

Уважаемый читатель!

(Dear Reader!)

В рамках нашей миссии - поддержки членов русскоязычной еврейской общины в периоды болезни, и потери, JCFS Chicago предлагает Вам сборник еврейских высказываний, молитв, размышлений и историй. Мы надеемся, что наша брошюра поможет Вам в трудные для Вас дни.

Слушай, Израиль

(Шма/Веагавта) Shma

Ядром иудаизма и тем, что иудаизм принес в мир, является вера в Единого Б-га. Еврейская молитва в целом несет эту идею как основную свою тему, а молитва Шма в частности выражает это. Фраза «Шма Исразль...» и параграф, который следует за ней – «В' Агавта», взяты из Библейской книги Второзакония/Дварим. Они являются одной из самых известных еврейских молитв, образуя основу синагогальной службы. Этим словам обучают маленьких детей. Они – последние слова, которые произносит еврей перед смертью. Эта молитва говорит о желании Б-га помнить слова Торы и обучать им наших детей. Этот отрывок является источником некоторых важных еврейских законов, включая требование к прикреплению мезузы на косяках дверей наших жилищ.

Слушай, Израиль! Всевышний – Бог наш, Всевышний – один!
[Благословенно славное имя царства Его во веки веков!]

И люби Господа, Бога твоего, всем сердцем твоим, и всей душою твоей, и всем достоянием твоим. И будут эти слова, которые Я заповедовал тебе сегодня, в сердце твоём, и обучай им сыновей твоих, и произноси их, сидя в доме твоём, находясь в дороге, ложась и вставая; и повяжи их как знак на руку твою, и будут они знаками над глазами твоими, и напиши их на дверных косяках дома твоего и на воротах твоих.

Транслитерация: (Transliteration)

Шма Исрозиль: Адой-ной Э-лойхейну —
Адой-ной эход! [Борух шейм кзвойд малхусой лэойлом возд]
Взохавто эйс Адой-ной Э-лой-хэхо, бэхол лэвовхо увэхол нафшехо
увэхол мэййдэхо: Вэхойу хадворим хозйлэ, ашер онойхи мэцавхо
хайойм ал лэвовэхо: Вэшинантом лэвонэхо вэдибарто бом,
бэшивтэхо бэвэйсэхо увэлэхтэхо вадэрэх, увэшохбэхо увэкумэхо:
Укшартом лэойс ал йодэхо, вэхойу лэтойтофойс бэйн эйнэхо:
Ухсавтом ал мэзузойс бэйсэхо, увишёрэхо.

² Коробочка со свитком из пергамента на котором написана молитва «Шма»

Псалмы (Psalms)

Выразительная сила псалмов помогала и вдохновляла наших предков еще с библейских времен. Псалмы отражают основные переживания жизни – радость, печаль, отчаяние, надежду, желание и необходимость разделения одиночества. Псалмы являются частью Библейской литературы (ТаНаХа). Из 150 Псалмов, написанных царем Давидом и другими выдающимися личностями нашего прошлого, мы хотим выделить два- 23 и 121

Псалом 23 (Psalm 23)

болезнью, когда присутствие Всевышнего ему/ей особенно необходимо. Этот псалом побуждает нас к надежде на лучшее даже в неизвестной нам и пугающей нас ситуации.

Псалом Давида. Всевышний – пастырь мой, ни в чем я не нуждаюсь. К травам обильным ведет (Он) меня, на воды тихие приводит (Он) меня. Он возвращает душу мою и ведет меня прямыми путями ради Имени Своего. Даже когда иду долиной смертных теней – не утрашусь зла, ибо Ты со мной; посох Твой и поддержка Твоя – они утешат меня. Ты накрываешь стол на виду у недругов моих, умащаешь голову мою, чаша моя полна. Пусть только благо и милость будут сопутствовать мне все дни жизни моей, и я буду пребывать в доме Всевышнего долгие годы.

Ask@JCFS.org | JCFS.org | 855.275.5237



CJE SeniorLife



или свяжитесь с нами по Программе помощи и духовной поддержки для тех, кто столкнулся с болезнью или утратой, проводится под эгидой JCFS Chicago в сотрудничестве с CJE Senior Life (Комитет по делам пожилых евреев), Коллегией Чикагских раввинов (Board of Rabbis) и Федерацией чикагских евреев (Jewish Federation of Metropolitan Chicago). Программа проводится при поддержке Фонда инноваций в области здравоохранения JF/JUF (финансируется Фондом здравоохранения Майкла Риза), Фонда Альберта и Люсиль Делайтер, Фонда Марчеллы Уинстон, Фонда поддержки Федерации евреев Чикаго. Программа JCFS Chicago была создана в партнерстве с Еврейским объединенным фондом для удовлетворения потребностей общины. Мы рады помочь всем и каждому. Все наши услуги, программы и радушная рабочая атмосфера направлены на индивидуальную поддержку членов общины тогда, когда им это нужно.

еврейские молитвы и размышления об исцелении

Jewish Prayers and Reflections on Healing



Псалом 121 (Psalm 121)

Псалом 121: Этот псалом является частью большой группы псалмов, которые читали в древности еврейские паломники в Иерусалимском храме. Каждый псалом из этой группы начинается со слов «Шир Гамаалот» – Песнь Восхождений (Ступеней). Этим псалмом мы выражаем веру в то, что в трудные времена Б-г с нами. Язык псалма очень красивый и поэтичный. Мы уверены, что даже когда мы сталкиваемся с болезнью и/или вынуждены идти на операцию, или нас одолевают другие проблемы, мы - не одиноки.

Песнь ступеней. Я к вершинам поднимаю глаза мои, откуда придёт мне помощь –Помощь мне – от Всевышнего, создателя земли и неба. Он не даст оступиться ноге твоей, не задремлет страж твой. Вот, не дремлет и не спит Страж Израиля. Всевышний – страж твой, Всевышний – тень твоя, (Он) - по правую руку твою (во всех твоих делах). Днем солнце не повредит тебе и луна – ночью. Всевышний уберезет тебя от всякого зла, сохранит душу твою. Всевышний сохранит исход твой и приход твой отныне и во веки веков.

¹ Буквально долиной смерти

Благословение священников-коэнов

Blessing of the Cohanim

Эти слова взяты из Библейской книги Чисел / Бамидбар. Козны, потомки Аарона, первого первосвященника и брата Моисея, благословляли этими словами наш народ каждый день в Иерусалимском Храме. В молитве содержатся пожелания благословения, света, благодати и мира. На протяжении веков наш народ использовал эти слова, чтобы благословлять друг друга, и они были включены в наши ежедневные молитвы. Если кто-то ощущает необходимость специального благословения и дополнительной помощи или силы от Б-га, эта молитва подходит для данной цели.

Да благословит тебя Бог и хранит тебя!

Да будет благосклонен к тебе Бог и милует тебя!

Да обратит Бог лицо свое к тебе и дарует тебе мир!

Ло Алеха (Не тебе)

It Is Not for You to Finish...(Pirkei Avot)

Это отрывок Талмуда, великого хранилища еврейской устной традиции, из трактата Поучения Отцов / Пиркей Авот. Он часто повторял: «Не тебе предстоит завершить работу, но и не волен ты освободиться от нее».

Истории Stories

Повествование было отличительной чертой еврейской традиции и культуры, восходящей к самой Торе. Истории позволяют передать глубокое и утешающее понимание жизни и жизненных ситуаций через призму рассказа.

Когда великий раввин Израиля, Бааль Шем-Тов, видел, что бедствие угрожает евреям, по своему обычаю он шел в определенную часть леса, чтобы там медитировать. В лесу он зажигал огонь, говорил особую молитву, и чудо свершалось, и бедствие, угрожающее евреям, предотвращалось. Позже, когда ученик Бааль Шем-Това, Магид из Межерича, хотел ходатайствовать перед небесами, он шел в то же самое место в лесу и говорил: «Повелитель Вселенной, слушай! Я не знаю, как зажечь огонь, но я все еще в состоянии сказать молитву». Опять чудо свершалось.

Еще позже, раввин Моше-Лейб из Сасова, чтобы спасти свой народ от очередной беды, прежде чем идти в лес говорил: «Я не знаю, как зажечь огонь, я не знаю, молитву, но я знаю место и это должно быть достаточным». И этого было достаточно и чудо свершалось.

Потом выпала очередь раввина Израиля из Ружина предотвращать бедствия. Сидя в кресле, обхватив голову руками, он говорил с Б-гом: «Я не в состоянии зажечь огонь, и я не знаю молитву, я даже не могу найти место в лесу. Все, что я могу сделать, это – рассказать эту историю, и этого должно быть достаточно». И этого было достаточно.

Высказывания Ребе

Нахмана Sayings of Rebbi Nachman

Рабби Нахман из Брацлава жил на Украине вконец 18 - начале 19 века. Он был великим Хасидским Ребе, чье учение акцентирует свое внимание на радости и способах справляться со страхом.

Даже если все, что ты можешь сказать Б-гу: «Помоги!», это все еще очень хорошо.Повторяй это снова и снова, пока Бог не откроет твои губы и слова начнут течь из твоего сердца. (LM 11:96)

И даже когда (у тебя) нет слов, (для молитвы), не отчаивайся! Возвращайся день за днем к твоему уединенному месту и жди. Даже простое желание поговорить с Б-гом само по себе является очень большой вещью. (LM 11:25)

МОЛИТВА ЗА БОЛЬНОГО (Ми Шеберах)

Prayer for a sick person (Mi SheBerach)

Этой молитвой евреи чаще всего пользуются, когда молятся за больного человека. Она содержит просьбу о благословении и исцелении тела и духа. Эта молитва также связывает тех, кто болен с «больными всего Израиля», напоминая, что они не одиноки. Она чаще всего произносится в синагоге, но также может быть сказана у постели больного.

За мужчину: (For males)

Тот, кто благословил отцов наших Авраама, Ицхака и Яакова, Моше и Аарона, Давида и Шломо, да исцелит (произносится имя больного), сына (имя его матери), ПОСКОЛЬКУ (произносится имя), сын (имя его отца), не принимая на себя обета, обещал дать пожертвование ради исцеления больного. В награду за это да преисполнится Всевышний милосердием к нему, поставит его на ноги и исцелит, укрепит его и восстановит его жизненные силы. Да пошлет Он вскоре с небес полное исцеление ему, и всем двумстам сорока восемью частям и тремстам шестидесяти пяти жилам его тела-вместе со всеми больными Израиля, исцеления души и исцеления тела. И скажем: Амен!

За женщину: (For females)

Тот, кто благословил отцов наших Авраама, Ицхака и Яакова, Моше и Аарона, Давида и Шломо, да исцелит (произносится имя больной), ДОЧЬ (имя ее матери), ПОСКОЛЬКУ (произносится имя), сын (имя его отца), не принимая на себя обета, обещал дать пожертвование ради исцеления больной. В награду за это да преисполнится Всевышний милосердием к ней, поставит ее на ноги и исцелит, укрепит ее и восстановит ее жизненные силы. Да пошлет Он вскоре с небес полное исцеление ей, и всем частям и всем жилам ее тела – вместе со всеми больными Израиля, исцеления души и исцеления тела. И скажем: Амен!

Ад и рай (Heaven and Hell)

Когда ребенку исполняется два года, он или она учится одному слову, которое меняет все вокруг: «Я» («Мне», «Мое»). Постоянно произносить эти слова хорошо для двухлетнего, но что происходит, когда ребенок растет дальше и все еще продолжает говорить: «Я» или «Мое!»? Какой вред это может нанести нашему миру?!

В соответствии с еврейской традицией, у каждого человека есть душа, которую хранят на Небесах до того момента, когда ему/ей суждено родиться. Тогда душа попадает в тело и живет в этом мире.

И когда приходит время для человека умирать, душа покидает тело и поднимается на Небеса. Там судят душу, рассматривая жизнь ее владельца/владелицы. Если за жизнь он/она совершил(а) больше добрых дел, чем грехов, больше добра, чем зла, душу приглашают в Рай. Но если за жизнь было совершено больше грехов, чем добрых дел, то тогда душа отправляется на некоторое время в Ад.

Однажды одна душа, чье количество хороших и плохих дел было равным, предстала перед Небесным Судом. Суд долго не мог решить, куда поместить душу. Душа не может быть отправлена в Рай, она недостойна этого (т.е. количество ее хороших дел не превосходит количество плохих)! И душа не может быть отправлена в ад, она не заслуживает этого (ведь количество ее плохих дел не превосходит количество хороших)! После долгих размышлений было решено, что этой душе будет предоставлена возможность посетить как Рай, так и Ад, и выбирать то место, в котором душа захочет остаться.

И взял Ангел душу на экскурсию. Они отправились сначала в Ад. Ад выглядел совсем не так, как душа представляла себе раньше. Это был великолепный особняк, окруженный пышным газоном. В особняке было очень красиво, душу вели через залы и комнаты, каждая из которых была великолепнее предыдущей. Увидеть такое душа никогда и не мечтала.

Наконец они пришли в главный банкетный зал. В середине стоял красиво убранный стол, обильно уставленный различными яствами: деликатесы всех сортов лежали на богатых золотых подносах, кувшины со всевозможными винам, сладкие нектары, супницы со вкусными супами и разные десерты. Это был, без сомнения, самый большой пир в мире.

Вошел официант и позвонил в колокольчик. В комнату вошли жители ада. К удивлению души, они были истощены, имели болезненный вид, были очень голодными и плакали от боли. Как это могло быть? Как они могли находиться в присутствии таких яств, и выглядеть такими голодными и несчастными? И тогда душа увидела, что жители ада не могли согнуть локти. Они могли взять эту сказочную еду, но они не могли положить ее себе в рот, как бы они не пытались. И тогда обитатели Ада застонали от голода, и горькое разочарование постигло их, а великолепное пиршество так и лежало нетронутым. Душа почувствовала страдания обитателей Ада и попросила, чтобы ее оттуда забрали.

Мгновение спустя душа вошла в Рай. К ее удивлению, это место выглядело идентично Аду. Те же пышные газоны, тот же большой особняк, те же элегантные залы, даже тот же великолепный банкет! Как и в Аду, стол был уставлен подносами, нагруженными кувшинами и тарелками замечательных деликатесов. Когда официант вошел и позвонил в точно такой же маленький колокольчик, душа приготовилась услышать плач и стон как в Аду. Но когда жители Рая вошли, их вид был совсем другим, чем вид обитатели Ада - они были здоровыми и радостными, они смеялись и пели.

Жителей Рая постиг тот же самый недуг, что и жителей Ада - они тоже были не в состоянии согнуть локти. Почему же, изумилась душа, жители Рая выглядели сытыми, и почему они были так счастливы? Но, приглядевшись, душа увидела разницу между обитателями Рая и Ада: когда жители Рая подошли к столу, вместо того, чтобы взять еду для себя, они набирали ее и кормили своих соседей. И таким образом обитатели Рая наслаждались всеми деликатесами пира...