

Wie schützt man sich vor schlechten Gedanken? – Parascha Ki Teze

10. September 2019 – 10 Elul 5779



“Wenn du in Lager hinausziehst gegen deine Feinde, so hüte dich vor jeglichem Schlechten.” (Dewarim 23:10)

Unsere Weisen in dem Traktat von Avod Zara (20b) lehren aus diesem Vers, dass ein Mensch auch in Bezug auf das, was er denkt, vorsichtig sein sollte. Man muss sich vor schlechten Gedanken und unangebrachten Gedanken hüten. Aber wie kann man Gedanken beeinflussen, denn es liegt nicht in der Macht des Menschen zu entscheiden, was ihm in den Sinn kommt?

Die Antwort auf diese Frage finden wir auch in den Worten unserer Weisen. In der Fortsetzung zitiert der Talmud das Sprichwort von Rabbi Pinchas bin Yair, der aus diesem Vers lehrt, dass die Tora zur Vorsicht führt.

Das heißt: Der Befehl über die Reinheit der Gedanken impliziert auch die Vorsicht bei jeder Handlung – bei allem, was man tut, was man sieht oder hört, da alle seine Aktivitäten und Wahrnehmungen seine Gedanken beeinflussen. Wenn man vermeidet unangemessene Dinge anzusehen oder zu hören, dann sind seine Gedanken rein.

Der Allmächtige sagte zu der Schlange, die Yetzer HaRa (böser

Anfang) war: „Du wirst ihn (den Mann) auf die Ferse treffen“ (Bereschit, 3:15). Wie wir bereits in einer der vorangegangenen Ausgaben geschrieben haben, ist die Ferse einerseits die am wenigsten empfindliche Stelle im gesamten menschlichen Körper. Wenn ein Mensch spazieren geht, denkt er nicht daran, wo er seine Ferse anbringen soll, sondern nur daran, wo er seine Zehen anbringen soll.

Andererseits „hält“ die Ferse die ganze Person. Ein Mensch achtet oft nicht darauf, wohin er schaut, was er hört, wo er „seine Ferse stellt“. Es ist wichtig zu wissen, dass gerade Gedanken, wie eine Ferse, das Weltbild eines Menschen „festhalten“ und ihn unterstützen. Genau durch die Gedanken versucht ständig Yetzer HaRa den Mensch zu stechen“.