

Der Kampf von Körper und Seele – Parascha Chaje Sara

12. November 2020 – 25 Heshvan 5781



Nach dem “Nisayon □□der Akeida” (Test der Opferung von Jizchak) und dem Tod seiner Frau ist Awraham Avinu gezwungen, langwierige Verhandlungen mit dem listigen Efron aufzunehmen, um eine Grabstätte für Sara Imainu (Sara die Vormutter) zu erwerben. Schließlich kauft er es für die erpresserische Summe von 400 Silberstücken. Die Kommentatoren stellen fest, dass der Name von Efron in jedem Fall mit einem “Vav” geschrieben ist, mit Ausnahme des Passuk (d.h., Vers), in dem die Transaktion schließlich stattfindet. In diesem Passuk (d.h., Vers) fehlt in seinem Namen das “Vav”. Raschi erklärt, dass Efron viel sprach, aber wenig tat. Er sagte zu Awraham zunächst, dass er bereit sei, das Land zu verschenken, aber am Ende berechnete er einen sehr hohen Preis, was dazu führt, dass sein Wert sinkt. Der Baal HaTurim macht eine andere Beobachtung über das fehlende ‘Vav’. Er stellt fest, dass die Gematria des Namens Efron ohne “Vav” 400 beträgt, genau wie der Geldbetrag, den er mit dieser Transaktion verdient hat! (siehe 1. unten) Welche Bedeutung hat das? Rav Elchonon Fischman Schlita (siehe 2. unten) erklärt, als Efron dieses Geld erwarb, gab es ihm ein neues Wertgefühl – jetzt sah er sich selbst als 400 Splitterstücke “wert”. Efrons Selbsteinschätzung war abhängig von seiner finanziellen Situation. Er fiel dem gewöhnlichen Jetser Hara (d.h. negative

Neigung) zum Opfer, seinen materiellen Status über sein spirituelles Ansehen zu betonen. Es gibt eine natürliche Tendenz dazu, denn seit Chet Adam HaRischon (d.h., Sünde des ersten Menschen) ist sich der Mensch seines Körpers weitaus bewusster als seiner Seele. Rav Motty Berger Schlita (siehe 3. unten) bemerkt, dass wir dazu neigen, uns als unseren Körper zu identifizieren – zum Beispiel, wenn ein Mensch krank ist, sagt er: „Ich fühle mich nicht gut“ und sieht seinen Körper als seine Hauptidentität. Eine genauere Aussage wäre: „Mein Körper fühlt sich nicht gut an“, was bedeutet, dass unsere Seele der Ikar-Teil (d.h., Hauptteil) von uns ist. Ein wesentlicher Bestandteil unserer Avodat Haschem ist es, ein größeres Bewusstsein für unsere Seele und ihre Bedürfnisse zu entwickeln.

Wir können ein tieferes Verständnis der Körper-Seele-Beziehung gewinnen, indem wir eine weitere Beobachtung über die Gematria des Baal HaTurim machen. Als Efron das Geld erhielt, hatte er sicherlich das Gefühl, seine Bedeutung in der Welt erhöht zu haben – jetzt war er ein reicher Mann. Er hat jedoch tatsächlich einen Buchstaben an seinen Namen verloren und wir wissen, dass der Name eines Menschen sein Wesen darstellt. Dies weist darauf hin, dass sein „wirklicher Wert“ als von einem menschlichen Wesen gesunken ist. Darüber hinaus ist es wichtig, dass der Buchstabe, den er von seinen Namen verlor, das „Vav“ war. Das „Vav“ ist der Verbindungsbuchstabe; es bedeutet „und“ – es verbindet Konzepte und Substantive miteinander. Seine Form bedeutet auch seine Verbindungsfähigkeit. Es ist wie ein Haken geformt, mit dem wir zwei Dinge miteinander verbinden können. Als Efron an Körperlichkeit gewann, ging ihm die Spiritualität verloren und er verlor ein Element der Verbindung mit Haschem. Wenn ein Mensch seinem Körper mehr Bedeutung beimisst, dann leidet seine Seele, mimayla.

Die umgekehrte Beziehung zwischen Körper und Seele wird auch in der Parascha der nächsten Woche erwähnt. Der Navi (d.h.,

der Prophet) sagt Rivka, dass sich die beiden Babys in ihr zu zwei Konfliktnationen entwickeln werden und dass, wenn eines davon runterfällt, das andere auferstehen wird. Das Problem dieses Passuks ist, dass die Nationen Klal Yisroel und Edom sich gegenseitig ausgleichen, wenn einer aufsteigt und der andere runtergeht. Aber es gibt Kommentare, die eine andere Kampf sehen, auf die in diesem Passuk hingewiesen wird – sie sagen, dass Jaakow die Seele und Esav den Körper darstellt; Es gibt einen ständigen Kampf zwischen diesen beiden Kräften. Befindet sich die Seele im Aufstieg, wird der Körper folglich schwächer, und wenn die Seele schwächer wird, steigt der Körper entsprechend auf. Ein eindrucksvolles Beispiel dafür ist eine Geschichte mit Beis Yosef: Er wurde aufgrund seiner großen spirituellen Ebene oft von einem Malach (d.h. Engel) besucht. Für einige Tage hörte der Malach jedoch auf, vor ihm zu erscheinen. Ihm wurde gesagt, dass der Grund dafür war, dass der Beis Yosef an einem heißen Tag etwas zu viel Zeit damit verbrachte, nach kaltem Wasser zu suchen. Diese leichte Konzentration auf seine körperlichen Bedürfnisse führte zu einem Rückgang seiner spirituellen Ebene in dem Maße, dass er jetzt nicht auf der Ebene war, um mit dem Malach zu sprechen!

Wir sehen aus diesen Quellen, dass es für einen Menschen unmöglich ist, sich sowohl seinem Körper als auch seiner Seele zu widmen. Man kann denken, dass dies nicht der Fall ist – man kann in Tora und Mizwot osek (d.h., bemüht) sein und gleichzeitig danach streben, körperliche Befriedigung zu erreichen. Letztendlich ist diese Art von Menschen jedoch nur ein Sklave seines Körpers; es mag ihm erlauben, Mizwot zu machen, aber wenn er sich nicht von seinen Wünschen nach Nahrung und Geld losreißen kann, dann ist das ein sicheres Zeichen dafür, dass der Körper im Aufwind ist. Rav Schlomo Brevda Schlita demonstriert diesen Punkt mit zwei Geschichten. Er hat einmal einen vielversprechenden Jeschiwa-Bachur nach Amerika geschickt, um in einer sehr guten Jeschiwa zu lernen. Als der Junge dort ankam, war er beeindruckt von der Hasmada der Bachurim. Er war jedoch ebenso überrascht von der

Mittagspause – die gleichen Bachurim, die mit solcher Kraft gelernt hatten, füllten jetzt ihren Magen mit ebenso großer Begeisterung! Rav Brevda sagt, dass diese Bachurim Sklaven ihrer Körper waren. In einem anderen Fall sprach Rav Brevda mit einer großen Anzahl religiöser Teenager-Mädchen. An einem Punkt in seinem Vortrag sagte er, dass der Sinn des Lebens nicht darin bestehe, in dem schönsten Haus mit den schönsten Möbeln zu leben. Später an diesem Tag kam ein Lehrer zu ihm und sagte, dass ein Mädchen aus dem Publikum sehr verwirrt war. Sie war in einem religiösen Haus aufgewachsen, in dem betont wurde, dass es wichtig ist, ein hohes Leben in Bezug auf materialistischen Komfort zu führen. Nachdem sie Rav Brevdas Worte gehört hatte, erkannte sie, dass er Recht hatte und dass ihr eine Haltung beigebracht worden war, die der wahren Tora-Sichtweise fremd war.

Rav Brevda argumentiert, dass es ein Milchama (d.h., Kampf) zwischen Körper und Seele geben soll. Der Körper ist sehr mächtig und überwindet oft unseren Drang nach Spiritualität, aber solange wir zumindest erkennen, dass es einen Kampf gibt, können wir beginnen, unsere Seele zu stärken. Er argumentiert jedoch, dass es für viele völlig religiöse Juden keinen Kampf gibt – es gibt keinen Konflikt, wenn ein Mensch zum Beispiel die Möglichkeit hat, ein Stück Kuchen zu essen, wenn er überhaupt keinen Hunger hat – er schluckt es ohne zu denken. Aber das Schlimmste ist, dass er nicht einmal merkt, dass sein Körper die totale Kontrolle über sein Bewusstsein hat.

Was kann man tun, um sich zumindest dem Kampf anzuschließen? David HaMelech sagt uns, dass es zwei Möglichkeiten gibt, an sich selbst zu arbeiten – das Böse zu verlassen und Gutes zu tun (siehe 4. unten). „Das Böse zu verlassen“ bezieht sich hier auf die Schwächung des Körpergriffs. Rav Brevda bietet einen Vorschlag an, wie wir damit beginnen können. Wenn wir eine Hauptmahlzeit essen, sollten wir nur eine Portion essen – wir dürfen so viel nehmen, wie wir für diese Portion wollen, aber wir sollten zumindest die Fähigkeit entwickeln, uns davon

abzuhalten, mehr zu nehmen – auf diese Weise haben wir zumindest ein Kampf (Milchama) mit unserem Körper begonnen. Wir sollten uns aber auch auf das „aseh tov“ konzentrieren – indem wir an Spiritualität zunehmen, werden wir automatisch unsere Bindung an die Körperlichkeit schwächen. Rav Noach Orlowek Schlita (siehe 5. unten) wurde einmal von einem Bachur gefragt, dass er sich mehr auf das Mittagessen als auf Mincha freue – wie könnte er an diesem Versagen arbeiten? Rav Orlowek antwortete, dass er sich bemühen sollte, Tefilla (Gebet) mehr zu schätzen, dadurch wird er unweigerlich weniger über körperlichen Genuss aufgeregt fühlen. Rav Brevda bietet auch einen Vorschlag an, wie dies zu tun ist – in den ersten zehn Minuten von Pesukey Dezimra sollte man alles Mögliche tun, um sich nur auf eigenen Siddur zu konzentrieren und sich nicht umzusehen. Auf diese Weise kann er die Ablenkungen ausschließen, die ihn daran hindern, sich ausschließlich auf die Tefilla zu konzentrieren. Rav Brevda sagt, dass die Leute ihm gesagt haben, dass diese Übung ihren Avodat Haschem drastisch verbessert hat.

Der Kampf zwischen Körper und Seele ist lang und herausfordernd. Wenn wir uns jedoch zumindest dem Kampf anschließen, liegt es in unseren Händen, erfolgreich zu sein. Das Maharal macht auf dem Raschi einen wichtigen Punkt über die widersprüchlichen Geschehnisse von Jaakow und Esav (siehe 6. unten). Er bemerkt, dass Raschi sagt, wenn Jaakow fällt, erhebt sich Esav, aber nicht umgekehrt. Er erklärt, dass Jaakow die Kontrolle darüber hat, wer stärker ist – Esav steigt nur aufgrund von Jaakows Stürzen auf, aber wenn Jaakow Erfolg hat, ist Esav hilflos. Gleiches gilt für den Kampf zwischen Körper und Seele. Es liegt in der Kontrolle eines Menschen, wer auf dem Aufstieg ist – wenn er danach strebt, seine Seele zu stärken, wird die Kraft des Körpers unweigerlich nachlassen. Mögen wir alle in der Lage sein, uns der Milchama (dem Kampf) von Körper und Seele anzuschließen.

Quellen aus dem Text:

- 1) Baal HaTurim, Chaje Sara, 23:16.
- 2) Maschgiach von Jeschiwat Torat Mosche, Jeruschalayim.
- 3) Dozent in Jeschiwat Aish HaTorah, Jeruschalayim.
- 4) Tehillim, Ka.34.
- 5) Maschgiach von Jeschiwat Torah Ohr, Jeruschalayim und Autor zahlreicher Sefarim (d.h. Bücher).
- 6) Gur Aryeh, Toldot, 25:23, Os 33.