

# חיי שרה

## **Parashah 5: Chajej Sarah**

1. Mose 23.1 – 25.18

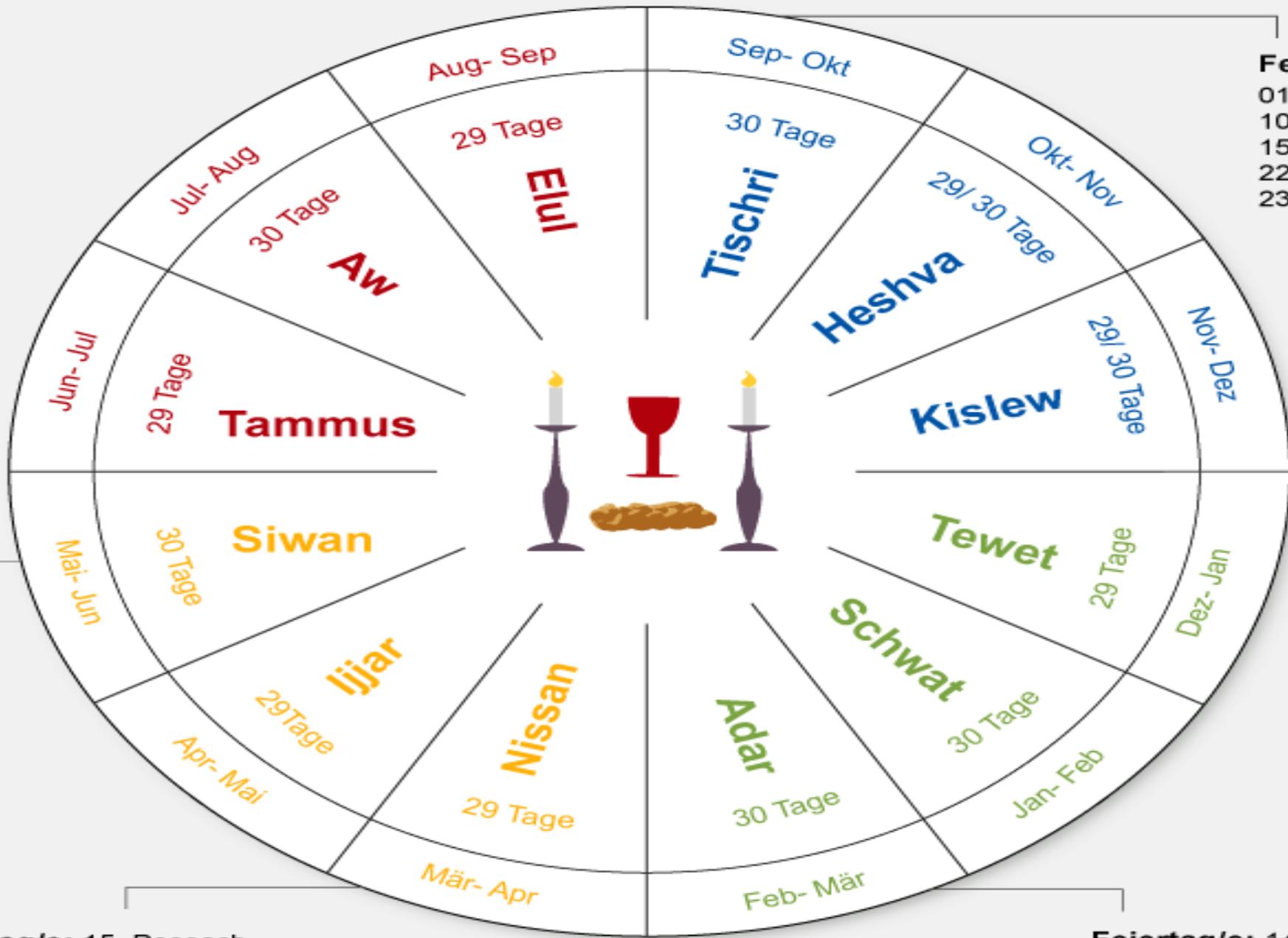
## **Haftarah:**

1. König 1.1 – 31

## **B'rit Hadashah:**

Mt 8:19-22; 27:3-10; Lk 9:57-62





**Feiertag/e:**  
 01. Rosch Haschana  
 10. Jom Kippur  
 15. Sukkot  
 22. Schemini Azeret  
 23. Simchat Tora

**Feiertag/e:**  
 25. Kislew - 2. Tewet  
 Chanukka

**Feiertag/e:**  
 6. Schawuot

**Feiertag/e:** 15. Pessach

**Feiertag/e:** 14. Purim

# חיי שרה

- Paraschat **Chaiei Sara** beginnt mit der Erzählung vom Tod unserer Matriarchin Sara.
- Awraham, der zu dieser Zeit in - **חֶבְרוֹן** - Chewron (Hebron), einem von den Chititern bewohnten Ort, lebte, brauchte einen Platz, um sie zu begraben.

# חיי שרה

- Nach einigen Verhandlungen kaufte Awraham von einem Chittiter namens Ephron ein Stück Land, in dem sich eine Höhle befand
- **מערת המכפלה** – Mearat Hamachpela – "das Grab der Doppelgräber"
- Awraham hielt die Grabrede, weinte und begrub seine Frau.

# חיי שרה

- Der Tod Sarahs war **die schwerste Prüfung**, die sich Awraham Avinu stellte.
- Nicht nur wegen des Schmerzes über den Verlust seiner geliebten Frau, sondern auch wegen **all der Schwierigkeiten**, die er **in der Folge** zu überwinden hatte.

# חיי שרה

- Eine der grundlegenden Eigenschaften, die Awraham dazu brachte, **all seine Prüfungen zu überwinden, war seine enorme Demut**, wie es geschrieben steht:
- "Awraham antwortete und sprach: Und siehe, ich wollte mit G-tt sprechen, **obwohl ich nur Staub und Asche bin**" (Bereschit 18:27).

# חיי שרה

- Aber es ist sehr einfach für einen Menschen zu behaupten, dass er demütig ist; **viele stolze Menschen sagen auch in ihrer falschen Bescheidenheit**, dass sie sehr demütig sind.
- **Demut ist ein Gebot und eine Anweisung**, die jeder Jünger Jeschuas praktizieren muss, um seinem himmlischen Vater zu dienen.
- Was ist **Demut**?

# חיי שרה

- **עָנָו** - anaw - "demütig",
- **עֲנָה** – Die Wurzel bedeutet "sich verbeugen/verneigen".
- **נ** – Nun – Der Mann, der sich mit den Füßen auf dem Boden verneigt; der Diener.
- **יְהוֹשֻׁעַ בֶּן-נֹון** – Jehoschua bin Nun

# חיי שרה

- "Möge eure Haltung die gleiche sein wie die des **Messias Jeschua**, der, obwohl er G-tt war, es nicht für nötig hielt, sich daran zu festhalten, G-tt gleich zu sein, sondern **sich selbst entäußerte** und **ein Diener** wurde in der Gestalt von Menschen. Und da er menschliche Gestalt annahm, **erniedrigte er sich selbst** und **wurde gehorsam** bis zum Tod, ja bis zum Tod am Kreuz" (Philipper 2:5-8).

# חיי שרה

- **Demut** bezieht sich auf die Fähigkeit, das Ego zu verkleinern, Schwierigkeiten zu akzeptieren, den Zorn zu zügeln und in Krisenzeiten vernünftige Entscheidungen zu treffen.
- "**Demut** ist die Wurzel und der Anfang von Teshuvah ("Umkehr")." (Rabbi Bachia ibn Pakuda)
- **Demut** ist Bescheidenheit und Anerkennung.
- **Demut** ist das Gegenteil von Stolz, Überheblichkeit, Arroganz und Eitelkeit.

# חיי שרה

- Schauen wir uns zunächst an, was die Heilige Schrift über **Demut** sagt:
- "Denn jeder, der **sich selbst** erhöht, wird gedemütigt werden, und wer **sich selbst demütigt**, wird erhöht werden." (Lukas 14,11)
- "Ich versichere euch: Wenn **ihr euch nicht bekehrt** und **wie Kinder werdet**, werdet ihr niemals in das Himmelreich kommen. Wer **sich also demütigt** wie dieses Kind, der ist der Größte im Himmelreich" (Matthäus 18,3-4).

# חיי שרה

- "Als Gottes auserwähltes, heiliges und geliebtes Volk sollt **ihr euch daher** mit tiefem Erbarmen, Freundlichkeit, **Demut**, Sanftmut und Geduld **bekleiden**." (Kolosser 3:12)
- "Seid einander untertan und **seid demütig**; denn Gott widersteht den Stolzen, **den Demütigen** aber gibt er Gnade." (1. Petrus 5:5)

# חיי שרה

- "Der Hochmut eines Menschen bringt ihn zu Fall, aber **ein demütiger Geist erlangt Ehre.**" (Sprüche 29:23)
- "**Der Lohn der Demut** und der Furcht des Herrn sind Reichtum, Ehre und Leben." (Sprüche 22:4)
- "Auf Übermut folgt Schande; bei **den Demütigen aber ist Weisheit.**" (Sprüche 11:2)

# חיי שרה

- "Suchet den Herrn, ihr Demütigen der Erde, die ihr tut, was er gebietet. Suchet Gerechtigkeit, suchet Demut; vielleicht werdet ihr am Tag des Zorns des Herrn Schutz finden." (Zephanja 2:3)
- "Denn so spricht der Hohe und Erhabene, der ewig lebt und dessen Name heilig ist: "Ich wohne an einem hohen und heiligen Ort, aber ich wohne auch bei den Zerschlagenen und Demütigen im Geist, um dem Geist der Demütigen neuen Mut und dem Herzen der Zerschlagenen neuen Atem zu geben." (Jesaja 57,15)

# חיי שרה

- "Obwohl er hoch oben ist, **sieht der Herr auf die Demütigen**, und die Hochmütigen erkennt er von ferne."  
(Psalm 138,6)
- "Wer von euch ist weise und hat Verstand? Der zeige es durch sein gutes Verhalten, durch Werke, **die in der Demut getan werden**, die aus der Weisheit kommt."  
(Jakobus 3,13)

# חיי שרה

- Woran können wir erkennen **wer wirklich demütig ist?**
- Wie können wir **wahre Demut** von **falscher Demut** unterscheiden?
- Es gibt einige Anzeichen in den Handlungen einer Person, an denen wir erkennen können, ob sie **stolz** ist oder **echte Demut** hat.
- Wenn wir Awrahams Verhalten während der Prüfungen nach Sarahs Tod beobachten, können wir alle diese **Zeichen der Demut** erkennen.

# 1. Zeichen der Demut

- Eines der Zeichen ist, **wie ein Mensch reagiert**, wenn er einen geliebten Menschen oder eine große Geldsumme **verliert**.
- Denn der stolze Mensch beklagt sich bei G-tt und fühlt sich ungerecht behandelt, während **der demütige Mensch den göttlichen Willen fraglos akzeptiert**.
- "Gesegnet seist Du, Ewiger, unser G-tt, König des Universums, **der wahre Richter**."

# חיי שרה

- Raschi, ein Tora-Kommentator, erklärt, dass Awraham, als er nach Hause zurückkehrte und Sarah tot auffand, verstand, **dass die Todesursache die starken Emotionen waren**, die die Nachricht, dass sein einziger Sohn geopfert werden sollte, ausgelöst hatte.
- Awraham **hätte G-tt in Frage stellen können**, der ihm befohlen hatte, seinen eigenen Sohn zu opfern.

# חיי שרה

- Schlimmer noch, Awraham hätte **die Mizwa bereuen können**, aus Reue darüber, dass er den Tod seiner Frau verursacht hatte.
- Aber Awraham blieb **unverändert**.
- Die Tora sagt, dass er zuerst Lobreden über seine Frau hielt und erst dann weinte, um zu zeigen, **dass er es nicht nur nicht bereute, sondern dass er G-ttes Willen mit Liebe akzeptierte**, ohne zu hinterfragen.

## 2. Zeichen der Demut

- Ein weiteres Zeichen ist die Art und Weise, wie ein Mensch mit Beleidigungen und Aggressionen umgeht.
- Denn der stolze Mensch hegt einen Zorn und wartet auf den Moment, um sich zu rächen, während der demütige Mensch, auch wenn er die Möglichkeit hat, sich zu rächen, weiß, wie er verzeiht und die Beleidigungen hinter sich lässt.

# חיי שרה

- Als seine Frau tot war und auf ein ordentliches Begräbnis wartete, musste Awraham immer noch mit dem Spott der Chittiter fertig werden.
- "Höre uns, mein Herr: Du bist der Auserwählte Gottes unter uns. Begrabt eure Toten auf den besten unserer Grabstätten; niemand von uns wird euch seine Grabstätte vorenthalten, weil ihr eure Toten begraben wollt." (1. Mose 23:6)

# חיי שרה

- Obwohl er litt und seine Frau darauf wartete, beerdigt zu werden, war Awraham höflich und warmherzig, wie es geschrieben steht:
- "Und Awraham stand auf und **verneigte sich** vor den Mitgliedern des Rates, den Bewohnern von Chet" (Bereschit 23:7).
- Awraham **verbeugte** sich als **Zeichen des Respekts**, **nicht** als Form der Schmeichelei.

### 3. Zeichen der Demut

- Es ist auch ein Zeichen von Demut, wie ein Mensch in Momenten der Anspannung zu anderen spricht.
- Denn die Stolzen verlieren ständig die Beherrschung, wenn sie unter Druck stehen, und greifen verbal und sogar körperlich an, wenn sie sich in die Enge getrieben fühlen, während die Demütigen immer höflich und maßvoll sprechen, ohne sich aus der Ruhe bringen zu lassen, auch wenn es Spannungen gibt.

# חיי שרה

- Awraham hätte **unter Druck den Kopf verlieren können.**
- **Er hätte einen Krieg gegen die Chitim beginnen können,** um das Land mit Gewalt zu erobern, denn er wusste, dass G-tt auf seiner Seite war.
- Aber trotz der Möglichkeit, sich an den Leuten zu rächen, die Sarahs Beerdigung verhindern wollten, **war er sehr höflich, benahm sich mit guten Manieren und regte sich zu keiner Zeit auf.**

## 4. Zeichen der Demut

- Und schließlich kann man Demut daran erkennen, wie sich ein Mensch verhält, nachdem er gute Taten getan hat.
- Denn der stolze Mensch verherrlicht sich durch seine Leistungen und guten Taten, er fühlt sich besser als andere, während der demütige Mensch keinen Stolz oder Überlegenheit empfindet, weil er weiß, dass er viel mehr hätte tun können, als er getan hat.
- "So sollt auch ihr, wenn ihr alles getan habt, was euch befohlen ist, sagen: Wir sind unnütze Knechte; wir haben nur unsere Pflicht getan" (Lk 17,10).

## Wie kann man zu wahrer Demut gelangen?

- **Erstens**, indem wir suchen zu verstehen und zu verinnerlichen, dass **alles, was wir tun, nur mit G-ttes Hilfe möglich ist.**
- Von unserer Intelligenz bis zur kleinsten Bewegung unseres Körpers **hängt alles vom göttlichen Einfluss ab.**
- Deshalb gibt es **nichts**, womit wir uns in Bezug auf unsere guten Taten und Qualitäten **rühmen könnten**, denn **alles ist ein Geschenk G-ttes.**

# Wie kann man zu wahrer Demut gelangen?

- **Zweitens** müssen wir erkennen, **wie klein wir sind**.
- Unsere Güte wird praktisch zunichte gemacht, wenn man sie mit den Taten unserer Patriarchen oder unseres Messias Jeschua **vergleicht**, die ihr Potenzial bis zum Äußersten zu nutzen wussten.
- Selbst wenn wir etwas Gutes tun, kommen wir, wenn wir es mit dem **vergleichen**, was wir hätten tun können, zu dem Schluss, **dass wir sehr wenig getan haben**.

## Wie kann man zu wahrer Demut gelangen?

- "Nicht, dass ich es schon erreicht hätte oder dass ich vollkommen wäre; aber **ich strebe danach**, das zu erreichen, wofür ich auch von dem Messias Jeschua verhaftet wurde.
- Brüder, **ich glaube nicht, dass ich es erlangt habe**; aber eines tue ich: **Ich vergesse, was hinter mir ist, und strebe nach dem, was vor mir ist,**
- **Ich dränge auf das Ziel zu**, um den Preis der hohen Berufung Gottes im Messias Jeschua." (Philipper 3:12-14)

# Wie kann man zu wahrer Demut gelangen?

- Und drittens müssen wir uns von **falscher Bescheidenheit verabschieden**, von dem trügerischen Gefühl, bescheiden zu sein, während wir in Wirklichkeit ständig **nach Lob und Anerkennung von anderen suchen**.
- Erst wenn wir erkennen, **dass wir nicht wirklich demütig sind**, können wir **beginnen, unsere Demut wirklich aufzubauen**.

# חיי שרה

- Awrahams Verhalten zeigt also in jedem Detail, dass er ein wirklich bescheidener Mensch war, und das **nicht nur durch seinen Mund**.
- Dieses hohe Niveau war das Ergebnis **jahrelanger Arbeit, eines lebenslangen Prozesses der Auseinandersetzung**.
- Sind wir auch **demütig**?

# חיי שרה

- Akzeptieren wir G-ttes Willen, wenn Dinge geschehen, die nicht in unseren Plänen lagen, oder ziehen wir es vor, uns zu beschweren und zu jammern?
- Wenn jemand etwas tut, das uns beleidigt oder gegen unsere Wünsche gerichtet ist, wissen wir dann, wie wir unseren Verstand beherrschen können, oder explodieren wir?

# חיי שרה

- Sprechen wir mit ruhiger Stimme und in einem angenehmen Ton, auch wenn wir unter Stress stehen, oder sind wir unfreundlich und aggressiv?
- Dies sind Fragen, die, wenn sie ehrlich beantwortet werden, uns helfen können, zu messen, wie weit wir von wahrer Demut entfernt sind.

# חיי שרה

- "Darum sage ich euch allen durch die Gnade, die mir gegeben ist: **Niemand soll sich selbst höher einschätzen, als er sollte, / Denkt nicht höher von euch, als es angemessen ist, sondern er soll eine ausgewogene Meinung haben, nach dem Maß des Glaubens, das G-tt ihm gegeben hat.**" (Römer 12,3)