

zu entwickeln: Gutes zu tun und es auch weiterhin zu tun, konzentriert auf das G'ttliche.

Schritten zur Selbstverbesserung

Es gibt eine Reihe von Schritten zur Selbstverbesserung, die Sie erkennen können, ob Sie tatsächlich in der Religion wachsen, ob Sie tatsächlich eine "coole" jüdische Person werden – ein Tsadik.

Projektion

1. Die begabte Person hat die Fähigkeit, zwischen richtig und krumm, fair und unfair zu unterscheiden. Ein Werkzeug, um dies zu erreichen, ist es, den anderen als Spiegel zu sehen. Wenn einer eine schlechte Qualität im anderen wahrnimmt, bedeutet dies, dass du einer deine eigenen verwerflichen Qualitäten auf den anderen projiziert. Die Menschen können viel über sich selbst lernen.

Akzeptanz als Basis für weiteres Wachstum

2. Der Schenkende nimmt sich selbst, den anderen, die Natur und die Welt um sich herum als gegeben an. Akzeptanz ist eine Basis für weiteres Wachstum, spontan, mit natürlicher Einfachheit und Aufrichtigkeit.

Konzentration auf das Höhere: Hitbodedut

3. Die Gabe eines religiösen Menschen beruht auf einer Wachstumsmotivation: Er konzentriert sich auf Wachstum statt auf Unterhaltung. Leben Sie aus Mangel an Motivation (Sie sind kontaktarm und gehen deshalb in die Synagoge) – oder streben Sie wirklich nach Wachstum? Der Tsadik, der gerecht ist, ist auf Wachstum ausgerichtet und hat eine bestimmte Mission (Aufgabe): Konzentration auf das Höhere. Außerdem ist es notwendig, sich von Zeit zu Zeit zurückzuziehen und sich der Welt um Sie herum zu verschließen (Hitbodedut).

autonomes Lebensmuster: Leben als Selbstreinigung

4. Die begabte Person hat ein autonomes Lebensmuster. Er oder sie ist eine Persönlichkeit, die in der Lage ist, die Welt mit ständiger Frische zu sehen und die Worte der Tora so zu sehen, als ob sie nur heute gegeben worden wären. Anstelle der Zeitung könnte man jeden Tag zur Tora laufen. Wer von dieser Motivation lebt, kann das Leben als Selbstreinigung erleben.

zu Ihrem spirituellen Ursprung

Tsadikim können sich in der Tat mit einem tiefen Gefühl der Solidarität mit anderen überschneiden. Ein immer tieferer Abstieg in sich selbst kann so zu einem Top-Erlebnis führen. Sie kehren zu Ihrem spirituellen Ursprung zurück. So bewirkt die Versöhnung mit dir und deiner Umgebung eine spirituelle Befreiung und die Freisetzung deines eigenen begrenzten Ichs.

Ohne Vergebung ein ununterbrochener Kampf

Vergebung ist möglich und muss auf lange Sicht erfolgen, da sie sonst das geistige Wachstum mit Tütern und Opfern blockiert. Egal wie schwierig dies in zwischenmenschlichen Beziehungen ist. Wirkliche Vergebung ist eine Kombination aus irdischer Anstrengung und himmlischer Gnade und wird durch Demut bewirkt, auch in der Beziehung zwischen Mensch und Mitmensch. Ohne Vergebung würde das Erdleben ein ununterbrochener Kampf ohne Ende werden. Und das war niemals die Absicht des Schöpfers.

Falsche Übersetzung

Teschuva wird normalerweise als Reue übersetzt. Das ist falsch, denn Teschuva bedeutet Rückkehr, Wachstum zurück zum Ursprung von allem, dem Ursprung im Menschen selbst, unserem wahren Selbst, dem Guten und G'ttlichen im Menschen. Und hier geht es um Respekt, Fürsorge und Verantwortung für diesen höchsten menschlichen Aspekt.

Respekt für unseren höchsten menschlichen Aspekt

Das tägliche Ich muss dafür sensibilisiert werden. Das "normale" Gefühl muss mit dem Höheren verschmelzen und eins damit werden. Man muss es wagen, das Höhere in sich selbst, wie es ist, seine eigene Integrität zu akzeptieren. Dies setzt neben Respekt auch die Kenntnis des Höheren in all seinen Formen voraus.

Wir sehen uns nicht gerne als Ba'ale Teschuva. Wir empfinden das als einen etwas negativen Namen für jemanden, der in einem späteren Alter das Licht erblickte. Viele werden fromm geboren. Andere tun kein teschuva, weil sie es nicht für notwendig halten.

Teschuva bedeutet Veränderung. Und das ist die schwierigste Aufgabe, die wir haben: „Bin ich nicht gut, wie ich bin? Stimmt etwas mit mir nicht?“

Teschuva impliziert, dass ich mit meinem Charakter nicht zufrieden bin. Dass man nicht zufrieden mit dem schlechten Verhalten oder seinem jüdischen Leben ist.

Ich muss mich selbst beurteilen und das ist nicht einfach. Es hat etwas Deprimierendes: Ich muss mich zurückweisen. Die meisten Menschen fühlen sich nicht danach. Fast jeder ist zufrieden mit dem, was er ist. Teschuva zu tun bedeutet eigentlich, dass ich auf mich selbst herabschaue, und das ist kein angenehmes Gefühl. Aber wir dürfen diese negative Seite von Teschuva nicht überbetonen.

Positive Teschuva

Teschuva hat auch eine positive, erhebende Seite.

Teschuva bedeutet Rückkehr. Aber wohin muss ich zurückkehren? Wir müssen zu unserem wahren Selbst zurückkehren: „Oh G'tt, die Seele, die du in mich gelegt hast, ist rein.“ Das sagen wir jeden Morgen. Unsere schlechten Gewohnheiten haben unser Leben jedoch unwirklich gemacht, unpassend für jemanden, der weiß, worum es im Leben geht.

Im Talmud (Rosch Haschanah) sagt Rabbi Yitzchak, dass wir zu dieser Zeit an unseren Handlungen gemessen werden. Was meinte Rabbi Jitzchak damit? Muss ich mich an den Handlungen meiner Kindheit messen lassen oder sollten wir uns an den Handlungen eines anderen messen lassen? Nein.

Sünde ist ein Fehlschlag

Es geht um unser realisiertes Selbst. Wie ich jetzt im Leben gewählt habe, ist die Realität. Die Spiritualität von Teschuva bedeutet, dass wir versuchen müssen, unser realisiertes Ego mit unserer potenziellen Persönlichkeit in Einklang zu bringen.

Chet, Sünde bedeutet Mangel

An Jom Kippur haben wir (wegen unserer Sünden) hundert Mal al Chet geschlagen. "Chet" wird normalerweise fälschlicherweise als Sünde übersetzt. Es bedeutet eigentlich: Mangel. Es zeigt eine verpasste Gelegenheit an. Wir verpassen viele Möglichkeiten in unserem Leben. Wir versuchen jeden Tag etwas Gutes zu tun, aber oft verpassen wir größere Tore. Manchmal sind wir mit einem Schuss in den Außenring zufrieden.

Teschuva bedeutet: Wir müssen wachsen. Wir können die Möglichkeiten nicht ignorieren.

Rabbi Naftali Tsvi Jehuda Berlin

Vor zweihundert Jahren lebte ein neunjähriger Junge, der sich das Erlernen der Tora nicht beibringen konnte. Eines Abends hörte er, wie seine Eltern in einem anderen Raum über seine Zukunft sprachen. Sein verzweifelter Vater weinte, dass es ihm trotz allem nicht gelungen sei, seinen Sohn zum Lernen zu bewegen. Vater und Mutter kamen zu dem Schluss, dass er zum Schuster oder Schneider ausgebildet werden musste und dass er die Yeschiva (Schule) verlassen musste. Der Junge hörte das Gespräch von seinen Eltern und schlief geschockt ein.

Er hatte einen Traum. Er sah ein Bücherregal voller schöner Bücher. Dort sah er seine Aussage zur Tora, eine Aussage zur Halacha (jüdisches Gesetz), sein eigenes Responsa-Werk und einen Kommentar zum Talmud. In seinem Traum wurde ihm gesagt, dass dies seine Bücher waren. Der Junge wachte auf und verstand, dass er sich von nun an ganz dem Lernen widmen musste. Dieser Junge wurde der Rosch Yeschiva (Direktor) von Voloschin und hieß Rabbi Naftali Tsvi Jehuda Berlin (abgekürzt Netsiv). Der Netsiv machte ein Fest, als er eines seiner Werke beendete. Dann erzählte er über seinen Traum und die Veränderung in seinem Leben: "Stellen Sie sich vor, was passiert wäre, wenn ich es nicht vollständig durchgeführt hätte!"

Heldentum

Veränderung erfordert Mut und Ausdauer. Unsere Eltern haben Erwartungen an uns, aber G'tt möchte auch, dass wir weiterwachsen, innovieren und das Potenzial unserer Neschama (unserer Seele) ausschöpfen. Teschuva will uns nicht runterdrücken. Aber stellen Sie sich vor, was für ein guter Vater, was für ein guter Freund, was für ein guter Mann, was für eine gute Frau Sie sein könnten ... Können wir den Schabbat nicht ein bisschen besser halten? Können wir nicht noch mehr Tsedaka geben?

Wir akzeptieren unsere Kinder nicht, wenn sie weniger leisten als sie können. Aber als Erwachsene haben wir oft ein geringes religiöses Selbstwertgefühl. Wir sehen uns nicht als wichtige "Leistungsträger" auf dem Gebiet religiöser Wünsche. Warum gehen wir nicht mehr zum Bet Knesset, Synagoge? Warum sprechen wir nicht ein bisschen weniger laschon hara (Rufmord)? Wir sind bereits zufrieden mit unserer mittelmäßigen Natur.

Höher reichen

Bei Teschuva geht es nicht nur darum, sich zu verändern, sondern zurückzukehren. Es erreicht mehr, es ist eine

intensive Suche nach Verbesserungen. So wie wir versuchen, unsere Gesundheit zu optimieren und unser Einkommen stetig zu steigern, versuchen wir auch, unsere Psyche zu heben.

Rabbi Jehudah Hannasi

Der Talmud (B.T. Bava metsia 85a) berichtet, dass Rabbi Jose, der Sohn von Rabbi Eliezer, einmal vom rechten Weg abgekommen ist. Rabbi Jehuda Hannasi ernannte ihn zum Rabbi und gab ihm den Titel Rabbi. Das scheint merkwürdig, denn Jose war überhaupt kein Rabbiner.

Rabbi Jehuda Hannasi (2. Jh.) hat nichts Unwahres getan. Rabbi Jose war in der Tat eine großartige Person und ein immenser Gelehrter. Sein positiver Charakter war noch nicht zum Vorschein gekommen. Erst als Rabbi Jehuda Hanassi ihn auf seine Verantwortung und sein Potenzial hinwies, trat sein wahrer Charakter in den Vordergrund. Das ist die Absicht von Teschuva: das Verborgene ans Licht zu bringen, mehr zu wollen, als wir in dieser schwierigen Praxis erreicht haben.

Stillstand ist Niedergang

Der Mensch ist eine einzigartige Kreatur. Im Gegensatz zu Tieren können wir unser Leben verändern. Wir können uns umprogrammieren. Der Mensch kann aus seiner Haut kriechen und sein Denken und Handeln als objektiver Betrachter beurteilen. Das ist die Größe des Menschen. Niemand, nicht einmal der fanatischste Atheist, kann glauben, dass er ohne tägliches Wachstum davonkommen kann. Stillstand ist Niedergang.

Wenn wir sündigen, werden wir zu einer gespaltenen Persönlichkeit

Wachstum impliziert Harmonie mit uns selbst und das bedeutet, dass wir versuchen, unsere spirituelle Schuld loszuwerden. Wenn wir sündigen, werden wir automatisch zu einer gespaltenen Persönlichkeit, weil wir immer etwas zu verbergen haben. Das Gefühl, etwas Falsches begangen zu haben, zerstört unseren

Sinn für inneren Zusammenhalt und Harmonie, sei es in der Ehe oder in der Beziehung zu unseren Mitmenschen. Das jüdische Volk bleibt das Kind von G'tt, egal wie weit sich dieses Kind von seinem Vater entfernt hat.