

MOSHIACH LIFE

挪亚七律

给全人类的七条律法

挪亚七律是上帝透过挪亚赐给全人类的普世道德准则。其中包括尊重生命、公正，以及信仰独一上帝等基本价值。

信仰上帝

不可崇拜偶像

每个人都受命信仰那位创造天地的独一上帝。这包括承认上帝是唯一真实的力量，并拒绝一切形式的偶像崇拜。信仰上帝是整部挪亚律法的根基，也是道德而有意义的人生的起点。

尊崇上帝并赞美他

不可亵渎他的名

禁止诅咒上帝或以不敬的言语谈论上帝。这包括任何羞辱他名的表达。即使在艰难的时刻，人也必须以敬意谈论上帝。这条律法守护着我们与创造者之间关系的神圣，提醒我们在言语与思想中都要尊崇他。

尊重人的生命

不可杀人

夺取无辜者的生命是绝对禁止的。人的生命是神圣的，因为每个人都是按上帝的形象受造的。这条律法不仅禁止杀人，也教导我们珍视生命、追求和平，并避免以任何形式伤害他人。

尊重他人的权利与财产

不可偷盗

挪亚的后代受命不可偷盗、欺骗，或未经许可拿走任何东西。这条律法既适用于个人，也适用于社会。它是人际交往中信任与公平的根基，帮助确保每个人的权利与财产都受到尊重。

尊重家庭

让亲密关系守住界限

这条律法依据托拉对何为许可的界定，为个人关系设立了清晰的界限。它禁止某些结合，例如近亲之间，或与已婚之人之间的结合。遵循这些准则，我们便有助于守护家庭生活的尊严，并促进一个道德健全的社会。

尊重一切生灵

不可吃仍然活着的动物身上的肉

禁止食用从仍然活着的动物身上取下的肉。这条律法教导人对动物最基本的怜悯与尊重。尽管人被允许吃肉，却绝不可对生灵施加不必要的残忍。

建立司法制度

追求公正

人类社会必须建立公正的制度。这包括设立法庭、任命法官，以公平而一致地施行这些律法。透过法律与秩序，这条命令确保各个社群与国家之间的和平、责任与道德的行为。

MOSHIACH LIFE

拉比的十项诫命运动

十项诫命推广活动

十项诫命运动是莫西亚赫发起的诫命推广活动，旨在把神圣带入日常生活，并加强每位犹太人与上帝的联系。每项运动都聚焦于一条重要的诫命。



经文护符匣 (Tefillin)

与上帝的联系

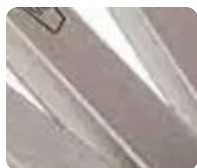
鼓励13岁及以上的犹太男子与男孩，在每个工作日佩戴经文护符匣。经文护符匣是装有托拉经文的小黑盒，佩戴在手臂和头上，帮助人每天把心思与心意都朝向上帝。



安息日蜡烛

更明亮的家

犹太女子与女孩在每个星期五日落前点燃蜡烛，迎接安息日。这条诫命把和平、祝福与心灵的光明带入家庭与世界。



门柱圣卷 (Mezuzah)

家的守护

门柱圣卷是一卷写着托拉经文的卷轴，安放在犹太家庭每个房间的门柱上。它时刻提醒人上帝的临在与守护。



托拉学习

创世的蓝图

每一位犹太人，无论出身如何，都应当经常学习托拉。哪怕每天学习几分钟，也能把上帝的智慧带入生活，并加强我们与犹太价值观和真理的联系。



家中的犹太书籍

书香之家

犹太家庭应当摆满圣书，例如《摩西五经》(Chumash)、《诗篇》(Tehillim) 和祈祷书 (siddur)。这些书把托拉带入日常生活，让家成为一个充满光明的地方。



洁食

心灵的饮食

吃洁食意味着遵守托拉的饮食律法。它把神圣带入日常生活，并帮助培养一种更深的心灵敏锐。



家庭洁净法

上帝的额外恩赐

这条诫命为犹太婚姻带来心灵的祝福。它包括洁净浴池 (mikvah) 与家庭分居的律法，在家庭中促进和睦、神圣与尊重。



爱同胞犹太人 (Ahavas Yisroel)

爱你的犹太同胞

像爱自己一样爱每一位犹太人，意味着待人善良、尊重、乐于助人。这条诫命加强团结，并为最终的救赎而预备世界。



犹太教育 (Chinuch)

培育下一代

给孩子扎实的犹太教育，是未来的根基。教导他们托拉与诫命，能确保下一代活得坚定而有目标。



慈善 (Tzedakah)

施舍行善

每天施舍慈善 (tzedakah)，哪怕只是一枚小硬币，也能把祝福与仁慈带入世界。这条诫命帮助我们关怀他人，并敞开心扉，走向慈悲。