DANKBARKEIT KANN MANCHMAL ERSTICKEND SEIN – Parascha Tezawe

23. Februar 2021 – 11 Adar 5781

Parascha Tezawe (Schmot/Exodus 27:20 – 30:10)

Moralische Erpressung und der Missbrauch von Dankbarkeitsempfindungen

Wir lesen in der Parascha Tezawe: „Nun werdet Ihr den Kindern befehlen, sauberes, gepresstes Olivenöl zu verwenden, um Euch zu erleuchten, um die Lampe andauernd am Brennen zu halten (Schmot/Ex. 27:20).

Leuchtkörper für die Juden in der Wüste

HaSchem beauftragt uns, eine Menora, einen Leuchter, im Mischkan zu erstellen. Aber dieser Auftrag scheint etwas seltsam zu sein, da G“tt Selber wie ein Leuchtkörper für die Juden in der Wüste voraus ging. Benötigte HaSchem unser Licht denn noch? HaSchem ist das Licht der Welt. Was können wir mit unseren kleinen Lampen da noch dazu beisteuern?

ist Dankbarkeit tatsächlich so wichtig?

Letztendlich handelte es sich um unsere Dankbarkeit. Aber ist Dankbarkeit tatsächlich so wichtig, dass zur Erinnerung daran jeden Tag im Heiligtum eine goldene Menora angezündet wurde?

Ja, in der Tat! Die Dankbarkeit steht im Judentum sehr hoch angeschrieben. Psychologische Forschungen zeigen auf, dass Menschen, die bei einem Dankbarkeitstest im oberen Bereich gelangen, im Allgemeinen glückliche Menschen sind.

weniger Gefühle von Angst und Depression

Sie haben:

-öfters positive Empfindungen, sind mit ihrem Leben zufriedener und hegen positive Erwartungen über die Zukunft und

-weniger Gefühle von Angst und Depression. Sie sind darüber hinaus im Umgang angenehme Menschen: sie sind netter, empathischer, bereit, zu verzeihen, hilfsbereit, nicht schnell eifersüchtig und nicht materialistisch ausgerichtet.

Paradepferdchen der positiven Psychologie

Die Dankbarkeit nennt sich auch wohl das Paradepferdchen der positiven Psychologie. Es gibt Tausende von erfolgten Erhebungen zu Weisheit, Zufriedenheit, Durchsetzungsvermögen und Selbstvertrauen. Die Dankbarkeit entzieht sich dieser Aufzählung, da sie solche großen und eindeutig positiven Effekte auf unsere Gesundheit, auf unser Glücksgefühl und auf unsere Beziehungen hat. Man kann Dankbarkeit auch lernen. Aber was hat das mit der Parascha Tezawe zu tun?

Dankeschön sagen

Der Midrasch Rabba (Hintergrunderklärung) besagt, dass HaSchem uns dazu anspornt, diesen Lernprozess zu Dankbarkeit täglich zu üben und zu vollziehen. G“tt beauftragt uns, das Licht der Menora zu entzünden. Der Allmächtige benötigt unser Licht absolut nicht. Aber das tägliche Anzünden der Menora lehrt uns, Dankeschön zu sagen und unserem G“ttlichen Wohltuer etwas zurück zu geben. Das Licht der Menora symbolisiert, dass die Anwesenheit G“ttes nach dem Debakel des Goldenen Kalbes zurückgekehrt ist. G“tt wohnt (weilt) in unserer Mitte.

HaSchem spricht es uns gegenüber aus: „ICH benötige Euer Licht nicht. Aber sie sollen MIR ein Licht geben, wie ICH denen ein Licht gegeben habe“.

an HaSchem für Seine Güte zurückgeben

HaSchem ging den Bnej Jisraejl in der Wüste tagsüber wie ein Fremdenführer in einer Wolkensäule voraus. Nachts erschien ER in einer Feuersäule. Unsere Frage war auch die Frage, die die Bnej Jisraejl an Mosche stellten: Benötigt HaSchem unser Licht tatsächlich? Seine Antwort lautete, dass G“tt dieses von ihnen verlangte, um ihnen die Gelegenheit zu geben, etwas an HaSchem für Seine Güte zurück zu geben. „Gebet etwas von Euerem Licht, so wie HaSchem Euch andauernd mit Licht versorgt“.

sich bedanken sorgt für eine Auffrischung bei Beziehungen

Wenn Dankbarkeit authentisch und ehrlich gemeint ist, dann tut dieses gut. Ein einfaches Dankeschön bewirkt, dass der Wohltäter sich sozial wertvoll empfindet. Hilfeerbringer begreifen, dass ihre Anstrengungen dazu beigetragen haben und empfinden sich gewürdigt. Anschließend waren die doppelt so oft gewillt, um wieder zu helfen. Das sich bedanken sorgt für eine Auffrischung bei Beziehungen. Aber manchmal wird die Dankbarkeit missbraucht.

Du stehst bei mir in der Kreide

Wenn ein Wohltäter seine guten Taten mit einem überragenden Lächeln und einer Handbewegung wegwischt, mit denen er sagen möchte, dass es für ihn kaum eine Mühe bedeutete, kann sich der Empfänger der Wohltat bei ihm kaum bedanken. Hierdurch kann er mit einem enormen Schuldgefühl zurückbleiben: „Das war doch nichts. Du brauchst noch nicht mal Danke zu sagen“. Manche Wohltäter empfinden das als „richtig“, um ein ewiges Schuldempfinden unendlicher Dankbarkeit bei den „Opfern ihrer unermesslichen Güte“ zu erzeugen. Das schafft zu Unrecht das Gefühl, dass „Du bei mir in der Kreide stehst“. Es ist der

Missbrauch von Schuldgefühlen, indem man den Anderen nicht die Gelegenheit gibt, etwas zurück zu machen.

nicht jeder, der hilft, hat immer nur gute Absichten

Rabbi Jerucham Lewowits, der Maschgijach von Mir, warnt uns davor, dass nicht jeder, der hilft, immer nur gute Absichten hat. Viele Menschen haben Nebenabsichten und erpressen den Anderen emotional. Sie haben das Bedürfnis, das Gefühl zu vermitteln, dass die Menschen um sie herum bei denen in der Kreide stehen und ihnen etwas schuldig seien.

nicht der G“ttlichen Gnade hilflos ausgeliefert

HaSchem macht es uns möglich, etwas für IHN zurück zu tun. Wir fühlen uns nicht der G“ttlichen Gnade hilflos ausgeliefert. HaSchem lässt uns, IHN zurück zu zahlen. ER möchte nicht, dass wir uns bei IHM schuldig fühlen. Schon hierfür dürfen wir dankbar sein!