

# LeChaim

DAS MAGAZIN



Ausgabe 16  
Dezember/Kislev  
2021/5782



**Wer war der Lubawitscher Rebbe?  
Rezept für Sufganyot! / Club Chai Mädchen Schabbaton  
Von Konflikten zur ultimativen Liebe / Challah Backen  
Gmach Jehudit: Schnelle Hilfe zu Schabbat**

# Diwre Tora zu Chanukka

von unserem Gemeinderabbiner Rav Israel Netanelov



## Das besondere am Schamasch

Einst stellte ein Jude dem Admor Rabbi Awraham aus Sochatchov i.s.A. eine interessante Frage: „Wieso ist es aus halachischer Sicht zu Channukka in Ordnung, wenn eine Person zuhause die Chanukka Kerzen zündet und die anderen damit befreit, zu Pessach aber jeder einzelne für sich die vier Gläser Wein trinken muss und man sich nicht befreien lassen kann?“

Antwortete der Rabbiner: Ein wenig Licht vertreibt viel Dunkelheit und jeder genießt von dem Licht, unabhängig davon, wer die Kerze zündet. Beim Wein allerdings spürt nur derjenige etwas, der den Wein trinkt und sonst kein anderer.

Zu Chanukka haben unsere Weisen uns aufgeboten, die Chanukkia an

einem Ort aufzustellen, wo möglichst viele Menschen sie sehen. Das ist eine große Lehre für uns: Wir alle haben einen kleinen Lichtfunken (gemeint sind unsere einzigartigen Eigenschaften und Stärken) in uns, den wir verbreiten sollen anstatt ihn nur für uns zu behalten.

Jeder einzelne von uns beeinflusst sein Umfeld - mal mit Absicht und mal ohne. Manchmal sehen uns die Menschen (und das können auch Familienmitglieder und unsere Kinder sein), wie wir etwas bestimmtes machen und fangen darauf hin an, es auch so zu machen. Das bedeutet, dass wir in Wirklichkeit sehr verantwortungsbewusst mit unseren Taten vorgehen sollten.

Der Lubawitscher Rebbe erzählte einst eine Anekdote zu Chanukka: Bei der Chanukkia gibt es die Kerzen, die wir zünden müssen und den Schamasch, den wir verwenden, um die anderen Kerzen anzuzünden. Welche Kerze ist wohl die wichtigste? Einige würden jetzt meinen: Natürlich die Kerzen, die angezündet werden sollen!

Doch lohnt es sich, da genauer hinzuschauen: Die Kerze, die an der höchsten Position steht und

immer sofort erkennbar ist, ist die Schamasch-Kerze. Dennoch gehört die Schamasch-Kerze nicht zur Mitzwa des Zündens dazu, sondern lediglich die Kerzen des jeweiligen Tages. Wie kann das sein?

Erklärte der Rebbe, dass der Schamasch genau das Gegenteil des Egoismus symbolisiert. Er behält das Licht nicht nur für sich, sondern gibt diese weiter an die anderen Kerzen. Der Schamasch symbolisiert den Vater, der früher von der Arbeit nachhause kommt, um seinen Kindern Aufmerksamkeit zu geben. Der Schamasch symbolisiert die Mutter, die uns auf die Welt brachte und erzogen hat. Der Schamasch symbolisiert denjenigen der weiß, dass er nicht umsonst oder allein auf der Welt ist, sondern um anderen zu helfen. Und das interessante: Derjenige, der anderen gibt ist auf der höchsten Position! Der beste Weg dir selber zu helfen ist, anderen zu helfen.

„Ein wenig Licht vertreibt viel Dunkelheit“, das bedeutet, dass jede gute Tat und jede Investition in Torah-Studium viel Dunkelheit auf der Welt vertreibt, bis die gesamte Welt erhellt wird von der Erlösung!  
Chag Chanukka Sameach!

## Vorwort

von unserem Obmann Golan Yonatan

Zu Chanukka vor einem Jahr haben einige mutige Organisatoren den Schritt gewagt, etwas außergewöhnliches auf die Beine zu stellen. Mit sehr viel Mut, ohne Budget, großen Einfallsreichtum, einer inneren Verantwortung zur Gemeinde und einen unglaublich großen Glauben an Haschem wurde das unmögliche Möglich gemacht. Im schlimmsten Lockdown hatten wir in unserer wunderschönen Wiener Gemeinde einen Chanukka Drive-In mit fast 1500 Teilnehmern. Der starke Zusammenhalt in diesen schwierigen Zeiten bringt uns dieses

Jahr wieder dazu, gemeinsam das Chanukka Drive-In zu organisieren. Ich freue mich außerdem ein Teil des großen Challah-Backens gewesen sein zu dürfen, bei dem mehr als 200 Frauen aller religiösen Schichten gemeinsam den Teig für die leckeren Challot im Bet Halevi ansetzten. Erfreulicherweise vergrößert sich unsere Chanukka Autoparade die am den Do. 2.12. um den Ring fahren wird um mehrere Autos. Bringen Sie Licht in die dunklere Zeit - helfen Sie, spenden Sie und geben Sie - als Vorbild für unsere Kinder und um jüdisches Leben zu fördern.



## Impressum

Herausgeber:  
Bet Halevi  
Zentrum zur Förderung von jüdischem Leben in Wien  
ZVR Nr.: 559346448  
Rabbiner-Schneerson-Platz 2, 1200 Wien  
Tel./WhatsApp: +43 650 4955 770

lechaim@bethalevi.org | www.bethalevi.org  
Redaktion LeChaim: Benjamin Abramov, Rachel Baibochaevev  
Lektorat LeChaim: Golan Yonatan  
Design & Layout: Benjamin Abramov  
Redaktion Leitfaden: Rabbiner Benjamin Sufiev  
© Copyright 2021



# EIN EINBLICK IN DAS LEBEN VON RABBI MENACHEM MENDEL SCHNEERSOHN

Rabbi Menachem M. Schneerson, bekannt als der Lubawitscher Rebbe, gilt als einer der größten jüdischen Führungspersonlichkeiten des 20. Jahrhunderts. Mit seinen Lehren und Botschaften der Güte und Liebenswürdigkeit beeinflusste er sowohl Juden als auch Nicht-Juden (darunter auch bekannte Politiker & Unternehmer) auf der ganzen Welt. Mehrere hundert Briefe erreichten ihn täglich mit unterschiedlichen Fragen und Bitten. Seine „Schlichim“ (Gesandten) sind bis heute in über 100 Ländern aktiv und verbreiten seine Lehre und Ideologie.

## Teil 1: Die ersten Jahre

Der Lubawitscher Rebbe, Rabbi Menachem Mendel Schneerson, s. A., ist das siebte Oberhaupt der Chabad Dynastie. Am 18. April (11. Nissan) 1902 im russischen Nikolajew geboren, ist der Rebbe Sohn des berühmten Kabbalisten und Talmudgelehrten, Rabbi Levi Jizchak und Rebbezin Chana Schneerson. Er wuchs gemeinsam mit zwei jüngeren Brüdern auf. Er ist Urenkel und Namensträger des dritten Rebben, Rabbi Menachem Mendel von Lubawitsch, besser bekannt als der Zemach Zedek.

Aus den jungen Jahren des Rebben erzählt man sich eine Geschichte, die fast symbolisch ist für all das, was später geschehen sollte. Als er neun Jahre alt war, sprang der junge Menachem Mendel todesmutig ins Schwarze Meer und rettete das Leben eines kleinen Jungen, der vom Deck eines Schiffes gestürzt war. Das Gespür dafür, wann das Leben anderer in Gefahr ist, scheint sein Bewusstsein von jeher bestimmt zu haben. Das Gespür für das Versinken der Juden in Assimilation, Unwissenheit oder Entfremdung, ohne dass jemand ihren Hilfeschrei hört. Juden an Universitäten, in isolierten Gemeinden, unter repressiven Regimes. Von frühester Jugend an zeigte er eine außergewöhnliche Verstandesschärfe. Zur Zeit seiner Bar Mizwa wurde der Rebbe als Illuj, als Toragelehrter angesehen. Seine Jugendjahre verbrachte er mit intensivem Torastudium.

1923 traf er erstmals persönlich seinen Cousin zweiten Grades, Rabbi Yosef Yitzchak Schneerson.

1929 heiratete Rabbi Menachem Mendel in Warschau die Tochter des vorherigen Rebben, Rebbezin Chaja Mussia.



<https://www.thejc.com/image/policy:1.486778:1565352854/the%20rebbe.jpg?Sp=94b86c9>

Leider konnten seine Eltern bei der Vermählung nicht dabei sein.

Er studierte später an der Universität von Berlin und dann an der Sorbonne in Paris. Es mögen jene Jahre gewesen sein, aus denen seine hervorragenden Kenntnisse in Mathematik, Medizin und Naturwissenschaften herrühren. 1940 besetzte die Wehrmacht Paris. Mit einem der letzten Züge flüchtete Rabbi Menachem Mendel Schneerson mit seiner Gemahlin nach Vichy. Von da aus ging er nach Nizza und emigrierte 1941 nach New York.

An einem Montag, den 28. Siwan 5701 (23. Juni, 1941) kamen der Rebbe und die Rebbezin in den USA an. Der Tag markiert den Beginn bahnbrechender Bemühungen, Tora und jüdisches Wissen allgemein und chassidische Lehren im Besonderen zu verbreiten. Kurz nach seiner Ankunft begann der Rebbe damit, seine Anmerkungen zu verschiedenen chassidischen und kabbalistischen Abhandlungen zu schreiben zusätzlich zu einer großen Menge an Responsa zu torabezogenen Themen. Nach Veröffentlichung dieser Werke war sein Genius in kürzester Zeit bei Gelehrten aus aller Welt anerkannt.

Quellen:

[https://de.chabad.org/library/article\\_cdo/aid/522982/jewish/Der-Rebbe-Eine-kurze-Biographie.htm](https://de.chabad.org/library/article_cdo/aid/522982/jewish/Der-Rebbe-Eine-kurze-Biographie.htm)

[https://de.wikipedia.org/wiki/Menachem\\_Mendel\\_Schneerson](https://de.wikipedia.org/wiki/Menachem_Mendel_Schneerson)



## Club Chai: Ein Rückblick der letzten Aktivitäten

### Jom Kippur Jugendminjan

Wie jedes Jahr haben wir auch dieses Jahr zu Jom Kippur einen besonderen Minjan nur für Jugendliche organisiert. Knapp 50 Jungs und Mädchen versammelten sich im ersten Stock des Bet Halevi, um gemeinsam in einer sehr einfachen, lockeren und angenehmen Atmosphäre die Gebete des heiligen Tages zu sprechen und zu singen. Die Aliyot wurden nicht für Geld verkauft, sondern für Tora-Studium in der Woche. So wurde die dritte Aliya für 120 Minuten Tora-Studium für ein Monat „verkauft“. Die Rückmeldung der Jugendlichen zeigt, dass sie auch wirklich ihr Versprechen eingehalten haben. Nach Fastenausgang wartete ein leichtes Buffet mit Getränken auf die Jugendlichen.

### Sukkot 2021

Dank einer Spende wurden uns knapp 33 koschere Sets von Arbat HaMinim zur Verfügung

gestellt. Diese haben wir um lediglich 10 Euro den Jugendlichen angeboten. Innerhalb von wenigen Stunden waren alle Sets an die Jungs verteilt! Dadurch konnten sie den gesamten Feiertag lang, also 7 Tage, das wichtige Gebot der Arbat HaMinim erfüllen (Lulav schütteln)!

Weil die Anfrage so groß war, kümmern wir uns darum, nächstes Jahr mehr Sets zu organisieren!

Zu Sukkot veranstalteten wir auch Partys für die Jugendlichen. Für die 12-16 jährigen organisierten wir einen spaßigen Tag. Wir trafen uns in der früh im Bet Halevi und fuhren gemeinsam mit dem Bus zur Laser Tag-Halle. Dort verbrachten wir mehrere Stunden. Anschließend fuhren wir zur Sukka. Dort erwartete uns ein köstliches Buffet von Catering Emanuel! Wir haben gegessen, geredet und viel Spaß gehabt. Natürlich haben die Jungs in der Sukka die Möglichkeit gehabt, das Gebot der Arbat HaMinim zu erfüllen. Selbstverständlich durfte auch ein Schiur Tora nicht fehlen. Rabbiner Zalman Raskin hielt einen kurzen Vortrag über den Feiertag

und die Wichtigkeit von „Achdut“ (Zusammenhalt) in der heutigen Zeit. Für Jugendliche ab 17 Jahren organisierten wir auch eine Feier. Um 17 Uhr trafen wir uns in der Sukka. Auch dort haben die Jungs das Gebot der Arbat HaMinim erfüllen können. In der Sukka haben wir das köstliche Essen von Catering Emanuel genossen, zu Musik getanzt und auch ein Dvar Tora gehört. Natürlich durfte auch ein wenig LeChaim nicht fehlen. Die Jugendliche hatten so eine tolle Zeit, dass sie sogar freiwillig länger geblieben sind und gegen 21 Uhr nachhause gingen. Insgesamt durften wir 50 Jugendliche willkommen heißen. Die Rückmeldungen waren sehr positiv!

## Sonntagsprogramme sind wieder zurück!

Nach den heiligen Feiertagen starteten wir mit voller Kraft in die neue Saison! Jeden Sonntag findet unter einem neuen Motto in den Club Chai Räumlichkeiten eine spannende und lehrreiche Pe'ula (Aktivität) statt.

So ging es beispielsweise bei „Glück oder Verstand?“ darum, den Kindern beizubringen, dass der liebe G-tt von unserer Seite aus die größtmögliche Bemühung erwartet, eher er uns Seinen Segen geben kann. Beim Programm „Reise zum Weltall“ lernten wir den israelischen Weltraumfahrer Ilan Ramon kennen, der zu seiner Reise ins All eine kleine Sefer Torah, eine Mesusa und einen Kidusch Becher mitnahm. Durchschnittlich besuchen uns 40 Jugendliche jeden Sonntag.

## Club Chai Parlament

Jene Jugendliche, die regelmäßig zu den Club Chai Programmen kommen, haben wir zu einem „Parlament“ zusammengeschlossen. So trifft sich das „Parlament“ regelmäßig, um zukünftige Veranstaltungen mitzuplanen.

Sie geben die Ideen, Vorschläge aber auch die passenden Uhrzeiten für die Programme an und gestalten so das Programm mit. Darüber hinaus übernehmen sie auch die Verantwortung und rufen bei den Veranstaltungsorten an und reservieren auch bei Bedarf die Plätze.

**Bei Fragen oder Interesse, steht Rabbiner Zalman Raskin gerne unter der Nummer +43 676 83181880 zu Verfügung.**





## Club Chai's Mädchen Schabbaton in Prag

Der Shabbaton war amüsant, lustig, aber besonders lehrreich und informativ.

Zuerst möchte ich mich bei allen Organisatoren, die diesen unvergesslichen Shabbaton ermöglicht haben bedanken. Dahinter steckt viel Aufwand und Mühe und dies weiß ich wirklich schätzen zu wissen.

Auch das Programm war immer sehr toll. Uns wurde also nie langweilig. Außerdem hat mir der Shabbaton die Möglichkeit geboten neue Freundinnen zu finden, und diese habe ich natürlich ergriffen. Besonders möchte ich mich dafür bedanken, dass wir eine saubere, warme und wunderschöne Unterkunft hatten. Das ist nicht selbstverständlich.

Auch die kurzen aber tollen Shiurim waren immer interessant und nett.

Danke für diese unvergessliche Reise!

Lea Winkler



Der Shabbaton war wirklich einmalig und besonders! Ich, so wie alle anderen Mädchen, haben wirklich vieles dazu gelernt und mitnehmen können.

Dieser Schabbaton war und wird ein unvergesslicher sein - top organisiert, super Schiurim und ein sehr lehrreiches und schönes Programm!

Danke für die Möglichkeit, dabei gewesen sein zu dürfen sowie ein riesen Dankeschön an das ganze Zewet!!

Rachel Ustoniazov



Das war das erste Mal, dass ich mit einer Organisation weggefahren bin. Ich besuche eine österreichische Schule und habe anfangs Angst gehabt, dass ich mich alleine fühlen werde, weil ich niemanden gekannt habe und ich manchmal sehr schüchtern sein kann.

Doch dieser Gedanke war schnell weg! Ich habe echt viele jüdische Mädchen kennengelernt und hatte eine wirklich tolle Zeit auf dem Schabbaton! Es hat super viel Spaß gemacht. Das Hotel war sehr schön und edel, das Programm war

sehr interessant und abwechslungsreich. Vor allem die Schiurim von Edi und Rav Raskin waren sehr lehrreich und haben mir sehr gut gefallen. Ich schaue mir jeden Tag die Videos an, die ich dort gemacht habe und muss jedes Mal aufs Neue grinsen!

Vielen Dank Rav Raskin und vielen Dank allen Organisatoren und Helfer\*innen!!

Vanessa Ben Or

**THOMAS RISS**  
HYGIENE & PAPIER  
[www.tr-shop.at](http://www.tr-shop.at)

**Einweg-  
Handschuhe**

→ zu den Produkten

**Desinfektion  
& Seife**

→ zu den Produkten

**Bio Einweg-  
Geschirr**

→ zu den Produkten

**Toiletten-  
papier**

→ zu den Produkten

# TORAT CHAIM



Der Bet Midrasch ist endlich wieder gefüllt mit wissensdurstigen Schülern, die eifrig die Lehren der Tora studieren. Zahlreiche Chawrutot und Gruppen versammeln sich bereits ab 19 Uhr in den Räumlichkeiten des Bet Midrasch. Die offenen Gemarot, Mischnajot, Halachot- und Chassidut Bücher, verbunden mit dem lautstarken Lernen der Schüler und Lehrer bringen eine wahrhaftig heilige Stimmung, die uns zur Zeit des Lockdowns sehr abgegangen ist.



Es haben sich nach dem Lockdown noch mehr Gruppen zum Lernen gebildet mit neuen Gesichtern. Durch die große Zahl der neuen Schüler, haben wir nun auch einige neue Lehrer in den Bet Midrasch gebracht, die ihren Schülern die heilige Tora beibringen.



**Sie haben Fragen zu unseren Schiurim? Kontaktieren Sie uns per WhatsApp unter +43 650 4955770**



Zwei Mal im Monat finden nun auch wieder Schiurim für Paare statt, mit Themen rundum den Hausfrieden, Kindererziehung, Liebe und Respekt. Mit Witz und Charme bringt Rabbiner Israel Netanelov den Schiur rüber. Ein Stil, der sehr gut bei den Paaren ankommt.

Auch die Schiurim für die Frauen haben wieder gestartet. Hier lernen die Frauen alle zwei Wochen wichtige Halachot zu den Themen Kaschrut und spirituelle Reinheit u.a. mit Rabbiner Benjamin Sufiev. Aber auch Halachot Schabbat stehen auf dem Plan. Diese Schiurim sind

immer sehr gut besucht, da hier praktische Anweisungen mitgegeben werden. Auch neu sind die Workshops von Frau Dvora Kaikov für junge Mütter zum Thema Kindererziehung im Lichte der Tora. Zahlreiche Frauen nahmen an den mehrteiligen Workshops teil.

Für junge Mädchen gibt es jetzt auch Schiurim mit Edi Abramov. Hier werden zeitgemäße Lehren aus dem Tanja und dem Wochenabschnitt vermittelt.

Kommen Sie vorbei und besuchen Sie uns im Bet Midrasch. Hier gibt es für jeden etwas zu Lernen!

## Awot we Jeladim startet wieder!

Das Awot we Jeladim startete erfolgreich wieder in die neue Saison! Im Gegensatz zu letztem Jahr findet das Programm nicht online auf ZOOM statt, sondern live im Bet Halevi! Da freuen sich natürlich Väter und Kinder, da die Atmosphäre eine ganz besondere ist.

Jeden Samstagabend versammeln sich Väter und Kinder und studieren gemeinsam die Tora, lernen die hebräischen Buchstaben, Mischnajot oder Geschichten aus dem Wochenabschnitt. Darüber hinaus werden wöchentlich tolle Geschenke verlost. Der Abend ist jedes Mal ein unvergesslicher!



# Frauen Challah Backen im Bet Halevi

## Im Rahmen des Shabbos Projects 2021

Initiiert wurde das Shabbos-Project 2013 vom Oberrabiener Dr. Warren Goldstein.

Seine Idee war es mit der ganzen Gemeinde von Südafrika einen Schabbat zur gänze zu halten und feiern.

Zuerst gab es Skepsis aber mit viel Werbung und leichten Guidelines, ist es ihm gelungen, dass die Gemeinde, religiöse und auch nicht religiöse und Berühmtheiten aus Südafrika mitgemacht haben.

Die Videos waren so inspirierend, dass sie 2014 das Event für die ganze Welt gelaunched haben – und ab sofort war Wien natürlich sofort dabei.

Peter Winter, war eines der ersten Unterstützer dieses Projektes, und zusammen mit Oberrabiener Eisenberg und einem Team wurde das Shabbos Project in Wien 2014 geboren. Rifki Junger und ich (Suri Hager) waren für das Challa backen zuständig. Von 2014–2019 wurde es mit Hilfe von vielen Frauen in der Gemeinde, besonders Rachel Udler, Tania Liska, Michal Grünberger, und Adi Uri in der ZPC Schule veranstaltet und etwas was nur in Wien möglich war – sogar auch dort gleich gebacken. Dieses Jahr ein besonderes Jahr:

Dieses Jahr hat Claudia Prutscher von der IKG mit Unterstützung von Golan Yonatan, Obmann des Bet Halevi, uns ermöglicht, dass wir dieses tolle Event im Bet Halevi im Festsaal veranstalten durften und es war ein großer Erfolg!

Über 200 Frauen und junge Mädchen waren dabei, von allen Gemeinden, Religiös, nicht Religiös, Chabad, Bucharisch, Grusinisch, Aschkenasisch ... , am 21.10. waren wir einfach EIN Volk das sich zusammen für Schabbat vorbereitet hat und super leckere Challot gebacken haben.

Wie unsere Rednerin Lisa Bezael an dem Abend schon gesagt hat: „Schabbat ist ein Geschenk“. Es ist ein Geschenk für jeden Juden, egal wie er im Leben zur Religion steht.“

Es gab neben dem Teigansetzen noch Programm, sowohl mit einer familiären Chor-Einlage von den Mendelsons-Töchtern und Enkelinnen als auch Tanz-Musik von DJ Golan.

Es wurde zusammen, gebacken, gelacht, gebeten, und gefeiert.

Wir danken alle die das Projekt unterstützt haben.





## LECHAIM'S REZEPT DES MONATS

# Sufganyot

Ca. 14-20 Sufganyot

Zubereitung ca. 30-40 min



**EMANUEL**

— FINEST KOSHER CATERING —



### Zutaten:

- 3,5 Gläser Mehl
- 1 EL Trockene Hefe
- 1/4 Glas Zucker
- 1 Ei
- 1/4 Glas Öl
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1/4 TL geriebene Orangenschale
- 1 Glas Wasser (Stufenweise)

### Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem Teig kneten. Der Teig sollte ein wenig klebrig aber mit fettigen Händen gut zum verarbeiten sein. Mit einem Tuch verdecken und 1 Stunde aufgehen lassen. Nochmal kneten und eine weitere halbe Stunde aufgehen lassen.

Danach Rechtecke aus Backpapier schneiden und den Teig in 15 Bällchen formen. Jedes Bällchen wird am Boden mit etwas Mehl beschichtet und auf einem der Backpapierformen gelegt.

Alles mit einem Tuch verdecken und für eine halbe Stunde aufgehen lassen.

Topf mit ca. 4 cm Öl füllen und gut erhitzen. Das Teigbällchen mit dem Papier heben und mit dem Papier ins Öl geben. Sobald der Teig eine goldgelbe Farbe einnimmt, dann wenden und das Backpapier entfernen.

Wenn die Krapfen keinen weißen Strich in der Mitte aufweisen dann das Öl ein wenig reduzieren.

Danach können die Krapfen gefüllt werden. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt: Marmelade, Schokolade, Vanille usw..

Wir wünschen Guten Appetit und Chag Sameach!

# Von Konflikten zur ultimativen Liebe

In unserer menschlichen Natur fürchten wir uns vor Veränderungen und Komplikationen.

Sie nehmen uns das Gefühl der Sicherheit, es ist die Angst vor dem unbekanntem Neuen, das Austreten aus der Komfortzone. Schon im Tehilim Buch schrieb König David, der kein leichtes Leben hatte, dass er das Süße spürt, in der Bitterkeit seiner Herausforderungen; da nur Gutes von Oben kommt.

In der modernen Welt hat sich die täuschende Ansicht eingeschlichen, dass Schwierigkeiten schlecht sind, Hindernisse uns nur schwächen und Tiefs uns in Depressionen ziehen. Eine schwere Vergangenheit können wir ein Leben lang mitziehen. Oder, wir erkennen welche Fähigkeiten wir eigentlich dadurch gewonnen haben- Geldverlust der uns zu mehr Ambitionen verholfen hat, eine Trennung, die uns schließlich zu unserem Partner geführt hat, schlechte Kollegen, durch die wir unsere Arbeitsstelle verloren haben und uns daruch neu im Berufsleben gefunden haben, eine Absage von einer Firma, die uns verleitet hat selbstständig zu werden.

All diese Ereignisse haben uns Schmerz hinzugefügt und es war ein harter Weg hinauszukommen. Alles in allem hat uns diese Bekümmerteit zu neuen, besseren Menschen gemacht.

Oft ist der Weg hinaus aus dem Schmerz nur durch Schmerz. Denn jedes Hindernis, Schwierigkeit und Tief in unserem Leben hilft uns unsere echten Stärken zu erkennen, die wir selbst nicht kennen. Sie helfen uns aus uns hinauszuwachsen und uns erneut kennenzulernen.

„Nach jedem Tief kommt ein Hoch“, sagen unsere Weisen. In der Ehe ist es nicht anders.

Wir Menschen wachsen und ändern uns ständig- dies ist ein normaler, gesunder und erwünschter Prozess. Es ist ein Zeichen von Leben. In der Routine verfallen wir in Bedrücktheit. Doch eine Veränderung in der Ehe kann zu Konflikten und Auseinandersetzungen führen. Fluktuationen im Eheleben testen unsere Verbindung und fühlen sich wie ein Tief an. Doch dies ist ein gesunder Eheverlauf. Gesundes argumentieren kann uns hier weiterhelfen um uns in der Ehe zu stärken und wieder hoch zu kommen. Argumentation ist eine bedeutungsvolle Art der Kommunikation.

Es ist ein Zeichen von Individualität, von verschiedenen Perspektiven jedes Einzelnen und die Kunst einander etwas beizubringen. Argumente müssen nicht gleich heißen, dass es Probleme in der Ehe gibt.

Argumentation ist eine Kunst die gelernt gehört, denn wenn man sie richtig anwendet, findet man die Harmonie in der Ehe wieder. Hier einige Tipps:

- Beharr nicht drauf Recht zu haben
- Sprich deine Sorgen aus, sobald du spürst, dass sie in dir eine Wut auslösen
- Lerne zu zu hören
- Bleib beim Thema und weiche nicht ab
- Sage nicht etwas, das du schließlich bereuen wirst

Wenn wir unsere Ansichten und Besorgnisse nicht ausdrücken und besprechen, kommt es zu Spannungen und diese sind schädlich. Wir sollten uns in der Ehe frei genug fühlen, um unsere Meinung zu äußern, ohne Angst zu haben, was unser Partner über uns denken wird.

Je wichtiger die Ehe für uns ist, desto mehr werden wir argumentieren und unsere Perspektiven teilen, weil wir dadurch Konflikte vermeiden und somit eine offene Beziehung führen.

Auch wenn wir ein Problem erfolgreich gelöst haben, können wir wieder in der Routine in unser Territorium verfallen. Deshalb sind regelmäßige Schwankungen und Veränderungen von Vorteil.

Dadurch haben wir immer die Option uns von neuem zu äußern und unsere Ansichten näher zu bringen. Hier lernen wir auch neue Betrachtungsweisen kennen, die wir teils sogar für uns adaptieren und uns dadurch persönlich weiterentwickeln.

Dies ist ausschlaggebend für eine gesunde Ehe und bringt uns in eine engere Beziehung zu einander.

Ohne Veränderung würden wir uns nicht äußern und genau das bringt uns ins nächste Level der Ehe.

Wir müssen uns nicht immer einig sein- wir haben auch nicht den gleichen Charakter.

Das Schöne an einer Beziehung ist, dass trotz Unterschiede und Meinungsverschiedenheiten wir einen gemeinsamen Nenner finden können, natürlich mit Respekt und gegenseitigem Verständnis.

Schlußendlich bringt uns die Überbrückung von Differenzen in unserer Beziehung weiter und wir verbinden uns noch mehr als zuvor. Wir verlieben uns von Neuem.

**Konflikte sind temporär, Harmonie ist für die Ewigkeit.**

Wir sollten uns in Erinnerung rufen, dass wir nicht alleine sind. Es gibt einen G-tt, der diese Welt erschaffen hat, mit ihren Regeln und Prinzipien, die nur Gut für uns sind, auch wenn wir sie nicht immer verstehen. Auch unser Partner ist ein Teil seines Plans und G-tt weiß genau, was und wer gut für uns ist, damit wir aus uns selbst hinauswachsen.

## Ein kleiner Tipp:

Frage gelegentlich deinen Partner wie er/sie zu einer gewissen Situation steht, wie er/sie über ein gewisses Thema denkt. Da wir uns ständig ändern, lass dich von deinem Partner updaten und sei offen für seinen neuen Blickwinkel. Wachst zusammen weiter.

Euer Liebesbild muss sich ausbreiten und vervielfältigen, das ist das ultimative Hoch- das Hoch der echten Liebe!

Ich freue mich, euch bei einem Beratungsgespräch helfen zu können und wünsche alles Liebe,  
Rachel Katanov.

T: 067684805202

M: rachel.marriage@gmail.com



MARRIAGE COUNSELOR  
RACHEL KATANOV



## Zahnarztpraxis 1100 Wien

Mag. med. dent. El-Nathan Shamuilov

Herzgasse 99/8/6, 1100 Wien

+43 1 602 33 63

office@shilat-dental.com

Alle Kassen und Privat!

Unser  
**2. STANDORT**  
hat eröffnet!

## Zahnarztpraxis 1190 Wien

Mag. med. dent. Benjamin Shamuilov

Heiligenstädter Str. 166-168/3/5, 1190 Wien

+43 1 370 134 80

office19@shilat-dental.com

Alle Kassen und Privat!

# Gmach Jehudit: Schnelle Hilfe zu Schabbat

## Eine kurze Vorstellung:

### Judith Zinner z"l:

Judith hat immer sehr viel Chessed gemacht. Sie hat nicht lange nachgedacht, sondern hat getan, was getan werden musste. Ob es darum ging, Kranke in Krankenhäuser zu bringen, Übersetzerin für Israelische Patienten zu sein oder für andere zu kochen, damit sie koscheres Essen auf dem Tisch haben. Sie war immer zu jedem freundlich, hatte immer ein Lächeln für jeden und war stets für jeden da, der sie brauchte. Egal wie es ihr selbst ging und selbst bis ganz zum Schluss, als sie selbst bereits sehr krank war, kamen andere immer zuerst. Deshalb wurde der Gmach in ihrem Namen eröffnet.

Dieser Gmach soll aber auch zum Andenken an zwei andere Personen dienen:

### R' Jehuda Apshan

Er hat in Israel sehr vielen Menschen und sehr oft geholfen. Ob mit allgemeiner Unterstützung

oder finanziell. Jeder wusste, wenn man zu ihm kommt, geht man nie leer aus. Er war ein großer Unterstützer von Torah und Chessed und das immer in Stillschweigen und ohne viel Gerede. Obwohl er Wien meist nur kurz besucht hat, hat er doch einen bleibenden Eindruck bei der Gemeinde hinterlassen.

### Dr. Ignac Feld

Er war immer für seine Patienten da. Egal an welchem Tag und zu welcher Uhrzeit. Für ihn kamen seine Patienten immer zuerst. Er hatte mit seiner Professionalität aber vor allem auch durch seinen Humor eine beruhigende Wirkung. Er hatte immer ein offenes Ohr und interessierte sich wirklich für die Probleme und Anliegen, von denen ihm erzählt wurde. Seine Ordination war immer voll und das mit Patienten aus aller Welt. Alle haben sich bei ihm wohl und gut behandelt gefühlt.

Selbst als er schon sehr schwach war und selbst im Krankenhaus lag hat er seine Patienten angerufen und um Befunde und Updates gebeten, damit er noch helfen kann.

## ESRAT JEHUDIT עזרת יהודית גמ"ח

Datum	Gruppe	Apotheke
Freitag, 22.10.2021	1	Hollandstraße 15
Samstag, 23.10.2021	2	Blumauergasse 15
Freitag, 29.10.2021	8	Tabarstraße 16
Samstag, 30.10.2021	9	Schwedenplatz 2, Lessinggasse 23, Untere Augartenstraße 13
Freitag, 05.11.2021	5	Praterstraße 32, Heinestraße 37, Wipplingerstraße 12
Samstag, 06.11.2021	6	Gaußplatz 3
Freitag, 12.11.2021	2	Blumauergasse 15
Samstag, 13.11.2021	3	Praterstraße 66
Freitag, 19.11.2021	9	Schwedenplatz 2, Lessinggasse 23, Untere Augartenstraße 13
Samstag, 20.11.2021	10	Tabarstraße 26
Freitag, 26.11.2021	6	Gaußplatz 3
Samstag, 27.11.2021	7	Ennsgasse 23
Freitag, 03.12.2021	3	Praterstraße 66
Samstag, 04.12.2021	4	Tabarstraße 63
Freitag, 10.12.2021	10	Tabarstraße 26
Samstag, 11.12.2021	1	Hollandstraße 15
Freitag, 17.12.2021	7	Ennsgasse 23
Samstag, 18.12.2021	8	Tabarstraße 16
Freitag, 24.12.2021	4	Tabarstraße 63
Samstag, 25.12.2021	5	Praterstraße 32, Heinestraße 37, Wipplingerstraße 12
Freitag, 31.12.2021	1	Hollandstraße 15

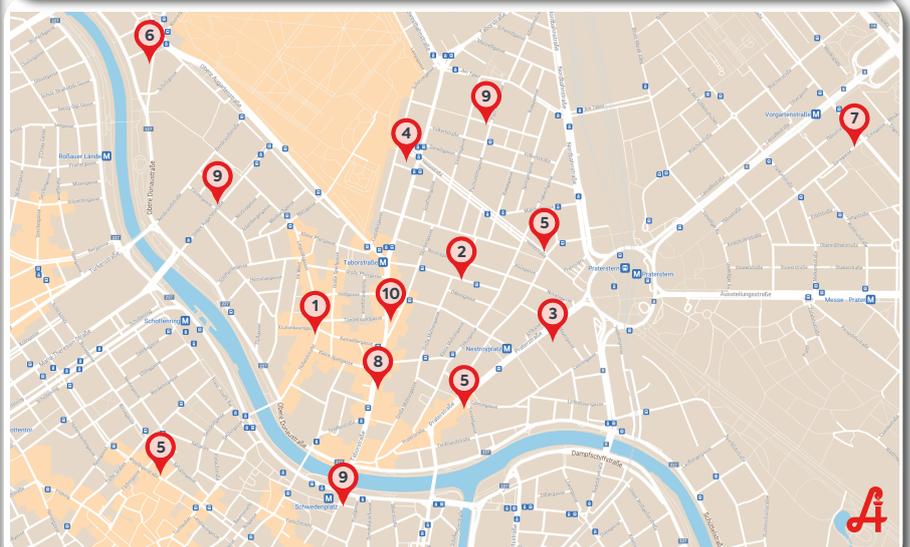
In Wien wurde b"H eine neue Kooperation mit Apotheken vereinbart, die es ermöglicht, am Schabbat/Chag dringend benötigte Medikamente zu erhalten, ohne dass am Schabbat dafür gezahlt werden muss.

In den Apotheken ist Geld hinterlegt, damit am Schabbat selbst keine Zahlung notwendig ist. Wir bitten Sie die Rechnung anschließend am

Montag in der Apotheke zu bezahlen. Sollten Sie am Schabbat kein Rezept haben so muss dieses ebenfalls am Montag nachgebracht werden.

Im Andenken an:  
Judith Zinner  
Jehuda Apshan  
Dr. Ignac Feld

לע"נ  
פינלא הר"כ (יהודית) בת  
ר' שמואל  
ר' יהודה בן ר' שאול לייב  
ר' יצחק בן ר' יעקב



LADEN DIE JÜDISCHE GEMEINDE HERZLICHST EIN ZUM



**28. NOVEMBER 2021**  
**IM AUTOKINO WIEN**

**15:30** - EINLASS

**16:45** - PROGRAMM BEGINN

**18:00** - PROGRAMM ENDE

**EINTRITT**  
**18€** PRO\*  
AUTO

**EUCH ERWARTEN:**

- **DAS ENTZÜNDEN DER EIS CHANUKKIA**
- **ATEMBERAUBENDE LIVE SHOWS**
- **LUSTIGES KAHOOT SPIEL**
- **MEGA TOMBOLA VERLOSUNG**
- **KÖSTLICHES KOSHER FOOD COURT**



\* EARLY BIRD TICKET PREIS  
BIS 22.11. DANACH 25€/AUTO

**DIE ERSTEN 150 AUTOS ERHALTEN JE 2 KARTEN  
FÜR EIN FUßBALLSPIEL DER AUSTRIA**

**WIR VERLOSEN EIN IPHONE, EINEN REISEGUTSCHEIN,  
5 IPADS, MEET & GREET MIT DER WIENER AUSTRIA, UVM!**

**LaMehadrin**  
ALLES KOSCHER



**Besondere Angebote während**

**der acht Tage von Chanukka!**

*LaMehadrin wünscht allen ihren Kunden  
ein frohes Chanukkafest!*

**LaMehadrin**  
ALLES KOSCHER

**Gratis Lieferservice**

Tel: 01- 9092299  
office@lamehadrin.com

**Taborstrasse**

Taborstrasse 48A, 1020 Wien  
Montag bis Donnerstag von 7:30 bis 19:00 Uhr  
Freitag von 7:30 bis 14:00 Uhr (Winter)

**Kleine Sperlasse**

Kleine Sperlasse 6, 1020 Wien  
Montag bis Donnerstag von 7:30 bis 18:00 Uhr  
Freitag von 7:30 bis 14:00 Uhr



*Die Bäckerei wünscht allen ihren Kunden  
ein frohes Chanukkafest!*

**LILIENBRUNNGASSE 18, 1020 WIEN | INFO@OHEL.AT | TEL: 01-2145617**

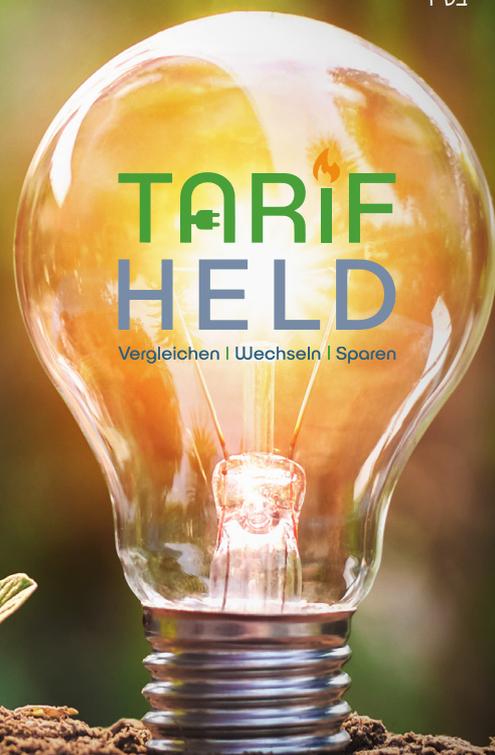
SO 8:00-15:00; MO-DO 7:00-18:00; FR 6:30-14:00

# Wir haben 200€\*, die Ihnen gehören!

Melden Sie sich bei uns  
und wir kümmern uns darum,  
Ihnen den besten Deal für Strom  
und Gas am Markt zu besorgen!

\*Das ist die durchschnittliche  
Ersparnis, die wir für einen  
Privathaushalt erwirken können.

Wir haben bis Oktober 2021 über 1.200 Verträge optimiert und unseren Kunden somit über 250.000€ sparen können!  
Zu unseren Kunden zählen unter anderem:



DERMACARE

LAUDER CHABAD  
CAMPUS

MISRACHI

DR-FALAFEL

E & F Accounting

INVESTMENT  
punk

Gelato Milano

SALÖNEA

SKY

Chabad Haus

LaMehadrin

STEINER  
IMMOBILIEN GRUPPE

## Chanukka - Angebote

**GRATIS LIEFERUNG INNERHALB VON WIEN  
FÜR ALLE LeChaim LESER! CODE: „lechaim2021“**

**JETZT BESTELLEN | KEIN MINDESTBESTELLWERT**

Preise gültig bis 31.12.2021



**9,95 €**  
inkl. 20% MwSt.

**100 Stück**

**Latex Einweghandschuhe**  
Puderfrei, elastisch



**2,40 €**  
inkl. 20% MwSt.

**50 Stück**

**Kaffeebecher, 200 ml**  
Für heiße Getränke



**3,60 €**  
inkl. 20% MwSt.

**50 Stück**

**MNS-Masken, 3-lagig**  
3 verschiedene Farben

Weitere Angebote: **tr-shop.at**

Wir wünschen allen Kunden und Freunden ein frohes und  
gesundes Chanukka-Fest! **#thomasriss\_hygiene**



Jetzt scannen &  
Produkte ansehen!



1 - 2 Tage Lieferzeit Österreichweit | Kein Mindestbestellwert | Faire Preise | Persönliche Beratung

Versandkostenfrei ab 150€ Bestellwert, darunter 3,95€ pauschal.