

каббала и еврейская

традиция
кипсия



Рав
Матитьягу Глазерсон



Медицина и

КАББАЛА

Тора, свет, исцеление





*Великий мистик, хасидский учитель рабби Леви Ицхак из Бердичева говорил: «Мир сотворен посредством буквы **ב**-бет, с которой начинается Тора (книга Бытие), потому что ее название означает «дом», а весь мир — это дом, в который Бог Всевышний вместил свою всеобъемлющую речь.*

*Десять заповедей же, Божественная речь, обращенная к людям, начинаются с первой буквы еврейского алфавита, произносимой буквой **א**-алеф, ведь лишь ради беседы Бога с человеком существует все мироздание».*

**Рав
Матитьягу Глазерсон**



**Медицина и
РАББАЛА**
Тора, свет, исцеление



МОСКВА
МОСТЫ КУЛЬТУРЫ
2006



ИЕРУСАЛИМ
ГЕШАРИМ
5766

**ПРЕДАНИЯ
О
ЗДОРОВЬЕ**



ОТ РЕДАКЦИИ

Великий еврейский мистик, хасидский учитель рабби Леви Ицхак из Бердичева (1740–1810) говорил: «Мир сотворен посредством буквы **ב**-бет, с которой начинается Тора (Бытие), потому что ее название означает “дом”, а весь мир — это дом, в который Бог Всевышний вместил свою всеобъемлющую речь. Десять заповедей же, Божественная речь, обращенная к людям, начинаются с первой буквы еврейского алфавита, произносимой буквы **א**-алеф, ведь лишь ради беседы Бога с человеком существует все мироздание».

Современный мир, в котором господствуют точные науки и высокие технологии, не стал более предсказуемым и менее жестоким, чем столетия и даже тысячелетия назад. Может быть, именно поэтому все больший интерес вызывают знания, отличные от научных, и переживания, далекие от рациональности, которые пришли к нам из глубокой древности, сохранившись как часть развивающейся духовной традиции. Мистика вообще и, в первую очередь, еврейское мистическое учение — каббала — привлекает людей, отличающихся друг от друга мировоззрением, образованием и образом жизни, но единых в своем стремлении постичь суть чело-

веческого бытия и тайну отношений Творца и Творения. Однако даже самые глубокие мысли и важные идеи вне правильного контекста нередко теряют смысл или даже меняют значение на совершенно противоположное. Изучение каббалы — внутренней, сокровенной части еврейской духовности — в отрыве от сокровищницы традиционных знаний и этических принципов не только мало продуктивно, но и во многом опасно — оно может привести к глубоким заблуждениям и ошибкам. К сожалению, большинство выходящих на русском языке книг, посвященных еврейской мистике, описывает каббалу как самодостаточное учение, практически не связанное с еврейской традицией. К тому же авторы многих из них черпают свои знания из вторичных и неавторитетных источников.

Книги серии «Дет — каббала и еврейская традиция», адресованные широкому читателю, расскажут об основных понятиях и идеях еврейской мистики как части единой, но бесконечно многогранной духовной традиции. В ней мистика и рациональное знание, умозрительные практики и практическое законодательство, определяющее повседневную жизнь человека, не противоречат, но дополняют друг друга, образуя неизменную и вместе с тем бесконечно изменчивую картину. Книги этой серии не требуют от читателя специальной подготовки — они сами послужат своеобразным пособием для неискушенного читателя.

Тому же, кто пожелает углубить знакомство с древним и вечно обновляющимся каббалистическим учением, мы рекомендуем обратиться к изданиям серии «Слеф — изыскания в еврейской мистике», в рамках которой публикуются переводы каббалистических источников и важнейшие научные труды исследователей из разных стран мира.

ТОРА И НАУКА

Тора — это стройная, цельная система мышления.

Научный метод основан на действии. Ученые могут поставить диагноз, прогнозировать события, собирать информацию, формулировать гипотезы, проводить эксперименты и т. д., но в конце концов они вынуждены признать несостоятельность науки, столкнувшейся с фактом того, что ей не дано ответить на главный вопрос — почему?

Мордехай Рознер

ПРЕДИСЛОВИЕ

Эта книга написана в результате сложного сцепления событий, несомненно направленных рукой Провидения. Во время тура лекций по США автор приехал в город Агура-Хиллс, Калифорния (около Лос-Анджелеса), где он читал лекцию на исходе субботы (*Мелаве Малка*). Это происходило в доме д-ра Габриэля Тенембаума, молодого врача-гинеколога, который вернулся к вере отцов и активно помогает другим на этом пути. Д-р Тенембаум никогда не упускает возможности поговорить с людьми на эту тему. Зная работы автора и понимая их важность для возвращения евреев к истокам веры, д-р Тенембаум и его друг, г-н Зеев Палмур (он живет в Израиле и трудится в той же области), подошли к автору и пожаловались на отсутствие активной деятельности в их общине. Они выразили свое желание принять участие в каком-нибудь проекте, который исправит это положение.

Д-р Тенембаум предложил автору написать книгу, в которой тема здоровья и медицины была бы изложена с позиций глубокого проникновения в тайны еврейского языка, Торы и Талмуда. Он хотел посвятить эту книгу своим родителям в благодар-

ность за оказанную ими помощь в получении медицинского образования. Для достижения этой цели д-р Тенембаум выделил средства, позволившие автору целиком отдать себя данной работе, которую он теперь представляет на суд читателей.

Автор благодарит д-ра Тенембаума и г-на Зеева Палмура за их помощь в достижении поставленной цели. Пусть Всевышний благословит их самих и членов их семей во всех начинаниях, как духовных, так и материальных, и дарует им доброе здоровье.

Пользуясь предоставленной возможностью, автор выражает свою благодарность переводчику р. Шломо Фокс-Ашрей и редактору р. Мордехаю Рознеру, которые посвятили много сил и времени тому, чтобы крайне сложный материал принял приемлемую форму.

Автор надеется, что данная работа прольет свет на столь сложную тему и, с Божьей помощью, послужит дальнейшим разработкам темы «Здоровье и медицина» в свете тайн букв еврейского алфавита, с помощью которых Бог сотворил человека.

Эта книга — последний труд автора в серии работ, связанных с еврейским алфавитом.

ОБ ЭТОЙ КНИГЕ

Цель данного труда — пролить новый свет на тему здоровья, увиденную через тайны букв еврейского алфавита. Согласно Письменной и Устной Торе, буквы — это инструмент, которым Бог сотворил всю Вселенную и человека.

Подход еврейской традиции к здоровью и медицине можно понять, исходя из того факта, что в прежние времена, когда еврей заболел, он не нуждался в услугах докторов. Вместо этого он анализировал свои поступки и искал, каким образом он нарушил волю Всевышнего, ибо преступление является причиной заболевания. Обнаружив причину, человек знал, как исправить свое поведение и тем самым как излечиться. Позже, когда люди потеряли свой прежний духовный уровень и стали больше обращать внимание на материальные аспекты вещей, «...врачи получили право лечить», и теперь мы не только можем, но даже и обязаны пользоваться услугами медикаментов и врачей. Только немногие, чей духовный уровень высок, могут обойтись без услуг медицины и излечить себя старинным методом. Известно, что брат Гаона из Вильны лечил себя сам, никогда не обращаясь к докторам.

Даже сегодня, когда мы полагаемся на врачей, нам следует понимать, что только благодаря Всевышнему врачи имеют возможность лечить. Три раза в день в основной еврейской молитве *шмоне эсре* («Восемнадцать благословений») мы произносим: *«Излечи нас, и мы излечимся»*, רפאנו ונרפא.

Сами врачи также должны хорошо понимать это. В Талмуде сказано: *«И лучший из врачей попадет в Гегиним (Ад)»*, טוב שברופאים לגהנם. Некоторые комментаторы указывают на то, что гематрия (числовое значение) слова «хороший» (טוב), употребленного здесь, равно семнадцати. В этом содержится намек на Восемнадцать благословений без одного — молитвы о выздоровлении. Если врач считает себя «лучшим», если он полагает, что ему нет необходимости просить помощи в своем труде у Всевышнего, тогда к нему относятся слова Талмуда о «лучшем из докторов». Та же идея отражена в буквах еврейского алфавита. Буквы ס и ט принадлежат к одной группе — букв, соответствующих гортанным звукам (в дальнейшем мы не будем различать буквы и звуки и будем писать, например, «губная буква», имея в виду соответствующий звук). При этом ס обозначает более тонкий, «духовный» звук. На самом деле звук, обозначаемый ס, вообще не произносится, звучит лишь соответствующий ей гласный знак. Буква ט более груба, более материальна. Так אור («свет»), основа всякого существования, на земном уровне становится עור («кожа, шкура»), которая покрывает людей и животных. Аналогичным образом פאר — корень, обозначающий сияние, величие, связанный с гармонией, балансом противоположностей, пишется через ס. Но то же самое слово, написанное через ט, преобразуется в разлом, пропасть, то есть противоположности нахо-

дятся слишком далеко друг от друга и разрыв непреодолим.

Согласно каббале, אור («свет») переходит в материальное עור («кожа, шкура») из-за греха. Слово «грех», на иврите חטא, можно проанализировать через его структуру. Первая часть слова — חט означает «копать»; те же буквы, прочитанные в обратном порядке — תח, означают «покрывать», например известью. Вторая часть слова — буква א символизирует возвышенное, святое. Тем самым мы видим, что грех разрушает возвышенную составляющую человеческой личности, приводит к тому, что человек покрывается толстой шкурой грубого материализма.

Сходная идея находит свое проявление в сравнении числовых значений букв א и ח. Гематрия буквы א — 1 — соответствует единству Святого. Числовое значение буквы ח равно 70. 70 символизирует распыление единства во множественности, детализацию целого, подобно тому, как простой луч света распадается на полный спектр. Например, первый человек Адам после грехопадения положил начало семидесяти народам.

Эта история положила начало мировой истории — от грехопадения Адама до конечного Избавления. Целью существования человечества является возвышение материальной стороны жизни (ח) к первоначальному состоянию, когда א, свет Святости, был ясен и ничем не прикрыт. В те времена, согласно каббалистической традиции, буквы еврейского алфавита вновь наполнятся первоначальным совершенным светом, раскрывая тайны Творения и человека.

Да станет эта книга, с Божьей помощью, скромным вкладом в достижение этой цели.

Матитьягу Глазерсон

10 кислева 5754

О НЕКОТОРЫХ ОСОБЕННОСТЯХ СВЯТОГО ЯЗЫКА

*Из книги «ПАРДЕС РИМОНИМ»
(«Гранатовый сад»)
Глава 1. Врата букв*

Неискушенному наблюдателю может показаться, что еврейский алфавит — это просто набор условных знаков, некий общепринятый код. Что, скажем, когда-то и кем-то было решено, что губные звуки будут обозначаться буквами *ב ,בּ ,בּוּ ,בּוּ* (*бейт, вав, мем, пей*), и этим буквам было придумано соответствующее начертание, и что точно так же были придуманы начертания и других букв.

Предположение это на первый взгляд вполне разумно, ведь во всех прочих языках буквы действительно являются просто условными обозначениями, общепринятым кодом. Разумеется, такое предположение могут делать лишь те, кто считает, что еврейский алфавит ничем не отличается от других алфавитов и, более того, еврейский народ принципиально не отличается от прочих народов. Согласно таким представлениям, все было очень просто: буквы еврейского алфавита выглядят так, а не иначе, потому что такую форму придал им Моше в минуту озарения. По мнению такого наблюдателя, слова — лишь средство донести до слушателя мысли говорящего, и слова устной речи мало чем отличаются

от слов речи письменной. Например, врач пишет учебник по медицине. Он вовсе не рассчитывает на то, что сам по себе учебник сможет кого-то излечить. Автор просто намерен изложить в своем труде свои взгляды на медицину. Если читатель, освоив учебник, овладел и знаниями, изложенными в нем, сама книга ему больше не нужна. А если кто-то потратил на штудирование этого учебника много лет и так ничему и не научился, то книга не принесла ему никакой пользы, напротив, причинила вред — ведь он даром потратил уйму времени. Согласно таким представлениям, Тора может быть уподоблена этому учебнику. Цель Торы — изложить все, что может способствовать духовному росту личности. Если человек, изучающий Тору, не извлек из нее необходимых ему знаний, то он (не дай Бог!) потратил время зря.

Однако такой подход к Торе абсолютно неверен, ибо Тора, несомненно, есть нечто гораздо большее, чем свод, пусть даже самых необходимых и полезных сведений. «Слова Торы оживляют душу» (Пс., 198). Подтверждением тому является *га-лаха* — постановление мудрецов, обязывающее каждого еврея ежедневно читать соответствующий фрагмент недельного раздела Торы, причем прочесть его следует дважды на святом языке и еще раз — в переводе Онклоса на арамейский язык. Таким образом, в течение года каждый еврей должен трижды прочесть текст Торы, в том числе и те части ее текста, которые на первый взгляд утратили свое практическое и даже повествовательное значение — такие, например, как перечисление географических названий (Чис., 32:3). Отсюда мы можем сделать вывод: Тора — есть нечто неизмеримо большее, чем просто текст. В ее словах и буквах заключены скрытый смысл, духовная сила, жизненность.

ВВЕДЕНИЕ В УЧЕНИЕ О ГЕМАТРИЯХ

Система толкования слов и словосочетаний, основанная на числовом значении букв, из которых состоят эти слова, называется гематрией. Прежде чем приступить к изложению вопросов, которым посвящена эта книга, стоит немного рассказать об этом способе толкования.

1. Первичная гематрия

В *барайте* (*барайты* — не вошедшие в шеститомный свод *Мишны* высказывания мудрецов-*танаев*), передаваемой от имени раби Элиэзера, сына раби Йоси *ѓа-Глили* (2 в. н. э.), приводятся тридцать два способа толкований, которыми пользуются мудрецы для интерпретации текста Торы. Двадцать девятый способ состоит в исследовании «первичной гематрии», т.е. суммы числовых значений всех букв слова. В *Мидраш Танхума* написано, что числовые значения еврейских букв были даны народу Израэля на горе Синай. Вот они:

1 — א	10 — י	100 — ק
2 — ב	20 — כ	200 — ר
3 — ג	30 — ל	300 — ש
4 — ד	40 — מ	400 — ת

5 — ה	50 — נ	500 — ק
6 — ו	60 — ס	600 — קס
7 — ז	70 — ע	700 — קע
8 — ח	80 — פ	800 — קפ
9 — ט	90 — צ	900 — קצ

Так, например, первичная гематрия слова פּרנאסא (парнаса — «пропитание») равна $395 = 80 + 200 + 50 + 60 + 5$.

2. Редуцированная гематрия («малая гематрия»), или «Малое числовое значение» (миспар катан)

Миспар катан образуется так же, как и первичная гематрия, с той лишь разницей, что у слагаемых отбрасываются крайние нули. Так, $1 = 10 = 100$.

Этот вид гематрии обоснован в книге *Тикуней Зоѓар*, одной из основных книг каббалы. В ней сказано, что нашему материальному, самому низкому по своему уровню миру, олам ѓа-асия («миру действий») соответствуют числа до десяти, а десятки и сотни соответствуют более высоким мирам. Таким образом, редукция числа до его «малой гематрии» (миспар катан) показывает, как проявляется идея, выражаемая данным словом, на уровне «мира действия».

Иногда «малую гематрию» или первичную гематрию сокращают еще более — складывая составляющие ее минимальные числа. Например, первичная гематрия слова פּרנאסא — 395, но ее можно сократить до 17, а затем и до 8: $3 + 9 + 5 = 17$; $1 + 7 = 8$.

Однако поскольку «малые гематрии» одинаковы для огромного количества слов, некоторые каббалисты предпочитают не пользоваться этим методом

во избежание путаницы. Но вот — пример осмысленности их употребления, для которого, конечно, необходимы особые знания: Гаон из Вильны показывает здесь связь между словом *шабат* («суббота», седьмой день недели, в который Бог завершил Сотворение мира) и числом 7, используя «малые гематрии» слов, имеющих ключевое значение при праздновании этого особого дня — дня радости, отдохновения и покоя. Перед самой субботой женщина, благословляя наступление этого дня, зажигает свечи. Потом муж, возвращаясь домой из синагоги после вечерней молитвы, произносит над вином *кидуш* — молитву-благословение, освящающую субботу. Затем муж произносит благословение над хлебом, и начинается трапеза, во время которой принято есть рыбу и мясо:

נר — (<i>нер</i> — «свеча»)	50+200 5 + 2	= 250 = 7
יין — (<i>яин</i> — «вино»)	10+10+50 1 + 1 + 5	= 70 = 7
חלה — (<i>хала</i> — «хлеб»)	8+30+5 8+ 3 +5 1+ 6	= 43 = 16 = 7
דג — (<i>даг</i> — «рыба»)	4+3	= 7
בשר — (<i>басар</i> — «мясо»)	2+300+200 2+ 3 + 2	= 502 = 7

Итак, «малые гематрии» всех этих слов указывают на их непосредственную связь с седьмым днем, с субботой.

3. Полная гематрия

Это сумма первичных гематрии названий всех букв, из которых состоит слово. Так, полная гематрия слова קר (*коф* — «холод») равна 696. Слово קר состоит из двух букв — קוּף רֵישׁ (*рейш* + *куф*); $(100 + 6 + 80) + (200 + 10 + 300) = 696$.

4. Гематрия, основанная на взаимозаменяемости букв, передающих «фонетически родственные» звуки, т.е. звуки, образуемые в одной и той же области рта или гортани

1. אָה-ע — гортанные звуки, образуемые с помощью замыкания гортани.

2. פּ-בּוּמ — губные звуки.

3. ק-גִּיב — нёбные звуки, образуемые при контакте задней части языка с нёбом.

4. ת-טלנ — звуки, образуемые прижатием кончика языка к передней части нёба.

5. צ-זמשר — шипящие, свистящие и вибрантная ר, образуемые с помощью зубов и кончика языка.

Так, например, слова שבע (*шева* — «семь») и שפע (*шефа* — «изобилие») близки друг другу, поскольку ב и פ взаимозаменяемы.

5. Ат-бяхи ש-ב, ה-ח трансформация

Мидраш *танаим* сообщает, что этот метод перестановки был дарован Моше на горе Синай вместе с Торой. Он называется так потому, что *алеф*, первая буква еврейского алфавита, взаимозаменяется с *тав* — последней буквой (א—ת); вторая буква — *бейт* — с предпоследней — *шин* (ב—ש) и

так далее. В результате получается следующая таблица:

ז - ע	ד - ק	ת - א
ח - ט	ז - ה	ש - ב
ט - נ	ו - פ	ר - ג
כ - ל	י - מ	

Примеры подобных перестановок мы встречаем в Талмуде и Мидраше. Мудрецы сообщают об их использовании уже в Танахе. Так, в книге пророка Йермиягу (25:26 и 51:41) говорится о царе Шешахе. В этих стихах Шешахом (ששך) назван Вавилон (*Бавель* — בבל). Взглянув на таблицу, мы увидим, что ב (*бейт*) и ש (*шин*), так же как и ל (*ламед*) и כ (*хаф*), — взаимозаменяемы, и *Бавель* действительно превращается в *Шешах*. Аналогичный пример мы встречаем и в другом стихе Йермиягу — 51:1, где народ *касдим* כשדים назван *лэв камай* לב קמי.

6. Добавление *калеля* («дополняющей» цифры)

Иногда к гематриям слова добавляют единицу. Раби И. Хавер, ученик великого мудреца и каббалиста Гаона из Вильны, в книге *Питхей шеарим* (с. 252) объясняет, что *калель* добавляют в тех случаях, когда корень слова тесно связан с верхним миром — первоисточником всего, что есть в этом, нижнем мире.

Примером может служить слово ברית (*брит* — «союз, завет»). Его числовое значение, включая *калель*, равно 613 (תרי"ג — *тарьяг*) — числу заповедей Торы: 2 + 200 + 10 + 400 = 612 (+ 1). *Брит*, «союз с Богом»,

подразумевает исполнение «сынами Завета» — потомками Авраама — воли Творца, выраженной в Торе, которая формулируется в 613 Его заповедях.

Комментатор *Бааль ха-Турим* находит в тексте Торы обоснование присоединению *колеля* к гематрии. Когда наш праотец Яков перед смертью благословляет внуков, сыновей своего любимого сына Йосефа (Эфраима и Менаше), он лишает Реувена права первенца — права на двойной надел в Земле Израиля — и передает это право Йосефу. Таким образом, сыновья Йосефа получают при разделе земли равные права с сыновьями Якова. Яков говорит: «*Эфраим и Менаше, как Реуен и Шимон — будут мои*» (Быт., 48:5). Числовое значение слов «Эфраим и Менаше» — 726, а слов «Реуен и Шимон» — 725. Если мы добавим *колель* к последней паре слов, получатся одинаковые числа. Тора нам говорит, что первая пара равна в правах второй, и добавление *колеля* подтверждает сказанное.

$$\text{אפרים, מנשה: } 1+80+200+10+40+40+50+300+5 = 726$$

$$\text{ראובן, שמעון: } 200+1+6+2+50,+300+40+70+6+50 = 725$$

$$\text{плюс колель} \quad 725+1 = 726$$

Иногда, подсчитав гематрию слова, к ней затем добавляют число, соответствующее количеству букв в этом слове. Так, например, слово דגל (*дегель* — «флаг») приобретает числовое значение 40: $4 + 3 + 30 = 37 + (3) = 40$. Раби Яков Эмден в своей комментарии к *Пиркей Абот, Лехем шамаим* («Хлеб Небесный») в конце третьей главы излагает основные принципы употребления гематрий:

«Нельзя использовать гематрию для того, чтобы привнести в Учение то, что не согласуется с

мнением мудрецов прошлых поколений, исходивших из знания традиции. Однако можно прибегнуть к гематрий для того, чтобы найти еще одно подтверждение их высказываниям, и заслуга того, кто найдет подобную гематрию, весьма велика. Так пусть не устает мудрый искать гематрий, чтоб подкрепить слова Истины».

КРАТКИЕ СВЕДЕНИЯ О СФИРОТ

На страницах этой книги мы будем постоянно сталкиваться с понятиями *сфира*, *сфирот*. Что это такое?

Каббала учит, что первичный импульс Божественной Творящей Силы нисходит последовательно по десяти ступеням, прежде чем достигает этого мира. Каждая из этих десяти ступеней — самостоятельный мир, называемый *сфира*. Каббала дает имя каждой из *сфирот* (*сфирот* — мн. число существительного *сфира*), разделяет их на группы и объясняет, каковы значения каждой из них и каковы их взаимосвязи.

Вот порядок *сфирот*.

Три *сфиры*, соотносимые с мозгом (разумом):

1. *Хохма* («Мудрость»)
2. *Бина* («Понимание»)
3. *Даат* («Знание»)

Семь *сфирот*, соотносимых с сердцем (эмоциями, чувствами):

4. *Хесед* («Милосердие»)
5. *Гевура* («Сила»)
6. *Тиферет* («Великолепие, Гармония»)

7. *Нецах* («Вечность»)
8. *Год* («Слава»)
9. *Иесод* («Основа»)
10. *Малхут* («Царство»)

Сфирот всегда 10, но иногда особо выделяют первую из них, наивысшую — *Кетер* («Корона»). Намек на ее «особый статус» мы усматриваем в наличии завитка на вершине буквы ך, то есть над «десяткой».

Кроме того, семи нижним *сфирот* — сердцу, эмоциям — соответствуют «Семь Пастырей»: Авраам, Ицхак, Яков, Моше, Аарон, Йосеф, Давид.

Глава 1

ЧЕЛОВЕК КАК ПАРАДОКС

Поразительное соединение души и тела представляет собой человек, ради которого был создан весь мир. Созданный Богом по образу Его, наделенный возвышенным интеллектом, он пребывает на этой материальной земле в силу предопределения Всевышнего. Человек одновременно и «хранитель сада»*, и проклятый труженик**, в поте лица добывающий хлеб свой. Исследователь и мечтатель, он наделен необыкновенной способностью переделывать мир и изменяться сам, но при этом он в состоянии оставить Пространство — Время и достичь Всевышнего, по Чьему образу он был создан.

Инструмент приближения к Всевышнему — это Тора — Божественные воля и мудрость, раскрытые

* «Хранитель сада» — «ה' אלקים את האדם וינחהו בגן עדן לעבדה» (И взял Господь Бог человека, и поместил в сад Эден обрабатывать его и хранить», Быт., 215).

** Проклятый труженик — «ארורה האדמה בעבורך בעצבון תאכלנה» — «проклята земля для тебя, в страданиях будешь кормиться все дни своей жизни», Быт., 317).

народу Израиля в субботний день шестого числа месяца *сиван** в 2448 г. Более трех тысячелетий Тора определяла еврейское самосознание, ей посвящались величайшие в истории человечества интеллектуальные усилия. Но Тора — это больше, чем просто хронология, больше, чем список Священных заповедей, вдохновенных проповедей и священных предписаний. Это неизменный план, чертеж Сотворения мира**, записи, в соответствии с которыми Бог определял место и содержание каждой духовной и материальной вещи в мире. Именно через Тору Бог предоставил Свою работу мирозданию, и Тора осуществляет связь между Творцом и всеми Его творениями.

Для того чтобы Божественный план стал доступен людям, в записи Торы использованы все возможные литературные фигуры и стили — аналогия, аллегория, привычные людям бытовые понятия — «*Тора говорит языком людей*»***. Анализируя Тору — ее стихи, слова и буквы, — человек способен постичь ее сверхчеловеческое содержание. При изучении Торы освященными традицией методами, такими,

* Суббота 6 *сивана* 2448 — День дарования Торы. В соответствии с ныне принятым летосчислением — 1312 г. до н. э.

** Чертежи Творения: см. Быт., 1:1 и Зоѓар, 1:5а.

Первый стих Торы гласит:

«בראשית ברא אלקים את השמים ואת הארץ»
(«В начале создал Бог небо и землю»).

Ивритское слово **אֵת** является непереводаемым предлогом прямого дополнения (предлогом винительного падежа). Он указывает на последующий за ним определенный артикль **הַ** (соответствующий английскому the). Но в соответствии с

как гематрия*, перестановка еврейских букв, замена корневых букв слова в соответствии со строгими, последовательно применяемыми правилами, становится ясно, что в Торе заключены все тайны Мироздания, хотя иногда для их постижения недостаточно изучить прямой текст Писания, а следует проникнуть в его внутренние пласты (см. Рамбан, *Предисловие к Комментарию к книге Бытие*).

мистическим смыслом этого слова в первом стихе Торы, великий каббалист Рабби Шимон бар Йохай, автор книги Зоѓар («Книги Сияния»), указал, что здесь слово **לש** является сокращенным обозначением всего еврейского алфавита (от первой его буквы **ל** и до последней **ש**).

Таким образом, мы можем понять первый стих Торы так: «*В начале сотворил Бог... (לש: двадцать две буквы еврейского алфавита, с помощью которых Он творил) ...небо и землю*».

Каббала и хасидизм учат, что каждая буква иврита является одним из каналов, по которым передается Божественная сила (эманация, жизненная сила, влияние — метафорически она обозначается «Божественный Свет»). Специфической комбинацией букв имени определяются духовные и физические составляющие каждой земной вещи.

*** Тора говорит на языке людей: דברה תורה כולשון בני אדם (Брахот, 31б).

* Гематрия: числовое значение каждой ивритской буквы. Термин в основном употребляется в связи с методом интерпретации Торы, при котором сравниваются числовые значения еврейских букв, слов и каждого оборота Писания.

Глава 2

СВЕТ

Для обозначения Божественной эманации* и Божественного влияния в нашем мире Тора очень часто пользуется образом «свет»**. Например:

* Божественная эманация... Тора использует образ: так как о Самой сущности Всевышнего мы ничего сказать не можем (Он выше человеческого разумения), то мы можем судить о Боге через Его эманацию, обозначаемую Торой, как Божественный Свет. Сама Тора — изложение Божественной воли и мудрости — является первой Божественной эманацией, так как Тора — это путь, которым Сам Бог пожелал проявиться людям.

** Свет: на иврите אור (*ор*) и אורה (*ора*).

Свет является принятым образом не только в Каббале, но и во всей талмудической и мидрашной литературе. (См. «Свет и его символика» в книге Яакова Эмануэля Шохета «Мистические концепции хасидизма», Издательство Kehot Publication Society, Бруклин, Нью-Йорк, 1979.)

Каббала предпочитает термин «свет» из-за совпадения гематрии этого слова со словом רז (*раз*; «тайна, секрет»):

$$\text{אור: } 1 + 6 + 200 = 207$$

$$\text{רז: } 200 + 7 = 207$$

Каббала и Предания любят употреблять слово «свет», потому что сама Тора часто пользуется этим образом.

«Тора — свет»* или «Свет — это Тора»**. Непостижимый полностью в нашем мире, свет уникален тем, что он существует одновременно и в физическом, и в духовном мирах. Посредством «света» человек оказывается в состоянии воспринимать более «высокие» миры.

Внутренняя связь между светом и Торой станет яснее, если мы воспользуемся трансформацией *Ат-Баи****, согласно которой букве א соответствует буква ת. Заменяв букву א слова אורה («свет») на букву ת, мы получим слово תורה («Тора»). Более того, гематрия**** множественного числа этого слова — אורות («свет») равна 613***** — числу заповедей (מצוות), перечисленных в Письменной Торе.

Английское слово heal («выздоровливать») произносится так же, как и ивритское слово הילה («сияние»), использованное в стихе: «Когда Его свет сияет над моею головой»*****. Выздоровление —

Вся Тора была передана Моше задолго до того, как комментаторы, жившие через тысячи лет после смерти Моше, раскрыли ее тайны.

* «Тора — это свет» (Притч., 6:23): תורה אור.

** «Свет — это Тора» (Мегила, 166): אורה זה תורה.

*** *Ат-Баи* (את-בש): метод интерпретации Торы через трансформацию букв иврита (первая буква алфавита א заменяется на последнюю ת, вторая буква ב заменяется на вторую с конца ש и так далее).

**** Гематрия... אורות («свет»)

$$\text{אורות: } 1 + 6 + 200 + 6 + 400 = 613.$$

***** 613: на иврите תריג (Тарьяг).

***** «Когда Его свет сияет над моею головой» (Иов, 29:3): בהלו: נרו עלי ראשי.

это такое состояние личности, при котором Божественные силы светят так, как они обязаны светить, состояние, при котором личность способна одновременно и излучать и принимать свет Всевышнего.

Так как буквы ם и ם* обе гортанные, то они взаимозаменяемы. Если мы заменим букву ם в слове היל («сияние») на букву ם, то получим слово היל, означающее «сила», — это еще один намек на оздоровительную силу света.

В субботней молитве *Ядид нефеш*** мы читаем:

*Молю Тебя, Боже, излечи ее (душу мою),
завив ей Свой благодатный свет (זיוך),
тогда она окрепнет и излечится,
и обретет вечную радость***.*

Здесь мы вновь видим связь между светом — в нашем отрывке обозначенном словом זיו

* Буквы ם и ם : гортанные звуки א, ם, ה, ע произносятся с участием горла и/или гортани, в то время как грамматикой относят букву ך к этой группе, каббалисты относят ее к сибилантам (см. *Сефер Йецира*).

Взаимозаменяемы: все 22 буквы еврейского алфавита можно распределить по группам согласно способам их произнесения. В речи принимают участие пять органов: гортань, губы, язык, нёбо и зубы. При интерпретации слов Торы буквы, которые относятся к одной группе, можно заменять друг на друга.

** *Ядид нефеш*: ידיד נפש («Друг души»).

*** «Молю Тебя Боже излечи ее...»:

אנא א-ל-נא רפא נא לה
בהראות לה נעם זיוך
אז תתחוג ותתרפא
והיתה לה שמחת עולם

(«свет») — и здоровьем. Через наслаждение постижения Божественного сияния душа выздоравливает и становится сильнее.

В иврите буквы слова «тьма» — תשך образуют слово כחש — «быть больным». Те же буквы образуют слово שכח — «забывать», — лишенная света интеллектуальная тьма неизбежно приводит к умственной слабости.

Солнечный свет — одно из сильнейших лечебных средств. Пророк Малахи* пишет: *«И засияет вам, почитающие Имя Мое, солнце справедливости, и излечит вас своими лучами»***. При обсуждении этого стиха Талмуд упоминает два комментария***. Абайе**** считает, что этот стих относится к тому миру, где мы пребываем сегодня, к миру, в который еще не пришел *Машиах****** («Мессия»). Он говорит:

Отсюда мы учим, что солнечный свет лечит.

Рабби Шимон бен Лакиш не согласен с этим комментарием. Он считает, что стих описывает не наши времена, а мессианскую эру:

Нет Ада в Мире Грядущем (в эпоху Машиаха). Но Святой, Благословен Он, извлечет солнце из его

* Пророк Малахи... в Талмуде говорится: *«Малахи — это Мордехай»* (главный герой свитка Эстер) (Мегила, 15а).

** *«И засияет вам, почитающие Имя Мое»* (Мал., 3:20):
שמש ימש וארי סבל החרוזו היפנכב אפרמו הקדצ.

*** Талмуд упоминает: Недарим 8б.

**** Абайе: один из авторитетных ученых Талмуда. Его полное имя: Нахмани бен Калил.

***** *Машиах*: еврейское произношение слова Мессия.

футляра (солнечный свет станет намного сильнее). Праведники будут излечены им, а грешники будут наказаны им.

Ясно, что оба авторитета согласны с тем, что солнечный свет лечит.

Связанная с солнцем способность излечивать была органически присуща нашему праотцу Аврааму.

Поучительно, что название еврейского весеннего месяца *ияр** (אייר) является аббревиатурой первых букв стиха «Ибо Я — Бог целитель твой»**. Именно во втором месяце года*** — в *ияре* начинает светить

* אייר слово, образованное от корня אור («свет») (см. «Словарь таргумов, Вавилонского и Иерусалимского Талмудов и мидрашной литературы» Маркуса Джастрофа, 1903, с. 47).

** «Ибо Я — Бог целитель твой» (Исх., 15:26): אֲנִי ה' רֹפֵאֲךָ.

*** Месяцы года: еврейский календарь одновременно и лунный, и солнечный. Месяцы соответствуют точно лунному месяцу, тогда как год должен соответствовать периодам года, то есть зима и лето должны приходиться на одни и те же месяцы. Таким образом, еврейские праздники приходятся всегда на одни и те же сезоны.

Устройство месяцев года диктуется первой заповедью Торы (Исх., 12:2). Год начинается с месяца, называемого месяцем **אביב** (*авив*, «весна»), время исхода из Египта. Позже этот месяц получил название *нисан* (ניסן). Праздничный цикл начинается в месяце *тишрей* — седьмом месяце календаря, первый день этого месяца называется *Рош га-Шана*, «Глава года».

В книге *Бней Иссахар* говорится, что само слово **אביב** доказывает, что *нисан* является первым месяцем года. Это слово можно прочесть как два: אב יב («отец двенадцати»), то есть весенний месяц *нисан* является первым (отцом) двенадцати месяцев года.

солнце и лечить землю от болезненного холода, сковывавшего ее в течение зимы*.

* Зима: на иврите חורף. Слово может быть интерпретировано, как חי רף («жизнь слабости»). Если прочесть корень этого слова в противоположном направлении, то получится слово פרח («цвести»). Зима — это противоположность цветения.

Глава 3

БОЛЕЗНЬ

Болезнь на иврите — חולי. Это слово непосредственно связано со словом חלל, которое обозначает «полый» или «пустой», кроме того, חול* означает «лишенный святости, профанический» — то есть пустой в духовном смысле слова. Болезнь — это состояние**, при котором человек оказывается пустым, лишенным света и духовного содержания, что влияет негативным образом на его физическое состояние.

Буква ן связана со словом חומר — «материя» и символизирует материализм, тогда как символическое значение буквы ל может быть представлено словами לימוד («учеба») и לב («сердце») и ассоциируется с духовностью. Сама форма буквы ן свидетельствует о чем-то закрытом от влияния свыше, в то время как буква ל является самой высокой

* חול: слово по звучанию сходное с английским hollow.

** Болезнь — это состояние: см. Рабби Шнеур Залман из Ляды, *Священное послание, Танья*, часть 4.

буквой еврейского алфавита, сама ее форма символизирует способность человека возвыситься над нашим материальным миром. Корень всех разбираемых слов – **חולל**, **חול**, **חולי*** состоит из двух букв — **ח**, при этом буква **ח** предшествует букве **ל** и довлеет над ней. Все это показывает, что болезнь, как и пустота жизни без веры, характеризуется победой материальной стороны жизни над духовной.

Тем же словом **חלל** иврит обозначает тело павшего в битве. Это, наверное, самый крайний пример материи, лишенной духа, когда душа покидает свое земное жилище и оставляет лишь материальную оболочку.

Противоположностью (антонимом) слова **חלל** является слово **חיים** («жизнь») и **חכם** («мудрец, образованный»). Все три эти слова имеют одинаковую гематрию. Равенство гематрий полностью противоположных понятий выражает одну из ключевых идей иудаизма — Всевышний создал мир как баланс противоположностей**, каждое явление имеет уравновешивающую его противоположность. (Каждая буква иврита имеет положительный и отрицательный аспекты. В разбираемом случае положительным аспектом буквы **ח** является **חיים**, «жизнь», тогда как отрицательным **חטא**, «грех» и **חומר**, «материализм».)

* Все три эти слова имеют одинаковую гематрию:

$$\text{חיים: } 8 + 10 + 10 + 40 = 68$$

$$\text{חכם: } 8 + 20 + 40 = 68$$

$$\text{חלל: } 8 + 30 + 30 = 68$$

** Баланс противоположностей. «*Одно против другого создал Бог*» (Екл., 7:14).

Мертвое тело (לל) является противоположностью жизни (חיים) и мудрости (חכמה). Интересно отметить, что для еврея мудрость и есть жизнь*.

* Мудрость и есть жизнь: на самом деле Бог создал все живое без исключения через сферу חכמה (Хохма, «Мудрость»), как написано в книге Псалмов (104:24): «Сколь велико творение Твое, Боже, и все это Ты сотворил мудростью (бе-Хохма)». В книге Притч (3:19) это выражено словами: «Мудростью (бе-Хохма) Бог основал землю». В благословении, читаемом после отправления естественных надобностей, сказано: «Ты сотворил человека с (человек создан Божественной сферой Мудростью, точно так же, как весь мир вдохновляется человеческой) Мудростью» יצר את האדם בחכמה אשר.

Глава 4

БОРЬБА С БОЛЕЗНЬЮ

Различные формы от корня לָלַח — «болеть» встречаются в Торе ровно пять раз (Чис., 48:1: Втор., 7:15, 28-59, 28:61, 29:21). Число пять очень важно для понимания некоторых концепций выздоровления. На этом мы остановимся в данной главе.

Здоровье зависит от равновесия между душой и телом. В иных терминах эту мысль можно выразить следующим образом: требуется найти баланс между материей (חומר) и формой (צורה). Наше тело — полностью материально, в то время как душа, связанная с сакральным миром, — это форма, которая должна заполнить и принять форму материи. Сумма гематрий этих чисел — 555.

$$\begin{array}{rcl} \text{חומר} & 8 + 6 + 40 + 200 & = 254 \\ \text{צורה} & 90 + 6 + 200 + 5 & = \underline{301} \\ & & 555 \end{array}$$

Число пять символизирует составную завершенность. Например, пять частей души, пять книг Торы, пять — это числовое значение буквы ה , буквы, по-

средством которой создан мир. Число 555 содержит пятерку на трех позициях — пять единиц, десятков и сотен. В этом могут быть усмотрены три состояния вещества, каждое из которых соответствует, согласно учению Аризаля*, одному из каббалистических миров.

Единицы связаны с твердым состоянием вещества, соответствующим миру *Асия* («Действие»), десятки связаны с жидкостью и соответствуют миру *Йецира* («Формирование»), а сотни связаны с газообразным состоянием и соответствуют миру *Брия* («Творение»). Тем самым число 555 символизирует полную завершенность во всех трех мирах. Подобным образом, когда форма и материя (צורה и חומר) находятся в дополняющем друг друга единстве, нет места болезни.

Тот факт, что корень «болеть» (להל) повторяется в Торе пять раз, учит нас тому, что с помощью Торы болезни можно полностью уничтожить по всему миру. Изгнание болезни возможно, если жить по Торе и по ее заповедям.

Число пять также связано с иным орудием борьбы с болезнями — с радостью. Женский род числительного пять (חמש) состоит из тех же букв, что и слово שמח («радостный, счастливый»), тогда как буквы формы мужского рода этого числительного — חמשה составляют слово שמחה («веселье»). Радость и веселье побеждают болезнь, как сказано: «Веселое сердце — благо для здоровья» (Притч., 17:22): לב שמח יטיב גהה. Ниже мы увидим, что наш праотец Яков связан с понятием исцеления. С по-

* Аризаль: Каббалист р. Ицхак Лурия из Цфата (1534—1572).

мощью трансформации *Ал-бам* (א-ל ב-ב) имя Яаков (יעקב) превращается в слово «радость» (שמחה).

י	становится	ש
ע	становится	ה
ק	становится	ח
ב	становится	מ

Именно Яаков добился совершенства всех пяти частей души.

В ивритском алфавите за буквами חל следуют буквы מט.

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת

Две буквы מט образуют основу слов, объединенных смыслом «перекрывать, препятствовать». Так, например, слово טהמם означает «глупость», состояние перекрытых умственных способностей, טמון означает «спрятанный, укрытый», טמיר — «спрятанный». Слово, произведенное от этой же основы — טמא, — «ритуально нечистый, оскверненный». Из тех же букв, что и в слове טמא, образуется אמם — «печать» или «изолированный». Буква א в конце слова טמא символизирует Божественность и интеллект. Эта буква находится в конце слова, и она является подчиненной к буквосочетанию מט. Такое расположение букв — א טמא — следует интерпретировать как «изоляция от святости». Последовательное расположение букв корней חל и מט демонстрирует, что болезнь как таковая связана и с духовной, и с физической изоляцией.

Числовое значение слова חולה («больной») равно 49.

$$\text{הולה: } 8 + 6 + 30 + 5 = 49$$

Это числовое значение записывается буквами иврита так: **טז**, а слово означает «крушение». Обратный порядок этих букв дает **זט**. Как уже было объяснено, эти две буквы являются ключевыми в слове **טמא** — «ритуально нечистый». Предание повествует о сорока девяти вратах нечистоты, что точно соответствует числовому значению этих двух букв. Духовная нечистота ведет к физическому поражению. Это и есть внутреннее содержание слова **הולה** («больной»). Излечение возможно через двадцать семь начертаний букв еврейского алфавита, число которых обозначается словом **זך** — «чистота».

Один из самых прямых путей к радости и чистоте — это путь музыки и пения. Согласно каббале, слово **שיר** — «песня» происходит от слова **נשירה** — «выпадание» или «облетание» (например, листьев), ибо пение заставляет оболочку (*клипот*) материализма облететь с души.

Аналогичным образом слово **זמר** — «песня» или «мелодия» является однокоренным к слову **זורם** — «подрезать ветви деревьев». Ибо мелодия обладает способностью отсекалть негативные силы и уничтожать материалистические устремления, которые давят на душу человека. Именно по этой причине *змифот*, «субботние песнопения», играют такую важную роль в проведении Святого дня. Музыка и песни позволяют раскрыться душе и привести ее к вратам Святого источника.

В этой связи интересно отметить звуковую связь ивритского слова **רפא** (произносится *рита*) — «лечить» — со словом, вошедшим в русский язык, — «терапия», а также его созвучие со словом «арфа». То есть Давид не случайно играл на арфе перед царем

Шаулом (Саулом), чтобы излечить его от болезненной меланхолии.

Слово נגן — «играть на музыкальных инструментах» — тесно связано со словом גהה — «здоровье», что можно продемонстрировать через трансформацию *Ик-Бехар* (איך-בכר), при которой נ (50) равно ה (5).

В наше время музыкальная терапия — признанный медицинский метод.

Тот факт, что буквы טט следуют непосредственно за буквами הל, описывает процесс заболевания: лишение жизни святости (הל) ведет на первом этапе к перекрытию духовной и физической Божественной эманации (света), перекрывается источник жизни всего, и это приводит к духовной и физической немощи (הולי). Строго говоря, физическое недомогание является только проявлением недомогания духовного. Тора завершает перечисление запрещенных продуктов словами: «*Не оскверняйте ими, (не) изолируйте себя*»*. Классическое Предание комментирует** этот стих: «*Читай не «оскверняйте» (ונטמאתם), а «становитесь изолированными» (נטמתם)*». Комментаторы отмечают***, что второе чтение указывает на причину («изолированность»), а первое — на произведенный эффект («осквернение»).

* «*Не оскверняйте ими, (не) изолируйте себя*» (Лев., 11:43):
ונטמאתם בם ולא תטמאו בהם.

** Классическое Предание комментирует: в оригинале (Йома 39а): ונטמאתם אלא ונטמתם אל תקרי.

*** Комментаторы отмечают: см. нашу работу «Огненные буквы», гл. 5.

Иногда, рассматривая буквы алфавита, предшествующие буквам разбираемого слова, мы можем обнаружить силу, способную преодолеть эффект явления, обозначенного этим словом. Дело в том, что предшествующие буквы алфавита являются как бы «корнем» последующих. Использование положительных сил «корневых» букв способно преодолеть «плоды» (см. Бен Иш Хай к *Парашат Ки Теце*). Как уже говорилось, основой слов, связанных с болезнью, являются буквы חל. Предшествующие им в алфавите буквы — טו — составляют слово «чистота». В стихе, который описывает требование к маслу, используемому в *меноре* — ритуальном светильнике в Храме, говорится: «*чистое (рафинированное) оливковое масло*» (Исх. 27:20) טו שמן זית. Чистота в прямом и переносном значении этого слова способна преодолеть недуг. Как нам станет ясно, слово טו символизирует еврейский алфавит, так как его числовое значение 27 по числу начертаний букв в еврейском алфавите. Все это показывает на то, что алфавит является духовной основой счастливой жизни.

В слове חלה — «заболел» — в начале стоят буквы חל, значение которых — лишенный святости. Они доминируют в слове и подчиняют себе завершающую букву слова — ה, символизирующую Бога. Болезнь начинается с того, что в жизни человека будничная, несвященная сторона жизни возобладала над его связью с Всевышним.

Аналогичную конфигурацию букв мы обнаруживаем в слове חלש — слабый. Завершающая буква слова — ש — символизирует знание и учебу (см., например: «*И научи их (словам Торы)...*» (Втор., 6:7) ושננתם). Буква ש оказывается полностью подчинена основе חל. Опять мы видим, что приземленные ин-

тересы преобладают в личности, вытесняя изучение Торы, что приводит к общей слабости. В родственном ивритскому языку — в арамейском — слово שָׁלַח означает то же, что в иврите שָׁלַח: «заболеть».

В каббале буква ה символизирует сферу *Бина* («Понимание»). Корень ה־ח — «заболеть» — показывает на ситуацию, при которой *Бина* — источник понимания и мысли — оказывается подавленной. Согласно каббалистической традиции, *Бина* соответствует слуху и уху. Важность слуха и понимания для здоровья мы продемонстрируем ниже, в разделе «Тора и лечение». Слово «ухо» — на иврите אוז тесно связано со словом בחן — «анализировать, различать». Оба слова кончаются на ה. Первые же буквы их следуют непосредственно друг за другом в алфавите:

ב следует за ח

ה следует за ו

אוז — «ухо» является корнем слова איזון — «равновесие, баланс». Баланс — основа здоровья — приходит с пониманием. В слове ה־ח — «болеть» — буква ה, символизирующая слух, понимание и баланс, оказывается подавленной ח — «материей».

Процесс болезни выглядит так: блокирование духовного света выражается на физическом уровне в слабости, которая вызывает блокирование физической основы существования, что, в свою очередь, не дает возможность человеку воспринимать Божественный свет в полной мере. Для того чтобы разорвать этот круг, врач (רופא) должен восстановить духовные силы больного, выраженные буквой ח.

Таким образом, мы видим, что еврейский язык выражает идеи через буквы обозначающих их слов.

Так, например, анализируя слово לָלַח — «болеть» — и производные от него формы, мы сумели разобраться во внутренней сущности явления. Остальные языки, в отличие от иврита, передают только внешнюю сущность явлений. Например, слово «болеть» в русском языке говорит нам только то, что человек испытывает боль, при этом абсолютно не касаясь внутренних причин данного явления.

Глава 5

ВЕЛИКОЛЕПИЕ И БАЛАНС

Основной корень, от которого производятся слова, связанные с лечением, — רפא. Например, רפא — «лечить», רופא — «врач, лекарь», רפואה — «медицина». Из этих же самых букв состоит слово פאר — «великолепие», прекрасное сияние, проистекающее из баланса и гармонии. Ариэль отмечает, что רפא — духовная основа здоровья*. Здоровье — это состояние, при котором все необходимые элементы находятся в гармонии, сбалансированы, а это состояние является результатом влияния Великолепия.

Слово פאר можно понять, подвергнув анализу составляющие его элементы. Буква פ соответствует еврейскому слову פה («рот» или «открытие»)** , тогда как буквы אר и являютя основой слова אור — «свет». Иными словами, сбалансированное состояние духовно-

* רפא является... здоровья: см. *Ке́зилат Яаков*: רפא.

Стоит добавить, что слово פאר созвучно русскому слову «пара», сбалансированное сочетание.

** Букве פ соответствует рот, и своим начертанием она напоминает его.

го света приводит к его раскрытию, что находит свое выражение в здоровье человека. Результат анализа слова פִּאֵר показывает нам понимание важности изучения Торы для здоровья. Сказано: «Открытие твоих слов — освещает»*. Когда еврей произносит слова Торы, он способствует тому, что ее Божественный свет спускается на землю и наполняет весь мир. Так, Шмуэль сказал своему преданному ученику р. Иеїуде:

*Открывай свой рот (произноси слова вслух),
когда ты учишь Писание, открывай свой рот,
когда ты учишь Мишну**.*

Баланс является основой нефеш — «души» человека. Именно по этой причине слово שקל (шакал), означающее «весы» или «равновесие», имеет то же числовое значение, что и слово נפש (нефеш) (отметьте сходство слова шакал со словом русского языка — «шкала»).

$$\text{שקל: } 300 + 100 + 30 = 430$$

$$\text{נפש: } 50 + 80 + 300 = 430$$

Точно так же числовое значение слова פִּאֵר, взятое во внутренней гематрии (см. Введение) полных имен его букв, равно 430. Названия букв слова פִּאֵר:

פּי	(пей)
אֵלֶּף	(алеф)
רֵישׁ	(реиш)

* «Открытие твоих слов — освещает» (Пс., 119:130): פתח דברך יאיר.

** «Открывай свой рот...»: Эрувин, 54а.

Взяв только «внутренние» буквы, мы получаем:

י	10
ל	110
ש	310
<hr/>	
	430

Это число — 430 — равняется пятикратному повторению числового значения слова א-ל-ה-י-ו (*Эло-аим* — «Бог»).

$$\begin{aligned}\text{א-ל-ה-י-ו}: & 1 + 30 + 5 + 10 + 40 = 86 \\ & 86 \times 5 = 430\end{aligned}$$

Число пять символизирует физическое пространство — четыре стороны света плюс центр. Так выглядит буква ה , чье числовое значение равно пяти. Ее начертание состоит из буквы ל , числовое значение которой равно четырем, и буквы י внутри. То есть само начертание буквы указывает на четыре стороны света и центральную точку. Эта же буква символизирует четыре стихии (земля, воздух, огонь и вода), а внутренняя י представляет пятую стихию (электромагнитную силу), которая порождает энергию для четырех остальных. На более высоком уровне символизирует Священную искру, которая дает жизнь всему сотворенному из четырех стихий. Все приведенное выше открывает иные измерения сказанного в Предании: «*Этот мир был создан буквой ה*» (Менахот, 29б).

Мы уже видели, что буква ה состоит из буквы ל и буквы י внутри нее. Вместе эти буквы образуют слово ל-י — рука. То есть концепция: «*Бог создал мир буквой ה*» расширяется в высказывание: «*Мир создан рукою*»

Бога». Пророк Исаия пишет об этом (48:13): «Моей рукой основана земля и Моей десницей устроено небо», ארץ ומויני מפחה שמים ידי יסדה.

Числовое значение слова יד — 14 — равно числу фаланг в пальцах рук — две в большом пальце и по три в остальных. Четырнадцать фаланг в пяти пальцах руки, так же как слово יד («рука», числовое значение равно 14) включено в букву ה (5).

Так как числовое значение слова יד — «рука» — равно 14, то две руки вместе дают 28 — числовое значение слова כח — «сила». На создание мира двумя руками Бога намекает стих Псалма: «Силу (כח) дел Своих сообщил Своему народу» (Пс., 111:10) כח מעשיו הגיד לעמו.

Намек на сотворение мира двумя руками можно усмотреть в том факте, что в первом стихе Торы 28 букв. Этот стих содержит семь слов — по числу дней Творения. Первые три слова содержат 14 букв — одна рука, а оставшиеся четыре слова составлены тоже из 14 букв — другая рука.

Стих, непосредственно предшествующий Десяти Заповедям, также содержит семь слов и 28 букв. Первые три слова состоят из 14 букв и последние четыре тоже из четырнадцати. Это совпадение соответствует высказыванию Предания о том, что мир был создан ради Торы, и на этом условии Израиль принял Тору (см. комментарий Раши к Ис., 1:1 и 1:31). Здесь же содержится намек на то, что Тора — это «рабочие чертежи» Бога.

Итак, мир был создан двумя «руками» Бога. Левая, рука — это 248 — רמ"ח предписывающих заповедей Торы, а правая — это 365 — שמ"ה запрещающих заповедей (248 + 365 = 613 — общее число заповедей Торы). Предание гласит: «Правая рука приближает, а левая — отталкивает». Сложив цифры числа 248

(2 + 4 + 8), мы получим число 14, точно так же, сложив цифры числа 365 (3 + 6 + 5), мы получим снова 14 — ד'.

Десять Заповедей были записаны на двух скрижалях, по пять на каждой. В этом нашла отражение идея о двух руках, по пять пальцев на каждой.

Десять Заповедей — это основа всей Торы. Всего в Десяти Заповедях 620 букв. Если взять число букв Десяти Заповедей, исключив два последних слова, то мы получим общее число заповедей Торы — 613. Последние два слова, «*принадлежащие ближнему твоему*» (Исх., 20:14), לרעה אשר, содержат семь букв, дополняя число заповедей семью постановлениями Мудрецов, что вместе составляет «Венец» Торы, или же в них содержится намек на семь заповедей потомков Ноаха, данных всем народам.

Во всем вышесказанном видно, что существует неразрывная связь между нашим духовным телом и телом материальным. «*Сквозь мою плоть я вижу Бога*» (см. «Связь тела и души»).

Число пять выделено тем, что есть пять книг Торы и пять органов принимают участие в человеческой речи (горло, язык, нёбо, зубы и губы). Первое слово Торы — בראשית содержит буквы, произносимые каждым из этих органов, что показывает на то, что способность речи является основой Творения.

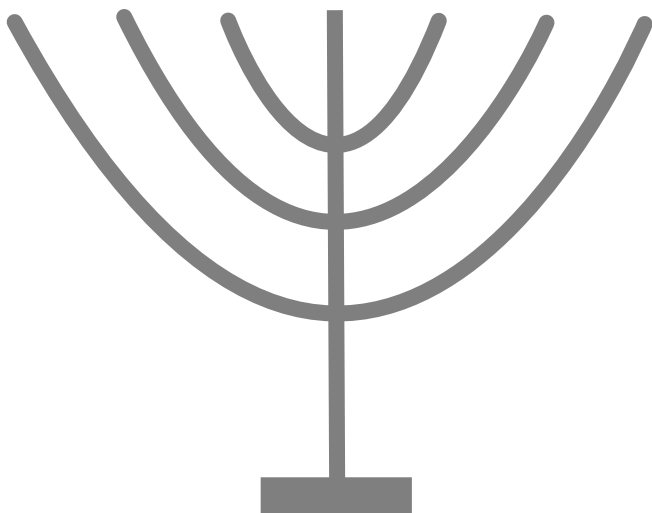
Когда человек изучает пять книг Торы, когда он приходит к осознанию того, что весь мир исполнен Богом (*Элоhim*), и когда он пытается выразить свои ощущения словами, тогда его душа находится в состоянии гармонии (*שקל*) и в гармоническом великолепии (*פאה*). Это и является духовной основой здоровья.

Сходным образом слово רפואה — «медицина» — состоит из букв слов אור — «свет» и פה — «рот». Тот,

кто желает стать здоровым, должен наполнить свои уста Божественным светом.

Эта мысль заложена в основу *меноры* — Храмового светильника. В первую очередь функция светильника — давать физический свет. Альших* утверждает, что семь ветвей *меноры* символизируют человеческое лицо. Две крайние ветви (слева и справа) соответствуют ушам. Две следующие, ближе к центру, — глазам, следующие две — ноздрям, а центральная — рту.

ухо глаз ноздря рот ноздря глаз ухо



* Альших: Р. Моше Альших, известный *магид* (проповедник), автор *Торат Моше*. Данный комментарий приведен в *Парашат Трума*.

Все это, учит Альших, доказывает, что основные чувства зависят от способности говорить. С другой стороны, *менора* свидетельствует о центральном значении речи для здоровья человека — именно правильное использование дара речи (рта) — в соответствии с законами Торы — является центральным каналом света, дарующего жизнь всему телу. Когда порядок в פארא разрушается, то получается פרא — «дикий, неконтролируемый» — очень точное выражение разрушенной гармонии больного организма (например, рак — это неконтролируемое деление клеток). Чтобы понять духовный смысл слова פרא, проанализируем значение и расположение его букв:

ס

Буква ס (ס, *алеф*) символизирует Святого, Благословен Он*, Стоящего во главе всего (סאלוף, *алуф*). Кроме того, буква ס символизирует учебу, мышление, как в стихе: «Я научу вас (סאלוף) мудрости»**. Таким образом, ס символизирует связь человека с Господом через Богоданный интеллект, с помощью которого мы познаем Божественную волю, выраженную в Торе.

Но ס имеет несколько более высокое значение. Она также выражает веру*** (סמונה — *эмуна*) — надын-

* Символизирует Святого, Благословен Он (Хагига, 16а):
והיו אלוף אלא הקב"ה .

** Я научу вас мудрости (Иов, 33:33): סאלוף המוכח.

***Выражает веру: еврейское слово «вера» (סמונה) происходит от корня סמן — мастер, искусник. Каждый еврей должен раз-

теллектуальное* свойство души. Дело в том, что интеллект — это инструмент нашего низшего из миров. По самой своей природе разум ограничен, мозг человека в состоянии постичь только ту реальность, в которой он пребывает. Кроме того, отпущенный человеку интеллект не может постичь большего, чем ему дано. Для того же, чтобы достичь высших миров и контакта с всеобщим Источником, с Высшим Разумом, человек должен непрерывно оттачивать высшую, ничем не ограниченную силу своей души, называемую «верой» (הַנוּמָא).

Таким образом, נ символизирует связь еврея с Богом изначально через силу интеллекта, а потом через надынтеллектуальное свойство души — через הַנוּמָא.

פַּר

Оставшиеся две буквы слова פָּרָא — פַּר. Эти две буквы являются основой грубой силы, как, например, в

вить свое мастерство в вере через концентрацию на словах Торы и претворение ее принципов в каждодневной жизни.

* Надынтеллектуальное свойство души: там, где кончается интеллект, начинается вера. Сегодня мы живем в эпоху, непосредственно предшествующую приходу Машиаха. Ослепленным духовной тьмой Изгнания, нам не было дано стать свидетелями прямого Божественного откровения, как удостоивались его наши предки. Кроме того, наш разум ныне развивается не под благодатным влиянием Торы, но мы постоянно пребываем под давлением нашего светского профессионального образования. Тем более нам необходима вера в Единственного, Пребывающего над всем, чтобы выжить в густившейся тьме Изгнания. И как одна слабая искра

слове פַר — «бык» — самое мощное из домашних животных.

В слове פֶּאֶר («рассудок») נ стоит в центральной позиции, уравнивая «силу» (פַר) через служение Всевышнему (אֱלֹהִים). В слове פֶּרֶא буквы פַר занимают ведущее, доминантное место, подавляя נ. В этом случае неуправляемая животная мощь полностью подавляет направленность интеллекта к священным целям, и, как следствие, здоровье ухудшается.

Решение проблемы, как правило, достигается с помощью доктора (רוֹפֵא). Это слово состоит из сочетания רָף — «смягчать» или «освободить» и буквы נ. Из этого мы можем сделать вывод, что обязанность врача заключается в том, чтобы освободить נ от доминанты פַר, то есть изменить сочетание букв в пользу פֶּאֶר — «гармонии» и «баланса», ведущих к выздоровлению. Если это не удастся и неуправляемая сила продолжит свою разрушительную деятельность, то элементы, из которых состоит тело, могут стать полностью разбалансированными, и в результате останется אֶפֶר («прах»).

Сходный анализ слов פַר и פֶּאֶр приведен в Талмуде* (Шабат, 104a). Там объясняется, что буква פ соответствует פה («рот»), тогда как ר соответствует ראש («голова»). Комбинация פַר тем самым указывает на непосредственную прямую связь «голова — рот» (это очевидно — речь всегда выражает мысли говорящего). Однако в сочетании פֶּאֶר к этой комбинации до-

может добавить блеска потоку света, так колеблющийся огонек אִמוּנָה способен осветить тьму нашего мира и выявить скрытые пути Всевышнего.

* Талмуд Шабат, 104a: פ' כפופה פ' סתומה פה פתוח פה סתום.

бавляется промежуточный элемент — **№** — рассудок, промежуточное звено между мыслями человека и его речью. Религиозной обязанностью каждого еврея является постоянный контроль мыслей (**№**) в свете данного ему Богом рассудка (**№**) и проверка на соответствие их Торе. Только при таком положении дел человек (**№**) имеет право выражать мысли, роящиеся в голове, в виде речи. Правильное расположение **№** имеет ключевое значение для духовного, эмоционального и даже физического здоровья.

Глава 6

ПОНИМАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Еще одно слово, связанное с лечением — צרי, «бальзам» — смола лекарственного растения. Связь этого слова с лечением видна из стиха: «Что, нет бальзама в Гиладе? Нет врача здесь?» (Иер., 8: 22), אין בגלעד אם רפא אין שם הצרי. Из тех же трех букв, что и в слове צרי («бальзам»), состоит слово יצר (*яцар* — «делать, создавать»). Это слово является корнем слова *йецира*. Каббала различает четыре мира (*Ацилут*, *Брия*, *Йецира*, *Асия*). Третий из этих миров — *Йецира* — непосредственно связан со *сфирой Тифферет* («Великолепие, Гармония»).

Слово צרי («бальзам») звучит на иврите почти так же, как и название огласовки (гласного знака) צירה (*цере*). В каббале огласовка *цере* соответствует *сфире Бина* («Понимание»). *Бина* является источником семи нижних *сфирот*, ибо она находится в точности над ними (она восьмая с конца на Древе жизни, в котором есть *Кетер* и нет *Даат*). Семь этих *сфирот*: *Хесед* («Милосердие»), *Гвура* («Сила»), *Тифферет* («Великолепие»), *Нецах* («Вечность»), *Год* («Слава»), *Иесод* («Основа») и *Мал-*

хут («Царство»). Тем самым *Бина* является источником лечения, ибо здоровье является результатом полного развития и гармонии всех семи нижних *сфирот*. Вслед за пониманием приходит выздоровление, как сказано: «Его сердце поймет и вновь вернется здоровье» (Ис., 6:10), לבבו יבין ושב ורפא לו.

Числовое значение слова *בינה* (*Бина*, «Понимание») равно 67. Если добавить 1 — *кагель* (см. Введение), то получится 68 — числовое значение слова *חיים* («жизнь»). Понимание — это источник жизни.

Глава 7

МОЗГ И ЗДОРОВЬЕ

Разум и эмоции являются главными основами духовной деятельности человека. Их вместилищами являются мозг и сердце соответственно. Каббала устанавливает связи «голова — мозг» и «рот — сердце». На иврите «мозг» — מוח, а «сердце» — לב. Вместе они определяют духовную природу человека, которая в Торе называется «образ Бога» (Быт., 1:27), צלם אלקים, по которому был создан человек. В этом стихе Тора употребляет Имя Бога אלקים (Элохим) — Имя, указывающее на Бога, в Его аспектах Творца и властелина физического мира. Числовое значение фразы מוח ולב («мозг и сердце») равно числовому значению слова אלוקים*.

Другое слово, указывающее на наличие прямой связи между мозгом и ртом, — это אלה. Выше мы указали на то, что это слово символизирует постижение человеком воли Всевышнего. Кроме того, данное

* מוח ולב... равно איקולא

מוח ולב: $40 + 8 + 6 + 30 + 2 = 86$

אלוקים: $1 + 30 + 5 + 10 + 40 = 86$

слово содержит элементы, относящиеся к трем частям тела:

ס

Буква ס соответствует мозгу. Непроизносимая ס, почти невидимая, светящаяся, непохожая на другие, — это первая, наиболее связанная с духом буква еврейского алфавита. Будучи таковой, она соответствует мозгу — наиболее духовному органу человеческого тела, напрямую связанному с *неша-ма* — Божественной душой.

ל

Буква ל указывает на сердце и на изучение Торы: ל является первой буквой в словах לב («сердце») и לימוד («учеба»).

פ

Буква פ соответствует рту. В слове אלהי буква ל является промежуточным звеном между ס (мозг) и פ (рот). Все это показывает на то, что мысль, порожденная мозгом (ס), проходит через сердце (ל), где она впитывает изученные основы Торы (ל). Только после этого она находит свое выражение через рот (פ). Если букву ל (изучение сердцем) убрать из корня אלהי, то останется אהי («гнев»). Мысли преобразуются в речь, попадают в рот без контроля сердца и порождают гнев.

Ничего удивительного в том, что символы буквы **ס** (учеба и Божественная воля) являются квинтэссенцией сущности человека и мира. Если букву **ס** убрать из слова **אדם** («человек»), то остается просто **אד***, что на иврите означает «кровь». От того же корня происходит слово **דומם** («молчание») и «неодушевленная вещь» (**דומם**)** — пустая оболочка.

В слове **אדם** («человек») **ס**, как мы уже видели, представляет возвышенный элемент. **ד** имеет числовое значение 4 — в соответствии с четырьмя первоэлементами, из которых состоит человеческое тело, — земля, воздух, огонь и вода. Числовое значение буквы **מ** — 40, или 4x10. Множитель 10 всегда указывает на проявление той же идеи на более высоком уровне. Речь, таким образом, идет о четырех первоэлементах в их высоком выражении, а именно — о четырех элементах духовного тела человека — души. Тем самым буквы слова **אדם** указывают на структуру человека — духовный источник (**ס**), физическое тело (**ד**) и душу (**מ**).

Аналогичное явление мы наблюдаем при анализе слова **זלד** («зародыш»). Его числовое значение — 40. Согласно традиции, полное развитие зародыша в плод проходит за 40 дней. (Например, первые 40 дней беременности можно молиться о поле младенца, но потом нельзя, ибо пол плода уже определен.) Здесь также мы видим воплощение идеи 4x10.

* Остается просто **אד**: кровь — это «эликсир жизни» в смертном теле, но не сама душа, как написано: «*Ибо жизнь тела — в крови она*» (Лев., 17:11), **כי נפש הבשר בדם היא**.

** Молчание и неодушевленная вещь: в русском языке пара «душа — неодушевленный», а в иврите неодушевленный — это лишенный речи.

Четыре первоэлемента мира (4) достигают совершенства (10) и окончательно формируют плод.

Сходным образом духовная чистота человека связана с числом 40. При обряде очищения, проводимого через погружение в воды *микве* («ритуальный бассейн»), требуется 40 *сеа* воды. Моше получал Тору — духовную основу всей жизни — на протяжении сорока дней.

Если в слове ארץ («земля») не будет буквы נ, то останется רץ («бежать»)*. Жизнь на земле становится марафонским забегом, лишенным какой бы то ни было высшей цели. Наиболее ярко значение буквы נ проявляется в слове אמת («истина»). Без Божественной мудрости (נ) истина превращается в מות («смерть»). Именно поэтому Предание гласит:

«Нечестивцы (те, кто отказываются учить Божественную мудрость и исполнять волю Всевышнего) при жизни называются мертвыми», רשעים בחייהם, נקראים מתים.

Все, что связано с פאר, проявляется в человеке в самых разных аспектах. Например, слово תפארת («красота») происходит от корня פאר; оно может означать облик человека. Пророк Исаия говорит о мастере, чей облик проглядывает в сделанном им идоле: *«Похожий на человека, великолепием (כתפארת) человека (אדם)».*

* Останется רץ («бежать»): автор *Сидура шель Шабат* указывает на то, что из одних и тех же букв состоит слово צר — «узкий» и корень слова צרה — «беда». Жизнь, не одухотворенная влиянием נ, — это жизнь, полная бед.

** וישעוהו כתבנים איש כתפארת אדם (Ис., 44:13).

Если перейти на более глубокий уровень и применить трансформацию *Ал-Бам* (אל-בם)* к слову פאר, то числовое значение полученных букв будет равно 45 — числовому значению слова אדם**. Число 45 записывается на иврите מה («что?») и соответствует *сфире* חכמה (*Хохма*, «Мудрость»), выражающей внутреннюю интеллектуальную способность еврея (того, к кому применимо слово אדם). Более того, מה соотносится со *сфирой* תפארת и с перестановками неизносимого Имени Бога, непосредственно связанного с תפארת.

* *Ал-Бам* (אל-בם): метод интерпретации, при котором א — первая буква алфавита заменяется на ל — двенадцатую букву, ב — вторая буква — на тринадцатую מ, третья (ג) на четырнадцатую (ד) и т. д.

** Слово פאר... равно אדם:

$$\begin{aligned} פ \dots ו &= 6 \\ א \dots ל &= 30 \\ ר \dots ט &= 9 \\ &45 \end{aligned}$$

$$\text{סדא:} \quad 1 + 4 + 40 = 45$$

Глава 8

МЫШЛЕНИЕ — ИСТОЧНИК ЖИЗНЕННЫХ СИЛ

Другое слово иврита, обозначающее «излечение», — это גהה, как оно использовано в стихе: *«Веселое сердце — хорошо для излечения»**. Те же самые буквы образуют другое слово הגה, означающее «мыслить, размышлять», например, в стихе: *«Размышляй (והגית) над ней (Торой) днем и ночью»*** . Этот же корень тесно связан с корнем נהה («светить»), как мы встречаем его в стихе: *«Свет будет сиять на твоём пути»**** . Мы вновь обнаруживаем тесную связь между лечением, размышлением и светом.

Другую связь между духовным источником здоровья и излечением можно проследить, если разоб-

* *«Веселое сердце — хорошо для излечения»* (Притч., 17:22), לב שמח ייטיב גהה.

** *«Размышляй (והגית) над ней (Торой) днем и ночью»* (Нав., 1:8), והגית בו יומם ולילה.

*** *«Свет будет сиять на твоём пути»* (Иов 22:28), ועל דרכיך ונהה אור .

рать букву ג в слове גהג на ее составляющие части*. В свитках Торы буква ג пишется, как комбинация букв י (יוד) и ו (вав) (יוד является левой ножкой буквы). Таким образом, גהג может быть описано как ו-י-ו-י, — буквы непроизносимого Имени Бога.

Числовое значение слова גהג — 13 совпадает с числовым значением слов אהא («один») и אהבה («любовь»)**. Здесь мы вновь видим, что приближение к Богу дарует излечение, ибо единство и любовь являются атрибутами Бога, а кроме того, само слово אהבה является одним из Имен Всевышнего.

Факт совпадения числовых значений слов גהג («здоровье»), אהא («один») и אהבה («любовь») говорит нам, что излечение достигается через установление гармонии между частями тела, между составляющими души и гармонией между телом и душой.

В трансформации *Ик-Бехар* (איך-בכר)*** буква ג соответствует букве ל. Это значит, что слово הגה («размышлять») переходит в слово הלל — одну из форм слова הילה («сияние»). Медитация, размышление

* На ее составляющие части: см. «Маген Давид Таз» (р. Давид Сегал), который излагает этот метод интерпретации.

** Числовое значение слова גהג:

$$\text{גהג: } 3 + 5 + 5 = 13$$

$$\text{אהא: } 1 + 8 + 4 = 13$$

$$\text{אהבה: } 1 + 5 + 2 + 5 = 13$$

*** *Ик-Бехар* (איך-בכר): метод интерпретации Торы, при котором буквы алфавита заменяются на равные им по числовому значению, без учета десятков и сотен, например א — «один» — соответствует десяти (י) и ста (ק); два (ב) соответствует двадцати (כ) и двумстам (ק) и т. д. Например, числовое значение букв ק-י-א равно 1-10-100.

(הגה) может наполнить жизнь человека сияющим светом (הילה) и даровать излечение (נהה).

Р. Шимшон Рафаэл Гирш* отмечает, что буквы ג и י, будучи по происхождению нёбными, взаимозаменяемы. Проведя замену, мы обнаруживаем, что слово הגה превращается в слово היה («быть»). Духовные силы человека, его мышление и медитация, его эмоции являются основой бытия, и они даруют как духовное, так и физическое здоровье.

Вновь применим трансформацию *Ик-Бехар*, при которой буква ה переходит в ג. Тогда слово הגה перейдет в слово נגן («играть на музыкальных инструментах»). Музыка не только приносит радость в мысли, она приносит и Божественный свет в душу и дарует излечение**.

Двумя различными способами трансформации оба слова: הגה («думать») и נגה («светить») переходят в слово נקה («очищать»). Так как буквы ג и ק обе нёбные***, то, как было сказано выше, они взаимозаменяемы. נגה переходит в נקה. Более того, р. Шимшон Рафаэл Гирш обнаруживает связь между הגה и נקה в стихе: «*Уберите (הגו) примеси из серебра, и оно*

* Р. Шимшон Рафаэл Гирш: Недельный раздел *Вайера*.

** Музыка не только...: Музыка и строгая мудрость математики — это два земных искусства, наиболее приближающие человека к Божественной мудрости. Именно через них человек способен постичь единство и целостность Бога, как они проявляются в высших мирах. Гармония и ритм, система и логика доступны каждому человеку. И то и другое наглядно, и, несомненно, они являются даром Свыше.

*** Буквы ג и ק: нёбные буквы ג, י, כ, ק произносятся при помощи корня языка и нёба.

пойдет ювелиру на сосуды»*. Слово **הגו**, упомянутое в цитате, является грамматической формой слова **הגה** и означает здесь «очищать от примесей». Подобным же образом духовное и физическое здоровье достигается через очищение мыслей от недостойных примесей.

Корень слов, связанных с памятью (**זכר**), может быть проанализирован как комбинация **זכ** («чистый») и буквы **ר** (*resh*, **ריש**), которая соответствует **ראש** (*rosh*, «голова»). Хорошая память достижима очищением мыслей. Идея становится еще более ясной, если отметить, что буквы слова **זכר** образуют слово **רכז** («концентрироваться»).

На более глубоком уровне мы обнаруживаем, что слово **כלי** является элементом оборота **כלייון הנפש** («душевная тоска»), а слово **כסף** («серебро») — корень слова **כיסופים** («желания, страсти»). То есть приведенный выше стих указывает на способ достижения душевного и физического здоровья — очистив себя от земных страстей и преобразовав их в «сосуд», человек достигает блага. Более того, числовое значение слова **נקיון** («чистота») равно 216, что полностью совпадает с числовыми значениями слов **יראה** («Богобоязнь») и **גבורה** («мощь»)**. Когда человек духовно очищает себя, он становится Богобоязнен и приобретает эмоциональную мощь.

* «Уберите (**הגו**) примеси...» (Притч., 25:4), **הגו סינים מכסף ויצא כלי**, לצרף.

** Числовые значения **נקיון** («чистота»), **יראה** («Богобоязнь») и **גבורה** («мощь»):

$$\text{נקיון: } 50 + 100 + 10 + 6 + 50 = 216$$

$$\text{יראה: } 10 + 200 + 1 + 5 = 216$$

$$\text{גבורה: } 3 + 2 + 6 + 200 + 5 = 216$$

На физическом уровне, точно так же, как и на уровне духовном, болезнь влияет на аппетит (כיסופים). Горькое кажется сладким, вкусное — безвкусным и т.д. После выздоровления тело человека очищается, восстанавливается аппетит, и пища приобретает свойственный ей вкус.

Глава 9

ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА МИРА

Наверно, самое известное слово в иврите — слово שלום, что в переводе значит «мир». Слово שלום происходит от корня שלם — «целый, цельный». Тора говорит, что Яков после борьбы с ангелом: «*Пришел целым* (שלם)*».

Так же как и корень פאר, корень שלם означает «равновесие, гармонию». Согласно *Сефер Йецира* («Книга Создания», приписываемая нашему праотцу Аврааму), первая буква слова שלם — ש соответствует огню (אש), а буква נ соответствует воде (מים). (Само начертание буквы ש напоминает пламя. Более или менее сходный звук «ж» и сходное начертание мы обнаруживаем в русском языке в словах «Жар» и «поЖар»). В слове שלם эти две антагонистские силы уравновешены буквой ל, соответствующей слову לב — «сердце». Форма буквы ל напоминает сердце с отходящей от него артерией. В слове לב буква ל сопровождается буквой ב (בית), название которой означает дом,

* «Яков пришел целым» (Быт., 33:18), ויבא יעקב שלם.

и ее числовое значение равно двум. Само слово לב ярко иллюстрирует общеизвестный факт, что сердце — многокамерный орган, перекачивающий кровь. Более того, цвет входящей вены является синим — цвет воды, а выходящей артерии — красным — цвет огня. На уровне психологии точно так же сердце (ל) — баланс между двух сил — огня и воды.

Если мы напишем две буквы ל одну против другой, при этом изобразив первую букву в зеркальном отражении, то мы получим полный рисунок сердца (р. Аврагам Абулафия). Таким образом, мы обнаружим, что в слове ללפ, означающем «быть пустым», «лишать святости» и т. п., буква פ, символизирующая это понятие, доминирует над полным сердцем (לל).

Слово שלום («мир») являет собой слово שלם с добавленной буквой ם. Буква ם — символ соединения. Буква эта называется *вав* — крючок — соединительный предмет. На иврите ее название пишется וואו — числовое значение 13. Это числовое значение слова אחד («один») — числа единства. В языке иврит эта буква является соединительной частицей (она пишется слитно со следующим словом) и соответствует русскому союзу «и». Графически она изображает соединение и в особенности соединение противоположностей. Эта длинная черта показывает на единство высших и низших миров, а также изливание Божественного света в наш физический мир *Асия*. Числовое значение буквы — 6. *Вав* символизирует шесть нижних *сфирот* (от *Хесед* до *Иесод*), а также шестую *сфиру* *Иесод*, соединяющую высший мир с низшим. В каббале буква ם является третьей буквой непроизносимого Имени Бога (א-ב-ג) и соответствует третьему праотцу — Якову. Название буквы וואו символизирует двенадцать колен Израиля — шесть против шести и Якова, объединяющего их,

посередине. Буквы ו, стоящие в начале и в конце названия буквы, имеют числовое значение шесть, а средняя буква ס — один — символизирует объединяющий их элемент — Яакова.

Баланс и гармония слова שלם (и произведенного от него слова שלום) являются более земными, чем представленные словом פאר. В слове פאר гармонизирующий элемент — ס символизирует абстрактный, возвышенный интеллект. Тогда как в слове שלם гармония достигается через букву ל — символ эмоций и чувств. Понятно, что и та гармония и другая способствуют здоровью.

Слово שלום («мир») состоит из тех же букв, что и слово מושל («властитель»). Это нас учит тому, что настоящий властитель должен стремиться к миру и добиваться его установления как для себя, так и для других.

Средние буквы слова שלום — לו. Как уже было показано, буква ל соответствует сердцу, а прямизна буквы ו показывает на прямоту и честность. Честность и прямое сердце необходимы для установления мира.

Радость — это дар прямому, честному сердцу, как сказано: «И прямым сердцем — радость» (Пс., 97:11). Слово «радость» — שמחה начинается с первой и последней букв слова שלום). Следующая, третья буква — ח символизирует жизненную энергию (חיות) или жизнь חיים. Более того, числовое значение сочетания לב שמחה («веселое сердце») совпадает с числовым значением слова שלום, если к последнему добавить число 4, по числу его букв. (Добавление числа букв, подобное нашему случаю, когда мы добавили 4 к слову שלום, согласно каббале, указывает на то, что слово, к которому мы добавили число его букв, оказывается причиной явления, обозначаемого пер-

вым словом. В нашем случае мир — это источник радости.)

Словосочетание לב שמח — «веселое сердце» — имеет числовое значение 380. Если мы добавим 5 — число его букв, то мы получим 385 — числовое значение слова שכינה (*Шехина*) — Свет Божественного Присутствия на земле. Радость приводит к тому, что Свет Божественного Присутствия пребывает над нами. Предание говорит: «*Божественное Присутствие проявляется только в радости*».

Числовое значение букв לב — 36. Это число можно представить, как 6х6 — совершенство *Иесод*, *сфирь*, соответствующей шести. Талмуд (Сукка, 45б) говорит, что в мире всегда есть, по крайней мере, 36 праведников, которые не дают Божественному Присутствию оставить землю. Эти тридцать шесть праведников являются Основой мира.

Последняя буква слова שלום («мир») — буква ם является концевой формой буквы ן (у пяти букв иврита концевая форма буквы отлична от основной). В гематрии числовое значение буквы ם может совпадать со значением основной формы буквы — ן (40), а может означать 600 (концевые формы букв ץ-ף-ך-ם-ך обозначают числа 500 — 900). Приняв значение буквы ם за 600, мы получаем гематрию слова שלום — 936, что равно 36х26.

Как уже было сказано, число 36 является совершенной формой проявления *сфирь* *Иесод*, а 26 является гематрией тетраграмматона — неприносимого четырехбуквенного Имени Бога. Таким образом, мы получаем, что мир во Вселенной зависит от совершенной чистоты основ, представленных числом 36, пронизанных Божественным Присутствием и Его управлением Вселенной.

Как мы увидели, Божественный свет дарует душе и телу состояние радости, и этот свет является основой человеческого совершенства и здоровья. Это следует из глубокого анализа слов «мир» и «радость» — שלום и שמחה.

Глава 10

ПРАОТЕЦ ЯАКОВ — СИМВОЛ ЗДОРОВЬЯ

Согласно каббале, *сфира* תפארת соответствует нашему праотцу Яакову. *Тифферет* — это третья, центрально расположенная *сфира*, дарующая гармонию *сфирот* חסד (Хесед — «Милосердие») и גבורה (Гвура — «Сила, Мощь, Суд»). И таков был путь третьего праотца Яакова, названного также Израэлем. Он сумел соединить и привести в гармонию качества своих предков — Авраама, олицетворяющего Милосердие, справа, и Ицхака, олицетворяющего Суд, слева.

Ицхак
Гвура

Авраам
Хесед

Яаков
Тифферет

Каббала считает, что Яакову соответствует сердце, расположенное в центре человеческого тела, тогда как Аврааму и Ицхаку соответствуют руки — одна справа от сердца, а вторая слева.

Имя יעקב (*Яаков*) можно представить, как сочетание слова יבוק (*Ябок*) и буквы י. Ябок — название реки,

которую перешел Яков перед борьбой с ангелом (Быт., 32:23). Согласно каббале, Ябок соответствует сумме гематрий трех Имен Всевышнего*, так же как относящиеся к ним Божественные атрибуты соотносятся с именем Яков (см. ниже). Числовое значение буквы **י** равно 70. Эта буква и ее гематрия символизируют проникновение, так как она соответствует семидесяти душам Дома Якова — семидесяти сыновьям и внукам Якова, которые спустились в Египет. Тем самым сочетание **י קב** следует интерпретировать, как проникновение Божественных атрибутов, символизируемых словом **יבק** (*Ябок*), на первом этапе в самого Якова, а потом и в семьдесят душ его потомков.

Для того чтобы разобраться в сущности Божественных атрибутов, обозначаемых словом *ябок*, в первую очередь нам следует рассмотреть следующий список соответствий:

יבק

א-ה-ה-י	<i>Кетер</i> (כתר)	мозг (מוח)
ה-ו-ה-י	<i>Тиферет</i> (תפארת)	сердце (לב)
אדנ-י	<i>Малхут</i> (מלכות)	ливер (כבד)

Числовое значение слова **יבק** равно 112**. Интересно отметить, что ту же гематрию имеют три

* Сумма гематрий трех Имен Всевышнего:

א-ה-ה-י: $1 + 5 + 10 + 5 = 21$

ה-ו-ה-י: $10 + 5 + 6 + 5 = 26$

אדנ-י: $1 + 4 + 50 + 10 = 65$

112

** **יבק**: $10+2+100 = 112$

вышеприведенных Имени Всевышнего, а также ивритские названия трех перечисленных органов*.

Буква **ס**, так же как и имя Яаков, вносит гармонию в противодействующие силы. Гематрия названия буквы **ס** (סלס, *алеф*) равна 111. Вместе с *колель* (см. Введение) равна 112.

$$\text{סלס: } 1 + 30 + 80 = 111 + 1 = 112$$

Каббала отмечает, что начертание буквы **ס** состоит из трех частей. Центральная часть — **י** и буквы **י** сверху и снизу от нее. Эти три части соответствуют трем *сфирот* *Хохма* («Мудрость»), *Бина* («Понимание») и *Даат* («Знание»). Если взять последние буквы слов **מח, לב, כבד** («печень», «сердце», «мозг»), то мы получим **הכמה** — первые буквы **הכמה, בינה, דעת** (*Хохма, Бина, Даат*). Эти три *сфирот* имеют три вместилища, соответственно в мозге, сердце и печени.

Для того чтобы постичь тайну трех Имен, о которых мы говорили выше, следует рассмотреть Древо жизни:

<i>Бина</i>	<u><i>Кетер</i></u>	<i>Хохма</i>
<i>Гвура</i>	(<i>Даат</i>)	<i>Хесед</i>
<i>Год</i>	<u><i>Тиферет</i></u>	<i>Нецах</i>
	<u><i>Иесод</i></u>	
	<u><i>Малхут</i></u>	

* Сумма ивритских названий трех перечисленных органов:

$$\text{מוח: } 40 + 6 + 8 = 54$$

$$\text{לב: } 30 + 2 = 32$$

$$\text{כבד: } 20 + 2 + 4 = 26$$

$$112$$

На центральной линии Древа жизни* расположены *Кетер* («Венец») — воля, желание Всевышнего — начало Божественной эманации; *Тиферет* («Великолепие, Гармония») — баланс между *Гвура* («Сила») и *Хесед* («Милосердие»); *Малхут* («Царство»). Они соответствуют трем Именам Бога, представленным в слове *Ябок*. Тем самым слово *Ябок*, заключенное в имени Яаков, являет собой баланс и гармонию Древа жизни. Это еще одна причина, по которой Яаков — символ здоровья.

Более того, числовое значение слова *קַבָּל* («Яаков») равно 182, в то время как гематрия слова *תפארת* (*Тиферет*) — 281 — те же цифры, но в обратном порядке. Так как цифры числового значения слова указывают на связанные с ним *сфирот*, то мы можем заключить, что *קַבָּל* («Яаков») и *תפארת* (*Тиферет*) проистекают из одного духовного источника.

Яаков традиционно отождествляется со здоровьем. В Талмуде говорится: «*Наши праотец Яаков не умер*»**. И Раши делает соответствующий вывод: «Следовательно, он вечно живой».

Навещать больных, заботиться о них, подбадривать их в борьбе с болезнью — это одна из важнейших *мицвот* (заповедей). Талмуд (Недарим, 39б) говорит, что тот, кто навещает больного, забирает у больного одну шестидесятую его болезни. Намек на это содержится в рассказе о том, как Йосеф навещал

* Древо Жизни: очень часто систему *сфирот* изображают в виде дерева. При этом *сфирот*, соответствующие Милосердию, расположены справа, *сфирот*, соответствующие Мощи (Закону), — слева, а уравнивающие их *сфирот* — на средней линии.

** «*Наши праотец Яаков не умер*», Таанит, 5б.

больного Яакова. Йосефу сообщили: «*Вот твой отец заболел*» (Быт., 48:1), הלה הנה אביך. Числовое значение слова הנה («вот») равно 60. Когда Йосеф пришел навестить отца, то «...и собрался Израэль с силами и сел на кровати» (там же, 48:2), ותחזק ישראל וישב על המטה. Последнее слово этого стиха המטה («кровать») имеет числовое значение 59. Тем самым болезнь Яакова сократилась от 60 до 59, то есть на одну шестидесятую часть.

В заключение истории о борьбе Яакова с ангелом, в результате которой он повредил ногу, рассказывается о наступлении утра: «*Утром солнце засияло ему*»*. Раши комментирует** стих так: «Засияло для него, то есть ради него — для того, чтобы своими лучами вылечить его, как сказано: «И воссияет тебе солнце справедливости, и излечит своими лучами»***». Здесь мы обнаруживаем не только связь Яакова с лечением, но и связь лечения с солнечными лучами. Более того, Мидраш напрямую сравнивает Яакова с солнцем (Мидраш Раба, Парашат Вайеце, см. нашу работу «О знаках зодиака»).

Мидраш связывает нашего праотца Яакова с медью. В книге *Бытие* мы находим намек на это в словах Лавана****: «*Я угадал (נחשתי); пишется так же, как и слово «медь»*), *Бог благословил меня через тебя*». Как известно из Торы, медь была использована для избавления от болезни. Когда сыны Израиля

* «Солнце засияло ему» (Быт., 32:32), ויזרה לו השמש.

** Раши комментирует: ויזרה לו — לצרכו הרפאות את צלעתו.

*** «И воссияет тебе солнце справедливости, и излечит своими лучами» (Мал., 3:20), שמש צדקה ומרפא בכנפיה.

**** Лаван сказал Яакову (30:27), נחשתי ויברכני ה' בגללך.

страдали от ядовитых змей, Бог повелел Моше (Моисею) сделать медное изображение змеи*, и оно излечивало их. Слова «змея» (נחש) и «медь» (נחשת) однокоренные, их трехбуквенный корень נחש.

Мидраш устанавливает связи между четырьмя металлами и четырьмя первоэлементами (см. *Шем Мишмуэль к Парашат Терума*):

Железо (ברזל)	Земля (עפר)
Медь (נחשת)	Воздух (אוויר)
Золото (זהב)	Огонь (אש)
Серебро (כסף)	Вода (מים)

* Медный змей: (см. Чис., 21:8). Бог заповедал Моше сделать медное изображение змеи (которую он назвал שרף) и поднять его так, чтобы все израильтяне видели его. Когда сыны Израиля поднимали глаза и видели змея, они излечивались от яда змеиных укусов. Раши объясняет, что изображение змеи было сделано из меди, потому что слово «медь» (נחשת, *nechoшет*) созвучно слову נחש (*нахаш*, «змея»). На протяжении 700 лет это изображение хранилось в Иерусалиме. Когда окружающие народы начали считать, что евреи поклоняются этому изображению змеи, царь Хизкия уничтожил его.

Интересно отметить, что в соответствии с греко-римской мифологической традицией, змея стала считаться символом медицины. Змея обычно сопровождала бога медицины Асклепия. Ее изображали обернувшейся вокруг высокой чаши. Начиная с 1910 года, этот символ стал эмблемой Американской медицинской ассоциации. Позже ту же эмблему приняли соответствующие британские и французские службы. Тот же символ изображен на эмблеме Международной организации здравоохранения. Другой распространенный сегодня символ медицины — кадуцей (жезл герольда-вестника). Он состоит из двух змей, обвившихся вокруг окрыленного жезла. Этот символ очень часто изображается на упаковках медикаментов.

Металл Яакова — медь — соответствует воздуху. Древняя каббалистическая книга *Сефер Йецира* («Книга Создания») говорит, что воздух был создан буквой **א**. Мы уже говорили, что буква **א** символизирует Бога в словах **פֶּאֶר** и **תְּפֹאֶרֶת** (*Тиферет*). Из всех первоэлементов воздух наиболее связан со здоровьем. На физическом уровне связь здоровья и излечения со свежим воздухом и освещением — общеизвестна. В родственном ивриту арамейском языке слово **פֶּאֶר** означает и «вдохнуть», и «спасти от болезни».

В иврите слово «воздух»* (**אוֹר**) состоит из букв **אור** («свет») и буквы **י**. Буква **י** символизирует кислород**. Зоѓар говорит***, что Бог в начале создал свет****, а затем, добавив в свет букву **י**, создал воздух. Если в слове **אוֹר** заменить губную букву***** **ו** на губную же **ב**, то полученные буквы образуют слова **אֵירב**

* В иврите слово «воздух» (**אוֹר**): сравните со словами «аэро», «эфир» или английским «air».

Буква **י символизирует кислород — это ярко видно из еврейского слова **מַיִם** (*маим*, «вода»). Две буквы **מ** в начале и конце слова соответствуют двум атомам водорода (само слово **מַיִם** — «воды» — имеет форму множественного числа, единственное число этого слова, если бы оно существовало, должно было бы иметь форму просто буквы **מ**), а средняя буква **י** означает единственный атом кислорода в химической формуле H_2O .

*** См. Зоѓар к началу книги Бытие.

**** Бог в начале создал свет: в первый из шести дней Творения Бог сказал: «Да будет свет», **יְהי אוֹר**. Воздух был создан на второй день Творения.

***** Заменить губную букву: губные буквы: **פ**, **ב**, **ו**, **ב**.

(«здоровый»)*. Таким образом, Яков соответствует металлу меди и первоэлементу воздуха, напрямую связанным со здоровьем.

Корень слова, обозначающего огласовку (гласный знак) *халам*** (חולם) — חלם. Согласно каббале, он соответствует праотцу Якову. От этого же корня образовано слово חלמה — «выздоровление». При перестановке букв этого слова мы получаем корень חלף — базисное значение которого «объединять(ся)». Так, например, глагол לחיים — «паять». Или слово לחם — «хлеб» — основа жизни, основной продукт, который объединяет тело и душу, дает жизнь и здоровье.

Те же три буквы, но в ином порядке, образуют основу слова חלום («сон»). Сон напрямую связан с объединением. Сон (חלום) Якова задокументирован в Торе. Из него явствует, что сон соединяет высший и низший миры. Другое слово, получаемое из той же основы путем перестановки букв, — מלח («соль»). Соль предохраняет продукты от распада, соединяя их составные части. «Прощение» (מחילה) — слово, происходящее от корня, состоящего из тех же букв,

* Более подробный разбор связи воздуха со здоровьем и еврейским языком см. в нашей работе «Назад от индуизма к иудаизму».

** Огласовка (гласный знак) *халам*: огласовка *халам* обозначает русский звук «о» (эта гласная никогда не редуцируется в «а», независимо от ударения). Имеет две формы написания — полную и краткую. При полной форме написания она представляет собой букву ן с точкой над ней, а при краткой форме просто точку над «и» вслед за согласным знаком. При написании без огласовок точка никогда не ставится.

является Божественным актом, соединяющим друзей.

Числовое значение לַחֵם равно 78, три раза по 26 — число, равное гематрии непроизносимого Имени Всевышнего (י-ו-ה-י)*. Именно по этой причине хлеб трижды макают в соль перед трапезой.

Буквы слова לַחֵם — это первые буквы слов לֵב («сердце»), מוֹחַ («мозг») и חַיִּים («жизнь»). Поскольку хлеб дарует жизнь и мозгу и сердцу.

Праотцы еврейского народа называются «колесницей»** Всевышнего, при этом следует учесть специфику службы Всевышнему каждого из них. Так как Яаков — последний из праотцев, он соединяет в себе качества своих предшественников. Можно сказать, что Яаков соответствует троекратному повторению числового значения Имени — 78, гематрии слова חַלֵּם — однокоренному с названием огласовки, символизирующей Яакова.

Каждой *сфире* каббала ставит в соответствие определенный цвет***. Цвета, соответствующие חַסֵּד («Милосердие»), גְּבוּרָה («Сила») и תְּפָאֵרֶת («Великолепие»), таковы:

* Числовое значение לַחֵם:

$$\text{לַחֵם:} \quad 30 + 8 + 40 \quad = 78$$

$$\text{י-ו-ה-י:} \quad 10 + 5 + 6 + 5 = 26 \times 3 = 78$$

** Колесница: на иврите מְרַכְבֵּה. Как колесница едет туда, куда направляет ее возница, и не имеет собственной воли, так и наши праотцы полностью отказались от своих желаний перед волей Всевышнего. Именно это делает их колесницей Всевышнего.

*** Каждой *сфире*... цвета: См Кеѓилат Яаков, раздел ירוק.

Гвура:

Красный

Хесед:

Белый

Тифферет:

Зеленый

Яблоко — символ излечения* — имеет в своей гамме все три этих цвета. Оно красное снаружи, белое внутри, а его листья — зеленые. Аромат яблок при-сущ Яакову. Перед тем как благословить его, отец сказал: «*Смотри, запах сына моего подобен запаху поля, благословенного Господом*»**. Раши*** комментирует этот стих: «Это яблоневый сад». Царь Соломон говорит: «*Подкрепите меня яблоками*»****.

Арамейский язык — язык Талмуда, Зо́гара и других писаний происходит от святого языка — иврита. Как уже было отмечено выше, арамейское слово תפלת означает и «вдохнуть», и «спасти от болезни». Интереснее тот факт, что корневые буквы этого слова תפלת являются корневыми буквами слова תל — яблоко.

Тифферет — атрибут Яакова — соответствует цвету здоровья — зеленому*****. На иврите зеленый — ירק. Рассмотрев еврейский алфавит, мы замечаем:

* Яблоко — символ излечения: соответствует английской поговорке «Яблоко в день — прогоняет докторов» («An apple a day keeps a doctor away»).

** «Запах сына...» (Быт., 27-27), ראה ריח בני כריח שדה אשר ברכו ה'.

*** Раши: וזהו שדה תפוחים כך דרשו חז"ל.

**** «Подкрепите меня яблоками» (Песн., 25), רפדוני בתפוחים.

***** Цвет здоровья — зеленый, зеленый цвет — традиционная окраска операционных и цвет униформы хирургического персонала.

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת

כ	идет вслед за	י
ש	идет вслед за	ר
ר	идет вслед за	ק

То есть из букв, следующих за буквами слова **ירק**, составляется слово **כשר** (*кошер*), означающее «пригодный, соответствующий, созвучный». Заменяв нёбную букву **כ** на нёбную же **ק**, мы получим слово **קשר** (*кешер*, «связь»). Когда человек достигает атрибута Яакова* — *Тифферет*, каждый из 248 органов его тела становится связанным (**קשר**) с соответствующим ему духовным источником, добиваясь полной гармонии и созвучия (**כשר**).

Слово **כשר** (*кашер*) связано с пищей, разрешенной евреям по законам Торы. Это показывает, насколько важна кашерная пища для формирования души и тела, чтобы все их части были связаны (**קשר**) друг с другом.

Числовое значение слова **קירק****, написанного в «краткой» форме, без обозначения огласовки **ו** (*вав* — обозначение гласного звука «о»), равно **יש*****

* Яаков — третий из праотцев традиционно также соответствует высшей форме разума — *Даат*. Именно *Даат* является результатом конструктивности *Хохма* и синтеза *Бина*. Кроме того, именно *Даат* соединяет интеллект с эмоциями и способствует претворению изученного в действие.

** Числовое значение слова **קירק**:

קירק: $10 + 200 + 100 = 310$

*** **יש**: заметим созвучие с русским «есть (в наличии)».

Числовое значение **יש**:

יש: $10 + 300 = 310$

(«существование»). Один из четырех синонимов слова «человек»* на иврите — אִישׁ (обозначает «значительного человека», «лидера»), может быть представлен как сочетание слова יִשׁ и буквы א. Как уже говорилось, буква א соответствует Богу и Торе. Таким образом, слово אִישׁ означает: Бог (א) является источником человеческого существования, и благодаря Божественной мудрости, выраженной в Торе**, человек придает смысл своему существованию. Поступая так, человек становится значительной личностью (אִישׁ) — слово, в котором представлены Бог (א) и существование (יִשׁ).

В больницах врачи и медсестры часто используют белый цвет. В каббале белый цвет ассоциируется (как мы указали выше) со *сфирой Хесед*, а также с более высоким миром через *сфиру Кетер* и со *сфирой*, следующей прямо за ней, — *Хохма*. *Кетер* — это первоисточник эманации в наш мир и тем самым высший источник здоровья.

Белый — на иврите לָבָן (*лаван*). По-русски эти буквы записываются «л», «б», «н». Они являются основными согласными в слове «баланс». Две из этих букв появляются в русском слове «благородный». Кстати, согласно каббале, *сфира Кетер* относится к миру *Ацилут* («Благородство»).

* Один из четырех синонимов слова «человек»: אדם, אִישׁ, גבר, אנוש.

** Талмуд (Шабат, 12a): שבת היא מלועוק ורפואה קרובה לבוא.

Глава 11

ШАБАТ И ЯАКОВ

Ш*абат*, день субботнего отдыха — время, которое лечит.

Талмуд устанавливает, что, когда навещают больного в *шабат*, следует произнести: «Это день отдыха, и не следует в этот день взывать — излечение близко». Бен-Иеѓояда объясняет, что в *шабат* нет нужды молиться о выздоровлении больного*, так как сам субботний день — это день милосердия, приносящий излечение.

Комментируя стих: «*Прошу Тебя, Бог, излечи ее*»**, Аризаль говорит, что в восприятии каббалы излечение — это «подслащение приговора*** (*Гвурот*)». Излечение — это соединение атрибута *Хесед* с атрибутом *Гвура*, проявляемое в атрибуте *Тиферет*, ко-

* В *шабат* нет нужды молиться...: в будние дни следует произносить: «*Полного выздоровления!*», רפואה שלימה.

** «*Прошу Тебя, Бог, излечи ее*» (Чис., 12:13), א-ל נא רפא נא לה.

*** «Подслащение приговора»: המתקת דינים.

торый устанавливает гармоническое равновесие между *Хесед* и *Гвура*, возвращая буквы к их источнику в *Хесед*.

Это проявляется в гематрии слова רפוא («излечение»). Числовое значение этого слова 287*. Добавив *калель*** (1) (см. Введение), мы получаем 288, сум-

* Числовое значение (רפוא):

$$200 + 80 + 6 + 1 = 287 + 1 = 288$$

** Добавив *калель* (כולל): как известно, слова иврита производятся от корней, состоящих в большинстве случаев из трех букв. Эти корни, например, חשב — «думать», דבר — «говорить», עשה — «делать», произошли не по законам этимологии, а непосредственно от возвышенного источника. Комбинация букв корня в определенном порядке отражает концепцию данного слова. Например, в слове חשב — «думать» — отражен процесс мышления — в начале ח, за ним ש, а в конце ב. Сами буквы и их порядок отражают Божественные силы в явлении, описываемом данным корнем. Используя двадцать две буквы Святого языка, Бог сотворил мир. Тем самым слова, обозначающие духовные, материальные или отвлеченные идеи, не случайны. Буквы корней их еврейских названий являются каналами, проводящими Божественный свет к данным явлениям.

Буквы еврейского алфавита являются проводниками Божественной энергии. Их начертания, замечает р. Шнеур-Залман из Ляды в *Шаар га-Йеґуд веґа-Эмуна* («Врата Единства и Веры»), «...указывают на характер потока света, жизненных сил и энергии, протекающих через них». Так как корни ивритских слов указывают на Божественные проводники, происхождение самих этих букв не земное, а возвышенное, трансцендентальное. Только после того, как буквы корня соединяются с другими буквами алфавита и приобретают огласовки (гласные знаки пишутся в иврите в основном под строкой), слова «овеществляются» в нашем мире, спускаются в него. Например, при добавлении приставки ו, суффикса ת и разного рода огласовок корень спускается вниз и

марное значение гематрии слов גבורה и חסד*. Когда *Хесед шабата* соединяется с *Гвура* болезни, то в результате получается излечение (רפוא) с помощью атрибута *Тифферет*.

Как мы уже сказали, перестановка букв корня פפר («лечить») дает слово פאר, атрибут, который, согласно Аризалу, является источником излечения. Числовое значение слова פאר, полученное путем трансформации *Ал-Бам*, как уже упоминалось выше, равно сорока пяти. Сумма порядковых номеров букв еврейского алфавита, составляющих слово שבת**, так-

воплощается в понятие מהשבה и таким образом приобретает жизненную энергию в абсолютно земном понятии, обозначаемом им, — «интеллектуальный процесс».

После того как слово составилось, его ивритский корень не только сохраняет связи входящих в него букв с высшим источником, но и отражает общее понятие, полученное соединением частей в целое. Это влияние единства составных частей называется *кагель*, который, довольно логично, равен единице — числу, символизирующему единство и абсолютную простоту. Будучи добавленным к числовому значению слова, *кагель* описывает соединение еврейского слова и его зависимость от высшего источника. Проиллюстрируем сказанное примером: еврейское слово, обозначающее «союз» — ברית (*брит*), имеет числовое значение 612.

$$\text{ברית: } 2 + 200 + 10 + 400 = 612$$

Добавив *кагель* (=1), мы увидим связь между концепцией Союзя и 613 заповедями, данными еврейскому народу.

*Суммарное значение гематрии слов גבורה и חסד:

$$\text{חסד: } 8 + 60 + 4 = 72$$

$$\text{גבורה: } 3 + 2 + 6 + 200 + 5 = 216$$

$$288$$

** Сумма порядковых номеров букв... שבת: 21 + 2 + 22 = 45. При этом методе интерпретации складываются порядковые номера букв в еврейском алфавите. В нашем случае: ש — двадцать первая буква алфавита, ב — вторая, ת — двадцать вторая. Таким образом שבת = 45.

же равно сорока пяти — так мы обнаруживаем еще одну связь между *шабатом* и лечением.

Более того, если записать названия еврейских букв, составляющих слово **פאר**, то их суммарное числовое значение будет равно 702 — гематрии слова **שבת** (*шабат*). Буквы слова **פאר** называются так:

פא	(<i>pe</i>)	81
אלף	(<i>alef</i>)	111
ריש	(<i>resh</i>)	<u>510</u>
		702
שבת	(<i>шабат</i>):	300 + 2 + 400 = 702

Здесь мы видим намек на лечебные свойства *шабата*.

То, что *шабат* — время излечения, можно увидеть по одному из четырех Имен, получаемых из Тетраграмматона (четырёхбуквенного непроемного Имени Всевышнего — יהוה-יהוה). Это Имя обозначается **מה** — по числовому значению (45) суммы составляющих его букв. Это Имя соответствует *сфире Тифферет*, а как мы помним, слово *Тифферет* (**תפארת**) происходит от корня **פאר** — духовного источника исцеления.

Число 45 является также числовым значением слова **אדם** — «человек». Иногда и еврейский народ обозначается словом **אדם**. Все это указывает на то, что человек (**אדם**) достигает совершенства с помощью *Тифферет*.

Автор бен-Иш Хай отмечает, что болезнь является проявлением искажения буквы י*, начертание которой напоминает высоко стоящую точку. Эта буква

* Болезнь является проявлением искажения буквы י: бен-Йего-яда.

соответствует *сфире Хохма*. Подтверждение этого усматривается в стихе: «Бог поддержит нас на ложе печали»*. Оба слова, составляющие оборот **דוי ערש** («ложе печали»), являются искажением буквы **י**. Каким образом? Слово **ערש** — результат перестановки букв слова **עשר** — «десять» — числового значения буквы **י**. Слово **דוי** возникает как прочитанное в обратном порядке название этой буквы — **יוד**. Вывод ясен. Когда буква **י** находится в нормальном, упорядоченном положении, она соответствует здоровью и излечению. Когда порядок нарушается, то это приводит к болезни, **רחמא לצלן**.

Интересно, отмечает бен-Иш Хай, что буква **י** является главенствующей буквой в *шабат* и, кроме того, символизирует *сфиру Хохма*, а также представляет *сфиру Даат* (**דעת** — «Знание»). Это можно обнаружить по *милуи*** («наполнению») буквы **י**, числовое значение которого равно 476, что совпадает с числовым значением оборота **בדעת** («разумно, со знанием»). Внутренний *милуи* слова **שבת***** тоже равен 476.

* «Бог поддержит нас на ложе печали» (Пс., 41:4) ה' יסעדנו: על ערש דוי .

** *Милуи*:

Буква **י** называется так: **יוד**.

י название пишется יוד : 10 + 6 + 4	= 20
י название пишется יוי : 6 + 10 + 6	= 22
י название пишется דלת : 4 + 30 + 400	= 434
	476
בדעת : 2 + 4 + 70 + 400	= 476

*** *Милуи* слова **שבת**:

ש — название пишется שין , внутренние буквы ין : 10 + 50 = 60	
ב — название пишется בית , внутренние буквы ית : 10 + 400 = 410	
ת — название пишется תו , внутренние буквы וי : 6 = <u>6</u>	
	476

Отсюда мы можем сделать вывод, что **י** является не только буквой излечения, не только господствующей буквой субботнего дня*, но также и духовной основой дня излечения, как сказано: «*Знать (לדעת), что Я Бог, освящающий вас*» (Исх., 31:13). *Даат*, подобно *Тиферет*, является *сфирой*, создающей гармонию между противоположными силами.

Одно из Имен Бога — **ה-י** Его числовое значение 15. Соединив это слово со словом **רפאות** («излечение»), мы получим фразу **ה-י רפאות****, которую можно перевести как «Божественное излечение». Числовое значение этой фразы равно 720 — гематрии слова **שבת** (*шабат*). Две буквы упомянутого Имени — **י** и **ה** соответствуют *сфирот Хохма* и *Бина*. *Сфира Даат* является медиатором предыдущих двух, она устанавливает гармоническое равновесие между ними, подобно тому, как *сфира Тиферет* устанавливает гармонию между *Хесед* и *Гвура*. Таким образом, мы видим, что духовный источник *шабата* сходен с духовным источником излечения.

Слово **שבת** может быть интерпретировано как **ש** плюс **בת**. Буква **ש** соответствует стихии огня***, ибо, по замечанию *Сефер Йецира*, стихия огня была создана посредством буквы **ש**. Эта же буква символизирует прямой световой луч, ибо начертание этой буквы содержит в себе буквы **זו**, обра-

* **י** является... господствующей буквой субботнего дня **בינה נתיב**.

** **ה-י רפאות** 200 + 80 + 1 + 6 + 400 + 10 + 5 = 702
תבש: 300 + 2 + 400 = 702

*** Буква **ש** соответствует стихии огня (*Сефер Йецира*, 3:3). Связь видна даже из начертания буквы — языки пламени поднимаются от источника.

зующие еврейское слово, обозначающее «луч, луч света». Очень выразительно то, что буква **ש** символизирует духовный свет *Шехины* (**שכינה** — «Священное Присутствие на земле»). Буквы **בת** образуют слово «дочь». Здесь есть намек на «дочерей Израиля», которые накануне каждого *шабата* зажигают две свечи* в честь Священного Присутствия на земле, а также намек на **נשמה** — «душу». *Шабат* — это день света (**זיו**), когда Божественное Присутствие спускается на землю в наш физический мир, что символически выражается в свете субботних свечей, зажигаемых женщинами. Эти свечи являются отсветами высшего огня и приносят радость и здоровье еврейским душам.

Наш праотец Яков связан с *шабатом* особыми узами. В Торе описано, что, когда Яков подошел к городу Шхему, он «*встал лагерем напротив города*»**. Мидраш рассказывает***, что Яков немедленно установил субботнюю границу**** вокруг своего лагеря.

* Зажигают две свечи — тысячелетняя традиция зажигать две субботние свечи в честь Дня Отдыха. Свет субботних свечей, согласно *Шульхан Арух* — Своду еврейского закона, приносит мир в дом, он является символом **עונג שבת** (*онег шабат*) — «субботней радости». Заповедная *мицва* — устраивать первую, вечернюю трапезу при свете этих свечей. Заповедь зажигать субботние свечи относится равно и к мужчинам, и к женщинам, но эта заповедь особо полюбилась еврейским женщинам, для них субботние свечи — символ благополучия дома. Подробнее об этом см. в нашей работе «Мистическая слава Субботы и Праздников».

** «*Встал лагерем напротив города*» (Быт., 33:18), **ויהן את פני העיר**.

*** Мидраш рассказывает: Берешит Раба, 79:6.

**** Субботнюю границу: согласно законам *шабата*, еврею за-

Пророк говорит: «Если ты дашь покой своим ногам в субботу, не занимаясь своими делами в Мой святой день, и назовешь субботу блаженством... Я дам тебе насладиться уделом твоего отца Яакова»*.

Как уже говорилось выше, Яаков и излечение соответствуют меди (נחשת). Числовое значение слова נחשת («медь») совпадает с гематрией оборота יום שבת («день субботний»)**.

Так как соблюдение законов *шабата* приравнивается к исполнению всех остальных заповедей***, вместе взятых, то мы можем заключить, что духовная святость и духовное здоровье приходят с соблюдением законов Дня Отдыха.

прещено выходить на расстояние более 2000 имя (около 900 м) за пределы места своего пребывания в *шабат*. Еще до дарования Торы народу Израиля праотец Яаков, так же как и его предки Авраам и Ицхак, выполнял все ее предписания, включая заповедь соблюдения *шабата* и границы *шабата*.

* «Если ты дашь покой...» (Ис., 58:13-14), אם תשיב משבת רגלך, עניג והאכלתך נחלת יעקב אביך עשות הפצך ביום קדשי וקראת לשבת ענג והאכלתך נחלת יעקב אביך.

** Числовое значение слова יום שבת...и נחשת:

נחשת : 50 + 8 + 300 + 400 = 758

יום שבת : 10 + 6 + 40 + 300 + 2 + 400 = 758

*** Соблюдение *шабата* равно исполнению всех остальных заповедей: (Хулин 5а, Рамбам, Гилхот Шабат, 30:15).

Глава 12

ВОЗВРАЩЕНИЕ УТЕРЯННЫХ ИСКР

Уже ранее мы отметили, что числовое значение слова «исцеление» (רפוא) равно 287. Точно такое же значение имеет сумма гематрий слов טוב («благо, добро» — 17) и רע («зло» — 270). Это указывает на то, что излечение конструктивно использует и хорошие и дурные наклонности человека, соединяя их вместе, но при этом устанавливая позитивные качества на доминирующую позицию.

Слово רופא («лечит» — настоящее время, ед. число, муж. род) состоит из тех же букв, что и слово רפוא («излечение»). Поэтому глагол רופא имеет ту же гематрию, 288 (включая *калель*). Именно это слово стоит в молитве *шмоне эсре* в конце благословения об излечении: «Он лечит больных народа Израиля» (רופא חולי עמו ישראל). Аризаль отмечает, что первые буквы данной фразы — רהעי имеют то же числовое значение — 288. Он говорит, что во время чтения этого благословения следует сосредоточиться на 288 Божественных искрах, потерянных Израилем в изгнании, искры, которые мы обязаны вернуть на надлежащее место.

Число 288 является числовым значением глагола **קָרַפּ** («цвести»). Совпадение указывает на то, что борьба добра со злом, а также борьба Милосердия со Строгим Судом — способ достижения человеком совершенства.

Одним из важнейших путей, на котором мы можем собрать рассеянные искры, является произнесение правильного благословения перед едой. Упавшие искры заключены в еде, и они могут вернуться к своему высшему источнику, когда мы помещаем их в наши тела с соответствующим благословением.

Слово «еда» — **אכל** — можно проанализировать, если рассмотреть его как пару **א** и **כל**. Первая часть слова (**א**) символизирует Возвышенное. Вторая часть слова (**כל**) означает «все». Таким образом, ивритское слово, обозначающее еду, показывает на то, что святость пронизывает все и может быть возвышена до своего источника через пищу, которую мы едим.

В каббале слово **כל** показывает на *сфиду Иесод* («Основа, Фундамент»). Эта *сфира* является последним промежуточным звеном перед *сфирой Малхут* («Царство»). В *Малхут* царская власть Бога выражается в полной мере. Соответственно структура слова **אכל** — **א-כל** показывает, что то, как мы едим, играет важную роль в приближении Мессинской эры, времени проявления на земле царской власти Всевышнего в полной мере. Через **אכל** («пища») святость переходит на уровень *Иесод* (**כל**), становясь полностью подготовленной к проявлению в нашем мире (см. обсуждение значения буквы **א** в словах **אָרֶץ**, **אָדָם** и **אֲמֵת**).

Человек создан «по образу Божьему» (Быт., 1:27), **צֶלֶם אֱלֹהִים**. Но когда человек грешит и отправляется в изгнание (в начале из сада Эден, а позже из Земли

Израиля), «образ Божий» (*целем Элохим*) в нем становится ущербным, иными словами, священные искры теряются в изгнании. Термины «искра» (*ניצוץ*) и «образ Божий» (*צלם אלקים*) имеют одинаковые числовые значения — 246.

$$\begin{aligned} \text{ניצוץ: } 50+10 + 90 + 6 + 90 &= 246 \\ \text{צלם אלקים: } 90 + 30 + 40+1+30 + 5+10 + 40 &= 246 \end{aligned}$$

Если добавить число 2 по числу слов в обороте *צלם אלקים*, то мы получим 248. Предание гласит, что 248 — это число органов в человеческом теле (созданном «по образу Божьему»). Это еще одно проявление принципа: «Через мое тело я вижу Господа».

Каждое творение имеет заключенную в нем искру, которая является частью «образа Божьего». Эти искры следует обнаружить, исправить, вернуть к их возвышенному источнику, избавить от тяжести изгнания. Когда это происходит, «образ Божий» в человеке становится более совершенным и в конце концов человек становится совершенным (*תמים*).

Совершенство наступает, когда тело находится под властью души (*нешама*). Само тело является вместилищем Дурных Побуждений (*Йецер за-ра*). Например, когда человек голоден, тело требует немедленно наброситься на еду. Тело ничего не получает во время произнесения благословения перед трапезой. Душа же требует выразить свои чувства прежде, чем дать разрешение телу приступить к еде. Благословение позволяет извлечь заключенную в пище искру и добиться совершенства «образа Божьего» в человеке.

Гармония души и тела делает человека совершенным. Когда Всевышний заключил с Авраамом Союз обрезания, то Авраам получил полный духовный

контроль над собственным телом. Во время заключения этого союза Бог сказал Аврааму: «*Ходи предо Мной и будь совершенным*» (Быт., 17:1), לפני התהלך והיה תמים.

Излечение — это всегда гармонический баланс противоположных сил. (В современных терминах: медицина воспринимает пациента как единство души и тела и лечит его в соответствии с этим подходом.)

Эта концепция выражена в иврите. Числовое значение слова «совершенный» (תמים) равно гематрии слов «душа и тело» (גוף ונשמה):

$$\text{תמים: } 400 + 40 + 10 + 40 = 490$$

$$\text{גוף ונשמה: } 3 + 6 + 80 + 6 + 50 + 300 + 40 + 5 = 490$$

Число 490 можно трактовать как 49 врат мудрости (см. Рош йа-Шана, 21б) и 49 врат чистоты, приводящие через десять уровней Творения к совершенству $49 \times 10 = 490$.

Согласно каббале, «образ Божий» (צלם אלקים) проявляется в ауре — свете, окружающем каждого человека, от которого зависит его/ее жизнь. Это еще одна причина того, что слово רפואה («лечение») содержит в себе слова פה («рот», «открытый») и אור («свет»). Лечение открывает (פה) тело для проникновения в него света (אור) ауры. Это свет «образа Божьего» (צלם אלקים). (Дополнительный комментарий к понятию «аура» см. ниже.)

Глава 13

ТОРА И ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ

Связь Торы с излечением видна в словах пророка: «*Даст истину Яакову*»*. Истина, говорит Талмуд, — это Тора, как написано: «*Истина — это Тора*»**.

Сразу после Исхода из Египта Всевышний сказал еврейскому народу, что Тора — это источник здоровья: «*Если будешь слушаться голоса Господа, твоего Бога, и праведно поступать, слушаться заповедей Его и хранить постановления Его, всякую болезнь, какую Я послал на Египет, не пошлю на тебя, ибо Я Господь — врач твой*» (Исх., 15:26),

אם שמוע תשמע לקול ה' אלקיך והישר בעיניו תעשה והאזנת למצותיו ושמרת כל חוקיו כל המחלה אשר שמתי במצרים לא אשים עליך כי אני ה' רפאך.

Этот стих глубоко разобран в работе Маггида из Трика «Маген Авраам». Автор объясняет, что, когда еврей произносит слова Торы, он достигает единения

* «Даст истину Яакову» (Мих., 7:20), תתן אמת ליעקב.

** «Истина — это Тора» (Берахот, 56), אמת זו תורה.

«голоса» (קול) и «речи» (דבור). Каждое из этих понятий соответствует одному из Имен Всевышнего. Голос (קול) соответствует Имени ה-ו-ה-י, выражающему невидимое присутствие Бога во всем мире, в то время как речь (דבור) соответствует Имени אדנ-י (Аднут), которое выражает власть Бога в созданном Им мире. Соединение голоса и речи в нашем мире приводит к соединению букв Имен Бога в высших мирах, и это дарует и физическое, и духовное здоровье Израилю.

(Следует обратить внимание на то, что сумма числовых значений слов קול и דבור («голос» и «речь») равна 348, то есть числовому значению слова שמח («веселый»), — объединение голоса и речи приносит веселье в мир. Как мы видели выше, веселье и радость способствуют излечению.

Первая буква слова שמח — ש — символизирует огонь, который стремится ввысь. Это соответствует высшим мирам и слову קול («голос»), которое отражает небесный аспект акта коммуникации. Вторая буква слова — מ — символизирует воду, стремящуюся вниз. Эта буква отражает земной аспект коммуникации.

Ниже мы покажем, что שמח («счастливый, веселый») сходно с שלום («мир») тем, что в нем гармонично сосуществуют противоположные понятия. Ранее мы указывали, что тем же свойством обладает Имя Всевышнего ה-י, так как оно отражает комбинацию Хохма и Бина. Если взять числовое значение слова שמח — 348 и сложить цифры полученного числа (3 + 4 + 8), то результатом будет 15 — числовое значение Имени ה-י.

В Маген Авраам сказано:

«И вот значение стиха: «Если будешь слушаться голоса Господа, твоего Бога». Голос соответствует Имени ה-ו-ה-י, Благословенно Оно. Именно поэтому сказано в стихе: «...голоса Господа, твоего Бога». Про-

должение стиха: «праведно поступать (תעשה)» — соответствует миру Действия (עשיה, Асия). Этот мир (самый низший, самый материальный из четырех миров) соответствует аспекту души, называемому нефеш (самая низшая, самая материальная из пяти частей души). Нефеш соответствует последнему ה Имени ה-ו-ה-י и «речи» (דבור). Это соответствует произносимым словам Торы и молитвы, с помощью которых мы объединяем Имя ה-ו-ה-י и Имя אדני (Аднут). Это сочетание избавляет нас от зла и страстей и притягивает к нам Его Святое Присутствие на земле, Благословенно Оно. Через единство на низшем уровне происходит единство на высшем уровне двух букв ה-י имени Всевышнего».

В следующей фразе разбираемого стиха говорится: «...слушаться заповедей Его». Слово «слушаться» (האזנת) — однокоренное со словом «ухо» (אזן). Ариэль указывает на то, что числовое значение этого слова совпадает с числовым значением произносимого Имени Всевышнего, если названия его букв выписать и добавить единицу для колель.

יוד	י	20
הי	ה	15
ואו	ו	13
הי	ה	<u>15</u>
		63

Плюс один — колель: = 64

אזן: 1 + 6 + 7 + 50 = 64

(Корень слова אזן — און — является также корнем слова איזון — «баланс, равновесие». Баланс (איזון) достигим через послушание (האזמת) Божественным заповедям.)

Согласно учению каббалы, написание Имени Бога в полной форме через названия его букв, сумма числовых значений которых равна 63, соответствует первому ׀ Имени Всевышнего. (Существуют четыре способа такого написания Имени, каждый из которых соответствует одной из четырех букв Имени.) Как мы знаем из Зоѓар, при объединении Имен ׀-ו-׀-י и י-דגס на уровне букв ׀-ו буква ו достигает нижнего ׀ (второго ׀ Имени) снизу и достигает верхнего ׀ (первого ׀ Имени), что соответствует полному возвращению на пути Всевышнего (*тешува*) (при полном объединении последних трех букв Имени).

Далее в разбираемом стихе говорится: «...и хранить постановления Его». Употребленное здесь слово «постановление» (*хука*) обозначает заповеди, смысл которых непостижим для человеческого разума, например, запрет носить одежду из смеси шерсти и льна. Эти постановления соответствуют *сфире* Мудрость (*Хохма*), выраженной буквой ׀ Имени. Так как *Хохма* выше человеческого разумения, то и постановления Торы, соответствующие этой *сфире*, не имеют логического смысла. Мы знаем, что на высшем уровне смысл есть, но не в нашей власти прикоснуться к его сладости.

Так, через соединение голоса и речи мы приходим к единству всех четырех букв возвышенного Имени Бога, Благословен Он. В результате: «...всякую болезнь, какую Я послал на Египет, не пошлю на тебя, ибо Я Господь — врач твой». При объединении букв Имени Всевышнего исцеление спускается на землю и лечит все болезни народа Израиля, болезни тела и болезни души. Намек на это содержится в последних словах стиха: «...ибо Я Господь — врач твой», כִּי אֲנִי ה' רַפְּאֵךְ.

Истина, связь которой с Яаковом выделяется особенно ярко, является источником здоровья и долгой жизни. В классическом труде по этике Торы *Орхот цадики́м* (*Шаар га-эмет*) сказано: «Тот, кто всегда говорит только правду, будет жить и будет жить долго». Талмуд рассказывает о городе Кушта. В то время когда человек находился в этом городе, он не умирал. Слово *кушта* по-арамейски означает «истина».

Кейлат Яаков указывает, что металлом Торы является медь. Как мы уже говорили, медь связана с Яаковом и с излечением.

Некоторые люди считают, что основа жизни — это тело. Не случайно в английском языке слова «жить» (live), «любовь» (love) и «печень» (liver) — сходны по звучанию. Аналогично в русском языке слова «жизнь» и «живот» однокоренные (более того, ранее они были синонимами). Однако с менее материалистичной точки зрения центр жизни все же связан с мозгом. Если написать слово מוח («мозг») в обратную сторону, то получится חום («тепло»), которое всегда связывается с חיים («жизнью»). Более того, числовое значение слова חיים равняется гематрии слова חכמה, означающего «мудрость» или «учебу». Истинная квинтэссенция жизни — это мудрость.

Этот факт отражен в еврейском Законе в части, касающейся непредумышленного убийства. Тот, кто непредумышленно убил ближнего, должен отправиться в изгнание в один из городов-убежищ (*арей миклат*). Рамбам постановляет: «Если ученик, изучающий Тору, был приговорен к ссылке в город-убежище, его учитель обязан отправиться в изгнание вслед за ним, как сказано: «Он должен отправиться в один из этих городов и жить (והיה) там» (Втор., 4:42). Сказанное означает, что следует сделать все, чтобы он смог жить там. А для мудреца и для того, кто ищет

мудрости, жизнь без изучения Торы подобна смерти. Именно поэтому вслед за учеником, отправившимся в изгнание, в город-убежище отправляется его академия» (Гилхот Роцеах, 9:1).

«Кто мудрый? — Тот, кто видит события еще в их зародыше» (Тамид, 32а). Мудрость — это истинное зрение. Мудрец смотрит в будущее и не беспокоится. Это и есть истинная жизнь.

Талмуд спрашивает:

Что означает стих: «Послушайте, ибо я говорю буду с вами о важных вещах (негидим)»? (Это означает:) С чем можно сравнить слова Торы? С вельможей (негид). Как вельможа может приговорить к смерти и даровать жизнь, так и слова Торы могут повлечь смерть и могут даровать жизнь. Рава об этом сказал: «Для тех, кто делает справа** — эликсир жизни, а слева — смертельный яд».*

В другом месте Талмуд говорит***:

*«Р. Йосеф бар-Хама сказал от имени р. Шешета: «Что значит стих: ‘Долгие дни в ее (Торы) правой руке, а в ее левой руке богатство и слава?’ — Это значит, что тот, кто делает правой рукой****, будет*

* «Послушайте, ибо я говорю буду с вами о важных вещах». (Притч., 8:6), שמעו כי נגידים אדבר.

** «Кто делает справа»: Раши комментирует этот оборот: «Тот, кто посвящает ей все свои силы, сможет воспринять ее секреты...»

*** В другом месте Талмуд говорит (Шабат., 63а).

**** «Кто делает правой рукой»: Раши добавляет: «Только ради нее (Торы)».

*жить долго... А тот, кто делает левой, не будет жить долго»**.

Мы можем прийти к заключению: когда к Торе подходят справа, то есть с правильным образом мыслей, она — эликсир жизни. Когда же к ней подходят слева, то есть не ради нее самой, а ради славы и возможности занять должность, она становится смертельным ядом.

Та же мысль заключена в самом слове **רפא** («лечить»). Вспомним, что буква **ס** символизирует возвышенное, изучение Торы, мудрость, а буква **ג** означает «голова» (**ראש**). Мы можем обнаружить, что в зависимости от последовательности эти буквы образуют два слова:

פאג
(«Дикий»)

פרא
(«Великолепие»)

В высоком слове **פאג** буква **ס** стоит справа от буквы **ג**, а в слове, несущем негативную нагрузку (**פרא**, «дикий»), она стоит слева. Великолепие (**פאג**) Торы раскрывается, когда ее изучают, образно выражаясь, «с правильной стороны», «справа». А как мы уже много раз убеждались, **פאג** — это духовный источник излечения.

Шем миШмуэль (в комментарии к Быт., 2:17) отмечает симметричность слов **מת** (*мет*, «мертвый») и **תם** (*там*, «непорочный»). Буква **ת** в обоих словах указывает на Тору (**תורה**). Эти два слова ярко демон-

* «Не будет жить долго...» (Притч., 3:16), ארך ימים בימינה, בשמאלה עשר וכבוד.

стрируют важность порядка букв в корнях языка иврит. Слово **מת** с буквой **ת** слева означает «смерть», а слово **תם** с буквой **ת** справа означает «чистый, непорочный, совершенный». Яков в Торе описывается, как «Непорочный (**תם**), живущий в шатрах»*. Раши так комментирует этот стих: «В шатрах — в шатре Торы, академии Шема (сына Ноя) и в шатре Эвера (праправнука Шема)».

Тора дарует жизнь. Если к ней правильно подходят, она является источником духовного, эмоционального, физического и интеллектуального здоровья.

Эта тема получает дальнейшее развитие в связи со стихом: «*И положите эти Мои слова на ваше сердце!*...»** Комментируя слово **שמתם** («положите»), Талмуд предлагает альтернативное чтение, заменяя сибиллянтные буквы: **ש** на **ם**. При этом получается оборот **תם םם** («совершенное лекарство»). «Тора — это эликсир (**םם**) жизни»***, — добавляет Талмуд. Мы вновь обнаруживаем ссылку на Якова и на его глубокую преданность изучению Торы.

Аналогичное явление мы встречаем при анализе стиха: «*Вот Тора, которую положил (**שם**) Моше перед сынами Израиля*»****. Здесь Талмуд вновь заменяет

* «Непорочный (**תם**), живущий в шатрах»: (Быт., 25:27), **איש תם, ישב אהלים**.

** «И положите эти Мои слова на ваше сердце!» (Втор., 11:18), **ושמתם את הדברי אלה על לבבכם**.

*** «Тора — это эликсир (**םם**) жизни» (Кидушин, 306) **נמשלה תורה כםם חיים**.

םם: «лекарство, эликсир». На иврите слово **םם** означает также «яд».

**** «Вот Тора...» (Втор., 4:44), **זאת התורה אשר שם משה לפני בני ישראל**.

сбилянтные буквы* друг на друга и получает вместо םש — םם (из «положил» получается «эликсир»). Талмуд добавляет: «Заслужил — Тора становится эликсиром (םם) жизни, не заслужил — становится смертельным ядом»**.

* Сбилянтные ש и ם: сбилянтные буквы ז, ם, ש, צ, ך произносятся продуванием воздуха между зубов. Грамматики считают ך — гортанным звуком, однако каббала относит его к группе сбилянтов. См. *Сефер Йецира*.

** «Заслужил...» זכה נעשה לו םם חיים לא זכה נעשעית לו םם מיתה

Глава 14

ВЕНЕЦ

Заповеди Торы — 613 — и заповеди, установленные раввинским постановлением — 7, — составляют «Венец» Торы, потому что число 620 — сумма $613 + 7$ — равно числовому значению слова «венец» (כתר). Важно отметить, что слово בריאות («здоровье») имеет ту же гематрию, если к его числовому значению прибавить *калель* (1)*. Как уже объяснялось, равенство числовых значений слов, при котором к первому добавлен *калель*, показывает на зависимость и связь первого слова со вторым. То есть второе слово является духовным корнем первого. Таким образом, мы видим, что *сфера* כתר («Венец») является источником здоровья (בריאות) в духовных мирах.

Другое слово, обозначающее здоровье, — ארוכה.

Корень этого слова — ארך, который тоже связан с Венцом.

* «Здоровье» (плюс *калель*) имеет ту же гематрию, что и כתר:

$$\text{כתר} \quad 20 + 400 + 200 \quad = 620$$

$$\text{בריאות:} \quad 2 + 200 + 10 + 1 + 6 + 400 \quad = 619$$

$$+ 1 \quad = 620$$

Как свидетельствует об этом само название — **כתר** (*Кетер*, «Венец») венчает собой всю схему передачи Божественной эманации в системе *сфирот*. Так как эта *сфира* расположена очень высоко, весьма близко к непосредственному источнику эманации, мы не можем постичь ее детально. Будучи первой в системе, передающей эманацию, *Кетер** являет собой мост между сущностью Бога и всеми остальными *сфирот*. Это отражено в сходности слов **כתר** («Венец») и **קשר** («связь»). Сходство это становится заметно при замене нёбных букв **כ**, **ק** друг на друга и замене букв **ש** и **ת****.

Выше мы отметили, что здоровье зависит от правильной связи (**קשר**) между частями души и тела, теперь же мы видим, что понятия **קשר** («связь») и **כתר** («Венец») совпадают.

Связь света и здоровья может раскрыть связь здоровья со *сфирой* **כתר** (*Кетер*). Бааль га-Турим***

* *Кетер*... это первая эманация: это видно из структуры непроницаемого Имени Бога (**יהוה**). Согласно учению Зо́гара, четыре буквы этого Имени соответствуют *сфирот* **י** — *Хохма*, первая **ה** — *Бина*, **ו** — шести эмоциональным *сфирот* (*Хесед, Гвура, Тифферет, Нецах, Год, Иесод*) и последняя **ה** — *Малхут*. В этой схеме *Кетер* оказывается слишком возвышенной *сфирой*, чтобы быть отраженной в одной из букв. Ей соответствует тончайшая точка буквы **י**. (Эта точка — *Кетер* является источником, из которого происходят 22 буквы еврейского алфавита, как это можно усмотреть из начертаний всех букв алфавита, каждая из которых развивается из подобной точки.)

** Замена букв **ש** и **ת**: многие арамейские слова в их ивритской форме отличаются переходом **ת** в **ש**). Например, слово **שלש** («три» в иврите) становится **תלת** в арамейском языке. Другие арамейско-ивритские пары: **ז-ד**, **צ-ט**, **ם-ש**, **ע-צ**.

*** Бааль га-Турим: р. Яков бен рабби Ашер из Толедо (при-

указывает на то, что сумма числовых значений названий букв, составляющих слово אור («свет»), равна 623. Это гематрия слова כתר (Кетер) плюс три, по одному за каждую букву слова אור («свет»). Здесь мы видим намек на то, что Кетер является первоисточником света в той же мере, как и источником здоровья.

Если к гематрии כתר (Кетер — 620) добавить колель (единицу), то полученное число будет троекратным значением слова אור («свет»)*. Дело в том, что Кетер включает в себя три первых сфирмы (каждая из них называется в каббале — «свет»): Мудрость (Хохма), Понимание (Бина) и Знание (Даат), которые, согласно каббале, являются источниками Творения**. Это ясно из того, что гематрия фразы חכמה בינה ודעת*** («Мудрость, Понимание и Знание») равна числовому значению כתר (Кетер, «Венец»).

близительно 5029—5100) к *Парашиат Итро*.

א пишется אלק: 1 + 30 + 80 = 111

ו пишется וו: 6 + 6 = 12

ר пишется רש: 200 + 300 = 500

623 = 620 + 3

* Троекратному значению слова רוא («свет»):

כתר: 20 + 400 + 200 = 620 + 1 = 621

אור: 1 + 6 + 200 = 207x3 = 621

** Источниками Творения: Царь Соломон выразил это так (Притч., 3:19-20): «Бог основал землю мудростью, утвердил небо пониманием. Знанием Его разверзлись бездны, и небеса капают росой».

*** Гематрия фразы חכמה בינה ודעת:

ודעת	בינה	חכמה
8 + 20 + 40 + 5 + 2 + 10	+ 50 + 5 + 6 + 4 + 70	+ 400
= 620		

כתר: 20 + 400 + 200 = 620

В каббале часто пользуются другим названием для обозначения כתר («Венец») — עתיק (Антик) — «Древний» (сравни звучание со словом «антика»). В еврейском алфавите буквы, следующие непосредственно за буквами корня слова עתיק («Древний») — קטע, — это буквы פאר («Великолепие»).

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת

פ	следует за	ע
א	следует за	ת*
ר	следует за	ק

Как уже часто говорилось, פאר («Великолепие») является мистическим источником здоровья и излечения. Это вновь показывает нам, что здоровье зависит от связи еврея с *Кетер* — Венцом Торы.

* א следует за ת: Тора не имеет конца, и алфавит не имеет конца, таким образом, он цикличен.

Глава 15

620 ИСТОЧНИКОВ СВЕТА

Каббала утверждает, что 620 заповедей (Торы и раввинских постановлений) образуют 620 Столпов Света*. Эти столпы образуют Венец Торы и являются источниками духовного и физического здоровья.

Дело в том, что, согласно Преданию, человеческое тело устроено в соответствии с 613 заповедями. 248 органов тела соответствуют 248 предписывающим заповедям**, и 365 жил соответствуют 365 запрещающим заповедям***. Так как заповеди выполняются на физическом уровне и, кроме того, числовое значение слова «свет» (אורות — множественное число) равно 613, то эти источники света являются невидимой структурой, которая дарует жиз-

* 620 Столпов Света: תרך עמודי אור: см. *Кеѓилат Яаков*: בתר.

** 248 органов тела...

248 предписывающих заповедей: «Ты должен поступить... так-то».

*** 365 запрещающих заповедей: «Ты не должен поступать... так-то».

ненную энергию каждому органу тела. Все это не удивительно, ибо здоровье зависит от изучения Торы и исполнения 613 заповедей.

Связь Торы и заповедей (*мицвот*) со здоровьем обсуждается в Талмуде*:

*«Р. Шимон бен Лакиш говорит: «От того, кто занимается Торой, уходят все страдания...» Ответил ему р. Йоханан: «Это знают даже маленькие дети, ведь сказано: 'Если будешь слушаться голоса Господа, твоего Бога, и праведно поступать, слушаться заповедей Его и хранить постановления Его, всякую болезнь, какую Я послал на Египет, не пошлю на тебя, ибо Я Господь — врач твой'»**. Рава (а некоторые говорят, рав Хисда) говорит: «Если ты видишь человека, на которого обрушились страдания, проверь его дела... Если проверил и не нашел (грехов), то они (страдания) настигли его за пренебрежение Торой».*

Поэтому Талмуд*** подчеркивает важность произнесения вслух слов Торы, которые в данный момент изучает человек:

*«Шмуэль сказал р. Иежуде: "Открывай свой рот, когда ты повторяешь, открывай рот, когда ты читаешь, тогда (изученное) останется с тобой и ты будешь жить долго, как сказано: 'Ибо они жизнь для тех, кто нашел их, и всякому телу излечение'****. Чи-*

* В Талмуде: Берахот, 5а.

** «Если будешь слушаться!» (Исх., 15:26).

*** Талмуд: Эрувин, 54а.

**** «Ибо они жизнь...»: (Притч., 4:22), כִּי חַיִּים הֵם לְמִצְוֵיהֶם וְלֹכֵל בְּשֵׁרׁוֹ מֵרַפָּא.

тай не 'тем, кто нашел их (למצאיהם)', а 'тем, кто произносит их вслух (למוציאיהם)!..'"».

Слово רפואה («излечение») можно разбить на два слова: פה («рот») и אור («свет»). Когда свет Торы проходит чрез уста, он излечивает.

Талмуд продолжает:

«Сказал р. Иеџошуа бен Леви: "Если человек идет по дороге и нет сопровождающих его, пусть изучает Тору, как сказано: 'Ибо они прекрасное сопровождение у главы твоей'". Тот, у кого болит голова, пусть учит Тору, как сказано: 'Ибо они прекрасное сопровождение у главы твоей'. Тот, у кого болит горло, пусть учит Тору, как сказано: 'Они... ожерелье у шеи твоей'". Когда болит живот, занимайся Торой, как сказано: 'Это (почитание Бога) будет лечением телу (букв., пупку) твоему'". Если ломит кости, учи Тору, как сказано: '...и напоит кости твои'". Если болит все тело, учи Тору, как сказано: 'Излечение всему телу'». Р. Иеџуда бар Хия сказал: «Приди и посмотри, насколько пути Святого, Благословен Он, не похожи на пути человека (букв., плоти и

* «Ибо они прекрасное сопровождение»: (Притч., 1:9), כי לויית, הן הם לראשך.

** «Они... ожерелье у твоей шеи»: (Притч., 1:9), וענקים לגרגרתך.

*** «Это (почитание Бога) будет лечением»: (Притч., 3:8), רפואות תהי לשרך.

Пупок: Ибн-Эзра объясняет это слово в данном стихе так: через пуповину кровь попадает из тела матери в тело плода, и тем самым это слово символически означает все тело, ибо здесь начинается формирование организма.

**** «...и напоит кости твои». (Притч., 3:8), ושקוי לעצמותך.

крови). Человек дает лекарство ближнему. Одному (органу) хорошо, а другому плохо. Не так Святой, Благословен Он. Он даровал Тору Израилю, и она — эликсир жизни для всего тела человеческого, как сказано: 'Излечение всему телу'»».

Талмуд, цитируя Притчи, приводит слово רפואות («излечение»). Его числовое значение* — 687 — равно суммарному значению гематрий двух имен Бога — ה-ו-ה-א и י-ה-ו-י, записанных в «полной» форме**. Это один из способов, которыми святой язык

* Числовое значение רפואות:

$$\text{רפואות: } 200 + 80 + 1 + 6 + 400 = 687$$

** Имя Бога ה-ו-ה-א может быть записано тремя способами:

א	אלף	111	א	אלף	111	א	אלף	111
ה	הי	15	ה	הה	10	ה	הא	6
י	יוד	20	י	יוד	20	י	יוד	20
ה	הי	<u>15</u>	ה	הה	<u>10</u>	ה	הא	<u>6</u>
		161			151			<u>143</u>
					161 + 151 + 143 =			455

Непроизносимое Имя Всевышнего ה-ו-ה-י может быть записано четырьмя способами:

י	יוד	20	י	יוד	20	י	יוד	20	י	יוד	20
ה	הי	15	ה	הי	15	ה	הה	10	ה	הא	6
ו	ויו	22	ו	ויו	13	ו	וו	12	ו	ויו	13
ה	הי	<u>15</u>	ה	הי	<u>15</u>	ה	הה	<u>10</u>	ה	הא	<u>6</u>
		72			63			52			<u>45</u>
								72 + 63 + 52 + 45 =			<u>232</u>
											455 + 232 = 687

Пермутации произносимого Имени: четыре буквы произносимого Имени Всевышнего (ה-ו-ה-י) могут быть заменены их названиями. Такая система преобразования Имен называется «наполнение» (*מילוי*, מילוי). Первая буква Имени — י — имеет одно название — יוד, и числовое значение его рав-

сообщает нам, что постижение Бога приводит к излечению.

но 20. Таким же образом мы можем получить числовое значение 6 для ה, 13 для ו, и вновь 6 для последнего ה.

יוד:	10 + 6 + 4	= 20
סה:	5 + 1	= 6
ווא:	6 + 1 + 6	= 13
סה:	5 + 1	= 6
		45

Названия букв имеют несколько вариантов произношения. Например, название (*милуй*) буквы ו может быть записано как ווא, וו, יוי, с числовыми значениями 12, 13 и 22 соответственно. Правила пермутаций достаточно строги, так что мы можем получить только четыре варианта Имен, называемых по их числовым значениям: 45, 52, 63 и 72, на иврите: עב, פג, מה, בן. Каждое из этих имен соотносится с одной из букв Тетраграмматона (четырёхбуквенного Имени), а также с одной или большим числом атрибутов Бога, проявляемых через *сфирот*. Имя מה соответствует букве ו Имени и *сфире* תפארת, а также шести (ו = 6) Атрибутам Эмоций (מדות).

Глава 16

ДУША И ЕВРЕЙСКИЙ АЛФАВИТ

Еврейские буквы являются основой Торы. Рабби Хаим Виталь* от имени Аризала говорит, что есть тесная мистическая связь между душой и лечебными свойствами букв еврейского алфавита. Равад утверждает, что еврейский алфавит является основой души.

Псалмопевец царь Давид сказал: «Он прощает все грехи, излечивает все болезни»**. Мы видим, что прощение является условием излечения. В этом стихе 27 букв по числу букв еврейского алфавита*** (двадцать две основные формы и пять конечных). Излечение тем самым зависит от букв еврейского алфавита — основы еврейской души.

* Рабби Хаим Виталь: См. *Шаар га-Муда в Шаар га-Каванот*.

** «Он прощает все грехи, излечивает все болезни» (Пс., 103: 3), הסלח לכל עונתי לכל תהלויותי.

*** 27 букв еврейского алфавита: двадцать семь также символизирует чистоту, так как это число является гематрией слова טָהוֹר («чистота»). Чистота — необходимое условие нормальной медицины, то же самое касается чистоты души.

Восьмое благословение молитвы *Шмоне эсре* «*Излечи нас, и мы вылечимся!*» — это молитва и о физическом, и о духовном здоровье. Интересно отметить, что в этом благословении двадцать восемь слов. 28 — это числовое значение еврейского слова כח — «сила»*. Более того, в этом благословении 120 букв, число, напоминающее о 120 годах полной жизни, отведенной человеку. Моше (Моисей) прожил 120 лет: «*И Моше был ста двадцати лет, когда он умер*»**.

Все буквы свитки Торы должны быть одинакового размера. Но некоторые буквы пишутся более крупно или более мелко, чем остальные. Три варианта размера букв в свитке соответствуют трем частям души. Маленькие буквы соответствуют *нефеш*, или животной душе, которая дарует жизненные силы телу, буквы среднего размера соответствуют *руах*, связанной с эмоциональной жизнью, а большие буквы соответствуют *нешама*, через которую человек связан с высшими мирами, чистыми идеями и возвышенной святостью.

Примеры соответствий можно найти в следующих отрывках:

Большие буквы: *нешама* (пример: Исх., 34:14).

Средние буквы: *руах*.

Маленькие буквы: *нефеш* (пример: Лев., 1:1; 6:1).

* Слово כח:

$$\text{כח: } 20 + 8 = 28.$$

** «*И Моше был ста двадцати лет, когда он умер*», שנה במתו, ומושה בן מאה ועשרים. Сравните с принятым в идиш пожеланием «*Да будете Вы жить до ста двадцати!*», ביז הונדערט און צוואנציק.

«Всего души, которые пришли с Лаковым в Египет... было шестьдесят шесть»*.

В своем труде по физиогномике** р. Хаим Виталь от имени Аризаля говорит, что три группы букв еврейского алфавита соответствуют трем частям души и их можно прочесть по лбу. Упомянутые в приведенном стихе шестьдесят шесть душ являются скрытым намеком на три группы букв еврейского алфавита.

Сходным образом двадцать семь букв еврейского алфавита (двадцать две основных и пять конечных форм***) можно разбить на три группы**** по девять. Первая группа соотносится с единицами, вторая — с десятками, а третья — с сотнями. Каждая из этих групп соответствует одному из миров: *Асия* («Действия»), *Йецира* («Формирования») и *Брия* («Творения»), а также трем частям души:

א-ט	1—9	единицы	<i>Асия</i>	<i>нефеш</i>
י-צ	10—90	десятки	<i>Йецира</i>	<i>руах</i>
ק-ץ	100—900	сотни	<i>Брия</i>	<i>нешама</i>

Как известно, девять — это число полной серии, ее совершенство****. Существуют девять цифр (не

* «Всего души...» (Исх., 46:26), כל הנפש הבאה ... כל נפש ששים ושש ליעקב מצרימה.

** Труд по физиогномике: חכמת הפרצוף (*хохмат га-парцуф*).

*** Пять конечных форм пять букв еврейского алфавита: פ, נ, מ, ב, צ имеют конечную форму, отличную от основной ה, ו, ם, ך, ץ.

**** Три группы букв $3 \times 22 = 66$.

***** Девять — это число полной серии, ее совершенство: число девять символизирует истину. Этот вывод можно сделать, исходя хотя бы из того, что это число всегда порождает самое себя. Сумма цифр любого числа кратного девяти тоже

считая цифры 0) в десятичной системе, не больше и не меньше. Тем самым 27 — три раза по девять — показывает на полное совершенство всех вышеупомянутых уровней. С другой стороны, число 27 — это число, символизирующее чистоту, ибо двадцать семь — это гематрия слова טָהוֹר — «чистый». Таким образом, двадцать семь букв еврейского алфавита символизируют совершенную чистоту на всех трех уровнях.

Число 27 — символ совершенства — проявляется в слове הריון — «беременность». Его числовое значение равно 271 — совершенный уровень числа 27 — полнота и совершенство всех трех миров и трех уровней души. В этом слове 27 повторяется десятикратно, символизируя все десять *сфирот* Творения, плюс единица, указывающая на единый источник всего сотворенного. Это еще один пример того, что человеческая сущность основывается на двадцати семи буквах еврейского алфавита.

Об излечении в Торе среди прочего говорится: *«Если будешь слушаться голоса Господа, твоего Бога, и праведно поступать, слушаться заповедей Его и хранить постановления Его, всякую болезнь, какую Я послал на Египет, не пошлю на тебя, ибо Я Гос-*

кратна девяти, и полученное число всегда можно свести к девятке, с которой все и началось. Например, $9 \times 5 = 45$ ($4 + 5 = 9$), $9 \times 17 = 153$ ($1 + 5 + 3 = 9$). Истинность этого утверждения подтверждает само еврейское слово אמת (*эмет*, «истина»). Его числовое значение равно 441 ($\text{א}=1$, $\text{מ}=40$, $\text{ת}=400$). В результате мы получим $4 + 4 + 1 = 9$.

Десятичной системе: девять — наибольшая цифра десятичной системы. Наибольшее число десятков может быть обозначено 90, сотен — 900 и т. д.

подь — врач твой» (Исх., 15:26), אם שמוע תשמע לקול הי אלקיך והישר בעיניו תעשה והאזנת למצותיו ושמרת כל חוקיו כל המחלה אשר שמתו במצרים לא אשים עליך כי אני ה' רפאך.

В этом стихе двадцать семь слов, по числу двадцати семи букв еврейского алфавита. Более того, в этом стихе 110 букв. Добавив единицу в соответствии с самим стихом, мы получим число 111. Это числовое значение названия буквы **ס**:

$$\text{אלף: } 1 + 30 + 80 = 111$$

Буква **ס** — ключевая буква слова פאר («великолепие»). О значении этого слова для здоровья и излечения мы говорили выше.

«Уберите (הגו) примеси из серебра, и оно пойдет ювелиру на сосуды».*

Как уже говорилось, слово הגו, упомянутое здесь, является грамматической формой слова הגה и означает в данном случае «очищать от примесей». Оно содержит те же буквы, что и слово גהה — «здоровье». Слово «примеси» (סיגים) стоит здесь во множественном числе. В единственном числе — סיג. Через трансформацию *Am-Bau* (см. Введение) סיג переходит в המר («материя»):

ס	переходит в	ח
י	переходит в	מ
ג	переходит в	ר

Человек должен очиститься от склонности к материальному (חמר), тогда он станет чистым (זך) и совершенным, подобным двадцати семи буквам алфавита, и тем полностью достигнет Священного Света.

* «Уберите (הגו) примеси...» (Притч., 25:4), הגו סיגים מכסף ויצא לצרף, כלי.

Глава 17

СВЕТ УСТ

Почему благословение о здоровье стоит на восьмом месте в молитве *Шмоне эсре*? Талмуд объясняет* это тем, что *брит мила* (обряд обрезания) проводится на восьмой день жизни ребенка. *Брит мила* символизирует чистоту — необходимое условие здоровья. Само число восемь символизирует** выход за пределы природы, надприродное. В каббале *брит миле* соответствует *сфире Исод* («Основание»). Само название этой *сфире**** יסוד имеет числовое значение 80 — десять раз по восемь. Как уже было упомянуто выше, десяти-

* Талмуд объясняет: Мегила, 17б.

** Число восемь символизирует: число семь символизирует земной порядок, как написано: «Ибо шесть дней творил Бог небо и землю, моря и все, что на них, а в седьмой день прекратил работу» (Исх., 20:11). Интересно, что двойная петля, обозначающая бесконечность, является цифрой восемь, положенной набок.

*** Название этой *сфире* יסוד имеет числовое значение:

$$\text{יסוד: } 10 + 60 + 6 + 4 = 80.$$

кратное увеличение обозначает совершенство исходного числа. Тем самым *Иесод* является полным совершенством *брит мила*. Это совершенство на земном уровне находит выражение в числе восемь, а в высших мирах в числе восемьдесят.

Мы уже указывали, что еврейское слово רפואה («излечение») содержит в себе буквы двух слов — אור («свет») и פה («рот, уста»), указывая на роль чистоты речи в излечении. Но здесь же видна связь с чистотой *брит мила*, ибо гематрия слова מילה («обрезание») равна числовому значению слова פה («рот»)*. В Преданиях сказано: *«Жизнь и смерть зависят от чистоты речей»*.

* Гематрия слова מילה («обрезание») равна числовому значению слова פה («рот»):

$$\text{מילה: } 40 + 10 + 30 + 5 = 85$$

$$\text{פה: } 80 + 5 = 85$$

Глава 18

ЧЕТЫРЕ ТЕТРАДЫ:

ТОРА, ИМЕНА БОГА, ДУША
ЧЕЛОВЕКА, ТЕЛО ЧЕЛОВЕКА

Ввечерней молитве чтению *шма* предшествует благословение **אהבת עולם** («*Любовью вечной...*»)*. Основная тема данного благословения — изучение Торы. Содержание этого благословения раскрывает связь между душой и телом, и, изучая его, мы можем представить себе яснее, почему фи-

* «*Любовью вечной...*», **עולם בית ישראל עמך אהבת, תורה ומצוות חוקים, ומשפטים אותנו למדת אהבת**.

Стоит отметить тот факт, что это благословение начинается со слова «любовь» (**אהבה**):

«Любовью вечной полюбил Ты народ Свой...»

Слово **אהבה** («любовь») является формой непроизносимого Имени Бога. При написании буквы **א** — первой буквы этого слова в свитках Торы, она состоит из трех букв: буквы **י** сверху, в середине **ו**, а снизу **ה** (указания р. Ицхака Лурия). Таким образом, получается слово **יוד** (*йод*) — название буквы **י**. Вторая буква **ב** произносится так же, как и буква **ו**, и тем

зическое и духовное здоровье зависят от изучения Торы и жизни в гармонии с ней.

Благословение начинается так: *«Любовью вечной, возлюбил Ты народ Свой, дом Израиля. Торе и заповедям, уставам и законам Ты научил нас...»*. Здесь упомянуты четыре разновидности Законов Торы: Тора (תורה), заповеди (מצוות), уставы (הוקים) и законы (משפטים). Согласно каббале, они соответствуют четырем аспектам души: *хая, нешама, руах и нефеш*.

Высший раздел души ה"ה (*хая*, «живая») соответствует Торе (תורה), которая является источником жизни, как написано: *«Древо жизни она тем, кто держится за нее»**.

Следующий раздел души נשמה (*нешама*). Ее название происходит от глагола נשם («дышать»). Этот аспект души осуществляет ее связь с высшими мирами**.

самым эта пара букв взаимозаменяема. Заменяв א на י, а ב на ל, мы получим произносимое Имя — ה-ו-ה-י.

Более того, числовое значение Имени равно удвоенному числовому значению слова אהבה («любовь»):

$$\text{ה-ו-ה-י: } 10 + 5 + 6 + 5 = 26$$

$$\text{אהבה: } 1 + 5 + 2 + 5 = 13$$

И в этом состоит основная мысль данного благословения: даровав нам четыре аспекта Торы, в соответствии с четырьмя буквами Своего Имени, Бог даровал нам Свое Имя — любовь (אהבה). Тора — это Божественная воля — выражение любви Бога к еврейскому народу — истинной, возвышенной любви.

Хая, нешама, руах и нефеш: נפש, רוח, נשמה, ה"ה. Пятый, самый возвышенный уровень души — *иехида* (יחידה) — слишком высок и намного превосходит упомянутые нами здесь аспекты души.

* *«Древо жизни она»* (Притч., 3:18), עץ חיים היא למהוים בה

** Этот аспект души осуществляет ее связь с высшими мирами. Слово «заповедь» (מצוות) происходит от глагола, означаю-

Он соответствует заповедям (מצות, *мицвот*), которые даны для установления связи между нижним, земным миром, и высшими мирами. Через заповеди Небесная Воля реализуется на земле, и, исполняя их, человек устанавливает связь с Богом.

Третий раздел души называется רוּחַ (*руах*). Слово это означает «ветер» или «дух». *Руах* связан с эмоциями, изменчивыми, как ветер. Именно эмоциональная сфера является побудительным механизмом человеческой личности. Основное вместилище этого аспекта души — сердце, место пребывания эмоций. *Руах* соответствует הוֹקִים («уставам»)*. Эту связь можно проследить через еврейский алфавит. Вслед за буквой ק следует буква ר. Заменяв букву ק в слове קוּחַ («установ») на ר, мы получим слово רוּחַ («дыра»), состоящее из тех же букв, что и слово רוּחַ («дух»). Са-

шего «соединять, соприкасаться». Исполнение заповеди дарует человеку наивысшую награду — соединение с Всевышним. В трактате «Поучения Отцов» сказано: «Награда за заповедь — заповедь». Назначение заповедей — установить связь между исполняющим их и Всевышним — можно усмотреть в самой структуре слова. На простом уровне само слово מצוּת («заповедь») происходит от глагола צוּה — «устанавливать связь» (например, слово צוּת — «команда» — группа, объединенная общим заданием. Обратите внимание на омонимы в русском языке: команда — приказ, заповедь и команда — группа). На более высоком уровне, при трансформации *Ат-Баи* буквы מצ переходят в буквы ה-ו, и, проведя эту замену в слове מצוּת, мы приходим к Имени Всевышнего ה-ו-ה-י. Таким образом, становится наглядным главный тезис: исполнение заповедей ведет к связи, соединению с Всевышним.

* Уставы (הוֹקִים): примерами уставов являются закон о Красной корове (Чис., 19:2) и запрет носить одежду, сделанную из смеси льняных и шерстяных волокон (Втор., 22:11).

мо слово **קוֹק** происходит от глагола, означающего «тесать (камни)», «делать отверстия» и т. д. Значение слова **קוֹק** близко к слову **קוֹר** («отверстие»). Мы уже сказали, что слова **קוֹר** и **רוֹר** состоят из одних и тех же букв, **רוֹר** пребывает в сердце, органе, в котором есть четыре полости. Назначение сердца — перегонять кровь по полым органам — артериям и венам. Такая полая система необходима для нормальной циркуляции крови в организме, для того чтобы все органы тела получали необходимое им питание*. Аналогично на духовном уровне — когда дух (**רוֹר**) открыт для восприятия и чувств, когда человек ощущает потребности других людей, тогда он способен к исполнению Божественной воли.

Смысл этих заповедей непостижим человеческим разумом, и их следует исполнять только в силу того, что они — воля Всевышнего, выраженная в Торе. Впрочем, Рамбам объясняет, что при этом человек имеет право строить предположения и пытаться догадаться, какой Божественный замысел сокрыт за этими повелениями.

* Полая система необходима...: благодарность за то, что в организме все полости и отверстия, созданные в нем Творцом, функционируют нормально, выражается в благословении **אֲשֶׁר יָצַר** (*Ашер яцар*, «Который создал.»), произносимом после совершения естественных надобностей:

«Благословен Ты, Господь, Бог наш, Царь Вселенной, Который мудро создал человека, сотворив его тело с необходимыми отверстиями и внутренними полостями. Явно и ведомо Тебе, что если откроется одна из полостей или закроется одно из отверстий, то ни единого часа человек не сможет существовать и стоять перед Тобой. Благословен Ты, Господь, исцеляющий все живое, дела Которого чудесны».

Почему благословение, произносимое в качестве благодарности за нормальное функционирование организма, включает в себя слова «...дела Которого чудесны!» Ответ: сам че-

Название следующего аспекта души נפש (*нефеш*) происходит от слова, означающего «желать, хотеть»*. Это самый низкий аспект души, соответствующий законам (משפטים)** — гражданским или религиозным законам, регулирующим земные дела.

Числовое значение слова «закон» (משפט) равно 429. Добавив колель (1), мы получим гематрию слова נפש (*нефеш*)***. Выше замечено, что добавление колель к слову для того, чтобы получить равенство его числового значения со вторым словом, указывает на духовную зависимость первого слова от второго, иными словами — второе слово является духовным источником первого. В нашем случае משפט («закон») поддерживает земной, животный аспект человеческой души (נפש). Гражданское законодательство — это ограничения, накладываемые

ловек — это чудо творения. Его душа спускается в тело и пребывает в нем, чтобы потом вернуться в свои высшие миры, тело же вернется в землю (אדמה, *адама*), из которой оно было взято, как сказано: «И создал Господь Бог человека из праха земного» (Быт., 2:7). Только благодаря чуду Божественного творения возможно единство двух противоположностей — земного тела и возвышенной души.

* ...От слова, означающего «желать»: сравни с арамейским словом נפש («желать») и комментарием Раши к Исх., 23:8: נפשכם («Ваша душа» — имеется в виду — ваше желание).

** *Мишпатим*: законов намного больше, чем указов. Например, закон, требующий оставлять край поля несжатым для бедных (Лев., 19:10) или запрет на татуировки (Лев., 19:28).

*** Числовое значение слова «закон» (משפט) равно... נפש (*нефеш*):

משפט: 40 + 300 + 80 + 9 = 429

נפש : 50 + 80 + 300 = 430

цивилизацией на земные устремления людей, изливающиеся из их *нефеш*.

Каждая из четырех частей души соответствует одной из букв неизменяемого четырехбуквенного Имени Всевышнего: $\aleph-\aleph-\aleph-\aleph$. Высшая часть — *хая* — соответствует первому \aleph Божественного Имени. *Нешама* соответствует второй букве Имени — первому \aleph ; *руах* — \aleph ; а *нефеш*, наиболее земная часть души, — последнему \aleph Имени, которая символизирует царскую власть Бога на земле.

Аналогичное соответствие можно установить между буквами Имени Всевышнего и четырьмя основными частями тела человека. Голова соответствует букве \aleph ; туловище от шеи до желудка, включая руки, соответствует первой букве \aleph Имени. Нижняя часть тела, содержащая репродуктивные органы, — букве \aleph Имени; бедра, ноги и ступни соответствуют последнему \aleph . Само это соответствие можно усмотреть из формы начертаний букв:

\aleph

Эта буква напоминает просто точку, написанную в верхней части строки. Аналогично голова возвышается над телом человека. Это самая высокая часть тела и в прямом, и в переносном смысле слова.

Первая \aleph

Буква широты и дыхания*. Размеры буквы и по горизонтали, и по вертикали приблизительно равны,

* Буква \aleph — буква широты и дыхания: См. Игерет *fa*-Тшува р. Шнеура-Залмана из Ляды, гл. 4.

в этом проявляется ее сходство с верхней частью туловища. К тому же буква ך называется «Легкая буква без содержимого»* — буква беззвучного дыхания.

ך

Буква, символизирующая спуск, ך соответствует нижней части тела и в особенности мужским половым органам.

Конечная ך

Стабильная и сбалансированная буква, ך графически символизирует нижнюю опорную систему — бедра, ноги, ступни.

Образ Бога в человеке** и на физическом, и на духовном уровнях становится очевидным в свете трех перечисленных *тетрад* (души, Имени и тела). Достигая единства духовного мира и мира физического (единства тела и души), что является отблеском букв Имени Бога, человек достигает совершенства и здоровья для того, чтобы изучать и исполнять четыре части Божественного Закона: «Тору и заповеди, уставы и законы».

Двойственная природа человека отражена в рассказе Торы о Сотворении мира. Когда Тора говорит

* «Легкая буква без содержимого» (см. *Акдамот* — гимн, написанный на арамейском языке, традиционно читаемый в праздник *Шавуот*), אתא קלילה דלית בה משישתא.

** Образ Бога в человеке: в Торе сказано: «Создадим человека по Нашему образу и Нашему подобию» (Быт., 1:26), נעשה אדם בצלמנו כדמותנו.

о создании птиц и животных, она пользуется словом **יצר*** («создал»), когда же речь идет о сотворении человека, слово несколько меняется — **יצר**** — появляется вторая буква **י**, при этом смысл слова не меняется. Но два **י** символизируют двойственную природу человека — животную, физическую — тело и духовную — душу.

Физическое тело человека состоит из четырех первичных элементов: земля, воздух, огонь и вода. Душа имеет четыре уровня: *хая, нешама, руах и нефеш*. Но есть и пятый уровень души — *йехида* — «сверхдуховная», трансцендентальная часть, расположенная над четырьмя предыдущими. Двойственность природы человека — духовность и материальность — отражены в самом слове **אדם** («человек»). Шем МиШмуэль в своем труде указывает на то, что буква **ד**, имеющая числовое значение, равное 4, символизирует четыре стихии, четыре первоэлемента. Числовое значение буквы **ד** равно сорока — десять раз по четыре. Как уже много раз упоминалось выше, множитель десять указывает на параллелизм на высшем, духовном уровне. То есть буква **ד** в нашем случае символизирует четыре духовных элемента — четыре уровня души. Буква **ש** имеет числовое значение один и соответствует *йехида*. Само слово *йехида* означает «единственная». Таким образом, завершает Шем МиШмуэль, слово **אדם** соответствует физическим и духовным компонентам тела и отношению между ними: четыре первоэлемента (**ד**), четыре духовных элемента (**ד**) и *йехида* (**ש**) над ними.

* **יצר** (Быт., 2:19).

** **יצר** (Быт., 2:7).

Глава 19

АВРААМ И ИЗЛЕЧЕНИЕ

Наш праотец Авраам, родоначальник еврейского народа, был также и всеобъемлющим источником излечения. Талмуд говорит:

«Р. Шимон бар Йохай сказал: “На шее нашего праотца Авраама висел драгоценный камень. Каждый больной, увидевший его, немедленно излечивался. Когда наш праотец Авраам умер, Святой, Благословен Он, забрал этот камень и поместил его на солнце”. Аббайе сказал: «Именно об этом говорит народное присловье: “Когда солнце поднимается, болезни улетучиваются”». (Бава Батра 16б, в соответствии с Эйн-Яаков).

Рашба (цитируемый в Эйн-Яакове) объясняет, что драгоценный камень здесь символ мудрости. Авраам передал свою мудрость многим ученикам. Не случайно в приведенном отрывке говорится о драгоценности, висевшей «на шее Авраама» — части тела, связанной с речью, ведь речь дана человеку для того, чтобы делиться с другими своей мудростью. Именно таким

образом, объясняет Рашба, Авраам приводил людей под крыла Священного Присутствия, даруя им излечение тела и излечение души.

Связь Авраама с излечением можно увидеть при анализе его имени, если из букв имени **אַבְרָהָם** составить выражение **מֵאֵבֶר מֵאֵבֶר**. Первая часть выражения — **אַבְרָהָם** — означает «орган, лимб». Вторая часть его — **מֵאֵבֶר** имеет числовое значение 45. Это число указывает на пермутацию Божественного Имени, включающую букву **א**, численное значение которой равно сорока пяти. Как уже говорилось, буква **א** символизирует мудрость. Слово **פֶּאֶר**, которое является духовным источником излечения также имеет числовое значение 45 при трансформации *Ал-Бам* (**אֵל-בָּם**) (см. Введение). Тем самым само имя Авраам может быть понято как: *«Орган или лимб источника излечения»*.

Глава 20

ОРЕОЛ, ЛИМБ И ТЕНЬ

Одним из самых интересных аспектов отношений между светом, воздухом и здоровьем является концепция ореола, или ауры. (Интересно отметить связь между ивритским словом אורֿה — *ора*, «свет» — и словом «аура».) Возникновение света вокруг тела многократно описано. Интенсивность свечения и его окраска — индикаторы здоровья.

Концепция здоровья в связи с окружающим человеком светом выражена в еврейском слове אברֿ (лимб, или «орган»). Это слово можно описать как буквы ארֿ, окружающие букву ב. Буквы ארֿ являются основными буквами слова אורֿ («свет»), в то время как буква ב символизирует «дом» или физическую структуру (само название буквы — *бет* — ביתֿ означает «дом» или «структура»). Тело является домом души, которая, в свою очередь, связана со светом. Когда все органы тела здоровы и нормально функционируют, тело излучает свет, окружено им. Это следует из самой структуры слова אברֿ.

С другой стороны, слово «здоровье» — בריאותֿ содержит буквы слов ביתֿ — «дом» и אורֿ — «свет». Если

тело окружено светом, то оно здорово. Верно и обратное — здоровье является источником света.

Как существует свет, окружающий человека, так существует и тень. Свет и тень взаимосвязаны, оба присущи организму и отражают его состояние. Более того, тень порождается светом. Когда нет источника света, нет и тени.

Когда Иеѓошуа бин Нун (Иисус Навин) убеждал сынов Израиля не бояться ханаанейцев, он говорил: *«Тень, принадлежащая им, покинула их»**. Основываясь на цитате из Песни Песней: *«Пока не побегут тени...»***, каббала утверждает***, что тень оставляет человека за тридцать дней до его смерти. Зоѓар говорит, что темные пятна в ауре свидетельствуют о болезни соответствующего им органа.

В главной книге еврейского права**** написано, что если человек желает узнать, проживет ли он до конца наступающего года, то ему следует осмотреть отбрасываемую им тень при свете луны в ночь *Тошана раба* — седьмой день праздника *Суккот*. Этот обычай в наше время не принят, так как сама техника осмотра тени уже забыта, а кроме того, такого рода знание ведет к плохому настроению, которое отрицательно сказывается на здоровье.

Страх и горе вредят здоровью. Это видно из структуры слова פחד — «страх». Оно содержит сло-

* *«Тень, принадлежащая им, покинула их»* (Чис., 149), סר צלם מעליהם.

** *«Пока не побегут тени...»* (Песн., 217), ונסו הצללים.

*** Каббала утверждает: см. Зоѓар, конец главы «Бешалах».

**** Главная книга еврейского права: Шулхан Арух (664:1).

во פּ and букву ד. Слово פּא означает «ловушка, силос». Числовое значение буквы ד — четыре — число первоэлементов, из которых создано тело: земля, воздух, огонь и вода. Таким образом, страх (פּחד) является ловушкой (פּא) разрушения телесного здоровья (ד). К аналогичному результату мы приходим после анализа слова חרד — «трепет страха». Это слово состоит из букв, образующих слово חר, и буквы ד. Буквы חר являются корнем слова חור — «дыра, отверстие», а буква ד, как уже было сказано, соответствует человеческому телу. Подобно тому как меч (חרב) делает дыру (חר) в доме «человеческого тела» (ב), так и трепет страха (חרד) делает дыру (חר) в физическом теле (ד). Рассматривая слово רעד («трепетать» или «дрожать»), мы обнаружим аналогичную структуру. Первые две буквы слова — רע («беда», «плохо»), а последняя буква — ד. Мы вновь обнаруживаем, что трепет вредит (רע) телу (ד).

Несмотря на то что техника анализа лунной тени больше не применяется, мы все же можем сделать вывод о наличии связи между светом, излучаемым телом, и его здоровьем.

За идеей ауры, лимба, света и тени, окружающих человека, лежит концепция, согласно которой физическое тело находится в прямой зависимости от духовных структур. Иов выразил эту концепцию словами: «Из тела своего я вижу Бога»*, то есть тело является отражением духовной реальности. Связь между физическим телом и духовной структурой, стоящей за ним, можно проследить в паре слов אומר («говорит») и הומר («материя»). Слово אומר

* «Из тела своего я вижу Бога». ומבשרי אהוה אלוה (Иов, 19:26).

соответствует духовной природе человека, которая в нашем мире воплощается в основном в способности человека выражать свои мысли словами. Начинается слово אומר с буквы א — символа Бога и изучения воли Всевышнего. Слово אומר начинается с буквы א — символа физического мира. Обе буквы — гортанные, разница между ними только в том, что א настолько тонка, что не имеет собственного звучания, тогда как א намного более материальна.

Телесное здоровье представляет собой результат духовных явлений. Физическое здоровье является следствием здоровья духовного. Аура, лимб, свет и тень, окружающие человека, являются материальными проявлениями духовного тела, заключенного в теле физическом. Тем самым состояние ауры, лимба и тени указывает на состояние здоровья каждого конкретного человека.

Глава 21

ВОЗДЕЙСТВИЕ ДУХА НА ТЕЛО

Иногда духовное состояние человека немедленно отражается на его здоровье. Талмуд приводит рассказ, связанный с разрушением Иерусалимского Храма, когда рабби Йоханан бен Закай сумел сбежать из осажденного города к военачальнику римской армии Веспасиану*:

«Рабби Йоханан сказал: “Приветствую тебя, Император!”

“Ты заслуживаешь немедленной смерти, — ответил ему Веспасиан. — Я не Император, а ты меня так назвал”.

Рабби Йоханан сказал: “Ты несомненно Император. Если бы ты им не был, то Иерусалим не пал бы перед тобой”».

Рабби Йоханан добавил к своему высказыванию доказательства, основанные на Писании. Далее рассказывается следующее:

* Талмуд приводит рассказ...: Гитин, 56а.

«В это время прибыли посланцы из Рима с сообщением, что Император умер и его наследником выбран Веспасиан. В этот момент на Веспасиане была надета только одна сандалия. Он попытался надеть вторую, но не смог. Тогда он попытался снять надетую сандалию и тоже не смог. “Что это?” — воскликнул он.

“Не бойся, — ответил ему рабби. — Ты только что получил добрую весть, а Писание гласит: ‘Добрые вести покрывают жиром кости’”.

“Что же мне делать?”

“Пусть приведут кого-нибудь, кем ты недоволен, и пусть он ходит перед тобой. Ведь написано: ‘Подавленный дух сушит кости’”.

Веспасиан последовал совету. Когда его настроение испортилось при виде нелюбимого им человека, нога вернулась к нормальному размеру, и он смог снять сандалию».

Приведенный случай является крайним примером влияния духа на здоровье. На современном языке сказали бы — психосоматический случай.

Царь Соломон выразил этот принцип словами: «Дух человеческий преодолевает болезнь, но кто восстановит подавленный дух?»** Мальбим*** объясняет сказанное так:

«Именно дух является основой физического тела. И даже во время телесной немощи дух способен прео-

* «Добрые вести покрывают жиром кости» (Притч., 15:30), שמועה טובה תדשן עצם.

** «Дух человеческий преодолевает...» (Притч., 18:14), מי ישאנה . רוח איש יכלכל מחלהו ורוח נבאה .

*** Мальбим: р. Меир Лейбуш бен Йехиэль Михель.

долеть ее и даровать человеку победу над болезнью. Но если дух человека разбит — духовный аналог физической болезни, — кто может восстановить его? Ибо разбитый дух влияет на тело, как сказано: “Подавленный дух сушит кости”».

Мецудат Давид комментирует этот отрывок так:

«Когда дух разбит печалью и несчастьями, кто сможет поднять его? Ибо тело не способно восстановить дух, потому как тело зависит от духа, а не наоборот».

Вкратце: духовное здоровье является источником здоровья физического*, а не наоборот.

Наиболее коварная болезнь духа — это депрессия, на иврите רִצְנוּת. Корень этого слова — רצנ означает «подавлять, разрушать» — его можно представить, как רצנ. Слово רצנ означает «подавленный, разрушенный, разбитый». Как было показано выше, буква ר соответствует Святому, способности человека связать физический мир с миром духовным, установить связь с Творцом. Правильное место буквы ר — начало слова — доминантная позиция, как, например, в слове רצנ, означающем духовную личность. В корне רצנ буква ר находится в конце, пребывая в подчиненном положении по отношению к רצנ. Таким образом, при депрессии духовные способности человека подавлены.

* Духовное здоровье является источником здоровья физического, а не наоборот, царь Соломон говорит: «Счастлирое сердце дарует доброе здоровье» (Притч., 17:22); Маймонид в Гилхот Деот 41 пишет, что физическое здоровье является условием духовного развития, но при этом телесное здоровье еще не дарует здоровья духовного.

Числовое значение слова דכאון («депрессия») равно 81, то есть числовому значению слова טבע («природа»)*. Отсюда мы делаем вывод, что тот, кто ищет духовных наслаждений в природе, обречен на депрессию. Истинное счастье приходит только с духовным здоровьем, а духовное здоровье достижимо только при контроле духа над стремлениями тела.

Буквы еврейского алфавита, следующие сразу за буквами נכט, образуют слово הבל — «эфемерный», «суета», «пар.» Когда человек полностью погружен в суету этого мира, когда все его устремления посвящены только сиюминутным делам, то само его существование становится эфемерным, он впадает в депрессию и его существование — просто הבל — пар, который бесследно отлетает прочь.

Если прочесть буквы слова נכט в обратном порядке, то мы увидим влияние депрессии на тело. Эти буквы образуют пару טכ. Первая часть טכ («однако, всего только») — слово, обозначающее «исключение», то есть нечто, что надо исключить. Вторая часть כ, как мы уже показали выше, символизирует саму основу физического существования. Мы видим, что депрессия приводит к уничтожению физического существования.

* Числовое значение слов דכאון и... טבע равно 81:

$$\text{דכאון: } 4 + 20 + 1 + 6 + 50 = 81$$

$$\text{טבע: } 9 + 2 + 70 = 81$$

Глава 22

УХО — ВРАТА ТЕЛА

Иглоукалывание — ныне всеми признанная отрасль медицины. Многие болезни лечатся с помощью игл, которыми наносят уколы в соответствующие точки. Достаточно широко известно, что ушная раковина содержит очень много точек, связанных с различными частями тела. По уху можно диагностировать болезнь и, воздействуя на точки, расположенные на ушной раковине, лечить ее. Можно сказать, что ухо, до некоторой степени, повторяет строение тела. Мидраш Раба* указывает на связь между строением уха и всего тела и одновременно подводит мистическую базу под эту связь. В первую очередь Мидраш обсуждает значение уха в его духовном аспекте:

«Наш Рабби сказал: “Если ты желаешь, чтобы твое ухо и другие части тела были здоровы, то приклони свое ухо к Торе, и ты удостоишься жизни, как

* Мидраш Раба: (Втор., ч. 10), האזן לגוף בקנקל לבלים.

*сказано: Приклони свое ухо и приди ко Мне; прислушайся, и ты даруешь жизнь душе своей**».*

Далее Мидраш обсуждает тему важности уха по отношению к другим органам тела более конкретно. Он сравнивает ухо с предметом, называемым *кинкаль***, сосуд с отверстием, в котором жгут благовоения. Над ним вешали одежду, и ароматный дым выходил через отверстие и пропитывал одежду.

«Р.Леви сказал: “Ухо для тела — это то же, что и кинкаль для одежды. Несколько предметов одежды висят над ним, и аромат, исходящий из сосуда, пропитывает их. Сходным образом все 248 органов человеческого тела живы благодаря уху. Откуда мы это знаем? Потому что сказано: ‘Слушай, и ты даруешь жизнь душе своей’”».

Эта мистическая связь проявляется в точках акупунктуры, расположенных на ушной раковине.

Выше мы уже сказали, насколько важен баланс для тела и как он связан с понятием פאזר. Еврейское слово «ухо» אוזן и слово «равновесие, баланс» איזון — однокоренные. На физиологическом уровне орган равновесия человека расположен в районе уха.

Связь между פאזר — духовным источником равновесия и гармонии — и словом אוזן («ухо») можно выявить при подсчете числового значения суммы названий букв, составляющих слово אוזן***. Оно равно

* «Приклони свое ухо и приди ко Мне, прислушайся, и ты даруешь жизнь душе своей» (Ис., 55:3), הָטוּ אוֹזְנֵיכֶם וּלְכוּ אֵלַי שְׁמָעוּ, וְתָחִי נַפְשְׁכֶם.

** Кинкаль: на иврите: קנקל.

*** Числовое значение суммы названий букв אוזן:

гематрии слова פֶּאֶר* плюс три — по числу букв слова.

Слово זֵן можно проанализировать как пару ז и ן. Как уже говорилось, буква ז является символом Святого, а также способности человека воспринимать волю Всевышнего. Слово זן означает «кормить или заботиться». Тем самым слово זֵן показывает на то, что через ухо знание Всевышнего питает весь организм человека и заботится о его духовном пропитании, создавая гармонию, столь необходимую для здоровья.

Сходную идею мы обнаруживаем в том, что слово זֵן является акронимом оборота «[буква] алеф питает душу», אֵלֶּף זֵנָה נֶפֶשׁ. Предание гласит, что внутренний смысл буквы можно узнать по ее первому появлению в Торе на значимом (например, первом) месте в слове (см. *При Цадик* р. Цадока га-Коэна к началу книги Исход). Первый раз на таком месте буква ז** появляется в Торе в слове נֶפֶשׁ — «душа». Внутренний смысл буквы ז — душа, в точности как в приведенном акрониме. Тем самым мы обнаруживаем, что ухо является каналом, по которому можно установить связь с душой. Эта идея проявляется в равенстве числовых значений слов הֶזְנֵה («приклонить ухо, слушать») и חַיִּים («жизнь»).

Буквы, предшествующие буквам слова זֵן в еврейском алфавите, образуют слово תּוֹם («совершенство»).

$$\begin{aligned} \text{ז: אֵלֶּף: } & 1 + 30 + 80 = 111 \\ \text{ז: זֵן: } & 7 + 10 + 50 = 67 \\ \text{ז: נֶפֶשׁ: } & 50 + 6 + 50 = 106 \\ & 284 \end{aligned}$$

* Гематрия פֶּאֶר:

$$\text{פֶּאֶר: } 80 + 1 + 200 = 281 + 3 = 284$$

** Первый раз на таком месте буква ז: Быт., 1:20.

ל предшествует ס (алфавит следует полагать замкнутым в кольцо).

ו	предшествует	ז
ס	предшествует	ו

Совершенство означает, что все необходимые компоненты структуры присутствуют в ней в правильной пропорции и уравнивают друг друга. Именно этим качеством обладал Яаков, названный **אִישׁ שָׁלֵם** «совершенный человек». Это совершенство и является тайным источником равновесия и баланса (**אִישׁ**), для которого ключевым органом является ухо (**אִישׁ**).

Не случайно в иврите глаголы **שמח** («радоваться, быть счастливым») и **שמע** («слышать, слушать») являются столь близкими (буквы **ע** и **ח**, будучи обе гортанными, взаимозаменяемы). Именно через слух человек часто добивается счастья, особенно когда он слышит слова Божественной истины, и царь Соломон по этому поводу сказал: *«Счастливое сердце дарует здоровье»* (Притч., 17:22).

Слово **שמח** («радоваться») можно рассмотреть, как **ש** плюс **מח**. Буква **ש** — буква огня, ее графическое изображение — три языка пламени, поднимающиеся из очага. Согласно указаниям Аризалья, правая часть буквы имеет форму буквы **ו**, средняя — **י**, а левая — **ז**. Эти три языка пламени образуют слово **זיו** — «сияние». Оставшиеся две буквы **מח** образуют еврейское слово «мозг». Мозг счастливого человека наполнен светом. (Интересно отметить, что по-китайски душа будет «шен».)

Тикуней Зоѓар указывает на то, что слова **מחשבה** («мысль») и **בשמחה** («радостно») состоят из одних и тех же букв. Предназначение человека *«Служить*

Богу в радости» (Пс., 100:2). При помощи мысли мы можем достичь радостного служения Богу, а через радость познать Его.

Числовое значение слова **מחשבה** («мысль») равно 355, что совпадает с гематрией слова **ספירה** («сфера») — каббалистического термина, обозначающего каждый из десяти каналов Божественной эманации, через которые Бог сотворил мир и поддерживает существование Вселенной. То же числовое значение имеет фраза **שם י-ה** — «Имя Бога». Отсюда мы можем сделать вывод, что способность мышления (**מחשבה**) связана силами эманации Святого, Благословен Он. Именно посредством мысли сила Имени Всевышнего раскрывается в нашем мире.

Именно по этой причине человек называется **אדם** («адам»). Предание указывает на близость этого слова со словом **אדמה** («я уподоблюсь»). Осознавая неопределимые возможности, связанные с его способностью мыслить, человек может благодарно восклицать: *«Я уподоблюсь Возвышенному»* (Ис., 14:14), **אדמה לעליון**.

Глава 23

СЕРДЦЕ-ВРАЧЕВАТЕЛЬ

Связь между духовным и физическим здоровьем очень просто выражена царем Соломоном: *«Жизнь для тела — сердце-врачеватель, а гниль костей — зависть»* (Притч., 14:30) **חיי בשרים** **לב מרפא ורקב עצמות קנאה**. Ибн Эзра объясняет:

«Сердце-врачеватель — означает сердце, которое ни на кого не гневается и ни на кого не держит злобы». Оно так называется, *«потому что оно как лекарство для тела... доброе, счастливое сердце лечит тело радостью».*

Мальбим объясняет приведенный стих так:

«Жизнь тела и его излечение, если оно заболело, зависят от сердца. Когда сердце сильно, то оно посылает кровь по артериям и венам всего организма и дарует ему жизнь. Если же человек ставит преграду гнева в сердце своем, то он не только наносит вред плоти, но и привносит гниль в кости и разрушает весь организм. И это соответствует сказанному: “Крепче всего храни сердце свое, ибо из него происходит жизнь”» (Притч., 4:23). **מכל משמר נצר לבך, כי מומנו תוצאות החיים**.

Приведенный стих упоминает гниение именно костей, потому как кости являются самой существенной, самой материальной частью физической структуры организма. Например, Талмуд комментирует пожелание: «Он укрепит ваши кости» так: «*Лучшее из пожеланий*» (Иебамот, 102б).

Слово «гниль», употребленное в стихе, на иврите רַקב, можно проанализировать, как пару רַק плюс ב. Первая часть רַק — является основой слова רֵיק — «пустой». Вторая часть — буква ב — символизирует בית («дом»). Тем самым слово רַקב («гниль») следует понимать, как «пустой дом», жилище без содержимого. Положительные *мидот* («черты характера»), такие, как радость, признательность, — порождают духовный свет. Но если тело, которое является жилищем души, лишено света, то в результате происходит физическое разрушение организма — гниль.

Сходным образом слово חרב («меч») содержит сочетание חר plus ב. Буквы חר являются основой слова חור — «дыра, отверстие». Меч делает отверстие, дыру в доме (ב) человеческого тела. Предания для обозначения вредных продуктов питания часто пользуются оборотом: «*Как меч (חרבות) для тела*».

Другим примером, указывающим на связь духовного и физического здоровья, является потемнение в глазах от гнева. Царь Давид пишет:

«Поблекли от гнева глаза мои» (Пс., 6:8), מַעַם עֵינַי
עָשָׂו.

Талмуд считает, что гнев исходит из печени, например: «*Гнев в печени*» (Берахот, 61б), כַּבֵּד כַּעַם.

Связь печени, глаз и гнева исследуется в *Сефер Йецира*. В разделе, посвященном теме соответствия органов тела знакам зодиака, говорится, что печень

соответствует Козерогу, а основной чертой Козерога является гнев. Более того, этому созвездию соответствует буква **ע** еврейского алфавита, чье название **עין** означает «глаз».

Китайская медицина также указывает на наличие связи между печенью и глазами. Это объясняет, например, почему желтуха — заболевание печени — проявляется в пожелтении белков глаз.

Стоит отметить, что в народе широко распространено мнение, что человек во время приступов заболевания печени становится склонным к гневу по малейшему поводу. И например, о человеке, который на протяжении целого дня непрерывно злится на все, говорят, что у него разлитие желчи.

На иврите слово «гнев» — **כעם**. Его можно рассмотреть как пару **כ** плюс **ע**. Буквы **ככ** образуют слово, означающее «покрывать», а название буквы **ע** (**עין**) означает «глаз». То есть понятие «гнев» раскрывается, как «покрытие глаз», или более литературно — «гнев покрыл пеленой глаза». Таким образом, иврит раскрывает и физическое, и духовное явление в одном слове.

Другое слово для обозначения гнева **רגז**. Из тех же букв составляется глагол **גזר** — «рубить». Так раскрывается разрушительная сила гнева, которая отсекает человека от его Творца.

Буквы, следующие в еврейском алфавите за буквами слова **רגז**, образуют слово **שחד** («подкупать»). Это указывает на то, что гнев отрицательно влияет на объективность человека. Намек на связь разрушительного эффекта гнева и зрения мы обнаруживаем в стихе: *«Ибо подкуп ослепляет глаза мудрецов»* (Втор., 16:19), **כי השחד יעוור עיני חכמים**.

Глава 24

ВЕРА, ОСНОВА
ХОРОШЕГО ХАРАКТЕРА

Источник хороших черт характера — это вера, на иврите אמונה. Это слово можно проанализировать, как пару א и מונה. Первая часть — буква א символизирует возвышенное и способность человека стремиться к нему через учебу. Вторая часть — מונה означает «считать», пересчитывать нечто, признавать важность той или иной вещи (мы пересчитываем то, что нам важно. Здесь следует учитывать использование этого слова в значении «признавать»). Таким образом, вера (אמונה) означает принятие во внимание Святости, признание ее важности в жизни.

Такие черты характера, как гневливость и раздражение, проистекают от ущербности веры. В книге Притчей (16:28) царь Соломон говорит: *«Наушник отделяет лидера (от народа)»* (ונרגן מפריד אלוף). Слово «лидер» здесь звучит אלוף, оно же является названием буквы א. Тем самым тот же стих допускает прочтение: *«Наушник отделяет букву א»*. То есть дурные действия отсекают от человека א — символ веры — אמונה.

Сходная идея заключена в структуре слова **עצב** — «грусть». В нем буква **צ** (*цади*) заключена между буквами **ע**. Буква **צ** символизирует праведника (*цадик*), в то время как **ע** означает «толстый» (они могут также означать «облако»). Грусть появляется, когда от человека скрыта справедливость Всевышнего, когда она кажется человеку покрытой густым облаком. С другой стороны, эту структуру можно понять, как полное скрывание праведности самого человека.

Разрушительное действие грусти видно в том, что из букв слова **עצב** («грусть») образуется слово **בצע** — «рубить, разламывать». Более того, буквы, стоящие в еврейском алфавите перед буквами, из которых состоят оба этих слова, образуют **אפס** — «ноль, ничто». Грусть разбивает человека, превращая его в ничто. При анализе слова **אפס** становится ясной природа этого явления. Первая буква слова — **א**, как мы уже сказали, соответствует **אמונה** («вера»). Оставшиеся две буквы образуют слово **פס** — «прекращаться, исчезать» — как, например, в стихе: *«Исчезли (פסו) верные среди людей»* (Пс.,12:2), **פסו אמונים אדם**. Таким образом, слово **אפס** понимается, как «исчезновение, потеря веры». Когда нет веры (**אפס**), появляется грусть (**עצב**), которая разрушает (**בצע**) здоровье человека.

Буквы **ב** и **פ** взаимозаменяемы, поскольку обе являются по происхождению губными. Если в слове **בצע** провести эту замену, то получится слово **פצע** («рана, ранить»).

Исчезновение света праведности ведет к разрушению. Именно по этой причине еврейское слово **סתר** имеет два значения. Оно означает «прятать», а также «ломать».

«Сын мой, не забывай Моей Торы, пусть Мои Заповеди будут на сердце твоём. Тогда добавят тебе про-

должительность дней и годов твоей жизни и будет тебе мир» (Притч., 3:1-2), בני תורתִי אֵל תִּשְׁכַּח וּמִצּוֹתַי יִצַר. לְבַבְךָ כִּי אֵרֶךְ יָמִים וּשְׁנוֹת חַיִּים וְשָׁלוֹם יוֹסִיפוּ לָךְ. Мудрость — это жизнь. Слово «продолжительность» в этом стихе — אֵרֶךְ — можно рассматривать, как пару אֵר и ב, где אֵר — является основой слова אֹר («свет»), а буква ב символизирует *сфиру* Венец (כֶּתֶר).

В Талмуде, на тех листах, где проводится анализ внутреннего смысла букв еврейского алфавита (Шабат, 104а), говорится, что буква כ символизирует венцы, которыми в мире грядущем увенчивают праведников. Согласно мнению *Кеџилат Яаков*, Венец (כֶּתֶר) может обозначать еще одно слово — קֶרֶן (*керен*). Это слово означает или «рог животного», или «луч света». Последнее значение этого слова мы находим в стихе, в котором описывается внешний вид Моше (Моисея) после того, как он спустился с горы Синай: «И кожа лица Моше светилась» (Исх., 34:29), וַיִּנֶּפֶס רֹעֵי זָרָק. Именно по причине двойного значения слова קֶרֶן — «рог, луч» — и в силу неверного понимания приведенного стиха, Моше часто изображают с рогами, например на скульптуре Микеланджело). Ассоциация рога с короной — очевидна, и тот и другая возвышаются над головой. (Интересно отметить совпадение согласных в ивритском слове קֶרֶן (*керен*) и русском «корона». Напомним, что иврит гласных букв не имеет.)

В каббале Венец (כֶּתֶר) является высшей среди всех *сфирот* — каналов Сотворения мира. Изучая Тору, человек приобретает мудрость и получает благословенный дар — жизнедарующий свет Венца. Одно из слов для обозначения лечения — אֲרוּכָה. Оно тоже содержит буквы слов אֹר («свет») и букву כ — символ Венца, полностью смысл этого слова выражается как Свет Венца. Изучение Торы и исполнение запо-

ведей приносят исцеление с помощью Света Венца. Венец — это высший источник доступного человеческому познанию мира. Здоровье приходит при соприкосновении с источником, и приникнуть к нему можно через изучение Торы.

Глава 25

ТОРА — ЕДИНСТВЕННОЕ ЭФФЕКТИВНОЕ ЛЕКАРСТВО

Предсказывая изгнание Израиля, Тора говорит: *«Когда найдут тебя многие беды и несчастья»* (Втор., 31:21), *כי תמצאן אתו רעות רבות וצרות*. Талмуд спрашивает: *«Что имеется в виду здесь под словами “многие беды”?»* Рав отвечает: *«Несчастья, которые дополняют друг друга, например, укус скорпиона и укус осы одновременно»* (Хагига, 5а). Тосафот объясняет, что для правильного понимания высказывания Талмуда следует принять во внимание представления той эпохи, согласно которым при укусе скорпиона человека следует согреть, а при укусе осы пациента необходимо охладить (Авода Зара, 28б). При таком подходе становится ясным, что ужаленного и осой, и скорпионом невозможно вылечить. То есть беды «дополняют» друг друга.

Можно сказать, что приведенный рассказ символически описывает наше положение в изгнании. Когда человек отдаляется от Бога, он становится «холодным» в исполнении заповедей, и для того, чтобы его «вылечить», следует согреть человека. С другой

стороны, в изгнании человек горячо стремится к наслаждениям этого мира, к потаканию своим дурным наклонностям, и его следует «охладить». Выхода из этой ситуации нет. То, что ему полезно, ему же и вредно. Такое положение дел выразил рабби Йоханан: *«Если хозяин требует от слуги два противоположных действия сразу, то чем помочь слуге?!»* Ответ — есть только одно лекарство от такого типа болезней, и это лекарство — Тора, которая является *«Лекарством для всего тела»* (Притч., 4:22), ולכל בשרו מרפא. Этот же совет дает Талмуд: *«Спросили ученики рабби Эльазара: “Как спастись от трагедий, сопровождающих приход Машиаха?” “Посвятите себя Торе и оказывайте благодеяния другим”, — ответил им учитель»* (Сангедрин, 108б).

Зоѓар указывает на то, что слово ער («зло»), будучи прочитанным в обратную сторону, составляет слово ער («бодрствовать, быть бдительным»). Это учит нас тому, что так называемое «зло» необходимо для того, чтобы пробудить людей и помочь им раскаяться.

Глава 26

СВЯЗЬ МЕЖДУ ДУШОЙ И ТЕЛОМ

Лечебное действие Торы и заповедей основывается на том, что система *мицвот* («заповедей») полностью повторяет устройство человеческого тела. Рабби Хаим Виталь учит, что 365 запрещающих заповедей соответствуют 365 жилам человеческого тела, а 248 предписывающих заповедей соответствуют 248 органам, данным человеку. Сказанное Иовом: «*Через свое тело я вижу Бога*» (Иов, 19:26) подразумевает, что с помощью 613 органов физического тела человек способен увидеть духовное тело, сотворенное по образу Божьему. Такова связь между телом и душой на уровне *мицвот*.

Способность *мицвот* объединить тело и душу, установить связь между Богом и человеком видна в числе заповедей Торы — 613. Это число равно сумме слов קשר («связь», 600) и אחד («один», 13). Более того, при сложении цифр числа 613 (6 + 1 + 3) мы получаем число десять — символ совершенства. С помощью 613 заповедей Торы человек способен установить связь между своей душой и Создателем, а также со всеми десятью измерениями Вселенной.

Цифры числа 613 — 1, 3, 6 — образуют гармонический аккорд в музыкальной гамме, см. нашу работу «Музыка и Каббала».

На уровне изучения Торы самой важной обязанностью еврея является чтение *шма* («Слушай, Израиль...») два раза в день. Полностью *шма* включает в себя три отрывка Торы и состоит из 248 слов, по числу органов тела (см. *Шулхан Арух*, Орах Хаим, 61:3). Каждое слово *шма* дает жизнь соответствующему ему органу тела. Это только один из вариантов связи между телом и душой на уровне изучения Торы.

На другой вариант связи на данном уровне указал р. Цалок га-Коэн (При Цадик, *Парашиат Толдот*) Он утверждает, что слово «шатер» (לֶחָיִם, *оэль*) символизирует шатер света, окружающий человека.

Числовое значение слова לֶחָיִם равно 36. Слово «свет» (в различных грамматических формах) появляется в Торе 36 раз. Здесь содержится намек на то, что свет Торы является духовным шатром, растянутым над человеком.

Название первой буквы слова לֶחָיִם — א — *алеф* означает тысяча. Если подсчитать гематрию слова לֶחָיִם, приняв א за тысячу, мы получим число 1035. Это пятикратное числовое значение слова אור («свет»). $5 \times 207 = 1035$. В рассказе о Сотворении мира (Быт., 1:1-5) слово «свет» появляется пять раз. Это говорит нам о том, что духовный шатер человека содержит пять уровней света, в соответствии с пятью книгами Торы Моше (Моисея) и пятью уровнями души.

Высший уровень души называется יְהִיְדָה (*йехида* — «единственная»). Он соответствует книге Бытие, в которой описывается жизнь патриархов, праотцев еврейского народа, названных «единственными» в мире.

Следующий уровень души называется **חַיָּה** (*хая* — «живая»), и он соответствует книге Исход, в которой описывается дарование Торы — источника жизни.

Следующий уровень души — **נְשָׁמָה** (*нешама* — «дыхание») соответствует книге Левит, основное содержание которой — законы храмовой службы. Именно они осуществляют связь между высшим и низшим мирами. Аналогично *нешама* является промежуточным звеном между духом и телом. Место ее пребывания в теле — мозг (*моах*) — часть тела, ответственная за рассудок

Следующий уровень души — **רוּחַ** (*руах* — «дух»). Он ближе к физическому миру, и ему соответствует книга Числа, в которой рассказывается о жизни сынов Израиля в пустыне.

Самый низкий уровень души — **נֶפֶשׁ** (*нефеш*) является физической основой жизни тела. Она соответствует Второзаконию. В этой книге повторяются основные положения всей Торы перед входом сынов Израиля в Землю Обетованную, где жизнь сынов Израиля примет более земную форму.

Соответствия между уровнями души и книгами Торы можно свести в таблицу:

<i>йехида</i>	Бытие
<i>хая</i>	Исход
<i>нешама</i>	Левит
<i>руах</i>	Числа
<i>нефеш</i>	Второзаконие

Два высших уровня души: *йехида* и *хая* называются «шатром», потому что они находятся вне и выше человеческого тела. Они напоминают нам о еще од-

ной связи между излечением и нашим праотцем Яковом, ибо Яков описан в Торе, как «*живущий в шатрах*».

Эта связь в последнее время была вновь подтверждена благодаря использованию компьютера для исследования Торы (см. работы д-ра Каца и д-ра Виццумп *תורה נתנה באותיותיה הנוסף* и *המימד הנוסף*; их работа основывается и на открытиях, сделанных р. Вайсменделем в работе *תורת הסוד* (Тора). Р. Вайсмендель начал с первой буквы **ת** в книге Бытие и отсчитал от нее 49 букв. Пятидесятая буква оказалась **ו**. Продолжив подсчеты тем же методом, он обнаружил, что следующая пятидесятая буква — **ר**, а следующая — **ה**. Таким образом получается слово *תורה* (*Tora*).

Точно такое же явление он обнаружил в книге Исход.

В книге Левит обнаружилось, что если начать с первой буквы **י** и взять каждую пятидесятую букву, то получится слово **י-ה-ו-ה** — неприносимое четырехбуквенное Имя Бога.

В книге Числа мы обнаруживаем слово *תורה*, написанное в обратную сторону, если начать читать каждую пятидесятую букву, начиная с первой буквы **ה**. Точно то же самое мы находим в книге Второзаконие.

Почему слово *תורה* (*Tora*) появляется в книгах Бытие и Исход в прямой записи, а в книгах Числа и Второзаконие — в обратной? Ответ мы уже видели. Первые две книги Торы соответствуют высшим уровням души — *йехида* и *хая*. Их назначение — переносить свет из высших миров в низшие. Это «нормальный» порядок — высшие миры влияют на низшие, и потому слово Тора написано в «нормальном» порядке. Последние две книги Торы соответствуют низшим уровням души *руах* и *нефеш*. Их назначение —

возвысить земные предметы до их высшего духовного источника. Это направление влияния противоположно «нормальному», и потому слово Тора в этих книгах написано в обратном порядке.

Весь этот процесс — передача света из высших миров в низшие и возвышение материального мира до духовного источника возможен только при посредничестве *нешама*, которая, занимая промежуточную позицию среди уровней души, является связующим звеном между мирами. Именно по этой причине буквы слова **נשמה** образуют слово **שמנה** — «восемь». Ибо восемь является числом, символизирующим связь между духовным миром и миром материальным, поскольку предыдущее число — семь является числом полноты нашего мира (например, семь дней недели). (Цифра восемь, положенная набок, является символом бесконечности.) Кроме того, сама форма цифры восемь — два кольца — одно сверху, а второе снизу — напоминает нам о высшем и низшем мирах. Это соответствует тому факту, что непроизносимое четырехбуквенное Имя Всевышнего закодировано в книге Левит (*нешама*) в каждой восьмой букве.

Подводя итог, можно сказать, что духовное тело человека построено в соответствии с его физическим телом на уровне *мицвот* («заповедей»), на уровне *шма* и на уровне Пятикнижия Моисея. Через связь с Торой человек строит шатер света, который призван окружить его.

Сефер Йецира — древняя каббалистическая книга (ее автором считается наш праотец Авраам) — приводит целую систему соответствий между физическим телом человека и остальными элементами Творения, а не только духовными реалиями. Книга указывает на наличие связи между двенадцатью коленами Из-

раиля, двенадцатью знаками зодиака, буквами еврейского алфавита, чертами характера и органами тела.

Например, месяц *тевет* соответствует колену Дана, знаку Козерога, букве *у*, гневу и печени. Название колена Дан происходит от корня *דן* (*дин*) и означает «Строгий Суд». Понятна связь суда с гневом; выше мы уже указали на наличие спиритической связи между гневом и печенью.

На наличие иной связи между духовным и физическим телами указывает книга Зо́гар (*Парашиат Вашилах*). В книге проводится соответствие между 365 днями солнечного года, 365 запрещающими заповедями и органами человеческого тела. Нарушая заповедь, человек наносит ущерб соответствующему дню года и органу тела. Например, девятое *ава* (*Теша бе-ав*) связано с седалищным нервом (*гид га-наше*). Намек на эту связь Зо́гар обнаруживает в стихе «Поэтому сыны Израиля не едят седалищного нерва» (Быт., 32:32), *על כן לא יאכלו בני ישראל את גיד הנשה*. В этом стихе обороту *גיד הנשה* («седалищный нерв») предшествует предлог прямого дополнения *את*, буквы которого образуют акроним *אב תשעה*, что означает «Ав девять» — девятое число месяца *ав*. Комментаторы также указывают на близость звучания названия седалищного нерва (*גיד הנשה* — *гид га-наше*) с *гид га-нашим* (*גיד הנשים*), буквально — «женский орган», то есть детородный орган. Это означает, что день девятого *ава* и соответствующая ему часть тела (седалищный нерв) имеют особую задачу — освящение половых побуждений человека.

Это новый аспект связи между духовным и физическим телами человека. Он позволяет нам проникнуть в тайны психосоматической медицины и

показывает, почему духовное совершенство, то есть жизнь по законам Торы, является основой физического здоровья.

Глава 27

СТРАХ И ПЕЧАЛЬ — ВРАГИ ЗДОРОВЬЯ

Здоровье зависит от страха Божьего. Это доказывается тем фактом, что буквы слова **בריא** — «здоровый» — образуют также слово **ירא** — бояться. Сходным образом слово «здоровый» в женском роде **בריאה** содержит буквы слова **יראה** — «страх». (В иврите есть несколько синонимов слова «бояться», но **ירא** означает страх перед чем-то высшим или отдаленным. Если слово **יראה** не имеет дополнений, то оно просто является термином, обозначающим страх перед Богом.) Царь Соломон сказал: *«Страх перед Богом добавляет продолжительность жизни»* (Притч., 10:27), **יראת ה' תוסיף חיים**.

Слово **ביראה** — «в страхе», содержит те же буквы, что и слово **בריאה** — «Творение». Это совпадение показывает нам, что целью Творения является страх перед Богом.

Буквы слова **יראה** также образуют слово **ראיה** (отглагольное существительное от «смотреть»). Страх перед Богом означает представлять Его все время перед глазами, как сказано: *«Бог предо мною*

всегда» (Пс., 16:8, см. также *Шулхан Арух*, Орах Хаим, 1:1), שויתי הי לנגדי תמיד. Страх перед людьми наносит вред человеку и плохо влияет на состояние его здоровья. Не так страх перед Богом. В продолжении приведенного стиха говорится: *«Поэтому радуется сердце мое... и моя плоть пребывает в покое»* (там же, 9), לכן שמח לבי... אף תשרי ישכן במח. То есть страх перед Богом приносит радость сердцу и полезен для здоровья, потому что человек, который страшится Бога, не боится ничего другого и свободен от вредного для здоровья беспокойства.

Буквы слова יראה образуют слово ריאה — «легкие». Легкие — важнейший орган человеческого тела. В них содержится воздух — основа жизни. Если бы не они, то не было бы места для воздуха и жизнь бы исчезла. Точно так же страх перед Богом является основой самодисциплины, дающей человеку возможность реализовать данные ему силы в правильном направлении.

В то время как страх перед Богом является жизнеутверждающим началом, страх перед земными явлениями действует на здоровье разрушительно. Талмуд утверждает: *«Три вещи лишают человека сил: страх, путешествие и грех»* (Гитин, 70а). Как мы уже видели ранее, сама структура слова פחד — «страх» показывает, что страх (פחד) является ловушкой (פ), которая разрушает четыре (ד) первоэлемента, из которых состоит тело. С другой стороны, страх является индикатором того, что человек попал в ловушку (פ) материализма в мире, состоящем из четырех (ד) первоэлементов.

Для сохранения здоровья очень важно, чтобы материальный подход находился под контролем духовного видения мира. Эту идею можно увидеть при анализе слов הוד и הוה. Они содержат одни и те

же буквы, но в разном порядке. Слово **לָו** означает «слава». Первые буквы этого слова — **לו**. Они являются средними буквами четырехбуквенного Имени Бога (**ל-ו-ה-י**). При этом они стоят на доминантной позиции по отношению к **ו** — символу четырех стихий нашего мира, то есть «дух контролирует материальный мир». В слове **לוו** — «быть больным» — на доминантной позиции находится **ו** — то есть материальный мир превалирует над духовным. Буквы Божественного Имени **לו** следуют в обратном порядке, под контролем материализма. Результатом такого положения дел является болезнь.

Слово «беспокоиться» (**לָוַו**) состоит из тех же букв, что и слово **לוו** — «объединять, связывать вместе». Но при этом в слове **לוו** буквы следуют в том же порядке, в каком они идут в алфавите, а в слове **לָוַו** («беспокоиться») они идут, так сказать, в беспорядке.

В слове **לוו** на доминантной позиции стоит буква **ו**, которая, как уже говорилось выше, символизирует святое и стремление человека к святости. Следующие буквы — **לו** показывают на результат праведных побуждений. Талмуд (Шабат, 104а) говорит, что буквы **לו**, приведенные в этом порядке, символизируют стремление человека помочь бедному. Так, буква **ו** с ножкой, протянутой вперед, является первой буквой оборота **למילות חסדים** (*гмилут хасадим*), что означает «оказывать милосердие», тогда как буква **ו** является первой буквой слова **לו** (*даль*) — «бедный». Таким образом, мы видим, что **לוו** (*агад*) является силой, объединяющей всех членов общества, которые под влиянием духовных сил стремятся быть милосердными по отношению друг к другу.

В слове **לָוַו** буквы расположены в обратном порядке. В начале слова на доминантной позиции стоит

буква **ת** — символ бедности. Буква, символизирующая святость и стремление к ней, окружена буквами **ת** и **ג**. Такое расположение букв показывает на то, что человек считает бедным самого себя и не может оказывать милосердия другим.

Предания утверждают, что слово **וַיִּיָּדַע** (*вайидай*), означающее «и было», звучит так же, как и возглас бедствия (*вай*), и рассказ Торы, который открывается этим словом, описывает беды (см. Шмот Раба, 20:7). Здесь следует обратить внимание на грамматическую конструкцию этого слова. Оно является так называемым «будущим в прошедшем», то есть сам глагол стоит в форме будущего времени, но при добавлении **ו** становится глаголом прошедшего времени. Отсюда мы можем сделать вывод, что будущее в настоящем приносит беспокойство и беды. В то время как слово, обратное к беспокойству, — «покой» **רָגַע** — «минута». Если человек думает только о настоящем, о текущей минуте, то он может расслабиться.

Из анализа слов иврита, который мы провели, следует, что позитивные и негативные духовные явления ведут к соответствующим явлениям на уровне физического здоровья.

Глава 28

ПРОЧНЫЕ ЗУБЫ

Примером связи между духовным и физическим здоровьем являются зубы. Зубы символизируют прочность организма. После смерти человека зубы сохраняются дольше всех остальных частей тела. Душа является вечной и наиболее сильной частью человеческого существа, но в то время, как душа — это духовная составляющая человека, зубы — это самая прочная, самая долгоживущая часть материальной составляющей человеческого существа. Таким образом, зубы — это символ души. Царь Давид, когда описывал полное уничтожение своих врагов, говорил: «*Ты раздробил зубы злодеев*» (Пс., 3:8), רשעים שברת שני, и Раши объясняет, что «зубы» здесь означают «силу, прочность».

В Торе есть тридцать две «тропинки мудрости» (*Нетивот га-Хохма*), в соответствии с тридцатью двумя принципами комментирования Торы, сформулированными р. Элиэзером, сыном р. Йоси га-Глили (в *барайте*, приведенной в трактате Брахот). Эти принципы являются началом восприятия мудрости

Торы. Аналогичным образом тридцать два зуба взрослого человека, которые перемалывают пищу, являются первым этапом процесса пищеварения (восприятия пищи).

Глава 29

ВОЙНА ПРОТИВОПОЛОЖНОСТЕЙ

«**О**дно против другого создал Бог» (Экл., 7:14), זה לעומת זה עשה אלקים. Для каждой положительной силы Бог создал соответствующую ей отрицательную силу. Это можно увидеть при анализе буквы п. Она является первой буквой целого ряда слов, означающих беды и неприятности: חטא («грех»), חולי («болезнь»), חומר («материя»), חול («будничный, секулярный»), חילול («профанация»), חולשה («слабость»). Все эти слова так или иначе связаны с болезнью.

Но с другой стороны, есть ряд слов, начинающихся с п и обозначающих положительные явления: חיים («жизнь»), חידוש («обновление»), חכמה («мудрость»).

Согласно Аризалу, дуалистичность природы проявляется в самой форме буквы п. В свитках Торы эта буква пишется, как две буквы ז, объединенные «крышей». Название буквы ז (*заин*) означает «оружие». Таким образом, буква п графически символизирует две противоположные вооруженные силы. Увидев, что слово «жизнь» (חיים) начинается с буквы п, мы понимаем, что жизнь — это непрерывная борьба

двух противоположных склонностей человека — его дурного и доброго начал. Если человек здоров, то эти два начала находятся в равновесии, при котором доброе начало доминирует. Если отрицательное в человеке преобладает, то это ведет к болезни. Но все же дурное начало не должно быть уничтожено или полностью подавлено. Его тоже следует использовать в праведных целях. То есть конфронтация сил должна присутствовать для того, чтобы жизнь продолжалась.

Тора говорит: «Возлюби Господа, Бога твоего, всем сердцем твоим» (Втор., 6:5), וַאֲהַבְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל לִבְבְּךָ. Нормальное написание слова לֵב («сердце») с одной буквой ב, однако в нашем стихе использована форма с двумя ב — לִבְבְּ. Талмуд комментирует это явление так: *«Ты должен служить Богу как своими дурными наклонностями, так и посредством своих добрых качеств»* (Брахот, 54а). Целью врача является установить правильный баланс между склонностями человека и заставить дурные служить позитивным целям в той же степени, как и добрые. В этом смысл символа медицины — две змеи, смотрящие друг на друга.

Эта же идея заключена в числовом значении слова רופא («врач»), равном 287, что совпадает с суммарной гематрией слов «добрый» (טוֹב) и «злой, дурной» (רַע):

$$\begin{array}{rcl}
 \text{רופא:} & 200 + 6 + 80 + 1 = & 287 \\
 \text{טוב:} & 9 + 6 + 2 = & 17 \\
 \text{רע:} & 200 + 70 = & \underline{270} \\
 & & 287
 \end{array}$$

Из этого мы можем сделать вывод, что даже зло можно использовать в конструктивных целях. Хоро-

ший врачеватель помогает нам применить все наши внутренние силы — и добрые, и злые. Это дает нам возможность «служить Богу как своими дурными наклонностями, так и посредством своих добрых качеств».

Слово התרופה («лечение») имеет числовое значение 696 (стоит обратить внимание на совпадение звучаний ивритского слова התרופה и слова «терапия»). Гематрию 696 имеет также и слово רצות — «найти милость», «благоволение», «простить». Расположив буквы этого слова в ином порядке, мы получим слово צרות («беды»):

$$\text{התרופה: } 5 + 400 + 200 + 6 + 80 + 5 = 696$$

$$\text{רצות или צרות: } 90 + 200 + 6 + 400 = 696$$

Согласно каббале, излечение связано с раскаянием, как сказал об этом пророк: «Он раскается, и излечат его» (Ис., 6:10). Приведенный выше факт совпадения числовых значений трех слов учит нас, что раскаяние изменяет беды (צרות), пришедшие человеку в наказание за грех, на благоволение (רצות). Это пример того, как зло может быть трансформировано в добро.

Комментарий к Торе Беер Моше (*Парашиат Балак*) говорит, что в силах праведника (*цадик*) изменить беду (צרה) на благоволение (רצה) и свет (צהר). Он указывает, что праведник (*цадик*) изменяет постановление о наказании (беду), благодаря тому что он передвигает букву צ так, что слово צרה превращается в слово רצה.

(Здесь есть сходство с трансформацией слова «быть больным» (דוה) в слово הוד («слава».)

В трансформации *Ат-Баиш* (את-בש) букве פ соответствует буква ס (*самех*). При той же трансформации

ции слово **חַטָּא** («грех») превращается в слово **סַטָּן** (*satan*), означающее «препятствие», «враг», «небесный прокурор». Его назначение — окружить человека и помешать ему вести правильный образ жизни. Это символизирует замкнутый круг буквы **ס**.

Буква **ס** сама по себе ассоциируется с дуалистической природой мира и войны добра со злом. Негативная сторона буквы **ס** проявляется в том, что с этой буквы начинается слово **סַטָּן** (*satan*). Позитивная сторона проявляется в том, что эта буква — первая в слове **סָמַח** — «поддерживать» (это слово и является названием буквы **ס**). Когда люди поддерживают друг друга, они радуются, а радость — основа здоровья. Название буквы *samex* совпадает со звучанием слова **שִׂמְחָה** — «радостный».

Во время исследований кодов Торы с помощью компьютера обнаружилось, что болезнь AIDS (СПИД) закодирована в рассказе о Содоме и Гоморре. Даже новые слова и понятия, которые появились только недавно, закодированы в Торе. Наши учителя, благословенна их память, учили так: *«Сказано в стихе: “Идите посмотрите деяния Господа, Который установил опустошение на земле”»* (Пс., 46:9), **לְכוּ הִזּוּ מִפְעֻלוֹת ה' אֲשֶׁר שָׂם שְׂמוֹת בְּאֶרֶץ**. Здесь вместо слова «опустошение» (*шамот*) следует читать «имена» (*шемот*). Тогда стих говорит нам, что новые имена и названия появляются не случайно, а по воле Провидения. Само слово «СПИД», на иврите **אִיִּדִים**, можно проанализировать как пару **אִיד** (*эйд*) — «разрушение» — и букву **ס** (*samex*), чье имя означает «поддержка». СПИД разрушает иммунную систему, которая защищает, поддерживает клетки тела.

Содом и Гоморра знамениты своими сексуальными преступлениями, то есть тем же, что является важнейшим фактором в распространении эпиде-

мии СПИДа. Противоположностью СПИДа является обрезание. Не случайно гематрии этих слов совпадают:

$$\text{אִידֶם}: 1 + 4 + 10 + 10 + 60 = 85$$

$$\text{מִילָה}: 40 + 10 + 30 + 5 = 85$$

Буква ש имеет две формы. Одна, с точкой слева, называется — *син*, а вторая, с точкой справа — *шин*. Рабби Акива учит, что форма с левой точкой символизирует негативные силы, а с правой — позитивные (*Отиет де-Рабби Акива*) — «одно против другого».

הו י ש ח א ת ה ע ר ב ו י צ א י צ ו א ו ש ו ב ע ד י
ב ש ת ה מ י מ מ ע ל ה א ר צ ו י ש ל ח א ת ה י ו נ ה מ
א ת ו ל ר א א ת ה ל ו ה מ י מ מ ע ל פ נ י ה א ד מ ה
ו ל א מ צ א ה י ו נ ה מ נ ו ח ל כ פ ר ג ל ה ו ת ש ב
א ל י ו א ל ה ת ב ה כ י מ י מ ע ל פ נ י כ ל ה א ר צ ו
י ש ל ח י ד ו ו י ק ח ה י ו י ב א א ת ה א ל י ו א ל ה ת
ב ה ו י ח ל ע ד ש כ ע ת י מ י מ א א ר מ י מ ו י ס פ ש
ל ח א ת ה י ו נ ה מ נ ה ת ב ה ו ת כ א א ל י ו ה י ו נ
ה ל ע ת ע ר ב ו ה נ ה ע ל ה ז י מ מ ע ל ה א ר צ ו י
ע נ ח כ י ק ה ל ו ה נ ה ע ל ה א ר צ ו י ח ל ע ד
ש ב ע ת י מ י מ א א ר מ י מ ו י ש ל ח א ת ה י ו נ ה ו ל
א י ס פ ה ש ו ב א ל י ו ע ו ד ו ה י ה א ח ת ו ש ש מ
א ו ת ש נ ה ב ר א ש ו נ נ ב א ח ד ל ח ד ש ח ר ב ו ה מ י
מ מ ע ל א א ר א ש ו נ נ ב א ח ד ל ח ד ש ח ר ב ו ה מ י
א ו ה נ ה ח ח ר ב ו פ נ י ה א ד מ ה ו ב ח ד ש ה ש נ י ב
ש ב ע ה ו ע ש ר י מ י מ ו י מ ל ח ד ש י ב ש ה א ר צ ו י
ד ב ר א ל ה י מ א ל נ ח ל א מ ר צ א מ נ ה ת ב ה א ת ה
ו א ש ת כ ו ב נ י כ ו נ ש י ב נ י כ א ת כ כ ל ה ח י ה
א ש ר א ת כ מ כ ל ב ש ר ב ע ו פ ו ב ב ה מ ה ו ב כ ל ה
ר מ ש ה ר מ ש ע ל ה א ר צ ה ו צ א א ת כ ו ש ר צ ו ב א
ד צ ו פ ר ו ו ר ב ו ע ל ה א ר צ ו י צ א נ ח ו ב נ י ו
ו א ש ת ו ו נ ש י ב נ י ו א ת ו כ ל ה ח י ה כ ל ה ר מ
ש ו כ ל ה ע ו פ כ ל ר ו מ ש ע ל ה א ר צ ל מ ש פ ח ת י
ה מ י צ א ו מ נ ה ת ב ה ו י ב נ נ ח מ ז ב ח ל י ה ו ה
ו ק ח מ כ ל ה ב ה מ ה ה ט ה ר ה ו מ כ ל ה ע ו פ ה ט
ה ו ר ו י ע ל ת ב מ ז ב ח ו י ר ח י ה ו ה א ת ר י
ח נ י ח ח ו י א מ ר י ה ו ה א ל ל ב ו ל א א ס פ ל ק
ל ע ו ד א ת ה א ד מ ה ב ע ב ו ר ה א ד מ כ י צ ר ל

א ח ס ח ד ש ח ר ב ו ה מ י מכלה בהם, החייון הזחום החיסון הרוס אידס □

Слово «СПИД» (איידס), зашифрованное в рассказе о Содоме и Гоморре (из книги Дорона Вицтума *Гаме-мад Ганосаф*).

ПРЕДАНИЯ
О
ЗДОРОВЬЕ

Ниже мы привели несколько высказываний Талмуда по вопросам медицины. *(Автор выражает свою признательность рабби Аарону Йосефу Барзелю, автору труда «Оцар Мусарей Хазаль» (Иерусалим 5750) за список ссылок.)*

В данном разделе содержится много практических медицинских рекомендаций. Комментаторы указывают на тот факт, что после написания Талмуда прошло много сот лет, и с тех пор природа и физиология человека сильно изменились. Поэтому следовать этим советам не рекомендуется. Однако читатель может почерпнуть из приведенных цитат много интересного и обнаружить несколько полезных медицинских идей.

1. Рава бар Шмуэль сказал: «Всякий раз после того, как ты ел хлеб, ешь соль, а после того, как пил, пей воду, и не будет у тебя болезни».

(Брахот, 40а)

2. Учили в Берайте: «Если человек ел без соли и пил всяческие напитки и не пил воду, то днем следует опасаться дурного запаха изо рта, а ночью — приступа крупа».

(Там же)

3. Учили наши учителя: «Если человек размачивает еду в воде (Раши: “Пьет много воды после еды, так, что еда плавает на поверхности воды”), то у него не будет желудочных заболеваний. И сколько (следует пить)? — Кружку воды на каждый кусок хлеба».

(Там же)

4. Сказал рав Мари от имени рава Йоханана: «Всякий, кто ест чечевицу раз в тридцать дней, отдалит заболевание крупом от своего дома (Раши: “Потому как эта болезнь вызывается запором, а чечевица обладает слабительным действием”). Но не надо ее есть каждый день из-за дурного запаха изо рта».

(Там же)

5. Сказал рав Мари от имени рава Йоханана: «Тот, кто съедает одно зернышко горчицы раз в тридцать дней, изгоняет болезни из своего дома. Но нельзя есть ее каждый день. Почему? — Потому что это ведет к заболеваниям сердца».

(Там же)

6. Рав Хия бар Аши сказал от имени Рава: «Тот, кто ест мелких рыбок, избежит желудочных заболе-

ваний. Более того, мелкие рыбки способствуют деторождению и очищают весь организм».

(Там же)

7. То, что близко к душе (источнику жизненности), укрепляет душу (источник жизненности). Рав Аха бар Яков: (Имеется в виду) *унка* (Раши: Горло. Оно близко и к сердцу, и к желудку). Рава сказал своему слуге: «Когда ты мне приносишь мясо, постарайся приносить кусок, близкий к месту благословения (Раши: Горло, там где делают *ихита* [предписанный иудаизмом метод забоя животных]; перед тем как перерезать горло, произносят надлежащее благословение)».

(Там же, 44б)

8. Сказал рабби Иди бар Авин от имени рава Ицхака бар Асиана: «Тот, кто хочет выздороветь, должен отрезать кусок мяса размером с маслину с места разреза, сделанного при забое животного, как следует просолить (чтобы избавиться от крови), как следует промыть (чтобы не осталось крови) и съесть».

(Хулин, 33а)

9. Сказал рав Аха: «Тот, кто идет к лекарю, должен сказать: “Да будет воля Твоя, га-Шем, мой Бог, чтобы это дело излечило меня, и Ты излечишь меня, ибо Бог верный Ты, и излечение Твое — истина, ибо не люди лечат, а обычай таков” (Раши: Им следовало бы не лечить, а молиться о милосердии)».

Абайе сказал: «Не следует говорить такого. Ибо в академии рабби Ишмаэля мы учили: “Из сказанного в Писании: ‘Если человек нанесет увечье ближнему

своему... излечением излечит' (Исх., 21:18-19), ארפי ורפואה אית רעו... ...ירפא» следует, что врачи имеют право лечить»».

«Когда человек уходит от лекаря, что он должен произнести? — Благословен Дарующий излечение безвозмездно».

(Берахот, 60а)

Согласно мнению Гаона из Вильны, при входе в лечебницу следует произносить не «...ибо Ты Бог верный..!», а «..Дарующий излечение безвозмездно». А после посещения лекаря следует произносить не «Благословен Дарующий излечение безвозмездно», а в соответствии с мнением Рамбама: «Благословен Излечивающий больных».

(Гагадот га-Гра).

10. Сказал Рава бар Мехасья от имени рава Хама бар Гиора, который приводил слова Рава: «Любая болезнь — лишь бы не желудочная; любая боль — лишь бы не в сердце; любой приступ боли — лишь бы не головной боли; любая беда — лишь бы не дурная жена».

(Шабат, 11а)

11. Учили в Берайте: «Ел и не пил — еда его становится кровью и ведет к заболеванию желудка. Ел и не прошел четыре локтя (Раши: После приема пищи перед сном) — съеденная еда начинает гнить (Раши: Не переваривается нормально) и ведет к дурному запаху изо рта. Если человек ест в то время, когда ему хочется пойти в туалет, то это подобно разжиганию печи, не очищенной от старого пепла, что ведет к дурному запаху (Раши: Плохое дыхание). Принял горячую ванну и ничего горячего не выпил — это по-

добно человеку, который топил печь снаружи и не топил ее внутри дома (Раши: Никакой пользы от этого не будет). Если принял горячую ванну и не искупался потом в холодной воде, то это подобно железу, которое нагрели в огне и не опустили потом в холодную воду (Раши: Речь идет о закаливании железа). Вымылся и не умастил тело маслом — это подобно воде на бочке (Раши: Не попавшей внутрь)».

(Шабат, 41 а)

12. Учили наши учителя: «Тот, кто идет на официальный обед (Раши: Там, где не удобно встать из-за стола, чтобы отправиться в туалет), должен десять раз пройти по четыре локтя (Раши: Ему следует останавливаться после каждого раза и проверять — не следует ли сходить в туалет), а некоторые говорят: четыре раза пройти по десять локтей (Раши: Они полагают, что так правильней, потому как длинная прогулка определяет эту проблему успешней). После этого ему следует пойти в туалет, а потом войти и сесть на свое место (на званом обеде)».

(Шабат, 82а)

13. Рав Йеїуда бар Хавива учил: «*Этрог* (разновидность цитрусовых), редька и яйца, если бы не их кожура, никогда бы не выходили из желудка (Раши: Под “кожурой яйца” здесь подразумевается белок, а слово “кожура” использовано, потому как оно применимо к этрогу и редьке. Эти продукты становятся в желудке твердыми, и организм не в состоянии их вывести)».

(Шабат, 108б)

14. Рабби Янай послал Мару Укбе: «Не пришлет ли нам господин несколько мазей, составленных Маром

Шмуэлем?» В ответ он получил следующее послание: «Я, конечно, пошлю, чтобы не подумали, что я жаден. Но так сказал Шмуэль: “Лучше всяких мазей — капля холодной воды утром (Раши: Закапывать в глаза) и мытье рук и ног в горячей воде вечером (Раши: Это тоже способствует хорошему зрению)».

(Там же)

15. Сказал рабби Хия бар Авин от имени Шмуэля: «Если человек мерзнет после кровопускания, то ради него разжигают печь для обогрева (в субботу) даже в середине лета».

(Раши замечает, что этот закон тем более относится к остальным больным, которые заболели не в результате собственных действий. Тем не менее *Шулхан Арух* (Орах Хаим, 328:18) приводит его только касательно тех, кому было сделано кровопускание.)

Для Шмуэля разрубили (на дрова) дорогое кресло (Раши: Не нашли дров для отопления в день, когда ему было сделано кровопускание, и он приказал пустить на дрова кресло, сделанное из ценной породы древесины). Для рава Иеѓуды пустили на дрова стол кедрового дерева. Для Рава разрубили скамью, и тогда Абайе сказал Рава: «Мой господин нарушил заповедь *баль таишхит* (запрет уничтожать полезные вещи)». На это тот ответил: «Заповедь не уничтожить самое себя — мне важнее!»

Рав Иеѓуда сказал от имени Рава: «(Если у человека нет денег на обувь), то пусть продаст балки своего дома, чтобы купить обувь на ноги (Раши: Нет большего позора, чем ходить босым в общественном месте). Если человеку сделали кровопускание и у не-

го нет денег, то пусть продаст башмаки со своих ног и купит все необходимое для трапезы (Раши: Необходимой после кровопускания). Что необходимо есть после кровопускания? Рав сказал: “Мясо!” Шмуэль сказал: “Вино!” Рав сказал “мясо” (основываясь на принципе) душу за душу, а Шмуэль сказал “вино” (исходя из принципа) красное за красное».

(Там же, 129а)

16. Шмуэль сказал: «Если человек не вытирает лицо после того, как моет его, то это приводит к струпьям на лице (Раши: Кожа лица трескается, и, как я полагаю, это может привести к фурункулезу). Как это вылечить? — Протирать лицо соком свеклы (возможно, имеется в виду шпинат)».

(Там же, 133б-134а)

17. «*И придут облака вслед за дождем*» (Экл., 12:2) — речь идет о зрении, которое пропадает после многого плача.

Шмуэль сказал: «До сорока лет слезы восстанавливаются, а после сорока — нет». Рав Нахман сказал: «До сорока лет *кухла* (средство, которым мазали глаза для улучшения зрения) помогает, а после сорока, даже если ты замажешь глаза полностью (*кухлой*), то хуже не станет, но не поможет».

У рабби Ханины умерла дочь, и он не плакал. «Как будто цыпленка вынесли из дома», — сказала ему жена. «Что? Я должен перенести и смерть дочери, и ослепнуть?» — спросил он. Сказал рабби Йоханан от имени рабби Йоси бен Кацарта: «Есть шесть разновидностей слез. Три полезны, а три вредны. Вызванные дымом, плачем (бедой) и миазмами туа-

лета — вредны. Вызванные лекарствами, смехом или едой (Раши: Например, горчицей) — полезны».

(Там же, 151б-152а)

18. Шмуэль сказал раву Йеїуде: «Мой дорогой, открой рот и кушай! До сорока лет еда полезна, а после сорока полезно питье».

(Там же, 152б)

19. То, что хорошо для одного, плохо для другого (Раши: То, что полезно при одном заболевании, может повредить при другом. Что полезно для сердца, вредит зрению или иным больным органам), и то, что вредно для одного, полезно для иного, кроме свежего имбиря, длинного перца, чистого хлеба, жирного мяса и старого вина — они полезны всему организму.

(Песахим, 42б)

20. Учили: «Того, кого охватило внезапное чувство острого голода (*бульмус*), кормят медом и всяческими сладостями, ибо мед и сладости проясняют взор»... Абайе сказал: «Это когда голод наступил после еды, если же до еды, то они только пробуждают аппетит»... Рав Нахман от имени Шмуэля сказал: «Того, кого охватило внезапное чувство голода, кормят очень жирным куском мяса с медом». Рав Гуна бен Йеїошуа сказал: «Чистая мука с медом тоже подходит для этой цели». Рав Паппа сказал: «Даже ячменная мука с медом хороша для этого». Рабби Йоханан сказал: «Однажды меня охватило острое чувство голода и я побежал к восточной стороне фигового дерева, чтобы исполнить сказанное: *“Мудрость дарует жизнь тому, кто владеет ею”* (החכמה תהיה בעליה), ибо рав Йосеф сказал, что тот, кто желает узнать настоя-

щий вкус фиг, должен рвать их с восточной стороны дерева (ибо это солнечная сторона и там растут самые сладкие фиги)».

(Йома, 83б)

21. Мед и всяческие сладости полезны для ран.

(Бава Кама, 85а)

22. Рав Хана Багдата сказал: «Финики насыщают и согревают, они обладают слабительным действием, даруют силы и не изнеживают» (Раши: Не являются нагрузкой на сердце). Сказал Рав: «Тот, кто ест финики, пусть не преподаёт еврейский закон» (Раши: Потому как их действие на разум сходно с воздействием алкоголя).

Возразили ему (опираясь на мнение мудрецов прежних поколений): «Финики утром и вечером — прекрасны, во второй половине дня — вредны, а в полдень нет ничего подобного им, они помогают избежать трех бед: тяжелых мыслей, желудочных заболеваний и геморроя».

(Раши объясняет: Общее правило таково: финики после еды — полезны, а до еды вредны. Утром человек завтракает, и потому финики утром являются десертом и полезны. Вечером человек ужинает, и они полезны по тем же причинам. После полудня они вредны, так как их едят после дневного сна до еды. В полдень финики едят после обеда, и это даже лучше, чем финики вечером, потому как днем человек идет в поле и в любой момент может справиться там нужду, тогда как ночью человек остается дома, и это причиняет ему соответствующее неудобство. «Тяжелые мысли» — заботы, потому как финики радуют сердце, и полдень — время света и радости.)

(Гемара продолжает обсуждение): «Разве полагает Рав, что финики вредны? — Нет, он просто считает, что есть время, когда их есть не стоит, и в этом смысле финики можно сравнить с вином»...

Абайе сказал: «Сказала мне (приемная) мать: “Финики перед едой вредны, как пила дереву, а после еды полезны и дают силы, как засов укрепляет дверь”».

(Ктубот, 10б)

23. Учили: «Тот, кто набивает живот каким-либо яством (Раши: Оно ему нравится и приятно нёбу его, и ест он его столько, сколько в состоянии съесть), заболит болезнью под названием “*ахилу*”». Сказал рав Паппа: «Даже финиками». «Но это очевидно? — спрашивает Талмуд. — Нет. Ведь Господин сказал: “Финики насыщают и согревают, они обладают слабительным действием, даруют силы и не изнеживают”. Ты бы после всего этого подумал, что сказанное (о болезни *ахилу*) не относится к финикам. Рав Паппа говорит тебе, что финики также вызывают эту болезнь».

Что такое *ахилу*? Рабби Эльзар сказал: «Это жар в костях»... Как это можно излечить? Абайе сказал: «Сказала мне (приемная) мать: “Все напитки — три, семь и двенадцать (Раши: Все напитки, которые пьют с медицинскими целями, имеют установленный срок приема — три дня, семь или двенадцать), но в этом случае (при болезни *ахилу*) их следует пить, пока не выздоровеет. Все остальные (следует принимать) на пустой желудок, но в этом случае после еды и питья. После этого следует отправиться в туалет, потом вымыть руки, взять полную горсть шишиты (блюда, сделанного из муки, чечевицы и соли) и горсть хорошо выдержанного вина, смешать их и съесть. После этого он должен завернуться в простыню (Ра-

ши: Для тепла, чтобы пропотеть) и поспать. Его нельзя будить, пока он сам не проснется (Раши: потому что ему полезно пропотеть). После того как он проснется, простынь следует снять с него. Если этого не сделать (не снять простынь), болезнь повторится вновь».

(Гитин, 70а)

24. Рабби Ханина сказал: «Почему нет больных *раатаном* в Вавилоне? (Раши: *Раатан* — болезнь, вызываемая паразитами и поражающая мозг.) Потому что они едят *терадин* (или репа, или шпинат) и пьют пиво, настоящее на лишайнике». Сказал рабби Йоханан: «Почему нет лепрозоа в Вавилоне? — Потому что они едят терадин, пьют пиво и купаются в водах Евфрата».

(Ктубот, 77б)

25. Объявил рабби Йоханан: «Берегитесь мух, окружающих больных *раатаном*». (Раши: Мухи, которые кусали больных *раатаном*, являются переносчиками болезни.) Рабби Зейра никогда не сидел с подветренной стороны от больных (Раши: С той стороны, в которую дует ветер, овевавший больных.) Рабби Эльзар никогда не находился с ними под одной крышей. Рабби Ами и рав Аши никогда не ели яйца, принесенные с улицы, где жил больной. Рабби Иеѓошуа бен Леви окружал себя ими (больными) и учил Тору (Раши: Когда он учил Тору, он сидел среди них и был уверен, что Тора защитит его от заболевания).

(Там же)

26. Шмуэль сказал: «Спутанные волосы (Раши: Когда их причесывают нерегулярно) ведут к слепоте.

(Раши: Грязь, попадающая с волос в глаза, приводит к слепоте). Грязная одежда ведет к душевным заболеваниям (Раши: Если человек не стирает одежду регулярно и носит грязную одежду, то это приводит к душевным заболеваниям). Грязное тело приводит к нарывам на коже».

(Недарим, 81а)

27. Элиягу сказал рабби Натану: «Съешь на треть и выпей на треть, а треть оставь (Раши: Наполни живот на треть едой, на треть питьем, а треть оставь пустой). Тогда если ты разозлишься, то станешь полным (Раши: Гнев наполнит оставшуюся незаполненной треть желудка, но если ты набьешь желудок едой и питьем полностью, то ты просто лопнешь от гнева)».

Рабби Хия говорит: «Если хочешь избежать желудочных заболеваний, приучись окунать свой хлеб (Раши: Окунать в уксус или вино) зимой и летом. Если ты получаешь удовольствие от еды, убери от нее руки. И никогда не терпи, когда тебе хочется в туалет».

(Гитин, 70а)

28. Сказал рабби Йоханан: «Лучше пить воду с наведенной на нее порчей, чем пить теплую воду. Сказанное относится к питью из металлической посуды, но из глиняной — можно. И про металлическую посуду сказано — только если вода не кипяченая, если же ее вскипятили, то ничего страшного. И даже если вода не кипяченая, то сказанное относится только к тому случаю, когда в нее не добавили *цивья* (Раши: Всяческие травы, корешки и пряности, которые добавляют в воду). Если же добавили *цивья* — то ничего страшного».

(Бава Меция, 29б)

29. Тот, кому пустили кровь, не должен есть ни молока, ни сыра, ни лука. Что делать тому, кто съел (что-то из этого списка)? Абайе сказал: «Он должен взять *ревшит* (около полстакана) уксуса и *ревшит* вина, смешать их и выпить».

(Авода Зара, 29а)

30. Учили наши мудрецы: Шесть вещей излечивают больного и даруют ему истинное излечение. И вот они: капуста *терадин* (свекла или, может быть, шпинат), настойка сушеного *сисин* (Раши: На старофранцузском языке это растение называется «фолиол»), желудок, матка и малая доля печени (или покрывающая ее пленка) животных. Некоторые полагают, что также мелкая рыба. И более того, мелкая рыба питает и наполняет все тело человека.

Десять вещей возвращают болезнь и делают ее еще тяжелее. И вот они: говядина, жир, запеченное мясо, птица, печеные яйца, кресс, бритые баня, сыр и печенка. Некоторые полагают, что и орехи, а некоторые считают, что кабачки (на иврите: קישוים, *кишуим*). В академии рабби Ишмаэля говорили: «Почему они называются *кишуим*? — Потому что тяжелы (קשים, *кашим*) они для всего организма, как меч острый».

(Там же)

Бах отмечает, что в Брахот (57б) в список вредных продуктов добавлены лук, печенка и молоко. Гемара там добавляет, что вредны только большие кабачки, но не маленькие.

31. Рабби Ишмаэль сказал: «Те камни, на которых мы сидели в юности, воюют с нами, когда мы становимся стары (они застудили нас в юности, и потому

мы слабы в старости)». Рав Иона повелел ученикам не сидеть на холодных каменных скамьях в академии Бар-Улы. Рав запрещал своим ученикам сидеть на каменных скамьях в доме Учения Аси, потому как каменные скамейки холодные. Рабби Аваїу отправился в купальни горячих источников Тверии и принес туда две доски, чтобы не застудиться на холодном каменном полу. Он клал одну доску на пол, потом клал вторую, поднимал первую и клал ее вслед за второй и так далее. Когда его спросили: «Зачем все это?» Он ответил: «Я храню свои силы к старости».

(Иерусалимский Талмуд, Бейца 1:7)

32. Учили в Берайте: Десять вещей ведут к геморрою: листья камыша, виноградные листья, усики винограда, мясо *моригим* (Раши: Всякое негладкое мясо животных, например, кожа на языке и т. п.), если его не посолить, рыбы хребты, не выдержанная до конца соленая рыба, осадок вина, использование извести или глины для подтирания (после туалета), использование камня, которым пользовался другой (для той же цели. В те времена камнями пользовались вместо туалетной бумаги).

(Шабат, 81а)

33. Сказал рав Иеїуда: «Тому, кто долго делает следующие три дела, продлевают дни и годы жизни: долго молится, долго ест (Раши: При этом бедные могут прийти и кормиться от его стола) и долго сидит в туалете (Раши: Это полезно для здоровья)».

(Брахот, 54б)

34. Соблюдай три вещи: не сиди много, ибо это приводит к геморрою; не стой много, ибо это вредно для сердца; не ходи много, ибо это вредит зрению.

Но треть времени проводи сидя, треть — стоя, а треть — в дороге.

Лучше стоять, чем сидеть без опоры (Раши: Например, у стульев есть спинка-опора, а у скамеек — нет). Но ведь уже было сказано, что стоять вредно для сердца? Но на самом деле правильно сказать так: Лучше стоять опершись, чем сидеть, не опираясь ни на что.

(Ктубот, 111а-б)

СОДЕРЖАНИЕ

ОТ РЕДАКЦИИ	5
ТОРА И НАУКА	7
ПРЕДИСЛОВИЕ	9
ОБ ЭТОЙ КНИГЕ	11
О НЕКОТОРЫХ ОСОБЕННОСТЯХ СВЯТОГО ЯЗЫКА	14
ВВЕДЕНИЕ В УЧЕНИЕ О ГЕМАТРИЯХ	16
КРАТКИЕ СВЕДЕНИЯ О СФИРОТ	23
Глава 1. Человек как парадокс	25
Глава 2. Свет	29
Глава 3. Болезнь	34
Глава 4. Борьба с болезнью	37
Глава 5. Великолепие и баланс	45
Глава 6. Понимание и здоровье	55
Глава 7. Мозг и здоровье	57
Глава 8. Мышление — источник жизненных сил	62
Глава 9. Лечебные свойства мира	67
Глава 10. Праотец Яаков — символ здоровья	72
Глава 11. Шабат и Яаков	84
Глава 12. Возвращение утерянных искр	92
Глава 13. Тора и источник здоровья	96

Глава 14. Венец	105
Глава 15. 620 источников света	109
Глава 16. Душа и еврейский алфавит	114
Глава 17. Свет уст	119
Глава 18. Четыре тетрады: Тора, имена Бога, душа человека, тело человека	121
Глава 19. Авраам и излечение	129
Глава 20. Ореол, лимб и тень	131
Глава 21. Воздействие духа на тело	135
Глава 22. Ухо — врата тела	139
Глава 23. Сердце-врачеватель	144
Глава 24. Вера, основа хорошего характера	147
Глава 25. Тора — единственное эффективное лекарство	151
Глава 26. Связь между душой и телом	153
Глава 27. Страх и печаль — враги здоровья	160
Глава 28. Прочные зубы	164
Глава 29. Война противоположностей	166
ПРЕДАНИЯ О ЗДОРОВЬЕ	173

Handwritten Hebrew text at the top of the page, partially obscured by a green bar.

Исход еврейской традиции к здоровью и медицине можно понять, исходя из того факта, что в прежние времена, когда еврей заболел, он не нуждался в услугах докторов. Вместо этого он анализировал свои поступки и искал, каким образом он нарушил волю Всевышнего, ибо преступление является причиной заболевания. Обнаружив причину, человек знал, как исправить свое поведение и тем самым как излечиться.

Handwritten Hebrew text in the middle section of the page.

קו

ביתחמש



Handwritten Hebrew text in a column, likely a medical or religious treatise, with some lines appearing to be part of a list or a specific instruction.

