

כי מציון תצא תורה ודבר ה' מירושלים



Der Wochenabschnitt  
B'ha'alotcha

פרשת השבוע  
בְּהַעֲלֹתְךָ



# B'ha'alotcha

## Hebe die Flamme (des Herzens)

Unsere Paraschah<sup>1</sup> [פָּרָשָׁה - Wochenabschnitt] heißt „B'ha'alotcha“ [בְּהַעֲלֹתְךָ], also „stecke die Lampe auf“. Es geht u.a. um Nostalgie und Bescheidenheit<sup>2</sup>.

Aber es geht auch um mehr: „B'ha'alotcha“ heißt nämlich wortwörtlich übersetzt „*wenn du dich erhebst*“.

🔔 Um welches Erheben geht es?

🔔 Handelt es sich dabei nur um eine symbolische Flamme, die etwas anderes - im Menschen - repräsentiert?

## B'ha'alotcha - erhebe dich!

דַּבֵּר אֶל־אַהֲרֹן וְאָמַרְתָּ אֵלָיו בְּהַעֲלֹתְךָ אֶת־הַנֵּרוֹת אֶל־  
מוֹל פְּנֵי הַמְּנוּחָה יֵאָירוּ שִׁבְעַת הַנֵּרוֹת:

(במדבר ח' ב')

Sprich zu Aharon und sprich zu ihm: wenn du aufsteckst die Lampen, so sollen die sieben Lampen leuchten nach der Vorderseite des Leuchters.

(BaMidbar, Numeri, 4. Buch Moses, 8:2)

<sup>1</sup> <https://moadim.com/Begriffe/Begriff-Paraschah.html>

<sup>2</sup> <https://moadim.com/5784-Paraschat-HaSchawua/Deutsch/Bhaalotcha.html>

Raschi<sup>3</sup> hat den folgenden Perusch<sup>4</sup> [פירוש - Interpretation, Auslegung] zu dieser Stelle: „B'eha'alotcha“ – was wir mit „wenn du aufsteckst die Lampe“ (in anderen Worten: „anzündest“) übersetzen heißt eigentlich „wenn du emporhebst“. Wenn wir eine Flamme entzünden, steigt sie empor.

Und das - das Emporsteigen der Flamme - ist der wichtige Aspekt (der natürlich nicht ohne das Anzünden stattfindet), denn nur die Flamme die emporsteigt und weiterhin brennt, gibt uns Licht.

Rabbi Nachman<sup>5</sup> lehrt uns, **dass jeder von uns eine Flamme besitzt, die wir emporheben können. Diese Flamme ist die Flamme unseres Herzens.** Wenn unser Herz entflammt ist und unsere innere Flamme emporsteigt, erhellt sie unser Antlitz mit göttlichem Licht.

Er erklärt weiter, dass der Kopf eines Menschen einer Menorah<sup>6</sup> [מנורה - Siebenarmiger Leuchter] entspricht. Somit „zündet“ das Herz den Kopf an, was natürlich der weitverbreiteten Ansicht der „Trennung“ von „kühlen Rational“ vs. „heißen, aber irrationalen Herz“ widerspricht.

Die sieben Kerzen der Menorah, so Rabbi Nachman weiter, entsprechen unseren zwei Augen, zwei Ohren, zwei Nasenlöchern und einem Mund. Wenn wir unsere



<sup>3</sup> <https://de.wikipedia.org/wiki/Raschi>

<sup>4</sup> <https://moadim.com/Begriffe/Begriff-Perusch.html>

<sup>5</sup> [https://de.wikipedia.org/wiki/Rabbi\\_Nachman](https://de.wikipedia.org/wiki/Rabbi_Nachman)

<sup>6</sup> <https://de.wikipedia.org/wiki/Menora>



Diese Ausgabe wird von <https://moadim.com> veröffentlicht  
Weitere Blätter können unter <https://moadim.com/PDF-Archives.html> heruntergeladen werden  
Wochenabschnitt umsonst abonnieren -  
Namen und E-Mail-Adresse an: [abonnieren-wa@moadim.com](mailto:abonnieren-wa@moadim.com) senden.

persönlichen sieben Lampen heiligen, wird die Flamme unseres Herzens emporsteigen und unser Gesicht ein wunderschönes Licht ausstrahlen lassen.

## Wir heiligen wir diese sieben Kerzen?

🕯 Die erste Kerze – den Mund – Wie heiligen wir den Mund?  
Indem wir uns des Lügens enthalten.

🕯 Wie heiligen wir unsere beiden Nasenlöcher?  
Indem wir Jirat Haschem [יִרְאַת הַשֵּׁם! - „die Ehrfurcht vor Gott“] einatmen – tiefe Ehrfurcht und Gottesfurcht.

🕯 Wie heiligen wir die beiden „Kerzen“ unserer Ohren?  
Wir heiligen sie einerseits, indem wir Zaddiqim<sup>7</sup> [צַדִּיקִים – Zaddiq = Rechtschaffener, Gerechter; plural: צַדִּיקִים - Zaddiqim] vertrauen und ihren Worten lauschen, und andererseits, indem wir L’schon HaRa<sup>8</sup> [לְשׁוֹן הָרָע - wörtlich: böse Zunge. Etwas Negatives oder Schädliches über eine Person sagen.] kein Gehör schenken.

🕯 Wie heiligen wir unsere Augen?  
Wir verschließen sie vor dem Bösen. Wir richten unseren Blick nicht auf Dinge, die wir nicht betrachten sollen. Ebenso vermeiden wir es, andere Menschen mit einem negativen Blick zu betrachten. Indem wir uns weigern, das Negative anzusehen, heiligen wir unsere Augen.

(übersetzt und zusammengefasst von Likutei Moharan 21<sup>9</sup>)

<sup>7</sup> <https://de.wikipedia.org/wiki/Zaddik>

<sup>8</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Lashon\\_hara](https://en.wikipedia.org/wiki/Lashon_hara)

<sup>9</sup> [https://www.sefaria.org/Likutei\\_Moharan.21.1.3?lang=bi](https://www.sefaria.org/Likutei_Moharan.21.1.3?lang=bi)



Diese Ausgabe wird von <https://moadim.com> veröffentlicht  
Weitere Blätter können unter <https://moadim.com/PDF-Archives.html> heruntergeladen werden  
Wochenabschnitt umsonst abonnieren -  
Namen und E-Mail-Adresse an: [abonnieren-wa@moadim.com](mailto:abonnieren-wa@moadim.com) senden.

Wenn wir daran arbeiten, die Leuchten unseres Hauptes – unsere ganz persönliche Menorah – zu heiligen, lässt sich die Flamme unseres Herzens nicht mehr bändigen. Sie steigt empor und verleiht uns ein wunderbares, heiliges, erleuchtetes Antlitz – genauso wie die Menorah im Mischkan<sup>10</sup> [מִשְׁכָּן - Stiftzelt].

---

שַׁבַּת שְׁלוֹם וּמְבוֹרָךְ

Schabbat Schalom uM'worach

Ein friedlicher und gesegneter Schabbat

Benjamin Rosendahl

13. Siwan 5786, 29. Mai 2026

Möchten Sie diese Publikation einer Simchah [שִׂמְחָה – Feier], einem Geburtstag, Jahrestag [יְאָרְצִיט] oder einfach, um „Danke“ zu sagen, widmen?

Oder werben Sie für ihr Unternehmen, es wird weltweit gesehen.

Nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

[info@moadim.com](mailto:info@moadim.com)

---

<sup>10</sup> <https://de.wikipedia.org/wiki/Mischkan>



Diese Ausgabe wird von <https://moadim.com> veröffentlicht  
Weitere Blätter können unter <https://moadim.com/PDF-Archives.html> heruntergeladen werden  
Wochenabschnitt umsonst abonnieren -  
Namen und E-Mail-Adresse an: [abonnieren-wa@moadim.com](mailto:abonnieren-wa@moadim.com) senden.