

|        |
|--------|
| GAN    |
| ALEF   |
| BET    |
| QIMMEL |
| DALET  |
| HEE    |
| WAW    |



## TIEN REGELS VOOR DE WERELD

© JELED-NIK Afdeling Onderwijs

Henny van het Hoofd  
 Illustraties: Marchien Mayer

De eerste dag Sjavoe'ot lezen we in sjoel over de עֲשֶׂרֶת הַדִּבְרוֹת *aseret hadibrot*. Dat betekent letterlijk 'de tien uitspraken', maar wordt meestal vertaald met 'de tien geboden'. Het zijn tien regels om op een respectvolle manier met elkaar om te gaan.

Wat ga je leren? Als je dit werkboekje af hebt

- begrijp je waarom regels nodig zijn
- ken je de *aseret hadibrot*
- weet je het verband tussen de *aseret hadibrot* en Sjavoe'ot
- kun je voorbeelden geven van op een respectvolle manier met elkaar omgaan

### Tien regels voor de wereld

Leerplan Sjavoe'ot – waw (groep 8)

Tekst: Henny van het Hoofd

Illustraties: Marchien Mayer

Dit werkboekje is onderdeel van het landelijke JELED leerplan voor joodse les aan kinderen.

Meer informatie: [www.jeled.net](http://www.jeled.net) of [henny@nik.nl](mailto:henny@nik.nl)

### OPDRACHT 1 – regels

Verkeersregels, spelregels, gedragsregels....Regels kom je overal tegen. Het zijn afspraken, die ervoor zorgen dat voor iedereen duidelijk is wat wel en wat niet mag.

- Noem een belangrijke regel waar jij je thuis of op school aan moet houden.  
Wat vind je van deze regel - goed of juist vervelend? Leg je antwoord uit.

---

---

### OPDRACHT 2 – het eiland

Je gaat met een groepje vrienden naar een eiland om een paar dagen vakantie te vieren. Bedenk regels waaraan iedereen zich volgens jou moet houden om ervoor te zorgen dat jullie allemaal een fijne tijd hebben.

- Wat vind jij belangrijk? Schrijf (minstens) drie regels op het eiland.



- Vergelijk met je klasgenoten.

Tip Maak een woordwolk met [www.answergarden.ch](http://www.answergarden.ch) of [www.wordle.net](http://www.wordle.net)

Welke regel hebben jullie het meest genoemd? \_\_\_\_\_

Hoe kunnen jullie er samen voor kunnen zorgen dat iedereen zich hier aan houdt?

---

## Regels uit de Tora

In opdracht 2 hebben jullie regels bedacht om ervoor te zorgen dat de vakantie op het eiland voor iedereen prettig is. De תּוֹרָה *Tora* geeft richtlijnen en gedragsregels voor de wereld. Dat begon al meteen bij de eerste mensen.

## OPDRACHT 3 – Adam en Chawa

Adam en Chawa leefden in גֶּן עֵדֶן *Gan Eden*, een prachtige tuin vol bomen en planten.

- » Lees deze samenvatting van Bereesjiet 1 pasoek 29

Kijk, ik geef jullie als voedsel alle planten en alle bomen van de aarde.



- Bekijk het filmpje en doe de quiz: welk voedsel mochten Adam en Chawa eten?  
[https://quiz.ntr.nl/quiz/start/quiz\\_id/258](https://quiz.ntr.nl/quiz/start/quiz_id/258)  
[schooltv - wanneer ben je veganist]

- » Er was één uitzondering op de regel. Lees de vertaling van Bereesjiet 2: 16 en 17

Van alle vruchtbomen in de tuin mogen jullie zoveel eten als je maar wilt.  
Behalve van de boom van kennis van goed en kwaad, daarvan mag je niets eten.

- Vrijwel meteen nadat ze deze regel hadden gekregen, aten Adam en Chawa een vrucht van die ene, verboden boom. Waarom zouden ze dat hebben gedaan, denk je? Er waren toch meer dan genoeg andere vruchten, die ze wél mochten eten?

---

---

---

» Lees de samenvatting van wat er daarna gebeurde:

Zodra ze de stem van Hakadosj Baroech Hoe hoorden, verstopten Adam en Chawa zich tussen de bomen van de tuin. 'Adam, waar ben je? Heb je soms vruchten van de boom gegeten, die Ik jullie verboden heb?'

Adam antwoordde: 'die vrouw daar gaf me de vruchten en toen heb ik er van gegeten'.

→ Hoe zou jij het antwoord van Adam omschrijven? Vat je reactie in één woord samen en schrijf dat in het blauwe vak. Teken er een toepasselijke smiley naast.

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

→ Maak de zinnen af. Het eten van de vruchten van de 'boom van kennis van goed en kwaad' had grote gevolgen voor de harmonie in de wereld.

De harmonie tussen *mens* en de *God* was verstoord, omdat \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

De harmonie tussen *mens* en *medemens* was verstoord, omdat \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Adam en Chawa mochten niet langer in de tuin van Eden wonen. Bij hun vertrek kregen ze zes leefregels, waar zij en hun nakomelingen zich aan moesten houden. Ondanks dat deze regels voor de hand liggen (bijvoorbeeld niet moorden of niet stelen), hielden de generaties na Adam en Chawa zich hier hoe langer hoe minder aan.

### Noach

In de tijd van Noach was het gedrag van de mensen tot op een dieptepunt gedaald. Alleen Noach en zijn familie gedroegen zich wat beter dan de rest.

Na de **מבול** *maboel* (grote overstroming) kreeg de familie van Noach zeven leefregels. Dat waren de zes regels van Adam en Chawa, plus nog eentje extra. Deze zeven regels worden de 'Noachidische geboden' genoemd.



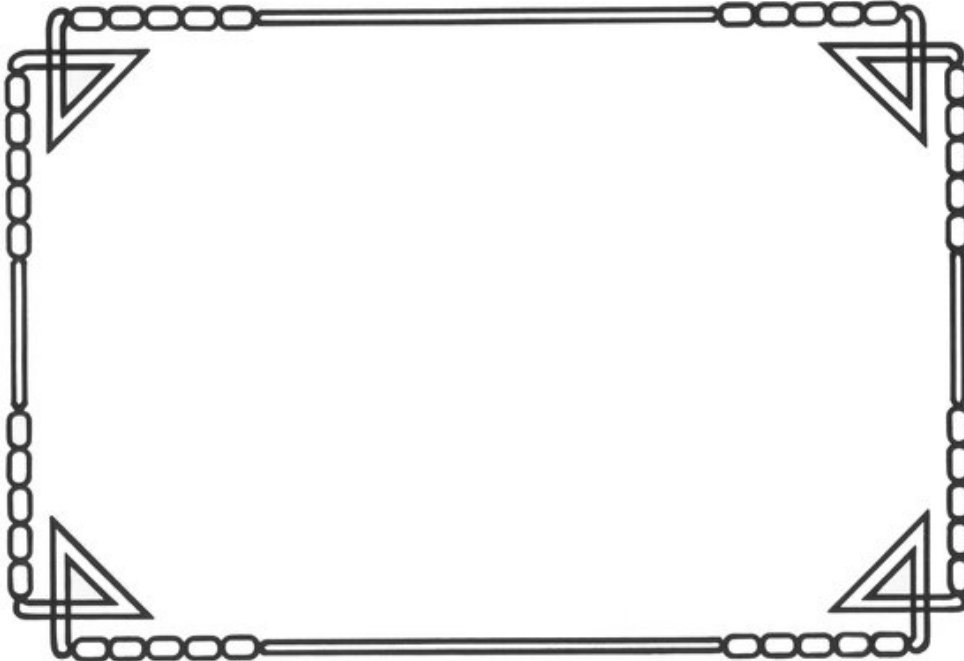
Volgens de joodse traditie is dit 'lijstje van zeven' bedoeld voor de hele mensheid, als model voor een rechtvaardige samenleving. Wie zich aan de zeven Noachidische geboden houdt, is volgens het Jodendom een goed mens.



OPDRACHT 4 – Het lijstje van zeven

Ga naar <https://www.nik.nl/2011/04/de-zeven-noachidische-voorschriften/> en/of [https://nl.wikipedia.org/wiki/Noachitische\\_geboden](https://nl.wikipedia.org/wiki/Noachitische_geboden)

→ Maak een lijstje met de zeven Noachidische geboden:



» Lees de samenvatting van Bereesjiet 9 pasook 2 en 3.

Dit mogen jullie nu ook als voedsel gebruiken: alle dieren van de aarde, alles wat langs de hemel vliegt, alles wat over de aarde beweegt en alle vissen in de zee.

→ Welk verschil zie je met de voedingsstijl van Adam en Chawa?

---

→ Welk Noachidisch gebod heeft met deze nieuwe regel te maken?

---

→ Is er nog een andere regel waaraan alle mensen op aarde zich volgens jou zouden moeten houden? Welk gebod of verbod zou jij willen toevoegen aan de Noachidische geboden? Schrijf het in het vak en vergelijk de antwoorden.

## OPDRACHT 5 – de aseret hadibrot

Je weet nu wat de zeven Noachidische geboden zijn. Maar er is nog een ander lijstje met leefregels voor de wereld dat veel bekender is: de *aseret hadibrot*, ofwel de ‘tien geboden’.

→ Ken je een van de tien geboden? Zo ja, welk?

---

→ Bekijk dit filmpje – welke geboden herken je?

<https://www.bimbam.com/?s=ten+commandments>

[the ten commandments - a rocking animated music video]

---

---

De *aseret hadibrot* werden kort na de uittocht uit Egypte gegeven, midden in de woestijn. Nadat het joodse volk was aangekomen bij **הַר סִינַי** *har Sinaj*, de berg Sinaï, vertelde Moshe dat er binnenkort iets heel bijzonders ging gebeuren.

→ Lees de tekst. Wat zagen de mensen rondom Har Sinaj? En wat hoorden of voelden ze? Was er ook iets dat ze konden ruiken of proeven? Geef je antwoord aan de hand van tekeningetjes en/of kernwoorden in het linker vak.

|  |   |
|--|---|
|  | <p>Tegen de ochtend barstte een zwaar onweer los, met donderslagen en felle bliksemflitsen.</p> <p>Tegelijk klonk heel hard het geluid van de sjofar.</p> <p>De berg beefde en was omgeven door vuur en rook.</p> <p>Plotseling hoorden de mensen die aan de voet van de berg stonden hoe God de <i>aseret hadibrot</i> uitsprak.</p> |
|--|---|

→ Welke van de vijf zintuigen (horen, zien, ruiken, proeven, voelen) speelden een rol bij het ontvangen van de aseret hadibrot? Wat zou je hieruit kunnen leren?

---

## OPDRACHT 6 – de eerste drie geboden

- 1 Ik ben de Eeuwige, je God, die jou uit Egypte heeft bevrijd
- 2 Je mag God niet afbeelden, geen andere goden dienen en geen afgodsbeelden maken
- 3 Je mag de naam van God niet zomaar uitspreken

→ Welk gebod komt **niet** voor in de zeven Noachidische geboden?  
Leg uit waarom.

Gebod nummer \_\_\_\_\_, omdat \_\_\_\_\_

Het eerste van de tien geboden is meer een statement dan een gebod:  
'Ik ben de Eeuwige je God, die jou uit Egypte heeft bevrijd'

De mensen die rondom *har Sinaj* stonden, waren pas een paar weken geleden uit Egypte vertrokken. Ze hadden de wonderen tijdens de uittocht zelf meegemaakt.

Ze wisten ook uit eigen ervaring wat het betekent om in een wereld te leven waarin mensen onderdrukt en vernederd worden. Nu ze eindelijk vrij waren, kregen ze tien basisregels voor een rechtvaardige samenleving.



» De Tora geeft geen indeling in tien geboden of regels. Vergelijk de samenvatting van de drie geboden bovenaan de bladzijde met de uitgebreidere vertaling uit het **חומש choemasj** van Dasberg hieronder.

→ Markeer de tekst die overeenkomst met de inhoud van de eerste drie geboden. Gebruik een andere **kleur** voor elk gebod. Bij deze opdracht mag je samenwerken.

Ik ben de Eeuwige, je God, die je heeft uitgevoerd uit het land Egypte, uit het slavenhuis. Laten er geen andere goden voor je zijn naast Mij. Maak geen gesneden beeld, noch enige gestalte van wat boven in de hemel, noch van wat beneden op aarde is, noch van wat in het water onder het aardoppervlak is. Werp je daarvoor niet ter aarde en dien hen niet, want Ik, de Eeuwige je God, ben een alles opeisende God, die de misdaad van de ouders verhaalt op de kinderen op het derde en vierde geslacht, voor zover die Mij haten. Maar die liefde bewijst tot in het duizendste geslacht aan hen die Mij liefhebben en zich aan mijn voorschriften houden. Gebruik de naam van de Eeuwige, je God, niet voor niets, want de Eeuwige laat hem niet ongestraft, die Zijn naam zomaar uitspreekt.



- » De tien geboden zijn ook bekend in het christendom, maar met een andere indeling. Het eerste gebod telt niet een als apart gebod. Een van de andere geboden is gesplitst, dat is of het tweede gebod (protestanten) of het tiende (katholieken). Ook de islam kent tien basisregels, die gedeeltelijk overeenkomen met de *aseret hadibrot*.
  - Waarom zou *Ik ben de Eeuwige, je God, die je heeft uitgevoerd uit het land Egypte* in voor joden een apart gebod zijn, maar niet voor christenen en islamieten?
- 

#### OPDRACHT 7 – het vierde gebod

4 Maak van שַׁבָּת *sjabbat*, de zevende dag van de week, een bijzondere dag.

- » De *aseret hadibrot* staan twee keer in de Tora, in שְׁמוֹת *Sjemot* en in דְּבָרִים *Devariem*. De tekst is (bijna) hetzelfde. Maar bij het vierde gebod zijn er opvallende verschillen.
- Vergelijk de vertalingen:

| Sjemot 20:8-11   | Devariem 5:12-15  |
|--|---|
| Herinner sjabbat, door er een bijzondere dag van te maken.   | Bewaak sjabbat, door er een bijzondere dag van te maken.  |
| Doe geen enkel werk – dit geldt voor jezelf, je kinderen, je personeel, je dieren en de vreemdeling die bij je woont.              | Doe geen enkel werk – dit geldt voor jezelf, je kinderen, je personeel, je rund, je ezel of wat voor dier dan ook, en de vreemdeling die bij je woont, zodat ze net als jij kunnen uitrusten. |
| Want in zes dagen heeft de Eeuwige de hemel en de aarde gemaakt, de zee en alles wat daarin is, maar Hij rustte op de zevende dag. | Denk eraan dat je slaaf geweest bent in Egypte, en dat de Eeuwige je daaruit heeft weggevoerd, met sterke hand en uitgestrekte arm.   |

- Wat vind je het meest opvallende verschil?
- 

- Naar welke belangrijke gebeurtenissen verwijst het vierde gebod?

Sjemot: \_\_\_\_\_

Devariem: \_\_\_\_\_

**Sjemot** verwijst naar een universele reden (dat betekent, geldig voor de hele wereld) om wekelijks een rustdag te houden, namelijk als herinnering aan de **schepping**.

Zes dagen lang mag je allerlei werk doen. Daarna volgt steeds een dag om uit te rusten en weer 'op adem te komen'.

→ Wie hebben volgens het vierde gebod recht op een wekelijkse rustdag?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_



→ Welke van deze vijf groepen vind je het meest verrassend? Leg je antwoord uit.

\_\_\_\_\_

**Devariem** verwijst naar een tweede reden voor het gebod om sjabbat te houden, namelijk als herinnering aan de uittocht uit Egypte.

De opdracht om van sjabbat een bijzondere dag te maken is een van de eerste regels die het joodse volk kreeg nadat het uit Egypte was vertrokken.



Volgens de joodse geleerden sprak Hakadosj Baroech Hoe de woorden זָכוֹר *zachor* (herinner!) en שְׂמֹר *sjamor* (bewaak!) tegelijkertijd uit. Alsof het geen twee woorden waren, maar één.

Hieruit wordt afgeleid, dat *zachor* en *sjamor* allebei even belangrijk zijn om van שַׁבָּת *sjabbat* een bijzondere dag te maken. Dit wordt onder andere gesymboliseerd door de twee sjabbatkaarsen.

» Lees deze uitleg:

**Zachor - Herinner sjabbat** doe speciale dingen als reminder dat het sjabbat is.

**Sjamor – Bewaak sjabbat** doe geen werk dat niet in de sfeer van sjabbat past.

→ Geef een voorbeeld je sjabbat kunt **herinneren** \_\_\_\_\_

Geef een voorbeeld hoe je sjabbat kunt **bewaken** \_\_\_\_\_

## OPDRACHT 8 – het vijfde gebod

5 Eer je vader en je moeder

- » Eren heeft te maken met 'eerbied hebben'. Je eert je ouders door te laten zien dat je van ze houdt en ze waardeert.

Dit gebod lijkt op andere een mitswa, die ook over ouders gaat (Wajikra 19:2)

Iedereen moet zijn moeder en zijn vader respecteren

- Lees deze uitleg en beantwoord de vragen:

Eren is wat je **doet** om te laten zien dat je je ouders waardeert.  
Respecteren is wat je **niet doet** uit ontzag voor je ouders.



- Geef een voorbeeld van wat jij doet om je ouders te laten zien dat je ze eert.

—

- Geef een voorbeeld van wat jij doet om je ouders te laten zien dat je ze respecteert.

—

## OPDRACHT 9 – het zesde tot en met het tiende gebod

Hier zie je de overige vijf van de *aseret hadibrot*:

- 6 je mag niet moorden  
7 je mag partner niet bedriegen met iemand anders  
8 je mag niet stelen  
9 je mag niet liegen over iemand anders  
10 je mag niet iets willen hebben, wat een ander heeft

- Wat is een gemeenschappelijk kenmerk van deze vijf geboden?

—

» De *aseret hadibrot* zijn de basis voor een rechtvaardige samenleving. Opvallend is dat de laatste vijf allemaal *verboden* zijn: iets wat je een ander *niet* mag aandoen. Ze zijn vaak zo vanzelfsprekend, dat je bij opdracht 2 (het eiland) waarschijnlijk niet als regel hebt opgeschreven dat jullie elkaar niet mogen vermoorden.

→ Geef een voorbeeld dat met een van deze vijf geboden te maken heeft.

---

---

\

→ Vergelijk je antwoord met je klasgenoten. Welke voorbeelden worden het meeste genoemd? Wat vinden jullie opvallend?

---

---

» In de hal van de rechtbank in Arnhem (het 'paleis van justitie') hangt dit kunstwerk van Joost Swarte. Het bestaat uit veertien kleurrijke glas-in-lood ramen.

In de vorm van een stripverhaal laten de ramen voorbeelden zien van gedrag, wat tot een rechtspraak (en een boete of gevangenisstraf) kan leiden.



<https://www.moorsmagazine.com/cartoons/swarte3/>

→ Klik op de link om de ramen online te bekijken. Zoek (minstens) één voorbeeld van verkeerd gedrag, dat in de *aseret hadibrot* wordt genoemd. Hoe is dit afgebeeld? (tip: kijk bijvoorbeeld goed naar het derde raam van links).

---

---

## OPDRACHT 10 – twee loechot

In vrijwel elke sjoel kun je de עֲשֶׂרֶת הַדִּיבְרוֹת *aseret hadibrot* vinden. Meestal in de vorm van twee לוחות *loechot* (stenen platen) met de eerste Hebreeuwse woorden van elk gebod.

→ Hier zie je een korte versie van de *aseret hadibrot*.

- 1 Ik ben de Eeuwige, je God
- 2 Heb geen andere goden behalve Mij
- 3 Spreek de naam van God niet zomaar uit
- 4 Maak van sjabbat een bijzondere dag
- 5 Eer je vader en je moeder
- 6 Niet moorden
- 7 Bedrieg je partner niet met iemand anders
- 8 Niet stelen
- 9 Niet liegen
- 10 Niet willen hebben wat een ander heeft



» De *aseret hadibrot* stonden op twee לוחות *loechot*, stenen platen, met op elke plaat vijf geboden. Volgens sommige verklaarders staan op de eerste plaat de geboden die te maken hebben met de relatie tussen de mens en God. De geboden op de tweede stenen plaat gaan over de relatie tussen mens en medemens.

→ Eén gebod lijkt niet goed in deze indeling van 2 x 5 geboden te passen. Welk?

---

» Lees de onderstaande verklaring:

Voor de schepping van een mens zijn drie partners nodig: man, vrouw en God. Wie zijn ouders eert, bewijst daarmee tegelijkertijd eer aan Hakadosj Baroech Hoe. Talmoed, Kidoesjiem 30b

→ Hoe probeert deze verklaring het probleem met de indeling op te lossen?

---

→ Waar kun je bij jou in sjoel een afbeelding van de *aseret hadibrot* zien? Vind je dat een toepasselijke plaats? Leg je antwoord uit.

---

→ Maak een mindmap over het verband tussen de *aseret hadibrot* en Sjavo'e'ot, met kernwoorden en kleine tekeningen. Je mag bij deze opdracht samenwerken. Post jullie mindmap op jeled.net (samen met degene van wie je joodse les krijgt).

## EXTRA OPDRACHT

- » De *aseret hadibrot* geven richtlijnen voor een rechtvaardige samenleving. Meestal gaat om verboden: iets wat je een ander niet mag aandoen.
- Lees deze tekst uit de Talmud met positieve voorbeelden over hoe je op een goede manier met elkaar en de wereld om kunt gaan:

Respect hebben voor je vader en je moeder, *gemiloet chasadiem*\*, op tijd aanwezig zijn in sjoel voor het ochtend- en het avondgebed, gastvrijheid, ziekenbezoek, aanwezig zijn bij een bruiloft, aanwezig zijn bij een begrafenis, met aandacht dawwenen (bidden), je inzetten voor vrede tussen de ene mens en de ander. Maar het allerbelangrijkste is Tora-leren, want daardoor krijg je een extra stimulans om goed te zijn voor je medemensen. Talmud, Sjabbat 127a

\* *Gemiloet chasadiem*: Iets over hebben voor een ander, zonder daar zelf wat voor terug te verwachten. Kortom: op een vriendelijke, behulpzame manier omgaan met je medemensen.

- Hoeveel voorbeelden hebben te maken met de relatie tussen mens en God, en hoeveel met de relatie tussen mens en medemens? Welke conclusie kun je hieruit trekken?
- 

- Lees Pirkee Avot 1:2 met de uitleg:

Sjimon Hatsadiek zegt: 'Deze drie dingen houden de wereld in stand  
תּוֹרָה **Tora** - want Tora-leren geeft wijsheid en leidt tot doen, namelijk  
עֲבוּדָה **avoda** - de mitzwot tussen mens en God  
גְּמִילוּת חַסְדִּים **gemiloet chasadiem** - de mitzwot tussen mens en medemens

- Wat denk je dat Sjimon Hatsadiek bedoelt met *de wereld in stand houden*?
- 

- Leg aan de hand van een voorbeeld uit, wat jij kunt doen om de wereld in stand te houden.
- 
-