



DE 3 UGER

Hvad er de 3 uger?

Højtideligholdelse:

Der findes mange skikke og fejring, der overholdes for hele perioden af de 3 uger (indtil middag den 10. i den hebraiske måned Av, eller hvis datoen falder på en fredag - om morgenen den dag). Vi bliver ikke klippet, vi køber ikke nyt tøj eller lytter til musik. Ingen bryllupsfester.

Den 17. Tammuz:

Den 17. Tammuz er en fastedag, på hvilken vi afstår fra at spise eller drikke fra morgen til aften. Fasten minder os om 5 tragiske begivenheder, der fandt sted på denne dag, Moses knuste Lovens Tavler og nedbrydningen af Jerusalems mure.

De 9 dage:

De sidste 9 dage af de 3 uger er et tidsrum, hvor der sørges inderligt. Perioden begynder den 1. Av, og vi afstår fra at spise kød og drikke vin foruden at tage nyvasket tøj på.

Den 9. Av:

Den 9. Av er en strengere fastedag end den 17. Tammuz. Den indledes ved solnedgang dagen i forvejen, når vi samles i synagogen for at læse Klagesangene. Foruden at faste, afstår vi fra flg. fornøjelser: at vaske os, at bruge lotion eller creme, at gå med lædersko samt ægteskabeligt samkvem. Indtil middag sidder vi på gulvet eller på lave stole.

Det indre budskab:

Der er andet og mere ved de 3 uger end faste og klagesange. Vore vise lærer os, at de, der sørger over Jerusalems ødelæggelse, vil opnå at se byen genopbygget, når Moshiah kommer, og da vil der være dage fulde af lykke og glæde.

De 3 uger - hvad og hvorfor?

I 830 år sås på en klippetop i Jerusalem en bygning, der tjente som kontakt mellem himmel og jord. Så central var bygningen i forholdet mellem mennesker og G-d, at næsten to-tredjedele af alle mitzvot er afhængig af denne bygnings eksistens. Dens ødelæggelse anses for at være den største tragedie i historien, og dens genopbygning vil markere den ultimative udfrielse - en genopretning af harmoni mellem G-ds skaberværk og G-d og hans skabninger.



Hele 3 uger af året - med de 3 ugers begrænsninger mellem den 17. Tammuz og den 9. Av - er udpeget til at være et tidspunkt, hvor vi sørger over Det hellige Tempels ødelæggelse og den deraf afledte galut - den fysiske diaspora og den åndelige tvangsforflyttelse, i hvilken vi befinder os.

I den omtalte periode er det jødiske folk i generationer blevet ramt af mange og store ulykker. Det var i løbet af denne periode, at både det første og det andet Tempel blev ødelagt.

Handlemåder i løbet af de 3 uger:

I løbet af denne periode formindsker vi udbrud af spontan glæde. Vi gør ikke:

- Vi afholder ikke bryllupper (Forlovelsesfester - uden musik - er tilladte indtil Rosh Chodesh Av.)
- Vi spiller ikke på musikinstrumenter eller lytter til musik.
- Vi fremsiger ikke Shehecheyanu velsignelsen. Af den grund tager vi ikke nyt tøj på eller spiser frugt, som vi endnu ikke har spist i denne sæson, for at vi ikke skal være forpligtede til at fremsige Shehecheyanu.

- Vi bliver ikke klippet eller barberet. Mange Sefardiske menigheder tillader klipning og barbering indtil ugen med Tisha b'Av (med andre ord indtil lørdag aften før fasten)

Shabbat:

Alle regler vedr. at sørge suspenderes på Shabbat. Denne lov inkluderer selv den 17. Tammuz og den 9. Av - når de falder på en Shabbat, udskydes fasten til søndag, mens Shabbat bliver festligt fejret. Rebbe har ved flere anledninger slået fast, at vi på en sådan Shabbat skal forøge vor glæde og tilføje en ekstra ret til vort måltid for at betone, at vi IKKE er i en tilstand af sorg.

På den første Shabbat i de 3 uger (eller på selve den 17. Tammuz, hvis den falder på Shabbat) hører vi næsten altid Torah læsningen om Pinchas. Til slut i læsningen debatteres de 3 jødiske fester. Blandt Chassidim er det længe blevet sagt, at det hentyder til, at de 3 x Shabbat i de 3 uger skal fejres ligestillet med de 3 fester.

Hvorfor udsættes klager og sorg på Shabbat?

Selv om disse dage og uger indvarslede et exil fyldt med forfølgelse og åndelig



fremmedgjorthed, så tror vi, at det til sidst vil være for det bedste. Meget snart, når Moshiach kommer, vil vi forstå, at alle lidelser var nødvendige for at kunne opnå det højeste gode. På den tid forudsagde profeterne, at de sorgfulde dage ville blive til dage fulde af glæde (se Jerusalems ødelæggelse for mere om dette emne).

Hver Shabbat giver os en forsmag på den Messianske æra. Derfor fokuserer vi til Shabbat kun på det positive element i denne periode.

Bortset fra de allerede omtalte tekniske regler og restriktioner, bruger vi i denne periode ekstra tid på at overveje den langt fra ideelle tilstand, i hvilken verden befinder sig nu, og hvad vi kan gøre for at forbedre den gennem et øget fokus på gode gerninger og venlighed.

Rebben tilskyndede, at de 3 uger skulle dedikeres til et øget studie af Torah og til at give almisser - i tråd med verset "Zion skal blive udfriet ved lov, og hendes hjemvendte ved almisser". Rebben betonedes igen og igen at studere de dele af Torah, der beskæftiger sig med konstruktionen af Det hellige Tempel.

Hvorfor disse love? Rebben baserede sin anmodning på en dialog, der citeres i Midrash; den fremkom, efter at G-d havde talt til profeten Ezekiel, at han skulle instruere jøderne, der stadig levede i exil, om Det tredje Tempels størrelse og udformning.

"Verdens Herre," svarede Ezekiel, "hvorfor beder du mig om at gå til Israel og fortælle dem om bygningen af dit hus; de lever i exil i vore fjenders land - er der noget, de kan gøre for at ændre det? Lad dem være i fred, indtil de vender tilbage fra exilet. Så vil jeg gå og tale til dem".

G-d svarede: "Skulle bygningen af mit hus ligge stille, fordi mine børn er i exil? Studiet af Det hellige Tempels opbygning, som det er beskrevet i Torah, kan sammenlignes med dets egentlige fysiske bygning. Gå og sig til dem, at de skal studere Tempels form. Som en belønning for deres studier og deres arbejde med det, vil jeg belønne det, som at de faktisk byggede Templet.

Det er især vores generation, der står på tærsklen til udfrielse, der skal studere disse love med vor fulde opmærksomhed rettet mod, at det vil være praktisk at kende disse love i den nærmeste fremtid.



Fra ødelæggelse til fornyelse

Der er andet og mere i de 3 uger end faste og klage. Profeten beskriver fasten som "dage af god vilje før G-ds dage af mulighed for at udforske fortidens fejlslagne forsøg på et fornyet og endnu dybere bånd med G-d". En følelse af at være rensat følger ofte efter faste, et løfte om udfrielse gennemstrømmer klagerne, og en strøm af fryd ligger lige under bedrøvelsen. Vore vise lærer os, at den 9. Av ikke blot er dagen for Templets ødelæggelse, det er også Moshiachs fødselsdag.

Må vi snart opnå opfyldelse af profetien: "Jeg vil vende deres klage til glæde, jeg vil trøste dem og få dem til at juble i deres sorg" (Jeremias kap. 31, vers 12)

Den 17. Tammuz: historie, love og skikke:

- 1. Moses knuste tavlerne, da han så, at det jødiske folk tilbad Guldkalven.
- 2. Under den babyloniske belejring af Jerusalem blev jøderne tvunget til at ophøre med at bringe de daglige ofre grundet mangel på får.
- 3. Apostomos brændte den hellige Torah.

- 4. Et afgudsbillede blev placeret i det hellige Tempel.
- 5. I år 69 e.v.t. blev Jerusalems mure brudt ned af romerne efter en langvarig belejring. 3 uger senere, efter at byen tappert havde kæmpet mod Titus hær for sin overlevelse, ødelagde romerne det andet Hellige Tempel på den 9. Av. I Jerusalem Talmud fastholdes det, at det også var denne dag, at babylonierne brød Jerusalems mure, da de ødelagde det første Hellige Tempel.

Lad os anlægge en praktisk vinkel:

Vore vise forklarer: "For hver generation, i hvilken Templet ikke genopbygges, skal det være for dem, som var Templet blevet ødelagt i deres egen tid". Faste er ikke blot en trist, men også en belejlig dag. Det er dagen, hvor vi får kræfter til at genoprette det ødelagte, så vort lange exil kan ophøre, og vi vil opleve, at vi lever i messianske tider; må det snart ske!



De 9 dages love og regler.

De første ni dage af måneden Av og også morgenen af den tiende er dage med alvorlig og dyb sorg over ødelæggelsen af det første og det andet hellige Tempel.

I disse dage må vi ikke:

- Spise kød (incl. kylling) eller drikke vin, for i løbet af denne periode ophørte slag- og drikofrene i Det hellige Tempel. Undtagelserne til denne regel er kød og vin, der indtages på Shabbat eller er del af et måltid til fejring af en mitzvah, så som en Brit Milah, en Bar Mitzvah eller afslutningen af en Talmud traktat.
- Vaske tøj (undtagen babytøj) - også selv om det ikke bliver brugt i løbet af de 9 dage - eller tage nyvasket overtøj på. De, der ønsker at skifte tøj hver dag, kan forberede et antal stykker undertøj og kortvarigt tage dem på før de 9 dage indledes. Dermed er det tilladt at bære "ikke - nyvasket" undertøj i de 9 dage.
- Svømme eller bade for fornøjelses skyld.
- Ændre eller bygge til i sit hjem.
- Plante træer til brug for skygge eller vellugt i modsætning til frugttræer.
- Købe, sy, væve eller strikke nyt tøj - heller ikke, selvom det først skal anvendes efter de 9 dage.

- Raske voksne fra bar/bat mitzvah alderen og ældre afstår fra at spise og drikke mellem morgengry og aftenslumring. Gravide og ammende kvinder behøver ikke at faste. Er man syg, bør man konsultere en rabbi. Selv de, som er fritaget for faste, såsom syge og børn bør ikke svælge i lækkerier og godter.
- Det er tilladt at vågne tidligt for at spise, før fasten begynder, forudsat at man havde til hensigt at gøre således, før man gik til ro.
- Under morgenbønnen reciterer vi selichot (bodefærdige bønner) de er trykt bag i bønnebogen. Den lange "Avinu Malkeinu" reciteres under morgen- og aftenbønnen.
- Torah læses under morgen- og aftenbønnerne. Læsningen er den samme til morgen og eftermiddag (2. Mosebog 32, 11 - 14 og 34, 1 - 10) hvor følgerne af Guldkalven diskuteres, og hvorledes Moses gik i forbøn på vegne af israelitterne og opnåede tilgivelse for deres synd. Eftermiddagens læsning af Torah er den særlige fastedags haftarah (Esajas 55, 6 - 56, 8)
- Under bønnen Amidah ved eftermiddagens Minchah tilføjer de fastende afsnittet Aneinu i Shema Koleinu velsignelsen. Den tilføjes også i kantorens gentagelse af Amidah under både morgen- og eftermiddags-tjenesten, som en egen velsignelse mellem Re'eh og Refa'einu. Her tilføjes den præstelige velsignelse ved gentagelsen af Amidah om eftermiddagen.
- Hvis den 17. Tammuz falder på en Shabbat, forskydes fasten til søndag.
- At afstå fra mad og drikke er det ydre element af fastedagen. På et dybere plan er fastedagen en gunstig dag, en dag hvor G-d er tilgængelig, ventende på at vi skal angre.

Undtagelser til denne regel:

A Hvis du går glip af et stort udsalg, eller varen ikke kan skaffes senere.

B Foranlediget af en mitzvah som f. eks. at købe tøj til en brud og brudgom.

C Klippe sine negle i den uge, hvor fasten på Tisha B'Av falder, begyndende lørdag aften før fasten indtil afslutningen af de 9 dage.

Det er skik blandt sefardiske jøder kun at overholde de strenge regler for badning i ugen med Tisha B'Av.

Nogle flere helligholdelser:

- Indvielsen af månen er udsat til efter Tisha B'Av.
- Der er ingen lov, der forbyder at rejse i løbet af de 9 dage; dog er det alligevel almindeligt at afstå fra at rejse eller at engagere sig i vovelig

aktivitet, med mindre det er absolut påkrævet.

- Man må blive forlovet med henblik på at blive gift, men der bør ikke afholdes festligheder før efter Tisha B'Av.

Shabbat Chazon

Den Shabbat, der følger umiddelbart efter den 9. Av, hedder Shabbat Chazon - "Åbenbarings Shabbat". Læsningen på denne Shabbat fra profeterne begynder med ordene Chazon Yeshayahu, "Esajas' syn", der omhandler ødelæggelsen af Det hellige Tempel. Den berømte chassidiske mester Rabbi Levi Yitzchak af Berditchev sagde på denne særlige Shabbat, at enhver jødisk sjæl får et syn af det tredje hellige Tempel. Formålet med dette syn er at vække en længsel i hver eneste jøde efter at se det bygningsværk, som G-d vil bygge, og at udføre så mange mitzvot som muligt for at virkeliggøre drømmen. Selv om synet ikke fysisk opfattes med øjnene, så oplever sjælen det helt sikkert, og det vil påvirke personen på det underbevidste plan.

Der er ingen, der sørger på Shabbat

Hvis det er muligt, bør denne uges havdalah vin eller druesaft gives til et barn, der er yngre end bar/bat mitzvah.

Klik her for at læse regler, der træder i kraft, hvis denne Shabbat falder på den 8. eller 9. Av.

Den indre dimension.

"Når måneden Av indledes, indskrænker vi vores glæde." Talmud, Taanit 26b.

Hele måneden Av anses for at være et ikke-gunstigt tidsrum for jøder. Vore vise rådgav f. eks., at hvis en jøde skulle møde for retten eller i anden sammenhæng over for en ikke-jødisk modpart, skulle man forsøge at udskyde sagen til efter Av, eller i det mindste til efter de 9 dage.

På den positive side kommer vi nærmere og



nærmere til den messianske æra, når disse dage vil blive forvandlet fra dage med sorg til dage med glæde, vi vil begynde at fokusere på det indre formål med ødelæggelsen, der netop er at bringe os til et højere niveau af følsomhed og åndelighed, og i sidste ende til genopbygningen af Det hellige Tempel - med en endnu større pragt og storhed - end det, der blev ødelagt.

Derfor prøver vi at mildne sorgen ved at tage del i tilladte fejringer. Derfor er det skik i mange menigheder, at nogen færdiggør en Talmud traktat hver dag i løbet af de 9 dage, med det formål at tilføre dagene en tilladt glæde.

Tisha B'Av, den 9. dag i måneden Av er den sørgeligste dag i den jødiske kalender, vi faster, vi afstår fra mange ting, og vi beder. Det er kulminationen på de 3 uger, en periode hvor vi markerer ødelæggelsen af Templet i Jerusalem.

Hvad skete der den 9. Av?

1313 f.v.t.: Spejderne kom tilbage fra Det hellige Land med frygtindgydende meldinger, og israelitterne stejlede ved udsigten til at skulle indtage landet. G-d bestemte derfor, at de skulle vandre 40 år i ørkenen.

Både det første og det andet Tempel i Jerusalem blev ødelagt på denne dag. Det første Tempel blev nedbrændt af babylonerne i 423 f.v.t., og det andet Tempel faldt for Romerne i 70 e.v.t. og derefter hærgede en periode med store lidelser, som vor nation aldrig helt har overvundet.

Bar Kochbas oprør mod romerne i 133 e.v.t. endte med et nederlag. Jøderne i Betar blev slagtet den 9. Av, og Tempelbjerget blev pløjet op et år senere på samme dato.

Senere i vor historie er mange tragedier sket på denne dag, bl.a. blev Englands jøder fordrevet, og

efter en række autodaféer i 1492 blev alle Spaniens jøder udvist af kongeparret Ferdinand og Isabella.

Hvordan overholdes den 9. Av?

Fasten begynder ved solnedgang den 8. Av og slutter, når natten falder på den følgende aften (udsat én dag, hvis den 9. Av falder på Shabbat).

I løbet af dette tidsrum, gør vi ikke flg.:

- spise eller drikke
- anvende fodtøj af læder
- bade eller vaske os (vask kun indtil knoerne efter anvisning fra halachah)
- bruge creme, lotion eller olier
- have ægteskabeligt samkvem eller anden form for intimitet
- læse Torah (undtagen de "sørgelige" dele f. eks. Templets ødelæggelse etc.)
- sende gaver eller endda hilse på hinanden (man kan besvare en hilsen)





- tage på udflugter, ture eller lignende fornøjelige aktiviteter
- bære fine, festlige klæder

Hvad vi gør:

- Med start fra middag den 8. Av begrænser vi vore Torah studier til de få tilladte emner, der relaterer til naturen eller Templets ødelæggelse.
- Vi spiser et solidt måltid om eftermiddagen før Minchah tjenesten. Senere på eftermiddagen indtager vi et "afskedsmåltid" seudah hamafseket. Det består af brød og hårdkogte æg dyppet i aske og med et glas vand. Måltidet nydes alene, mens man sidder på en lav stol.
- Måltidet skal være afsluttet ved solnedgang, når alle love for Tisha B'Av gælder.
- Til Tisha B'Av holdes der aftengudstjeneste i synagogen, hvor arken har fået fjernet sit smukke forhæng, og lyset er dæmpet. Aftenens bønner
- følges af afsyngelse af Eichah (Klagesangene)
- Bønnerne om morgenen fremsiges uden tallit og tefillin, da begge anses for at være udsmykning. Det meste af formiddagen er optaget af oplæsningen af Kinot, klagesangene beskriver de forskellige tragedier, der har ramt vort folk.
- Arbejde er tilladt, men frarådes på Tisha B'Av. På denne dag bør man have fokus på klage og anger. Hvis man absolut skal arbejde, anbefales det at begynde over middag.
- Det er almindeligt at give ekstra velgørenhed på Tisha B'Av, ligesom det gøres på alle fastedage.
- Over middag er det tilladt at sidde på stole, tallit og tefillin bæres under eftermiddagens bønner. I synagogen er arkens forhæng tilbage på sin plads før tjenesten.
- Mange menigheder har den skik at gøre huset rent og vaske gulvet efter middag i forventning om den udfrielse, som vi venter på.

Efter fasten

Når aftenen falder på, og før vi bryder fasten, bør man foretage netilat yadayim (vaske hænder), og denne gang skal man dække hele hånden med vand, men uden at fremsige velsignelsen. Det er almindeligt at holde Kiddush Levanah på dette tidspunkt til fejring af månens genfødsel og vort eget håb om en national genfødsel.

Templet stod i lys lue om eftermiddagen den 9. Av, og det brændte hele den 10. Av. Derfor blev restriktionerne for de 9 dage (såsom ikke at spise kød, svømme eller vaske tøj) udvidet til at gælde til efter middag den 10. Av.

Glæde i sorgen

Selv når vi sørger, er der et element af glæde og trøst. Ganske vist slutter læsningen af Eichah med verset "Genopret os, oh Herre, for at vi kan blive genoprettet! Forny vore gamle tider!" Der findes også en skik blandt mange at genbruge Kinot småbøger i det håb, at der ikke vil være brug for dem næste år.

Det er langt fra en fejl, at skriften refererer til denne dag som en mo'ed, en helligdag, og Tachanun (angergivne bønner) fremsiges ikke på denne dag. Må det tidspunkt snart komme, at vi i bagklogskabens skær kan se tilbage og forstå, at al vor lidelse ikke var andet end et forspil til den fylde af glæde og godhed, som Moshiachs komme vil bringe. Amen.

