

de Koninklijke weg

spiritualiteit
in het spoor van Abrahams geloof

baruch ben noach

Beste lezer, welkom.

Wat bijzonder om je hier te mogen ontmoeten op deze plek van stilte en bezinning.

Dit boek wil iets delen. Iets dat ik als Ben Noach heb mogen ontdekken: een weg van spiritualiteit — stil, diep, verbonden.

Soms hoor ik mensen zeggen dat de Noachidische levensweg weinig spiritualiteit bevat. Dat het alleen om regels zou gaan, of om algemeen menselijke waarden.

Vaak zijn dit mensen met een honger in hun ziel. Mensen die verlangen naar iets dat hen dichter bij de Eeuwige brengt.

Weten zij dat de Noachidische Code verbonden is met de torah?

Met de openbaring op de berg Sinai?

Dat ze in haar wortels dus al heilig is — en vol geest?

Toch blijft die vraag: hoe maak je spiritualiteit tastbaar, leefbaar, praktisch?

Misschien kan dit boek daarbij helpen.

Elk hoofdstuk gaat over één aspect van de spiritualiteit die ik onderweg heb leren kennen.

Die delen zijn geschreven als een cirkel: ze raken elkaar, herhalen soms woorden of beelden — maar telkens vanuit een ander gezichtspunt.

Alsof je een diamant bekijkt, facet na facet. Het licht blijft hetzelfde, maar het spel verandert.

Er is geen leer die je moet aannemen.

Geen waarheid die ik wil opleggen.

Wat ik hoop, is dat dit boek een reisgenoot voor je kan zijn.

Iets dat je stil maakt vanbinnen.

Iets dat je uitnodigt om je hart te openen voor de Ene.

Je hoeft het boek niet in één keer te lezen.

Soms is één bladzijde genoeg voor een hele dag. Of voor een heel seizoen.

Voel je vrij om te bladeren, te pauzeren, te herlezen. Laat het boek met je meedemen.

Moge het lezen ervan je zegenen.

Moge het je dichter brengen bij wie jij bent,
en bij Degene die jou geschapen heeft.

12 Tammoez 5785

8 juli 2025

Baruch Ben Noach

de Code van de Koning

de 7 Noachidische wetten zijn:

1. het verbod op afgoderij
2. het verbod op godslastering
3. het verbod op moord
4. het verbod op seksuele immoraliteit
5. het verbod op diefstal
6. het verbod op het eten van een ledemaat van een levend dier
7. de opdracht om een rechtssysteem in te stellen

Deze wetten zijn de ziel van de Noachidische Code.

Zaken als studie, gebed, tzedaka¹, moesar², en zo meer horen erbij.

Belangrijke zaken voor een gewijd leven aan de Schepper.

Dit zijn de 7 Noachidische Wetten.

Deze Code is aan de mensen gegeven.

Zoveel meer dan zomaar regels

helpen ze me mijn wereld beter te maken, zoveel mooier.

Wie er met wijsheid naar leeft, draagt krachtig bij aan tikoën³.

1 "Gerechtigheid", "Rechtvaardige liefdadigheid". In het gewone spraakgebruik wordt "tzedaka" vaak simpelweg vertaald als "liefdadigheid", maar dat dekt eigenlijk niet helemaal de diepte van het Hebreeuwse begrip. In de Joodse traditie is tzedaka geen optionele daad van vriendelijkheid (zoals liefdadigheid vaak klinkt), maar een verplichte daad van gerechtigheid. Het geven aan anderen wordt gezien als het herstellen van de juiste balans in de samenleving — een morele plicht, niet louter een vrijwillige gift.

2 "Ethiek", "Morele Onderwijzing" of "Karaktervorming". Het begrip "moesar" komt veel voor in de Joodse traditie. Het verwijst niet alleen naar een algemene moraliteit, maar specifiek naar de actieve, bewuste ontwikkeling van de ziel en het karakter volgens spirituele en ethische principes. In de Talmoed en later in de moesar-beweging (19e eeuw, o.a. Rabbi Israël Salanter) wordt moesar gezien als een levenslange taak om jezelf moreel en spiritueel te verfijnen. Soms wordt moesar ook vertaald als "zelfverbetering" of "morele discipline", afhankelijk van de context.

3 "herstel" of "reparatie". In diepere spirituele zin, zeker binnen de kabbalistische en joodse tradities, gaat het om het herstel van de wereld (Tikoën Olam — תיקון עולם); herstel van verbroken harmonie; genezing van het gebroken geheel; rechtzetten van wat is scheefgegroeid; terugbrengen naar de oorspronkelijke bedoeling.

mijn roeping

Verkleefd aan de Heilige, gezegend zij Hij,
hunker ik om te wandelen in Zijn Aanwezigheid.
Centraal staat het sjema
Ik ben een Ben Noach; verbonden zijn met G-d is goed voor me;
Mijn focus ligt op tikoén als ik ga in de wegen van de Heilige, gezegend zij Hij,
om misjpat⁴ en tzedaka te doen,
in tahara⁵ en in kedoesja⁶, in torah en in gebed

⁴Misjpat (משפט) betekent letterlijk *rechtspraak, rechtvaardigheid* of *orde volgens recht*. In de bijbelse en spirituele context gaat het niet alleen om menselijke wetten, maar vooral om het herstellen van rechtvaardige verhoudingen — zoals G-d die bedoeld heeft.

⁵Tahara (טהרה) betekent in het Hebreeuws letterlijk *zuiverheid* of *reiniging*. Het verwijst vooral naar een *innerlijke én uiterlijke staat van zuiverheid*, vaak in spirituele of rituele zin. Het gaat niet alleen om schoon zijn, maar om in harmonie staan met het heilige — klaar om voor G-d te verschijnen.

⁶Kedoesja (קדושה) betekent letterlijk *heiligheid*. In diepere zin gaat het om *het gewijd-zijn, het apart gezet zijn voor het heilige, het doordrongen zijn van G-ds aanwezigheid*. Kedoesja is niet zomaar ‘iets moois’ of ‘goed zijn’ : het is *leven in een andere sfeer*, waar het alledaagse geheiligd wordt, verbonden met het Eeuwige.

inleiding

De Torah gebiedt :“*Hasjeem, jullie G-d, moeten jullie volgen*” (Devariem/Deuteronomium 13:5).

De Talmoed (Sotah 14a) legt het uit.

Net zoals G-d genadig is, moet ook jij genadig zijn.

Net zoals G-d medeleven toont, moet ook jij barmhartig zijn.

Net zoals G-d rechtvaardig is, moet ook jij rechtvaardig handelen.

Het navolgen van Hasjeem: een pelgrimstocht van de ziel,

Het wandelen in de sporen van Hasjeem, is geen louter edele plicht.

Het is een heilige uitnodiging,

een fluistering van de Eeuwige in mijn handelen, mijn keuzes, mijn zijn.

Zo wordt immers zijn Aanwezigheid zichtbaar in het weefsel van mijn wereld.

Het is een weg van geest en stilte, een pad onder de vleugels van de Aanwezige.

In de heilige klanken van mijn roeping hoor ik de zachte roep tot verbinding.

In die verbondenheid met de Bron het Leven omarm ik de noachidische geboden,
levenslijnen van Licht die ik in de wereld breng met mijn daden.

Zo bereid ik mijn hart en de wereld voor
op het ontfouwen van de profetische beloften.

En wanneer ik mijn levensweg bewandel in het licht van de Heilige, gezegend zij Hij,
zal zich voor mijn ogen de diepe waarheid ontfouwen
die in de noachidische paden verborgen ligt.

Tikoen – het heilige herstel – zal dan geen verwachting meer zijn,
maar een levende werkelijkheid die ademt door mijn ziel heen.

Mijn ziel fluistert haar roeping. In de stilte van mijn hart ontvouwt zich een heilige hunkering. Een dorst naar de aanwezigheid van de Eeuwige. Zoals dauw het dorre gras kust, zo zoekt mijn wezen *devekoet*. De innige verbondenheid met Hasjeem. In het *sjema* vind ik de adem van eenwording. Een fluistering die hemel en aarde in mij verbindt. En in *tikoën*, het herstel van wat gebroken is, word ik herboren. Stukje voor stukje. Licht voor licht. Totdat ik weer deel word van het Ene.

Devekoet: ik leef in de aanwezigheid van Hasjeem

De woorden – "Verkleefd aan de Heilige, gezegend zij Hij, hunker ik om te wandelen in zijn Aanwezigheid." weerklinken in de heilige resonantie van Vayikra/Leviticus 26:11:

וְהָיְתָה לְכִתְיִי בְּתוֹכְכֶם וְהָיִיתִי לָכֶם לְאֱלֹקִים וְאַתֶּם תְּהִיְיֹוֹ לִי לְעַם"

"Ik begeef Mij onder jullie en zal jullie een G-d zijn en jullie voor Mij een volk".

Mijn geloof in Hasjeem is een pad waarop mijn ziel Hem tegemoet wandelt.
Als metgezel treed ik Zijn Nabijheid binnen. Op zoek, elk moment, naar de aanraking van het Eeuwige.

Mijn denken, mijn doen, mijn voelen weef ik tot één stroom.
gericht op Zijn waarheid zoals een rivier die haar bedding zoekt.

De Mesillat Yesharim fluistert het zacht.
het doel van mijn bestaan is niet slechts leven.
maar genieten van het Licht, de warme gloed van de Sjechina.

Een vreugde die niet schreeuwt,
Ze fluistert in stilte wanneer mijn ziel zich hecht.
Verankerd in Hem. Rust vindt in het Ene.

⁷De term *devekoet* (in het Hebreeuws: דבקות) betekent letterlijk "*hechting*" of "*kleven*". Het verwijst naar een diepe spirituele verbondenheid of een innige *toewijding aan G-d* en kan begrepen worden als "*innerlijk vastklampen*" of "*je ziel verbinden met G-d*". Het woord komt al voor in de Torah, bijvoorbeeld in Devariem/Deuteronomium 10:20: "Wees met *Hem verbonden*". Volgens de Talmoed (in Sotah 14a) betekent het: G-d navolgen door Zijn eigenschappen te imiteren (liefdadigheid; barmhartigheid; zorg voor anderen). Devekoet is in kabbala het mystieke verlangen van de ziel om zich op te lossen in het goddelijk licht. Devekoet is er niet alleen voor de momenten van gebed of studie, maar kan de hele dag door beleefd worden, zelfs tijdens gewone bezigheden, zolang die maar worden gedaan met een bewustzijn van G-d. De Hebreeuwse stam van het woord (d-v-k) betekent "*lijm*". Zoals lijm twee dingen onafscheidelijk samenbrengt, zo verlangt de ziel om onafscheidelijk met G-d verbonden te zijn.

Voor mij, een Ben Noach, is devekoet een stille toewijding aan een pad van recht en eenvoud.
Een leven geworteld in trouw waar elke stap een echo is van verbondenheid.
De Torah spreekt zich uit over Noach (Beresjiet/Genesis 6:9) :

"אֵלֶּשׁ צְדִיק תָּמִים הָיָה בְּדוֹרֹתָיו, אֶת הָאֱלֹקִים הִתְהַלֵּךְ נֹחַ"
"Noach was een rechtschapen man, onberispelijk was hij onder zijn tijdgenoten.
Naar G-d richtte Noach zijn levenswandel"

Wanneer ik wandel met G-d wordt mijn ziel gedragen door een heilige verbondenheid,
een stille stroom van vertrouwen die in stilte spreekt.

Het is meer dan het trouw vervullen van Zijn geboden.
Het is ademen in zijn Aanwezigheid.
Leven in een heilige nabijheid
die mijn denken kleurt, mijn daden omhult, en mijn hart zacht maakt voor
het Licht.

Het sjema: de zachte kern

Het Sjema Yisrael is het heilige centrum van mijn binnenste,
een stille vlam waar hemel en aarde elkaar raken.

Zijn kern,
de Ene, de Onverdeelde, de Liefde die ons roept, is
een fundament,
niet slechts voor mij maar
voor de gehele mensheid.

De Tanya opent een innerlijke poort:
wanneer de ziel diep mediteert op de eenheid van Hasjeem verheft zij zich als
wierook naar de Hoogste Hoogte.

En daar in die verheven stilte ontspringt devekoet—
geen woord, maar een aanraking van de eeuwigheid,
waar mijn wezen de Eeuwige ontmoet.

*“Wanneer iemand mediteert op het feit dat HASJEEM ALLES DOORDRINGT, DE WERELDEN OVERSTIJGT EN DE
ENIGE IS DIE BESTAAT, brengt dat van zichzelf een intens verlangen om op te gaan in zijn licht.”*

Het reciteren of mediteren op het sjema kan een krachtige daad zijn van *hisbatloet*⁸ ('zelfverloochening') –Ik buig in stilte. Ik weet dat mijn hele bestaan verweven is met de Ene.
Een vonk in de stroom van Zijn oneindige Eenheid.

Dit is devekoet in zijn meest wezenlijke vorm.

Tikoen door misjpat and tzedaka

Tikoen is het herstel van de wereld
door recht en gerechtigheid, in reinheid en heiliging,
gegrond in Torah, verheven in gebed.
Zo stroomt het heilige werk van hart tot hand, van woord tot daad
in harmonie met wat Hasjeem zei:
(Jirmejahoe/Jeremia 9:23)

"כִּי אָנִי ה' עֹשֶׂה חֶסֶד מְשֻׁפֵּט וְצִדְקָה בְּאֶרֶץ כִּי בְּאֵלֶּה חִפְצָתִי נְאֻם ה'."
"Want Ik ben Hasjeem die liefdevolle vriendelijkheid, rechtspraak en rechtvaardige
liefdadigheid doe op aarde, want daarin heb Ik behagen, zegt Hasjeem”

In de stromingen van Chassidoet en Kabbala wordt tikoen begrepen als
het herstellen van de goddelijke stroom, het genezen van de breuk tussen hemel en aarde.

Tikoen voltrekt zich wanneer mijn daden zich buigen naar zijn wil,
wanneer ik handel als een kanaal van licht
in een wereld die dorst naar betekenis.

Als ik, een Ben Noach, kies
om recht te doen, voor rechtvaardige daden vol compassie, voor een leven in heiligheid,
draag ik mee aan tikoen olam, het heilig herstel van de wereld.
Zo word ik een stille bouwer aan een wereld die ontwaakt,
een wereld die langzaam haar gezicht keert naar
de Ene,
en leert zien met
ogen van de ziel.

⁸*Hisbatloet* : Hisbatloet is niet een vorm van zelfvernietiging, maar eerder een manier om de eigen wil af te stemmen op de goddelijke wil, wat leidt tot een diepere verbinding met G-d. Het is een streven naar het erkennen van de ultieme realiteit en waarheid dat alles door de goddelijke voorzienigheid wordt geleid en dat onze eigen inspanningen en verlangens ondergeschikt moeten zijn aan die hogere realiteit. Dit concept wordt geïllustreerd in de leer van Rabbi Schneur Zalman van Liadi, de stichter van het Chabad Chassidisme, in zijn werk "Tanya". Daar legt hij uit hoe een Jood door Torah-studie en het uitvoeren van de mitsvot (geboden) kan streven naar een staat van "hisbatloet". Dit brengt de persoon dichter bij het vervullen van zijn of haar doel in deze wereld - namelijk een woning voor G-d maken in de lagere werelden (Dira Betachtonim).

Devekoet in gebed en torah

Ik, een Ben Noach, mag drinken uit de bronnen van de torah
die me voedsel geven,
de paden van ethiek, de wegen van morele groei,
de kennis van Hasjeem die het hart verlicht.

Maar het gebed.. het gebed behoort aan iedereen.
Als een ademtocht van de ziel, als een fluistering door de tijd, is
het de stem van ieder die zoekt.

De Talmoed (Berachot 26b) leert het me:
mijn gebed staat in de plaats van de offers van weleer.
Mijn gebed is avoda sjeba'lev, de dienst van het hart, waar
stilte spreekt en verlangen zingt.

Zuiverheid en heiliging, tahara en kedoesja, zijn als vleugels voor
de ziel die wil stijgen.

Want mijn verbondenheid, mijn devekoet, versterkt zich
wanneer mijn hart helder is, mijn geest stil,
en ik afstand neem van wat vertroebelt en scheidt.

In die helderheid wordt
de Ene nabij,
en ik,
een drager van Zijn licht.

De ervaring van devekoet

In de stille diepten van mijn ziel, waar de aanwezigheid van Hasjeem als een zachte bries waait, ontvouwt
zich devekoet. Het is niet slechts een handeling, maar een voortdurend ontwaken, een heilig bewustzijn dat
elk moment doortrekt. De Baal Sjem Tov fluistert de geheimen van eeuwige verbinding: of ik nu in gebed
verzink, de heilige woorden van de torah bestudeer, of mij overgeef aan de eenvoud van alledag, devekoet
blijft als een vlam in mijn hart branden.

Zo begrijp ik mijn roeping beter.

Ik bouw mijn leven op in de aanwezigheid van Hasjeem, zoals Noach het deed.

Ik richt me op de eenheid van G-d; het sjema is mijn leidraad.

Ik help de wereld tot een betere plaats door rechtvaardigheid en liefdevolle goedheid.

Ik zoek zuiverheid en heiligheid met torah en gebed.

de aanwezigheid van de Heilige, gezegend zij Hij

Ik reik in stilte naar *devekoet*, die samensmelting met de Aanwezige. Mijn ziel verlangt naar het Licht zonder einde. Binnen in me roept het *sjema*. Het is een fluistering van overgave aan de Ene, de Ondeelbare, die alle grenzen overstijgt. In de voetstappen van de Heilige, gezegend zij Zijn Naam, ga ik het pad van *tikoen*, het helen van wat viel, het verzamelen van de scherven van heiligheid. Ik zoek het recht van de Eeuwige – *misjpat*. Het is als stromend water. En *tzedaka*, rechtvaardigheid in liefde als een balsem op de wond van de wereld. Tussen de sluier van *tahara*, de helderheid van innerlijke zuiverheid, en de glans van *kedoesja*, waar het alledaagse het eeuwige ontmoet, draag ik mijn gebed als een fluister tussen de letters van de *torah*. En daar, in het zachte zwijgen tussen momenten, is de *Sjechina*, stralend, onzichtbaar, nabij, mijn geheime metgezel.

De nabijheid van de Eeuwige: sjechina en devekoet

De sjechina is de stralende aanwezigheid van de Eeuwige.
Zij is het fluisterende teken van Zijn Nabijheid bij ieder die Hem zoekt met een oprecht hart, in stilte of in zucht, in verlangen dat niet spreekt maar brandt.
De Zohar zegt me: waar mensen wandelen in recht en waarheid, daalt de Sjechina neer, als dauw op het gras in de ochtend. Onzichtbaar, maar diep doordringend.
Zo wordt haar Nabijheid mijn weg, niet slechts bestemming, maar ook de stap, de adem tussen woorden. De druppel Licht op mijn pad.

Wanneer ik mij wijd aan *misjpat*, het recht dat niet snijdt maar dient, en aan *tzedaka*, de liefde die rechtvaardig is en rechtvaardigheid die liefheeft, wanneer ik leef vanuit *tahara*, de helderheid van een gereinigde ziel, en mij open voor *kedoesja*, de stille glans van heiligheid die stroomt uit mijn verbinding met de Eeuwige – dan word ik een *kelī*, een vat, een drager van Licht.
Een open hart dat zingt in stilte, een woning voor de aanwezigheid van de Eeuwige in deze wereld.

"V'halachta b'drachav" – Wandel in zijn wegen

"Wat vraagt Hasjeem, je G-d, van je dan Hasjeem, je G-d te vrezen door in al zijn wegen te wandelen."
(Devariem/Deuteronomium 10:12)

De Talmoed leert - in tractaat Sota, —
dat ik ben geroepen om te gaan in de wegen van de Eeuwige.
Niet als een vreemdeling. Maar als een kind dat leert wandelen
in het spoor van Liefde.

Hij vol mededogen, buigt zich over de gebrokenen,
Hij geneest zonder oordeel,
Hij ziet zonder te veroordelen,

zo roept Hij ook mij om met compassie te leven met
een hart dat zich opent zoals de ochtend zich opent voor het licht.

Zijn recht is als een vlam zonder schaduw, een helderheid die niet brandt maar leidt.
En zo wordt het mij gegeven zijn recht te dragen als
een lamp in mijn handen,
als een licht aan mijn voeten.

In deze navolging en toewijding, komt zijn Nabijheid nader, zoals
de geur van een roos die zich opent in de avondstilte.

"Melo kol ha'aretz kevodo" – Zijn glorie vult de hele aarde

De glorie van G-d woont niet op één heilige plaats alleen.
De profeet zegt dat "de hele aarde vol is van Zijn heerlijkheid." (Jesjahoe/Jesaja 6:3)

Zij zindert in het verborgene, zij fluistert in de wind,
zij rust op het gelaat van de ander wanneer liefde wordt gedaan.

In oprechte momenten, wanneer mijn hart niet vlucht maar blijft,
en in daden van heling waar wonden worden aangeraakt met eerbied –
opent zich de sluier. Zijn Aanwezigheid wordt dan kenbaar.

Wanneer ik kies voor herstel,
wanneer ik mij wijd aan het recht van de Eeuwige, gezegend zij Hij,
en aan tzedaka, zijn rechtvaardigheid die warm is als adem –
wordt zijn Licht niet slechts gezocht maar zichtbaar.
Dan gloeit zijn Aanwezigheid in de wereld die mij omringt,
als zonlicht op water, als stilte tussen woorden,
zoals een zegen die daalt in een hart dat bereid is te ontvangen.

Het sjema en de aanwezigheid van Hasjeem

Het sjema weeft zich door mijn leven.

"Sjema Yisrael, Hasjeem Elokeinu, Hasjeem Echad" (Devariem/Deuteronomium 6:4);

Deze woorden getuigen van de oneindige eenheid van de Eeuwige.

Er is niets buiten Hem. Er is geen grens waar Hij niet reikt,
geen stilte waar Hij niet ademt.

Zijn Aanwezigheid vult de werelden, de zichtbare en de verborgene,
de hoge hemelen en de diepten van het hart.

Zij doortrilt het geheel van bestaan. Een onhoorbare melodie
die alles draagt, alles weeft, alles bezielt.

Alles wat mij omringt wordt een poort tot verbinding,
een uitnodiging om Hem te vinden
in het gewone, in het breekbare, in het nu.

Elke goede daad –
een vonk van licht op het tapijt der dagen.
Elke handeling van liefdevolle goedheid –
een echo van zijn mededogen.

Elk gebed –
een brug van adem naar het Eeuwige.
Elke druppel Torah-wijsheid –
een sleutel tot Nabijheid.

Zo kom ik dichterbij, stap voor stap,
lopend in het zachte licht van de dageraad
naar Hem die altijd nabij was, en toch steeds nader komt.

In de geheimen van de kabbala, zoals onthuld in Sjaar HaJichoed,
wordt het sjema niet enkel gesproken maar beluisterd met het hart –
een heilige meditatie op de aanwezigheid van Hasjeem.

Hasjeem is verheven. Hij overstijgt alle werelden,
Onbegrensd is Hij zonder vorm of grens,
Als licht dat geen oorsprong kent.

En toch... is Hij mij innig nabij.
In elke ademtocht,
in het fluisteren van bladeren,
in het kloppen van mijn hart –
Eloheinoe, de Ene Die woont binnenin.

Mijn taak is het om heiligheid te weven in
het eenvoudige kleding van mijn dagelijks bestaan,
glans te brengen in het gewone,
en zo het alledaagse tot altaar te maken.

Het sjema onthult een stroom,
diep en stil tussen Hemel en Aarde,
tussen zijn verhevenheid en mijn verlangen.

Een brug van Licht spant zich uit tussen het Hogere en het Hier,
en in het zeggen van ehad wordt mijn ziel zelf tot brug,
een trilling in het eeuwige lied van eenheid.

Tikoen en de aanwezigheid van Hasjeem

Tikoen brengt herstel. Het is de adem die gaat over gebroken plekken,
de aanraking die heelt wat diep in de ziel is gescheurd, en
wat in de wereld verwrongen is geraakt.

Tikoen is het zachte werk van licht,
dat reikt naar wat gevallen is en dat optilt, stuk voor stuk, met liefde.

In elke daad van heling, in elke stap naar heelheid, hoe klein ook, ontwaakt
de aanwezigheid van Hasjeem.

Niet in donder,
maar in het stille gebaar, het verborgen goede, het hart dat kiest om te verbinden.
Daar openbaart zich de Sjechina,
niet als vuur op een berg maar als glans op de handen die helen.

Zij daalt neer in de heilige handelingen die wij stellen,
in rechtvaardigheid die zacht is, in goedheid die vasthoudt,
in liefde die niets vraagt.

Zo wordt de wereld herschapen. Van binnenuit.

In stilte.

In licht.

Tzedaka is liefdevolle rechtvaardigheid.

Een vonk is het ontstoken uit het vuur van de Eeuwige,
een straal van goddelijke gerechtigheid die daalt in menselijke handen.

Wanneer tzedaka wordt gegeven,
niet uit plicht, maar uit liefde die ziet,
dan beeft de hemel zacht, en het mededogen van Boven wordt wakker,
als het ochtendlicht dat de nacht verdrijft.

De Zohar leert me (I, 104a):
in die ene handeling, in dat ene gebaar van recht in liefde, wordt
een poort geopend tussen Hemel en Aarde.

Een heilig domein ontwaakt.
Onzichtbaar, en toch reëler dan steen.

Daar daalt de Sjechina neer,
als dauw op een droog land,
zoals vrede in een moe hart.
Zij rust waar mijn liefde rechtvaardig is,
en recht vervuld is van liefdevolle goedheid.

Zo is het dat de wereld zacht wordt herschapen
— met één daad tegelijk — tot een plaats waar
het goddelijke kan wonen.

Misjpat – het recht van de Eeuwige – is
meer dan wet, meer dan woorden op steen.
Het is het ritme, de zachte puls van de goddelijke orde,
de hartslag van een wereld zoals G-d haar heeft bedoeld.

Misjpat is het hervinden van de harmonie, als
een stem die terugkeert naar de toon waaruit zij werd geboren,
zoals water dat zijn bedding zoekt.

De Midrasj zegt me (Tanchoema, Sjoftiem):
“Waar gerechtigheid wordt gevestigd, dáár zetelt de Sjechina.”

Daar, waar niet alleen recht wordt gesproken,
maar geleefd met trouw en tederheid,
daalt Zij neer,
de Aanwezigheid, de eeuwige Nabijheid.

Misjpat is geen systeem. Het is geen koude structuur van regels.

Misjpat is een heilig en levend pad,
waarop de Aanwezigheid zelf wandelt.

Wie dit pad gaat met zuiverheid en moed, mag soms,
heel even,
de voetstappen horen van het eeuwige Licht dat met ons meegaat.

Tahara, zuiverheid, is de helderheid van mijn ziel.
De stilte waarin het licht van de Eeuwige zich weerspiegelt.
Zij is als een spiegel, gepolijst door toewijding
zij houdt het heilige Licht niet vast maar weerkaatst het,
zuiver,
ongebroken.

“Wie mag de berg van Hasjeem beklimmen?”
vraagt de psalmist zich af (24:3–4), en hij antwoordt zelf
“Hij wiens handen onschuldig zijn, wiens hart zuiver is.”

Tahara is niet afstand, maar nabijheid –
niet ontsnappen aan de wereld, maar deze aanraken
met schone handen en een helder hart.

Een leven geleefd in reinheid, in aandacht en trouw, wordt zelf tot een uitnodiging.
Niet uitgesproken, maar uitgestraald. Dan komt de Sjechina,
niet als een gast die maar voor even blijft,
maar als een inwonende Vriend die de stilte vult,
de muren zegent, en mijn hart tot haar woning maakt.

Torah en gebed: staan in the aanwezigheid van Hasjeem

De Midrasj zegt mij (Bamidbar Rabbah 13:3):

“Overall waar woorden van Torah worden gesproken, dáár daalt de Sjechina neer.”

Zij daalt niet neer met donder of vuur maar met zachtheid, als ochtendmist over het veld,
met elke heilige uitspraak, in elk woord van wijsheid dat met eerbied wordt geademd.

Wanneer ik mij verdiep in de Torah, als een Ben Noach die verlangt,
die luistert met het hart,
opent zich een innerlijke poort. Geen poort van steen, maar van
stilte.

Een heilige ruimte waarin de Eeuwige wacht,
geduldig, nabij.

Vooraf in de universele paden van Zijn wijsheid,
de diepe rivieren die alle zielen voeden,
hoor ik de echo van Zijn stem, oud en nieuw tegelijk.

In het luisteren naar de stem van de Torah groeit iets dat geen naam nodig heeft:
een stille Nabijheid, een ontmoeting zonder woorden, een aanraking van Licht
dat alles doordrenkt.

En ik weet dat de Sjechina hier is.
Niet ver, maar diep.

De Rambam onderwijst (Hilchot Tefillah 1:1):

Wanneer een mens bidt, staat hij recht voor het aangezicht van de Eeuwige.

Niet als een schaduw, niet als een echo,
maar als een ziel die zich opricht uit de diepte van zijn bestaan,
en zich keert naar de Bron van alle leven.

Zoals Avraham over wie de Schrift getuigt:

“Vayigasj Avraham” (Beresjiet/Genesis 18:23) — “Avraham trad naderbij.”

Avraham deed dit niet slechts met woorden, niet met formele zinnen, maar met het volle gewicht van zijn wezen.

Hij naderde met eerbied die buigt en een vertrouwen dat draagt.

Hij sprak, maar zweeg ook —

ook de stilte is een gebed wanneer het hart vol is van verlangen.

In elk oprecht gebed herhaalt zich deze oeroude beweging,
dezelfde nadering, dezelfde tocht van de ziel naar
de oneindige Nabijheid.

Een stille pelgrimage van binnen naar boven, van ik naar Jij, van tijd naar Eeuwigheid.

Daar waar geen afstand meer is, enkel
Aanwezigheid.

In mij leeft een heimwee,
een zacht verlangen naar de nabijheid van de Eeuwige,
die innige verbinding die de wijzen devekoet noemen.

Een hunkering niet naar iets ver weg,
maar naar Iemand die dieper in mij woont dan ik zelf ooit kon reiken.

In mijn gebed vindt dit verlangen zijn vorm,
wordt het adem, wordt het stilte, wordt het een heilig ogenblik
waarin tijd stilvalt en de ziel zich uitstrekt naar het Licht.

Mijn hart opent zich als een bloem naar het ochtendlicht.

In die kwetsbare ontvankelijkheid ontmoet ik
de Aanwezigheid —

niet als idee, maar als Realiteit,
levend en nabij.

De Eeuwige is daar in dat moment,

in mij,

met mij.

Kedoesja: ruimte maken voor de aanwezigheid van Hasjeem

Kedoesja – heiligheid – is veel meer dan mij afkeren van wat onrein is, meer dan het vermijden van duisternis.

Kedoesja is toewijding.

Een leven gewijd aan de Aanwezigheid,
aan de Eeuwige die roept in de stilte, die nodigt in liefde.

De Ramban legt uit (Vayikra 19:2): “Kedoesjim tihyoe – Heilig zullen jullie zijn.”

Niet door alleen de grenzen te bewaren, de regels te volgen,
maar door verder te reiken, verder dan het voorschrift.

Kedoesja is verlangen om elk gebaar te heiligen,
elke daad te verzachten met betekenis,
elke ademtocht te vullen met Licht.

Niet louter leven volgens de wet maar leven als een antwoord.
Een antwoord op de stille roep van de Eeuwige, die zegt:
“Wees Mij nabij, in alles wat je doet.”

Wanneer ik wandel in tahara, zuiverheid,
en mij wijd met kedoesja, heilige toewijding,
wordt mijn leven een pad van Licht.

Met Torah als kompas,
met gebed als adem,
ontvouwt zich een ruimte in het gewone voor iets buitengewoon heiligs:
ontmoeting.

Ik roep Hasjeem niet alleen met woorden, maar
met elke stap die ik zet
in eenvoud,
in aandacht,
in overgave.

Dan wordt mijn leven een uitnodiging.
Een spreken naar de Eeuwige:
“Wees hier. Wees in mij. Wees in dit moment.”

En Hij komt.
Niet luid, maar in stilte.
Niet als de bliksem, maar als de Nabijheid die blijft.

Mijn levensweg wordt dan een stil getuigenis van zijn Aanwezigheid in de wereld,
een levende adem van wat heilig is in het stof van elke dag.

Door tikoén. Ik mag een medeschepper zijn in het helen van wat gebroken is, met daden van compassie en
liefdevolle rechtvaardigheid. Zij verzachten en herscheppen de wereld.

Door het sjema. Ik open mijn hart voor de waarheid dat Hasjeem Eén is en aanwezig in elk blad, elke
ademtocht, elk ogenblik.

Door Torah en gebed. Ik sta in verbinding met het Eeuwige. Ik breng zijn Nabijheid in de kamers van mijn
bestaan.

Door kedoésja (heilige toewijding) en tahara (zuiverheid). Ik maak mezelf tot een vat, open en bereid om het
licht van Hasjeem te ontvangen en te weerspiegelen in de wereld.

Dit is de diepste vorm van devekoet:

Niet louter verlangen naar de aanwezigheid van Hasjeem,
maar leven in Hem, verweven met zijn nabijheid
zoals vuur met vlam, zoals adem met leven.

Ik adem zijn Tegenwoordigheid in,
en adem uit in woorden die zegenen, in daden die helen,
in de stilte die spreekt.

Mijn leven wordt een fluister van Licht,
een stil getuigenis van wat heilig is, en toch zo nabij.

Ik word een drager van Zijn Licht. Geen bron, maar een spiegel,
die de glans van het Oneindige vangt en weerspiegelt in de wereld die ik aanraak.

In mijn zijn mag het Heilige zichtbaar worden,
zacht, eenvoudig, levend.

sjema

Mijn zielsbestemming ontvouwt zich als een weg die diep verankerd ligt in *devekoet*, een innige verbondenheid met de Eeuwige, doordrenkt van *misjpat*, het innerlijk verlangen naar goddelijke orde, *tzedaka*, de zachte stroom van morele rechtvaardigheid, *tahara*, de heldere zuiverheid van het hart, en *kedoesja*, de stille gloed van heiligheid. Dit pad wordt gevoed door het tijdloos leren van de *Torah* en het fluisterend spreken tot de Hemel in *gebed*.

Het sjema: belijdenis van eenheid en devekoet

"Sjema Yisrael, Hasjeem Eloheinoe, Hasjeem Echad."
(Hoor, O Israel, Hasjeem is onze G-d, Hasjeem is Eén)

Het sjema is niet slechts een geloofsverklaring. Het is ook een stille contemplatie op achdoet – de alles doordringende eenheid van de Eeuwige. Voor wie reikt naar devekoet, een zielsrust in innige verbondenheid met de Aanwezige, onthult dit vers niet enkel dat Hasjeem één is in getal, maar dat Hij de Enige is die waarlijk is, het enige Wezenlijke. De Baal Shem Tov leert: buiten Hem is er niets, geen werkelijkheid, geen zelfstandig bestaan. Mijn diepste streven is mijn leven te stemmen op die oerwaarheid, als een harp die trilt op de adem van de Ene.

Mijn hunkering om te leven in het licht van de Aanwezige, gezegend is Zijn Naam, is de essentie van devekoet, het samensmelten van ziel en Bron. Het sjema nodigt me uit tot een luisteren dat dieper reikt dan het oor. Een luisteren met het hart, met de adem van mijn wezen. Ik stem mijn ziel af op de verborgen eenheid die als een stroom door alle zijn golft. Dit luisteren is de eerste trilling in tikoén, het heilige werk van heling: het besef dat alle gebrokenheid in de wereld voortvloeit uit de illusie van afscheiding van de Ene.

Het sjema en tikoén: genezing voor de wereld en mezelf

Mijn inzet voor tikoén – binnen het heilige weefsel van gerechtigheid (*misjpat*) en mededogende rechtvaardigheid (*tzedaka*) – resoneert met de zielsklank van het tweede vers van het sjema.

"Ve'ahavta et Hasjeem Elohecha bechol levavcha u'vechol nafsjecha u'vechol me'odecha."
(En gij zult van de Eeuwige uw G-d houden met heel uw hart, heel uw ziel en met al uw wezenskracht)

Mijn liefde voor de Aanwezige openbaart zich niet slechts in geloofsvertrouwen, maar vooral in mijn handelen, door Hasjeems recht te doen met innerlijke integriteit en mee te bouwen aan heling. Volgens de Rambam (Maimonides) leidt ware liefde me tot *chesed*, een liefdevolle goedheid, zorg en tedere bewogenheid voor de wereld om me heen. Dit is tikoén olam, het helen van de gebrokenheid van de wereld. Ik leef daartoe in moreel ontwaken, en ik zuiver tevens mijn innerlijk wezen.

De Zohar onthult een mystieke verbinding tussen tikoën en het sjema: wanneer ik deze heilige woorden reciteer met kavana – mijn hart dat zich richt - verbind ik de boven- en benedenwereld, en roep ik de tegenwoordigheid van Hasjeem in deze werkelijkheid. Dat is de hoogste tikoën. Het helen van het besef van de eenheid van de Eeuwige.

Zuiverheid, heiligheid en het sjema

Mijn bestaan ademt reinheid en wijding.

Het sjema spreekt mijn ziel direct aan:

“Oesjmartem et mitzvotai va’asitem otam, viheyitem kedoshim le’Eloheichem.”

"Gedenkt al Mijn richtlijnen en leef ze na; en jullie zullen geheiligd zijn voor jullie Eeuwige."

(Bamidbar/Numeri 15:40)

Heiliging, kedoesja, betekent niet slechts dat ik mij losmaak van wat onzuiver is, maar dat ik mij verbind met het Eeuwige.

De Ramchal, Rabbi Moshe Chaim Luzzatto, leert in zijn Mesillat Yescharim dat ware heiligheid niet ligt in het zich onttrekken aan deze wereld, maar in het doordrenken van al mijn daden met een diep besef van het Goddelijke.

Wanneer ik wandel in de paden van Hasjeem,
in toewijding en zuivere intentie,
dan wordt mijn bestaan een kanaal voor het goddelijk Licht,
dan wordt deze wereld doordrongen van zijn glans.

Het sjema en mijn gebed: een ladder naar innige nabijheid

Het sjema is zowel een openbaring van Torah als een fluistering van gebed.

De Talmoed (Berakhot 13b) leert dat ik het met volle toewijding moet uitspreken,

het is een daad van kabbalat ol malchoet sjamajiem —

het liefdevol aanvaarden van het juk van de Hemelse Heerschappij.

In devekoet, de gehechte zielstoestand, is dit het hart van de benadering.

In het gebed spreek ik niet enkel tot G-d;

ik treed binnen in de diepte van zijn aanwezigheid,

waar stilte en woord samensmelten.

Torah en gebed vormen samen het ritme van mijn spirituele wandel

in overeenstemming met het vers:

"Vedibarta bam... u'veshochbecha u'vekoemecha."

(En je zult erover spreken... wanneer je rust, en wanneer je opstaat en onderweg bent.)

De stroom van *Torah* en gebed dient doorweven te zijn in de vezels van elk ademmoment.
Het sjema is niet slechts een uitspraak, maar een innerlijke wending —
een afstemming van de ziel op de wil van de Eeuwige,
een herinrichting van het hart,
en een heiliging van het alledaagse tot een pad van Licht.

Wandelen in de schaduw van de Eeuwige

Deze woorden ontvouwen een omvattende spirituele levensvisie —
een die devekoet (heilige verbondenheid), tikoén (innerlijke en wereldlijke heling),
misjpat (recht), tzedaka (liefdevolle rechtvaardigheid),
tahara (zielsklaring), kedoesja (heiliging), de adem van *Torah* en het gebed
samenweeft tot één levend tapijt.
Het sjema is de poort waardoor al deze stromingen samenkomen tot een stille stroom.
Wanneer ik uitspreek: Hasjeem Echad, dan spreek ik geen woorden — ik getuig.
Ik anker mijn hele zijn — elke handeling, elk opwellend verlangen, elke gedachte —
in de eenheid van de Eeuwige.
Mijn ik lost op in zijn heelheid,
mijn pad wordt een echo van zijn wil.

verbonden met G-d

Mijn verlangen naar innige versmelting met G-d (*devekoet*) vormt de kern van mijn bestaan dat zich opent voor zijn subtiele Aanwezigheid. Ik zoek deze heilige nabijheid in paden van *misjpat* (goddelijk recht) en *tzedaka* (barmhartige rechtvaardigheid), via de zuivering van *tahara* en de glans van *kedoesja* (heilige verhevenheid), door het levenslicht van de *Torah* en de stilte van het gebed. Dit alles zijn paden waarop ik wandel met de Eeuwige, gezegend is zijn Naam.

Eenheid van Zijn: een innerlijke gestemdheid

Werkelijke eenwording ontspruit niet louter uit handeling;
zij ontvouwt zich als een stille resonantie van de ziel.

De Torah fluistert: "En gij zult u aan Hem verkleven" (Devariem/Deuteronomium 10:20).

Maar hoe kan de mens, een eindig wezen, vluchtig als adem, zich verenigen met de Eeuwige, de Onbegrensde?

De Rambam (Hilchot De'ot 6:2) onthult een pad:

Wij naderen Hem door spiegeling —

door Zijn wegen te begaan, door Zijn eigenschappen in ons te weven,
zoals een druppel die zich verliest in de zee,
en toch haar echo blijft dragen.

Wanneer ik wandel in het licht van *misjpat*, recht, en *tzedaka*, mededogende rechtvaardigheid,
ontsluier ik een glimp van de Aanwezige in deze wereld.

Mijn daden worden als rivieren waarlangs zijn gerechtigheid stroomt —
ik word een levend kanaal voor de adem van de Eeuwige.

Kedoesja, heiligheid, betekent:

mij terugtrekken van wat vertroebelt,
het gewone optillen tot het Licht.

Zo vorm ik, steen voor steen, een innerlijk heiligdom —
een stille ruimte waar de Aanwezige kan rusten.

Hoe kan ik hierin verder groeien?

Voor elke handeling vraag ik: "Brengt dit mij nader tot het Oneindige?"

Ik probeer te leven met het besef dat de Aanwezige altijd nabij is;
elk moment, elke ontmoeting is een draad in het weefsel van zijn bedoeling.

De Ba'al Sjem Tov sprak: "Waar de gedachten van de mens vertoeven, dáár is hij."

Als mijn hart en mijn denken steeds rusten bij de Eeuwige, dan ben ik al onderweg,
reeds binnen de omarming van zijn Nabijheid.

Verbonden door torah en gebed

De torah en het gebed weven mij in een innige en bezielde verbondenheid met de Eeuwige.

De torah is als een brug die mijn wezen laat versmelten met de Aanwezige.

Wanneer ik mij verdiep in haar heilige instructies, voel ik mij opgenomen in de adem van G-ds geest. Zoals de Zohar het zegt: “G-d, de torah en de ziel zijn één ondeelbaar licht.”

Wanneer ik, een Ben Noach, me richt op de goddelijke wijsheid, gaat er een poort open; mijn ziel verbindt zich met de Bron van alle waarheid.

Mijn gebed is een overgave aan de Aanwezige.

Bidden is niet slechts een verzoek fluisteren,

Het is een innerlijk stemmen van mijn hart en mijn ziel op de fluistering van G-ds wil.

De Talmoed (Berachot 32b) leert: “Gebed is de dienst van het hart.”

Wanneer ik met oprechtheid bid,
leg ik mijn verlangens neer in de open palm van de Eeuwige,
opdat Hij mijn dagen doordrenkt met Zijn bedoeling.

Hoe kan ik hierin groeien?

Ik wijd mij aan de studie van de torah

met het besef dat elk woord een vonk draagt van het oneindige Licht.

Mijn gebed volgt niet slechts de vaste vormen,

het ademt ook door hitbodedoet, een stille, intieme dialoog met de Eeuwige.

Zoals een kind dat zacht spreekt met zijn liefdevolle Vader,

Die altijd hoort, altijd luistert en nabij is.

Devekoet: leven met de aanwezigheid van de Eeuwige (wandelen voor Hem)

Ik sprak over het leven in het licht van de Aanwezige.

Dit is het pad dat Noach, Avraham en andere zielsbewusten bewandelden.

In de heilige Schrift staat er geschreven:

“Wandel voor mijn Aangezicht en wees volmaakt” (Beresjiet / Genesis 17:1).

Het betekent dat ik

elk ogenblik beschouw als een heilige uitnodiging om mijn ziel te verheffen en te naderen tot Hasjeem;

met overgave vertrouwd dat alles stroomt uit zijn hand, met wijsheid geweven in elke gebeurtenis,

leef met bitachon – een diepgeworteld vertrouwen – dat zijn hand ons zacht leidt, stap voor stap, ongeacht wat het pad onthult.

De Chassidische wijzen zeggen:

Wie werkelijk wandelt in de nabijheid van de Eeuwige, kent geen gemis – want hij is reeds thuis, precies daar waar zijn ziel bedoeld is te zijn.

Hoe kan ik hierin verdiepen en groeien?

Ik stem mijn hart af om de aanwezigheid van de Eeuwige in alles te ontwaren.

In elke omstandigheid, in elke beproeving schuilt een fluistering, een boodschap van Hem.

Voordat ik spreek of handel, houd ik me stil en adem ik diep,

terwijl ik mij afvraag: “Wat zou ik doen als ik nu stond voor het aangezicht van de Koning der koningen?”

Een kabbalistische visie: devekoet als de vereniging van G-ds Naam

Volgens de Zohar en de leringen van de Kabbala ligt het diepste doel van mijn bestaan in jichoed Hasjeem – het onthullen van de verborgen eenheid van de Eeuwige in de veelheid van deze wereld.

De werkelijkheid lijkt versnipperd en versluierd, maar door het licht van heiligheid laat ik zien:

Hasjeem Echad – G-d is Eén, overal en altijd.

Elke mitswa, elke vonk van goedheid, laat zijn Aanwezigheid neerdalen in deze wereld van vormen en schaduwen.

De Arizal onderwijst: wanneer mijn wil samensmelt met die van de Eeuwige, breng ik goddelijke verstrengelingen teweeg, en wordt het innerlijke tapijt van de schepping hersteld, draad voor draad, ziel voor ziel.

Hoe mag dit zich in mij ontvouwen?

Ik leef met het innerlijk besef dat alles doordrongen is van eenheid,

alles is een sluier van Hasjeems aanwezigheid.

Elke handeling van heiliging wordt een stap op het pad van het onthullen van het verborgen licht, dat als een adem van de Eeuwige geweven is in het stof van de schepping.

Het geheim om met de Eeuwige verbonden te zijn

Koning David sprak: “Wat mij betreft – nabijheid tot G-d is goed voor mij.” (Tehilliem/psalm 73:28)

Het ware goed ligt niet in het bezit van deze wereld –

het is de innige verstrengeling van mijn ziel met mijn Schepper.

Het pad waar mijn hart naar verlangt – gerechtigheid, heiliging, Torah en gebed,

het is niet slechts een weg, maar de adem van die verbondenheid zelf.

Ik verkeer reeds in de omarming van Zijn Aanwezigheid. Ik blijf voortgaan,

en mijn hart zal steeds helderder de nabijheid van die Eenheid herkennen en omhelzen.

tikoen

Mijn hunkering naar *tikoen* – om te wandelen in de aanwezigheid van de Eeuwige, gezegend is zijn Naam, op de paden van *recht* en *mededogende barmhartigheid, zuiverheid* en *heilige toewijding, Torah* en *gebed* – weerspiegelt een tijdloze, doch innig persoonlijke zielsopdracht.

Tikoen als heling van de ziel (tikoen hanefesh)

De essentie van tikoen is de verfijning van het innerlijk.

De Rambam, de wijze Maimonides, leert dat oprechte toewijding aan de Eeuwige vraagt om het koesteren van edele *middot*, zuivere eigenschappen van het hart.

Voor mij betekent dit een stille navolging van de paden van de Allerhoogste:

leven in rechtvaardigheid, oprechtheid, innerlijke zuiverheid en heilige toewijding.

In misjpat en tzedaka (Recht en mededogende rechtvaardigheid)

De universele geboden aan Noach's kinderen roepen op tot oprechtheid van hart, ethische verbondenheid en zachte goedheid.

Wanneer ik kies voor waarheid in al mijn ontmoetingen, gulhartig geef uit liefdevolle goedheid, laat ik een glimp van de gerechtigheid van de Eeuwige neerdalen in deze wereld.

In tahara en kedoesja (Innerlijke zuiverheid en heiligheid)

Deze weg reikt verder dan rituele vorm.

Het is een roep om het louteren van denken, spreken en handelen.

Kedoesja is niet slechts heiligheid, maar bewust loskomen van het gewone:

het is een leven van intentie,

met een stille gevoeligheid voor de aanwezigheid van de Allerhoogste in elk moment.

Hoe bewandel ik dit pad?

Ik wijd mij aan chesjbon hanefesj, een dagelijkse bezinning van de ziel,

waarbij ik stil neerzit in mijn binnenwereld,

om te zien waar mijn wezen nog verder gepolijst mag worden.

Mijn woorden en daden vloeien voort uit yirat Sjamajiem, een eerbiedig beven voor de Hemel; voor elke stap fluister ik de vraag in mijn hart: “Ademt dit de wil van de Eeuwige?”

Herstel van de wereld (tikoen olam)

Tikoen houdt niet op bij de ziel van het individu;

zij stroomt verder als een rivier die haar bedding overschrijdt,

en raakt het weefsel van gemeenschap en schepping.

De profeet Micha vangt het mysterie in eenvoudige woorden (6:8):

“Er is jou getoond, o mensenziel, wat goed is,
en wat de Ene van je vraagt:
alleen misjpat (recht) te doen,
te houden van liefdevolle goedheid,
en ootmoedig te wandelen met jouw G-d.”

Voor mij, een Ben Noach, is het een roeping om een licht te zijn te midden van de volkeren.

Dit licht te laten oplichten van gerechtigheid door het bewaken van de universele levenswetten,
het aanwakkeren van een leven van morele helderheid en compassie in daden van zachte goedheid
want elke handeling van liefde, zelfs verricht door een ziel buiten Israël,
brengt heling en harmonie in de werkelijkheid
(zoals de Chassidische meesters me leren over ma'asim tovim, heilige daden).

En de wereld te heiligen door het woord:
ik spreek woorden die de adem van de torah dragen,
ik onthoud mij van laster en leegspraak,
en wijd mijn stem aan opbouw en licht.

Tikoen door torah en gebed

Het leren van Torah is niet louter een oefening van het verstand.
Het is een weg van verbinding, een fluistering van de ziel naar haar Bron.
De Zohar leert: wie zich verdiept in de Torah,
haalt hemels licht - Or Elyon - in de wereld.
Zelfs voor mij, een Ben Noach, is het verkennen van G-ds wijsheid
een helend afstemmen op de eeuwige Waarheid,
een deelname aan het herstel van het kosmische weefsel.

Gebed (Avoda Sjeba'Lev) is de dienst van mijn hart;
Volgens de Ramban is gebed meer dan vragen om wat nodig is
het is het zacht stemmen van mijn ziel op de wil van de Allerhoogste.
Elk woord dat met oprechtheid uit het hart opwelt,
is een tedere tikoén, een druppel herstel in de oceaan van het bestaan.

En al is het gebod van het sjema aan Israël toevertrouwd,
de waarheid die het ademt is universeel:
Hasjeem Echad – de Ene is alles, en alles is Eén.
In die heilige eenheid mediteren is je bewustzijn laven aan de eenheid achter alle schijn.

Hoe ga ik op dit pad?

Ik heilig momenten om mij te verdiepen in de torah die tot mijn ziel spreekt, het onderricht dat mij vormt en mijn wezen oplicht.

Mijn gebed is geen ritueel alleen, maar een innerlijk gesprek in hitbodedoet, een stille dialoog met de Ene.

Daarin geef ik klank aan mijn diepste verlangen, mijn hart stroomt uit naar de Bron van alles.

Ik overdenk de eenheid van de Eeuwige, Hasjeem echad, ik weet dat elke handeling doordrenkt van heilig bewustzijn een lichtstraal wordt. Ze brengt de wereld een stap dichterbij haar uiteindelijke heelheid.

Een kabbalistische beschouwing: tikoën en het verheffen der lichtvonken (Biroer hanitzotzot)

De heilige Arizal en de verlichte zielen onder de chassidische wijzen openbaren dat de wereld doortrokken is van goddelijke vonkjes licht. Verborgen liggen ze in het kleed van de stoffelijke wereld. Elke daad van heiliging bevrijdt deze vonken en tilt ze op naar hun hemelse oorsprong.

Wanneer ik eet met kavana, een hartgerichte intentie, wordt het voedsel geheiligd en opgeheven.

Als ik woorden spreek van torah of zachte goedgunstigheid onthul ik de sluimerende aanwezigheid van de Eeuwige.

Mijn gebaren van tzedaka bevrijden de gevallen lichtdragers, ze wekken hun goddelijke stroom opnieuw tot leven.

Zelfs als een wandelaar van de volkeren, een Ben Noach, draag ik de roeping in mij om het Goddelijke te herkennen in elk ademend deel van de schepping. Hoe dieper ik mij hierin oefen, hoe meer ik bijdraag aan het helen van de wereld en het herstel van haar innerlijke evenwicht.

Een laatste overdenking: wandelen in de schaduw van de Eeuwige

Tikoën is de weg van het wandelen in innige verbondenheid met de aanwezigheid van de Allerhoogste. De heilige torah noemt Noach een rechtvaardige ziel, die zijn stappen richtte in het gezelschap van de Eeuwige (Beresjiet/Genesis 6:9). De Talmoed vertelt me: "De rechtvaardigen zijn metgezellen van de Schepper in het weven van de wereld."

Door mijn hart te stemmen op gerechtigheid, gewijde intentie, torah en de stilte van gebed, neem ik mijn plaats in binnen het grote herstel.

Stap voor stap blijf ik voortgaan in de nabijheid van de Heilige, gezegend is Zijn Naam, en mijn pelgrimstocht wordt een stroom van Licht, een dans van tikoën met de Aanwezige.

wandelend in de wegen van de Heilige, gezegend zij Hij

Mijn roeping leidt me naar een innerlijke overgave om in de sporen van de Eeuwige te gaan, het volgen van zijn pad (imitatio Dei). Mijn hart is gericht op *devekoet*, het heilige hechten aan de Eeuwige. In het licht van het *sjema*, de oproep tot eenheid, wijd ik mij aan heling (*tikoen*), recht (*misjpat*), mededogende rechtvaardigheid (*tzedaka*), zuiverheid van ziel (*tahara*), heiligheid (*kedoesja*), het blijvende leren van *Torah*, en het gebed als de ademtocht van mijn ziel.

Wandelen in de wegen van Hasjeem: de Bron

De Torah spreekt: “De Eeuwige jullie God moeten jullie volgen” (Devariem/Deuteronomium 13:5)

De Talmoed (Sotah 14a) maakt het duidelijk:

zoals de Allerhoogste vol erbarmen is, zo dien ook jij doordrenkt te zijn van mededogen.

zoals de Eeuwige liefdevol is, zo zij ook jouw hart bewogen.

zoals de Heilige recht doet aan allen, zo dien ook jij rechtvaardigheid te doen.

Zijn paden bewandelen is niet slechts een morele roeping; het is een weg van heiliging, een uitnodiging om de aanwezigheid van de Eeuwige te laten neerdalen in deze wereld, door heilige daden, door mijn toewijding aan herstel (*tikoen*), aan recht (*misjpat*), en aan liefdadige rechtvaardigheid (*tzedaka*).

In dat handelen ademt zijn Licht. Het is een stille echo van de Hemel, op aarde geweven.

Devekoet en het gaan in zijn paden

Deze roeping weeft *devekoet* tot het hart van het pad. Ik leer wandelen in de levende nabijheid van de Eeuwige. De *Mesilat Yescharim* (Het Pad der Oprechten, hoofdstuk 1) leert me dat het hoogste doel van mijn bestaan is om te mogen smaken van de intieme nabijheid van de Allerhoogste. Het is een nabijheid die ontspringt uit het gaan in zijn voetsporen.

Het *sjema* omarmt *devekoet*: "Hasjeem Echad" – de Eeuwige is Eén – betekent dat elk facet van mijn bestaan weerspiegeld wordt in de glans van goddelijke eenheid.

Devekoet is geen vlucht uit de wereld. Het is de innerlijke omvorming ervan. Het gewone wordt opgetild tot iets heilig, door te leven met rechtschapenheid, liefdevolle goedheid en zachte bescheidenheid.

Voor mij, een Ben Noach, betekent *devekoet* het belichamen van de Noachidische waarden met bewuste toewijding. Zo wordt elke daad een stille nadering tot het licht van mijn G-d.

Misjpat (recht) and tzedaka (liefdadige rechtvaardigheid) op het pad van de Eeuwige

Mijn innerlijke gerichtheid gaat naar misjpat, het heilig weefsel van recht, en tzedaka, liefderijke rechtvaardigheid. Samen spiegelen zij het innerlijk licht van de Eeuwige. Zoals het vers het verkondigt: "Want Ik, Hasjeem, heb een hart voor het recht; Ik verafschuw roof ..." (Jesjahoe/Jesaja 61:8)

De Rambam (Hilchot Teshoevah 7:3) leert me dat het doel van het goddelijke gericht niet louter billijkheid is, maar tikoën, het optillen, helen en harmoniseren van de schepping.

Tzedaka is geen aalmoes. Het is een stralende vorm van gerechtigheid. De Eeuwige wordt genoemd HaTzadiek, de bron van rechtschapenheid. Wij benaderen zijn beeld door te dragen, te herstellen, en op te richten wie gebogen gaat.

Wanneer ik wandel in de sporen van de Eeuwige door misjpat en tzedaka neem ik deel aan het mystieke weefwerk van tikoën olam, het genezen van de wereld, draad voor draad, met handen die zegenen.

Tahara (zuiverheid) en kedoesja (heiligheid): een weg die leidt naar de aanwezigheid van G-d.

Ik leg de nadruk op zuiverheid (tahara) en gewijde toewijding (kedoesja). Deze inzichten zijn diep verweven met het sjema dat oproept tot het louteren van zowel mijn binnenwereld als de uiterlijke gestalte van mijn bestaan:

“Wees heilig, want Ik, de Eeuwige, ben heilig” (Vajikra/Leviticus 19:2).

De Tanya (hoofdstuk 27) leert dat ware heiliging zich uit in innerlijke tucht. Het is het optillen van zelfs het meest wereldse gebaar tot een stille toewijding aan de Altijd Aanwezige.

Zuiverheid is het verfijnen van wat ik denk en doe. Elk gebaar wordt een weerklank van de wil van de Hoogverhevene."

Daarom koester ik, een ben noach, een helder hart en een ontvankelijke geest. Ik ga behoedzaam om met mijn woord en daad. Ik zie erop toe dat elke ontmoeting met de wereld een afstraling is van het hemels Licht.

Torah en gebed: met inzicht en toewijding wandelen in de sporen van de Eeuwige

Mijn toewijding aan torah en gebed draagt diepe betekenis. Zij vormen de pijlers van mijn verbondenheid met de Eeuwige. De Rambam (Hilchot Yesodei HaTorah 2:2) leert me dat het kennen van de Eeuwige leidt tot liefde voor de Eeuwige. Liefde wekt het verlangen om te wandelen in zijn sporen.

Ook als Ben Noach kan ik mij openen voor de torah. Vooral voor die delen die het pad van rechtvaardigheid, mededogen en toewijding aan de Eeuwige belichten. Deze studie helpt mij mijn ziel te zuiveren. Ze brengt mijn hart dicht bij de Bron van alle leven.

Het sjema is zelf een vorm van gebed. Mijn denken en voelen worden afgestemd op de eenheid van de Eeuwige. De *Zohar* (Teroema 141a) beschrijft het gebed als een ladder tussen hemel en aarde. Mijn ziel kan erdoor opstijgen en wandelen in de nabijheid van de Aanwezige.

Wandelen in de wegen van de Eeuwige: een levensvisie in harmonie

Ik probeer met aandacht en toewijding te wandelen in de sporen van de Eeuwige.

Ik zoek naar devekoet, vanuit mijn hunkering naar de nabijheid van de Aanwezige.

Ik belijd het sjema, ik bevestig de eenheid in wat ik denk en doe.

Ik wijd me aan tikoen, het helen van de wereld als spiegel van de goddelijke orde.

Ik beoefen misjpat en tsedaka. Ik leer het recht en ik houd van liefdadige rechtvaardigheid.

Ik streef naar tahara en kedoetsja. Ik zuiver en wijd mijn leven.

Ik verdiep me in Torah en gebed. Mijn ziel wordt gevoed met licht en wijsheid.

Zo wordt mijn dagelijkse bestaan tot een levende spiegeling van de Koninklijke Weg. Een innerlijke reis.

Niet alleen vormt ze mijn eigen ziel. Ze werkt ook zacht in in de wereld om mij heen.

misjpat

Mijn ziel verlangt, diep en stil, naar *devekoet*, verkleefd aan de Heilige. Een leven geweven rond het *sjema*, in elke adem een herinnering aan Eenheid. Naar *tikoen*, de genezing van de gebroken werelden, en naar *misjpat*, gerechtigheid als stromend water. Zo wil ik leven. Verankerd in het Licht. Gericht op de Eeuwige.

Misjpat: een afstraling van het goddelijke licht

Misjpat — het is geen koud systeem van wetten,
het is een levende ademtocht van de eeuwige orde.

Zoals de profeet het laat weten:

"Want de Eeuwige is een G-d van gerechtigheid —
gelukkig zij die naar Hem verlangen." (Jesjahoe/Jesaja 30:18)

In mijn verlangen naar *devekoet* vindt mijn ziel een weg in zijn gerechtigheid.

Want misjpat is niet enkel recht.

Het is de vorm waarin het Goddelijke zich buigt naar de wereld.

De wijzen van de Talmoed (Sjabbat 10a) leren me:

wie met waarheid oordeelt, wordt een gezelschap van G-d in het dragen van de wereld.

Zo wordt ieder eerlijk oordeel,
in handel, in vriendschap, in de stilte van een morele keuze,
een stap naar zijn Aanwezigheid.

Misjpat is geen taak.

Het is een pad naar het Licht.

Misjpat en tikoen olam: het herstellen van de wereld

Wanneer ik wandel in de wegen van de Eeuwige,
draag ik tikoen in mijn stappen.

En zo wordt misjpat — het recht van de Eeuwige —
niet slechts wet, maar heling.

Een weg om de gebrokenheid van de wereld te genezen tot een harmonieus lied.

Rambam leert me (Moreh Nevoekhim 3:53):

dat de geboden van gerechtigheid
bedoeld zijn om de onderdrukking te breken,
om vrede te zaaien tussen mensen.

Voor mij, een Ben Noach, is misjpat een pijler.
In misjpat klinkt de zachte echo van wat het betekent mens te zijn.
Maar het recht van de Eeuwige, gezegend zij Hij, reikt verder dan rechtbanken en rechters.
Misjpat is een roeping tot innerlijke waarheid, tot morele moed, tot verantwoordelijkheid.

De Zohar fluistert (2:85b):
Wie leeft met misjpat herstelt de schepping in haar oorspronkelijke ritme.
De kloof tussen hemel en aarde wordt dan smaller,
een hemels evenwicht daalt neer, dauw op een dorstig veld.

Zo is misjpat, het recht van mijn Meester:
het is geen koude regel maar een heilige arbeid,
een terugkeer naar de bedoeling van het Begin.

Misjpat en tzedaka: het weefsel van recht en liefdadige rechtvaardigheid

In mijn hart klinken de woorden van tehiliem: Tzedek u' misjpat, m'chon kisecha —
Gerechtigheid en recht zijn de grondslag van Uw troon. (Psalm 89:15)

Misjpat is zuiver als vuur,
kan hard zijn als steen.
Wanneer het zich laat omhelzen door tzedaka, rechtvaardigheid vol compassie,
wordt het zacht. Licht dat door glas breekt.

De wijzen leerden:
Laat het recht niet verstarren, maar strek het uit 'lifnim misjoerat hadin',
voorbij de strikte grens van het recht,
waar liefde en barmhartigheid wonen.

Voor mij, zoeker op het pad van kedoesja en tahara,
betekent dit: niet alleen eerlijk zijn, maar ook
optillen, helen, de ander laten ademen in waardigheid.
Ramban sprak (op Devariem/Deuteronomium 16:20):
Wanneer misjpat is doortrokken van tzedaka,
dan rust de Sjechina, de aanwezigheid van mijn Meester daar.

Zo wil ik oordelen: met ogen vol recht, met handen vol mededogen.

Misjpat in torah en tefila: een weg tussen ziel en wereld.

Ik verlang ernaar te wandelen in misjpat
door de adem van torah en het fluisteren van tefila (gebed).

Zoals Avraham. Hij werd door G-d bemind
omdat hij zijn kinderen leerde de weg van de Eeuwige te bewaren:
tzedaka oe' misjpat. (Berejiet/Genesis 18:19)

Avrahams leven leert me:
Misjpat begint niet op straat maar in het hart.
Het is geen wet van buitenaf, maar een werk van verfijning.
Binnenin.

De torah opent mijn geest voor de wil van de Eeuwige,
het gebed zuivert mijn motief,
wast de handen van mijn ego,
opdat mijn gerechtigheid zuiver zij. En Licht.

De Baal Shem Tov sprak:
Wanneer recht wordt gedaan met een zuiver hart,
stijgt de ziel op als rook van een heilig vuur,
zo raakt zij het Hemelse.

Zo zoek ik te leven:
niet alleen met rechtvaardige daden,
maar ook met mijn hart, zuiver en gericht.
Tussen leren en gebed, tussen misjpat en stilte,
ontvouwt zich een pad naar de Eeuwige.

Wandelen in de Aanwezigheid: misjpat is een spiritueel pad

Mijn hart verlangt te wandelen in de aanwezigheid
van de Heilige, gezegend is Hij.
Zo wordt misjpat geen taak,
maar een innerlijke oefening.
Een discipline van de ziel.

De profeet Micha zingt over mijn weg:

"Wat vraagt de Eeuwige van jou?
Slechts dit: recht doen (misjpat),
liefdevolle goedheid tonen (chesed),
en nederig wandelen met je G-d."
(Micha 6:8)

Misjpat is geen koude wet,
het is een fluistering van de Eeuwige.
Een dagelijkse daad van devekoet,
een kleven aan het Heilige.

Mijn reis in gerechtigheid is geen route van regels,
Mijn reis is een roeping om de wereld te stemmen op zijn Wil.

Wanneer ik recht spreek met tahara, zuiverheid,
handel met kedoesja, heiligheid,
dan wordt misjpat een brug tussen aarde en hemel,
tussen mens en Maker.

Mijn pad moge me dag na dag leiden
door tikoen, torah, en tefila,
nader tot de aanwezigheid van de Heilige,
gezegend is Hij.

tzedaka

Mijn missie is een fluistering van de ziel, een pad van diepe verbondenheid, *devekoet*. Geboren uit het *sjema*, waar elke ademtocht luistert naar de Ene. Ik wandel in het licht van *tikoën*, het helen van gebroken werelden met zachte handen. *Misjpat* en *tzedaka* zijn mijn gezellen, recht en liefdadige rechtvaardigheid niet slechts daden maar gebeden in beweging. Mijn hart zoekt *tahara*, zuiverheid, een stilte waarin de Eeuwige woont. *Kedoesja* welft zich over mijn stappen, heiligheid als een geur die nablijft waar ik ga. *Torah* is mijn adem, woorden als levend water voor een dorstig hart. En in *tefila*, het gebed, stijgt mijn ziel als rook omhoog, een fluistering, een roep, een thuis komen.

Tzedaka, een pad naar devekoet

Tzedaka. Niet slechts geven uit overvloed,
is het een roep van de ziel om gerechtigheid,
gegrond in tzedek, het heilige evenwicht van de wereld.

Men noemt het soms liefdadigheid, maar dat woord is te licht.
Tzedaka is geen keuze. Het is een roeping.
Een heilige plicht om recht te doen waar het leven scheef is gegroeid.

De Rambam schrijft (Mishneh Torah, Giften aan de Armen 10:1):
Geen mitswa brengt de mens dichterbij G-d dan tzedaka.
Waarom? Omdat de hand die geeft,
de hand wordt van de Ene.
Mijn hart verlangt naar devekoet, versmelting met het Oneindige,
en elke gift wordt dan een stap op het pad dat naar zijn Aanwezigheid leidt.

Zoals gezegd is door de profeet:
"Ik ben de Eeuwige,
die liefde, recht en gerechtigheid beoefent op aarde;
want daarin vind Ik mijn vreugde, zegt de Eeuwige." (Jirmejahoe/Jeremia 9:23)

Als ik geef, spiegel ik zijn eigenschappen:
chesed (liefdevolle goedheid), misjpat (recht), tzedaka (liefdadige gerechtigheid),
In dat spiegelen raak ik Hem aan.

Tzedaka is geen handeling.
Het is een gebed zonder woorden.
Een brug van het menselijke naar het goddelijke.
Een fluistering van gerechtigheid die de hemel raakt.

Tzedaka en tikoën olam: het herstellen van de wereld

Mijn ziel is gericht op tikoën,
het helen van wat gebroken is,
het bijeenbrengen van wat ooit één was.
En daarom wordt tzedaka meer dan een daad.
Het wordt adem. Het wordt licht. Het wordt herstel.

De wijzen van de Talmoed (Bava Batra 10a) leren over de eeuwen heen:
"Tzedaka redt van de dood."
Niet slechts van het einde van het vlees, maar van de dood van de geest,
het doven van de compassie, de vergetelheid van verbondenheid.

Tzedaka opent wegen waar wanhoop muren bouwde.
Het herverdeelt niet enkel bezit maar geneest de ongelijkheid,
Het weeft opnieuw het tapijt van sjalom, van heelijkheid.

Tikoën olam, de genezing van de wereld, is niet de droom van morgen,
Het is een roeping van nu.
Elke gift, elke rechtvaardige daad, is een draad in het kleed van herstel.

Voor mij, een Ben Noach, een kind van Noach, is tzedaka meer dan geven.
Het is het kiezen voor gerechtigheid.
Het is bouwen aan een samenleving die reikt naar Eden.

De Rambam (Mishneh Torah, Koningen en Oorlogen 10:12) spreekt helder:
Een Chassid Oemot Ha'olam, een rechtvaardige uit de naties,
is hij die leeft in chesed en misjpat, in goedheid en in recht.

Mijn pad is tikoën. Mijn middel is tzedaka.
En zo loop ik met stille stappen in de richting van wat ooit volmaakt was,
en opnieuw zal worden.

Tzedaka in tahara en kedoesja: zuiverheid en heiligheid

Ik verlang te wandelen in tzedaka,
niet enkel met mijn hand,
maar met een hart gewassen in tahara en gedragen door kedoesja.

Want wat is geven, als het niet zuiver is?
Wat is rechtvaardigheid als het niet doordrenkt is van heiligheid?

Tahara: zuiverheid

Ware tzedaka welt op uit een heldere bron,
zonder schaduw van trots, zonder fluister van eigenbelang.

De Torah spreekt:

"Je zult je hand wijd openen voor je broeder,
voor de armen en behoeftigen in je land." (Devariem/Deuteronomium 15:11)

Maar niet alleen de hand spreekt. Het hart spreekt luider.

De wijzen leren:

Geven met tegenzin dooft het vuur van de mitswa,
maar geven met tahara,
dat zuivert de ziel,
het maakt het geven tot gebed.

Kedoesja: heiligheid

Heiligheid is niet afstand. Het is verheffing.
Geen ontsnappen aan de wereld, maar het optillen van anderen.

De Rambam (Mishneh Torah, Giften aan de Armen 10:7) toont de ladder van tzedaka.

Acht treden zijn er maar de hoogste is deze:
helpen voordat iemand valt,
sterken vóór de nood,
de kracht schenken,
zodat hij zichzelf kan dragen.

Dat is kedoesja.

Niet alleen heilig zijn. Het is heilig maken.
Niet alleen geven. Het is opwekken tot waardigheid.

Zo wil ik leven:

in zuiverheid van intentie,
in heiligheid van daden.

Want in zulke tzedaka wordt de wereld geheeld,
en komt de Eeuwige mij nabij.

Tzedaka in torah en tefila: gerechtigheid, het heilige woord en gebed

Ik wandel de weg van tzedaka, niet los van mijn studie en niet buiten mijn gebed.
Tzedaka wordt geweven in het ritme van Torah en in de adem van tefila.

Wat is de studie van heilige woorden als ze niet landen in de wereld?
Wat is torah als zij niet overloopt in zorg, in recht, in tzedaka?

De profeet roept het, en zijn stem draagt nog altijd:
"Leer goed te doen, zoek gerechtigheid,
help de verdrukte, verdedig de wees,
pleit voor de weduwe." (Jesjahoe/Jesaja 1:17)

Torah zonder tzedaka is als een boek dat nooit wordt geopend,
het is licht dat onder een korenmaat blijft.
Maar als leren leidt tot geven, wanneer begrip reikt naar de ander,
dan leeft de torah in me.

En vóór ik mijn lippen open, vóór mijn gebed omhoog stijgt, breng ik tzedaka.

Niet als formaliteit. Het is de voorbereiding van mijn hart.
Want hoe kan ik de Eeuwige dienen met mijn hart als ik de noden van zijn kinderen negeer?

De Midrasj (Vayikra Rabbah 34:10) zegt zacht:
Tzedaka opent de poorten van de Hemel.
Een munt in stilte gegeven kan luider klinken dan duizend woorden.
Een rechtvaardig gebaar maakt ruimte voor genade.

Zo worden mijn paden één.
Torah leert mij wat goed is. Tzedaka doet het.
Tefila verbindt mij met de Bron van alles.

Het zijn drie stemmen, maar één lied.
Drie wegen, maar één bestemming —
Devekoet.

Wandelen in de aanwezigheid van Hasjeem door tzedaka

Ik verlang te wandelen in de schaduw van de Aanwezige,
de Heilige, gezegend zij Hij.

En het pad —het stille pad dat naar zijn Nabijheid voert —heet tzedaka.

De Talmoed (Ketubot 111b) zegt zacht maar zeker:
"Wie tzedaka geeft, is alsof hij het aangezicht van de Eeuwige aanschouwt."

Waarom? Omdat Hij, de Oneindige, Zichzelf bekend maakt als
Vader van wezen en Rechter van weduwen. (Tehilliem/psalm 68:6)

Wanneer ik geef,
zoals Hij geeft, met zachte kracht en barmhartig hart,
dan spiegel ik Zijn wezen.
Dan wordt de wereld doortrokken met zijn licht.

Mijn pad is tikoen, herstel, herinnering, heiligmaking.

Tzedaka is geen losstaande daad.
Het is een spiegel. Een roeping. Een transformatie.
Niet alleen van de wereld. Ook van mijzelf.

Want ik wil een woning zijn voor Hem,
een plek waar zijn adem rust.

Moge mijn daden van tzedaka,
doorweven zijn met tahara, zuiverheid, met kedoesja, heiligheid,
met Torah, het profetisch woord, en met tefila, het gebed van mijn hart,
mij brengen tot devekoet, de innige verbondenheid waar ik zo diep naar verlang.

Zoals de Wijsheid weet (Misjlei/Spreuken 10:2): “De wereld is gebouwd op tzedaka.”

Laat mij dan bouwen, steentje voor steentje,
met mijn handen, met mijn hart,
aan een wereld waarin Hij wil wonen.

Laat mijn pad recht zijn,
mijn geven zuiver, en mijn leven een licht
dat zijn Nabijheid weerspiegelt.

tahara

Mijn woorden zijn een fluistering van verlangen, een stille roep naar verbinding met het Eeuwige, een zielsverlangen om te hechten, *devekoet*, geleid door het oergebed: *sjema Yisrael*. In het pad van Noach zie ik mijn reis; een weg van rechtvaardigheid, eenvoudig en oprecht. Mijn hart zoekt *tikoen*, de genezing van gebroken werelden in *misjpat* en *tzedaka*, waar recht en mededogen elkaar omarmen, zoals de *torah* fluistert over goddelijke harmonie die in het aardse neerdalen mag. En daar, in het streven naar *tahara*, zuiverheid, en *kedoesja*, heiligheid, wordt een verlangen wakker naar verheffing. Een stil gebed dat mijn daden mogen dansen op het ritme van de wil van de Eeuwige.

Tahara: een innerlijke staat op het pad van devekoet

Tahara is meer dan reinheid van ritueel.
het is een stille helderheid van de ziel, een zuivering van binnenuit,
waardoor het hart dichter kan naderen tot het Heilige.

In tehillem stelt David de vraag der eeuwigheid:
“Wie mag de berg van Hasjeem beklimmen? Wie zal er staan in Zijn heilige plaats?”
En hij antwoordt: “Die met reine handen en een zuiver hart.”

Zo wordt tahara de sleutel.
Niet alleen voor het betreden van heilige ruimte,
maar voor het samensmelten van ziel en Schepper,
voor ware devekoet.

Op mijn pad als Ben Noach neemt tahara een zachte, maar krachtige vorm aan.
het zuiveren van mijn gedachten, het heiligen van mijn woorden, het verfijnen van mijn daden,
opdat ik een vat mag worden voor het licht van de Eeuwige, gezegend zij Hij.

Tahara in het licht van misjpat en tzedaka

Tahara weeft zich stil door het web van gerechtigheid,
als dauw op het ochtendveld van misjpat en tzedaka.
De Torah verbindt zacht doch krachtig
zuiverheid met recht en mededogende rechtvaardigheid.

In Misjlei/Speuken wordt er gezegd:
“De weg van de schuldige is verdraaid, maar het werk van de zuivere, dat is recht.”
Zo leert de Wijsheid me:
alleen een hart gezuiverd van eigenbelang
kan waarlijk recht spreken en rechtvaardig handelen.

Tzedaka is dan geen gift alleen, maar een stroom van medeleven,
een daad waarin hemel en aarde elkaar raken.

De Rambam moedigt me aan:
laat je geven niet alleen een handeling zijn,
maar een gebed in beweging, een daad van liefde
die jou evenzeer vormt als degene die ontvangt.

Wanneer misjpat oprijst uit zuivere bronnen en tzedaka vloeit uit een zuiver hart,
ontstaat er iets groters dan de daad.
een genezing van de wereld, een glimp van het Goddelijke in het gewone.

Tahara in tikoën: heling van ziel en wereld

Tahara, zachte glans van zuiverheid, is meer dan innerlijke stilte;
het is de sleutel tot tikoën, de geheime adem die werelden herstelt.

De kabbala spreekt van verborgen licht, van biroer, het heilige werk:
vonken worden losgemaakt uit de sluier van duisternis.

De Zohar spreekt als een vuur dat reinigt, dat scheidt, dat verheft,
opdat het heilige weer oplicht in het alledaagse.

Wanneer mijn handen handelen in gerechtigheid,
wanneer mijn stem spreekt met mededogen,
en mijn hart klopt in de cadans van tahara,
dan hervorm ik niet alleen mijn daden.
ik zuiver de ziel. Ik genees de wereld.

Want tikoën hanefesh en tikoën ha'olam raken verweven als adem en ziel.
als ik wandel in de wegen van Hasjeem,
met zuivere intentie en geheiligd verlangen,
wordt elk klein gebaar een echo van herstel,
een spiegel van het Licht dat nooit dooft.

Tahara in torah en gebed

Torah en tefila vragen om een hart dat helder is,
Een binnenruimte vrij van schaduw en zelfzucht.
Zo roept het sjema me op, zacht maar onmiskenbaar:
“Je zult Hasjeem, je G-d, liefhebben met heel je hart,
met heel je ziel, en met al je kracht.” (Devariem/Deuteronomium 6:5)

Ware toewijding is een daad van tahara,
Een loslaten van het ik,
een heilig neerleggen van verlangen aan de voeten van de eeuwige Waarheid.
De wijzen van de Talmoe (Berachot 8a) leren:
“Sinds de dag dat de Tempel verwoest werd,
heeft de Heilige, gezegend zij Hij, slechts de vier el van halacha
in Zijn wereld behouden.”

Waar eens het altaar stond branden nu de vonken van zuiverheid
in het innerlijk van zij die leren, in de stille adem van het gebed.

De zuiverheid van de Tempel leeft voort
in het hart dat studeert, in de ziel die bidt,
in de ruimte waar de mens zich opent voor het Goddelijke.

Wandelen in zuiverheid voor het aangezicht van Hasjeem

Tot Avraham Avinoe sprak Hasjeem:
“(Beresjiet/Genesis17:1), Wandel voor Mijn aangezicht en wees tamim.” Heel. Zuiver. Eén.
Zo start ook mijn weg.
Als een Ben Noach is mijn reis een echo van die oeroude roep.
Wandelen in tahara en kedoesja is geen doel, maar een voortdurende beweging,
een fijnslijpen van ziel en wil,
om als een spiegel het licht van Hasjeem terug te kaatsen.

Wanneer mijn daden en mijn diepste intenties uit één bron stromen,
wordt mijn relatie met Hasjeem niet iets dat moet,
het is een dans van liefde, een hunkering naar verbinding.

Een laatste gedachte: tahara dagelijks geleefd

Mijn pad is er een van devekoet, hechting aan het Heilige,
niet enkel in stilte. Maar in daden van goedheid en trouw.

In elke stap van tikoen, in elke keuze voor rechtvaardigheid,
liefdadigheid, heiligheid en zuiverheid komt de wereld iets dichterbij haar oorsprong.

Elk moment van oprechtheid,
elke handeling vol compassie,
elk woord dat leeft vanuit Torah,
ademt tahara in de wereld.

Moge mijn reis gezegend worden met een steeds diepere nabijheid tot de Heilige, gezegend zij Hij.

kedoesja

De wortel van *kedoesja* is afscheiding, onderscheiding, verheffing. Niet als een vlucht uit de wereld, maar als een zachte aanraking om haar te heiligen. Heiligheid leeft niet in afzondering, maar in het bewonen van het gewone met open ogen, met een hart dat luistert. Dit is het pad dat ik ga, mijn roeping. Wandelen in de Aanwezigheid, elk moment doorgrond van Eeuwigheid. In dat gaan reik ik naar *tikoen*, het herstel, de heling van wat gebroken is.

De engelen roepen het in hemelse harmonie, zoals de profeet het zag (Jesjahoe/Jesaja 6:3):
“Kadosj, Kadosj, Kadosj, Hasjeem Tzevaot, melo kol ha’arets kevodo.”

Heilig, heilig, heilig is de Eeuwige der legermachten —
de hele aarde is vervuld van zijn glorie.

Niet alleen de hemel zingt zijn lof. Ook de aarde doet het met haar stof en stilte,
Ze kan zijn Aanwezigheid dragen indien wij haar heiligen.

Elke daad die ik stel, elke stap in *tikoen*, in *misjpat*, in *tzedaka*,
is een brug tussen aarde en het oneindige.

Heiligheid is geen staat van afzondering maar een proces van verfijning.

Zoals de Zohar fluistert en zoals de Arizal onthult.

Kedoesja is wanneer het lichaam leert dansen op de muziek van de ziel.

Waar mijn handelingen — rechtvaardig, liefdevol, oprecht — trillingen worden van herstel,
golven van genezing.

Voor mij, een Ben Noach, draagt deze heiliging een eigen melodie.

Het leven van de Sjeva Mitsvot, eenvoudig maar met oprechte *kavana*, wordt tot een heilig altaar.

Tsedaka en *misjpat* weerspiegelen de gezichten van God;

Chesed en *gevoera*, barmhartigheid en kracht in evenwicht.

En zo leer ik mijn pad te gaan,

in Zijn wegen te wandelen, zoals de Rambam het leerde (Hilchot De’ot 1:6):

Zoals Hij barmhartig is, wees ook jij barmhartig.

Zoals Hij rechtvaardig is, wees ook jij rechtvaardig.

In dit gaan — stil, nederig, vol bewustzijn — ontvouwt zich heiligheid.

Niet boven, maar hier. Niet ooit, maar nu.

Tahara en kedoesja: innerlijke en uiterlijke heiliging

Als ik spreek over wandelen in tahara en kedoesja,
dan spreek ik over een pad van verbinding:
tahara reinigt, kedoesja verheft. Het is als ademhaling en gebed.

Tahara is het zuiveren, loslaten wat de ziel vertroebelt.
Het stof dat zich tussen mij en de Aanwezigheid verzamelt, afwassen.
Het is het stillen van mijn hart tot het weer kan luisteren. Tot het weer eenvoudig kan zijn.

Kedoesja is het opstijgen.
Het geheiligde hart wordt nu een vat, klaar om Licht te dragen.
Niet slechts leeg van het oude maar vervuld van het Heilige.

Zoals in het gebed.
Tahara is de voorbereiding. Het wegnemen van de afleiding,
het richten van het innerlijk oog naar Hasjeem.
Kedoesja is de vlucht van de ziel. De woorden die opstijgen,
de overgave aan het Oneindige.

Torah en gebed: voertuigen van kedoesja

Niet alles is verplicht voor mij, Ben Noach,
en toch... schuilt in elke stap de mogelijkheid tot heiliging.

De mitsvot zijn de fundamenten maar soms verlangt mijn ziel meer.
Naar leren, naar groeien, naar het raken van iets eeuwig.

Wanneer ik de torah nader, vooral in haar lessen van emoena, moesar, en tikoën olam,
voel ik hoe mijn ziel wordt opgetild.
Zoals Rambam het me leert (Hilchot Melachiem 8:11):
een Ben Noach die leert 'lisjma' — omwille van de Waarheid zelf — komt binnen in heiligheid.

En dan is er mijn gebed. Dat stille fluisteren van mijn hart.
Zoals Tehilliem zegt:
"Karov Hasjeem lechol kor'av, lechol asjer yikra'uhu ve'emet"
De Eeuwige is nabij allen die Hem aanroepen —
allen die Hem waarachtig zoeken.

In die roep in dat verlangen ontstaat devekoet —
een heilige verbinding waarin de menselijke ziel zich vlecht met het Licht.

Dat is mijn roeping. Wandelen in zijn Aanwezigheid,
het alledaagse heiligen met misjpat, tzedaka, en in een diepe overgave.

Kedoesja is geen verre droom.

Zij is het raamwerk waarin tikoën ademt. Zij is het ritme van herstel.

Mijn weg van een Ben Noach — bescheiden, krachtig, verlicht —
is een kanaal waardoor Hasjeem zich openbaart.

Elke daad van rechtvaardigheid is een glimp van Eeuwigheid in deze wereld.

torah

Mijn ziel spreekt in stilte haar verlangen uit. Een diepe roep om te wandelen in *devekoet*, een innige nabijheid tot de Eeuwige. Verankerd in het *sjema* waar elke adem een getuigenis is: “Luister, Israël...”. Mijn pad zoekt het spoor van *misjpat*, rechtvaardig als de stroom, *tzedaka*, een hart dat overvloeit van gerechtigheid, *tahara*, zuiver als de eerste dauw, *kedoesja*, geheiligd in eenvoud en toewijding. *Torah* wordt mijn adem, *gebed* mijn stil gezang. Het is een levenspad geweven van Licht en verlangen. Als Ben Noach draag ik de *Torah* op eigen wijze. Ze is een Licht dat mij raakt vanuit de verte, en toch brandt ze dichtbij, in het binnenste van mijn ziel. De 613 mitsvot zijn een heilig verbond tussen Hasjeem en Am Jisraël, sterren die dansen boven een uitverkoren volk. Maar ook ik sta onder de hemel van zijn wil want de Sjeva Mitsvot Bnei Noach zijn als oerwortels in de aarde geplant, de geestelijke bedding voor de hele mensheid. In deze zeven geboden hoor ik zijn roep. Zijn verlangen naar gerechtigheid, compassie en eerbied. Een universele weg, een stille brit (verbond) tussen Schepper en schepping waar ik mag wandelen. Eenvoudig maar niet gering.

Torah: de weg naar devekoet

De torah is het profetisch woord. De blauwdruk van het bestaan, zoals onthuld in de Zohar (1:5a): goddelijke gedachte geweven in de schepping.

Wanneer ik mij buig over de woorden van torah,
stem ik mijn geest af op de wil van de Ene,
mijn ziel beweegt zich – stil – in de richting van zijn nabijheid.

Koning David zingt in Tehilliem/psalm (119:105):

“Uw woord is een lamp voor mijn voeten, een licht op mijn pad.”

Zoals licht het duister verdrijft,

zo verdrijft de Torah de nevel van mijn verwarring, de mist van mijn twijfel.

Ze wijst, ze leidt tot devekoet, een versmelten van ziel en Bron.

Ook voor mij, een Ben Noach, wordt de studie van Torah tot een heilig vuur.

Ze zuivert mijn hart. Ze vormt mijn karakter.

Ze opent de poort naar een directer gesprek met mijn Schepper.

Geen bezit maar een geschenk;

Geen gebod maar een uitnodiging.

De woorden van Torah die fluisteren: “Kom naderbij.”

De torah: instrument van tikoën; herstel en heelwording

De Torah geneest.

Ze heelt niet alleen wat gebroken is in mij, maar ook de wonden van de wereld, zichtbaar en verborgen.

De wijzen onderwijzen in de Talmoed (Kiddoesjin 30b):

“Ik heb de yetzer hara, de kwade neiging, geschapen maar ook de torah als tegengif.”

In haar woorden schuilt genezing.

Wie haar leert, leert zichzelf opnieuw te worden.

Het is tikoën hanefesh, herstel van mijn ziel,
een terugkeer naar wie ik bedoeld ben te zijn.

Voor mij, een Ben Noach, zijn er zeven geboden.

Niet slechts regels. Het zijn vonken van licht.

Ze kunnen de schepping verheffen
wanneer ze met bewustzijn worden gedragen.

Niet alleen als plicht, maar als roeping:

om de wereld te dragen in zachtheid en gerechtigheid.

Ook al rusten niet alle mitsvot op mijn schouders,

de wijsheid van de torah ligt open,

wanneer ik verlang te

leren van haar wegen, haar wetten, haar ethiek,

wordt mijn deel in Hasjeems grootse plan helderder,

fijner,

meer vervuld.

Elke letter is een druppel balsem,

elke gedachte is een stap in de richting van herstel.

En de wereld ademt iets lichter wanneer ik luister naar

het Woord dat heel maakt.

Torah en het sjema: de eenheid van Hasjeem

Sjema Jisraël, Hasjeem Eloheinu, Hasjeem Echad.

“Hoor, Israël, Hasjeem is onze God, Hasjeem is één.” (Devariem/Deuteronomium 6:4)

Niet slechts een geloofsbelijdenis,

maar een roep een heilige uitnodiging om te luisteren met mijn hart,

om onder te duiken in de stroom van torah, waar zijn eenheid overal doorheen klinkt.

De talmoad (Berachot 8a) leert me:
het uitspreken van het sjema is als het opnemen van het juk van de Hemel.
Een stille daad van overgave.
Zoals de studie van torah een vorm van dienst is,
een avoda van mijn denken, een woordenloos gebed.

Ook voor mij, een Ben Noach, is het sjema een venster naar de hemel.
Het sjema leert mij yirat shamajiem,
ontzag,
een huiver van heiligheid voor
de Ene die alles omvat
en toch in het diepste deel van mijn ziel fluistert.

De eenheid van Hasjeem is niet maar een idee,
maar een melodie
die in elke daad van goedheid klinkt, in elk woord van waarheid,
in het zoeken naar recht en genade.
Door het sjema wordt mijn leven een resonantie van torah-waarden,
en ook al zijn het er weinige die mij geboden zijn, ze dragen het vuur van
de Ene.
Ik luister.
In dat luisteren wordt mijn bestaan
een antwoord.

Torah in misjpat en tzedaka, recht en gerechtigheid: de weg naar heiligheid

Recht doen – misjpat, en gerechtigheid leven – tzedaka:
dit zijn geen koude geboden maar levend vuur dat uit de Torah stroomt.

Niet elk oordeel is rechtvaardig.
Niet elke gift is heilig.
Wanneer mijn hart zich buigt voor de wijsheid van torah,
wordt recht een balsem, en gerechtigheid een lied dat de wereld geneest.

De Rambam leert me (Hilchot Melachiem 10:10–12):
een Ben Noach die de torah met zuiverheid leert,
wordt gerekend als een kohen gadol, een hogepriester, van het menselijke hart.
Niet door geboorte, maar door toewijding,
door het openen van geest en ziel voor de diepte van Hasjeems wil.

Wanneer ik misjpat zoek en tzedaka beoefen
volgens de weg van Torah wordt het alledaagse geheiligd.
Mijn daad van recht kan een altaar worden.
Mijn gebaar van gerechtigheid een poort naar het Licht.
De straat, het werk, het woord alles wordt een plek
waar Hasjeem woont, waar heiligheid zich verschuilt
in eenvoud
en oprechtheid.

Torah in gebed: een gesprek met het Goddelijke

Torah en gebed zijn twee vleugels van één ziel:
de ene is luisteren naar Hasjeem, de andere – spreken tot Hem,
zoals ik in- en uitadem – geef ik en ontvang ik in heilige stilte.

De Gaon van Vilna zei met wijsheid:
“Wie bidt zonder torah te leren is als iemand die spreekt tot een koning,
maar weigert te luisteren naar zijn antwoord.”
Een gesprek zonder wederklank, een hart dat roept maar de echo niet hoort.

De torah schenkt mij de taal van kedoesja,
woorden die gewassen zijn in Licht,
klanken die reiken naar de wil van Hasjeem.
Zij verfijnt mijn gebeden,
vormt ze tot bruggen van betekenis –
niet alleen maar woorden zijn het maar
vleugels van mijn ziel die opstijgen naar de Hemel.

Een laatste gedachte: wandelen met de torah op mijn levensweg

De torah is geen boek van regels alleen.
Zij is het profetische woord van mijn Meester,
de wijsheid van mijn Vader, mijn koning,
geweven in het weefsel van mijn ziel,
Zij is een licht dat de werelden leidt naar
tikoén, naar herstel, naar heiligheid.

Als een Ben Noach gewijd
aan misjpat – rechtvaardig handelen,
aan tzedaka – liefdevolle goedheid en geven,
aan tahara – innerlijke zuiverheid,
aan kedoesja – het heilige pad,
vind ik in de heilige torah niet slechts richtlijnen maar een weg om te
wandelen in de aanwezigheid van de Heilige, gezegend zij Hij.

Moge mijn reis in torah en devekoet, die stille, vurige verbondenheid,
mij steeds dichterbij brengen bij
het hart van Hasjeem.

gebed

Mijn ziel verlangt diep. Een verlangen naar verbondenheid, om te wandelen in *devekoet*, in innige nabijheid tot Hasjeem. Geleid door het *sjema*, de spraak van eenheid in mijn hart, en geleefd in *tikoën*, het helen van wat gebroken is, in *misjpat*, de rechtvaardige maat, in *tzedaka*, de gave van gerechtigheid, in *tahara*, de helderheid van een zuiver hart, in *kedoesja*, de glans van het heilige. *Torah* is mijn kompas. Het *gebed* is mijn vleugel. Als Ben Noach vind ik in mijn gebed een ladder tussen hemel en aarde, een weg omhoog, waar mijn leven zich hecht aan de wil van de Eeuwige.

Gebod: weg naar devekoet

Devekoet, het zich hechten aan Hasjeem,
is geen kwestie van enkel weten, noch slechts van doen.
Het is de zachte roep van mijn hart,
het stille verlangen van mijn ziel om dicht bij de Eeuwige te zijn.

Zoals David, de koning en dichter, zong in Tehilliem (Psalm 73:28):
“Maar mij aangaande — het is goed voor mij, de nabijheid van G-d;
ik heb de Heer, Hasjeem, tot mijn toevlucht gemaakt.”

Zijn woorden weven zich samen met de fluister van mijn eigen ziel:
“De nabijheid van G-d, dat is mijn goed.”

Gebod is de adem van mijn ziel.
Het is verlangen in klank gehuld, emotie in stilte gedragen,
een innerlijke reis naar de Bron van leven.
In elk woord, in elke traan, reikt mijn wezen uit
zoekend, kloppend, zich hechtend aan Hasjeem.

Sjema: het ultieme gebed

Het sjema is het heilig middelpunt van mijn bestaan.
Niet slechts een uitspraak van geloof,
maar een gebed dat mijn hele wezen omvormt,
een belijden vol overgave. Een roep uit de diepten:
"Ken Hem."

Wanneer mijn lippen het sjema uitspreken, verstilt mijn hart.
De wijzen leren in de Talmoed (Berachot 13a):
Wie het sjema uitsprekt, aanvaardt het koningschap van de Hemel.
Het is geen simpel woord maar een daad van volle toewijding,
een buiging van mijn ziel voor de Ene.

Ook ik, een Ben Noach, vind in het sjema een poort tot eenheid,
een echo van Zijn Ene Naam in de kamers van mijn hart.
Met elke herhaling verinnerlijk ik Zijn eenheid en hervind ik mijn plaats
in zijn goddelijk weefsel van bedoeling en licht.

Gebed: instrument van tikoën

Gebed; de zachte smidshamer voor de ziel.
Een tikoën hanefesh, het helen en vormen van mijn innerlijk,
waar mijn hart zich verfijnt en zich stil afstemt op de wil van Hasjeem.

De wijzen leren in de Talmoed (Berachot 32b):
“Het gebed is één van de machtigste wegen
waarlangs het lot zelf verandert.”

In elke bede schuilt er kracht.
In elke traan een sleutel tot de hemelpoorten.
In het werk van tikoën olam, het helen van de wereld,
is gebed een lichtstraal die het Goddelijke naar beneden haalt —
een zegen die neerdaalt in het gebrokene van het alledaagse.

De weg die ik, een ben noach, ga, is geen passieve reis.
Het is een missie om recht (misjpat) en compassievolle gerechtigheid (tzedaka)
de wereld in te dragen met zuiverheid van hand en helderheid van hart.

En in mijn gebed vind ik de kracht om dat pad te gaan,
een hart dat luistert een ziel die zingt een leven dat heelt.

Gebed binnen het Licht van misjpat en tzedaka

Recht en mededogende rechtvaardigheid wandelen niet op eigen kracht.
Zij vragen om leiding van Boven,
om licht dat de weg toont in een wereld van schaduw.

De profeet Hosea (14:3) roept:
“Neem woorden met u mee en keer terug tot Hasjeem.”
Dit zijn geen woorden van oordeel maar van overgave.
Gebed wordt de ladder waarop mijn ziel terugkeert naar
de Bron van wijsheid en recht.

Wanneer ik bid vraag ik niet alleen voor mijzelf. Mijn hart opent zich voor de ander. Daarin, zegt de Chofetz Chaim, ontwaakt de barmhartigheid van Hasjeem. Want wie bidt voor zijn naaste ontsteekt een vlam van mededogen in de hemel én op aarde.

Mijn toewijding aan tzedaka, mijn geven met een rechtvaardig hart — wordt verdiept, opgetild, wanneer het gedragen wordt door de zachte kracht van mijn gebed.

Zo vloeien misjpat en tzedaka niet slechts uit mijn hand, maar uit mijn ziel die zich hecht aan de Eeuwige in mijn woord, in stil verlangen, in heilige bedoeling.

Tahara en kedoesja in het gebed

Gebed is meer dan woorden. Het is een naderen. Een stille tocht van mijn ziel naar de Heilige.

Daarom vraagt mijn gebed om tahara, innerlijke reinheid, en om kedoesja, de glans van het Heilige.

Het is bidden met oprechtheid, met nederigheid, elke ademtocht is een offer voor de Aanwezige. Het is spreken in waarheid eerlijk en klein als een kind voor zijn vader.

Het is het hart voorbereiden als een altaar, de geest richten als een vlam omhoog. Afgewend van afleiding, gekeerd naar het Licht.

De Zohar (II, 263a) zegt me:
“Een zuiver hart is de sleutel die het gebed tilt tot voor het aangezicht van Hasjeem.”

Zo wordt mijn gebed geen plicht maar een pelgrimstocht, van zuiverheid naar verbinding, van stilte naar glorie, van mens tot de Heilige. Gezegend zij Hij.

Gebed: vervanging voor de offers

Toen het vuur op het altaar doofde en de muren van de Beit HaMikdash vielen, bleef de mens achter met lege handen. Maar niet met een leeg hart.

De profeet Hosea (14:3) sprak:
“Wij zullen met de woorden van onze lippen
brengen wat eens de stieren waren.”

Mijn woorden zijn offers. Zinnen als wierook.
Gebed werd de nieuwe tempel, het hart het heiligdom,
de mond het altaar.

Zo leerde me de Eeuwige dat
ook zonder stenen de weg naar Hem open blijft
voor Jood en Ben Noach, voor allen die verlangen om dichterbij te komen.

Geen bloed, maar tranen.
Geen vuur, maar vlammen van verlangen.
Geen dier, maar mijn levende woord
dat opstijgt uit een zuiver hart.

Mijn gebed vervult wat het offer ooit deed:
het tilt mijn ziel omhoog. Het opent de hemel.
Het verbindt het stof met het heilige.

Spontaan en gestructureerd gebed

Ik ben een Ben Noach. Ik ben
niet gebonden aan vaste woorden,
Ik word genodigd om te spreken vanuit mijn hart.

Mijn gebed is geen opgedragen rite.
Mijn gebed is een levende stroom,
opkomend uit de diepte van mijn ziel.

Avraham Avinoe, de vader van allen die zoeken, staat voor mij als voorbeeld.
Hij trad naar voren voor de Heilige. Niet met een boek,
maar met open hart smeekte hij spontaan om genade
(Beresjiet/Genesis 18:23).

De Rambam leert me (Mishneh Torah, Gebed 1:1):
oorspronkelijk kende gebed geen vaste vorm.
Het was de intieme stem van elk mens tot zijn Schepper —
een gesprek, een roep, een stilte vol verwachting.

Zo bid ik ook:
soms in vaste woorden, soms in fluistertaal, soms in stilte.
Want mijn hart spreekt,
en de Heilige hoort.
Altijd.

De kracht van dankbaarheid in het gebed

Er is een geheim in de ziel die zich opent met één woord:

Dank.

De Talmoed (Berachot 54b) leert:

“Een mens moet Hasjeem zegenen voor het goede én voor het moeilijke.”

Dankbaarheid is geen reactie.

Het is een houding van het hart.

Een keuze om te zien dat zelfs in het duister zijn licht verborgen schijnt.

In mijn gebed trekt dankbaarheid mijn ziel op,

wierook die opstijgt naar de Hemel.

Het maakt mijn hart lichter. Mijn ziel is transparanter,

open voor de nabijheid van Hasjeem.

Soms is er niets anders nodig dan deze eenvoudige woorden:

“Toda, Hasjeem.”

Dank U.

Een fluistering, een glimlach, een traan. En daarin devekoet,

de zachte, heilige hechting van mijn ziel aan mijn Schepper.

Wandelen in gebed voor het aangezicht van Hasjeem

Gebed is meer dan vragen.

Het is een pad, een zachte, innerlijke tocht

waar mijn ziel wordt gevormd, mijn hart wordt gezuiverd,

en de wereld een beetje lichter wordt.

Wanneer ik bid

in de geest van het sjema,

van tikkoen, misjpat en tzedaka, van tahara en kedoesja,

wordt mijn hele bestaan tot een levend gebed.

Niet alleen wat ik zeg maar wie ik ben wordt een lofzang voor de Heilige.

De profeet Micha (6:8) vat dit pad samen in heilige eenvoud:

“Hij heeft jou bekend gemaakt, mens, wat goed is.

En wat verlangt Hasjeem van jou?

Alleen dit: recht doen, liefde voor goedheid,

en nederig wandelen met je G-d.”

Moge mijn gebeden mij steeds dichterblijven

bij de Heilige, gezegend is Hij —

niet alleen in woord, maar in

leven.