

# Медитации для Рош Ходеш Элюль

Один из стихов Торы гласит: “Умаль Хашем эт левавах вэ эт левав зарха”. Аббревиатура этого стиха дала название месяцу “Элюль” (אלול).

В переводе, смысл этого предложения таков - “Творец духовно очистит наши сердца и сердца наших сыновей”. Согласно Каббале, энергия Получения содержится именно в сердце и подразделяется на две части: “Желания Получать для Самого Себя” и “Желания Получать для того чтобы Делиться”. Когда Творец очищает наше сердце, эти части отделяются друг от друга, позволяя нам более полно подсоединиться к нашему Желанию Получать для того чтобы Делиться.

**Медитация Первых Двух Дней Месяца Элюль:** В первые 48 часов Элюля мы совершаем специальную медитацию, объединяющую 4 буквы Тетраграмматона, *Йуд, Хэй, Вав, Хэй* с мощным именем Творца – *Алеф, Хэй, Йуд, Хэй* следующим образом (так, мы активируем энергию *Бина*, помогающую нам избавиться от негативности)

**Медитация для Окунания в Микве в Рош Ходэш Элюль:** В Рош Ходэш Элюль, мы можем окунуться 13 раз. Это позволит снять негативность и подготовить сосуд к очищению происходящему в месяц Девы.

Дата	ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ЭЛЮЛЬ	Московское Время
20 АВГ	אָהֵי אֵיִהְיֶה יְהוּה יֵאֱהִי	Наступление темноты - 3 звезды 20:55:37
20 АВГ	אָהֵי אֵיִהְיֶה יְהוּה יֵאֱהִי	4 пропорциональных часа после Заката 22:59:39
21 АВГ	אֵיִהְיֶה אֵיִהְיֶה יְהוּה יֵאֱהִי	8 пропорциональных часов после Заката 02:06:37
21 АВГ	הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי	Восход 05:13:35
21 АВГ	הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי	4 пропорциональных часа после Восхода 10:05:48
21 АВГ	הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי	8 пропорциональных часов после Восхода 14:58:02
	אָלֶפֶת הֵי יוֹד הֵי יוֹד הֵי וָו הֵי אָהֵי	Сканировать вместе с предыдущей строкой

## ВТОРОЙ ДЕНЬ ЭЛЮЛЬ

21 АВГ	יְהֵאֵי יְהֵאֵי וְהֵי וְהֵי אָהֵי	Закат 19:50:15
21 АВГ	יְהֵאֵי יְהֵאֵי וְהֵי וְהֵי אָהֵי	4 пропорциональных часа после Заката 22:58:40
22 АВГ	יְהֵאֵי יְהֵאֵי וְהֵי וְהֵי אָהֵי	8 пропорциональных часов после Заката 02:07:06
22 АВГ	הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי	Восход 05:15:31
22 АВГ	הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי	4 пропорциональных часа после Восхода 10:06:17
22 АВГ	הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי הָאֵי	8 пропорциональных часов после Восхода 14:57:02
	יֹד הֵי וָו הֵי אָלֶפֶת הֵי יוֹד הֵי יְהוּה	Сканировать вместе с предыдущей строкой

ברייח אלול יטבול יייג טבילות להעביר  
זוהמת חול ויכוין לאהיה יהוה ארני כזה:

Immersion 1	אֵי דֵאֵיִהּ מֵאִירָה בְּיַד דֵּיִהוּה.
Immersion 2	יֵי דֵיִהוּה מֵאִירָה בְּאֵי דֵאֵרְנֵי.
Immersion 3	הֵי רֵאשׁוֹנָה דֵאֵרְנֵי בְּהֵי רֵאשׁוֹנָה דֵיִהוּה.
Immersion 4	הֵי רֵאשׁוֹנָה דֵאֵרְנֵי בְּדֵי דֵאֵרְנֵי.
Immersion 5	יֵי דֵאֵיִהּ בְּיַד דֵּיִהוּה.
Immersion 6	וֵי דֵיִהוּה בְּנֵי דֵאֵרְנֵי.
Immersion 7	הֵי אַחֲרֵיִהּ דֵאֵרְנֵי בְּהֵי אַחֲרֵיִהּ דֵיִהוּה.
Immersion 8	הֵי אַחֲרֵיִהּ דֵיִהוּה בְּנֵי דֵאֵרְנֵי.
Immersion 9	יְכוּיִן לְגֵיִא שֶׁל גֵי שְׁמוֹת בִּיחַד כֹּזֶה : אֵיִא.
Immersion 10	יְכוּיִן לְגֵיִא שֶׁל גֵי שְׁמוֹת בִּיחַד כֹּזֶה : הָהֵר.
Immersion 11	יְכוּיִן לְגֵיִא שֶׁל גֵי שְׁמוֹת בִּיחַד כֹּזֶה : וָוֵי.
Immersion 12	יְכוּיִן לְגֵיִא שֶׁל גֵי שְׁמוֹת בִּיחַד כֹּזֶה : הָהֵי.
Immersion 13	יְכוּיִן לְכַלּוֹת כּוֹלֶם בִּיחַד כֹּזֶה : אָהֵיִהּ בְּבִינָה, יְהוּה בְּתִיִת, אָרְנֵי בְּמַלְכוּת.

←  
направление сканирования