

# 15 ЭТАПОВ СЕДЕРА



**Гадлут Бэт** – это уникальная «энергия взросления», приходящая в наш мир лишь в Песах, чтобы уничтожить негативность. По своей интенсивности она подобна энергии 10-ой из Египетских казней, и даже интенсивнее энергии Шаббата. Эта энергия зрелости делает Зейр Анпин «взрослым», чтобы через него к нам спустился спасительный Свет, когда мы стоим на самом краю пропасти – у 49-х врат негативности. Эта энергия спускается вниз 8 раз: 4 раза – от нашей духовной Мамы (Има, Бина) и 4 раза – от нашего духовного Папы (Аба, Хохма). Бина и Хохма являются источниками всех необходимых нам аспектов энергии.

**Маца** – трансформирует наши вредоносные страхи, чтобы позволить нам наполниться абсолютной уверенностью на весь предстоящий год. Также с ней мы приобретаем единственный полезный страх – страх отключиться от Света.

**Вино** – преобразует так называемую «ограничивающую любовь». Мы зачастую тянемся к тому, что приносит нам вред. Это зависимости, привязанности, пристрастия, к которым мы питаем любовь, творим из них идола на замену Свету. С помощью вина мы наполняем истинной любовью – любовью к Свету.

## 15 ЭТАПОВ:

### 1. Кадэш (1-ый бокал вина)

Получение 1-ого Гадлут Бэт из Бины (Большая энергия от Имы) для трансформации «ограничивающей любви».

Устранение Духа Глупости (Руах штут) – Мы порой ведем себя глупо, поступаем безумно, а потом не понимаем, как мы могли так поступить? Как сказано в Талмуде: «Человек грешит только тогда, когда им овладевает «руах штут». Мы освобождаемся от глупости, чтобы видеть последствия своих поступков и избежать действий, которые впоследствии нам навредят.

Устранение «ограничивающей любви», заменяем её на любовь к Свету.

Инструкции: пьем бокал вина/виноградного сока, наклонившись влево. Не обязательно выпивать полный до краев бокал, главное – чтобы было не менее 90 граммов, и выпить нужно одним глотком.

«Ограничивающая любовь», то есть разного рода

зависимости и пристрастия, тяга к чему-то, помимо Света, проявляются в вашей жизни как:

---

---

---

Как она влияет на нас, заставляя вас поступать глупо и реактивно?

---

---

---

Как вы вели себя в этом смысле до Песаха, и что вы хотите изменить?

## 2. Урхац: омовение рук

Смывает нашу негативность, подготавливая к получению более сильной энергии в дальнейшем. Действует так же, как микве.

Инструкции: Этот этап выполняется только главой стола. Остальные мысленно помогают ему в медитации.

## 3. Карпас: петрушка

«Карпас» в переводе с иврита означает «петрушка», и в своем корне содержит слово «перах», означающий рабский труд. Рабы совершают лишь необходимый минимум работ, не желая пошевелить пальцем сверх меры. Здесь мы получаем силу, чтобы сделать сверхусилие, когда это необходимо, и смягчаем «тяжелую работу» своей жизни.

Инструкции: Окунаем небольшую ветку петрушки в подсоленную воду и едим ее, медленно пережевывая. Запишите одну сферу своей жизни, где вы совершаете лишь необходимый «проходной» минимум работ, хотя могли бы сделать больше:

## 4. Яхац: преломление мацы

Глава стола разламывает 2-ую мацу на 2 части. Большая часть называется Афикоман и ее прячут.

Меньшая часть мацы символизирует букву Далет и остается на столе. Большая, спрятанная часть символизирует букву Вав.

Вав – это Зеир Анпин. Это та сила внутри нас, которая должна переродиться сегодня. Вот почему в конце Седера мы ее «найдем» или «раскроем».

Инструкции: Этот этап выполняется только главой стола. Каждый стол выполняет это самостоятельно.

## 5. Магид: чтение Агады и 2-й бокал вина

Вино – получение 2-го Гадлут Бэт (энергия взросления) из Бины (мама, Има) для преобразования «ограничивающей любви».

Вино – устраняет дух отрицательных сексуальных желаний и «короткие замыкания».

Сканирование текста, пение и чтение Агады (рассказов), чтобы с помощью этих слов создать положительных ангелов и Окружающий Свет (Ор Макиф) на предстоящий год.

Инструкции: пьем бокал вина/виноградного сока, наклонившись влево.

Каким образом ограничивающая любовь пробуждает в вас отрицательную сексуальную энергию? Например, тяга обладать конкретным человеком противоположного пола порождает эротические фантазии; зависимость от внимания поклонников/ниц побуждает вас флиртовать со всеми подряд и т.д. Если вам трудно привести пример, просто укажите, в каком виде у вас проявляется подобная отрицательная энергия.

## 6. Рахца: омовение рук с благословением

Смываем негативность с наших рук. Снова очищение, духовная микве.

Инструкции: это можно сделать за своим столом, пожалуйста, экономьте воду – используйте только необходимый минимум.

## 7. Моци: делаем благословение на мацу и едим ее (пункты 7 и 8 делаем вместе).

а) Получаем 1-ый Гадлут Бэт (энергия взросления) из Хохма (Аба, Папа), чтобы трансформировать вредоносный страх.

б) Мы говорим Амоци на мацу, благословение для трапезы, чтобы вложить энергию в еду.

Инструкции: едим кусочек мацы, наклонившись влево. Медленно жуем и медитируем.

Напишите ниже ваши вредоносные страхи (любой страх, помимо страха перед Творцом, страха отключится от Света)

## 8. Маца: делаем благословение на мацу и едим ее

Получаем 2-ой Гадлут Бэт (энергия взросления) из Хохма (Аба, Папа), чтобы трансформировать вредоносный страх.

Инструкции: Едим еще один кусочек мацы, наклонившись влево.

Укажите еще один страх, который вам вредит:

## 9. Марор: горькое, хрен.

а) Когда мы жуем хрен до появления сладкого вкуса, мы облегчаем процесс тикун (исправления) в течение года. Нельзя глотать его слишком рано, хрен должен стать сладким.

б) Марор – нумерология слова «мавет» (смерть).

Поэтому мы можем подсластить всю энергию смерти, подключиться к бессмертию. Медленно жуем и медитируем, что мы разрушаем каменные стены своего сердца и убираем все виды смерти.

с) Инструкция: хрен кладем на горький лист салата и совсем чуть-чуть окунаем в харосет (чтобы сбалансировать энергию, но при этом не перебить горький вкус).

### **10. Корех: едим мацу, марор, харосет вместе – в виде сэндвича**

Получаем 3-ий Гадлут Бэт (энергию взросления) из Хохма, чтобы трансформировать вредоносные страхи.

Инструкции: Едим кусочек мацы и немного хрена с фруктовой смесью, наклонившись влево.

И снова о ваших вредоносных страхах (можно то же самое, что и выше):

---

---

### **11. Шульхан Орэх**

а) Инструкции: сначала едим кусочек яйца, который представляет чистое желание, затем...Приятного Аппетита! Ухаживаем и заботимся друг о друге в режиме дарования. Стараемся поменьше говорить о себе, побольше слушать других.

### **12. Цафун: едим спрятанную мацу после трапезы**

Получаем 4-й Гадлут Бэт (энергию взросления) из Хохма, чтобы трансформировать все наши вредоносные страхи. Рождается Зеир Анпин! Мы открываем Афикоман (мацу, которую спрятали ранее) и едим ее.

Инструкции: Едим, наклонившись влево.

Ваш вредоносный страх:

---

---

---

### **13. Барех: пьем 3-й бокал вина**

Вино – Получаем 3-ий Гадлут Бэт (энергия взросления) из Бины, чтобы трансформировать ограничивающую любовь.

Дополнительная медитация: Защита от дурного глаза.

Инструкции: Пьем бокал вина или виноградного сока, наклоняясь влево.

Ваша ограничивающая любовь:

---

---

Примеры дурного глаза в вашей жизни:

---

---

### **14. Алель: песни (4-й бокал вина)**

а) Вино – Получаем 3-ий Гадлут Бэт (энергия взросления) из Бины, чтобы трансформировать ограничивающую любовь.

б) Дополнительная медитация: Отключаемся от нечистой системы, с которой нас обычно соединяет наше стремление к личной выгоде.

с) Инструкции: Пьем бокала вина или виноградного сока, наклоняясь влево.

Как ограничивающая любовь заставляет вас искать личной выгоды?

---

---

### **15. Нирца: заключительные песни**

Объединяем все этапы вместе с помощью песен. Также песни подключают нас к уверенности в том, что мы сумеем вырваться из оков собственной негативности и эго. Больше никакого страха и фальшивой любви. Навсегда!

