

ברכות

אשר יצד

рофэй холь босор
умафли
лаасос:

Борух Ато
Адо-ной,
Эло-хейну
Мэлэх
Хоолом...

Благодарите Всевышнего! (эзра 10:11)

Еврей всегда должен благодарить Всевышнего, Творца Вселенной, Который постоянно дает ему жизнь.

Тур говорит, что во время царствования Давида был период, когда 100 молодых мужчин умирали ежедневно. Тогда Давид установил обычай произносить 100 брохос (благословений) каждый день, и эпидемия прекратилась.

Это учит нас, как важно произносить благословения правильно, чтобы предохранить себя от серьезных болезней и обеспечить свое здоровье. В особенности слова Тура относятся к благословию Ашер Йоцар, прославляющему удивительное творение Всевышнего - **человеческое тело**. Произнесение этого благословения с **необходимой каваной** (сосредоточием, проникновением в смысл) защищает нас от опасных хронических заболеваний (не дай Б-г) и обеспечивает здоровье и благополучие.

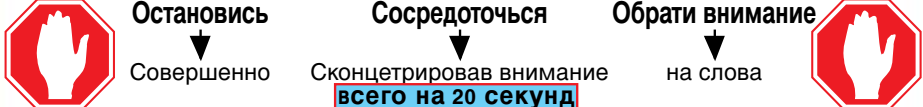
Мудрицы учат нас:

- Броха (благословение) не должна быть сказна по привычке, без концентрации.
- Произносящий броху должен обратить свои мысли к Б-гу, благодаря Его за те блага, которыми Он одарил нас. (Сефер Хасидим).
- Броха должна быть произнесена осознанно, с пониманием ее смысла.
- Лучше прочитать броху по Сидуру (Молитвеннику), чем сказать по памяти.
- Шулхан Арух запрещает заниматься чем-либо во время произнесения благословения.
- Поэтому во время произнесения брохи Ашер Йоцар нужно стоять на месте и не отвлекаться - не следует вытирать руки, ходить, одеваться или пдавать другим знакирукими или глазами. Такие действия мешают сосредоточиться над смыслом произнесимого благословения (Кавоны).

Помни! Произнося Ашер Йоцар, ты благодарить Б-га за свое здоровье и благополучие. Так что, делай это правильно!

Если бы мы остановились на мгновение и задумались над чудом нашего тела, мы бы узрели в нем руку Творца, как сказано:

Из плоти своей узрю я Создателя. (Иов 19:26)



Задумайся: 20 секунд, отведенные в день на броху, x6 раз в день (примерно) займет всего лишь 120 секунд (2 минуты) в день, чтобы поблагодарить Всевышнего

Благословен Ты, Г-сподь, Б-г наш, Царь вселенной, Своей Мудростью создавший человека и сотворивший в его теле отверстия и полости. Ясно и известно перед престолом Твоей славы, что если откроется одно из них, невозможно просуществовать и устоять перед Тобой. Благословен Ты, Г-сподь, исцеляющий всякую плоть и творящий чудеса!

ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם, אשר יצר את האדם בחכמה, וברא בו נקבים נקבים, חלולים חלולים, גלוי וידוע לפני כסא כבודך שאם יפתח אחד מהם או יסתם אחד מהם, אי אפשר להתקיים ולעמוד לפניך אפילו שעה אחת. ברוך אתה יי רופא כל בשר ומפליא לעשות:

Борух Ато Адо-ной, Эло-хейну Мелех Хоолом, ашер йоцар эс хоодом бэхохмо, уворо во нэковим нэковим, халулим халулим, голуи взэдуа лифней хисей хводэхо, шеим ипосэях эход мэйхем, ой ипосэйм эход мэйхем, и эфшар лэхискаем взлаамойд лэфонэхо (афилу шоо эхос). Борух Ато Адо-ной, рофэй холь босор умафли лаасос.



афилу
шоо
эхос...



и эфшар
лэхискаем
взлаамойд
лэфонэхо...



шэйм ипосэях
эход мэйхем,
ой ипосэйм
эход мэйхэм...



уворо во
нэковим
нэковим,
халулим
халулим...



ашер йоцар
эс хоодом
бэхохмо...



этапы
жизни

