

از مطالعه این نشریه در زمان تفیلا وفواندن توراہ فودداری فرمایید.

אורח אורח

לך לך

جهت مفظ قدوسیت این نشریه از دور انداختن آن فودداری فرمایید.

۱۰ فمشوان ۵۷۸۲

گفتاری روشنگر

راشی در تفسیر این مورد می‌نویسد: تا وقتی ظالم در نزد اوراهام آوینو بود، خد-اوند به اوراهام آوینو آشکار نشد. این مورد در پاراشای بعدی نیز دیده می‌شود: سارا ایمنو متوجه می‌شود رفتار بیشماعل ناشایست و ناصالح است و به همین سبب از اوراهام آوینو درخواست نمود تا بیشماعل را از خانه بیرون نماید، چون شایسته نیست بیشماعل در کنار بیصحاق بماند.

این موارد شگفت‌آور هستند، زیرا تمام هدف اوراهام آوینو این بود که ایمان لوط را به خد-اوند قوی نماید تا لوط بر ضد خد-اوند بلند نشود، ولی با این حال، تا وقتی که لوط در نزد اوراهام آوینو بود، خد-اوند با اوراهام آوینو صحبت نکرد. از اینجا مشخص می‌شود ارتباط با شخص ظالم و حضور او باعث نزول درجه معنوی فرد می‌شود، تا حدی که نمی‌تواند با خد-اوند صحبت نماید. همچنین بیصحاق آوینو صدیق بزرگی بود تا حدی که خود را به عنوان قربانی برای خد-اوند تقدیم کرد، ولی با این حال نمی‌توانست با شخص ظالم زندگی نماید. این مورد در نظر اوراهام آوینو خوش نیامد و نمی‌خواست بیشماعل را از خانه اخراج کند، ولی خد-اوند به اوراهام آوینو دستور داد حرف سارا را انجام دهد.

در این مطلب پند بزرگی نهفته است: با وجودی که اوراهام آوینو نیکوکار بزرگی بود، تا حدی که برای مردم سدوم و عمورا که بسیار ظالم بودند طلب رحمت نمود تا خد-اوند آنها را ببخشد، ولی با این حال برای وی ممنوع بود همراه با فرد ظالم زندگی نماید، با این شبهه که اوراهام آوینو تحت تأثیر رفتار بد لوط قرار بگیرد، زیرا همراه شدن با فرد ظالم به انسان ضرر می‌زند، تا این حدی که

در این پاراشا در مورد اوراهام آوینو می‌خوانیم که از سرزمین پدری خود خارج شده و به سرزمین کنعان می‌آید و با رسیدن وی به این سرزمین، قحطی و گرسنگی می‌شود و اوراهام آوینو به ناچار به سرزمین مصر رفته و پس از مدتی، با ثروت بسیار زیادی از سرزمین مصر برمی‌گردد.

توراہ تعریف می‌کند: لوط نیز که همراه با اوراهام آوینو بود، دارای گله‌های گاو و گوسفند شد و چندین چادر داشت. راشی در تفسیر این مورد می‌نویسد:

”چه چیز باعث گشت که لوط صاحب این موارد شود؟ همراه شدن او با اوراهام.“

چوپانان لوط ظالم بودند و گله‌های خویش را در مکانهای دیگران می‌چراندند و چوپانان اوراهام آنها را نصیحت می‌کردند که این دزدی محسوب می‌شود. ولی چوپانان لوط در پاسخ می‌گفتند: ”خد-اوند این سرزمین را به اوراهام داده و به غیر از لوط، هیچکس نیست که اوراهام را به ارث ببرد، پس این دزدی محسوب نمی‌شود.“

ولی در واقع چوپانان لوط اشتباه می‌کردند زیرا در آن زمان سرزمین کنعان در دست کنعانیها و پرزیزها بود و هنوز به اوراهام آوینو داده نشده بود.

وقتی اوراهام آوینو متوجه شد لوط و چوپانان او حاضر نیستند این نصیحت را قبول کنند، از لوط خواهش نمود از او جدا گردد. وقتی لوط از اوراهام جدا شد، خد-اوند به اوراهام آوینو آشکار گشت و با او صحبت کرد.

۱ اگر در کیفیت و کمیت مطالب این نشریه (رای، پیشنهاد و یا سوالی در امور هلافا و زندگی روزمره دارید از اتمام لطف

حد امکان از اشخاص ظالم دوری نمود و در جمع آنها نبود. ولی باید برای آنها تفیلا خوانده که توبه نمایند.

شخصی که از همه به خد-اوند نزدیکتر بود ، به سبب شخص ظالمی که در نزد او بود ، نمی‌توانست با خد-اوند صحبت نماید. پس باید تا

ای بنی آدم ، بلند شو و بالا برو

قسمت اول

روزی جوجه عقابی از درخت لیز خورد و به داخل حیاطی افتاد که در آنجا چند جوجه مرغ بودند. این جوجه عقاب همراه با جوجه مرغها بزرگ شد و خود را یکی از آنها می‌دید ، با آنها نشست و برخاست می‌کرد ، با آنها دانه و کرم می‌خورد و هیچ وقت به این فکر نبود که بالهای بزرگ و زیبای خود را باز نماید.

روزی چشم او به عقاب بزرگی افتاد که در بلندیهای آسمان پرواز می‌کرد. جوجه عقاب دوستان خویش را صدا زد و گفت: "بیایید و ببینید این پرندۀ زیبا در آسمان پرواز می‌کند ، من هم می‌خواهم به مانند او پرواز کنم."

پس از گفتن این جمله ، جوجه عقاب بالهای خود را باز کرد و سعی نمود پرواز نماید ، ولی جوجه مرغها فوراً او را پایین کشیدند و گفتند: "ما تنها مرغ و خروس هستیم ، تو هم جوجه مرغ هستی و مرغ و خروسها اصلاً پرواز نمی‌کنند."

جوجه عقاب بالهای خویش را بست و با ناراحتی و حسادت به عقابی که در آسمان پرواز می‌کرد چشم دوخت. سپس به مکان خود برگشت ، شروع به دانه خوردن کرد و آرزوی خود را از یاد برد.

هاراو کوک در این باره می‌نویسد:

"ای بنی آدم ، بلند شو و بالا برو ، زیرا قدرت بسیاری داری ، بالهایی داری از باد ، بالهای عقابهای عظیم ، از آنها چشم‌پوشی نکن ، زیرا از تو چشم‌پوشی خواهند نمود ، آنها را بطلب و فوراً آنها پیدا خواهند شد."

ما در دوره بسیار طوفانی زندگی می‌کنیم ، نظم دنیا در حال تغییر است ، مردمان بسیاری در ترس و تردید قرار دارند و نمی‌دانند آینده چه خواهد شد. در چنین زمانی که دنیای بیرونی تار و نامعلوم است ، باید دنیای درونی خویش را قوی نماییم ، خود را بفهمیم و درک کنیم برای چه موردی زنده هستیم ، به این صورت قوی خواهیم بود و می‌توانیم با هر چالشی مبارزه نماییم. این زمان پیچیده یک هدیه نیز با خود به همراه دارد ، به ما این فرصت را می‌دهد تا وضعیت زندگی خویش را از نو دریابیم ، نظریات خود را مرور و تفکر و درک خویش از زندگی را از نو بسنجیم.

بسیار طبیعی است که از خود چند سؤال بپرسیم:

در این زندگی چه مواردی برای ما مهم است؟

به چه چیز ایمان داریم؟

معنی زندگی ما چیست؟

چگونه در این دنیای بدون مسئولیت ، مسئولیت پذیر باشیم؟

چگونه در این دنیای پر از درد به خوشبختی برسیم؟

تواناییهای واقعی ما چه هستند؟

هر کدام از ما زندگی خوب می‌خواهد و همه بسیار سعی و تلاش می‌کنند تا به زندگی خود برسند. برای رسیدن به زندگی خوب ، حاضر هستیم تا راحتی خود را فدا و تلاش نموده و سخت کار کنیم. ولی قبل از این که دویدن به دنبال زندگی خوب را ادامه دهیم باید

از خود چند سؤال بپرسیم:

زندگی خوب چیست؟

کلاً تفسیر خوب چیست؟

آیا فرار از درد و دویدن به سوی لذت خوب محسوب می‌شود؟ (یعنی دوری از هر موردی که برای ما ناخوشایند است و رفتن به سوی مواردی که فقط لذت بخش هستند.)

اگر این مورد درست است ، پس چرا حاضر هستیم تا در زمان حال

زجر بکشیم و حتی سخت تلاش کنیم تا در آینده به خوبی برسیم؟

چطور امکان دارد افرادی هستند که زندگی آنها پر از رنج و درد است و با این حال احساس می‌کنند با وجود سختیها ، زندگی آنها خوب است؟

اگر موفق شویم تمام مایحتاج خویش را برای زنده ماندن تأمین کنیم

(غذا ، لباس و خانه) ، آیا زندگی ما خوب خواهد شد؟

چرا به دنبال مواردی که احتیاج نداریم ، می‌رویم و مطمئن هستیم این مورد خوب است؟

آیا تحت تأثیر تبلیغات ، فیلم ، خانواده یا دوستان هستیم؟

آیا زندگی‌ای که تحت تأثیر دیگران است ، زندگی خوبی است؟

چرا با وجودی که موارد بسیاری در زندگی داریم ، اکثراً احساس نمی‌کنند زندگی آنها خوب است؟

آیا می‌توان زندگی خوبی داشت بدون اینکه تمام خواسته‌های ما برآورده شوند؟

خواسته‌های بی حد و مرز و لذات تمام نشدنی نیستند. چنین خوبی فقط با زندگی پر معنی و آرزوی درونی بزرگ برآورده می‌شود.

این به این معنی نیست که در زندگی پر معنی، سختی و چالش نیست زیرا زندگی "برنامه درخواستی" ما نیست که طبق میل ما باشد. اگر واقع بین باشیم، هیچکس نمی‌تواند به ما قول دهد زندگی فقط از راحتی و موارد خوشایند باشند. ولی اگر در زندگی خود معنی وارد کنیم، با زندگی معنی‌دار می‌توان سختیهای زندگی را آسان نمود و از پس چالشهای زندگی برآمد.

میدراش (قوهلت ربا، فصل ۵، قسمت ۴) می‌فرماید: وقتی آدم به دنیا می‌آید، دستانش مشت هستند، به این معنی که تمام دنیا برای من است و وقتی از دنیا می‌رود، دستان او باز است، به این معنی که از این دنیا هیچ چیز برنداشتم.

آدم باید با خود رو راست باشد و مرتب این سؤال را از خود بپرسد: "چه نوع زندگی برای من زندگی خوب محسوب می‌شود و آیا چنین زندگی برای هر آدمی خوب است؟"

این سؤال همواره باید در ذهن وی باشد تا چشمان خویش را به روی مواردی که واقعاً مهم هستند باز نماید.

وقتی از زندگی خوب صحبت می‌کنیم، نمی‌توان از خوشبختی چشم پوشید. همه آرزو دارند خوشبخت باشند. شخصی که واقعاً به دنبال خوشبختی است باید از خود بپرسد:

خوشبختی چیست؟

آیا برای زندگی خوب حتماً باید خوشبخت بود؟

آیا من خوشبخت هستم؟

چه موردی باعث می‌شود که من خوشبخت باشم؟

چرا مواردی که من فکر می‌کنم که مورد نیاز من هستند، خوشبختی را از من می‌گیرند؟

آیا خوشبختی وابسته به موارد بیرونی و اتفاقات زندگی می‌باشند؟

آیا بین راضی بودن و خوشبخت بودن فرقی هست؟

آیا آدمی که زجر می‌کشد می‌تواند خوشبخت باشد؟

آیا ممکن است آدم همه چیز داشته باشد ولی هنوز خوشبخت نباشد؟ چگونه می‌توان خوشبخت بود بدون اینکه پول، مقام، احترام و لذات‌های را داشت؟

پادشاهی دچار افسردگی شدیدی شد. به او توصیه شد تا پالتوی یک فرد خوشبخت را بپوشد تا از افسردگی بیرون آید. خدمتکاران او به سراغ ثروتمندترین افراد، مشهورترین اشخاص و موفق‌ترین شخصیتها رفتند، ولی همه اعتراف کردند واقعاً خوشبخت نیستند.

آیا زندگی خوب مربوط به مواردی می‌شود که داریم یا نداریم و یا اینکه زندگی خوب مربوط به طرز نگاه به زندگی می‌باشد؟ و سؤال آخر اینکه آیا افرادی که خوب زندگی می‌کنند، خوشبخت هستند؟

شخص ثروتمندی می‌خواست فرزندش، زندگی افراد بدبخت که هیچ چیز ندارند را از نزدیک تجربه نماید، پس آنها به خانه خانواده‌ای فقیر رفتند که در یک کلبه چوبی نزدیک به رودخانه زندگی می‌کردند. پدر و پسر شب را در آن کلبه چوبی سر کردند و فردا صبح، پس از خوابیدن بدون بالش، روی یک تشک سفت و با یک پتوی تیغ تیغی، پدر فرزند خود را بیدار کرد و با ماشین لوکس خود، فرزند را به خانه مجلل خود برگرداند و از فرزند خود پرسید: "فرزندم، امروز چه آموختی؟"

فرزند چند دقیقه سکوت کرد، به اتفاقات شب گذشته فکر کرد و گفت: "پدرم، موارد زیادی را آموختم، من فهمیدم که ما یک سگ داریم، ولی آنها پنج سگ دارند، ما یک استخر داریم، ولی آنها تمام رودخانه را دارند، ما یک خانه بزرگ و سقفی عظیم داریم، ولی آنها تمام آسمان و ستاره‌هایش را دارند، ما یک حیاط و باغچه بزرگ داریم، ولی آنها تمام جنگل را دارند."

در مقابل چشمان متعجب پدر، فرزند گفت: "متشکرم پدرم، متشکرم که به من نشان دادی تا چه حد فقیر هستیم!"
یک ضرب المثل است که می‌گوید: "با یک میلیون دلار در بانک، راحت‌تر می‌توان ناامید شد."

در این ضرب المثل کنایه آمیز، حقیقت بسیاری نهفته است. می‌دانیم پول بسیار باعث نمی‌شود که فرد زندگی خوبی داشته باشد، بلکه برعکس، ممکن است پول بسیار باعث شود که شخص با پول خویش اعمال ناشایست انجام دهد. ولی باز هم فکر می‌کنیم که پول باعث می‌شود تا سختیهای زندگی را پشت سر گذارده و زندگی خوبی داشته باشیم.

سؤال مهم این است: آیا حاضر هستیم به کم قانع شویم؟ به این منظور که کیفیت زندگی درونی خود را بالا برده و قبول نماییم که زندگی معمولی داشته باشیم، یا ما خواستار زندگی بیشتر از این هستیم؟

آدمی که با خلوص نیت به خود و زندگی می‌نگرد، درک می‌کند که هم قدرت انتخاب و هم مسئولیت دارد. هر آدمی می‌تواند انتخاب نماید چطور زندگی کند و مسئولیت دارد که انتخاب کند که زندگی خوب واقعی داشته باشد، زندگی که وابسته به برآورده کردن

تمام قدرت به صورت درست به سمت هدف درست نشانه گرفته شده‌اند.

هر کس که نمی‌خواهد به کم قانع باشد و یا نمی‌خواهد نزدیک به خوشبختی زندگی کند، بلکه می‌خواهد واقعاً خوشبخت باشد، باید سؤال بپرسد و معنی زندگی را دریابد تا بتواند تمام قدرت و خواسته‌های خویش را به صورت متوازن به سمت آن پیش ببرد.

نباید رضایت و خوشبختی را با هم اشتباه گرفت، وقتی شخص موردی را به دست می‌آورد و از این دست‌آورد خوشحال است، احساس رضایت می‌کند. برای مثال، وقتی گرسنه است و یک وعده غذای خوب می‌خورد، احساس سیری و رضایت می‌کند، این بدین معنی نیست که در زندگی هیچ مشکل و ناراحتی ندارد، بلکه فقط احساس گرسنگی را برطرف نموده و به صورت کلی راضی هست.

ولی خوشبختی احساسی است که تمام وجود انسان را از شادی پر می‌کند زیرا وی می‌داند در این لحظه در مکان درست و دقیق خود قرار دارد و هیچ نیازی ندارد در مکان دیگری باشد و در درون خود احساس کمبود نمی‌نماید.

برگرفته از شالم لعم

پس از جست و جوی بسیار، آنها شخصی را پیدا کردند که در کلبه کوچکی در جنگل زندگی می‌کرد. وقتی از او پالتویش را درخواست کردند معلوم شد این فرد واقعاً خوشبخت است ولی پالتو ندارد.

خوشبختی واقعی وابسته به هیچکس و هیچ چیز نیست، خوشبختی واقعی هیچ وقت نمی‌تواند وابسته به موارد بیرونی باشد. فرق ندارد تا چه حد سعی کنیم که موارد دلخواه خویش را به دست آوریم و یا در نظر دیگران خوب جلوه کنیم، به این صورت نمی‌توان به خوشبختی رسید که برای مدت زمان زیادی ماندگار باشد. خوشبختی باید از درون باشد، از وجود ماهیت ما باشد. وقتی در زندگی خویش معنای عمیقی وارد کنیم (در ادامه در این مورد صحبت خواهد شد) معنایی که به اعماق نفس ما متصل است و مناسب با ماهیت درونی و پاک ما می‌باشد، دیگر نیاز نداریم که دنیا ما را خوشبخت نماید، دیگر محتاج نیستیم که دیگران بگویند که خوب هستیم و همه چیز خوب است، زیرا خودمان این را می‌دانیم.

وقتی بدین صورت زندگی کنیم، دیگر زیاد تفاوت ندارد چه داریم و چه نداریم، در این صورت، شخص بدون پالتو و پر از درد و رنج می‌تواند خوشبخت باشد، زیرا می‌داند در هر لحظه به صورت درست زندگی می‌نماید. خوشبختی نتیجه زندگی متوازن است که در آن،

مخاطبین ممتز

هر روز به غیر از روز جمعه شیعوں توراہ به زبان فارسی اجرا می‌شود.

*صبح از ساعت ۱۱:۰۰ - ۱۰:۰۰ شیعوں پند و اندرز

*بعدازظهر از ساعت ۱۶:۱۵ - ۱۵:۳۰ شیعوں هلافا

*بعد از پایان شبات از ساعت ۲۳:۰۰ - ۲۲:۰۰ پاراشای هفته

شیعوں‌ها به صورت زنده از طریق کل هلاشون (717 717) پخش می‌شوند. شماره: ۰۳-۶۱۷۱۱۱۱-۰۳ داخلی ۷* و سپس ۲۲۲۵

قابل توجه خوانندگان گرامی

در مملهای ذیل امکان دریافت نشریه چاپ شده وجود دارد و به هیچ عنوان نمایندهای

برای جمع‌آوری کمک به نشریه ندارد:

***یروشالیم:** گئولا، فیابان ملفی ایسرائل شماره ۲۵ فروشگاه آقای فرجیان

***تل‌آویو:** فیابان علیا شماره ۲۳، آقای کهن فولادی ۹۳۷۸۲۸۱-۵۴۰

***پیتار:** فائوده آقای نورانی تلفن ۸۱۴۲۸۹۳۶-۵۴۰

***ناتانیا:** آقای فرهاد تراشندگان تلفن ۸۶۸۶۸۸۶-۵۲۰

***تارنمای:** [پاراشای هفته ۱](#) [پاراشای هفته ۲](#)