

# Omer: 49 Tage der Liebe – Sechste Woche

14. Mai 2020 – 20 Iyyar 5780



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

## **Inhalt:**

- Tag 36. Chesed für Yesod**
- Tag 37. Gevura für Yesod**
- Tag 38. Tiferet für Yesod**
- Tag 39. Netzach für Yesod**
- Tag 40. Hod für Yesod**
- Tag 41. Yesod für Yesod**
- Tag 42. Malchut für Yesod**

## **SECHSTE WOCHEN – YESOD: BETEILIGUNG, ZUGEHÖRIGKEIT, GRÜNDLICHKEIT**

(Übersicht der vierten Woche / Übersicht der fünften Woche)

Während der sechsten Woche der *Sefirat Omer* (*Omer*-Zählung) untersuchen und korrigieren wir die emotionalen Eigenschaften von Beteiligung, Gründlichkeit, und auf Hebräisch – die Eigenschaften von *Yesod*. Beteiligung/Zugehörigkeit ist nichts anderes als eine Verbindung; und es sind nicht nur Emotionen, die sich in der Beziehung zu anderen Menschen manifestieren, sondern eine Initiation zu ihnen und zu ihren Leben. Es ist

keine Verpflichtung gegenüber anderen, sondern eine tiefe Verbundenheit, ein eifriger Einsatz für Ihre Bruderschaft. Zwischen Menschen, die sich lieben, entsteht eine Art Kanal für spirituellen Kontakt, Akzeptanz des anderen und Empathie.

*Die Zugehörigkeit ist ewig. Sie bereitet den Boden für die Einheit, die es immer geben wird, und bringt den Menschen gute Früchte.*

Die Zugehörigkeit ist ein Alpha und Omega des Lebens. Das emotionale Fundament der menschlichen Seele. Jeder Mensch braucht Zugehörigkeit, denn ohne sie kann niemand und nichts wachsen, blühen oder Frucht bringen. Die Beziehung zwischen Mutter und Kind; starke Ehebindungen zwischen Ehemann und Ehefrau; starke Beziehungen zwischen Geschwistern; starke Zuneigung zwischen engen Freunden.

Die Zugehörigkeit ist ein gegenseitiges Gelübde, das eine Person mit anderer Person verbindet, ein feierliches Versprechen, den anderen in jedem Augenblick des Lebens zu kennen und sich an ihn zu erinnern.

Aus "Ich bin kostbar" wird "Ich bin wertvoll und wichtig in seinem oder ihrem Leben". Von hier kommt das Vertrauen: Vertrauen in sich selbst und Vertrauen in andere.

*Die Zugehörigkeit führt allmählich zu Hoffnung und Überzeugung.*

Ohne Bindung und Entwicklung können wir die Welt um uns herum nicht richtig wahrnehmen und nicht wir selbst sein.

## **Tag 36. Chesed für Yesod: Liebe in der Beteiligung**

**Liebe ist das eigentliche Wesen der Zugehörigkeit.** Es ist unmöglich, treu zu sein und nicht zu lieben. Liebe schafft das Fundament des Vertrauens, auf dem Yesod, die Zugehörigkeit, aufgebaut wird. Wenn es für Sie (aufgrund irgendwelcher

Umständen) nicht einfach ist, Ihr Herz an eine Person zu binden, überlegen Sie, ob Ihre Liebe stark genug ist, um für immer an sie (ihn) gebunden zu sein. Sollte mein Vertrauen unbedingt auf einem Gefühl der Liebe beruhen? Kann ich treu sein, ohne auf eine auf Liebe basierende Beziehung zurückgreifen zu müssen?

Wird meine Beteiligung am Leben eines anderen Menschen durch außergewöhnliche Freundlichkeit und warme Gefühle diktiert?

**Übung für heute:** *Drücken Sie Ihre Zuneigung zu einem Kind oder Freund aus, indem Sie ihm Ihre Liebe zeigen.*

## **Tag 37. *Gevura für Yesod: Disziplin in der Beteiligung***

Wie schwer ist es, sich der Person zu öffnen, die einem sympathisch ist! Selbst bei vollständiger Gegenseitigkeit sollte man nicht vergessen, vorsichtig zu sein und jeden Schritt sorgfältig abzuwägen. Auch die gesündeste und engste Beziehung braucht eine "Pause": Man darf nicht in den persönlichen Raum eines geliebten Menschen eingreifen. Fragen Sie sich: bin ich zu aufdringlich?

*Bin ich nicht zu abhängig von dem oder (der), mit dem (der) ich verbunden bin?*

*Oder hängt er (sie) mehr von mir ab als es sein sollte?*

*Bin ich aus Verzweiflung an andere gebunden?*

*Gibt es in meinem Kreis Menschen, die vernünftig sind und sich positiv auf mich auswirken?*

**Übung für heute:** *Betrachten Sie Disziplin im Zusammenhang mit der Bindung an eine Person. Vielleicht ist es notwendig, etwas in einer Beziehung zu „optimieren“?*

## **Tag 38. *Tiferet für Yesod: Mitleid im Namen der Beteiligung***

Es ist unmöglich, sich liebevolle Hingabe ohne Mitgefühl, ohne ein Gefühl von Empathie für den Kummer eines Freundes, ohne an seiner Trauer teilzunehmen, vorzustellen. Ist mein Mitgefühl nur bedingt möglich? Vermeide ich es, die Schwierigkeiten meines Freundes zu teilen?

**Übung für heute:** *Bieten Sie einem geliebten Menschen Ihre Hilfe an und lernen Sie die Wechselfälle seines Schicksals kennen, solange Sie durch ein gemeinsames Band der Einheit mit ihm verbunden sind.*

## **Tag 39. *Netzach für Yesod: Langmut in der Beteiligung***

Es gibt keine Bindung ohne Geduld: Ist es möglich, den Wellen eines sich vor unseren Augen nähernden und sich verschärfenden Sturms zu widerstehen? Ohne Geduld gibt es nicht die geringste Möglichkeit, einander zu finden und sich zusammenzuschließen.

Bin ich jemandem, zu dem ich eine so gute und starke Beziehung habe, voll treu? Wie bereit bin ich, unsere Beziehung zu tolerieren und für sie zu kämpfen?

Weiß mein Auserwählter (meine Auserwählte) von meinem Engagement für ihn?

**Übung für heute:** *Zeigen Sie, wie bereit Sie sind, Schwierigkeiten zu ertragen und diese zu überwinden, um Ihre Beziehung zu Ihren Lieben aufrechtzuerhalten.*

## **Tag 40. *Hod für Yesod: Demut im Namen der Hingabe***

**Bescheidenheit ist ein wesentlicher Teil der Hingabe.** Arroganz zerbricht jede Beziehung. Wenn Sie sich ausschließlich um sich selbst kümmern, distanzieren Sie sich von den Menschen. Wenn die Seele von Arroganz besessen ist, gibt es keinen Raum für andere gute menschliche Gefühle. Bescheidenheit ist das

Verbindungsglied zu denen, mit denen Sie eine enge Beziehung haben wollen: bitte lernen Sie sie schätzen!

Eine gesunde Beziehung ist ein Bündnis zwischen zwei verschiedenen Menschen – unabhängigen Individuen, die zusammenkommen, um ein viel höheres Ziel zu erreichen als nur persönliche Bedürfnisse zu befriedigen.

*Wahre Demut beginnt, wenn Sie den Schöpfer erkennen und ihn in Ihrem persönlichen Leben anerkennen.*

In Ihrer Vereinigung ist der Dritte nicht unnötig: Kann der Allmächtige unnötig sein? Weiß ich von Ihm und Seiner Beteiligung an unserem Bündnis? Denn es ist der Schöpfer, der mich für immer und trotz unserer Unterschiede an andere bindet.

**Übung für heute:** *Rufen Sie während des Gebets zu G-tt um Hilfe im Namen einer untrennbaren Beziehung zu einem geliebten Menschen.*

## **Tag 41. Yesod für Yesod: Beteiligung im Namen der Beteiligung**

Jeder Mensch, der Beziehungen zu anderen Menschen aufbaut, sollte die Bedeutung und Wichtigkeit der bevorstehenden Ereignisse verstehen. Habe ich Schwierigkeiten beim Versuch, treu zu sein? Sind diese Versuche schwierig für mich im Allgemeinen oder in bestimmten Erscheinungsformen? Bin ich leicht in die Arbeit involviert und fällt es mir schwer, die Kommunikationsbarriere zu überwinden? Oder vielleicht ist es im Gegenteil gar nicht so schlimm?

Versuchen Sie zu verstehen, was Sie davon abhält, eine starke Bindung zu einer anderen Person einzugehen.

Vielleicht bin ich zu wählerisch und suche nach geeigneten Ausreden, um mich mit niemandem zubinden? Schließe ich mich von den Menschen ab? Möchte ich eine Beziehung nicht beginnen,

weil es für mich nicht einfach ist oder weil ich verletzlich bin?

Vielleicht hatte ich eine bittere Erfahrung in persönlichen Beziehungen!?! Es ist nicht ausgeschlossen, dass mein Vertrauen missbraucht wurde. Und vielleicht auch so: Meine Ängste sind das Ergebnis eines Kindheitstraumas, das aus zerbrochenen Beziehungen resultiert?

*Um die Fähigkeit zu pflegen, starke Beziehungen aufzubauen, selbst wenn Sie hundert Gründe haben, niemandem zu vertrauen, müssen Sie sich daran erinnern, daß G-tt Ihnen einst eine liebevolle Seele gab, auf deren innere Stimme Sie zu hören lernen müssen; es ist diese Seele, die Ihnen den Schlüssel zu den Seelen und Herzen derer geben wird, mit denen Sie Ihr Leben verbinden wollen.*

Es wird nicht nötig sein, sich zu verteidigen, Barrieren zu errichten, "stachelig" zu werden, denn Sie wissen: Ich habe einen Seelenverwandten (eine Seelenverwandte) gefunden, dem ich vertrauen kann.

Und noch etwas: Wie das Gleiche das Gleiche hervorbringt, **so führt Hingabe zur Hingabe.**

**Wenn Sie als Einheit wieder vereint sind, verändert diese Einheit alle anderen Aspekte Ihres Lebens.**

**Übung für heute:** *Versuchen Sie, sich mit einer neuen Person anzufreunden oder etwas zu finden, das ihren Wünschen entspricht, indem Sie Tage und Wochen neuen Beziehungen zum Wohle Ihres Bundes widmen.*

## **Tag 42. Malchut für Yesod: Edelmut in der Beteiligung**

Die Beteiligung muss der persönliche Raum des anderen respektiert und mit ihm gerechnet werden. Sie zielt darauf ab, Ihre eigene Würde und die Würde der Person zu stärken, der Sie

sich immens widmen.

Hindert mich meine Hingabe an einen anderen Menschen daran, mich wie ein Individuum mit Tugenden zu fühlen? Unterdrücken andererseits meine eigene Handlungen, Gefühle und Tugenden andere Menschen?

**Übung für heute:** *Unterstreichen und betonen Sie die Stärken derer, mit denen Sie durch die untrennbaren Bindungen von Freundschaft und Liebe verbunden sind.*

Weiter zum Übersicht der siebten Woche