



Wochenblatt der Jüdischen Gemeinde Mannheim

Schabbat in Mannheim beginnt am Freitag um 21:14 Uhr und endet am Samstag um 22:39 Uhr

שְׁלַח



Zwölf Kundschafter

4. Mose 13:1 – 15:41 (Schma Kolenu – S. 770)

Moses schickt zwölf Kundschafter ins Land Kanaan. Sie kommen nach vierzig Tagen zurück und bringen eine Rebe mit einer riesigen Weintraube, Granatäpfel und Feigen mit. Sie berichten, das Land sei üppig und fruchtbar. Aber zehn der Spione warnen das Volk, dass die Einwohner Riesen und Kämpfer seien, »stärker als wir«. Nur Kaleb und Josua bestehen darauf, dass sie das Land erobern können, so wie G-tt es befohlen hat.

Das Volk weint vor Angst und möchte lieber nach Ägypten zurückkehren.

Daraufhin bestimmt G-tt, dass Israels Wanderung in der Wüste vierzig Jahre dauern wird. Während dieser Zeit wird die undankbare Generation aussterben. Eine Gruppe Juden, die ihren Unglauben bereut, estürmt den Berg an der Landesgrenze und wird von den Amalekitern und Kanaanitern vernichtend geschlagen.



Die *Menachot*-Gesetze (Mehl-, Wein-, und Öl-Opfer) werden behandelt sowie die Mizwa, einen Teil des Challa-Teiges bei der Brotherstellung G-tt zu weihen.

Ein Mann verletzt die Gesetze des Schabbats, indem er Holz sammelt und wird mit dem Tod bestraft. G-tt weist die Juden an, *Zizit* (Schaufäden) an viereckigen Kleidungsstücken anzubringen, die uns daran erinnern sollen, die *Mizwot* zu erfüllen.

Haftara

Rahabs Versteck

Jos. 2:1–24 (Schma Kolenu – S. 782)

Josua schickt zwei Spione nach Jericho, wo sie in einer Herberge innerhalb der Stadtmauern übernachten, die von einer Frau namens Rahab betrieben wird. Ihre Anwesenheit wird vom König schnell entdeckt, der nach Rahab schickt und sie auffordert, ihre Gäste zu verraten. Rahab erwidert, ihre Gäste hätten die Stadt bereits verlassen, obwohl sie sie in Wirklichkeit auf ihrem Dach versteckt hatte.

Und sie sagt zu den Männern: »...Ich weiß, dass der Herr euch das Land gegeben hat und dass uns Furcht vor euch befallen hat und alle Bewohner des Landes aus Angst vor euch vergehen. Denn wir haben gehört, wie der Herr das Wasser des Schilfmeers eurentwegen austrocknen ließ, als ihr aus Ägypten ausgezogen seid. Wir haben auch gehört, was ihr mit Sihon und Og, den beiden Königen der Amoriter jenseits des Jordan, gemacht habt: Ihr habt sie dem Untergang geweiht«. Auf Rahabs Bitte hin versichern ihr die beiden Spione, dass ihr und ihrer Familie bei der Eroberung Jerichos nichts geschehen würde – vorausgesetzt, sie knüpfe einen scharlachroten Faden und hänge ihn an ihr Fenster.

Dies soll ein Symbol dafür sein, dass dieses Haus ein sicherer Rückzugsort ist. Rahab verhilft den Männern mit einem Seil, das sie von ihrem Fenster herunterließ, zur Flucht und erklärt ihnen, wie sie sich vor möglichen Verfolgern verstecken können. Die Spione entkommen sicher und kehren zu Josua zurück, um ihm Bericht zu erstatten.

WUSSTEN SIE?

Der Holzsammler

 **Verbrechen:** In unserer Parascha kommt ein Holzsammler vor. Er entweichte den Schabbat, indem er an dem heiligen Tag Holz sammelte.

 **Erstes Mal:** Moses wusste in diesem Fall nicht, wie er verfahren sollte, weil es das erste Mal war, dass jemand Schabbat in der Öffentlichkeit entweicht hat. Er musste G-tt direkt fragen.

 **Was?** Was ist das Problem, am Schabbat Holz zu sammeln? Manche meinen, der Holzsammler habe die Hölzer um vier Ellen in den öffentlichen Bereich versetzt und dabei den Vorgang der Überführung von einem Bereich in den anderen vollzogen. Einige sagen, der Sammler rupfte die Hölzer aus der Erde, was am Schabbat verboten ist. Holz anzuhäufen ist ebenso am Schabbat verboten – vielleicht war das das Verbrechen des Holzsammlers.

 **Wer?** Der Holzsammler wird in der Tora namentlich nicht erwähnt. Raschi meinte aber, der Holzsammler sei Zellofhad, der Vater, der vier Töchter hatte, aber keine Söhne, und dessen Töchter ihn nach seinem Tod beerben durften (s. 4. Mose 36:5–12).

 **Strafe:** G-tt befahl Moses, den Mann zum Tode zu verurteilen. Er wurde außerhalb des Lagers von der ganzen Gemeinde gesteinigt.



Sag mal, Rabbi...

Rabbiner Jaron Engelmayr

Eine Frage der Ansicht

Das hebräische Wort für Kundschafter, das im Zusammenhang mit der Geschichte der Kundschafter in unserem Wochenabschnitt elf Mal auftaucht, heißt *Tajar*, abgeleitet vom Verb *Latur*, und ist einzigartig, weil es an keiner Stelle sonst im Tanach vorkommt. Anders als das Wort *Meraglim*, »Spione«, steht es nicht für eine punktuelle Informationsbeschaffung, sondern für eine breite Erforschung und Erfassung einer Gesamtsituation. Nur noch ein einziges weiteres, ein zwölftes (wie die Zahl der Kundschafter!), Mal taucht es in den Schriften auf – ausgerechnet ebenfalls in unserem Wochenabschnitt, jedoch in völlig anderem Kontext: »Und die Schaufäden seien euch zu Zizit, dass wenn ihr es anseht, ihr euch erinnert an alle Gebote des Ewigen und sie erfüllt, und ihr nicht umherspäht (*Welo Taturu*) nach eurem Herzen und nach euren Augen, euren sündigen Gelüsten folgend« (15:39). Die Tora sagt nicht, infolge der Begebenheit mit den Kundschaftern, dass jegliches Kundschaften zu unterlassen sei, sondern bloß, wie es unternommen werden soll und wie nicht. Das Vergehen der Kundschafter lag hierin: Sie folgten ihrem Herzen, ihren Gelüsten, und dementsprechend sahen sie mit ihren Augen. Davor sollen die Zizit, die Schaufäden am Gewand, bewahren. Doch wie? Was ist damit gemeint, die Schaufäden zu Zizit werden zu lassen?

Raschi (1040–1105) und Raschbam (1085–1174) sehen die Wurzel des Wortes Zizit im Verb *Lehaziz* (»Schauen«). Das heißt, die Fäden sollen zu einer besonderen Sichtweise führen. Besonders betont wird im Satz das Schauen und Betrachten des himmelblauen Fadens, deshalb Singular: »Wenn ihr es/ihn ansieht« – den zuvor genannten himmelblauen (*Techelet*)-Faden. Dieser soll eine andere Sichtweise vermitteln, eine, die über das persönliche Sichtfeld und die individuellen Gelüste des Herzens weit hinausgeht und den Betrachter in die Tiefen des Himmels und die Weiten des Seins entführen soll. Von diesem Blick aus betrachtet, sieht die Realität mit ihren Herausforderungen völlig anders aus; *Techelet* wird zu *Tachlit* (»Tachles«, »Essenz«) – zielführend. Entscheidungen stehen in einem anderen Kontext und werden dann hoffentlich überlegt und perspektivisch weitblickend gefällt werden – um ihrer himmlischen Bedeutung gerecht zu werden.

Einen solchen Blick finden wir im emotionalen Ausruf Josuas und Kaleb, den beiden Kundschaftern, die das Volk überzeugen wollten, trotz der schlechten Kunde der anderen zehn Kundschafter ins Land einzuziehen: »Das Land ist sehr, sehr gut!« (14:7). Der Ausdruck »sehr, sehr gut« ist in der ganzen Tora einzigartig und hört sich auch außerordentlich an. Er entspricht der Steigerung von »gut« und »sehr gut«, also eigentlich »am besten«. Wie außergewöhnlich dieser Ausdruck ist, können wir daran erkennen, dass in der gesamten Schöpfungsgeschichte stets beschrieben wird, dass der Schöpfer das Erschaffene in verschiedenen Entwicklungsstufen sieht und feststellt, dass es »gut« ist. Erst am Ende der Schöpfung, als auch der Mensch als Krönung und Abschluss erschaffen war, sieht G-tt alles, und es war »sehr gut« (1. Mose 1:31). Nur dieses eine Mal in der gesamten Tora wird das Adjektiv übertrumpft und mit der Beschreibung »sehr, sehr gut« versehen, nämlich hier in Bezug auf das Land Israel. Was ist derart gut daran, besser als alles andere der Schöpfung?

Der Midrasch sieht darin das Gute zweier Welten angedeutet, denn in Israel fließen die materiellen Güter und spiritueller Reichtum der Heiligkeit zusammen. Der Neziw, Rabbi Naphtali Zwi Jehuda Berlin (1816–1893), hat einen weiteren, psychologisch höchst interessanten Ansatz: Für jegliches Gut, das einem zum steten Begleiter wird, stumpft das Gefühl der »Begütigung«, also der Freude daran, durch die Gewohnheit und Routine ab. Es ergibt sich daraus keine aufregende Erfahrung mehr, weil es stets vorhanden ist.

Wie schnell ist es bloße Gewohnheit und Selbstverständlichkeit, dass Luft zum Atmen, Nahrung, Wohnung, Kleidung und gewisse Grundelemente der Lebensqualität zur Verfügung stehen oder dass der Körper funktioniert und gesund ist. Erst, wenn diese Güter fehlen, wird verständlich, wie sehr sie das Leben lebenswert machen und wie wenig selbstverständlich sie sind. Diese Erfahrung machen normalerweise vor allem diejenigen, denen diese Selbstverständlichkeiten entzogen wurde – wie beispielsweise Schoa-Überlebende oder die Geiseln der Hamas, die nach ihrer Befreiung genau davon berichteten.

Das Gut des Landes Israel ist jedoch anders: Die Erfahrung, es zu erhalten, erneuert sich immer wieder und bleibt deshalb stets aufregend. Dies hängt damit zusammen, dass dieses Land der direkten Beobachtung und Aufsicht G-ttes unterstellt ist. Von Ihm kommt das Gute, oder im Umkehrschluss auch Bestrafung, als direkte Reaktion auf die Verhaltensweise der Bewohner (s. 3. Mose 18:24–30; 20:22–24 und 5. Mose 11:10–17).

Laut dem Neziw war es das, was die Kundschafter und das Volk veranlasste, nicht ins Land Israel ziehen zu wollen, denn sie wollten nicht in steter direkter Abhängigkeit von G-tt leben. Dabei erkannten sie nicht, dass genau dies der ultimativen Güte des Landes entspricht, denn »das Land ist sehr, sehr gut«.

(Den ganzen Artikel finden Sie auf [der Webseite der Jüdischen Allgemeine](#))



Sandmalerei zur Musik von Gershwin

Filmmusik, Jazz-Standards, Broadway-Klassiker
und ein unvergessliches Erlebnis durch schnell
wechselnde Sandbilder

Sonntag, 14.06.2026, 17 Uhr

Jüdische Gemeinde Mannheim (F3)
Eintritt: 10€ (erm. 8€, Kinder: 5€)



Vortrag

Der andere Krieg

Wie das Völkerrecht gegen Israel
missbraucht wird

Am 7. Oktober 2023 begann ein umfassender Krieg gegen Israel, der keineswegs nur mit militärischen Mitteln geführt wird, sondern auch ein Kampf um die internationale öffentliche Meinung ist. Immer wieder wird dabei auf Völkerrecht zurückgegriffen, um Israel als Paria-Staat zu brandmarken und ihm schwere Verbrechen vorzuwerfen. Mit dem tatsächlichen Völkerrecht hat das oft wenig zu tun.

In seinem Vortrag erklärt **Florian Markl**, was Besatzung und Verhältnismäßigkeit der Kriegsführung bedeuten und was nicht, was das Völkerrecht über die Tötung von Zivilisten im Krieg sagt, welche Manipulationen Hamas, UNO und internationale Presse bei den Opferzahlen des Gaza-Krieges vorgenommen oder übernommen haben, auf welcher Grundlage die von einigen Staaten angestregten Völkermordklagen gegen Israel stehen und vieles mehr.

Dienstag, 16.06.2026, 19 Uhr
Jüdische Gemeinde Mannheim (F3)

In Zusammenarbeit mit der
Deutsch-Israelischen Gesellschaft Rhein-Neckar



Koscher einkaufen!



So., 14.6., 14–16 Uhr ♦ Di., 16.6., 17–19 Uhr

Eingang in F3, 2 (bei Makkabi klingeln)



Jüdisches Mannheim

Gustav Cahen

Der deutsch-jüdische Arzt und Wissenschaftler **Gustav Cahen** wurde 1871 in Saarlouis geboren. Er besuchte das Gymnasium in Metz und studierte Medizin in Würzburg, wo er vor allem bei **Prof. Wilhelm Conrad Röntgen** (1845–1923) hörte, in Berlin und in Heidelberg, wo er Mitbegründer der jüdischen Verbindung *Badenia* (später *Bavaria*) war. 1896 legte er das medizinische Staatsexamen in Heidelberg ab und promovierte an der medizinischen Fakultät der Universität Würzburg.

Nach einer Assistentenzeit in Heidelberg und Köln siedelte Cahen 1899 nach Mannheim über, wo er mit **Dr. Martin Friedrich »Fritz« Fulda** (1870–1931) die orthopädische Heilanstalt in M7, 23 übernahm. Die Anstalt genoss großes Ansehen und wurde aufgrund der steigenden Zahl der Unfallverletzten mehrfach erweitert. Im selben Jahr heiratete Cahen **Alice Reis** (1875–1959). Sie hatten zwei Töchter, **Gerda Adelheid Cahen** (1899–1997) und **Anny Cahen** (1902–1992).

Im Ersten Weltkrieg war Cahen als Stabsarzt in Ludwigshafen und später in Germersheim eingesetzt. Dort war der Schutz gegen Röntgenbestrahlungen so unzureichend, dass er sich schwere Verbrennungen an beiden Händen zuzog und an einer Hand drei und an der anderen Hand zwei Finger verlor.

Da er seinen ärztlichen Beruf nicht mehr ausüben konnte, wurde Cahen 1919 zum geschäftsführenden Arzt der Gesellschaft der Ärzte in Mannheim gewählt. In dieser Funktion war er mit vier weiteren Medizinern Mitglied des Vertrags- und Zulassungsausschusses in Karlsruhe, wo er die Sache seiner Standeskollegen mit großem Einsatz führte und das Kriegsbeil zwischen Krankenkassen und Ärzten begrub.

1931, zu seinem 60. Geburtstag, schrieb die Neue Mannheimer Zeitung über ihn: *»Erfüllt von wahrer Leidenschaft um die Mission des Arztes in der Volksgesundheitspflege hat Dr. Cahen in diesem letzten Jahrzehnt Großes geleistet und geschaffen für den badischen Ärztestand. Mit hervorragendem Geschick leitet er die Verhandlungen zwischen Ärzten und den Exponenten der Sozialversicherung und ist ein treuer Sachwalter ärztlicher sozialer Einrichtungen, so der Versorgungskasse für badische Ärzte bei deren Gründung er in vorderster Linie beteiligt war«.*

1920–1935 gehörte Cahen der Gemeindevertretung der Jüdischen Gemeinde Mannheim an.

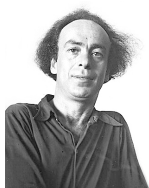
1933 wurde Cahen entlassen. 1935 zog er mit seiner Frau zur Tochter Gerda in Hamburg. 1940 floh Gerda mit ihrer Familie nach Amerika, ihren Eltern gelang 1941 die Flucht und sie zogen zu ihr nach New York. Gustav Cahen starb 1956 in Amerika, kurz vor seinem 85. Geburtstag.

(Aus: [Geschichte der Juden in Mannheim](#))

“ Zitate

Verliebtheit

»Wer verliebt ist, hat keine Uhr, er hat einen Kalender. Und eine Woche des Wartens gleicht einer halben Ewigkeit«.



*Avraham Shlonsky
(1900–1973),
israelischer Schriftsteller,
Theaterautor und Dichter*

Objektivität

»Hätte Algerien eine UN-Resolution eingebracht, die besagt, dass die Erde flach sei und Israel sie flachgedrückt habe, wäre diese mit 164 Ja-Stimmen, 13 Nein-Stimmen und 26 Enthaltungen angenommen worden«.

*Abba Eban (1915–2002),
israelischer Staatsmann,
Politiker und Autor*

Kompromiss

»Ich mache Kompromisse und Kompromisse und Kompromisse, bis ich das erreiche, was ich will«.



*Levi Eschkol (1895–1969)
israelischer Politiker
und der dritte
Ministerpräsident*



Tradition auf dem Teller: Gesundes Rezept zum Schabbat

Mujaddara: Pilaf aus Linsen und braunem Reis mit gebräunten Zwiebeln

Esther Lewit teilt ein Rezept mit uns

Vom 18.–20. Juni veranstalten die Begegnungsstätte Westliche Unterstadt e. V., das Quartiermanagement Unterstadt sowie das Jugend- und Gesundheitsamt Mannheim gemeinsam die Aktionstage **UNTERstadt wird OBERfit**. Auch die Schabbes News beteiligen sich sehr gerne mit gesunden Rezepten an der Aktion. Weitere Informationen zu den Programmpunkten und Veranstaltungen an den drei Aktionstagen finden sich [hier](#).



Mujaddara ist ein jahrhundertealtes, traditionelles Gericht der nahöstlichen Küche und der mizrachischen Juden. Der Pilaf aus Reis und Linsen ist nahrhaft und eine gute Proteinquelle, und dank der Verwendung von Vollkornreis reich an Ballaststoffen. Einigen Überlieferungen zufolge ist Mujaddara der »rote, rote Eintopf«, der im 1. Mose 25:30 den hungrigen Esau dazu verleitete, im Tausch gegen einen Teller davon sein Erstgeburtsrecht zu verkaufen, auch wenn Uneinigkeit darüber herrscht, ob es sich bei Esaus Linseneintopf tatsächlich um Mujaddara handelte oder um ein anderes der in der Region seit der Antike beliebten Linsengerichte. Unstrittig ist aber, dass Rezepte dieser Art seit der Jungsteinzeit, als Linsen zu den ersten Anbaupflanzen gehörten, einen wesentlichen Bestandteil der levantinischen Kultur darstellten.

Variationen von Mujaddara finden sich in den Küchen verschiedener Länder. Manche verwenden die in der Bibel erwähnten roten Linsen, andere braune Linsen. In manchen Varianten werden die Linsen püriert, in anderen bleiben sie ganz, so wie hier. Unterschiedliches Getreide, von Reis bis Bulgur, kann mit den Linsen zusammen gekocht werden, und man kann das Gericht warm oder bei Zimmertemperatur genießen. Unabdingbar für dieses nur scheinbar schlichte Rezept ist es, die Zwiebeln richtig anzubraten. Die Zwiebelringe werden so lange in Öl angebraten, bis sie karamellisieren und an den Rändern gerade anfangen, schwarz zu werden. Dies sorgt für einen wunderbaren Geschmackskontrast zur natürlichen Süße der karamellisierten Teile der Zwiebeln. (Aus: [My Jewish Learning](#))

Zutaten

2,5 l Wasser ♦ $\frac{3}{4}$ TL Salz ♦
60 ml Öl ♦ 2 EL Öl separat
♦ 250 g brauner Vollkornreis
♦ 100 g braune Linsen ♦ 2
große Zwiebeln, in dünne
Ringe geschnitten ♦ Paprika-
pulver nach Geschmack

Zubereitung

Wasser, Salz und 2 EL Öl in einem Topf bei mittlerer Hitze aufkochen. Den braunen Reis und die Linsen hinzufügen und aufkochen, dann den Deckel auflegen und die Hitze reduzieren. Auf niedriger Stufe ca. 45 Minuten köcheln lassen, bis Reis und Linsen gar sind. Während Reis und Linsen garen, die Zwiebeln zubereiten: 60 ml Öl auf mittlerer Stufe in einer Pfanne erhitzen. Sobald das Öl heiß ist, die Zwiebelringe hinzufügen und ca. 20 Minuten lang dunkelbraun anbraten, dabei gelegentlich umrühren. Nach dem Anbraten die Zwiebeln nach Belieben mit Paprikapulver bestreuen.

Mujaddara mit den gebräunten Zwiebeln bestreuen und zu Joghurt, Gurkenscheiben und israelischem Salat servieren. *Bete'awon! Guten Appetit!*



Rezept aus vorigen Ausgaben? [Sie finden alle hier](#)

