

АЛЕФ АЛЕФ



Zeitung der Jüdischen Gemeinde der Stadt Potsdam

Апрель 2025

Нисан\Ияр 5785

Укрепи руки за-
щитников святой
страны нашей и дай
им, Господь наш,
спасение, и увенчай их
ореолом победы. И
утверди мир в
стране, и дай вечною
радость жителям ее.

Молитва за благополучие
государства Израиль

Дорогие друзья, дорогие гости,
дорогие члены сообщества!

Приглашаем вас на праздник

ПЕСАХ!

Еврейская община Потсдама и
раввин Ариэль Курзон проводят
первый седер

в субботу, 12 апреля 2025.

Начало молитвы в 20:45

в синагоге на втором этаже,
праздничный седер в 21:00

в актовом зале на первом
этаже Синагогального центра
Потсдама, (Schloßstr. 8)

Мы будем рады вместе прове-
сти этот торжественный вечер,
посвященный избавлению нашего
народа от египетского рабства,
насладиться традиционными пас-
хальными блюдами и вместе про-
честь пасхальную Аггаду.

Билеты можно приобрести только
заранее и после предваритель-
ной регистрации на WhatsApp
по тел. 0152/337 329 81 или по эл.
почте kontakt@jg-potsdam.de

Стоимость билета 20 €

15 ~ 22 нисана

15 ~ 22 Nisan

ПЕСАХ

PESSACH

13 ~ 20 апреля

13 ~ 20 April



S. 3-6

12 April 2025 um 20:45

Sehr geehrte

Damen und Herren!

Wir laden sie herzlich

zum **PESSACHFEST** ein!

Der erste Seder findet im
Synagogenzentrum Potsdam
statt!

Nähere Informationen - S.4



АПРЕЛЬСКИЕ ГЛАВЫ ТОРЫ



Наша религия

ГЛАВА «ВАИКРА» 5 АПРЕЛЯ 2025 7 НИСАНА 5785

Б-г призывает Моше из Шатра Собрания и сообщает ему законы *корбанот* - животных и хлебных жертв, приносимых в Святилище. Что включало следующее:

«Жертва вознесения» (*ола*), целиком возносимая Б-гу, полностью сжигаемая на жертвеннике; Пять видов «хлебных даров» (*минха*), приготовляемых из тонкой муки, оливкового масла и ладана; «Мирные жертвы» (*шаламим*), чье мясо съедалось людьми, приносившими их, после того, как определенные части жертв воскурялись на жертвеннике, а некоторые отдавались священникам; Различные виды «грехоочистительных жертв» (*хатат*), приносимых во искупление грехов, совершенных по ошибке Первосвященником, всю общиной, царем или обычным человеком;

«Повинные жертвы» (*ашам*), приносимые теми, кто присвоил посвященное имущество, кто сомневается, не нарушил ли один из запретов Всевышнего, или кто «изменил Всевышнему», обманув ближнего, поклявшись ложной клятвой.



ГЛАВА «ШМИНИ» 26 АПРЕЛЯ 2025 28 НИСАНА 5785

На восьмой день после «семи дней посвящения» Аарон и его сыновья начинают службу в качестве священников - коаним. Снизшедший от Б-га огонь поглотил приношение, возложенное на жертвенник, и Б-жественное Присутствие наполнило Святилище. Два старших сына Аарона, Надав и Авиу, приносят на алтарь «чуждый огонь перед Б-гом, который Он приносить не велел», и гибнут. Потрясенный трагедией, Аарон безмолвствует.

Всевышний дает законы кошерной пищи, определяя виды животных, разрешенные и запрещенные для употребления в пищу. Из наземных разрешенными являются только жвачные животные с раздвоенными копытами. Для рыб обязательным является наличие чешуи и плавников. Перечисляются виды некошерных птиц и виды кошерных насекомых. В завершение главы даются некоторые законы ритуальной чистоты.

В

канун наступающего **Песаха** – торжества нашего Освобождения – традиционно и с любовью желаем Вам и Вашим семьям кошерного и радостного праздника!

ПРОГРАММА ПРОВЕДЕНИЯ ПРАЗДНИКА ПЕСАХ 2025

11 АПРЕЛЯ

ШАББАТ - 18:30

12 АПРЕЛЯ

ШАББАТ-АГАДОЛЬ - 08:30

ПРАЗДНИЧНАЯ МОЛИТВА - 20:45

ЗАЖИГАНИЕ СВЕЧЕЙ.

1-Й СЕДЕР.

13 АПРЕЛЯ

ПРАЗДНИК ПЕСАХ

УТРЕННЯЯ МОЛИТВА - 9:00

14 апреля в общине нерабочий день

Подарок к Песаху

По давно установившейся традиции правление еврейской общины Потсдама подготовило для своих членов праздничные наборы, в которые входят пакет мацы, солёные израильские огурчики и бутылка кошерного вина.

Желающие могут приобрести дополнительно содержимое набора в общине.





Einladung zum Pessach-Seder

Liebe Mitglieder und Freunde der Jüdischen Gemeinde Stadt Potsdam e. V., wir laden Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns das Pessachfest zu feiern und den traditionellen Sederabend zu begehen.

Datum: Samstag, 12. April 2025,

Uhrzeit: Gebetsbeginn 20:45 Uhr, **Ort:** Synagoge (1. Stock)
Pessach-Seder 21:00 Uhr, **Ort:** Synagogensaal (Erdgeschoss) des
Synagogenzentrums Potsdam

Adresse: Schloßstr. 8, 14467 Potsdam



Die Jüdische Gemeinde sowie Rabbiner Ariel Kirzon freuen sich darauf, mit Ihnen diesen besonderen Abend zu erleben, an dem wir die Befreiung unseres Volkes aus Ägypten erinnern und die traditionellen Speisen genießen sowie die Haggada gemeinsam lesen.

Die Eintrittskarten in Höhe von 20 € können ausschließlich im Vorverkauf erworben werden. Bitte teilen Sie uns Ihre Teilnahme per Mail: kontakt@jg-potsdam.de oder WhatsApp: 0152/337 329 81 bis zum 5. April 2025 mit, damit wir entsprechend planen können.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und wünschen Ihnen ein koscheres und fröhliches Pessach!



Наши праздники



со стр. 1

Исход и освобождение от рабства

Песех - один из самых значимых праздников иудейского календаря. Этот восьмидневный праздник весны и свободы отмечается ежегодно в память об исходе евреев из Египта.

Праздник всегда начинается в канун 15-го дня Нисана по еврейскому лунному календарю с заходом солнца. Празднование Песаха связано с определенными традициями и направлено на почитание памяти тех евреев, которые отважились на решительный поступок и освободились от египетского рабства, после чего были вынуждены 40 лет скитаться по пустыне в поисках Земли обетованной. Исход и освобождение от рабства - основные ключевые слова этого праздника. Именно с этого дня берет свое начало понятие «еврейский народ».

На протяжении всех дней Песаха Тора запрещает в каком бы то ни было виде употреблять в пищу квасное. Это - дань памяти евреям, которые не успели запастись едой, когда покидали Египет. Также в эти дни избегают употреблять продукты из пшеницы, ржи и овса, бобовых, а также перловку, кукурузу, горох, просо и горчицу, так как эти продукты могут забродить. Солодовые ликеры, пиво и другие алко-

гольные напитки на основе дрожжей запрещены. Единственный хлеб, разрешенный в Песах - маца - пресные хлебцы из пшеничной муки, которыми поработанные евреи питались во время исхода из Египта. Иногда мацу растирают в порошок - получается подобие муки, которую используют для выпечки или изготовления клецек для супов. От всех квасных продуктов исключаются до наступления Песаха, также заранее убирают в доме, особенно на кухне, удаляя из жилища малейшие зерна квасного. Законы пасхального кашрута требуют, чтобы никакие частицы квасного не попали в пищу во время праздника. Для этого посуда, чтобы быть пригодной для использования, должна быть кошерной - новой или специальной пасхальной, никогда не использованной в течение года, либо обработанной в соответствии с правилами кашрута.

В центре празднования - пасхальный седер (застолье). В эту ночь вся семья с гостями собирается вокруг стола, чтобы читать книгу, повествующую об исходе из Египта и последовавших за этим событиях. На стол ставят лучшую посуду и серебро, свечи, кошерное вино и три больших листа мацы. На столе обязательно должны присутствовать: зроа - запеченная косточка

ягненка, символизирующая пасхальное жертвоприношение, бейца - печеное яйцо, символизирующее скорбь по разрушенному храму в Иерусалиме, марор - горькие травы (обычно используют свежий хрен или листья салата), которые означают оставшуюся горечь после страданий, испытанных в рабстве, харосет - смесь нарезанных яблок, орехов, корицы и вина, - как бы представляющая глину, которой пользовались евреи для строительства египетских монументов, карпас - петрушка, сельдерей

или зеленый салат, символизирующий скудное питание в Египте. Его окунают в соленую воду, как напоминание о пролитых слезах.

Во время седера иудеи проходят пять обязательных этапов. Первый - съесть мацу, второй - выпить четыре чаши вина, третий - съесть марор (обычно между двумя кусочками мацы), четвертый - чтение Агады, а пятый - чтение хвалебных псалмов. В Пасхальную Трапезу Часто входит куриный суп с клецками из мацы, фаршированная рыба и запеченное мясо.

 Наши праздники

И был Пурим !

Маскарад и парад костюмов - так можно охарактеризовать прошедший в нашем Синагогальном центре праздник. И ещё добавить - красочный, музыкальный, эффектный.



чтение Свитка Эстер в синагоге

Праздник состоял из трёх частей: чтения Свитка Эстер, показа спектакля Пуримшпиль и традиционного угощения. Но это не считая эстрадно-танцевальной части, проходившей в формате импровизации. Главным украшением был дружный стол молодёжного центра Лифроах. Радостный смех и настроение их участников отражались на всех гостях - в костюмах и без.

Первая и вторая части проходили в помещении молельного зала. Раввин Ариэль Кирзон произносил текст Пасхальной Агады с возрастающим воодушевлением. Это чувство вскоре передалось всем присутствующим, особенно детям, которые оглушительно гремели трещотками при каждом упоминании ненавистного имени «Аман», а также возмущённо кричали и топали ногами. Молодёжь и взрослые ста-



рались не отставать. Прекрасная акустика молельного зала позволяла слиться всем этим звукам в один могучий поток осуждения врагов иудеев, угрожавших нам как в прошедшие времена, так и в современном мире. Рассказ на древнем иврите завершился, и началась вторая часть праздника — лицедейство.

Как известно, актёрская игра по сюжету спасения евреев в Персии в 4-м веке до нашей эры от злодейского истребления называется Пуримшпиль. И всякий раз она происходит по-новому — и в плане вариаций самого сюжета, и в плане режиссёрских приёмов. В Пуримшпилье отсутствуют: канонический текст, музыка и даже сценарий как таковой. История каждый раз заново переосмысливается, иначе расставляются акценты. На этот раз артисты из приглашённой берлинской театральной группы «Кабаре Лори» под руководством Елены Ключарёвой предстали перед зрителями в гротескных масках. А облачение актёров и песни, слова которых дополняли реплики действующих лиц, были самые что ни на есть современные. К примеру, царь Ахашверош играл в шахматы с Аманом, у которого поверх арабской накидки торчали бутафорские уши. Мордехай появлялся с веником, как у дворника. Царица Вашти появилась в кимоно и в бикини, а «невесты» царя танцевали кто в испанском платье, кто в костюме леди, а кто в украинской вышиванке. Эти оригинальные находки подчёркивали остроту сюжета и то обстоятельство, что он, увы, очень актуален и по сей день. Пуримшпиль доставил громадное удовольствие всем собравшимся (и, безусловно, самим исполнителям) и предварил заключительную часть, проходившую в нижнем зале.

Здесь уже были приготовлены столы с кошерной едой и вином, для того, чтобы вкусно, сытно и весело отметить весенний праздник. Зал был оформлен воздушными

ми шариками белого и голубого цветов (цветов израильского флага) и красочным плакатом с надписью «Пурим самеах». Когда гости расселись по своим местам, им пришлось с удивлением осматривать друг друга — в маскарадных костюмах трудно было узнать даже хорошо знакомых соседей по столу. В этот раз многие подошли к выбору костюмов весьма ответственно! Если даже сам раввин Ариэль представился юным пионером, то морской пехотинец, корсар и цыганка уже не так поражали воображение. Кролик из «Алисы в стране чудес», фея и «дамы с вуалью» могли распознать своих визави разве что по голосу. Тем не менее, всё это карнавальное многообразие образовало собственный спектакль и объединилось в сверкающий вихрь с первыми тактами закружившегося танца.

В иудаизме бытует мнение, что праздник Пурим едва ли не важнее, чем Йом Кипур, что он помогает узнать что-то сокровенное о самом себе и о своих детях. Достаточно посмотреть, какие костюмы и образы выбирают они, кем хотят выглядеть в глазах окружающих. На Пурим можно позволить себе расслабиться, выглядеть шутом, скоморохом, или наоборот, шейхом или диктатором.. Главное, не стесняться казаться нелепым или ужасным, не бояться показать свои слабости или уверовать в свою исключительность.

Вывод напрашивается сам собой - мы все стали на один вечер немного артистами, и это помогло лучше, вернее узнать и принять друг друга..

Хочется выразить огромную благодарность руководству общины, ответственной за культурную работу Марине Зайкиной, музыкантам и артистам, работникам кухни и всем, кто сделал этот праздник возможным, прекрасно организованным, незабываемым. До встречи на Пасхальном Седере!

Инесса Розенфельд



Спроси раввина

Раздел ведет раввин Ариэль Кирзон



Шалом Ребе! Я слышал много раз об учении «Каббала» и хотелось бы подробнее узнать что это такое? Я слышал что певица Мадонна изучает Каббалу и значит ли это что такая возможность дана каждому?

Спасибо. Николай Давидович

Каббала — это мистическое и философское течение в иудаизме, которое исследует тайные законы мироздания, природе Бога, душу человека и его связь с Высшим. Слово «Каббала» на иврите означает «получение» или «предание», что отражает идею передачи тайного знания от учителя к ученику.

Основные идеи Каббалы

- Структура мироздания — каббала объясняет, как Бог создал мир через десять Сефирот (божественных эманаций), которые образуют Древо Жизни.

- Тайный смысл Торы — каббалисты считают, что Тора содержит скрытые коды и эзотерические знания, которые можно раскрыть с помощью методов, таких как гематрия (числовое толкование слов).

- Духовное развитие — человек должен работать над своим внутренним миром, чтобы приблизиться к Богу и гармонии с Вселенной.

- Цель жизни — каббала учит, что человек должен исправлять свою душу и мир вокруг себя, чтобы приблизиться к состоянию духовного совершенства.

Как изучать Каббалу? Каббалу можно изучать разными путями, в зависимости от цели и уровня подготовки:

1. Традиционный путь (в рамках иудаизма)

- В классическом иудаизме изучение Каббалы доступно только евреям, имеющим глубокие знания Торы и Талмуда, и традиционно начинается после 40 лет.

- Главные тексты:

- Зоар («Книга Сияния») — основной

каббалистический труд, приписываемый рабби Шимону бар Йохаю.

- Сефер Йецира («Книга Создания») — объясняет принципы сотворения мира.

- Эц Хаим («Древо Жизни») — система учения Ариэля (XVI век).

1. Каббалу изучают в ешивах (религиозных школах), а также в специальных кружках каббалистов.

2. Современный популярный подход (открытый для всех)

В XX веке Каббала вышла за пределы иудаизма благодаря таким организациям, как Центр Каббалы (основан Филиппом Бергом). Такой подход не требует знания иудаизма и подходит для широкой аудитории. Известные последователи: Мадонна, Бритни Спирс, Деми Мур. Внимание! Некоторые традиционные каббалисты критикуют этот подход как упрощённый и коммерческий.

3. Академический подход

- Некоторые исследователи изучают Каббалу как историко-философское явление, а не как духовную практику.

4. Самостоятельное изучение

Если вас интересует изучение Каббалы без привязки к традиционным или популярным школам, можно читать классические и современные книги; смотреть онлайн-курсы (например, Vnei Baruch, который учит по системе Бааль Сулама); изучать символику и философию Каббалы самостоятельно.

Стоит ли изучать Каббалу? Каббала предлагает глубокие идеи о жизни, духовности и природе Вселенной. Однако важно

понимать, с какой целью вы хотите её изучать — для духовного роста, философского осмысления или академического инте-

реса. И изучение Каббалы, далеко не каждому дано. Не каждый может познать её тайны.

Памятные даты

День катастрофы и героизма 27 Нисана (24.04.2025)

Каждый год 27 числа еврейского месяца нисана народ Израиля отмечает Йом ха-Шоа, День Катастрофы и героизма европейского еврейства в память о шести миллионах евреев, погибших в ходе Второй мировой войны. Этот день был выбран не

случайно. Он приурочен к восстанию в Варшавском гетто в дни Песаха 1943 года. Восстание продолжалось около четырех недель и было жестоко подавлено нацистами. Но несмотря на многочисленные жертвы, оно стало символом героизма еврейского народа в борьбе за освобождение. В День Катастрофы и героизма в Израиле звучит двухминутная траурная сирена.

Останавливается движение транспорта, вся страна замирает в знак скорби по шести миллионам жертв нацизма. В государственных учреждениях, школах и высших учебных заведениях проводятся памятные мероприятия. Главная церемония проходит в Мемориальном комплексе «Яд Вашем» и транслируется в прямом эфире по государственному телевизионному каналу. Вечером накануне Дня Катастрофы и героизма телеканалы транслируют фильмы, посвященные Холокосту.

Йом ха - Зикарон - День памяти павших в войнах Израиля

Он отмечается 4 числа месяца ияра

по еврейскому календарю (в этом году - 30 апреля), за день до празднования Дня независимости Израиля. В этот день вся страна чтит светлую память воинов, погибших в арабо-израильских войнах и отдавших свои жизни за независимость Израиля, а также жертв террора. Дата была выбрана неслучайно, именно в этот день 4 ияра



5708 по еврейскому календарю (13 мая 1948 года) защитники провинции Гуш-Эцион, расположенной вблизи Иерусалима, погибли, так и не узнав о том, что через десять часов будет объявлено о провозглашении государства Израиль. Ежегодно ведется подсчет евреев, погибших в арабо-израильских войнах, среди которых военнослужащие Армии Обороны Израиля, сотрудники полиции, службы безопасности, внешней разведки, активисты еврейских подпольных организаций и др. Отсчет ведется с 1860 года, именно этот год считается датой начала борьбы евреев за страну Израиль. В Израиле практически нет безымянных воинов и израильтянам не ведомо, что такое принести цветы на могилу

неизвестного солдата. Здесь трепетно относятся к памяти каждого погибшего, здесь помнят всех. Все чаще этот день называют Днем памяти павших в войнах Израиля и жертв террора. Накануне в восемь часов вечера по всей стране звучит минутный тревожный сигнал и каждый житель, услышав его, склоняет голову в знак великой скорби и уважения к памяти павших. Официальные церемонии поминовения проводятся у Стены плача (Западная стена) и на Мемориальном военном кладбище, на горе Герцля в Иерусалиме, при участии представителей власти, армии и семей погибших. В этот день флаги в Израиле приспущены. На местах сражений и на военных кладбищах организуются поминальные церемонии и траурные шествия. Над могилами своих погибших боевых товарищей представители всех родов войск Армии Обороны Израиля произносят клятву, обязуясь продолжить их благородное дело защиты своего Отечества. На следующий день в 11:00 снова звучит сигнал сирены, и опять на две минуты все движение в Израиле останавливается, и опять на две минуты замирает вся страна. Проведение траурного дня Йом ха-Зикарон накануне Дня Независимости Израиля лишний раз дает понять каждому жителю, какую цену пришлось заплатить всему еврейскому народу за эту самую Независимость.

Мы отмечаем этот праздник в 77-й раз!

14 мая 1948 года, 5 Ияра 5708 года по еврейскому календарю, в Тель-Авиве Давид Бен-Гурион прочел Декларацию Независимости, провозгласившую создание еврейского государства Израиль. С тех пор **5 ияра (в этом году 1 мая)** традиционно

считается национальным праздником Израиля.

День Независимости - главный государственный праздник страны. Это дата рождения государства и единственный праздник вне религии, получивший название Йом а-Ацмаут. Фиксированной даты праздника не существует. Он приходится на ближайшие к 5-му ияра день в середине недели (вторник, среда, четверг) и не должен попадать в Шаббат и предшествую-



щую ему пятницу. По григорианскому календарю его празднование приходится на промежуток с апреля по май и каждый год уточняется. День Независимости Израиля в 2025 году отмечают 1-го мая. В праздничный день страна превращается в один мега пикник, группируя в компании из родственников, друзей или коллег. В каждом дворе, на лужайках и набережных, да и в любом свободном месте, где можно поставить мангал, готовятся овощи и барбекю. А в вечернее время улицы городов трансформируются в танцевальные площадки.

Рубрику ведет Валерия Барская



**Страницы
нашей истории**

Это было в апреле

80 лет назад, 11 апреля 1945 г.

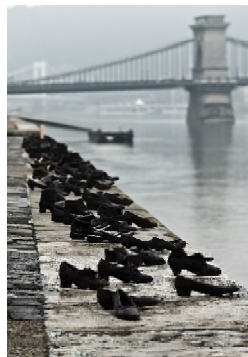
Освобождение концлагеря “Бухенвальд”. Международный день освобождения узников нацистских лагерей. Он отмечается именно 11 апреля - в день освобождения Бухенвальда.

Концентрационный лагерь «Бухенвальд» был создан нацистами в 1937 году. В годы Второй мировой войны насчитывал 136 филиалов, его узниками стали представители более 50 наций мира, а общее число заключенных составило около 250 тыс. человек, из которых 56 тыс. человек погибло. Концентрационный лагерь «Миттельбау-Дора» был создан в 1943 году как отделение концлагеря Бухенвальд. Его узники принудительно использовались в качестве бесплатной рабочей силы на государственном предприятии по производству оружия, в т.ч. ракет «Фау-1» и «Фау-2». В 1944 году был превращен нацистами в самостоятельный лагерь с 40 «филиалами», где содержалось в общей сложности до 60 тыс. человек, из которых около 20 тыс. человек погибло. В наши дни Бухенвальд - один из самых посещаемых мемориальных комплексов в Германии. Бухенвальд был одним из первых концентрационных лагерей, тем более - столь крупных, который американцы взяли под свой контроль в конце войны. То, что они там увидели, они снимали на камеру, а эти кадры увидел весь мир, что обеспечило Бухенвальду мировую известность. Поэтому дата выбрана совсем не случайно.



20 лет назад

16 апреля 2005 года в Будапеште открыт мемориал, посвященный венгерским евреям, погибшим в Холокосте. “Туфли на набережной Дуная”, скульптура Дьюло Пауэра. Это один из самых пронзительных памятников жертвам Холокоста. Гениальный в своей простоте и потрясающий по воздействию. Мемориал находится на месте массовых расстрелов, которые происходили на берегу реки в конце Второй Мировой Войны. Члены венгерской нацистской партии привозили евреев к дунайской набережной на грузовиках, приказывали снять обувь и расстреливали. Таким образом нацисты уничтожили более 20 тысяч жителей гетто в Будапеште. В 2005 году режиссёр Кен Тогай и скульптор Дьюла Пауэр создали чугунную скульптурную композицию, состоящую из 60 пар мужской, женской и детской обуви, которая располагается на берегу реки на месте гибели евреев. Все пары обуви — аутентичные копии моделей 1940-х годов.



410 лет назад

23 апреля 1615 года Людовик 13 издал указ об изгнании евреев из Франции под страхом смерти. Евреям было запрещено жить не только во Франции, но и в ее колониях, а с 1622 года и в Швейцарии.

Ам Израэль хай!

Ведущая рубрики Фирюза Талыбова

Верните заложников! Израиль преврал поставку электричества в сектор Газа. Других поставщиков Газа не имеет. Там перестала действовать единственная опреснительная установка.

Если в кране нет воды. Иран обвинил Израиль, что он ворует у Ирана дождевые облака и снег.

Антисемитам регистрация запрещена. Израиль постановил, что 170 международных неправительственных гуманитарных организаций, зарегистрированных в стране и работающих с палестинским населением, должны пройти перерегистрацию. Она состоится только в том случае, если организация или её представители не занимаются деятельностью по делегитимации государства Израиль; не призывают к бойкоту страны; не отрицают права Израиля на существование. Регистрация не разрешена, если организации в целом или его представители отрицают Холокост или резню 7 октября, устроенную ХАМАСом в 2023г.; выступают письменно или устно в поддержку преследования солдат ЦАХАЛа за рубежом.

50 американских раввинов обратились к президенту Трампу с просьбой расширить список стран, которые могут подписать Авраамические соглашения и включить туда дружественную евреям страну Азербайджан.

Просят о помощи сынов Давидовых.

* Представительная делегация старейшин сирийской общины друзов прибыла в Израиль с просьбой взять их под защиту Израиля. Делегацию приняли с почетом.

* Лидеры алавитов Сирии обратились к премьер-министру Израиля со срочной просьбой: «Спасите нас от жестокого режима. Мы встретим вас песнями и цветами. ...мы будем вашими самыми лучши-

ми и верными друзьями. Сыны Давидовы! Ваше происхождение – золото!». На фоне сообщений о массовых нападениях на меньшинства министр иностранных дел Гидеон Саар призывает Европу осудить исламистских правителей в Сирии. * В Палестинскую автономию заманили 10 индийских рабочих, держали их месяц в плену, отобрав паспорта, по которым палестинские террористы пытались пересечь границу с Израилем. ЦАХАЛ провел операцию в ПА и освободил индусов.

Богачи-беженцы. Среди 6 млн. «несчастных палестинских беженцев» в мире, имеющих этот статус официально, есть 4 миллиардера, 2300 миллионеров, из которых 400 физически проживают в Газе. Еще 300 миллионеров живут в Иудее-Самарии.

Израиль придерживается традиций. * В Газе, в Бейт-Хануне, ликвидирован очередной командир спецназа, участвовавший в резне 7 октября. Уничтожен и Фадл Ибрагим, командующий операциями Хизболлы на юге Ливана. * На днях был взорван дом террориста Али Халиля. Он с группой бандитов застрелил в 2024 г. мирного израильтянина Амнона Мухтара. Все нападавшие были уничтожены.

Маген ор или Световой щит. Израиль очень скоро получит на вооружение лазерное оружие. Его разработали две израильские фирмы. Оружие уже было испытано в боевых условиях в ноябре 2023 г. Разработки и дальнейшее производство профинансировал Израиль.

Произраильские мусульмане. * Сирийская активистка Рован Осман от имени UN WATCH ярко выступила в ООН перед Советом по правам человека и за 90 сек. раскритиковала политику Ливана, Катара, Египта, Иордании и Сирии. * Йеменский журналист и блогер Луай Ахмед выступил в

ООН перед Советом по правам человека как представитель UN WATCH. Он осудил речь верховного комиссара ООН Фолкера Турка - яркого антисемита - за его обвинения в адрес Израиля. В частности, журналист сказал: «Верховный комиссар, могли я спросить, почему в вашем докладе о глобальной ситуации с правами человека Израиль упоминается 188 раз, но при этом Исламская республика Иран ни разу не упоминается?»

За всё надо отвечать. * Более 500 пострадавших от террора израильтян подали в Иерусалиме коллективный иск на 4,5 млрд. шекелей против Палестинской Автономии, обвинив её в подготовке и участии в нападении на Израиль, в резне 7 октября 2023 г. Множество подобных исков было подано ранее в США другими пострадавшими. Дело в Израиле ведет адвокатская контора Гидеона Фишера с компаньонами. Задействована мощная группа специалистов разных направлений. * 180 пострадавших из-за резни 7 октября подали в США иски против государств – пособников терроризма: Ирана, Сирии и Северной Кореи. Истцы, отталкиваясь от американского Закона об иммунитетах иностранных государств, предусматривающего возможность взыскания с зарубежных суверенов, а также от национального антитеррористического законодательства. В основе иска - секретный протокол закрытой встречи командиров боевого крыла ХАМАСа, где участники обсуждали соглашение о коллективной обороне между «Хамасом» и другими членами «оси сопротивления» — неформального клуба близких к Ирану государств и вооруженных движений.

Случайность или закономерность? У арабов мира 20 независимых стран с огромной, в совокупности, территорией. У евреев - всего одна единственная страна, которая составляет 1% в сравнении с территорией, занятой арабами. Арабы не раз

нападали на Израиль. * Ирак пошел в 1967 г. войной на Израиль и в результате потерял Западный берег реки Иордан. Если бы в 1967 г. Сирия не пошла войной на Израиль, то Голанские высоты, Синайская пустыня и сектор Газа остались бы в её руках. * В 2023 г. Газа при поддержке/бездействии арабских стран напала на Израиль. Чтобы понять, что за этим последует, надо перечитать факты, изложенные выше.

Как назначил, так и снял. * New York Times сообщает, что Трамп отозвал предложение назначить комментатора Д. Дэвиса на должность зам. директора национальной разведки по интеграции миссий. Это связано с его антисемитской деятельностью и критикой военного присутствия Израиля на территории Газы. * Предположительно отстранен от должности спецпредставитель США по заложникам Адам Берлер. Причина – проведение прямых переговоров с ХАМАСом. Он оценил террористов как «хороших парней», тем самым «очеловечив» их.

Германия: от слов к делу. Министерство труда жестко изгнало из министерства свою сотрудницу Melanie Schweizer за ее антисемитские выступления. Она была лишена также статуса Beamter, что влечет в Германии к потере ряда привилегий и льгот.

Шалом, Махмуд! * Президент США и его администрация уже неоднократно официально использует приветствие «Шалом» при обращении к антисемитам. Так начинается и предупреждение Трампа ХАМАСу: «Шалом! Если вы не отпустите заложников, вы обречены... Освободите заложников сейчас, ибо потом вас ждет расплата.» * Администрация президента совместно с Министерством образования и целевой группой по борьбе с антисемитизмом, в состав которой входят представители Министерств юстиции, здравоохранения и Общих служб США, отменили федеральные гранты на сумму в 400 млн дол-

ларов Колумбийскому университету из-за его неспособности защитить еврейских студентов от антисемитских преследований. Эта тенденция будет продолжена в отношении как других университетов, так и отдельных студентов, принимавших участие в травле евреев. Сообщение для Колумбийского университета начиналось также словом «Шалом». Рассматривается отзыв грантов еще на 5 млрд. Глава рабочей группы Минюста США Лео Террелл заявил, что это только начало.

С вещами на выход. Полиция провела обыски в Колумбийском университете, а Иммиграционная служба США арестовала Махмуда Халиля, радикально настроенного иностранного аспиранта Колумбийского университета. Он руководил в университете деятельностью в поддержку ХАМАСа. Отчислен также и студент-террорист Айдан Париси. Свое сообщение об этом Трамп предварил также словами «Шалом, Махмуд!» Он указал, что

это первые аресты из многих последующих и подчеркнул, что ожидает, что все колледжи и университеты страны поддержат эту работу. Список подлежащих отчислению из университетов стремительно растет, а против самого Колумбийского университета выдвигают обвинение в укрывательстве нелегальных иммигрантов.

Элис Стефаник, будущий посол США в ООН заявила, что будет добиваться санкций против незаконного Международного уголовного суда и не только лишит его финансирования, но и добьется ликвидации БАПОРа. Она призналась, что «заинтересовалась должностью» постпреда из-за разгула антисемитизма в ООН, которому и пообещала положить там конец.

Саудовские телеканалы сообщили об ударах военно-воздушных сил США по военным объектам хуситов в Йемене. В списке пораженных целей - РЛС и военно-морская база в районе порта Ходейда, а также многие другие.

Раздел ведет

Фалек-Мойше бен Борух Берул, глава Святого похоронного братства земли Бранденбург (Rosch Chewra Kadischa Land Brandenburg)

Они были первыми...

Раввин Иехиэль Михель был раввином еврейской общины в Потсдаме с 1760 по 1777 годы. О дате и месте его рождения ничего неизвестно, известно только, что он был выходцем из Польши. Иехиэль Михель организовал первую микву в Потсдаме и приложил немало усилий, чтобы она соответствовала требованиям времени. Он также контроли-



ровал религиозное обучение молодежи. Помогал в меру своих возможностей бедным евреям в городе и окрестностях. Кроме выполнения своих раввинских обязанностей он был владельцем двух фабрик по производству изделий из конопли: веревки, канаты, ткани. Образец его конопляной ткани хранится в «Хевра Кадиша» на потсдамском еврейском клад-



Имена на камнях

бище. Одна из его фабрик располагалась на нынешней Фридрих-Эберт-Штрассе. Там же находился и дом Раввина. Иехиэль Михель умер 1 ноября 1777 года и был похоронен на еврейском кладбище в Потсдаме.

Доктор Тобиас Кон, раввин еврейской общины в Потсдаме с 1857 по 1896 год, был выдающейся личностью в еврейской жизни Германии того времени. Его можно считать самым значительным раввином в истории еврейской общины Потсдама. Он учился и защитил докторскую диссертацию в Берлине, и в ответ на предложение Общины переехал в Потсдам. Первой целью доктора Кона было примирение ортодоксального еврейского меньшинства с либеральным еврейским большинством.



Обладая особыми ораторскими способностями и будучи талантливым дипломатом, он постепенно добился этой цели, вызвав своего рода «волну примирения» в Германии. Кроме того, доктор Тобиас Кон радикально перестроил культ. Например, он включил немецкий язык в еврейскую службу и полностью обновил ее, а

многие молитвы, которые уже не соответствовали духу времени, были удалены из службы. После отставки по причине преклонного возраста, д-р Кон переехал в Берлин, где стал почетным членом Литературного общества. Он был награжден «Орденом Красного Орла IV степени». Доктор Тобиас Кон умер 2.11.1904 года в Берлине и похоронен на еврейском кладбище Потсдама.



Claims Conference

ועידת התביעות

The Conference on Jewish Material Claims Against Germany

«Живут во мне воспоминания»...

Слова этой некогда популярной песни можно считать эпиграфом к очередной традиционной встрече людей, переживших Холокост и членов их семей

Поскольку проходила она в марте, то, естественно, была приурочена к празднованию Международного женского дня, и царила на ней атмосфера, свойственная этому празднику, наполненному теплом, и весенним настроением.

В первой части встречи гости познакомились с Мариной Овчаровой, поэтессой из Берлина, родившейся в Ленинграде. С детства увлеченная стихосложением, Марина представила произведения, посвященные любимым городам и дорогим

людям. Ее проникновенные строки нашли отклик в сердцах слушателей, вызывая трепет и глубокие эмоции. «Стихи - это не просто текст, это своего рода мелодия, заключенная в слова, ритм и рифму. В моих стихах звучат голоса далеких друзей, моих родных, уже ушедших из жизни, голоса еврейских бабушек и дедушек. Они иногда зовут, иногда утешают, словно напоминая мне, кто я и откуда, независимо от того, где я сейчас нахожусь и живу...» Эти слова Марины тонко переплетаются со смыслом

ее стихотворений. Гости встретили поэтессу с теплотой и радушием, слушали ее выступление с большим интересом. Надеемся, что подобные встречи с людьми творческих профессий станут традиционными.

Ко второй части мероприятия Марина Зайкина подготовила музыкальную викторину. Гости с азартом включились в игру, отвечали на вопросы и совместно исполняли всеми любимые песни из старых кинофильмов. Участники с удовольствием вспоминали знакомые строки и пели хором. Самым большим знатоком оказалась Марина Багрянская, которая называла практически все песни и знала все кинофильмы, песни из которых звучали. Наши гости даже вспомнили актеров, снимавшихся в этих фильмах. Эрнст Городец-

кий, частый участник подобных встреч, душевно прочитал стихотворение и исполнил песню, посвятив их всем женщинам. Его выступление добавило мероприятию особую теплоту и искренность.

К сожалению, руководитель программы Валентина Иванидзе в этот раз отсутствовала по уважительной причине. Однако мысленно она была с участниками, и все надеются, что в следующий раз она лично встретит гостей и проведет очередную встречу. Такие мероприятия играют важную роль в жизни людей, переживших Холокост, предоставляя им возможность общения, поддержки и совместного творчества. Они способствуют сохранению памяти и укреплению связей между поколениями. До новых встреч, друзья!

Марина Маринина

Юбилейные награды членам Еврейской общины

В честь 80-летия Победы во Второй мировой войне правительством РСФСР учреждены памятные медали, которые вручаются всем ветеранам войны, а также жителям блокадного Ленинграда. Недавно представитель посольства России в Германии вручил памятные награды членам нашей общины Гене Воробьевой и Татьяне Шиф (справа), пережившим страшные дни блокады Ленинграда.





Чтоб жизнь была в радость!

Таково пожелание всех сотрудников еврейской общины Потсдама председателю Правления Евгению Кутикову в связи с 65-летием

Тлядя на цветущий вид, энтузиазм и поистине юношеский азарт в работе нашего юбиляра невольно приходишь к мысли, что еврейское пожелание – до 120! имеет под собой реальную основу. Во всяком случае, все мы, его коллеги, искренне юбиляру этого желаем. Говорить о деловых качествах Евгения Филипповича, о его доброжелательности и интеллигентности, о многочисленных талантах и стремлении принять на себя самые сложные участки работы, не перекладывая их на подчиненных – не имеет смысла. Это знает каждый, кто хоть однажды с ним общался. А мы, сотрудники офиса общины, желая юбиляру всего-самого наилучшего и в необъемных количествах, можем добавить лишь одно: нам очень повезло с руководителем!



НА ИСТОРИЧЕСКОЙ РОДИНЕ

 Дайджест

«Нас объединяет больше, чем мы думали»

Совместный проект организации управления связями с диаспорой «Маса» и Сохнута объединяет молодых людей с еврейскими корнями со всего мира и израильскую молодежь

Недалеко от Бейт-Шемеша, в оливковой роще мошава Лузит, собрались сотни молодых людей, чтобы поработать в поле. Одни говорили на иврите, другие – на испанском. Кто-то вырос в Париже или Мадриде, а кто-то – в израильской Пардес-Хане. Все они – 18-летние девушки и юноши, которых объединяет любовь к Израилю. Участники проекта собирали и упаковывали оливки, а между делом смеялись, обсуждали музыку, спорт, увлечения. Почти не говорили о политике. Это были самые обычные подростковые разговоры – и именно этого единения добивается проект «Ха-Хибур» («Связь»). Нынешняя встреча участников этого проекта прошла в рамках отмеченной в Израиле Недели диаспоры, которая проходила с 23 по 29 марта. На

протяжении года участники Недели встречались с молодыми людьми с еврейскими корнями, прибывающими в Израиль на долгосрочные образовательные программы «Маса» – организации, созданной при поддержке правительства Израиля и Еврейского агентства Сохнут. Проект также включает совместные шабаты и тематические встречи, как эта – в рамках Недели диаспоры. Цель проекта – укрепить связи между евреями в Израиле и диаспоре, создать культуру взаимного поручительства и напомнить, что эти ценности – центральная составляющая еврейской идентичности, основанной, кроме всего прочего, на живом диалоге между еврейскими общинами мира. Сейчас, в четвертый год работы, проект включает 21 пару

групп участников проектов «Маса». Из года в год проект расширяется, объединяя сотни молодых израильтян с их сверстниками из еврейских общин по всему миру.

«Я люблю Израиль, была здесь и до войны, но именно война подтолкнула меня вернуться и провести здесь больше времени, глубже понять страну», - говорит Михаль из Аргентины, участница «Гарин-Цабар». Янкель из Парижа добавляет: «Я всегда чувствовал связь с Израилем, много раз бывал здесь. Но после 7 октября понял, что должен приехать надолго - несмотря на то, что многие пытались меня отговорить. Я знаю, что здесь - будущее еврейс-



кого народа».

Меир Хольц, гендиректор организации «Маса», подытоживает: «Неделя диаспоры - это отличная возможность напомнить себе, что мы один народ. В «Маса» мы живем с этим пониманием каждый день, но особенно сейчас, в трудное для еврейского народа время, важно говорить это вслух. Проекты вроде «Ха-Хибур» создают настоящие связи, последствия которых мы увидим в будущем, когда эти молодые люди станут лидерами еврейского мира. Мы гордимся тем, что мо-

жем способствовать этим встречам, и глубоко тронуты солидарностью, которую демонстрирует наша молодежь по всему миру».

Освобожденная, но не свободная

Бывшая заложница ХАМАСа Илана Грицевски, репатриировавшаяся в четырнадцать лет по программе НААЛЕ, рассказала журналистам о сексуализированном насилии со стороны террористов, о по сей день находящемся в лапах боевиков своем возлюбленном, об охранявшем ее газоватском учителе математики, возжелавшем на ней жениться, и о психологических проблемах уцелевших.

Разговору с Иланой корреспонденты The New York Times Натан Оденхаймер и Изабель Кершнер посвятили довольно большую публикацию. Она оказалась среди первых заложников, которых удалось вырвать из цепких когтей ХАМАСа еще 30 ноября 2023 года, но по сей день молодая женщина ощущает себя пленницей.

Более 15 месяцев прошло с момента освобождения Иланы Грицевски из плена ХАМАСа, но она все еще не чувствует

себя свободной. Ее партнер, Матан Ценгаукер, остается в заложниках.

Грицевски и ее возлюбленный были похищены из дома в кибуце Нир Оз 7 октября 2023 года во время атаки ХАМАСа, спровоцировавшей войну в Газе. Теперь она посвящает себя кампании за освобождение всех, кто до сих пор находится в плену. «Я не могу позволить себе заниматься собственной реабилитацией – ни телесной, ни душевной», – говорит она.

Во время похищения Грицевски подверглась избиению и насилию со стороны боевиков. Она вспоминает, как очнулась уже в Газе, полураздетая и окруженная вооруженными мужчинами. Ее явно намеревались изнасиловать, но она сказала по-английски, что у нее менструация, и террористы брезгливо отошли от Иланы. Ее мучала нестерпимая боль – уже после освобождения выяснилось, что у девушки сломана нога.



над террористической организацией.

Мать Матана, Эйнав Ценгаукер, стала одним из лидеров протестов против израильского правительства, обвиняя его в бездействии. Некоторые бывшие заложники и семьи нынешних обратили надежды к Дональду Трампу, встретившись с его представителями в США.

Грицевски также побывала в США, где выступала перед активистами еврейских общин и политиками, участвуя в митингах и конференциях.

«Мы любили тишину кибуца, утренний кофе и сигарету», — вспоминает она про жизнь с Матаном до похищения.

В декабре 2024 года ХАМАС опубликовал видео с Ценгаукером, где он умоляет израильских лидеров заключить сделку ради спасения пленных.

«Это был не мой Матан, — говорит Грицевски. — Худой, с испуганными глазами, кричавший, чтобы его спасли. Это разбило мое сердце. Но это также дало надежду — он жив».

Она поклялась не останавливаться, пока все заложники не вернутся домой.

Илана Грицевски, которая старше своего возлюбленного на шесть лет, репатрировалась в Израиль из Мексики по программе НААЛЕ. Она стала одной из свидетельниц, благодаря которым мир узнал о том, что «борцы за свободу Фалястын» не только кровавые убийцы, но и жестокие насильники.

Позднее один из боевиков объявил Илане, что хочет на ней жениться, чтобы она нарожала ему красивых детей, а посему никогда не отпустит ее домой. Один из ее охранников сказал ей, что он учитель математики, а другой — что он юрист. По ходу эти «благородные» газаваты украли у нее серьги и браслет.

Ее держали в разных местах — в туннелях, в частных домах, в больнице. «Я живу с вопросом: почему я — а не они? Но если я вышла, значит, Бог хотел, чтобы я подняла голос за тех, кто еще жив, и помогла вернуть мертвых для достойного погребения», — говорит она.

Судьба пленных остается критической, поскольку Израиль продолжает военную операцию в Газе, пытаясь вынудить ХАМАС освободить оставшихся заложников. В Израиле общество разделилось: одни требуют вернуть узников любой ценой, даже ценой сохранения ХАМАСа у власти, другие считают, что главное — победа

Израиль на пороге нового взлета экономики

Опубликованы данные за 2024 г.- начало 2025 г., касающиеся экономического положения Израйля

Согласно этим данным, к настоящему времени Израиль входит в число 20-ти самых богатых стран мира - с валовым национальным продуктом на душу населения, превышающим 55 тысяч долларов США.

ВВП Израйля превышает аналогичные показатели Великобритании (47 800 долл.) и Франции (45 070 долл.)! Размеру валового национального продукта на душу населения в Израиле уступают также такие стра-

ны, как Бельгия, Германия, Канада, Финляндия, Япония, Италия. А также богатейшие страны Персидского залива.

Причём ещё 4 года назад, в 2021 г., картина международного экономического рейтинга выглядела кардинально иной: все названные страны легко обходили Израиль с его тогдашним показателем ВВП на душу населения в 37910 \$. Приведённые цифры вполне обоснованно можно назвать просто невероятными! Особенно, если учесть,

На высшей ступени пьедестала ...

Мы с гордостью констатируем, что в последние годы, несмотря на то, что страна постоянно находится на военном положении, Израиль добился не только головокружительных успехов в развитии экономики, но и высоких спортивных достижений. Все чаще израильские спортсмены составляют конкуренцию ведущим спортивным державам мира, добиваясь побед на международных соревнованиях. Вот только три самые последние достижения израильтян.

Ноа Селлеш стала победительницей международного турнира по слалому в Словении. Ноа родилась в столице Венг-



рии Будапеште в спортивной семье у Доры и Петера Селлеш. Ее отец, горнолыжник, представлял Израиль в 90-х годах на кубке и чемпионате мира. Два ее брата, Барна-

то подобных экономических показателей Израилю удалось достичь в ходе войны, ещё недавно ведшейся им сразу на нескольких фронтах!

Мы затрудняемся привести примеры аналогичной реакции экономики какой-либо страны на военное положение. Особенно, если учесть, что после начала военных действий Израиль был вынужден эвакуировать миллионы своих граждан с северных и южных границ.

баша и Биньямин, также представляют Израиль на международной арене. Ноа Селлеш начала участвовать в соревнованиях в Венгрии и несколько раз становилась чемпионкой страны. В 2017 году стала выступать за Израиль. Наивысшее достижение Ноа на международных соревнованиях серебряная и бронзовая медали на юношеских Олимпийских играх в 2020 году. В 2022 году она выступала на зимних Олимпийских играх в Пекине.

Паулина Гроссман из Нетании завоевала Кубок мира по кикбоксингу в Будапеште. Это событие произошло в июне. А на днях Паулина вновь вступила в борьбу за этот почетный титул с намерением подтвердить достигнутый результат. Она уверенно выиграла предварительный этап соревнований за мировую награду.

Обладательница Кубок мира Паулина



Гроссман, одна из сильнейших в мире спортсменок, занимающихся сложнейшим видом спорта кикбоксингом, в котором допускаются удары соперника не только руками, но и ногами. На соревнованиях в Будапеште, Паулина преодолела соперниц из Швейцарии, Польши, Испании и Сербии, чтобы добиться этой престижной награды. Паулина рассказала, что на соревнованиях ощущалось предвзятое отношение со стороны судей из-за их израильского происхождения. «Нас освистывали с трибун, особенно после побед в боях. Это только подстегнуло нас к победе, я люблю Израиль!» — поделилась она. Эта победа стала значимым событием не только для самой Полины, но и для всего Израиля, демонстрируя силу и решимость израильских спортсменов на международной арене.

Томер Бараш принес Израилю золотую медаль на этапе Кубка мира по тхэквондо в Нидерландах. Впервые юный спортсмен Томаш Бараш добился высокого спортивного результата в 2022 году, став чемпионом Израиля. Два года спустя он уже завоевал золотую медаль на Croatia Open и бронзовую медаль на Luxembourg Open. А в прошлом месяце

он выступал, на 52-м Открытом чемпионате Нидерландов, где стал золотым призером в соревнованиях юниоров в весовой категории до 48 кг.

В финале израильский спортсмен победил представителя страны-хозяйки турнира голландца Армана Дубара. Несколько слов о том, что такое Тхэквондо. Это корейское боевое искусство, которым занимаются в 206 странах по всему миру. В нем важны не только бойцовские качества. В переводе с корейского «тхэквондо» является сочетанием трех слов: «тхэ» (нога или удар ногой), «квон» (кулак или удар кулаком) и «до» (путь, метод, учение). В тхэквондо для победы над соперником можно использовать руки и ноги. Но в первую очередь эта боевая система славится активным использованием ног.



Сколько калорий в маце и других блюдах Песаха?

Израильские диетологи подсчитали калорийность основной пищи в дни праздника Песах и поделились советами

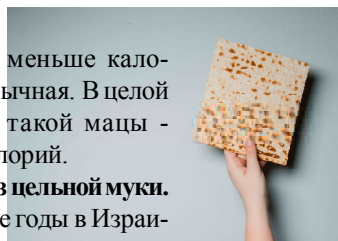
Обычная маца. В одной пластинке обычной мацы - 150 калорий. Для сравнения: столько содержат 2 ломтика обычного хлеба или 4 ломтика низкокалорийного (лехем каль).

Жареная маца. Во время Песаха мацу едят не только саму по себе, но и в жареном виде. Жарка увеличивает калорийность. В 100 жареной мацы - 300 калорий. Для сравнения: это равно калорийности целого обеда.

Диетическая маца (маца кала) содер-

жит вдвое меньше калорий, чем обычная. В целой пластинке такой мацы - всего 75 калорий.

Маца из цельной муки. В последние годы в Израиле выпускается много мацы из полезных злаков. Есть цельная (*михита млеа*), органическая, с отрубями (*суббин*) и даже из полбы (*космин мале*). Такая маца содержит витамины, много клетчатки, надолго притупляет чувство голода (в 2



раза дольше, чем обычная маца). В одном листе - около 120 калорий, меньше, чем в 2 ломтях обычного хлеба.

Калорийность других блюд пасхального Седера. В главную трапезу праздника принято есть определенные блюда. Так, 1 столовая ложка харосета содержит 50 калорий, одно кокосовое печенье - 100.

На завтрак в неделю Песаха многие мажут на мацу шоколадную пасту. Стоит учесть, что на пластинку мацы уходит около 60 г такой пасты, то есть около 360 калорий. Диетологи советуют заменить ее белым мягким сыром (*гвина левана*).

3 полезных совета к Песаху от израильских диетологов.

Все сказанное выше не означает, что надо отказываться от удовольствия за праздничным столом, ведь Песах бывает только один раз в году.

Правило 1: соблюдайте умеренность

Пробуйте все, но в небольших количествах. Большой кусок фаршированной

рыбы разделите с соседкой по столу, а в бульон положите всего 1 кнейдлах.

Правило 2: ешьте больше зелени

Налегайте на свежие овощные салаты.

В них масса полезного. И не только витамины, но и пищевые волокна, которые необходимы нам в дни праздника.

Маца - пища тяжелая и вызывает запоры, а растительные волокна помогут их избежать. К тому же красиво сервированные салаты очень украшают пасхальный стол, придавая ему разноцветье и весенний вид.

Правило 3: подумайте о гостях

Сейчас многие следят за весом, и ваши гости будут благодарны, если на столе окажутся и диетические блюда. Сделайте несколько легких овощных салатов, подайте запеченную рыбу, отварите или запеките в духовке овощи. Если же вы сами приглашены в гости, то возьмите такие блюда с собой. Это вдвойне хорошо: и хозяйке можете, и не придется есть жирную еду.

Выдающиеся евреи - юбиляры, родившиеся в апреле

100 лет со дня рождения

Хельга Дин - немецкая еврейка, получила известность после того как в 2004 году был обнаружен её личный дневник, который она вела в голландском концлагере Герцогенбуш, куда она попала во время Второй мировой войны в возрасте 18 лет. Хельга родилась в немецком Штеттине (сейчас на территории Польши). Семья некоторое время жила в Германии, но с усилением преследования евреев отец перевез семью в Нидерланды. В военное время её мать работала врачом при голландском лагере Герцогенбуш, располагавшемся в городе Вюгт. Несмотря на разрешение на дальнейшую практику для матери, вся семья с Хельгой и младшим братом были арестованы.

В апреле 1943 года, находясь в Герцогенбуше, она начинает делать записи в школьной тетради, из которой потом сделает дневник. В своих записях она пишет своему молодому человеку Киису ван ден Бергу: «Если моя воля умрет, я умру тоже». Хельга вызывается работать на электроламповом заводе Philips, чтобы избежать дальнейшей высылки эшелонами в концентрационные лагеря. Но изменить свою участь она не смогла. Последняя запись в дневнике датирована июнем 1943 года: «Надо складываться, сегодня утром видела, как умирает ребёнок, что привело меня в полное смятение. Но всё это

ничто по сравнению с предстоящим концом. Сегодня уходит очередной эшелон, и на этот раз наше место там». 5 июня 1943 семья Дин оказалась в лагере смерти Собибор. Там погибли и отец Вилли в возрасте 45 лет, и мама Кети в возрасте 49 лет, и младший пятнадцатилетний брат Клаус. В послевоенное время дневник хранился у Кииса, а после его смерти был передан его сыном в городской архив Тилбурга. Опубликовано в 2007 году.

В Собиборе на деньги фонда на тропинке, ведущей к газовым камерам, установлен мемориальный камень Хельге и её семье.

115 лет со дня рождения

Исай Казинец - белорусский инженер еврейского происхождения, во время оккупации Минска нацистской Германией в 1941 году возглавил городское подполье. Был арестован 26 марта и казнён 7 мая 1942 года. Герой Советского Союза. Под руководством Казинца в Минске была создана сеть подпольных групп, проведено более ста диверсионных акций. Писатель Иван Новиков посвятил Исаю Казинцу и его соратникам по подполью первую часть трилогии «Минский фронт» — «Руины стреляют в упор», а режиссёр Виталий Четвериков снял в 1970-х годах на киностудии «Беларусьфильм» 6-серийный телевизионный сериал «Руины стреляют...». Сериал есть в свободном доступе для просмотра на платформе Youtube.

100 лет со дня рождения

Эрнст Неизвестный - выдающийся советский и американский скульптор, художник, мыслитель. Эрнст Неизвестный оказал огромное влияние на развитие мирового искусства. Прошедший Великую Отечественную войну, испытавший гонения, интриги, изгнание, Эрнст Неизвестный сам себя называл «русским скульптором в Америке».

Монументальные произведения Неизвестного, выполненные из камня или отлитые в бронзе, наполнены борьбой, верой и силой. Они представлены в разных уголках земного шара: в России, в Европе, США, Одессе, Ереване, Иерусалиме.

200 лет со дня рождения

Фердинанд Лассаль - немецкий философ еврейского происхождения, юрист, экономист, агитатор и политический деятель, родоначальник немецкой социал-демократии.

150 лет со дня рождения

Гарри Гудини. Эрик Вайс (настоящее имя артиста) родился в столице Венгрии - Будапеште в набожной еврейской семье. Именитый иллюзионист Гарри, чьи высказывания люди цитируют по сей день, был против сравнений артистов с магами и сам часто разоблачал шарлатанов. Великому иллюзионисту удалось вписать свое имя в историю. После смерти в его честь были выпущены в свет десятки фильмов, книг, а также организована премия с фондом в 1 млн долларов.

100 лет со дня рождения

Серж Дассо. Родился в Париже, в семье еврейского предпринимателя и знаменитого авиаконструктора Марселя Блоха. Миллиардер, основатель и владелец крупнейших промышленных компаний Франции.

ИРОНИЯ СУДЬБЫ ИЛИ УЛЫБКА БОГА



Так получилось, что в XX веке образами арийской внешности в Германии и славянской красоты в России, послужили две еврейские девочки: Хесси Левинсон - Тафт (род. в 1934-м году) и Леночка Геринас (род. в 1959-м году).

В первом случае мать привела шестимесячную Хесси к берлинскому фотографу Гансу Баллину, чтобы сделать снимки для семейного альбома.

А в 1935-м году берлинский журнал «Солнце в доме» проводил конкурс на самого красивого арийского ребёнка. И фотограф без уведомления родителей отослал в 1935-м году фотографию ребёнка на конкурс «самого красивого арийского ребёнка», в котором эта фотография и победила, будучи отобранной лично министром пропаганды Йозефом Геббельсом...

Фотография Хесси попала не только на обложку журнала «Sonne ins Haus», но и на открытки, которые разошлись по Третьему рейху многотысячными тиражами...

Во втором случае в 1965-м году московская кондитерская фабрика «Красный Октябрь» для оформления шоколадки «Алёнка» через газету «Вечерняя Москва» объявила конкурс на фотографию девочки, подходящей для оформления обёртки этой шоколадки...

В конкурсе победила фотография Александра Геринаса, которую тот сделал еще в 1960-м году. На фотографии была изображена его восьмимесячная дочь Леночка Геринас в шелковом платке.

В таком виде обёртка шоколада «Алёнка» начала выпускаться с 1965 года и выпускается по сей день.

Обе эти девочки до сих пор живы-здоровы: одной из них в прошлом году исполнилось 90 (живёт в США), а другой - 65 (живёт в России).

Думается, что без Божественного вмешательства здесь не обошлось. Ведь сказа-



но в ТаНаХе: «Зачем народы замышляют тщетное?... Сидящий в небесах Бог насмеяется над ними...» (Псалтырь-Теилим, глава 2, стих 1, 5).





Юмористический клуб
«Наши мансы»



Ведущая Валерия Барская

«April, April, der macht alles, was er will» **или** **Весь апрель никому не верь!**

Дорогие читатели!
Сердечно поздравляем
вас с 1 апреля -
Днем дурака!



*Всё - сказала пареньку Наташа,
Кончилась с тобою дружба наша.
Я уже давно люблю другого,
Шустрого мальчишку озорного...
Глупый, ну же! Ты поверил?
Ведь сегодня Первое апреля!*

Эти нехитрые стишки из далекого детства всегда приходят на память в канун всеми нами любимого праздника “врунишек”, дня розыгрышей, добрых (а порой и не очень) шуток и скетчей.

Праздник, корни которого уходят вглубь веков, всегда был веселым и богатым на разнообразные выдумки. Известно, что в 1539 году один фламандский дворянин разыграл своих слуг, дав им шуточные поручения первого апреля. Первое же прямое упоминание праздника датируется 1686 годом, когда Джон Обри, английский писатель и антиквар, известный в первую очередь как автор занимательных биографий великих англичан, упомянул «Fools Holiday» (Праздник Дураков).

К Примеру, чтобы поймать на крючок простодушных и доверчивых людей, не подозревающих подвоха в шутках, их могут послать в аптеку за маслом кукушки или комариным жиром. Но никто не обижается, все просто веселятся. Хотя, порой, шутки бывают не такими уж безобидными.

В СССР мастером такого «жанра» был известный композитор Никита Богословский. Однажды он отправил своему приятелю, популярному Народному артисту, «официальное» извещение о том, что ему присужден орден, для получения которого необходимо 1-го апреля явиться в Кремлевский Дворец съездов. И солидный че-

ловек явился в Кремль за орденом... Кому веселье, а кому... Ну вы понимаете.

В Германии также не прочь пошутить в этот День смеха. Однажды с экранов телевизоров люди услышали, что смотреть передачи лучше в черных очках, чтобы избежать сильного загара от воздействия монитора! А в 18 веке одна из немецких газет сообщила, что яйца на Пасху можно не красить, а просто поместить куриц в комнату определённого цвета с необходимой температурой, и они снесут вам цветные яйца.

Для полного комфорта - пару исторических примеров. 1 апреля 1915 года, в разгар Первой Мировой войны, над немецким лагерем появился британский самолёт и сбросил огромную бомбу. Немцы бросились врассыпную, но взрыва не последовало. На бомбе красовалась надпись «С первым апреля!»

В 1957 году компания BBC опубликовала репортаж о небывалом урожае макарон в Италии. Компания получила немало писем-откликов: кто-то удивлялся, что макароны растут вертикально, а не горизонтально, кто-то просил выслать

рассадку и лишь немногие высказывали лёгкую растерянность — ведь до сих пор они были уверены, что макароны изготавливаются из муки. В честь праздника мы тоже решили вставить свои «пять копеек» и сообщить, что в канун 1 апреля из Потсдама уехали все антисемиты. В неизвестном направлении.

Чтобы сгладить “горечь” от печальной новости, предлагаем ряд позитивных высказываний. В День дурака следует улыбаться...

- Если второго апреля с Вами никто не здоровается, значит, Ваша первоап-

пельская шутка удалась.

- Соль жизни в том, что она не сахар.

- Лишь немногие, кого мучает кашель, идут к врачу. Остальные идут в театр.

- Лапша всегда найдёт свободные уши.

- Если руки золотые, то неважно, откуда они растут.

- Если вы, посмотрев в зеркало, никогда там не увидели, значит, вы неотразимы!

- Обходя разложенные грабли, ты теряешь драгоценный опыт.



Доска объявлений

Уважаемые дамы и господа. При еврейской общине Потсдама открывается консультационный пункт по вопросам пользования компьютерами и смартфонами. Желающие могут обратиться непосредственно в общину, или по телефонам 0331-600-979- 134 (131)

8 ИЮНЯ 2025 В 16.00

В СИНАГОГАЛЬНОМ ЦЕНТРЕ ПОТСДАМА

**ВИРТУОЗНЫЙ ДУЭТ БЕАТА ФАЛЬК И АЛЕКСЕЙ ВАГНЕР
ПРЕДСТАВЛЯЮТ**

**КОНЦЕРТНУЮ ПРОГРАММУ С ИДИШКИМ
ШАНСОНОМ И ДЖАЗОМ**

и показывают, насколько универсальными могут быть традиционный клезмерский и идишский шансон.

В концертной программе прозвучат популярные произведения джазовых композиторов, таких как Г. Гершвин, И. Берлин, Дж. Петербургский и Дж. Косма.

Стоимость 15 € (10 €). Приобрести билеты можно в библиотеке Синагогального центра.



Pflegestation Am Brandenburger TOR GmbH

!!! ОДНОКОМНАТНЫЕ КВАРТИРЫ 35 КВ.М. !!!

В ЦЕНТРЕ БЕРЛИНА (район Шёнеберга)

Для людей, нуждающихся в помощи:

- . круглосуточный уход,
- . повар и индивидуальная еда,
- . медицинский персонал, врачи и физиотерапевты –
посещение на дому,
- . прогулки, совместное проведение досуга,
- . занятия для тренировки памяти с эрготерапевтом
и психологом

**Наши услуги помогут продлить вам жизнь,
сохранить жизненный тонус и получить
необходимую помощь в нужный момент!**

Все расходы по проживанию и обслуживанию
оплачиваются больничными кассами
и социальными ведомствами.

Информацию по всем вопросам вы можете получить

по телефонам: 0173 / 237 53 92

или 030 / 224 899 66

РЕДКОЛЛЕГИЯ :

В. Голков, В. Барская

КОМПЬЮТЕРНАЯ ВЕРСТКА В. БАРСКАЯ

Наш адрес: Redaktion "ALEF", Schloßstr. 8, 14467 Potsdam

Tel.: 0331-600-979-134

www.jg-potsdam.de E-mail: AlefPotsdam@list.ru