

## National & Individual Psalm

### A) The Journey & Struggle of the Soul

#### A Life of Preserving & Developing the Neshama- Tools

#### בראשית רבה (וילנא) פרשת בראשית פרשה יד

ט חמשה שמות נקראו לה, נפש, רוח, נשמה, יחידה, חיה, נפש, זה הדם שנאמר (דברים יב) כי הדם הוא הנפש, רוח, שהיא עולה ויורדת שנאמר (קהלת ג) מי

#### Songs of the Soulful Man

#### תלמוד בבלי מסכת ברכות דף י עמוד א

אמר רבי יוחנן משום רבי שמעון בן יוחי, מאי דכתיב: **פיה פתחה בחכמה ותורת חסד על לשונה, כנגד מי אמר שלמה מקרא זה? לא אמרו אלא כנגד דוד אביו, שדר בחמשה עולמים ואמר שירה; דר במעי אמו ואמר שירה**, שנאמר: ברכי נפשי את ה' וכל קרבי את שם קדשו. **יצא לאויר העולם ונסתכל בכוכבים ומזלות ואמר שירה**, שנאמר: ברכו ה' מלאכיו גברי כח עושי דברו לשמע בקול דברו ברכו ה' כל צבאיו וגו'. **ינק משדי אמו ונסתכל בדדיה ואמר שירה**, שנאמר: ברכי נפשי את ה' ואל תשכחי כל גמוליו. מאי כל גמוליו? אמר רבי אבהו: שעשה לה דדים במקום בינה. טעמא מאי? אמר (רבי) +מסורת הש"ס: [רב] +יהודה: כדי שלא יסתכל במקום ערוה; רב מתנא אמר: כדי שלא יינק ממקום הטנופת. **ראה במפלתן של רשעים ואמר שירה**, שנאמר: יתמו חטאים מן הארץ ורשעים עוד אינם ברכי נפשי את ה' הללויה. **נסתכל ביום המיתה ואמר שירה**, שנאמר: ברכי נפשי את ה' ה' אלהי גדלת מאד הוד והדר לבשת. מאי משמע דעל יום המיתה נאמר? אמר רבה בר רב שילא: מסיפא דעניינא, דכתיב: תסתיר פניך יבהלון תסף רוחם יגועון וגו'.

#### מהרש"א חידושי אגדות מסכת ברכות דף י עמוד א

כפירש"י או דקאי פיה פתחה וגו' **על הנפש שאמרה השירה**

#### The Entrance and Exit Fight & Journey

#### מדרש תנחומא (ורשא) פרשת פקודי

**מיד מכניסו הקדוש ברוך הוא לשם בעל כרחו**, ואחר חזור המלאך ומכניס הרוח לתוך מעי אמו ומזמנין לו שני מלאכים ושומרין אותו שלא יצא משם ושלא יפול ומכניסין אותו שם נר דלוק על ראשו, זש"ה מי יתנני כירחי קדם כימי אלוה ישמרני בהלו נרו עלי ראשי וגו' (איוב כט) ומביט ורואה מסוף העולם ועד סופו,

נוטלו המלאך משם ומוליכו לגן עדן ומראה לו הצדיקים יושבין בכבוד  
ועטרותיהם בראשיהם

### When the "fun" begins

פני יהושע מסכת ברכות דף י עמוד א  
כי אם כשמגיע האדם לכלל גדלות היינו שהוא בן י"ג שנים ויום אחד שאז נתחייב  
במצות ונכנס בו היצר טוב ומאז ע"י מעשיו זוכה מעט מעט ע"י התגדלות  
לנשמת חיה הנזכרת. אמנם כן החלק הה' שהיא נשמת יחידה אין שום אדם זוכה  
בו בחייו אפילו צדיקים גמורים זולת משה רבינו בלבד ולא זולתו אבל הצדיקים  
גמורים ודאי זוכין לנשמת יחידה לאחר מיתתן ונמצא כל זה הענין בספרי הקבלה  
ובספר הזוהר.  
...ובודאי כשהאדם זוכה לנשמת חיה ע"י מעשיו ומגביר היצר טוב על יצר הרע אין  
לך מפלה של רשעים גדולה מזו כמ"ש דוד ולבי חלל בקרבי ודרשו רבותינו כנגד  
יצה"ר והיינו נמי סיפא דקרא ורשעים עוד אינם, אמנם על חלק נשמת יחידה  
שכבר זכרנו שהיא באה לאחר מיתה היינו דקאמר כיון שנסתכל ביום המיתה אמר  
שירה, כן נראה לי:

### The Struggle here

הפרק הששי - בהפרש בין המעולה והמושל בנפשו  
וכאשר חקרנו אחר דברי החכמים בזה הענין, מצאנו להם, שהמתאווה לעבירות  
ומשתוקק להן - יותר טוב ויותר שלם מאשר לא יתאווה להן ולא יצטער בהנחתן.  
עד שאמרו, שכל מה שיהיה האדם יותר טוב ויותר שלם - יהיו תשוקתו לעבירות  
וצערו בהנחתן יותר חזקים, והביאו בזה מעשיות, ואמרו: "כל הגדול מחברו יצרו  
גדול ממנו". לא די בזה, אלא שאמרו כי שכר המושל בנפשו גדול כפי שעור צערו  
במושלו בנפשו, ואמרו: "לפום צערא אגרא". ויתר על כן, שהם ציוו שיהיה האדם  
מושל בנפשו, והזהירו מלומר: אני בטבעי איני מתאווה לזאת העבירה, ואפילו לא  
אסרתה התורה, והוא אומרם: "רבן שמעון בן גמליאל אומר, לא יאמר אדם אי אפשי  
לאכול בשר בחלב, אי אפשי ללבוש שעטנז, אי אפשי לבוא על הערוה, אלא אפשי, ומה  
"אעשה ואבי שבשמים גזר עלי".

**B) BEING SOULFUL - with each other****On Personal Level As Well****Knowing Hashem (Note: various ways to know Hashem)****אבן עזרא תהלים פרק קג פסוק ז**

**יודיע - עתיד תחת עבר כדרך יעשו עגל בחורב והדרכים הם הנזכרים בפסוק ויעבור  
ה' על פניו:**

**Some of the list****רד"ק תהלים פרק קג פסוק ז**

**לבני ישראל עלילותיו, מעשיו, כי בהם התנהג עם ישראל במדבר, וכן מתנהג עמנו  
בגלות, ואלה הם קצת המדות:**

**Emulating Hashem****רד"ק תהלים פרק קג**

**(ח) רחום וחנון וגו', ולא הזכירם כולם אלא דרכי הרחמים שהוא מתנהג עמנו בגלות.  
רחום, שהוא מרחם עלינו בגלות, ונותן אותנו לרחמים לפני שובינו ואינם מכלים  
אותנו. וחנון, שחונן אותנו בהזמנת מחייתנו. אך אפים, שמאריך אפו ואינו מענישנו  
בעת החטא אלא מאריך עלינו אולי נשוב בתשובה. ורב חסד, שמתרבה בכל יום חסדו  
עמנו**

**רד"ק תהלים פרק קג**

**(י) לא כחטאינו. כי בהגלות אותנו לא עשה עמנו כחטאינו, כי לפי חטאינו היינו  
חייבים פלגיה לא גלות לבד, וגם בכל יום ויום אינו עושה עמנו כפי עונותינו. והפסוק  
כפול בענין במלות שונות:**

**Ignores sins?****רד"ק תהלים פרק קג**

**חולי גופני. ובאומרו לכל רוצה לומר לרוב, וכן: וכל טוב אדוניו בידו (בראשית כד, י), וכל  
הארץ באו מצרימה (שם מא, נז), והדומים להם, כי הקדוש ברוך הוא עושה חסד עם  
האדם שאינו מענישו על כל עונותיו אלא על המעט מהם, כמו שכתוב (מיכה ז, יח):  
נושא עון ועובר על פשע:**

**Personal Responsibility**

**רד"ק תהלים פרק קג**

עושה צדקות. לפי שזכר שרופא אותו מִחְלִיו ועושה בזה צדקה עמו, אמר כי כן (ו) משפטו ודרכו עם ברואיו שעושה עמהם צדקות, **וכן במה שבין אדם לחבירו מציל** העשוק מיד העושק ומשלם לו רע תחת רע אשר עשה לחבירו, זהו ומשפטים לכל עשוקים, עושה משפטים בעושקים בעבור העשוקים.

**עבודת ישראל ליקוטים לאבות פרק ד**

איזהו גבור הכובש את יצרו. רצה לומר שצריך כל אחד להשגיח על יצרו, דהיינו במה שרגיל להכשילו, ולכובשו. **לא כמו שהכסילים עושים שמשגיחים תמיד על רוע מדות חבירו** ונחשב בעיניו כצדיק, ומי יודע אפשר הוא גרוע במדותיו מחבירו,

This is what we have today as the replacement of the Mikdash

**רבינו בחיי שמות פרק לד פסוק ו**

והנה בזמן הזה שאנחנו שרויים בגלות ואין לנו כהן גדול לכפר על חטאתינו, ולא מזבח להקריב עליו קרבנות, ולא בית המקדש להתפלל בתוכו, **לא נשאר לנו לפני ה' בלתי אם תפלתנו וי"ג מדותיו, ומתוך י"ג מדות אלה למדנו סדרי תפלה ובקשת רחמים מאת אדון הכל יתעלה.**

**רא"ש מסכת יומא פרק ח סימן יט**

שחרית שבעה פעמים ויעבור. במוסף שבעה במנחה ששה בנעילה שלשה

**\*\*\*\*The Big Picture at the Big Time (See Micha etc....)**

**The times - more narrowly focused. ONE IS HERE!**

**שמות פרק לד**

ו. ויעבר ה' על פניו ויקרא יקוק יקוק אל רחום וחנון ארך אפים ורב חסד ואמת: ז. נצר חסד לאלפים נשא עון ופשע וחטאה ונקה לא ינקה פקד עון אבות על בנים ועל בני בנים על שלשים ועל רבעים

**רש"י שמות פרק לג פסוק י**

נאמר לו (שמות לד ב) ועלית בבקר אל הר סיני, לקבל לוחות האחרונות, ועשה שם ארבעים יום, שנאמר בהם (דברים י י) ואנכי עמדתי בהר כימים הראשונים וגו', מה

הראשונים ברצון אף האחרונים ברצון, אמור מעתה אמצעיים היו בכעס. בעשרה בתשרי נתרצה הקדוש ברוך הוא לישראל בשמחה ובלב שלם, ואמר לו למשה סלחתי בדברך, ומסר לו לוחות אחרונות. וירד והתחיל לצוותם על מלאכת המשכן ועשאוהו עד אחד בניסן, ומשהוקם לא נדבר עמו עוד אלא מאהל מועד:

## The Empowering Drama

### תלמוד בבלי מסכת ראש השנה דף יז עמוד ב

ויעבר ה' על פניו ויקרא, אמר רבי יוחנן: אלמלא מקרא כתוב אי אפשר לאומרו, **מלמד שנתעטף הקדוש ברוך הוא כשליח צבור, והראה לו למשה סדר תפלה. אמר לו: כל זמן שישראל חוטאין - יעשו לפני כסדר הזה, ואני מוחל להם.** ה' ה' - אני הוא קודם שיחטא האדם, ואני הוא לאחר שיחטא האדם ויעשה תשובה. אל רחום וחנון, אמר רב יהודה: **ברית כרותה לשלש עשרה מדות שאינן חוזרות ריקם**, שנאמר הנה אנכי כרת ברית.

## Prayer works?

### של"ה עשרה מאמרות מאמר שביעי 16<sup>th</sup>/17<sup>th</sup> CE Prague

מלמד שנתעטף הקדוש ברוך הוא כשליח ציבור והראהו למשה [סדר תפלה] ואמר לו, כל זמן שישראל יעשו לפני כסדר הזה אני מוחל להם, עכ"ל. והדבר קשה, שהרי אנו רואים שכמה פעמים אנו מזכירין י"ג מדות ואינם נענים. (אלא אומרים הגאונים, כי כוונת 'יעשו לפני כסדר הזה', אין הכוונה לבד על עטיפת טלית, אלא שיעשו סדר המדות שלמד הקדוש ברוך הוא למשה, שהוא 'אל רחום וחנון', דהיינו מה הוא רחום אף אתה תהיה רחום וכו', וכן לכל הי"ג מדות, עכ"ל ראשית חכמה)

\*\*\*

## NOT A NEW ISSUE

### ספר החינוך פרשת כי תבוא מצוה תריא

### מצוה להדמות בדרכי השם יתברך הטובים והישרים

שנצטוינו לעשות כל מעשינו בדרך היושר והטוב בכל כחנו, ולהטות כל דברינו אשר בינינו ובין זולתנו על דרך החסד והרחמים, כאשר ידענו מתורתנו שזהו דרך השם וזה חפצו מבריותיו למען יזכו לטובו כי חפץ חסד הוא, ועל זה נאמר [דברים כ"ח, ט'], והלכת בדרכיו. ונכפלה המצוה עוד במקום אחר שנאמר ללכת בכל דרכיו. ואמרו זכרונם לברכה בפירוש זאת המצוה, מה הקדוש ברוך הוא נקרא רחום אף אתה היה רחום, מה הקדוש ברוך הוא נקרא חנון אף אתה היה חנון, מה הקדוש ברוך הוא נקרא צדיק אף אתה היה צדיק, מה הוא נקרא קדוש אף אתה היה קדוש. והענין כולו

לומר שנלמד נפשנו ללכת בפעולות טובות כאלו ומדות נכבדות אשר יסופר בהם יתברך על דרך משל לומר שמתנהג במדות טובות אלו עם בריותיו. והוא ברוך הוא ונוהגת מצוה זו בכל מקום ובכל זמן, בזכרים ונקבות. ועובר על זה ואינו משתדל להישיר דרכיו ולכבוש יצרו ולתקן מחשבותיו ומעשיו לאהבת האל ולקיים המצוה הזאת, ביטל עשה זה.

### **הלכות דעות פרק א**

הלכה ה': ומי שהוא מדקדק על עצמו ביותר ויתרחק מדעה בינונית מעט לצד זה או לצד זה נקרא חסיד, כיצד מי שיתרחק מגובה הלב עד הקצה האחרון ויהיה שפל רוח ביותר נקרא חסיד וזו היא מדת חסידות, ואם נתרחק עד האמצע בלבד ויהיה עניו נקרא חכם וזו היא מדת חכמה, ועל דרך זו שאר כל הדעות, וחסידים הראשונים היו מטין דעות שלהן מדרך האמצעית כנגד שתי הקצוות, יש דעה שמטין אותה כנגד הקצה האחרון ויש דעה שמטין אותה כנגד הקצה הראשון, וזהו לפנים משורת הדין, ומצווין אנו ללכת בדרכים האלו הבינונים והם הדרכים הטובים והישרים **שנאמר** **והלכת בדרכיו.**

הלכה ו': כך למדו בפירוש מצוה זו, מה הוא נקרא חנון אף אתה היה חנון, מה הוא נקרא רחום אף אתה היה רחום, מה הוא נקרא קדוש אף אתה היה קדוש, ועל דרך זו קראו הנביאים לאל בכל אותן הכנויין אך אפים ורב חסד צדיק וישר תמים גבור וחזק וכיוצא בהן, להודיע שהן דרכים טובים וישרים וחייב אדם להנהיג עצמו בהן **ולהדמות אליו כפי כחו.**

## תהלים Psalms Chapter 103

- א** לְדוֹד: בָּרְכִי נַפְשִׁי, אֶת-יְהוָה; וְכָל-קִרְבִּי, אֶת-שֵׁם קָדְשׁוֹ. **1** [A Psalm] of David. Bless the LORD, O my soul; and all that is within me, bless His holy name.
- ב** בָּרְכִי נַפְשִׁי, אֶת-יְהוָה; וְאַל-תִּשְׁכַּחַי, כָּל-גְּמוּלָיו. **2** Bless the LORD, O my soul, and forget not all His benefits;
- ג** הַסֹּלֶחַ לְכָל-עֲוֹנָי; הַרְפָּא, לְכָל-תַּחֲלוּאֵי. **3** Who forgiveth all thine iniquity; who healeth all thy diseases;
- ד** הַגּוֹאֵל מִשַּׁחַת חַיִּיכִי; הַמַּעֲשִׂיכִי, חֶסֶד וְרַחֲמִים. **4** Who redeemeth thy life from the pit; who encompasseth thee with lovingkindness and tender mercies;
- ה** הַמְשַׁבֵּיעַ בְּטוֹב עַדְיָךְ; תַּתְחַדֵּשׁ כַּנְּשֹׁר נְעוּרֶיכִי. **5** Who satisfieth thine old age with good things; so that thy youth is renewed like the eagle.
- ו** עֲשֵׂה צְדָקוֹת יְהוָה; וּמִשְׁפָּטִים, לְכָל-עֲשׂוּקִים. **6** The LORD executeth righteousness, and acts of justice for all that are oppressed.
- ז** יוֹדִיעַ דְּרָכָיו לְמֹשֶׁה; לְבְנֵי יִשְׂרָאֵל, עֲלִילוֹתָיו. **7** He made known His ways unto Moses, His doings unto the children of Israel.
- ח** רַחוּם וְחַנוּן יְהוָה; אַרְךְ אַפִּים וְרַב-חֶסֶד. **8** The LORD is full of compassion and gracious, slow to anger, and plenteous in mercy.
- ט** לֹא-לִנְצַח יִרִיב; וְלֹא לְעוֹלָם יִטּוֹר. **9** He will not always contend; neither will He keep His anger for ever.
- י** לֹא כַחֲטָאֵינוּ, עָשָׂה לָנוּ; וְלֹא כְעֹנֵנֵינוּ, גָּמַל עֲלֵינוּ. **10** He hath not dealt with us after our sins, nor requited us according to our iniquities.
- יא** כִּי כַגְבוֹה שָׁמַיִם, עַל-הָאָרֶץ-- גָּבַר חֶסְדּוֹ, עַל-יִרְאָיו. **11** For as the heaven is high above the earth, so great is His mercy toward them that fear Him.
- יב** כַּרְחֹק מִזְרָח, מִמְּעֶרֶב-- הִרְחִיק מִפְּשָׁעֵינוּ, אֶת-פְּשָׁעֵינוּ. **12** As far as the east is from the west, so far hath He removed our transgressions from us.

- יג כַּרְחֵם אָב, עַל-בָּנִים-- רַחֵם יְהוָה, עַל-יִרְאָיו. 13 Like as a father hath compassion upon his children, so hath the LORD compassion upon them that fear Him.
- יד כִּי-הוּא, יָדַע יִצְרָנוּ; זָכוֹר, כִּי-עָפָר אֲנִחנוּ. 14 For He knoweth our frame; He remembereth that we are dust.
- טו אָנוֹשׁ, כְּחֶצִיר יָמָיו; כְּצִיץ הַשָּׂדֶה, כֵּן יִצִּיץ. 15 As for man, his days are as grass; as a flower of the field, so he flourisheth.
- טז כִּי רוּחַ עֲבָרָה-בּוֹ וְאֵינָנוּ; וְלֹא-יִכְרְנוּ עוֹד מְקוֹמוֹ. 16 For the wind passeth over it, and it is gone; and the place thereof knoweth it no more.
- יז וְחַסֵּד יְהוָה, מֵעוֹלָם וְעַד-עוֹלָם-- עַל-יִרְאָיו; וְצִדְקָתוֹ, לְבְנֵי בָנִים. 17 But the mercy of the LORD is from everlasting to everlasting upon them that fear Him, {N} and His righteousness unto children's children;
- יח לְשֹׁמְרֵי בְרִיתוֹ; וּלְזֹכְרֵי פְקֻדָּיו, לַעֲשׂוֹתָם. 18 To such as keep His covenant, and to those that remember His precepts to do them.
- יט יְהוָה--בְּשָׁמַיִם, הִכִּין כִּסְאוֹ; וּמַלְכוּתוֹ, בְּכָל מִשְׁלָה. 19 The LORD hath established His throne in the heavens; and His kingdom ruleth over all.
- כ בָּרְכוּ יְהוָה, מַלְאָכָיו: גִּבּוֹרֵי כֶחַ, עֹשֵׂי דְבָרוֹ; לִשְׁמֹעַ, בְּקוֹל דְּבָרוֹ. 20 Bless the LORD, ye angels of His, {N} ye mighty in strength, that fulfil His word, hearkening unto the voice of His word.
- כא בָּרְכוּ יְהוָה, כָּל-צָבָאוֹ-- מְשִׁרְתָּיו, עֹשֵׂי רְצוֹנוֹ. 21 Bless the LORD, all ye His hosts; ye ministers of His, that do His pleasure.
- כב בָּרְכוּ יְהוָה, כָּל-מַעֲשָׂיו-- בְּכָל-מְקוֹמוֹת מְשִׁלְתּוֹ; בָּרְכֵי נַפְשִׁי, אֶת-יְהוָה. 22 Bless the LORD, all ye His works, in all places of His dominion; {N} bless the LORD, O my soul. {P}