Книга семьи

Семья Коэн

כהן · דוד · שרה · נועם · מיכל

Давид · Сарра · Ноам · Михаль

SAPIR 861

Составлено по буквам и числам твоих имён · sapir861.com · 2026-10-28

Посвящение

Если эта книга — подарок, напиши здесь, от кого она и по какому случаю. Через годы эти две строки будут значить больше, чем всё, что напечатано ниже.

SAPIR 861 · Книга семьи

Семья Коэн

Эта книга написана для твоей семьи — и только для неё. В ней нет гороскопа и нет описаний характера: мы не знаем твоих детей так, как знаешь их ты, и не станем делать вид, что знаем. Зато у каждого из тебя есть имя, а у имени — буквы, число и место в древнем тексте. Мы прошли по этим следам и сложили найденное в одну историю — историю твоей семьи, рассказанную языком самой старой книги, которую до сих пор читают каждый день на всех континентах. Для этого не нужно быть религиозным и не нужно знать иврит: любое имя мира — от Марии до Нугзара — можно записать ивритскими буквами по звучанию, и тогда у него появляется число. Читай книгу не торопясь. Лучше всего — вслух и вместе.

Слово вашей семьи

Если сложить числа всех твоих имён, получится одно число. У этого числа в Торе есть слово — вот оно:

14 + 505 + 166 + 100 = 785

פשתה

«лён»

Ваикра 13:47

Как устроена эта книга

Каждая буква иврита — ещё и число: алеф — 1, бет — 2, и так до тав — 400. Так было задолго до арабских цифр: числа писали буквами, и слово с тем же числом читалось как эхо другого слова. Мудрецы складывали буквы и искали в Торе — пяти книгах Моисея — другие слова с тем же числом; это называется гематрией. Мы сделали то же с твоими именами, с фамилией и с каждой парой в семье.

В числах нет тайных знаков, и мы их не ищем. Совпадение чисел — это повод остановиться и прочитать стих, мимо которого ты, может быть, прошли бы. А хороший стих, прочитанный в нужный момент, работает как зеркало: человек видит в нём то, что давно чувствовал, но не называл словами.

Что значит само имя, мы берём только из древнего текста и старых словарей. Имени из другого языка — грузинскому, армянскому, испанскому — мы даём число по звучанию и честно пишем, что в Торе его нет; тогда за него говорит его число.

Каждая глава заканчивается разговором. Это не экзамен и не анкета: у вопросов нет правильных ответов. Под каждым вопросом мы объясняем, зачем его задавать и что в ответе стоит услышать.

После каждого рассказа есть абзац «Если вглядеться». В нём мы пробуем прочитать образ из Торы как зеркало обычной семейной жизни: усталость, которую никто не видит, молчание, желание быть услышанным. Мы ничего не утверждаем о тебя — только описываем то, что знакомо многим семьям. Узнавать себя или нет, решаешь ты.

Почему это работает

Психологи Маршалл Дьюк и Робин Файвуш из Университета Эмори много лет спрашивали подростков, что они знают о своей семье: как познакомились родители, откуда родом бабушки и дедушки, через что семья прошла. Оказалось, что те, кто знает больше, в среднем увереннее в себе и яснее понимают, кто они. Учёные объясняют это так: ребёнок чувствует, что он — часть истории, которая началась до него. Значит, трудности можно пережить — другие в его семье уже переживали.

Имя — первое слово, которое человек слышит о себе. Ребёнок слышит его тысячи раз, ещё не умея говорить. Когда семья рассказывает ему, откуда это имя и что оно значит, он получает не ярлык, а историю, в которую можно вырасти.

И последнее. В семье важнее не говорить, а слышать. Большинство ссор между близкими — не о том, о чём спорят, а о том, что кого-то не услышали. Поэтому в

этой книге у каждого есть своя страница и свой вечер, когда слушают только его.

Фамилия — общий дом

Фамилия — единственное, что в семье общее у всех. Имена ты получил каждый своё, а фамилию несёшь вместе, и её унаследуют твои внуки. Поэтому о семье мы начинаем говорить с неё.

Коэн ивритом — כהן: 20 + 5 + 50 = 75.

Число фамилии — 75. У слова Торы לילה — «ночь» (Берешит 1:5) — такое же число.

Бог назвал свет днём, а тьму ночью, «лайла». И был вечер, и было утро — день один. Ночь в Торе получает имя от Творца, у неё своё место в мире. Именно с неё, с вечера, начинается каждый день по еврейскому счёту. Ночь — время тишины, сна, разговоров шёпотом. Семья может подумать: как проходят наши ночи и вечера? Что в них есть от тьмы, а что от покоя, из которого потом рождается новый день.

Если вглядеться

> Тьма названа ночью, и с тех пор день начинается с вечера. Это удивительный порядок: сначала темнота, потом свет. Многим знакомо, как в семье вечер становится самым тяжёлым временем: все устали, всё накопилось, и именно тогда вспыхивает раздражение. Бывает, что взрослые мечтают, чтобы вечер скорее закончился. Но если день начинается с вечера, то именно вечер задаёт ему тон. На этой неделе можно попробовать сделать вечер началом, а не концом: зажечь мягкий свет, выключить экраны на полчаса, почитать детям или вдвоём, и посмотреть, каким окажется утро.

Слово фамилии — не обещание и не оценка. Это общий образ, к которому семья может возвращаться: повесить его на стену, вспомнить в трудный день, рассказать детям, когда они спросят, откуда мы.

Буквы фамилии כ ה נ — их носит каждый из вас.

Давид: общих букв с фамилией нет — это имя приносит в дом новые буквы.

Сарра: в имени есть буквы фамилии ה.

Ноам: в имени есть буквы фамилии נ.

Михаль: в имени есть буквы фамилии כ.

Давид

דוד

> Страница папы. В большинстве семей о папе говорят меньше, чем о детях: он занят, он «и так всё знает». Эта страница — повод дать ему слово и послушать.

Имя

От корня «любимый, дядя». Пастух из Бейт-Лехема, победивший Голиафа, второй царь Израиля и автор псалмов; Пятикнижие его ещё не знает — его история в книге Шмуэля.

ד далет, 4 — «дверь»; ו вав, 6 — «крюк»; ד далет, 4 — «дверь»

Число и слово

Буквы имени Давид вместе дают 14. У слова Торы זהב — «золото» — то же число. Вот где оно стоит и что там происходит:

זהב

«золото»

Берешит 24:22

Слуга Авраама стоит у колодца. Ривка напоила его и всех его верблюдов, и тогда он достаёт золотое кольцо весом в полшекеля и два браслета для её рук. «Зahав», золото, появляется здесь после поступка, а не до него. Слуга искал не богатство, а доброе сердце, и золото стало ответом на щедрость. Подарок здесь — знак того, что человека увидели. Можно подумать, как мы в семье отмечаем доброту друг друга. Замечаем ли мы её, когда она выглядит как простая помощь у колодца?

Если вглядеться

> Золото у колодца дарят не за красоту, а за доброту: Ревекка напоила чужого человека и его верблюдов. Многим знакомо, как в семье благодарят за результат — за отметку, за зарплату, за победу — и почти не замечают тихого добра, сделанного без свидетелей. Бывает, что ребёнок или взрослый перестаёт делать хорошее просто потому, что его никто не видит. Подарок в этой сцене говорит: я заметил. На этой неделе можно понаблюдать, кто в

> доме делает что-то доброе незаметно, и сказать ему об этом конкретно, одной фразой, без оценки и без награды.

Как это прочитать

Взрослому своё имя давно стало привычным звуком. Эта страница — чтобы услышать его заново, так, как когда-то услышали его родители, когда выбирали.

Давид — Разговор

Задавайте эти вопросы не подряд, а по одному — за ужином, в дороге, перед сном. Под каждым мы написали, зачем он нужен.

1. «Твоё имя означает: любящий. Где это есть в твоей жизни?»

Вопрос не даёт готового ответа, а предлагает примерить слово на себя. Если ответ «нигде» — это тоже ответ, и его стоит уважать.

2. «Что тебе понравилось во мне с самого начала?»

Исследователи пар заметили: те, кто с теплом помнит начало своей истории, легче проходят трудные времена. Этот вопрос возвращает к началу.

3. «Что мне делать, когда тебе тяжело?»

Люди по-разному принимают поддержку: одному нужен совет, другому — тишина рядом. Лучше спросить, чем угадывать.

4. «Что тебя сейчас тревожит, а я об этом не знаю?»

Не перебивайте и не решайте проблему сразу. Иногда достаточно того, что тревогу услышали.

5. «О чём ты мечтаешь в этом году?»

Мечты взрослых часто теряются за бытом. Мечта, произнесённая вслух, становится ближе — и у близких появляется шанс помочь.

Ответы — впишите сами

Сарра

שרה

> Страница мамы. Мама чаще всех в доме спрашивает, как у других дела, — и реже всех отвечает на этот вопрос сама. Здесь спрашивают её.

Имя

«Госпожа, княгиня». Жена Авраґама и первая из праматерей; Тора меняет её имя Сарай на Сара вместе с обещанием сына (Берешит 17:15).

ש шин, 300 — «зуб»; ר реш, 200 — «голова»; ה ґей, 5 — «вот»

Число и слово

Буквы имени Сарра вместе дают 505. У слова Торы עלתה — «распустившийся цвет лозы» — то же число. Вот где оно стоит и что там происходит:

עלתה

«распустившийся цвет лозы»

Берешит 40:10

В темнице виночерпий фараона рассказывает Йосефу сон: передо мной была лоза, на ней три ветви, и она будто распустилась, поднялся цвет её, и созрели грозди винограда. «Альта» — поднялась — движение роста, от почки к цветку и к плоду. Йосеф объясняет: через три дня фараон вернёт тебя на место. Можно подумать, что в вашей семье растёт медленно, от почки к плоду, и как вы узнаёте, что пришло время созревания.

Если вглядеться

> В сне виночерпия лоза расцвела и сразу принесла зрелый виноград. Во сне всё случилось мгновенно. В жизни рост идёт медленно, и многим знакомо нетерпение: хочется, чтобы ребёнок быстрее научился, отношения быстрее наладились, трудный период скорее закончился. Бывает, что это нетерпение мешает заметить, что лоза уже растёт, просто медленно. Цветок появляется раньше плода. На этой неделе можно заметить в ком-то из близких маленький шаг роста, который ещё не дал результата, и порадоваться именно ему, сказав об этом вслух.

Как это прочитать

Взрослому своё имя давно стало привычным звуком. Эта страница — чтобы услышать его заново, так, как когда-то услышали его родители, когда выбирали.

Сарра — Разговор

Задавайте эти вопросы не подряд, а по одному — за ужином, в дороге, перед сном. Под каждым мы написали, зачем он нужен.

1. «Что тебе понравилось во мне с самого начала?»

Исследователи пар заметили: те, кто с теплом помнит начало своей истории, легче проходят трудные времена. Этот вопрос возвращает к началу.

2. «Что мне делать, когда тебе тяжело?»

Люди по-разному принимают поддержку: одному нужен совет, другому — тишина рядом. Лучше спросить, чем угадывать.

3. «Что тебя сейчас тревожит, а я об этом не знаю?»

Не перебивайте и не решайте проблему сразу. Иногда достаточно того, что тревогу услышали.

4. «О чём ты мечтаешь в этом году?»

Мечты взрослых часто теряются за бытом. Мечта, произнесённая вслух, становится ближе — и у близких появляется шанс помочь.

Ответы — впишите сами

Ноам

נועם

> Страница Ноам. Всё, что здесь написано, — не о том, каким Ноам должен стать, а о том, откуда пришло его имя и какие слова Торы звучат рядом с ним.

Имя

Современное имя от «приятность»; слово стоит в псалме: «созерцать приятность Господа» (Теѓилим 27:4).

נ нун, 50 — «рыба»; ו вав, 6 — «крюк»; ע аин, 70 — «глаз»; מ мем, 40 — «вода»

Число и слово

Буквы имени Ноам вместе дают 166. У слова Торы עליון — «всевышний Бог» — то же число. Вот где оно стоит и что там происходит:

עליון

«всевышний Бог»

Берешит 14:18

Малкицедек, царь Шалема, выносит Авраму хлеб и вино; он священник «Эль Эльон» — Бога Всевышнего. «Эльон» — высший, тот, кто выше всех царей, которые только что воевали. После сражения человек слышит, что победа не делает его главным. Аврам отдаёт Малкицедеку десятую часть. Семья может задуматься, как мы помним о высшем в минуты успеха, и что для нас значит отдать часть того, что получено.

Если вглядеться

> Малкицедек называет Бога Всевышним и благословляет Аврама, не требуя ничего взамен. В этой сцене есть взгляд вверх, который помогает людям видеть друг друга с уважением. Многим знакомо, как в повседневной суете семья живёт только горизонтально: дела, покупки, расписания. Бывает, что не хватает минуты, когда все вместе смотрят выше будничного. Такая минута не отменяет забот, но ставит их на своё место. На этой неделе можно перед субботним или праздничным ужином сделать паузу, в которой каждый молча вспоминает, за что он благодарен, прежде чем начать есть.

Как это прочитать

Для ребёнка имя — первое, что он узнаёт о себе. Расскажите Ноам эту страницу своими словами: откуда имя, почему выбрали именно его, что за слово стоит рядом. Не нужно объяснять «смысл» — детям достаточно истории. Смысл они найдут сами, позже, и он может оказаться другим, чем думали ты. Это нормально.

Ноам — Разговор

Задавайте эти вопросы не подряд, а по одному — за ужином, в дороге, перед сном. Под каждым мы написали, зачем он нужен.

Если ребёнку меньше 8 лет

1. «Какая буква в твоём имени нравится тебе больше всех? Нарисуй её».

Маленькие дети думают руками. Рисуя свою букву, ребёнок буквально присваивает имя — делает его своим.

2. «Что ты больше всего любишь делать с папой? А с мамой?»

Ответ покажет, в какие минуты ребёнок чувствует близость. Часто это не то, что планируют взрослые, а мелочи: дорога в садик, сказка перед сном.

3. «Когда тебе страшно, что тебе помогает?»

Ребёнку важно знать, что о страхе можно говорить. Не спорьте с ответом и не спешите успокаивать — просто запомни, что помогает.

Если ребёнок старше

1. «Твоё имя означает: приятность. Где это есть в твоей жизни?»

Вопрос не даёт готового ответа, а предлагает примерить слово на себя. Если ответ «нигде» — это тоже ответ, и его стоит уважать.

2. «Что из нашей семьи ты хотел бы когда-нибудь передать своим детям?»

Этот вопрос показывает, что в семье ценно для него самого. Родители часто удивляются ответу — и узнают о своём доме что-то новое.

3. «Что у нас дома тебе непонятно? Спроси прямо».

Дети замечают больше, чем нам кажется, но редко спрашивают. Разрешение спросить — уже знак доверия. Отвечайте честно и коротко.

4. «Когда тебе нужна помощь, как нам лучше её предложить?»

Подростки часто отказываются от помощи не потому, что она не нужна, а из-за того, как её предлагают. Ответ подскажет форму.

Ответы — впишите сами

Благословение

В еврейских семьях есть обычай: в пятницу вечером родители кладут руку на голову ребёнка и говорят несколько слов. Он не требует веры — только одной минуты в любой вечер недели. Рука на голове говорит без слов: ты под защитой, тебя любят. Дети запоминают такие минуты на всю жизнь, даже если делают вид, что им неловко.

ישמך אלהים כאפרים וכמנשה

«Пусть Бог сделает тебя подобным Эфраиму и Менаше» (Берешит 48:20).

Михаль

מיכל

> Страница Михаль. Всё, что здесь написано, — не о том, какой Михаль должна стать, а о том, откуда пришло её имя и какие слова Торы звучат рядом с ним.

Имя

«Ручей» или сокращение от Михаэль. Дочь царя Шауля, первая жена Давида (1 Шмуэль 18).

מ мем, 40 — «вода»; י йод, 10 — «рука»; כ каф, 20 — «ладонь»; ל ламед, 30 — «учить»

Число и слово

Буквы имени Михаль вместе дают 100. У слова Торы ימים — «моря» — то же число. Вот где оно стоит и что там происходит:

ימים

«моря»

Берешит 1:10

Третий день творения. Бог собирает воды в одно место, и появляется суша. Бог называет сушу землёй, а собрание вод — морями, «ямим», и видит, что это хорошо. Моря — граница, за которой суша может стать домом. Вода отступает, чтобы было место для жизни. Семья может спросить себя: где мы отступаем, чтобы у другого появилось место? И как граница может быть не стеной, а тем, что даёт каждому свою землю.

Если вглядеться

> Собрание вод Бог назвал морями и увидел, что это хорошо. Море огромно, и в нём соединяется множество вод. Многим знакомо, как в большой семье трудно всех собрать: разные города, разные графики, разные характеры. Бывает, что родные годами встречаются только по поводу, и то не все. Собрание в Торе названо хорошим, как будто сама встреча уже благо. На этой неделе можно предложить общий видеозвонок или встречу для всей большой семьи — бабушек, дядей, двоюродных — без особого повода, просто чтобы побыть вместе.

Как это прочитать

Для ребёнка имя — первое, что он узнаёт о себе. Расскажите Михаль эту страницу своими словами: откуда имя, почему выбрали именно его, что за слово стоит рядом. Не нужно объяснять «смысл» — детям достаточно истории. Смысл они найдут сами, позже, и он может оказаться другим, чем думали ты. Это нормально.

Михаль — Разговор

Задавайте эти вопросы не подряд, а по одному — за ужином, в дороге, перед сном. Под каждым мы написали, зачем он нужен.

Если ребёнку меньше 8 лет

1. «Какая буква в твоём имени нравится тебе больше всех? Нарисуй её».

Маленькие дети думают руками. Рисуя свою букву, ребёнок буквально присваивает имя — делает его своим.

2. «Что ты больше всего любишь делать с папой? А с мамой?»

Ответ покажет, в какие минуты ребёнок чувствует близость. Часто это не то, что планируют взрослые, а мелочи: дорога в садик, сказка перед сном.

3. «Когда тебе страшно, что тебе помогает?»

Ребёнку важно знать, что о страхе можно говорить. Не спорьте с ответом и не спешите успокаивать — просто запомни, что помогает.

Если ребёнок старше

1. «Твоё имя означает: ручеёк. Где это есть в твоей жизни?»

Вопрос не даёт готового ответа, а предлагает примерить слово на себя. Если ответ «нигде» — это тоже ответ, и его стоит уважать.

2. «Что из нашей семьи ты хотел бы когда-нибудь передать своим детям?»

Этот вопрос показывает, что в семье ценно для него самого. Родители часто удивляются ответу — и узнают о своём доме что-то новое.

3. «Что у нас дома тебе непонятно? Спроси прямо».

Дети замечают больше, чем нам кажется, но редко спрашивают. Разрешение спросить — уже знак доверия. Отвечайте честно и коротко.

4. «Когда тебе нужна помощь, как нам лучше её предложить?»

Подростки часто отказываются от помощи не потому, что она не нужна, а из-за того, как её предлагают. Ответ подскажет форму.

Ответы — впишите сами

Благословение

В еврейских семьях есть обычай: в пятницу вечером родители кладут руку на голову ребёнка и говорят несколько слов. Он не требует веры — только одной минуты в любой вечер недели. Рука на голове говорит без слов: ты под защитой, тебя любят. Дети запоминают такие минуты на всю жизнь, даже если делают вид, что им неловко.

ישימך אלהים כשרה רבקה רחל ולאה

«Пусть Бог сделает тебя подобной Саре, Ривке, Рахели и Лее» (слова традиции).

Каждый с каждым

В семье из четырёх человек — шесть отдельных связей, и у каждой своя жизнь. Отношения мамы с сыном — не то же самое, что отношения папы с тем же сыном. Здесь мы смотрим на каждую пару отдельно: складываем два числа и читаем слово, которое получилось.

Ты — начало этой семьи. Всё остальное выросло из твоей пары, и дети учатся любви, глядя, как ты говоришь друг с другом. Поэтому о твоей паре — подробнее.

Давид · Сарра

Давид и Сарра: 14 + 505 = 519.

Общих букв нет — вместе в именах 5 разных букв.

Вопросы друг другу

1. «Какой день нашей жизни тебе хотелось бы прожить ещё раз?»
2. «Что нам стоит начать делать вдвоём?»
3. «Каким ты видишь наш дом через десять лет?»

Между родителем и ребёнком всегда есть неравенство: один заботится, другой растёт. Хорошая связь — когда ребёнок знает, что у него есть время, принадлежащее только ему и одному из родителей. Попробуй раз в месяц провести час вдвоём — без братьев и сестёр, без телефонов.

Давид · Ноам

Давид и Ноам: 14 + 166 = 180 — פנים, «лицом к лицу» (Берешит 32:31).

Ночью у реки Ябок Яаков борется с кем-то до рассвета. Утром он называет место Пниэль: «Я видел Бога лицом к лицу, и уцелела душа моя». «Паним» — лицо. После ночи страха Яаков выходит хромая, но с новым именем — Исраэль. Лицо к лицу — это встреча без масок, которая меняет человека. Семья может задуматься, когда мы в последний раз говорили друг с другом лицом к лицу, честно, даже если это было трудно.

Если вглядеться

> Яаков называет место Пниэль, потому что видел лицом к лицу. Встреча лицом к лицу — это когда не прячутся и не отворачиваются. Многим знакомо, как в семье говорят через спину: из соседней комнаты, в переписке, через кого-то. Бывает, что годами супруги или родители с детьми не смотрят друг другу в глаза во время разговора. А лицо говорит больше слов. На этой неделе можно договориться обо всём важном говорить только лицом к лицу: сидя напротив, отложив телефоны, глядя друг на друга, даже если разговор займёт всего несколько минут.

Общие буквы: ו.
Спросите друг друга: «Что нам с тобой нравится делать вдвоём?»

Давид · Михаль

Давид и Михаль: 14 + 100 = 114 — חנון, «милосердный» (Шмот 22:26).

Тора говорит: если взял в залог одежду ближнего, верни её до захода солнца, ведь это его единственное покрывало, в чём он будет спать? И если он воззовёт ко Мне, Я услышу, ведь Я милосерд, «ханун». Милосердие здесь — очень конкретное: вспомнить, что человеку ночью холодно. Семье можно подумать: замечаем ли мы, в чём нуждаются близкие к вечеру? Что мы можем вернуть им до захода солнца.

Если вглядеться

> Тора велит вернуть бедному одежду до ночи, потому что ему не в чем спать. И объясняет: Бог милосерден. Многим знакомо, как в семье правила иногда соблюдаются так строго, что забывается человек. Бывает, что наказание или требование остаётся в силе даже тогда, когда ребёнку или взрослому уже тяжело. Милосердие не отменяет правил, но помнит, что ночью человеку нужно тепло. На этой неделе можно в конце дня отменить какое-нибудь незначительное требование или последствие, если видно, что человек уже устал, и сказать ему об этом мягко.

Общих букв нет — вместе в именах 6 разных букв.
Спросите друг друга: «Какой день вместе ты помнишь лучше всего?»

Сарра · Ноам

Сарра и Ноам: 505 + 166 = 671.

Общих букв нет — вместе в именах 7 разных букв.
Спросите друг друга: «Чему ты хотел бы у меня научиться?»

Сарра · Михаль

Сарра и Михаль: 505 + 100 = 605 — ששה, «шесть» (Берешит 30:20).

Лея рожает шестого сына и говорит: одарил меня Бог добрым даром, теперь муж мой будет жить со мной, ибо я родила ему шесть сыновей. Она называет сына Завулон. Шиша — шесть. За этим числом стоят долгие годы ожидания любви. Лея каждый раз надеется, что её увидят. Тора не скрывает этой боли. Шесть сыновей — полнота, а желание остаётся простым: чтобы муж был рядом. Слышат ли друг друга в вашей семье, когда кто-то тихо ждёт, чтобы его заметили?

Если вглядеться

> Лея говорит: я родила мужу шесть сыновей, — и в этих словах слышна надежда наконец быть оценённой. Многим знакомо это чувство, когда человек снова и снова вкладывает в семью, ожидая, что его наконец увидят и полюбят за это. Бывает, что такая надежда живёт годами и никто не

> догадывается о ней. Любовь, которую приходится заслуживать, утомляет. На этой неделе можно сказать тому, кто в семье больше всех старается, что его любят не за сделанное, а просто потому, что он есть.

Общих букв нет — вместе в именах 7 разных букв.

Спросите друг друга: «Куда мы пойдём вдвоём в следующий раз?»

Братья и сёстры — самые долгие отношения в жизни: они начинаются раньше дружбы и длятся дольше, чем отношения с родителями. Ссоры между ними — не признак беды, а способ учиться договариваться. Задача родителей — не судить, кто прав, а помочь каждому быть услышанным.

Ноам · Михаль

Ноам и Михаль: 166 + 100 = 266 — אסרה, «свернуть, чтобы увидеть» (Шмот 3:3).

Моше пас овец у горы Хорев и увидел куст, который горит и не сгорает. Он сказал: «Сверну я и посмотрю на это великое зрелище». И только когда Бог увидел, что Моше свернул посмотреть, Он позвал его из куста. Разговор начался с того, что человек остановился и отошёл от привычной тропы. Семье можно спросить себя: замечаем ли мы необычное рядом с собой и готовы ли свернуть с пути, чтобы его увидеть?

Если вглядеться

> Моше мог пройти мимо горящего куста, но свернул с пути, чтобы посмотреть. В семейной суете мы часто идём мимо: мимо рисунка на столе, мимо фразы, брошенной ребёнком в дверях, мимо усталого лица супруга. Бывает, что самое важное в доме не кричит, а просто тихо горит сбоку от дороги, и заметить его можно, только замедлив шаг. Многим знакомо позднее сожаление, что не остановились вовремя. На этой неделе можно назначить себе одно «сворачивание» в день: когда кто-то из близких показывает или рассказывает что-то, отложить своё дело и полностью повернуться к нему — хотя бы на минуту.

Общие буквы: מ.

Спросите друг друга: «Что мы умеем делать вместе лучше, чем поодиночке?»

История нашей семьи

Эти вопросы дети задают родителям, бабушкам и дедушкам. Не нужно всё сразу — один вопрос за ужином. Записывайте ответы: через двадцать лет эта страница станет самой дорогой в книге. Помните, о чём говорили исследователи: ребёнку важна не красивая история, а честная — в которой были и трудности, и то, как семья с ними справилась.

1. Как и где познакомились мама и папа?
2. Почему меня назвали именно так? Кто выбрал имя?
3. Откуда родом бабушки и дедушки? Как их звали?
4. Откуда наша фамилия и что о ней рассказывали в семье?
5. Какими были мама и папа в моём возрасте?
6. Какое трудное время пережила наша семья и как она его прошла?
7. Кто в нашей семье первым переехал в эту страну и почему?
8. Какой праздник у нас самый главный и как его отмечали раньше?
9. Какую вещь в доме мы храним дольше всех и почему?
10. Какое блюдо или какая песня у нас — «наши»?
11. Чему тебя научили твои родители? Чему ты хочешь научить меня?
12. Что в нашей семье передаётся из поколения в поколение?

Ответы — впишите сами

Когда в доме спор

Спор в семье — это не авария, а разговор, который пошёл не так. Ниже — четыре простых правила. Они работают не потому, что они умные, а потому, что их договорились соблюдать все.

1. Остановиться.

Тот, кто злится, делает три медленных вдоха, прежде чем говорить. Злость проходит быстрее, чем кажется, — а сказанное остаётся.

2. Говорить по очереди.

Второй сначала пересказывает, что услышал, и только потом отвечает. Часто после пересказа спорить уже не о чем.

3. Говорить о себе.

«Мне обидно», а не «ты всегда». Первое можно услышать, на второе хочется защищаться.

4. Закончить вместе.

Когда спор затих, скажите вслух фразу твоей семьи. Она напоминает, что ты всё ещё одно целое:

«Без тебя нет нашего числа 785».

Ноам и Михаль

«Без тебя нет нашего числа 266». «Вместе мы — свернуть, чтобы увидеть».

Первые семь вечеров

Не нужно читать всё сразу. Начни с семи вечеров по 15 минут — лучше за ужином и без телефонов на столе. Пятнадцать минут — это немного, и именно поэтому получится. Главное — регулярность, а не длина.

Вечер 1 — вся семья. Каждый находит своё имя и пересчитывает его по таблице букв. Прочитайте вслух слово вашей семьи и строку под ним.

Вечер 2 — Давид. Откройте страницу «Давид» и задавайте вопросы по очереди. Что записать в ответы, решает Давид.

Вечер 3 — Сарра. Откройте страницу «Сарра» и задавайте вопросы по очереди. Что записать в ответы, решает Сарра.

Вечер 4 — Ноам. Откройте страницу «Ноам» и задавайте вопросы по очереди. Что записать в ответы, решает Ноам.

Вечер 5 — Михаль. Откройте страницу «Михаль» и задавайте вопросы по очереди. Что записать в ответы, решает Михаль.

Вечер 6 — история семьи. Дети задают вопросы со страницы «История нашей семьи», родители рассказывают.

Вечер 7 — выходной. Благословение детей и стих со словом семьи פשתה (Ваикра 13:47).

Дальше — раз в месяц семейный совет. В годовщину свадьбы — стих вашей пары. В день, который вы сами назначите «днём семьи», перечитайте книгу и допишите новые ответы. А в 13 лет подарите ребёнку его страницу.

Благословение

יברכך ה׳ וישמרך. יאר ה׳ פניו אליך ויחנך. ישא ה׳ פניו אליך וישם לך שלום

«Да благословит тебя Бог и сохранит тебя. Да озарит тебя Бог Своим ликом и помилует тебя. Да обратит Бог к тебе Свой лик и даст тебе мир» (Бемидбар 6:24–26).

Напоследок

Эта книга закончилась, а разговор — нет. Всё, что здесь напечатано, — только повод. Настоящая книга твоей семьи пишется в тех местах, где ты вписал ответы своей рукой, и в тех вечерах, когда телефоны лежали экраном вниз, а кто-то из тебя впервые рассказал, чего он боится или о чём мечтает.

Спрячьте её не слишком далеко. Достаньте через год — в тот же день — и перечитайте ответы. Дети вырастут, ответы изменятся, а страницы останутся, и однажды твой ребёнок покажет их своим детям: «Смотри, это писал я, когда мне было семь».

Семья — это не люди, которые всегда согласны. Это люди, которые возвращаются друг к другу после несогласия. Пусть слово твоей семьи напоминает тебе об этом.

Знак семьи

Эту страницу можно распечатать и повесить в рамке у входа в дом.

כהן

Коэн

פשתה

«лён»

785 · Ваикра 13:47

דוד · שרה · נועם · מיכל

Давид · Сарра · Ноам · Михаль

Таблица букв

א алеф, 1 — «бык»
ב бет, 2 — «дом»
ג гимель, 3 — «верблюд»
ד далет, 4 — «дверь»
ה ѓей, 5 — «вот»
ו вав, 6 — «крюк»
ז заин, 7 — «оружие»
ח хет, 8 — «ограда»
ט тет, 9 — первая буква слова «тов» — «хорошо»
י йод, 10 — «рука»
כ каф, 20 — «ладонь»
ל ламед, 30 — «учить»
מ мем, 40 — «вода»
נ нун, 50 — «рыба»
ס самех, 60 — «опора»
ע аин, 70 — «глаз»
פ пей, 80 — «рот»
צ цади, 90 — в Талмуде — «праведник»
ק коф, 100 — в Талмуде — «святой»
ר реш, 200 — «голова»
ש шин, 300 — «зуб»
ת тав, 400 — «знак»

Как проверить самому: возьмите таблицу букв выше и сложите буквы имени — получится его число. Найдите в любой Торе стих по ссылке: слово с тем же числом стоит там.

Воспроизвести этот расчёт

Движок: SAPIR 15.65 · Текст Торы: Westminster Leningrad Codex (CC BY 4.0)
Правила счёта: стандартная гематрия (mispar hechrachi); конечные буквы считаются как обычные
Данные: doi.org/10.5281/zenodo.22848827 · github.com/shimonmeleh666-alt/sapir861-gematria-data · Дата расчёта: 2026-10-28
Та же страница у тебя: https://sapir861.com/provenance?q=4
Любой человек может открыть ссылку и получить тот же результат. Если движок изменится, номер версии изменится вместе с ним.

Источники

Смысл имён — по тексту Танаха (Westminster Leningrad Codex) и словарю Стронга (1890).
Westminster Leningrad Codex (OSHB), CC BY 4.0 · Strong’s Hebrew Dictionary (1890), public domain · Duke M., Fivush R., Emory University, Do You Know scale (2001–2010) · The Family Dinner Project
Биньямин Пичхадзе, «Хумаш 354» (חומש 354), Бней-Брак, 2002 / התשס״ג

Разбор составлен 2026-10-28 · sapir861.com · Это сложение, а не пророчество.

Эта книга — не психологическая, медицинская или юридическая консультация и не заменяет помощь специалиста. Числовые совпадения не являются доказательством и ничего не говорят о будущем. Если в семье трудно долго, обратитесь к семейному психологу.