добавлять не нужно.

Я думаю, такое мороженое еще вкуснее обычного.

Мороженый виноград

Это, наверное, самый легко приготавливаемый перекус. Держите в морозильной камере уже помытые виноградины в порционных мешочках. Когда вам захочется взять что-то сладкое, оно уже у вас под руками. Виноград содержит антиоксиданты, а к тому же, это прекрасный десерт на обед или ужин.

Ами Вальпоун

Перевод с английского

Yahoo! Health

КУЛЬТУРА. ЛИЧНОСТЬ. ЭТИКА

КАК ПРИБЛИЗИТЬ ОСВОБОЖДЕНИЕ

Сокращенное изложение предисловия из книги "Хафец Хаим"

Еврейский народ обладает особым достоянием - он избран Создателем Вселенной для получения Его Учения. В этом мы усматриваем главное отличие от остальных народов, но вместе с тем и бремя колоссальной ответственности. Однажды из-за грехов народа Израиля был разрушен Храм, а народ изгнан из Эрец Исраэль, причем изгнание длится по сегодняшний день. И, поскольку мы продолжаем жить в изгнании, давайте спросим: какие наши грехи стали основной его причиной? За что нас изгнали и что надо сделать, чтобы вернуться?

Многое указывает на то, что основным грехом явился *лашон-ара* (злословие или, еще точнее, язык зла). *Лашон-ара* - источник ненависти, споров, а подчас и кровопролития. В Талмуде отмечается, что именно *лашон-ара* - причина нашего изгнания. Таким образом, до тех пор пока мы не перестанем совершать этот грех, нет у нас возможности заслужить освобождение.

И Тора, и Талмуд подчеркивают важность законов о *лашон-ара*. Тора налагает проклятие на тех, кто злословит о других. Талмуд приравнивает грех *лашон-ара* к атеизму. Грех злословия тяжел и очень серьезен, потому что повторяется постоянно. Человек, неосторожный в речи, способен нарушать этот запрет сотни раз на день. Поэтому мы, народ Израиля, не удостоимся благословения, пока не перестанем совершать грех *лашон-ара*.

Путем тщательных наблюдений я пришел к следующему выводу: многие не догадываются о том, что, если высказанные в адрес человека и порочащие его честь слова являются абсолютной правдой, все равно эти слова - *лашон-ара*, а значит, они запрещены. И даже те, кто с этим положением знакомы, все равно умудряются найти сотни причин, позволяющих им оправдать свое злословие: "такой-то известен как злодей" или "он со всеми ссорится", - как будто подобных людей можно поносить за глаза. Другие уступают соблазну посудачить о людях, ссылаясь на "природу" человека, которая якобы не позволяет против такого соблазна устоять. А есть такие, что, уклоняясь от разговоров, с удовольствием слушают отрицательные отзывы о людях, не догадываясь, что тем самым преступают тот же самый запрет. Эти и ряд других причин привели к тому, что злословие получило такое

распространение. Если человек и заинтересован в прояснении законов о *лашон-ара*, до сегодняшнего дня ему было трудно это осуществить, поскольку они не были собраны в одной книге. Теперь, с Б-жьей помощью, мной собраны воедино все законы о *лашон-ара* из Талмуда, работ мудрецов последующих эпох и в первую очередь Рамбама, из сборников "Смаг", "Шаарей тшува" (Ворота раскаяния), составленного раббину Йоной, и многих других.

Отныне, внимательно и скрупулезно изучая эти законы, человек может постепенно избавиться от привычки злословия. Так, благословенные этим достижением, мы ускорим окончательное освобождение...

Возможно, некоторые попытаются умалить важность этой книги, цитируя изречение наших мудрецов: "Человеку предпочтительней грешить, находясь в неведении о греховности своих действий, нежели грешить сознательно". Это ошибка, поскольку указанный принцип неприменим к заповедям, которые подробно описаны в Торе (например, *лашон-ара* или сплетни, *рехилут*). Сама Тора предписывает нам постоянно помнить о том, какое наказание получила Мирьям за произнесенные ею осуждающие слова в адрес пророка Моше. Если рассуждать подобным образом, лучше всего было бы предать весь тот эпизод забвению, но Тора почему-то так не поступила.

На самом деле, если человек постоянно изучает указанные законы, он начинает замечать, как постепенно дурная привычка к злословию исчезает из его речи.

Встречаются люди, чье желание сплетничать и злословить о других столь сильно, что они предпочитают по-своему трактовать рассказанное в этой книге, чтобы оправдать свой грех *лашон-ара*. Они выдирают цитаты из контекста и опираются на них, не выполняя всех необходимых условий. По этому поводу наши мудрецы, комментируя стих Танаха (Ошеа 14:10): "Прямы пути Всевышнего, праведники пойдут по ним, а преступники на них споткнутся", - сказали, что правда не скроется от того, кто ее ищет.

Продолжение в следующем выпуске...



ЖЕНСКАЯ РУБРИКА

"Тода!"

Одна из самых трепетнейших глав в нашей Торе в этот Шаббат: глава Бешалах - окончательный выход из Египта евреев.

Именно в этой главе Песнь Моше В-вышнему о Его славе после рассечения Моря, а также получение мана. Безусловно, об этих высочайших моментах можно говорить бесконечно. Однако остановимся концептуально на двух вещах: песнь Моше и получение мана.

Известная истина: когда человек грустит, Небеса закрываются. Наши Учителя еще более точно определили источник грусти: эгоизм. И действительно, любое неконструктивное отрицательное эмоциональное состояние по сути отрицает в некоторой мере принятие приговора Небес.

Учили, что после того, как Яаков узнал, что Йосеф был убит, от продолжительного горя к нему не приходило пророчество. Шульхан арух определяет четко: "Человек должен пребывать в спокойно-радостном расположении духа".

Таким образом, мы видим, что радость тесно связана с возможностью ощущать полноту контакта с Творцом.

Можно расширить этот вывод: "появление мана", спускание и реализация благословения Небес в жизни человека тесно связано с его радостью служения В-вышнему.

Почему так? Чем В-вышнему неуютен грустный сентиментализм?

Одна из сложных граней восприятия нами жизни - принятие трудностей в жизни на том же уровне, что и принятие радости. Рационализм и эгоизм, как правило, оставивают человека увидеть чудо каждый день.

Наша недельная глава учит: восторженное эмоциональное состояние, которое выражается в Песни Моше, есть квинтэссенция нашей жизни. Проходя через испытания и в конце получая награду, мы понимаем - отчасти, конечно, - зачем таким сложностям суждено было появиться в нашей жизни. И тогда ("аз" на иврите, то слово, с чего начинается Песнь) мы абсолютно рады тому, что все, что мы прошли, каждая секунда, подчинялись единственно правильной цели:

духовный рост и укрепление его результатов через испытания.

С Б-жьей помощью, понять и принять нам эти истины всем сердцем. Ведь йецер-а-ра (своего рода "злое" начало в человеке) подталкивает нас сердиться, торопиться, принимать поспешные решения, не ценить настоящее...

И ведь как просто: каждый день сказать "тода" (на иврите "спасибо") Творцу. И как сложно перебороть свое "я" и вспомнить, что ничего просто так не приходит и не происходит.

Шаббат Шалом!

Лея Коган

Иерусалим, Израиль

КОШЕРНЫЕ РЕЦЕПТЫ

«ОТ САРОЧКИ»

Говядина с курагой

Говядина молодая 500 гр.

Курага 50-70 гр.

100-300 гр. сухого вино по вкусу

Лук

Специи

Растительное масло

Ингредиенты:

Способ приготовления:

Говядину нужно нарезать пластинками 5x5 см, отбить, замариновать в вине и специях, и оставить мясо в маринаде на час. Лук и Курагу обжарить, залить маринадом от мяса.

Говядину залить полученным соусом и тушить в духовке до готовности.

Приятного аппетита!

Сара Манн

Люксембург

5 МИНУТ ИВРИТА

לשלח (лишлоах) - посылать, отсылать

לנהוט (линхот) - руководить, ходить, направлять

סוף (суф) - тростник

פראש (параш) - всадник, наездник

ישועה (йешуа) - спасение, помощь

ללחם (лильхом) - сражаться, воевать

ДЕТСКАЯ СТРАНИЧКА

Дорогие читатели!
Давайте задумаемся, а умеем ли мы с вами благодарить. Не просто машинально сказать вежливое «спасибо», а испытать глубокую благодарность за все то, что у нас есть.

Мирьям - сестра наша духовного лидера Моше Рабейну, перейдя Ям суф, вместе с остальными женщинами песнями и танцами стала благодарить В-севышнего, за чудесное спасение из рабства..

Песня идет от всей души, от чистого сердца. Даже тот, кто не умеет молиться, может петь.

Но евреи в рабстве разучились петь, им просто было не до песен.

А тут мы видим, что евреи запели. Говорят, что этому искусству вновь нас научили птицы. Поэтому, мы помним и о птицах, вернувших нам радость, И в честь них этот шаббат- Шира(песня).

Когда мы зажигаем шаббатные свечи, принято что -то просить для своей семьи и близких.

Но что нужно сделать перед этим?

Правильно, нужно поблагодарить В-севышнего за все, а уж потом обращаться с просьбами.

На землю снизошел покой и наступает вечер.

И мама в этой тишине зажжет Шаббата свечи.

Как птицы руки полетят, порхая над огнем.

Так мама молится сейчас, чтоб был счастливым дом.

Пусть за окном -зима, весна , пусть лето или осень.

На свечи мамочка глядит и молится, и просит.

В-севышнего благодарит, за нас переживает.

И сколько у нее забот один В-севышний знает.

Любимой мамы добрый взгляд всегда согреет нас .

Молитва мамина проста, но так нужна сейчас.

Будь благодарным за добро, за солнце и за свет .

За хлеб и воду, и за мир. Без мира-жизни нет.

В-севышний мудростью своей творить добро нас учит.

Мы на свободе рабства нет, что для еврея лучше?

И мама молится за нас, от бед оберегая,

И руки мамы летят, усталости не зная.

Цюпа Гензель

Кфар Эльдад

ЛИСТ ТАЛМУДА

Трактат *Берахот*

Лист 53 часть 1

Продолжая уточнять порядок проведения субботних и праздничных дней, на нашем листе Талмуд, дабы оградить людей от возможных ошибок, моделирует и разбирает различные обстоятельства, оказавшись в которых человек может не знать, как поступить, чтобы не нарушить закон.

Рассматривается, в частности, такая ситуация. Допустим, некто до темноты засиделся за третьей трапезой (о том, сколько трапез следует устраивать в субботу — см. на сайте [обзор листа 118](#) трактата *Шаббат*). И вот, закончив еду, он собрался прочесть над бокалом вина *Биркат а-мазон* (благословение после еды с хлебом). Но тут выяснилось, что вина осталось у него на один бокал — ровно столько, сколько нужно для того, чтобы сделать *havdala* (отделение праздничного дня от будней). Тут возникает весьма непростой вопрос: **в каком**

порядке этот человек должен прочесть благословения, которые ему надо произнести на исходе *шаббата* (включая *Биркат а-мазон*).

Сначала нужно сказать благословение над специальной свечой (см. на сайте [обзор второй части листа 52](#)), — говорят Учителя школы *Шама* (выдающийся Учитель Мишны, 1-й век), — потом читают *Биркат а-мазон*, после этого — благословение над благовониями (см. [там же](#)) и в заключение — *бераху* (в переводе — «благословение») «...отделяющий святое от будничного».

Несколько иную грань Истины усматривают в этом вопросе представители школы *Гилеля* (коллега и современник Шама).

Да, вначале необходимо поблагодарить Творца за право вновь пользоваться огнем (благословение над специальной свечой), — говорят они. — После этого произносят *бераху* над благовониями, затем читают *Биркат а-мазон*, а в конце — благословение на отделение «духовно возвышенного от будничного».

То есть сторонники школы *Гилеля*, в отличие от представителей школы Шама, в данном ряду благословений *бераху* над благовониями ставят перед благословением после еды. И объясняют: так следует делать потому, что *бераха* на благовония, как и благословение над *havdальной* свечой, связаны с завершением *шаббата* — их надо произносить одну за другой.

Впрочем, некоторые последователи школы *Гилеля* в рассматриваемом нами случае предлагают такой порядок произнесения благословений, — подчеркивает *раби Иегуда* (великий Учитель Мишны, 2-й век). — Сначала — *Биркат а-мазон*, потом — *берахана* благовония, после этого — благословение над специальной свечой, а в заключение — «...отделяющий святое от будничного».

Именно такая последовательность благословений в подобных ситуациях, — отмечает *раби Йоханан* (величайший Учитель Талмуда в *Эрец Исраэль*, составитель Иерусалимского Талмуда; 3-й век), — наиболее точно отвечает потребностям человеческой души. Ибо осуществляет как бы восхождение от ее нижних этажей (связанных тесными узами с телесной оболочкой) — к верхним (поднимающимся в духовные миры — см. на сайте, к примеру, ответ [«Запрограммирована ли наша жизнь?»](#)). И совершенно естественно, что этот порядок благословений закрепился в сложившейся в народе традиции.

Далее Талмуд уточняет формулировку благословения над *havdальной* свечой.

Здесь сторонники школы Шама и последователи школы *Гилеля* также открывают различные грани Истины.

Над пламенем специальной свечи, — говорят Учителя школы Шама, — произносят: «Благословен... Который сотворил свет огня». Ибо смысл данной *берахи* — поблагодарить Всевышнего за то, что в процессе сотворения мира Он создал Свет.

Формулировка Учителей школы *Гилеля* звучит так: «Благословен... Творящий свет огней».

В этом благословении важно подчеркнуть, — объясняют они, — что Всевышний поддерживает сотворенный Им мир, ежесекундно воссоздавая его (в том числе и свет от огня) заново. В Танахе об этом сказано: «...Создающий свет и Творящий мрак» (книга пророка *Иешаягу*, гл. 45, ст. 7).

Но главное принципиальное различие в предложенных формулировках, — подчеркивает Талмуд, — заключается в том, что представители школы Шама употребляют слово «огонь» в единственном числе («свет огня»), а последователи школы *Гилеля* — во множественном («свет огней»). В этом проявляется суть высказанных позиций.

Огонь представляет собой единый источник света, — разъясняют сторонники школы Шама.

Последователи школы *Гилеля* видят в этом иную грань Истины. В огне, — говорят они, — множество цветовых оттенков. И это означает, что свет рождается соединением множества огней.

Дело в том, — разъясняет несовпадение формулировок по двум пунктам *Виленский Гаон* (*раби* Элиягу из города Вильно; Литва, вторая половина 18-го века), — что в иврите настоящее время включает в себя и прошедшее. Поэтому разница в употреблении времен («сотворил» и «творящий») — не существенна, ибо смысл от этого не меняется. Всевышний, создавая мир, сотворил огонь, и любой огонь, который возникал с тех пор и возникает сейчас — лишь проявление первичного, сотворенного Им огня. «Разночтение» появляется, когда Учителя, исследуя сущность понятия «огонь», приходят к разным заключениям.

Учителя школы Шама отмечают, что в благословении над *havdальной* свечой подразумевается единый, сотворенный Всевышним источник света. Поэтому глагол в их формулировке стоит в прошедшем времени, а слово «огонь» — в единственном числе.

Учителя школы *Гилеля*, открывая иную грань Истины, подчеркивают, что в тексте *берахи* речь идет не только о первозданном огне, но и о том, который мы зажигаем (воссоздаем) в начале процедуры *havdаль*. Поэтому здесь употребляется настоящее время и множественное число.

Здесь же скажем, что *галаха* (еврейский практический закон) соответствует позиции представителей школы *Гилеля* (в благословении над свечой надо говорить — «...свет огней»). Однако, чтобы не было никаких сомнений, Учителя постановили: для *havdаль* надо пользоваться специальной свечой, с **несколькими фитилями**. Если же такой свечи под рукой нет, можно взять две обычные свечи зажечь их и держать так, чтобы пламя от них сливалось воедино...

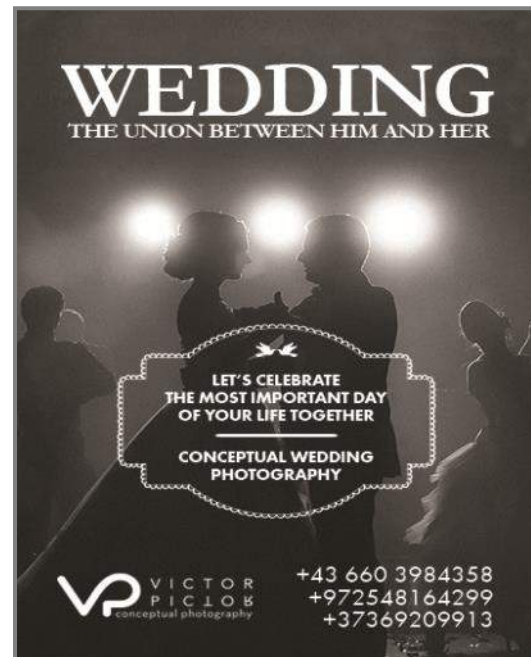
Автор текста *Мордехай Вейц*

Дорогие друзья!

Приглашаем Вас на встречи и лекции по еврейской традиции и Торе, проходящие за чашечкой чая/кофе в приятной, не принужденной обстановке в г. **Ашдоде!**

Расскажите своим друзьям и близким из Ашдода! Сделайте мицву!

Информация по телефону (не в Шабат):
0544722951 (также WhatsApp) -
Зельда Гольденберг-организатор



Адвокат Давид Рапопорт



Юридическое сопровождение и оформление сделок с недвижимостью в Израиле.



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



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 сопровождаются 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

ВЫ С НАМИ?!

В рамках онлайн общины «Хафец Хаим»
действуют уже 7 проектов
+972548164299 viber или whatsapp
Станьте частью нашей Онлайн общины

ВМЕСТО МОЕГО ЛИЦА,
ДОЛЖНА БЫТЬ ВАША
РЕКЛАМА



МЫ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:

B vk.com/hafetzhaimek

f facebook.com/liubdeldobro

f facebook.com/hhafetzhaimek