

# Vergangenheit – Parascha Nasso und Schalom Bait

19. Mai 2021 – 8 Sivan 5781



Eine saubere Sache

In der *Parascha* der Sota lernen wir über die Handlungen, die im Fall einer Frau, die des Ehebruchs verdächtigt wurde, vorgenommen wurden. Wenn sich herausstellte, dass die Anschuldigungen unbegründet waren, so der *Passuk* (Vers), wird sie damit belohnt, dass sie es verdient, ein Kind zu gebären, auch wenn sie in der Vergangenheit Schwierigkeiten hatte, und viele andere Segnungen werden von *Chazal* (unseren Weisen) beschrieben.

Nun, es ist wichtig zu beachten, dass eine Frau, die eines unanständigen Verhaltens beschuldigt werden konnte, offensichtlich nicht die frommste Frau der Stadt war. Und doch wurde sie, nachdem ihre Unschuld bewiesen war, völlig entlastet und sogar belohnt.

Mehr noch: Selbst wenn dieselbe Frau zweimal verdächtigt wurde, steht nirgendwo in der Tora, dass sie anders behandelt werden sollte. Es ist, als ob es ein erstes Vergehen wäre. Ihre früheren Taten sollten nie wieder zur Sprache gebracht werden.

Darin liegt eine wichtige Lektion für uns alle.

## Weitergehen

Die Fähigkeit, frühere Missetaten – oder vermeintliche Missetaten – hinter sich zu lassen, ist ein so wichtiges Attribut für jede Beziehung. Besonders wichtig ist sie jedoch in der ehelichen Beziehung. Wenn Sie Ihrem/-er Ehepartner/-in sagen können: "Von jetzt an tun wir so, als wäre das nie passiert. Vergessen wir es.", kann das ein echter Wendepunkt in Ihrer Ehe sein. Und wenn Sie diese Haltung einnehmen, ohne etwas zu sagen, ist das sogar noch besser!

Das Festhalten an den Beleidigungen Ihres Ehepartners könnte Ihnen die Illusion von Macht geben. "Ich habe eine Anschuldigung in der Tasche und kann sie jederzeit vorbringen, wenn ich das Bedürfnis habe, dich zu übertrumpfen!" Aber wenn Sie ehrlich zu sich selbst sind, wissen Sie, dass es nur dazu führt, dass Sie heruntergezogen werden. In der Vergangenheit festzustecken hat sich noch für niemanden als hilfreich erwiesen.

## Selektives Vergessen

Haschem (G-tt) wird als "*zocher kol hanischkachos*" bezeichnet, Er, der sich an alles erinnert, was vergessen wurde. Was soll das bedeuten? Satmar Rebbe ztz"l würde erklären, dass, wenn die Menschen sich an all die wunderbaren Dinge erinnern, die sie getan haben, so sagt Haschem: "Du hast das erfasst? Großartig! Ich muss Mich nicht für dich an sie erinnern" und Er "vergisst". Du verlierst etwas von deinem *S'char* (Verdienst), wenn du eingebildet bist.

Auf der anderen Seite neigen wir dazu, Missetaten oder Sünden, die wir begangen haben, zu vergessen, also sagt Haschem: "Oy, du hast es vergessen? Ich werde Mich erinnern... Du kannst sicher sein, dass es nicht übersehen wird."

Obwohl wir alle danach streben sollten, Haschem nachzueifern, sollten wir Sein *Middat* (Charaktereigenschaft) *HaRachamim* (der Barmherzigkeit) nachahmen, nicht Sein *Middat HaDin*

(Charaktereigenschaft des Gerichts). Und doch neigen wir dazu, so mit anderen Menschen umzugehen.

Wir stellen sicher, dass wir sie an all die Verstöße erinnern, die sie in den letzten zehn Jahren begangen haben, vergessen aber bequemerweise all die netten Dinge, die sie getan haben. Umgekehrt erinnern Sie sich nur an die netten Dinge, die Sie in der Vergangenheit getan haben, und vergessen auf mysteriöse Weise all die Zeiten, in denen Sie selbst Mist gebaut haben.

### Eingebildete Erinnerungen

Jemand erwähnte einmal eine interessante Art, das Leben zu betrachten. Stellen Sie sich vor, dass Sie gerade erst ins Leben gekommen sind. Die Vergangenheit hat nie stattgefunden. Aber *Haschem* hat Ihnen diese ganze Geschichte über vergangene Erfahrungen in den Kopf gesetzt. Sie leben in der Gegenwart, informiert durch die Vergangenheit, aber nicht von ihr geprägt.

Wenn Sie Ihr Leben so betrachten, als sei die Vergangenheit nur ein Hirngespinnst, das vielleicht tatsächlich stattgefunden hat, kann es Ihnen helfen, sich zu orientieren, alle negativen Erinnerungen zu verwerfen und die Gegenwart zu genießen. Es ist sehr schwierig, die Gegenwart wirklich zu erleben, wenn Sie die Vergangenheit immer wieder durchleben.

### Keine Anhänge

Wenn Ihr Mann ständig vergisst, die Einkäufe abzuholen, um die Sie ihn gebeten haben, sprechen Sie das Thema ruhig und freundlich an. "Es ist sehr schwer für mich, wenn du vergisst, die Lebensmittel abzuholen, denn dann muss ich alle Kinder zusammenpacken und sie selbst holen gehen."

Auch wenn es am nächsten Tag wieder vorkommt, unterlassen Sie es zu sagen: "Ich habe es Ihnen schon tausendmal gesagt! Erst gestern hatten wir dieses Gespräch! Kannst du dich bitte einmal daran erinnern?!" Bitten Sie ihn noch einmal

freundlich, sich zu bemühen, sich zu erinnern. Er erinnert sich sehr gut daran, dass Sie gestern das Gleiche gesagt haben, und ihn zu beschämen, wird Sie nicht weiterbringen.

Wenn er sich erinnert, danken Sie ihm und vergessen Sie die Zeiten, in denen er sich nicht erinnert hat. Erwähnen Sie es nicht wieder.

Wenn das Problem wiederholt auftritt, müssen Sie Ihre Bedürfnisse respektvoll kommunizieren. Es wird nicht von Ihnen verlangt, "zu grinsen und es zu ertragen", während Sie stillschweigend in Empörung und Groll schmoren. In der *Parascha* der Sota, als der Ehemann ein Fehlverhalten vermutete, ließ er es nicht einfach schleifen. Er hat sich damit auseinandergesetzt!

Aber wenn Sie Ihre Beschwerden zur Sprache bringen, achten Sie darauf, dass Sie keine alten Sünden anhängen, die begangen wurden. Das ist nie hilfreich, wenn es darum geht, Ihre Botschaft zu vermitteln oder Ihren Ehepartner zu motivieren, das beleidigende Verhalten zu ändern.

Haschem verlangt, dass wir einen Konvertiten zehn Generationen lang nicht an seine Vergangenheit erinnern. Selbst wenn er eine Sünde begeht, bringt man ihn zum *Beit Din* (zum Gericht) oder man gibt ihm *Mussar* (Lektion über richtige Moral und Ethik). Aber man soll ihm niemals sagen: "Oh, natürlich hast du das getan! Du warst einmal ein *Goi* (von anderem Volk/Nichtjude)!" Das ist nicht nur verletzend, sondern indem Sie ihn in seine Vergangenheit zurückziehen, entmutigen Sie den *Ger* (Konvertiten) auch davon, sein Bestes zu versuchen. Sei wie Haschem, der ein "*Marbeh lisloach*" (vervielfältigt Vergebung) ist.

Lassen Sie die Vergangenheit hinter sich

Manchmal machen Sie eine Schwierigkeit durch, die lange Zeit anhält, aber mit etwas harter Arbeit und Ausdauer wird es besser. Ihre Ehe mag in den ersten zehn Jahren sehr schwierig

gewesen sein. Aber dann haben Sie sich endlich Hilfe geholt und es wirklich gemeinsam geschafft. Sie hatten sieben wunderbare, glückliche Jahre zusammen.

Und doch, jedes Mal, wenn Ihre Frau die Kontrolle verliert und anfängt zu schreien, oder jedes Mal, wenn Ihr Mann vergisst, eine Rechnung zu bezahlen, schreien Sie: "Zehn Jahre lang habe ich gelitten!!! Haben zehn Jahre nicht gereicht?!"

Warum bringen Sie es zur Sprache? Sie haben so viele Jahre glücklich zusammengelebt, warum verspüren Sie den Drang, Ihren Ehepartner an seine alten Gewohnheiten zu erinnern?

Wenn Sie sich nicht erlauben, Ihrem Ehepartner zu vertrauen oder seine Freundlichkeit aufgrund früherer Fehler zu akzeptieren, verweigern Sie sich selbst das Vergnügen, das Heute zu genießen.

Manchmal gehen Sie zu einem Therapeuten, und er verteilt ein Etikett an Ihren Ehepartner. Er ist ein Narzisst. Er ist Grenzwertig (eng. *borderline*). Ob die Diagnose richtig ist oder nicht, spielt keine Rolle. In jedem Fall wird Ihr Ehepartner wegen seiner Störung behandelt, oder es geht ihm besser. Doch aus irgendeinem Grund lassen Sie dieses Etikett nicht los. Jedes Mal, wenn er Mist baut, holen Sie diese verstaubte, alte Diagnose aus Ihrem obersten Regal und halten sie ihm vor die Nase. Und wozu? Wie soll das jemandem helfen?

Es spielt keine Rolle, ob diese alten Gewohnheiten schrecklich und schädlich waren; es geht nicht um Vergebung. Es geht darum, den gegenwärtigen Moment zu umarmen und mit dem umzugehen, was jetzt gerade passiert.

Ein neues Blatt

Die Vergangenheit zu vergessen, ist nicht einfach. Wenn es das wäre, wären wir in großen Schwierigkeiten. Wie der alte Mann, der sich bei seinem Arzt beschwerte, dass er unter Gedächtnisverlust leidet.

“Oh nein!”, sagte der Arzt mitleidig, “seit wann geht das denn?”

“Seit wann ist was los?“, fragte der alte Mann verwirrt.

Vergesslichkeit ist nicht unser Freund. Aber auch das Festhalten an unserem Schmerz ist nicht unser Freund. Wenn Sie sich nicht in der Lage sehen, alte Verletzungen hinter sich zu lassen, holen Sie sich Hilfe. Es gibt einen Weg, Ihren Schmerz und Ihr Trauma zu überwinden, so dass Sie mit einer reinen Weste und einem positiven Geisteszustand in die Zukunft gehen können.

*Chinuch* (Erziehung): Das Hier und Jetzt

In *Chinuch* ist es gefährlich, zu verallgemeinern. “Du stehst immer spät auf.” “Du legst deine Wäsche nie in den Wäschekorb.” Es gibt keinen Grund, Ihr Kind ständig an frühere Sünden zu erinnern. Ihr Sohn hat seinen kleinen Bruder geschlagen? Kommen Sie damit klar. Haben Sie nicht das Bedürfnis, die Tatsache zu erwähnen, dass er vor vier Jahren auch seinen Cousin geschlagen hat.

Wenn Sie Ihr Kind ständig für vergangene Missetaten beschimpfen, wird es anfangen, sich mit ihnen zu identifizieren, und das kann sein Selbstwertgefühl schwer beschädigen. Wenn Sie die Erinnerungen an seine Handlungen mit in die Zukunft nehmen wollen, warum sollten Sie sich nicht an all die schönen Dinge erinnern, die er getan hat? Sie wollen doch nicht, dass er sich an jeden Erziehungsfehler erinnert, den Sie jemals mit ihm gemacht haben, oder? Machen Sie es sich zur Aufgabe, mit den gegenwärtigen Szenarien umzugehen, wenn sie auftauchen, und lassen Sie die Vergangenheit eine Vergangenheit sein.