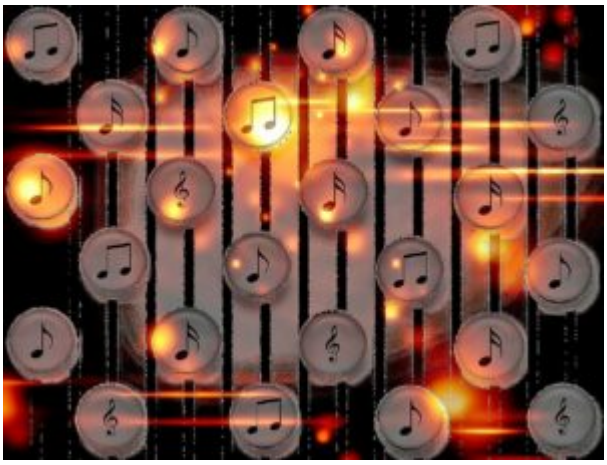
Omer: 49 Tage der Liebe – Fünfte Woche

7. Mai 2020 – 13 Iyyar 5780



Der Autor ist **rav Schimon Jakobson**
Originaltext auf Russisch finden Sie **hier**

Inhalt:
Tag 29. Chesed für Hod
Tag 30. Gevura für Hod
Tag 31. Tiferet für Hod
Tag 32. Netzach für Hod
Tag 33. Hod für Hod
Tag 34. Yesod für Hod
Tag 35. Malchut für Hod

FÜNFTE WOCHE – HOD: GEHORSAMKEIT, SANFTMUT und DEMUT

(Übersicht der dritten Woche / Übersicht der vierten Woche)

In der fünften Woche von *Sefirat Omer (Omerzählung)* untersuchen und korrigieren wir die emotionale Eigenschaft von *Hod*, oder Gehorsamkeit. Die Demut, die gute Früchte bringt, kann nicht als Schwäche oder Mangel an Selbstwertgefühl betrachtet werden. Hod ist Sanftmut und Dankbarkeit (aus dem Hebräischen: *Hodaa*). Dies sind Worte des Dankes an den

Allmächtigen.

Hier lauert eine gesunde Einschätzung von Fähigkeiten und Stärken, die die Verdienste des Erfolgs nicht ausschließlich sich selbst, dem Geliebten zuschreibt; **all dies ist von Gott für höhere Zwecke gegeben, und nicht nur, um die eigenen Bedürfnisse und Ambitionen zu befriedigen**.

Demut lässt eine Person nicht sich hervorstellen; es steht unauffällig und bescheiden beiseite, aber es hilft den Menschen, ihre Kleinheit und Geringfügigkeit zu erkennen, obwohl es gleichzeitig einer Person ermöglicht, unvorstellbare Höhen zu erreichen.

Aber was genau macht die Gehorsamkeit schwer erreichbar und beängstigend?

Es ist unmöglich, einen bereits randvoll gefüllten Becher mit zusätzlichen Tropfen des Getränks wieder aufzufüllen. Wenn Sie den Kelch des Lebens mit sich selbst füllen und Ihre Bedürfnisse auf den Sockel der Heiligkeit gehoben werden, gibt es in Ihrem Herzen keinen anderen Platz für etwas, das nicht persönlich ist. Wenn Sie sich nur für die Berechnung auf große Dinge vergeuden und “entleeren”, geht Ihr Durst nach “Ihrem” über Verständnis und Grenzen hinaus. Gehorsamkeit ist der Schlüssel zur Ewigkeit, um sich selbst zu überwinden. Nur wahre Demut wird Ihnen ein Bewusstsein für den gesunden Menschenverstand und die Objektivität Ihrer Handlungen vermitteln.

> *Sanftmut bedeutet nicht die Unempfindlichkeit eines lebenden Organismus; Es ist ein vernünftiges Gefühl der Schande, das es Ihnen ermöglicht, besser zu werden, als Sie wirklich sind. Mit Sanftmut können Sie mehr von sich selbst erwarten.*

Die Gehorsamkeit schreit nicht auf den Plätzen, sie schweigt demütig. Aber ein solches Schweigen ist keine Leere. Sie enthält das Leben, das alle sieben Eigenschaften von Liebe,

Disziplin, Mitgefühl, Geduld, Demut, Gründlichkeit und Edelmut umfasst.

Tag 29. *Chesed* für *Hod*: Liebe in Gehorsamkeit und Demut

Erforschen Sie die Liebe in ihrer Beziehung zur Gehorsamkeit. Ein gesunder Sinn für Demut macht nicht korrupt; er trägt Liebe und Freude, aber keine Angst in sich. Die Gehorsamkeit ohne Liebe muss auf ihre Echtheit geprüft werden. Manchmal wird Demut mit geringem Selbstwertgefühl verwechselt, was die Türen für die Manifestation von Liebe schließen kann.

Wahre Sanftmut erzeugt Liebe, weil sie eine erstaunliche Fähigkeit besitzt: durch die Verherrlichung von Anderen, auch sich selbst zu verherrlichen.

Weiß meine Demut, wie man Liebe geben und ein Geber sein kann? Kommt es aus der Weite der Seele? Oder begrenzt und unterdrückt sie mich?

Übung für heute: *Vor dem demütigen Gebet, das an G-tt gerichtet ist und Seine Größe in Ihrem Leben anerkennt, tun Sie etwas Wohltätiges. Er wird Ihr Gebet stärken.*

Tag 30. *Gevura* für *Hod*: Disziplin in Demut

Gehorsamkeit muss diszipliniert sein und einen Zweck haben. Denken Sie darüber nach, wann Ihre Bescheidenheit einen Kompromiss bedeutet und wann nicht. Rechtfertige ich meine Untätigkeit, indem ich den Trägern des Bösen gegenüber gleichgültig werde, indem ich im Namen der Demut handle? Bin ich sanftmütig, nur weil ich anderen keinen Respekt zolle?

Übung für heute: *Konzentrieren Sie sich auf das Gefühl, das Sie zögern lässt, etwas für andere zu tun. Kommt sie wirklich aus Gehorsamkeit und Demut oder spricht ein rebellischer Geist zu mir?*

Tag 31. *Tiferet* für *Hod*: Mitgefühl im Namen der Demut

Testen und überprüfen Sie Ihre Demut durch den Gefühl von Mitleid.

Ist meine Sanftmut egoistisch und außersöhnlich oder beruht sie auf Empathie mit anderen? Ist meine Bescheidenheit ausgeglichen und schön? Oder bereitet es Unannehmlichkeiten? Da Demut ohne Mitgefühl nicht möglich ist, kann Mitgefühl selbst einen Menschen zur Bescheidenheit führen. Wenn es Ihnen an Demut mangelt, werden Sie mitfühlend mit Ihrem Nächsten. Dies ist Ihr erster Schritt in Richtung zur Demut.

Übung für heute: *Wenn Sie anderen Menschen gegenüber mitfühlend sind, bleiben Sie demütig.*

Tag 32. *Netzach* für *Hod*: Geduld für Demut

Was ist die Natur und Stärke Ihrer Demut? Ist meine Demut in der Lage, den Schicksalsschlägen standzuhalten? Stehe ich fest zu meinen Ansichten, oder werde ich schlüpfrig, wie ein Natter, als ob ich im Namen der Unterwerfung handeln würde?

Bescheidenheit und Demut: Werden diese Sie nicht zu einer Gewächshauspflanze machen und Ihr Selbstvertrauen nicht wachsen lassen?

Netzach im Namen von Hod: Bestätigen diese zwei nicht, dass Ihre wahre Demut Sie in einen “Lumpen, der im Flur liegt, um jemandem die Füße abzuputzen” verwandelt, und dass Sie Ihre Einzigartigkeit und Persönlichkeit verlieren, wenn Sie zulassen, dass andere sich die Füße an Ihnen abwischen?

Oder vielleicht, im Gegenteil, gibt Ihnen die Demut die Kraft, einer bösen Behandlung Ihenn gegenüber zu widerstehen. Wird meine Demut von manchen als Schwäche empfunden? Beunruhigt Sie das nicht? Nutzen diese Leute meine Bescheidenheit auf meine Kosten aus?

Übung für heute: *Zeigen Sie die Kraft Ihrer Demut, wenn Sie sich an guten Taten beteiligen. Legen Sie eine voreingenommene Meinung über Demut auf Ihre Schulterblätter!*

Tag 33. *Hod* für *Hod*: Demut um der Demut willen

Jeder Mensch ist zumindest etwas demütig in seinem Herzen, aber die Frage ist: Ist dies eine Manifestation Ihrer aufrichtigen Motivation oder einer ostentativen? Vorgetäuschte Sanftmut (Vortäuschung), um in der Öffentlichkeit bescheiden und schüchtern zu wirken ?!

Habe ich Angst davor, wirklich bescheiden zu sein?

Verstecke ich mich hinter einer Maske der Demut, um mein aggressives Verhalten zu schützen und zu rechtfertigen?

Demut muss auf ihre Authentizität überprüft werden.

Verbindet sich meine Demut mit Bescheidenheit?

Oder verbirgt sich hinter ihr ein Teil der Arroganz?

Bin ich stolz darauf, sanftmütig zu sein? Schwenke ich vor mir meine, überhaupt nicht demütige Demut, wie ein roter Lappen vor einem Stier?

Diene ich mir selbst oder den Menschen?

Ist meine Gehorsamkeit “gegen alle”? Oder ist sie “lebendig und echt”?

Übung für heute: *Zeigen Sie Demut, nur um der Demut willen.*

Tag 34. *Yesod* für *Hod*: Beteiligung im Namen der Demut

Demut kann nicht losgelöst vom normalen Leben aller anderen Menschen existieren, als ob ein Mensch vor dem Leben zurückschreckt, wie ein einsamer Wolf. Dies ist das Ergebnis einer tiefen Verbindung und Hingabe, so dass nichts die

Menschen einander so näher bringt als Demut.

Trennt mich meine Demut von anderen? Oder macht mich dadurch mit ihnen verwandt?

Führt meine Bescheidenheit zu wirksamen Ergebnissen?

Sind sie langfristig? Stehen sie auf einem unantastbaren Fundament, auf dem ich aufbauen kann und andere mir vertrauen können?

Übung für heute: *Bauen Sie etwas Festes auf einem soliden Fundament der Demut auf.*

Tag 35. *Malchut* für *Hod*: Edelmut im Namen der Demut

Demütig vor Gott und den Menschen wandeln: In nichts anderem steckt mehr Adel! Denn das Wesen der Demut und Bescheidenheit ist die Würde. Die Pracht der Demut ist erhaben und edel.

Die Gehorsamkeit, die den menschlichen Geist unterdrückt und seine persönlichen Eigenschaften angreift, ist Heuchelei und Schlauheit, und keine echte Sanftmut.

Meine Bescheidenheit muss mich würdig machen!

Fühle ich mich lebendig, warm und nicht zerstört?

Bin ich nicht meiner inneren Welt und Einzigartigkeit beraubt?

Übung für heute: *Zeigen Sie Ihrem Nächsten, dass Demut und Bescheidenheit die Menschenwürde nicht schmälern.*

Weiter zum Übesicht der sechsten Woche