Spirituelles Programm für den Monat Elul

9. August 2021 – 1 Elul 5781

Ein kraftvolles Gebet für den Monat Elul von Rabbi Nachman von Breslov, das man täglich beten kann

“Ani L’Dodi V’Dodi Li – Ich bin meines Geliebten und mein Geliebter ist mein – Vater im Himmel, voll der Barmherzigkeit, hilf mir und gewähre mir den Verdienst, dir immer näher zu kommen, und insbesondere im Monat Elul. Und du, mit deiner großen Barmherzigkeit, wirst deine Hand der Güte öffnen, um diejenigen anzunehmen, die bereuen und Teshuvah machen und die Nähe zu dir suchen. So können wir weiterhin alle Tikkunim (Korrekturen) korrigieren, die durch die großen Kräfte der Yichudim (Einheit) und Kavanot (Meditationen) des Monats Elul möglich sind. Vater, bitte hilf mir, vom Himmel aus von all meinen Sünden gereinigt zu werden, und möge ich es verdienen, eine vollständige Teshuvah für alle meine Sünden zu vollziehen. Vater, segne mich, dass ich Dich immer finden werde, wo immer ich Dich suche, wenn ich mich an einem hohen geistigen Ort befinde oder, leider, auch wenn ich geistig an einen niedrigen Ort falle.

Ani L’Dodi V’Dodi Li – Ich bin meines Geliebten und mein Geliebter ist mein – Amen!”

Quelle: https://www.atzmut.org/prayer-for-elul/

HIER präsentiert uns Rabbi Alon Anava eine tägliche “to do – Liste” für den Monat Elul. Diese beinhaltet:

– Lesung des 1. Kapitel vom Propheten Chaggai an Rosh Chodesh
– das obige Gebet
– 2-maliges Rezitieren von Psalm 27 (z.B. einmal Morgens und einmal Abends)
– täglicher Tikkun Haklali (10 Psalmen von Rabbi Nachman)
– tägliche Lesung eines Kapitels vom Buch Sprüche (am ersten Tag Kapitel 1, am zweiten Tag Kapitel 2 usw., sodass man an Rosh Hashana dann das komplette Buch gelesen hat)
– tägliche Lesung von 3 Psalmen (am ersten Tag Psalm 1-3, am zweiten Tag Psalm 4-6, usw.)

Teilen und Weiterleiten ist sehr erwünscht!