

# Psalm

## 139

Folgt man dem hebräischen Originaltext, verliert der Psalm an Eindeutigkeit und öffnet sich für viele mögliche Varianten und Perspektiven. Und genau diese Mehrdeutigkeit verleiht dieser Dichtung eine ganz besondere Heiligkeit. Heilig für unser menschliches Verständnis ist etwas, das ich mir mit meinen logischen Begriffen nicht restlos erklären kann. Heilig ist ein Fakt, dessen tiefste Bedeutung mir verborgen bleibt. Heiliges muss ich in seiner Mehrdeutigkeit als solches annehmen. Schon Augustinus Aurelius (354-430) sagte, dass genau dort, wo das Wissen endet, der Glaube beginnt.

ה

ב

ה

Psalmen sind heilige Schriften, niedergeschrieben im Heiligen Geist, wie die gesamte Bibel. Die fünf Bücher Mosche nehmen hierbei eine besondere Stellung ein, da Mosche Aug in Auge mit dem Ewigen gesprochen hat, und somit der Heilige Geist direkte Inspiration durch und von Gott ist. Psalmen lesen heißt: zwischen den Zeilen lesen und Worte finden, wofür es eigentlich gar keine Worte gibt ... **Alles, was mit dem Ewigen verbunden ist, ist heilig!**

<p><b>1 Für den Chorleiter. Von David. Ein Psalm.</b></p> <p><b>HERR, du hast mich erforscht und kennst mich.</b></p>	<p>„von David“ übersetzt die neue Einheitsübersetzung. דוד (I'David) kann sowohl von oder für David bedeuten. Ein interessantes Buchstabenspiel funktioniert nur im Hebräischen: der Name David, sowie der Begriff „Geliebter“ haben dieselben Buchstaben דוד. Somit kann ich einen Psalm zum Anzünden der Liebe sehen, eine Aufforderung und Anleitung zur Meditation. ER, der Ewige, der mich voll und ganz kennt ist anwesend in zwei Formen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) <u>Transzendenz</u>: <b>Gott blickt von außerhalb in die Welt</b> und sieht mich.</li> <li>b) <u>Immanenz</u>: der göttliche Geist ist in mir, ist mein Leben in allem was ich tu, bis zum Tod. <b>Gott ist Immer in mir</b> als das ewige Selbst, ewig, unverletzbar, unverrückbar, statisch und voll entwickelt. Es ist <b>der ewige Teil in mir</b>, der als innerer ewiger Zeuge jenseits meiner momentanen Emotionen steht und mein unauslöschlicher Kern ist. Es gibt weder Vorher u Nachher.</li> </ul>
<p><b>2 Ob ich sitze oder stehe, du kennst es. Du durchschaust meine Gedanken von fern.</b></p>	<p>Ob ich sitze und meditiere oder mich im Alltag bewege, <b>DU – das ist nicht nur der Ewige, das ist auch der ewige Teil in mir</b>, das bin auch ich! – Dieser ewige Teil in mir beobachtet also meine Gedanken und kann sie loslassen machen ...</p> <p>Ein buddhistischer Rat ist, nicht alles zu glauben, was ich denke.-</p> <p>„Durchschauen“, das hebräische Wort binah (בינה), steht im Lebensbaum der Kabbalah für das weibliche Prinzip, und hier Sinne von „entwickeln von“, die Gedanken, die dabei sind, sich zu entwickeln ...</p>
<p><b>3 Ob ich gehe oder ruhe, du hast es gemessen. Du bist vertraut mit all meinen Wegen.</b></p>	<p>Gehen als Akt der Bewegung im Gegensatz zum Ruhen, ausruhen, weil ich kaputt oder krank bin.</p> <p>Im Zusammenhang mit „gemessen“ taucht das Wort זרת (Seret) auf, was kleiner Finger bedeutet. und die Genauigkeit von Gottes Bemessen darstellt. Nichts ist im Chaos, denn der Ewige ist mit allem in mir und um mich herum total vertraut, ebenso mein ewiger Teil in mir, denn er ist mit IHM verbunden.-</p> <p>Der Ewige hat Seine unendliche Seele auf alle Menschen gleichermaßen aufgeteilt. – <b>Die Kabbalah besagt, dass jeder Mensch seinen ganz persönlichen Teil an der Torah hat, seinen eigenen Buchstaben, den es zu finden gilt.</b> Erst wenn jeder Mensch diesen seinen Buchstaben gefunden hat, wird die Torah erfüllt sein; denn wenn auch nur ein Buchstabe fehlt, so ist die Torah nicht zu lesen. So wird es in der Synagoge</p>

	<p>gehandhabt: Ist ein Buchstabe in der Torahrolle nicht lesbar, wird diese Rolle nicht weiter gelesen und, so vorhanden, eine andere Rolle hervorgeholt. Die Heiligen Schriften sind ewig und lebendig, denn sie tragen den unaussprechbaren Gottesnamen in sich. Darum werden sie begraben wie Menschen. Fällt eine Torahrolle versehentlich zu Boden, fasten alle, die es gesehen haben, die nächsten Tage. Fällt mir meine Bibel oder mein Gebetbuch zu Boden, so küsse ich sie beim aufheben. - Ähnlich verfährt man mit heiligen Geräten wie Teffilin (Gebetsriemen, etc.) – Die Frage lautet nicht „Warum“, sondern „Wozu“ geschieht etwas. Buße ist keine Selbstzerfleischung, vielmehr eine Gelegenheit für eine Mizwe, eine gute Tat.</p>
<p><b>4 Ja, noch nicht ist das Wort auf meiner Zunge, siehe, HERR, da hast du es schon völlig erkannt.</b></p>	<p>Das noch nicht ausgesprochene, nicht einmal angedachte Wort kennen der Ewige und mein ewiger Teil ganz und gar, während mein Ego oftmals das ausgesprochene Wort benötigt, um erkennen zu können. – Wann und wo bildet sich ein Gedanke? Im Unbewussten mit der Steuerung: es wird sich äußern, wie es sich äußern wird... (vgl.: ich bin, der ich bin /Ex 3,14). – <b>Es gibt nur die Gegenwart, kein Vorher und kein Nachher!</b> Gott hat mich ganz und gar durchdrungen.</p>
<p><b>5 Von hinten und von vorn hast du mich umschlossen, hast auf mich deine Hand gelegt.</b></p>	<p>Hinten אָחור (achor = zurück) ist der menschliche, biologische (tierische) Teil, sind die biologischen Wege, ist die Quelle der Enge. – Vorn קֵדָם (kedem) ist der menschliche geistliche Teil (unser Gesicht) und bezeichnet den Osten. Der Weg der Hebräer führte gen Osten, der Sonne entgegen. Im hebräischen Wort für „umschlossen“ ist צָר (zar = eng, Form, Not, Einengung) enthalten. Ägypten, für die Israeliten ein Ort der Enge, מִצְרַיִם (Mizraim) enthält ebenfalls diese Wortwurzel. Doch führt der Ewige heraus aus dieser Enge! – Der Mensch lebt in zwei Welten, im Gegensatz zum Tier, das so geschaffen ist, wie Gott es will, und darum ganz nah bei IHM ist, jedoch ohne Bewusstsein und in völliger Hingabe zum Sein. Die Spannung zwischen Bewusstsein und Unbewusstsein ist jene „Enge“, die das Tier nicht kennt, das den Menschen vom Tier wertungslos unterscheidet. Formgebung ist ein Schöpfungsakt, beseitigt Chaos und schafft eine gewisse Ordnung. Der Mensch, geschaffen nach dem Bild Gottes, balanciert Zeit seines Lebens zwischen Körper und Geist, Terminismus und Freiheit, und versucht Gott ähnlicher zu werden, IHM näher zu sein. Auf diesem anspruchsvollen Weg ist Gott mit dem Menschen und legt Seine Hand auf ihn. Oben ist der Schutz des Ewigen, unten, in endloser Tiefe, sind meine Wurzeln, und in mir ist die ewige Anwesenheit Gottes, mein אַ (Alef = 1. Buchstabe des hebr. Alphabets, der für Gott steht, ER, der Eine</p> <p>)</p>

<p><b>6 Zu wunderbar ist für mich dieses Wissen, zu hoch, ich kann es nicht begreifen.</b></p>	<p>Das hebräische Wort פלאיה (Pelia), übersetzt „Wunder, Einheit = Gott = unfassbar“ enthält mit den beiden letzten Buchstaben das Kürzel des Gottesnamens (יהוה). Außerdem ergibt der Wortstamm in seiner Umkehr das geschriebene Wort Alef (אלי), bezeichnend die Rückkehr zum Alef, also zu Gott.</p> <p>Was die Einheitsübersetzung Wissen nennt, bedeutet vom Hebräischen her den Fakt der Erkenntnis, Da'at (דעת) und ist im Lebensbaum der Kabbalah die elfte Sefira, eine sogenannte Scheinsephira, die als Schlüssel zum Verständnis der Schöpfung dient. Kosmologisch betrachtet ist sie jene verborgene Erkenntnis einer harmonischen Vereinigung zwischen dem männlichen und dem weiblichen Prinzip. Das Verb de'ah (דעה) bedeutet erkennen als Prozess, wird in der Bibel verwendet für den Geschlechtsverkehr, das Erkennen von Adam und Eva. Es ist ein tiefes Eindringen und Durchdringen im guten Sinn und setzt das Einverständnis des Anderen voraus, ist also kein Gewaltakt. Jede Entwicklung ist eine Begegnung von männlich und weiblich: z.B. <b>der</b> Same fällt in <b>die</b> Erde. Und jeder Gedanke ist eine innerliche Befruchtung von männlichem und weiblichem Prinzip. Der Mystiker als von Gott Empfangender fühlt sich Gott gegenüber grundsätzlich weiblich. – Die Erkenntnis unseres wahren Lebensdaseins wird uns ein ewig unfassbares Mysterium bleiben.</p>
<p><b>7 Wohin kann ich gehen vor deinem Geist, wohin vor deinem Angesicht fliehen?</b></p>	<p>Der heilige Geist, Ruach (רוח), der innere Geist, meine Sehnsucht nach dem Ewigen, die in meiner Seele eingebaut ist. - „Angesicht“, das hebr. Panim (פנים) bedeutet Gesicht und Innerlichkeit. Dieses Wort gibt es nur in der Pluralform, da jeder Mensch niemals nur ein Gesicht hat; meine verschiedenen Gewänder sind meine vielen Gesichter. So darf der Priester beispielsweise nur im Priestergewand das Allerheiligste betreten! Gehe ich zum Wandern, werde ich mich anders kleiden, als wenn ich die Oper besuche. – <b>Im Angesicht Gottes sieht die Kabbalah die Innerlichkeit des Menschen, geschaffen als „Ebenbild Gottes“ in seiner Innerlichkeit, nicht seinem äußerlichen Ego.</b> Gott selbst erfährt sich in unserer Innerlichkeit, und wir sollten IHN „heilen“ in Seinem in der Schöpfung offenbarten Zustand.- Aus jedem Menschen-gesicht das mich anschaut, spricht automatisch das göttliche Gebot des nicht Tötens. Ein entkleideter Mensch verliert gewissermaßen sein Gesicht, da der nackte Körper die Aufmerksamkeit auf sich zieht. Erzwungene Nacktheit ist daher ein Höchstmaß an Erniedrigung für jeden Betroffenen. – Die zahllosen Gesichter geben dem Menschen letztlich auch seine vielen Bei-Namen. – Das Gesicht, welches ich im Spiegel sehe, hat nichts mit wirklicher Erkenntnis zu tun. Mein Spiegelbild ist äußerlich, eingengt in die Dimension der bloßen Oberfläche. Ich begegne mir als Objekt, während meine innere Wahrnehmung subjektiv ist. – Wer schaut schon in den Spiegel, um sich zu erkennen? ...</p>

<p>8 <b>Wenn ich hinaufstiege zum Himmel - dort bist du; wenn ich mich lagerte in der Unterwelt - siehe, da bist du.</b></p>	<p><b>Und überall ist ER!</b> – Auch das hebräische Wort für Himmel gibt es nur im Plural: <i>Schamajim</i> (שמים) steht ebenso für Geist. –</p> <p>„da bist DU“ übersetzt die neue Einheitsübersetzung das hebräische „<i>hineka</i>“ הנך, wörtlich ein überraschtes und staunendes „<b>siehe</b> (הנה) <b>DU!</b>“</p>
<p>9 <b>Nähme ich die Flügel des Morgenrots, ließe ich mich nieder am Ende des Meeres,</b></p>	<p>Der Ewige leitet mich; der göttliche Geist, den ich in mir trage, wird mich leiten.</p>
<p>10 <b>auch dort würde deine Hand mich leiten und deine Rechte mich ergreifen.</b></p>	<p>Die rechte Hand des Ewigen steht für endlose und bedingungslose Liebe, während Seine linke Hand Grenze und Halt gebietet.</p>
<p>11 <b>Würde ich sagen: Finsternis soll mich verschlingen und das Licht um mich soll Nacht sein!</b></p>	<p>Die Finsternis verschluckt das Licht. – In mir erklingt das wunderbare Lied von Richard Strauss „Die Nacht“, nach dem Text von Herrmann von Gilm. Es entspricht genau dieser Stimmung. – Depression und Hoffnungslosigkeit.</p>
<p>12 <b>Auch die Finsternis ist nicht finster vor dir, die Nacht leuchtet wie der Tag, wie das Licht wird die Finsternis.</b></p>	<p>Vor IHM, dem Ewigen, der absolut ist, sind Licht und Finsternis gleich.</p>
<p>13 <b>Du selbst hast mein Innerstes geschaffen, hast mich gewoben im Schoß meiner Mutter.</b></p>	<p>„geschaffen“ hier im Sinne des hebräischen Urtextes: besitzen, erwerben: der Embryo nistet sich in der Placenta ein. – Die „Nieren“ hebr. כליות stehen in der Bibel als das Organ des Gewissens. Der erste Segensspruch des jüdischen Morgengebets dankt dem Ewigen für das Gewissen, das den Menschen erst zum Menschen macht. Die neue Einheitsübersetzung schreibt dafür schlicht „<i>mein Innerstes</i>“.</p>

<p><b>14 Ich danke dir, dass ich so staunenswert und wunderbar gestaltet bin.</b></p> <p><b>Ich weiß es genau:</b></p> <p><b>Wunderbar sind deine Werke.</b></p>	<p>„staunenswert“- im Hebräischen bedeutet das Wort ungeheuerlich, schrecklich, etwas, das mich erschrecken macht –</p> <p>„wunderbar gestaltet“- zum Wunder geworden, denn im hebräischen Wort steckt „Pele“ (פלא), das Wunder, in der Umkehr seines Wortstamms als Rückkehr zum Alef (א = Gott) gedeutet.</p> <p>„Ich weiß es genau“- wörtlich: „meine (unterste) Seele erkennt sehr“. Sehr ist nicht ganz! – Ich spüre die Gegenwart Gottes, Seine Einwohnung in mir.</p> <p>Wieder taucht das „Wunder“ auf, diesmal mit einem א , das für Gott steht. Mein ewiger Teil in mir erkennt das א , das Mysterium, in der Gebärmutter.</p>
<p><b>15 Dir waren meine Glieder nicht verborgen, als ich gemacht wurde im Verborgenen, gewirkt in den Tiefen der Erde.</b></p>	<p>Zeugungsakt: auf jeden Fall von Gott gewollt; der Mensch wird gemacht und Gott ist anwesend. Dabei sieht ER mein noch nicht ausgebildetes Gebein (pl. Knochen, Skelett), mein Selbst, bereits.</p> <p>Ich wurde <i>gemacht</i>, ein handwerkliches Machen. –</p>
<p><b>16 Als ich noch gestaltlos war, sahen mich bereits deine Augen. In deinem Buch sind sie alle verzeichnet: die Tage, die schon geformt waren, als noch keiner von ihnen da war.</b></p>	<p>„gestaltlos“ ist mein „unfertiger Körper“ gleich einer Schmetterlingspuppe z.B., mein Embryo, dessen Entwicklung bereits vorgeschrieben war, meine DNA angelegt. – Gottes Gedanken sind Naturgesetze.</p>
<p><b>17 Wie kostbar sind mir deine Gedanken, Gott!</b></p> <p><b>Wie gewaltig ist ihre Summe!</b></p>	<p>Gott zieht sich zurück und macht Freiheit möglich. Die Freiheit, wie wir unser Leben leben, ist eine menschliche Errungenschaft, die erarbeitet werden muss. Freiheit ist uns nicht gegeben, nur die Möglichkeit dazu. -</p> <p>„Summe“ meint die Grundlagen der Basis, das, was es ausmacht. Im hebr. Wort steckt „Rosch“ (ראש), Kopf, Haupt.</p>
<p><b>18 Wollte ich sie zählen, sie sind zahlreicher als der Sand. Ich erwache und noch immer bin ich bei dir.</b></p>	<p>Jedes Sandkorn ist ein Gedanke Gottes. –</p> <p>Erwachen in und mit IHM – dies stets neu erkennen und mir darüber bewusst werden ...</p>

<p>19 <b>Wolltest du, Gott, doch den Frevler töten! Ihr blutgierigen Menschen, weicht von mir!</b></p>	<p>Der Mensch als Poet schreibt diesen Wunsch ...</p> <p><i>Wenn Gott das Böse töte!</i></p> <p><i>Menschen des Blutes, ...</i></p>
<p>20 <b>Sie nennen dich in böser Absicht, deine Feinde missbrauchen deinen Namen.</b></p>	<p>Im Namen Gottes sprechen ohne IHN wirklich zu meinen. Seinen Namen missbrauchen im Zusammenhang mit einer kriminellen Tat, einem „<i>absichtlich bösen Plan</i>“.</p>
<p>21 <b>Sollen mir nicht verhasst sein, HERR, die dich hassen, soll ich die nicht verabscheuen, die sich gegen dich erheben?</b></p>	<p>Eine deutlichere Sprache spricht der hebräische Originaltext:</p> <p><i>„Die Dich verhasst machen, Ewiger, hasse ich, ...</i></p> <p><i>... gegen jene, die gegen dich aufbegehren, streite ich.“</i></p>
<p>22 <b>Ganz und gar sind sie mir verhasst, auch mir wurden sie zu Feinden.</b></p>	<p><i>„Mit äußerstem Hass hasse ich sie ...“</i></p> <p>Hass ist Abwesenheit von Liebe, bedingungslose Liebe ist Abwesenheit von Hass. Tiefer Hass ist fassungslose Entwürdigung. Zwischen tiefstem Hass und absoluter Gottesnähe ist eine enorme Spannbreite.</p> <p>Wie gehe ich mit Hass um?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jederzeit habe ich die Möglichkeit, mich vom Hass zu distanzieren und zu befreien, um nicht selbst vergiftet zu werden.</li> <li>• Ich kann versuchen, mich in den anderen hineinzusetzen, um ihn zu verstehen und damit meinen Hass zu neutralisieren.</li> <li>• Kommt Hass aus Verletztheit und Schmerz und nicht aus böser Absicht, kann ich den Ewigen bitten, mich davon zu reinigen und zu distanzieren.</li> </ul> <p>Friedrich Weinreb bezeichnet Hass als „anderes Vorzeichen der Liebe“. - Das schlimmste aber wäre tote Gleichgültigkeit.</p>

<p><b>23 Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz, prüfe mich und erkenne meine Gedanken!</b></p>	<p>Rückkehr zum Ewigen und seinem mich Erkennen, worum ich IHN bitte.</p>
<p><b>24 Sieh doch, ob ich auf dem Weg der Götzen bin, leite mich auf dem Weg der Ewigkeit!</b></p>	<p>Wörtlicher übersetzt: „Sieh, ob ein Weg der Traurigkeit in mir ist...“</p> <p>Ewigkeit ist das absolute Sein ohne Zeit und Zukunftsgedanken.</p>

## MEDITATIONEN

Selda: Jedermann hat einen Namen

NAMEN (2018)

(nach dem Lied „Jedermann hat einen Namen“ von Selda)

Ungezählte viele Namen,  
die des Lebens zu mir kamen ...  
Manche streicheln meine Seele,  
andre treffen mein Gesicht –  
Namen, die ich ungern wähle,  
ziehen mit mir ins Gericht.

Ungezählte viele Namen,  
die des Lebens zu mir kamen  
und mir tausend Seiten zeigen,  
Schwächen, Stärken, überhaupt  
Varianten, die mir eigen  
und viel stärker, als geglaubt. –

Ungezählte viele Namen,  
die des Lebens zu mir kamen,  
sammle ich in meinem Herzen  
eifrig und voll Achtung ein;  
alle Freuden, alle Schmerzen,  
machen reich mein Erden-Sein.



Psalm 139,1-4

Perspektiven-Wechsel:

Was für eine Weitung meines Bewusstseins, in dem DU nicht nur mehr den Ewigen zu sehen, sondern meinen eigenen Anteil, den ewigen Teil in mir, darin spüren zu dürfen! – Ich selbst bin durch den göttlichen Seelenfunken auch inkludiert in diesem DU, trage also dieses Kennen und Wissen in mir, ständig, immer und überall, und für alle Zeit! – Ich muss es nur zulassen, indem ich mein äußeres Ego zügle. – In mir ist eine tiefe Ruhe und Gelassenheit, die sich mir in der Meditation äußert in einer wohligen und wohltuenden Wärme im Unterleib. Es ist genau die Stelle, an der ich das ganzkörperliche Singen laut meiner damaligen Lehrerin hauptsächlich spüren sollte. – Natürlich habe ich ihr geglaubt, habe auch redlich versucht dieses Körper-Erlebnis in die Tat umzusetzen, was mir manchmal gelang, und manchmal nicht. Deutlicher denn je habe ich heute gespürt, wie Recht sie damit hatte und hat! –

Und noch etwas offenbart sich mir: alles intuitive und instinktive Handeln muss in diesem „ewigen Teil in mir“ seine Wurzeln haben. Denn wenn ich offen und bereit bin, das Intuitive zuzulassen, sind solche Handlungen meist genau die richtigen.

Psalmen so lesen zu dürfen, ist eine Offenbarung der besonders kostbaren Art.-  
**Der Ewige ist das uns beseelende Geheimnis.**

MEIN GROSSES JA (2018)

(Meditation über das DU in Psalm 139)

DU  
meint nicht nur DICH –  
DU meint auch mich. –  
DU  
ewig in mir  
ist Teil von DIR ...

DU  
trägst Wissen und Kennen,  
bist nicht zu trennen –  
DU  
bist in Wahrheit auch ich  
unauslöschlich an sich. –

DU,  
Seelenfunken  
in mir versunken -  
DU  
bist einfach da  
mein großes JA, -

DU & ich I (2018)

(Meditation über das DU in Psalm 139)

Wenn DU mich ansprichst,  
sprech ich mich selber an –  
wenn DU mich ansiehst,  
seh ich mich selbst auch an. –

Wirst DU mich tragen,  
trag ich mich selbst ein Stück –  
wirst DU mich suchen,  
such ich nach meinem Glück.

Bist DU zufrieden,  
spür ich Gelassenheit –  
hast DU entschieden,  
ordne ich Raum und Zeit.

DU wirst auch ich sein  
jetzt und zu jeder Zeit,  
Licht meiner Seele  
in alle Ewigkeit.

אמן

DU & ich II (2018)

(Meditation über das DU in Psalm 139)

Schwinge,  
singe  
DU in mir!  
Dringe,  
bringe  
mich zu DIR!

Jage,  
trage  
weit mich fort -  
lehre,  
nähre  
durch DEIN Wort. -

Singend  
schwingend  
spür ich DICH -  
dringend  
klingend  
DU und ich.

Psalm 139,5

Was ist „Form“ für mich?

- ein Schutzraum, worin meine innere Freiheit sich entwickeln und entfalten kann
- ein Schöpfungsakt, der Chaos beseitigt und eine gewisse Ordnung herstellt
- Geborgenheit durch den Schutz des Ewigen von oben, meiner tiefen Verwurzelung und der ewigen Anwesenheit des Ewigen in mir

Meditation über den vorgesungenen Psalm 139

Die sieben verklungenen jüdischen Psalmodien starteten in mir eine regelrechte Zeitreise – 40 Jahre zurück in die Synagoge von Karlsruhe, wo ich einige Jahre jeden Schabat und alle Feiertage erlebte und mitfeierte, zum Teil auch mithalf, Feste wie Sukkot, Chanukka und Purim vorzubereiten. Mit der befreundeten

Kantorenfamilie von damals hat mir das stets enorme Freude bereitet. – Sogar den Geruch dieser Synagoge hatte ich in der Nase. –

Längst verstorbene Menschen begegneten mir, ich hörte sie jiddisch sprechen. Was für ein großes Stück Heimat diese Jahre in meiner Seele geblieben sind! –

Jede Rückkehr in die Gegenwart mündete während dieser Meditation in diesem „Hineka!“ – הניך – diesem erstaunten „Siehe, DU!“, der immerwährenden Anwesenheit des Ewigen in mir und dieser Welt. –

Und so ist ein Lied entstanden, das um dieses „DU“ kreist.

Hineka - Siehe. DU!?!... הניך

Lied zur Meditation

Text und Melodie: Sonja Weise 2018

The musical score is written for guitar and voice. It consists of four systems, each with a Solo line and a Chorus line. The tempo is marked as quarter note = 78. The key signature has one flat (B-flat). The lyrics are in Yiddish. Chords are indicated above the Solo lines.

**System 1:**  
 Solo:  $\text{Em Hm Em Em Hm Em Em D G Em H7 Em}$   
 Solo: Hi - ne - ka! DU bin da! DU bin hier und Du bist mit  
 Chorus: Hi - ne - ka! DU bin da! DU bin hier und Du bist mit

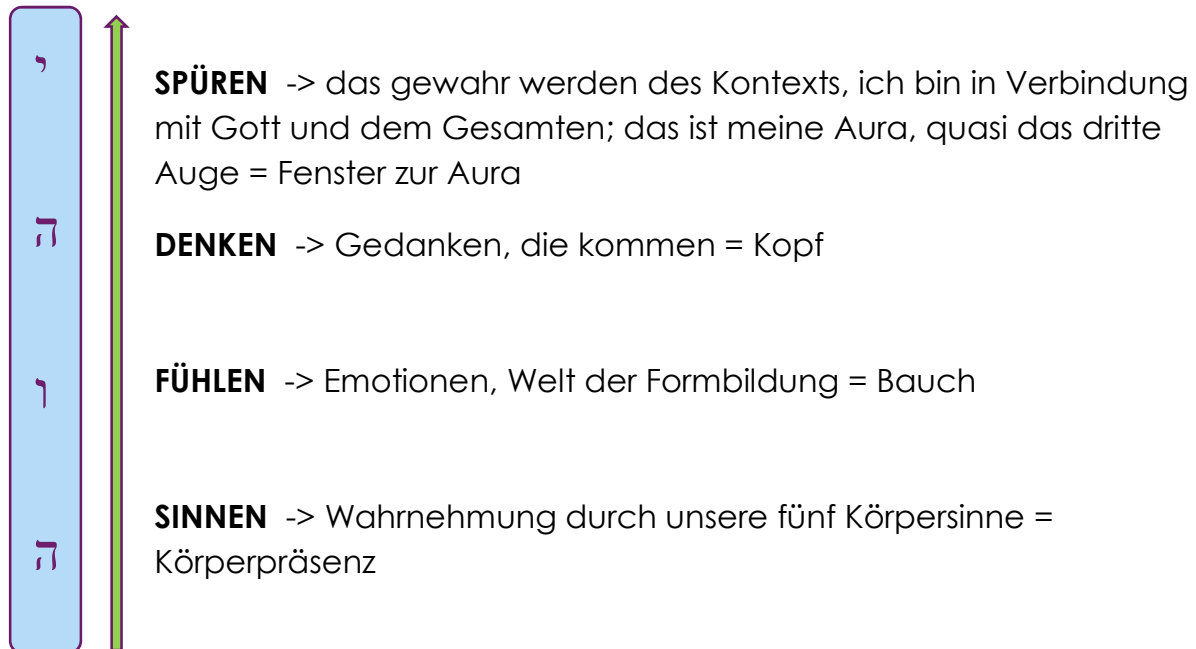
**System 2:**  
 Solo:  $\text{Em}_2 \text{Hm}_2 \text{Em}_2 \text{Em}_2 \text{Hm}_2 \text{Em}_2 \text{Em}_2 \text{D}_2 \text{G}_2 \text{Em}_2 \text{Hm}_2 \text{Em}_2$   
 Solo: Hi - ne - ka! DU mein Ja. DU mein Teil, DU, zeig Heil.  
 Chorus: Hi - ne - ka! DU mein Ja. DU mein Teil, DU, zeig Heil.

**System 3:**  
 Solo:  $\text{Em}_2 \text{H7}_2 \text{Em}_2 \text{Em}_2 \text{D}_2 \text{G}_2 \text{Em}_2 \text{Hm}_2 \text{Em}_2 \text{Em}_2 \text{H7}_2 \text{Em}_2$   
 Solo: Hi - ne - ka! DU, DU bin da! Bleib mit mir hier tief, tief in mir.  
 Chorus: Hi - ne - ka! DU bin da! Bleib mit mir hier tief in mir.

**System 4:**  
 Solo:  $\text{Em}_2 \text{Hm}_2 \text{Em}_2 \text{Em}_2 \text{Hm}_2 \text{Em}_2 \text{Em}_2 \text{D}_2 \text{G}_2 \text{Em}_2 \text{H7}_2 \text{Em}_2$   
 Solo: (intermezzo)  
 Chorus: (intermezzo)

## Die vier Welten der Kabbalah

Die Meditation führt von der Weite in die Enge, wird also von unten nach oben praktiziert.



Gott ist die Quelle aller vier Welten. Der göttliche Geist in Form meines Atems verbindet diese vier Welten.

In der Meditation öffne ich mich in den Kosmos hinein, vom „Tor zu Gott“ aus, meinem geerdeten Kontakt, den ich dank meiner Körpersinne spüre, über die Emotion und das Denken hinein in die obere Welt, die dem Kronenchakra entspricht, in meine Aura; wenn ich sie erreiche, fühle ich mich plötzlich ganz leicht ...

Ich spüre EINE Energie, die der EINE Gott ist. – ER allein IST, - Darum gibt es in der hebräischen Sprache das Verb „sein“ nicht im Präsens, nur in den anderen Zeiten. Möchte ich eine Emotion ausdrücken, z.B.:

*ich bin traurig, sage ich auf Hebräisch: traurig mir, etc.*

Möchte ich einen Zustand ausdrücken, z.B.:

*ich bin krank, sage ich auf Hebräisch: ich krank, etc.*

Es ist diese große Ehrfurcht vor dem einen Gott, dessen Namen ich nicht aussprechen darf, und dem allein das IST vorbehalten ist.

Darum bedeutete א, (Alef), der erste Buchstabe des hebräischen Alphabets den einen Gott, während die Torah mit dem ב, (Bet) dem zweiten Buchstaben des Alphabets beginnt, der für den Urknall steht; es ist **die Torah des Diesseits**. Auch die Worte für Segen, Fülle, Vielfalt und gesegnet ברכה / ברוך (Bracha und baruch) beginnen mit ב.

Das א ist der einzige Buchstabe, der völlig lautlos ist, und daher nicht wirklich aussprechbar, vergleichbar dem Gottesnamen, dem Tetragramm. - א ist die leise Stimme Gottes, die uns in das Wort hineinführt. א steht für das große nicht vorstellbare Geheimnis, das Mysterium, das in allem anwesend ist, denn Gott ist das Sein selbst, unser gesamtes Dasein. Die Überwältigung darüber ist derart groß, dass der eine Gottesname nicht ausgesprochen wird. - Die Religion soll dem Menschen dazu dienen, das Ewige uns doch irgendwie sichtbar zu machen. – **Die große Offenbarung am Sinai beginnt beispielsweise mit א.**

**אבא** , (Aba), Vater, so wird Gott auch genannt. Interessant die Schreibweise:

Der mittlere Buchstabe, das ב (Bet), bezeichnet den Sohn בן, (Ben) bzw. בת (Bat = Tochter), eingerahmt auf beiden Seiten vom א (=Gott), **bildlich der Sohn im Vater**. Für Christen ein durchaus starkes Bild! - ביה (Bet) ist auch das Haus, in dem ich wohne, eingebettet in und zwischen Gott.

**אםא** , (Ima), das Wort für Mutter. Wieder rahmen 2 x א einen Buchstaben ein, diesmal das מ (Mem), das den Zahlenwert 40 hat, der für die Vielheit der Welt steht. **Die Vielheit der Welt mitten in Gott.**

**Somit ist Gott Vater und Mutter gleichermaßen.**

Weitere Worte, die mit א beginnen:

אהבה (Ahava) - Liebe /// אני (Ani) - ich /// אין (Ain) - Nichts(Ain)

Ein ähnlicher Laut wie das א, sehr guttural, eine Art Glottisschlag, ist das ע (Ain) mit dem Zahlenwert 70, als Symbol für die 70 Nationen, die Vielzahl der Ebenen dieser Welt, die 70 Möglichkeiten des Menschseins ...

**Das ע ist die Konkretisierung des א. –**

Während אין (Ain) mit א geschrieben Gott, das unvorstellbare Nichts, die absolute Leere bedeutet, ist עין (Ain) mit ע das konkret sehende Auge.

Die jüdische Mystik sieht also im א (Alef) den Ewigen, den **Ursprung** allen Seins, im ב (Bet) das **Haus** – בית (Bet) auch das hebräische Wort für Haus, sowie den Sohn, der aus christlicher Sicht das irdische Haus aufgeschlagen hat, sowie mich als Tochter Gottes, - und im ג (Gimel), dem dritten Buchstaben des hebräischen Alphabets, die **Bewegung**, das Kamel - גמל - (Gamal), das uns durch jede Wüste trägt.

Bezüglich des „Kamels“ erzählt die Kabbalah, dass die menschliche Seele ursprünglich bei Gott bleiben wollte, doch ER schickte sie auf den Weg, damit sie sich weiterentwickeln kann, und der Mensch ließ sich schicken – ähnlich ist die Paradiesgeschichte zu verstehen! – **Ruhe finden kann ich nur in meiner eigenen Wurzel!** – Während der Mensch, das Kamel, älter wird, reift seine Seele. Und alles geschieht mit Gottes Anwesenheit in mir und um mich herum. Gelingt es mir, mit und in IHM zu sein und zu leben, dann verliert der Tod seine Bedrohung. Zwar weine ich, aber gleichzeitig fühle ich mich von Gott getragen. Nichts gehört mir wirklich, selbst mein Atem, mein Lebensbegleiter von Geburt an bis in den Tod hinein, dieser Atem gehört IHM, dem Ewigen, und dieses Wissen bringt mich zu Demut.