



Ballingschap en terugkeer

*De ontwikkelingsweg
van de mens*

Net als iedere grote religie heeft het Jodendom een exoterische en een esoterische kant. De oude rabbijnen dachten dat mystiek niet veilig was voor het gewone volk. Voor hen ontwierpen zij de eredienst met formuliergebeden. Mystiek was voor geleerden, en ook voor hen was het een riskante onderneming.

RABBIJN HANNAH NATHANS

Net als iedere grote religie heeft het Jodendom een exoterische en een esoterische kant. De oude rabbijnen dachten dat mystiek niet veilig was voor het gewone volk. Voor hen ontwierpen zij de eredienst met formuliergebeden. Mystiek was voor geleerden, en ook voor hen was het een riskante onderneming.

Zo vertelt de Talmud dat vier rabbijnen een hemelreis maakten.¹ Een hemelreis was een vorm van diepe meditatie, waarbij men via zeven hemelse paleizen uiteindelijk, als alles goed ging, de troonwagen aanschouwde met daarop de Ene.² Maar het ging niet altijd goed. Met drie van deze vier rabbijnen liep het slecht af. Een stierf, een verloor zijn verstand, een verloor zijn geloof, en slechts één ging in vrede en keerde terug in vrede.

Mensen zijn bedoeld om op aarde te leven en op aarde hun opdrachten uit te voeren. De traditie zegt dat men zich pas in de kabbalah, de Joodse mystiek, mocht verdiepen als men een man was, boven de 40, gehuwd, en een materieel bestaan had opgebouwd. Rambam (Maimonides [red.], 1138-1204) zei: "Het is iemand alleen toegestaan te wandelen in de Tuin (dat is een heel hoog spiritueel niveau) als zijn buik gevuld is met brood en vlees. Brood en vlees, dat is de kennis van wat verboden en toegestaan is, en alle geboden die daaruit voortvloeien."³ Met andere woorden, men moest eerst een rechtsgeleerde zijn voor men zich aan mystiek mocht wagen. De Mishna vermaant dat de Ma'ase Bereshit, de verhalen van de Scheping, een vorm van Joodse mystiek, niet bestudeerd mochten worden met twee personen, en de Troonwagen zelfs niet met één, tenzij het een wijze betrof die het uit zichzelf ook kon

begrijpen⁴. Kortom, mystiek was een serieuze zaak, niet ongevaarlijk, en niet voor iedereen. Waarom zou je je er mee bezig houden?

DOEL VAN JOODSE MYSTIEK

De Ba'al Shem Tov, de grondlegger van het Chassidisme, vertelt in het jaar 1751 in een brief aan zijn zwager dat hij een hemelreis maakte. "Ik ging stap voor stap naar boven, totdat ik het paleis van de Messias binnenging, waar de Messias Torah leert met alle Tannaim (Talmudgeleerden) en de rechtvaardigen en de zeven herders (leiders van Israël: Abraham, Isaac, Jacob, Mozes, Aharon, Jozef en David). Daar zag ik buitengewoon grote vreugde. [...] En ik vroeg de Messias: 'Wanneer zal de Meester komen?' En hij antwoordde: 'Zodra jouw Torah zich over de wereld verspreid heeft.'"⁵ Met andere woorden, pas als de hele mensheid een zeer hoog spiritueel niveau bereikt heeft, hetzelfde niveau als de Ba'al Shem Tov, zal de (Joodse) Messias komen. Het is de taak van ieder mens om aan zichzelf te werken en een hoger niveau te bereiken dan waar hij nu is, totdat uiteindelijk niet een enkele visio-

nair, maar de hele mensheid tezamen de messiaanse tijd zal realiseren.

Heschel zegt het zo: "De kabbalist is niet tevreden met beperkt te zijn tot wat hij is. Zijn wens is niet alleen meer te weten dan wat normaal denken te bieden heeft, maar meer te zijn dan wat hij is. [...] Zijn doel is de verheffing en

expansie van het bestaan."⁶ Gelijkenis met de Eeuwige is de essentie van mens zijn. Hij moet willen zijn als de Allerhoogste.⁷ De mens moet het goddelijke in de wereld vermeerderen.⁸ De mens heeft dus de opdracht in zichzelf en de wereld het goddelijke tot uitdrukking te brengen. De Piasezner rebbe, Kalonymos

1. TB Chagiga 15a
2. Pieter W. van der Horst, Het Boek der Hemelse Paleizen (3 Henoch); Een Joods mystiek geschrift uit de late oudheid
3. Rambam, Mishne Torah, Yesodei haTorah hfdst 4

4. Mishna Chagiga 2:1
5. Moshe Rosman, Founder of Hasidism, p 106; Norman Lamm, The religious thoughts of Hasidism, p. 550

6. Abraham Joshua Heschel, Moral Grandeur and Spiritual Audacity p. 165

7. Jesaja 14:14

8. Abraham Joshua Heschel, Moral Grandeur and Spiritual Audacity p. 166

Mensen zijn bedoeld om op aarde te leven en op aarde hun opdrachten uit te voeren

9. Kalonymus Kalman Shapira, *To heal the soul*, p. 143

10. Pirkei Avot 2:16

11. Ora Wiskind-Elper, *Hasidic Commentary on Torah*, p. 79

12. Jesaja

11: 6, 7

13. TB Pesachim 87b

14. Ruth

1:16-18

15. Zacharia 14:9

16. Menachem

Nachum van

Tsjernobyl, Me'or

Enayim to

Pinchas, in:

Norman

Lamm, *The*

religious

thoughts of

Hasidism,

p. 561

17. Netive

Taharat ha-

Middot 4:1

18. Netive

Teshuva

9:2; zie ook

Meamre

Kedoshim

tiju

7:1; Meamre

Kedoshim

tiju 7:4

19. Brant

Corrigh, *Psycho-*

therapy and

Spirit, theory

and practice

in Trans-

personal

Psychothe-

rapy (Albany

1997) 8-9.

20.

Michael

Rosen, *The*

Quest for

Authenticity,

the Thought

of reb Sim-

chah Bunim

(Jerusalem

/New York

2008) p. 140.

21. Morris

M. Faierstein,

All is in

the hand of

heaven (Pis-

cataway NJ

2003) p. 56.

Kalman Shapira (1889 – 1944), zegt dat een Joods persoon in staat moet zijn om boven zijn eigen niveau uit te rijzen.⁹ Voorwaar geen geringe opgave. Gelukkig zegt Pirke Avot dat wij niet verplicht zijn het werk te voltooien. Maar evenmin zijn wij vrij om ons er aan te onttrekken.¹⁰

BALLINGSCHAP EN VERLOSSING

In Gan Eden ervoer de mens de nooit eindigende goddelijke openbaring, zei de Chasidische rabbijn Simcha Bunim van Przysucha (1765-1827). De mensen hadden geen bewustzijn van een eigen autonoom afgescheiden bestaan. Hun bestaan was volledig spiritueel. Met de zonde werden zij zich bewust van zichzelf. Zij werden lichamelijke schepselen, afgescheiden van de Eeuwige. Hun taak werd nu om zichzelf en de wereld te helen. Het verlaten van Gan Eden was de eerste stap op weg naar volledige heling (tikkoen).¹¹ De menselijke ontwikkeling is dus een soort U-bocht: we komen uit Eenheid

voort, we dalen af in materie en afgescheiden zijn, door bewustzijn te ontwikkelen keren we terug naar de Eenheid, die ook wel de Messiaanse tijd genoemd wordt, maar nu met bewustzijn. Dan zal de wolf met het schaap wonen en leeuw en rund zullen stro eten.¹² Deze ontwikkelingsweg is zowel individueel als voor de mensheid als geheel. De Talmud stelt dat Israël alleen verbannen werd

onder de volken, opdat bekeerlingen zich bij hen zouden kunnen voegen.¹³ Terzijde zij opgemerkt dat het Jodendom geen missie bedrijft, omdat het niet pretendeert de enige waarheid te kennen. Ook de rechtvaardigen onder de volken zullen een plaats hebben in

de komende wereld, daarvoor hoeft iemand niet Joods te worden. Maar wie zich uit zichzelf geroepen voelt kan Joods worden, zoals Ruth, de schoondochter van Naomi¹⁴, hoewel het niet aangemoedigd wordt.

Aan het einde der tijden zal de Eeuwige weer één zijn en zijn naam zal één zijn.¹⁵ Maar voorlopig leven we in een versplinterde wereld, ervaren we de ballingschap van het afgescheiden zijn en verlangen we naar herstel van de paradijselijke toestand. Die komt niet vanzelf, daar moeten we iets voor doen.

INNERLIJK WERK

Rabbi Menachem Nachum van Tsjernobyl citeert de Ba'al Shem Tov: iedere Jood moet dat deel van de volledige gestalte van de Messias helen en vergroten dat gerelateerd is aan zijn eigen individuele ziel.¹⁶ De Slonimer rebbe, Shalom Noach Berezowski, spreekt over het ontwortelen van de wortel van alsem en gal in zichzelf. Iemand kan nog zoveel

bidden, maar als hij dit innerlijk werk niet doet vervult hij niet zijn missie op aarde.¹⁷ Tegelijkertijd blijft het hogere doel *devekut*, het aankleven aan de Eeuwige.¹⁸ Een mystiek doel dus, maar via de weg van het innerlijke psychologische en spirituele werk. Men kan het ego pas opgeven als het eerst goed ontwikkeld is. Zoals Corrigh zegt: "Je moet eerst iemand zijn voordat je niemand kan worden."¹⁹

Die innerlijke weg is uniek voor ieder mens. Zo benadrukt rabbi Simcha Bunim van Przysucha (1765-1827) dat men niet iemand anders moet imiteren, ook niet als die bijzonder rechtvaardig is, of zijn voorbeeld je geweldig aanspreekt. Men moet zich houden aan zijn

Voorlopig
leven we in een
versplinterde
wereld,
ervaren we de
ballingschap
van het
afgescheiden
zijn

eigen pad.²⁰ Rabbijn Mordechai Yoseph Leiner (1801-1854), bekend als de Izbiczer rebbe, leerde dat iedereen geboren wordt met een specifiek gebrek (*chisaron*). Het proces van verlossing voor ieder persoon ligt in het erkennen en corrigeren van dat eigen specifieke defect.²¹ En zoals iedereen een specifiek gebrek (*chisaron*) heeft, zo heeft ook iedereen een uniek pad voor de verheldering (*berur*) van dat gebrek.²² De Piasetznar rebbe zegt dat karaktertrekken op zich niet slecht kunnen zijn. Ze lijken alleen slecht. Hij vergelijkt ze met bittere zaden die als ze rijp zijn nectar voortbrengen. Zo zal bijvoorbeeld de schijnbaar slechte eigenschap van boosheid getransformeerd worden tot een heilig vuur.²³ Men moet worden wie men werkelijk is.²⁴

MAAR HOE?

In de eerste plaats is ons de Torah gegeven. Het woord 'Torah' betekent niet wet, zoals wel eens gedacht wordt, maar onderwijzing. Zij leert ons hoe te leven. Alleen, we moeten die lessen er wel uit destilleren. De verzen van de Torah hebben een letterlijke en een esoterische betekenis. De midrash zegt dat de Torah een van de zeven zaken was die voor de schepping van de wereld, als beschreven in Genesis, geschapen werden.²⁵ Zij is de ultieme wijsheid. De Torah zoals wij die kennen, als de vijf boeken van Mozes, is slechts de omhulking van die ultieme Torah. Zij werd gekleed in voor de mensen van die tijd begrijpelijke taal. "Ieder die denkt dat de kleding de echte Torah is, en niet iets anders, moge zijn geest leeglopen als een ballon,"²⁶ zegt de Zohar. Het is onze taak de oorspronkelijke betekenis van die oer-Torah zo dicht mogelijk te benaderen. Voor de eerste tafelen, geschreven door de Eeuwige zelf, was de mensheid nog lang niet klaar. Iedere generatie moet de Torah opnieuw uitleggen. Talloze teksten verwijzen naar deze noodzaak. "Één ding sprak G'd, twee dingen hoorde ik," zegt de psalm.²⁷ Ieder woord van de Torah kan op meer manieren uitgelegd worden, zegt de Talmud.²⁸ Pirkei Avot zegt: "Draai het (de Torah) om en om, want alles is er in."²⁹ Midrash Numeri Rabba

zegt dat de Torah zeventig gezichten heeft.³⁰ Ook Nachmanides zegt dat de Torah op zeventig manieren uitgelegd kan worden.³¹ Het Jodendom gaat niet uit van één waarheid. Ja, er is een ultieme Waarheid, maar die kennen we niet. Vele jaren streden het huis Shammai en het huis Hillel, twee rabbijnenscholen, over wat de juiste interpretatie van de Torah was betreffende Joodse wetgeving, waarbij ze lijnrecht tegenover elkaar stonden. Tenslotte kwam er een stem uit de hemel die zei: "Deze én deze zijn de woorden van de levende G'd."³² Beide benaderingen waren even valide uitleggen van de Torah, hoewel ze elkaar tegenspraken.

Een tweede benadering hoe ons innerlijke werk aan te vatten is de benadering van de 'vier werelden'. De vier werelden zijn bewustzijnsniveaus. Ze zijn altijd allemaal werkzaam, maar we zijn er ons niet altijd bewust van. De vier werelden zijn deze vijf:

Ein Sof (de Oneindige): de ongedeelde Eenheid.

Atzilut (de wereld van nabijheid): de spirituele wereld, heel dichtbij het goddelijke; het ervaren van zijn.

Beriah (de wereld van scheppen): de intellectuele wereld, wereld van ideeën, essenties, hogere waarden.

Yetzirah (de wereld van vorming): de psychologische wereld; wereld van emoties en beeldvorming, het niveau van ego.

Assiyah (de materiele wereld): de wereld van lichaam, materie en actie; dualiteit³³

Ein sof wordt niet tot de vier werelden gerekend, maar is het vijfde bewustzijnsniveau.

Wanneer iemand een moeilijke situatie meemaakt kan hij daar op het niveau van alle werelden naar kijken. Op het niveau van *Assiyah* naar het materiele aspect. Op het niveau van *Yetzirah* naar zijn eigen en andermans emoties en hoe die elkaar beïnvloeden. Op het niveau van *Beriah* kan hij waarnemen zonder oordeel, zonder verwachtingen, zonder controle, zonder angst, strikt neutraal het proces volgend en dit conceptualiseren om tot groter begrip te komen. Op het niveau van *Atzilut* is er alleen de ervaring van het goddelijke.

22. Morris M. Faierstein, All is in the hand of heaven (Piscataway NJ 2005) p. 58-59.

23. Morris M. Faierstein, All is in the hand of heaven (Piscataway NJ 2005) p. 6-7.

24. Kalonymus Kalman Shapira, To heal the soul, p. 25

25. TB Nedarim 30b

26. Daniel Matt, Zohar annotated and explained, p. 7

27. Psalm 62:12

28. TB Sanhedrin 34a

29. Pirkei Avot 5:22

30. Bemidbar Numeri Rabba, Vilna ed.

31. Nachmanides' commentaar op Genesis 8:4

32. TB Eruvin 13b

33. De werelden zijn gebaseerd op Jesaja 43:7

Dat wil zeggen, dat kan iemand doen als hij zich zover ontwikkeld heeft. Zonder ontwikkeling volgen we blindelings onze instincten, zonder na te denken over de gevolgen. Wanneer we ons ontwikkelen is het niet zo dat we een lager niveau overbodig maken of afschaffen. We brengen het onder regie van een hoger niveau. Het is te vergelijken met zindelijkheidstraining. Wanneer een kindje leert zijn behoeften op het potje te doen raakt het niet zijn darmpjes kwijt. Het brengt ze onder controle. Zo is het ook met de werelden. Het is niet de bedoeling onze emoties kwijt te raken of te ontkennen. We leren ze te erkennen, te beheersen, en constructief te gebruiken. We blijven soms bang maar we leren onze angst te overwinnen. We leren bewust te schakelen tussen de werelden. Dit helpt ons niet vast te blijven zitten in onze eigen zienswijze, in woede en wrok, maar geestelijk beweeglijk te blijven.

Sefer haBahir, toegeschreven aan de 1^e-eeuwse Nehunya ben haKana, maar door geleerden gedateerd 10^{de} – 13^{de} eeuw, beschrijft de levensboom met de sefirot. De sefirot komen overigens al voor in de sefer Yetzirah, toegeschreven aan Abraham, maar door geleerden gedateerd in de tijd van de Talmud tot de vroege middeleeuwen, ruwweg 500 – 1200 g.j.t. De sefirot worden gezien als verschillende manifestaties van de Godheid, overeenkomend met de tien uitspraken waarmee de wereld geschapen werd.³⁴ De sefirot worden ook gezien als eigenschappen waarvan de mens meer of minder kan bezitten. Moshe Cordovero (1522–1570) geeft in zijn *Tomer Devorah* tikkoenim, reparaties, voor ieder van de sefirot. Iemand die zich herkent in een bepaalde sefirah krijgt zo aanwijzingen hoe zich verder te ontwikkelen en de negatieve aspecten van zijn karakter te transformeren in positieve.³⁵

De levensboom kan op twee manieren gelezen worden: van boven naar beneden, dan verbeeldt zij de voortgaande schepping met steeds nieuwe en verder gedifferentieerde manifestaties van de Godheid, en van beneden naar boven, dan symboliseert zij de ontwik-

kelingsweg van mens en mensheid, vanuit een toestand van volstreekte dualiteit naar het opgaan in de Eenheid. De tien sefirot zijn (van boven naar beneden):

Keter: Kroon, het eerste punt waar de potentie van Ein Sof overgaat in actualisering, de goddelijke wil

Chochma: Wijsheid, de oer-Torah; ook wel archetype van de Vader; flits van intellect, creatieve vonk

Binah: Inzicht, ook wel archetype van de Moeder; baarmoeder van het bestaan; terugkeer naar de Bron

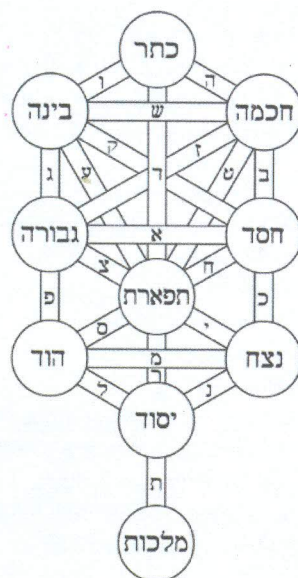
Chesed of Gedula: Goedertierenheid of Grootheid, de scheppende kracht van de goddelijke liefde; onbeperkte, onvoorwaardelijke liefde

Gevura of Din: Kracht of Oordeel, het aspect van de Godheid dat grenzen stelt, strengheid; de Kracht die wij vrezen

Tiferet: Schoonheid, barmhartigheid, waarheid, balans tussen liefde en strengheid

Netzach: Het eeuwigdurende, volhardende aspect van de Godheid

DE LEVENSBOM



³⁴ Arthur Green, *A guide to the Zohar* p. 29
³⁵ Moshe Cordovero, *Palmtree of Deborah*
³⁶ Moshe Cordovero, *Palmtree of Deborah*; Howard A. Addison, *The enneagram and Kabbalah*, Reading your soul, p. 10-12; Arthur Green, *A guide to the Zohar*, p. 38-53
³⁷ Norman Lamm, *The Religious Thought of Hasidism*, p. 513

Hod: Het majesteitelijk aspect van de Godheid

Yesod of Tzaddik: Fundament of Rechtvaardige; gerelateerd aan het mannelijk geslachtsorgaan, seksuele zuiverheid; de scheppende potentie van de Godheid

Malchut of Shechina: Koninkrijk of Zij die met ons woont, de immanente G'd, Aanwezigheid; de gemeenschap van Israël; bruid³⁶

Van de Shechina wordt gezegd dat zij met ons in ballingschap is.³⁷ Ballingschap is dan spirituele ballingschap, het afgescheiden zijn van de Bron waaruit wij voortkomen. Althans een afgescheiden zijn ervaren, want in werkelijkheid is er geen scheiding. Door ons innerlijk werk te doen verenigen we de verschillende aspecten van de Godheid, helen we onszelf en het universum, en worden we ons weer bewust van de Eenheid.

Het innerlijk werk kent dus verschillende stappen:

Het zich rekenschap geven van de eigen sefirotische affiniteiten, in negatieve en in positieve zin: welke kracht en welke zwakte heeft men meegekregen. Daartoe is zelfobservatie het middel.

Het transformeren van de eigen slechte eigenschappen – die in werkelijkheid slechts verkeerd gebruikte goede eigenschappen zijn – en het voortbouwen op de goede eigenschappen. Daarbij helpen verschillende vormen van meditatie.

Het onderzoeken wat de eigen unieke bijdrage aan de wereld is, en aan deze missie werken. Autobiografisch onderzoek is bijvoorbeeld een manier om hieraan te werken.

Zo voelt men zich steeds minder, of minder vaak, in ballingschap, en ervaart men steeds meer het in de wereld brengen van de stroom van goddelijke energie, ten goede. Zo werkt men aan tikkoen nefesh, het helen van de ziel, en tikkoen olam, het helen van de wereld.

Het is een van de paradoxen in het leven. In de mate waarin we onszelf ervaren als autonome, van het Geheel afgescheiden wezens, ervaren we ook ballingschap. Dat wat we zozeer koesteren maakt ons ook ongelukkig.

Wat we presteren in afgescheiden toestand kan ons bevrediging geven maar deze blijft niet, we moeten steeds opnieuw presteren. In de mate waarin we teruggekeerd zijn naar het ons een onderdeel weten van het Grote Geheel kunnen we gevoelens van grote vreugde

**Belangrijker
wordt de
goddelijke
energie door ons
in de wereld te
laten schijnen**

en gelukzaligheid ervaren. Ons eigen ik wordt onbelangrijker. Belangrijker wordt de goddelijke energie door ons in de wereld te laten schijnen. Opdat de mensheid ooit weer heel zal worden.

Hannah Nathans is verbonden aan HaMakor, centrum voor Joodse Spiritualiteit, en rabbijn van de Open Joodse gemeente Klal Yisrael in Delft, de enige Reconstructionist gemeente in Nederland.

Volgend jaar organiseert zij in samenwerking met stichting PaRDeS een reis naar de oorsprongen van het chassidisme in de Oekraïne. Belangstellen-den zijn van harte welkom: www.hamakor.nl/nl/reis-naar-de-schatten-van-de-baal-shem-tov/.