

קונטרס

אַמִּירַת תְּהִלִּים

יגלה נוראות נפלאות ממעלת הזוכה לומר תהלים,
ומתבודד עמו יתברך, שעל-ידי-זה ממשיך על
עצמו ישועות ונסים נגלים מאתו יתברך.



בנוי ומיסד על-פי דברי

רבנו הקדוש והנורא, אור הגנוז והצפון
בוצינא קדישא עלאה, אדונינו, מורנו ורבנו
רבי נחמן מברסלב, זכותו גגן עלינו
ועל-פי דברי תלמידו, מורנו

הגאון הקדוש, אור נפלא, אשר כל רז לא אניס ליה

רבי נתן מברסלב, זכותו גגן עלינו
ומשלב בפסוקי תורה, נביאים, כתובים ומאמרי
חכמינו הקדושים מגמרא ומדרשים וזהר הקדוש



הובא לדפוס על-ידי

חסידי ברסלב

עיה"ק ירושלים תובב"א

מוֹהֲרָא"ש נ"י אָמַר, אֲשֶׁר רַבְּנוּ ז"ל
אוֹמַר (לקוטי מוֹהַר"ן, חֵלֶק ב', סִימָן עג), אֲשֶׁר
אַמִּירַת תְּהִלִּים מְסַגֵּלַת מְאֹד לְתַשׁוּבָה.
וְלִכֵּן כָּל מִי שְׁרוּצָה לְחֹזֵר בְּתַשׁוּבָה,
שְׂיִרְבֶּה בְּאַמִּירַת תְּהִלִּים, וְאֵין עוֹד דְּבַר
הַמְעוֹרֵר אֶת הָאָדָם לְתַשׁוּבָה כְּאַמִּירַת
תְּהִלִּים, וּכְכֹל שְׂאָדָם יִרְבֶּה בָּזֶה, תִּכְנֹס
בּוֹ הַתְּעוֹרְרוֹת גְּדוֹלָה מְאֹד, וַיִּמָּה גַם
שְׂאַמִּירַת תְּהִלִּים מִכְּנֻסַת בְּאָדָם
תְּמִימוֹת גְּדוֹלָה מְאֹד, וְלִכֵּן אֲשֶׁרִי מִי
שְׂרַגִּיל בָּזֶה, וְאוֹמַר בְּכֹל יוֹם תְּהִלִּים.
(אמרי מוֹהֲרָא"ש, חֵלֶק ב', סִימָן תתכט)

קונטרס

אַמִּירַת תְּהִלִּים

רַבֵּנוּ ז"ל אומר (לקוטי-מוהר"ן, חלק ב', סימן עג): מי שרוצה לזכות לתשובה, יהיה רגיל באמירת תהלים, כי אמירת תהלים מסגלת לתשובה; הרי כלנו משתוקקים לחזור בתשובה, אנו רוצים לעשות רצונו יתברך, אנו רוצים להפגס לפני ולפנים לתוך הקדשה, אבל איננו יודעים היכן ואיך ואימת, אומר רבנו ז"ל: יש חמשים שערי תשובה, ארבעים ותשעה כל אדם יכול לזכות להשיג בהם, ולהפגס לשם, אך שער חמשים שהוא התשובה של הקדוש-ברוך-הוא — שם קשה להפגס. ומהי משמעות ארבעים ותשעה שערים, ששם כן יכולים להפגס, ובשער החמשים קשה להפגס? אלא ידוע, כשברא הקדוש-ברוך-הוא את הבריאה, ברא אותה בעשר ספירות: כתר, חכמה, בינה, חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד, יסוד, מלכות. השלש ראשונות: כתר, חכמה, בינה — זה המחין של האדם, כתר זה

הַרְצוֹן הַחֲזָק שֵׁישׁ לְכֹל נִשְׁמָה לְהַפְּלִל בְּאֵין סוּף בְּרוּךְ
הוא, כִּי כָל בַּר יִשְׂרָאֵל הוא חֶלֶק אֱלֹהִים מִמַּעַל,
וּמִשְׁתַּוְּקֵק תָּמִיד לְהַפְּלִל בְּאֵין סוּף בְּרוּךְ הוא, וְזֶה שֵׁיף
לְכֹל בַּר יִשְׂרָאֵל, שֵׁישׁ לוֹ צְמָאוֹן אֲדִיר לְהַפְּלִל בְּאַמְתַּת
מְצִיאֹתוֹ יתְבַרַךְ, אֲבָל צְרִיף לְהַתְּבוּנָן: מָה עָלַי לַעֲשׂוֹת
וְכוּ' — זֶה חֲכָמָה וּבִינָה. וְנִקְרָא: אָבָא וְאָמָא, הַמְּחִין.
אָדָם חוֹשֵׁב, בְּזֶה מוֹלִיד מְחִין, אֵיף יְכוּלִים לְתַקֵּן אֶת
הַמְּדוּת, וְלִכֵּן כֶּתֵר זֶהוּ הַרְצוֹן, חֲכָמָה וּבִינָה זֶה אָבָא
וְאָמָא, זוֹ הַדַּעַת שֶׁל הָאָדָם, שְׁמוּלִידָה בְּכֹל פְּעַם מְחִין
חַדָּשִׁים, אֵיף לְהַשִּׁיג אֶת הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוא, וְאַחַר-כֵּן
צְרִיכִים אֶת הַמְּדוּת, שֶׁהֵן הַסְּפִירוֹת: חֶסֶד, גְּבוּרָה,
תְּפָאֶרֶת, נִצְח, הוֹד, יְסוּד, מְלָכוּת, שְׁבַע סְפִירוֹת
הַתְּחַתּוֹנוֹת, שֶׁהֵן זַעִיר אֲנַפִּין וְנוֹקְבָא; הֵינּוּ הַקְּדוּשׁ-
בְּרוּךְ-הוא מְסַר לְנוּ מְדוּת: מֵדַת הַחֶסֶד, מֵדַת הַגְּבוּרָה,
מֵדַת הַתְּפָאֶרֶת, מֵדַת הַנִּצְח, מֵדַת הַהוֹד, מֵדַת הַיְסוּד,
מֵדַת הַמְּלָכוּת, כָּל סְפִירָה כְּלוּלָה מִשְׁבַּע, שְׁבַע פְּעָמִים
שְׁבַע, הֵרִי זֶה אַרְבָּעִים וְתִשְׁע; חֶסֶד יֵשׁ בּוֹ חֶסֶד שְׁבַח־חֶסֶד,
גְּבוּרָה שְׁבַח־חֶסֶד, תְּפָאֶרֶת שְׁבַח־חֶסֶד, נִצְח שְׁבַח־חֶסֶד, הוֹד
שְׁבַח־חֶסֶד, יְסוּד שְׁבַח־חֶסֶד, מְלָכוּת שְׁבַח־חֶסֶד, וְכֵן לְגַבֵּי
גְּבוּרָה יֵשׁ חֶסֶד שְׁבַח־גְּבוּרָה, גְּבוּרָה שְׁבַח־גְּבוּרָה, תְּפָאֶרֶת
שְׁבַח־גְּבוּרָה וְכוּ', וְכֵן הֵלְאָה לְגַבֵּי הַמְּשִׁף הַסְּפִירוֹת, וְהֵרִי
זֶה אַרְבָּעִים וְתִשְׁע. אֵלֹהֵי הַמְּדוּת אָדָם יְכוּל לַעֲבֹד עֲלֵיהֶן

וּלְהַשִּׁיגֵן. אִם אָדָם עוֹבֵד עַל עֲצָמוֹ, עַד שְׂמַגִּיעַ לְמִדַּת
הַחֶסֶד, אָזִי הוּא נִכְלָל בְּסִפְרַת הַחֶסֶד.

וְדָבָר זֶה כָּל אֶחָד וְאֶחָד מֵאֲתָנוּ יָכוֹל לְהַגִּיעַ, אִם
רַק יִקַּח עֲצָמוֹ בְּיָדָיו, וַיִּשְׁבֹּר אֶת רֵעַ לְבָבוֹ, הוּא יַעֲשֶׂה
חֶסֶד עִם הַזּוּלָּת, יַעֲשֶׂה חֶסֶד עִם עֲצָמוֹ, יַעֲשֶׂה חֶסֶד,
כְּבִיכּוֹל, עִם הַקָּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא. בְּתוֹךְ מִדַּת הַחֶסֶד יֵשׁ
גְּבוּרָה שְׂבַח־חֶסֶד, תְּפָאֶרֶת שְׂבַח־חֶסֶד, נִצַּח שְׂבַח־חֶסֶד, הוֹד
שְׂבַח־חֶסֶד וְכוּ'. אֲבָל צְרִיכִים לַעֲבֹד הַרְבֵּה, שְׂיִזְכֶּה לְקִנּוּת
לְעֲצָמוֹ מִדַּת הַחֶסֶד וְכֵן גְּבוּרָה, לְהִתְגַּבֵּר עַל יִצְרוֹ. הַיִּצָּר
הָרַע שֶׁל הָאָדָם רוֹצֵה לְשֹׁבֵר אוֹתוֹ, לִיֵּאָשׁוּ: "מִמֶּךָ כָּבֹד
לֹא יִהְיֶה שׁוּם דָּבָר" וְכַדּוּמָה, אָזִי צְרִיכִים לְהִתְגַּבֵּר עַל
הַיִּצָּר הָרַע הַזֶּה, וּלְהַשִּׁיב לוֹ: "אַל תֹּאמֶר לִי, יִצָּר הָרַע,
שְׂמַמְנִי לֹא יִהְיֶה שׁוּם דָּבָר, אַל תֹּאמֶר כֵּן". כִּי כָּבֹד אָמַר
רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהֲר"ן, חֵלֶק ב', סִימָן עח): אֵינן שׁוּם יְאוּשׁ
בְּעוֹלָם כָּלָל; אֵינן דָּבָר כְּזֶה לְהִתְיַאֵשׁ, כָּל זְמַן שְׂאָדָם חַי,
יָכוֹל לְתַקֵּן אֶת הָעֲבֻרוֹת שְׂבַעֵוֹלָם, כִּי עַל הַכֹּל מוֹעִילָה
תְּשׁוּבָה. אֲבָל לְזֶה צְרִיכִים מִדַּת הַגְּבוּרָה, לְהִתְגַּבֵּר עַל
יִצְרוֹ הַרוֹצֵה לְשֹׁבְרוֹ, וּלְהִחְדִּיר בּוֹ יְאוּשׁ, שְׂאֵינן לוֹ כָּבֹד
שׁוּם תְּקוּהָ. וְכֵן בְּגְבוּרָה בְּעֲצָמָה יֵשׁ חֶסֶד שְׂבַח־גְּבוּרָה,
גְּבוּרָה שְׂבַח־גְּבוּרָה וְכוּ', וְזֶה כָּל אֶחָד צָרִיךְ לַעֲבֹד עַל
עֲצָמוֹ, לֹא לְתַת שְׂהַדִּינִים וְהַכַּעַס יִתְפַּשְׁטוּ עָלָיו, וְכֵן
סִפְרַת הַתְּפָאֶרֶת הֵינּוּ, שְׂאָדָם צָרִיךְ לְהִתְפָּאֵר שְׂנִבְרָא

מזרע ישראל, ויחיה את עצמו עם כל נקדה ונקדה קטנה שיש בו; כי כשאדם נמצא בזה העולם, אינו יודע מה זה מצוה, אינו יכול לתאר את גדל הזכות שיש לו, שמקיים את רצון הקדוש-ברוך-הוא. וכל דבר קטן שעושה בעבורו יתברך, עושה רעש גדול בשמים. אם אדם היה יודע מעלת הזוכה לקיים רצון הבורא יתברך שמו, היה שש ושמח על כל דבר קטן שרק עושה בזה העולם בעבורו יתברך, אבל בני-אדם מזלזלים בזה, ולכן הם מסתובבים ביאוש ובמרה שחורה. בשעה שאומרים חכמינו הקדושים (ברכות נו): אפלו ריקנין שפך מלאים מצוות פרמון; אדם ריק לגמרי, ונדמה שאין בו כלום, אם רק נתבונן בו היטב, נראה שהוא מלא מצוות פרמון. וזה לגבי כל יהודי בלי יוצא מן הכלל, אם ברצונו או שלא ברצונו, כי כל יהודי יש לו מזוזה על פתח ביתו, כל יהודי מהול, כל יהודי מאמין בהקדוש-ברוך-הוא, כל יהודי מלא מצוות, וזו התפארת, הפאר של כל יהודי. אם היינו זוכים להרגיש מעלת המצוות, היינו שמחים כל היום. וכמו שאמר רבנו ז"ל (לקוטי מוהב"ן, חלק א', סימן כד): אפלו אדם שנמצא במדור הקלפות, אם הוא שמח בקיום המצוות, הוא יכול לצאת מגשמיות עולם העשייה, ולעלות אל עולם היצירה, ומעולם היצירה לעלות לעולם הבריאה, ומעולם הבריאה לעלות עד עולם האצילות, ולהשיג

רוחניות אלקות, בבחינת מטי ולא מטי, זו התפארת — הפאר והיפי של כל יהודי, ולכן עלינו לאהב את כל יהודי. וכשאדם זוכה לנצח את הרע שנכנס בו, ורוצה ליאש אותו ולשברו — זו מדת הנצח, אבל גם בנצח יש חסד שבנצח, גבורה שבנצח, תפארת שבנצח וכו', עקר הנצחון לנצח את הרע, לנצח את החשך שמתגבר על האדם, זה היפי והפאר של כל יהודי, שיכול לנצח ולהצליח בחיים, וזו ספירת ההוד, שאדם צריך תמיד לראות את היפי שבחיים, את היפי שבכל יהודי, וגם בזה יש חסד שבהוד, גבורה שבהוד וכו', עד המלכות, שגם בזה יש חסד שבמלכות, גבורה שבמלכות וכו'.

נמצא, שיש ארבעים ותשעה שערים, שנקראים ספירות, וזה כל אחד ואחד מאתנו יכול להשיג, אם רק נזכה לעבד על עצמנו, לשבר את הרע שלנו, ולחפש אחר הטוב שיש בנו. וכן לשבר את העצבות והמרירות והדכאון שמתגבר עלינו, ונראה רק את היפי שבתוך הבריאה. ומסביר רבנו ז"ל, שהשמות הקדושים של שבטי י"ה: ראובן, שמעון, לוי, יהודה, יששכר וזבולון, גד, אשר, דן, נפתלי, יוסף, בנימין, יש בהם ארבעים ותשע אותיות, אם עם ישראל מתאחדים יחד, שזה כלל שבטי י"ה, שכל שבט היה לו צבע אחר בדגלו, והיה

לו שער אחר, ששם נכנסה תפלתו, כל שבט היתה לו מדה אחרת, עם כל זאת כל שנים-עשר השבטים שהם כלולים מארבעים ותשע אותיות, כלם כלולים ביצקב, אם היתה אחדות בנשמות ישראל, על אף הפרודים שיש ביניהם, כי כל אחד יש לו גון וצבע אחר, כל אחד בעל דעה אחרת, כמאמרם ז"ל (במדבר רבה, פרשה כא, סימן ב): כשם שפרצופיהם שונים כף דעותיהם שונות, אם היו מתאחדים יחד, היו יכולים להשיג שער החמשים, להיות בטלים ומבטלים אל האין סוף ברוך הוא, שזה יהיה בעת הגאולה. וזה תלוי בנו, אם נתאחד יחד באמונה פשוטה בו יתברך, ולא תהיה לנו שיכות אל שום שקר ומחשבות של מינות ואפיקורסות של כחי ועצם ידי עשה את החיל הזה.

אבל מה עושים עכשו, שנפלנו כל-כף ונתרחקנו, כל אחד ואחד כמו שנתרחקנו, עד שמרים לנו החיים, ועוברים עלינו כל מיני מרינות, ענשים קשים ומרים, שזה בא מחמת הפרוד שנתפרדנו זה מזה, מפאת השנאת חנם שיש בין אחד לשני על לא דבר, מפני הגזענות שטמונה בנו, זה מה שמעיק לנו; כי אם היינו נכללים ביחד אל האין סוף ברוך הוא, לא היינו חסרים דבר, ואמות העולם היו חוששים מאתנו. מהו פח אמות העולם שיכולים להתגבר על עם ישראל, בר

אמירת תהלים

יג

מינן? הפרוד שיש בינינו, האי אחדות שבה אנו שרויים, זה מה שהורס לנו את כל החיים ואת כל העתיד. ולכן לא כל אחד זוכה לתשובה, ולא כל אחד יש לו התעוררות לתשובה, ולא כל אחד יודע את השער להכנס שם, ולא כל אחד יודע את האות השייכת לשרש נשמתו. ובשביל זה עובר על כל אדם מה שעובר, צרות ויסורים וענשים קשים ומרים, מחלות וחלאים רעים, הריגות ורציחות, כי אינם מוצאים את הקדוש-ברוך-הוא, ומזה אנו סובלים את הסבל הכי גדול, שאם היינו מוצאים את הקדוש-ברוך-הוא בתוך כל פרטי הבריאה, אזי היינו נצולים מהכל.

רבנו ז"ל אומר (לקוטי-מוהר"ן, חלק ב', סימן עג): על-ידי אמירת תהלים, אם מרגיל את עצמו לומר תהלים, נכנסת בו תשוקה עצומה לחזור בתשובה שלמה, וזוכה למצא את האות והשער השייך לשרש נשמתו, ומתאחד עם כלל נשמות ישראל. שזה היה דוד המלך, שמסר את נפשו בעבור עם ישראל. דוד המלך זהו הסמל של יהודי. דוד המלך — ממנו יצא משיח צדקנו, אשר הוא יזכה לאחד יחד את כלל נשמות ישראל, כי דוד המלך הראה דרך איך להחיות את עצמו אפלו במצבים הכי קשים שיש בעולם. דוד המלך מהרגע שנולד, כבר היה ראוי להיות נפל, וקבל מתנה שבעים שנה מאדם

הָרֵאשׁוֹן, וְאַחֲרֵיכֵן גִּרְשׁוּהוּ אָחִיו, וְאַחֲרֵיכֵן גִּרְדָּף מִחֲמִיו, גִּרְדָּף מֵאֲשֶׁתּוֹ, גִּרְדָּף מִלְּדָוִו, אַף דָּוִד הַמֶּלֶךְ לֹא אָבַד עֲשָׂתוֹנוֹתָיו, אֲלֵא מְכַל דְּבַר שָׂרָק עֶבֶר עָלָיו, עֲשֵׂה מִזֶּה תְּפִלָּה. וְזוֹ הִיְתָה גְדֻלָּתוֹ, שֶׁמְכַל צָרָה שָׂרָק נִכְנָס בָּהּ — עֲשֵׂה תְּפִלָּה, שֶׁזֶה סֵפֶר הַתְּהִלִּים.

דָּוִד הַמֶּלֶךְ גָּלָה לָנוּ אֵת סוּד הַתְּפִלָּה. וְאוֹמֵר רַבְנוּ ז"ל (לקוטי־מוֹהַר"ן, חֶלֶק א', סִימָן ב'), שֶׁזֶה תְּהִיָּה הַחֶרֶב שֶׁל מְשִׁיחַ; מְשִׁיחַ יִכְבֹּשׁ אֶת הָעוֹלָם עַל־יְדֵי תְּפִלָּה, הוּא יַחְדִּיר בְּעַם יִשְׂרָאֵל, אֲשֶׁר אֵין דְּבַר כְּזֶה, שֶׁאֲנִי כֹבֵד מֵיֵאֵשׁ וְשָׁבוּר, אֲנִי אֵין לִי תִקְוָה, אֵין מִשְׁגַּ כְּזֶה אֲנִי, שֶׁהוּא יִשׁוּת וְגֵאוּת, אֲלֵא כָּל סוּד הַ'אֲנִי' זֶה 'אֵין', שֶׁזֶה תְּפִלָּה, כְּמוֹ שֶׁכְּתוּב (תְּהִלִּים קט, ד): 'וְאֲנִי תְּפִלָּה', וְכְמוֹ שֶׁאֹמֵר רַבְנוּ ז"ל (לקוטי־מוֹהַר"ן, חֶלֶק א', סִימָן כב): 'אֲנִי' זֶה הַנְּשִׁמָּה; רוּאִים בְּנֵי־אָדָם שֶׁהוֹלֵךְ לָהֶם שְׁלֵא כְּסֻדָּר, יִשׁ לָהֶם כָּל־כֶּף הַרְבֵּה צָרוֹת, וְכָל אֲשֶׁר הֵם רוֹצִים לַעֲשׂוֹת, הוֹלֵךְ לָהֶם בְּדִיוֹק הַהַפּוּף. מֵהֵיכֵן זֶה בָּא? אוֹמֵר רַבְנוּ ז"ל (לקוטי־מוֹהַר"ן, חֶלֶק ב', סִימָן פב): אֲנֵא אֶמְלֹךְ, הוּא רוֹצֵה לְמֹלֵךְ, תְּמִיד מְדַבֵּר אֲנִי וְאֲנִי, הוּא נִתַּק אֶת הַ'אֲנִי' מִהַקְדוּשׁ־בְּרוּךְ־הוּא, וְאֵז עוֹבְרִים עָלָיו צָרוֹת וְיִסּוּרִים וּמְכַאוּבִים רָעִים, וְהוֹלֵךְ לוֹ שְׁלֵא כְּסֻדָּר, אֲבָל אִם אָדָם מְקַשֵּׁר אֶת הַ'אֲנִי' אֶל הַקְדוּשׁ־בְּרוּךְ־הוּא, שֶׁזֶה סוּד דָּוִד הַמֶּלֶךְ מֵדַת הַמַּלְכוּת, 'וְאֲנִי תְּפִלָּה', אֵין מְלָה כְּזוֹ 'אֲנִי',

אני זה הקדוש-ברוך-הוא, אז זוכה להיות כל-כף בטל אל השם יתברך, שתמיד מדבר אליו יתברך. ואדם כזה אף פעם לא יפל ביאוש ובמרה שחרה, כי יודע, שהמקום הכי בטוח זה רק אצלו יתברך. ולכן אומר רבנו ז"ל (לקוטי-מוהר"ן, חלק ב', סימן פד), שהשער להכנס אל הקדוש-ברוך-הוא זה תפלה. כלנו רוצים לחזור בתשובה שלמה, כל יהודי יש לו רצונות וכסופים מצד נשמתו לשוב אל האין סוף ברוך הוא, ולמה אינו שב בתשובה? אלא נתקיים אצלו הפסוק (בראשית יט): "והאנשים אשר פתח הבית הכו בסנורים מקטן ועד גדול, וילאו למצא הפתח". מסתובבים בזה העולם כעורים, אומרים חכמינו הקדושים (מדרש תהלים קמו): אין לה צער כצער עורון עינים; כשאדם מסכן אינו רואה, הוא הכי אמלל, עד כדי כף, שאומרים חכמינו הקדושים (נדרים סב:): סומא נדמה כמת; מר וחשך לו, "במחשכים הושיבני" (תהלים קמג, ג), הוא יושב בחשך, ומר לו במאד מאד. אין לו כלום בחייו, כי מי שאינו זוכה להסתכל על רוחניות אלקות — נקרא סומא. וזהו שאומר רבנו ז"ל (לקוטי-מוהר"ן, חלק א', סימן עו), שזה מה שאומרים חכמינו הקדושים (יומא, עד:): סומא אין לו שבע; מי שאינו רואה, אין לו שביעה, אף פעם איננו שמח בחלקו, כי אינו רואה מכל דבר רוחניות חיות אלקות, אזי הוא כעור. ולכן בני-אדם כל-כף שבורים

וּרְצוּצִים, כִּי אֵינָם מְרַגְּשִׁים שֶׁהַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא נִמְצָא
 וְאֵין בְּלִעְדָּיו נִמְצָא. אָבֵל אִם אָדָם מְרַגֵּיל עֲצָמוֹ לְדַבֵּר
 אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, וּלְבַקְשׁוֹ יִתְבָּרַךְ כָּל צָרְכָיו, אֲזִי יֵשׁ לוֹ חַיִּים
 אַחֲרַיִם לְגַמְרֵי. וּמַחֲמַת שְׂאִין אָדָם זוֹכֶה לָזֶה, לְכֵן עוֹבֵר
 עָלָיו מֵה שְׁעוֹבֵר. אוֹמֵר רַבְּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהֲר"ן, חֵלֶק א', סִימָן
 סב): אִם הִיְתָה לְאָדָם אֲמוּנָה, שְׁמַלֵּא כָּל הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ,
 וְהָיָה מְרַגֵּשׁ אֶת הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, שְׁכָל הַבְּרִיאָה כְּלָה
 זֶה אֱלֻקוֹת, אֲזִי כָּל הַחַיִּים שְׁלוֹ הָיוּ חַיִּים אַחֲרַיִם לְגַמְרֵי.
 וְהָיָה מְרַגֵּשׁ כָּל מִינֵי עֲרֻבוֹת וּנְעִימוֹת בְּחַיָּיו. כִּי הָיָה
 מְדַבֵּר תָּמִיד אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, אֲשֶׁר אֵין עוֹד דָּבָר יָפֵה יוֹתֵר
 וַיִּקָּר כְּתַפְּלָה, שְׂאָדָם מְשִׁיחַ בֵּינוֹ לְבֵין קוֹנוֹ, וּמְסַפֵּר כָּל
 אֲשֶׁר מַעֲיֵק וּמַצִּיק לוֹ אֵלָיו יִתְבָּרַךְ. זֶה נִקְרָאת תְּפִלָּה, וְזֶה
 נִקְרָא תְּהִלִּים, שְׂדוּד הַמְּלֶךְ הִרְאָה לָנוּ דֶרֶךְ, אֲשֶׁר מְכַל
 הַצָּרוֹת וְהִיסוּרִים, מְכַל מֵה שְׂרַק עוֹבֵר עָלֵינוּ יְכוּלִים
 לַעֲשׂוֹת תְּפִלוֹת. וְכֵן אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוּשִׁים (מְדֻרָשׁ
 תְּהִלִּים כה): אָמַר דָּוִד לְפָנַי הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא: רַבּוֹנוּ שֶׁל
 עוֹלָם, בְּשָׁעָה שְׂאֵנִי עוֹמֵד לְפָנֶיךָ בְּתַפְּלָה, אֵל תִּהְיֶה
 תְּפִלָּתִי מְאוּסָה בְּפָנֶיךָ, מִפְּנֵי שְׁעֵינִי יִשְׂרָאֵל תְּלוּיּוֹת בִּי
 וְעֵינַי תְּלוּיּוֹת בְּךָ, וְאִם תִּשְׁמַע תְּפִלָּתִי, כְּאֵלוֹ תִשְׁמַע
 תְּפִלָּתָם. דָּוִד הַמְּלֶךְ הַחֲדִיר בְּעַם יִשְׂרָאֵל עֲנִין תְּפִלָּה
 וְהַתְּבוּדָּה, וְכִמּוֹ שְׂאוֹמֵר רַבְּנוּ ז"ל (שִׁיחוֹת-הַר"ן, סִימָן סח),
 שְׁכָל מְזַמְרֵי הַתְּהִלִּים שְׂאֵמַר דָּוִד הַמְּלֶךְ, זֶה הִיְתָה
 הַהַתְּבוּדָּה שְׁלוֹ, כָּל פַּעַם שְׁעָבַר עָלָיו אֵיזָה מְשִׁבֵּר

מִמֶּנּוּ בְּעֶצְמוֹ, מֵאֲשֶׁתּוֹ מִיִּלְדָּיו, מְכַלֵּל נִשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל,
 עָשָׂה מִזֶּה תְּפִלוֹת, מְשׁוֹנְאָיו, מְאוֹיְבָיו, מֵהִלִּיצָנִים
 שֶׁהִתְלוּצְצוּ מִמֶּנּוּ לֹא נִשְׁבַּר, אֶלָּא בָּרַח אֵלָיו יִתְבַּרֵךְ.
 כְּשֵׁיְהוּדֵי זוֹכָה וְאוֹמֵר תְּהֵלִים, עַל-יְדֵי-זֶה נִכְלָל בְּאֵין
 סוּף בְּרוּךְ הוּא, נִכְלָל בְּשַׁעַר וּבְאוֹת הַשְּׂיִכְתָּ לְשׁוֹשׁ
 נִשְׁמָתוֹ, וְאִזּוֹ זוֹכָה לְהַמְשִׁיךְ עַל עֶצְמוֹ אֹר וְזִיו וְחַיּוֹת
 וּדְבָקוֹת הַבוֹרָא יִתְבַּרֵךְ שְׁמוֹ. וְזוֹ הִיְתָה דְרָכּוֹ שֶׁל רַבֵּנוּ
 ז"ל, תְּמִיד לָבוֹא וּלְבַקֵּשׁ מֵהַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא כָּל צְרָכָיו.
 וְלִכֵּן זָכָה לְהַגִּיעַ לְמָה שֶׁהַגִּיעַ, וְכֵן זָכָה לְהַחֲדִיר אֶת זֹאת
 בְּנִשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל.

וְזֶה כָּל הָעֲנָנִין שֶׁל רַבֵּנוּ ז"ל, שֶׁמְגַלֶּה לָנוּ עֲנָנִין
 תְּפִלָּה וְהִתְבּוֹדָדוֹת. וְלִכֵּן אָמַר רַבֵּנוּ ז"ל (לקוטי-מוֹהַר"ן, חֵלֶק
 ב', סִימָן צג): לְמָה חוֹלְקִים עָלַי? כִּי חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים
 אוֹמְרִים (בְּרֻכּוֹת ו:): עַל הַפְּסוּק (תְּהִלִּים יב, ט): "כָּרַם זֶלֶת
 לְבַנֵּי-אָדָם", אֵלּוֹ דְבָרִים הָעוֹמְדִים בְּרוּמוֹ שֶׁל עוֹלָם,
 וּבַנֵּי-אָדָם מְזַלְזָלִים בָּהֶם, וּמֵאִי נִיהוּ? תְּפִלָּה. כָּל הָעֲנָנִין
 שֶׁל תְּפִלָּה נִרְאָה בְּעֵינַי בְּנֵי-אָדָם כְּזַלְזוּל, עַד שֶׁחֹשְׁבִים:
 "מָה אֲנִי אֲדַבֵּר אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא?! וְכִי שׁוֹמֵעַ
 אוֹתִי?! וְלָמָּה צָרִיךְ לְדַבֵּר אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא?!"
 וְכַדּוּמָה כָּל מֵינֵי דִמְיוֹנוֹת וְשִׁגְיוֹנוֹת שֶׁנִּכְנָסוּ בְּאָדָם,
 וְעַל-כֵּן אֵינוֹ מִתְפַּלֵּל. וְלִכֵּן סוּבֵל מֵה שֶׁסוּבֵל. אֲבָל אִם
 אָדָם הִיא מְרַגֵּל עֶצְמוֹ לְסַפֵּר אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא כָּל

מֵה שְׁמַעִיק לוֹ, אֲזַי הָיָה זוֹכֵה שְׂיֵאִירוּ לוֹ עֶשֶׂר הַסְּפִירוֹת, שְׁכָל אַחַת כְּלוּלָה מִשְׁבַּע פְּעָמִים שְׁבַע, שְׁזֵה אַרְבַּעִים וְתִשְׁעֵי, וְהָיָה מִמְּשִׁיךְ עַל עֲצָמוֹ כָּל הַהָאָרוֹת שֶׁל שְׁבִטֵי י"ה, וְהָיָה זוֹכֵה לְהַמְשִׁיךְ עַל עֲצָמוֹ שְׁעַר נו"ן, הַמַּחֲ שֶׁל אֱלֻקוֹת, דְּבִקּוֹת בְּאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, וְהָיָה נִגְאָל מִכָּל צְרוּתָיו. וְלִזֶּה יְכוּל כָּל יְהוּדֵי לְהַגִּיעַ, אִם רַק יִקְבַּל עַל עֲצָמוֹ לְהִתְאַחַד עִם כָּלֵל נְשָׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, הֵינּוּ אֵין יוֹתֵר פְּרוּדִים, הוּא אוֹהֵב אֶת כָּל יְהוּדֵי, וּמוֹכֵן לְמָסוֹר נִפְשׁוֹ בְּעִבּוֹר כָּל בֵּר יִשְׂרָאֵל, זֶה מִמְּשִׁיךְ לוֹ שְׁעַר נוּן, שְׁזוֹכֵה לְהַכְלִיל בְּאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא. וְלִכֵּן אוֹמֵר רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהֲר"ן, חֶלֶק א', סִימָן רִל"ט), שְׂאֵי אֶפְשָׁר לָבוֹא לְתַפְלָה, אֲלֵא אִם מִתְאַחֲדִים עִם כָּלֵל נְשָׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, וַיֵּשׁ לוֹ שְׁלוֹם עִם כָּל יְהוּדֵי, כְּמוֹ שְׁכַתּוּב (תְּהִלִּים קכב, ח): "אֲדַבְּרָה נָא שְׁלוֹם"; עַקֵּר הַדְּבָרוֹר בָּא רַק מִחַמַּת שְׁלוֹם, שֶׁהוּא בְּשְׁלוֹם עִם כָּל אֶחָד, וְאֵין לוֹ טְעָנוֹת וּמְעָנוֹת עַל שׁוֹם בְּרִיָּה שְׁבַע עוֹלָם. וְלִכֵּן תִּקֵּן הָאֶר"י ז"ל, שְׁקִדָּם הַתְּפִלָּה צְרִיכִים לְקַבֵּל עַל עֲצָמוֹ מְצוֹת עֲשֵׂה שֶׁל "וְאֶהְבֵּת לְרַעֲךָ כְּמוֹךְ", כְּשִׂיִּהוּדֵי נִכְלָל עִם כָּלֵל נְשָׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, אֵין לוֹ שׁוֹם קְשִׁיוֹת עָלָיו יִתְבָּרֵךְ, וְאֵינְנוּ חֹסֵר דְּבָר, אֲדַרְבֵּה הוּא אוֹהֵב אֶת הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא וְאֶת כָּל נְשָׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, וַיֵּשׁ לוֹ חֶשֶׁק לְלַמַּד תּוֹרָה, כְּמוֹבֵא בְּדִבְרֵי רַבֵּנוּ ז"ל (שִׁיחוֹת-הַר"ן, סִימָן צא): סִגְלָה לְהִתְמַדָּה — לֹא לְדַבֵּר עַל שׁוֹם יְהוּדֵי, כִּי יֵשׁ שְׂשִׁים רַבּוֹא אוֹתִיוֹת לְתוֹרָה, כְּנִגְדֵי

ששים רבוא נשמות ישראל, ואם מדברים, חס ושלום, על יהודי אחד, או שונאים יהודי אחד, עוקרים אות מהתורה, וממילא כל הספר תורה פסול, ואין חשק ללמד. למדים מכאן מעלת אחדות ואהבה. וזה מה שיגלה משיח צדקנו לעולם — ענין התפלה. ורבנו ז"ל הכין את הכלים למשיח צדקנו, איך לכבש את העולם, לתקן עולם במלכות שדי, שכלם יפירו את הקדוש-ברוך-הוא, כמו שאומר הנביא (צפניה ג, ט): "כי אז אהפך לכל עמים שפה ברוך, לקרא כלם בשם ה'"; כל אמות העולם ידברו אל הקדוש-ברוך-הוא, לא רק עם ישראל. ולכן מי שמרגיל עצמו לומר תהלים, ונכלל עם נשמות ישראל, הוא ממשיך על עצמו ישועות גדולות, כי תפלה עולה על הכל, כמוכא בדברי חכמינו הקדושים (תנחומא וירא): אמר להם הקדוש-ברוך-הוא לישראל, הוו זהירים בתפלה, שאין מדה אחרת יפה הימנה, והיא גדולה מכל הקרבנות, ואפלו אין אדם כדאי לענות בתפלתו ולעשות חסד עמו, כיון שמרבה בתחנונים, אני עושה חסד עמו; בזה שיהודי מרגיל עצמו לדבר אל השם יתברך, השם יתברך ממשיך עליו חסד ורחמים, ומרחם עליו.

על-כן הבה נתחזק יחד, ונתחיל לומר בכל יום תהלים, אשר אין עוד דבר חשוב מזה, ואם היו

אמירת תהלים

בני-אדם יודעים מעלת אמירת תהלים, היו עוסקים בזה כל יום ויום. כי אמירת תהלים ממשכת את השכינה בעולם. ואומרים חכמינו הקדושים (מדרש אגדה), שדוד המלך פעל אצל הקדוש-ברוך-הוא, שעל-ידי אמירת תהלים יפתחו להם שערי רחמים ורחון. וכן אומרים חכמינו הקדושים (עין ילקוט תהלים תרי"ג), שדוד המלך פעל אצלו יתברך, שאמירת תהלים יהיה חשוב כנגעים ואהלות, אשר הן המסכתות הכי חמורות בש"ס, מסכת נגעים מדברת מכל מיני נגעי צרעת שנדבקו באדם, ואהלות מדברת מטמאת מת. דוד המלך פעל אצלו יתברך, שאפלו אדם שדבר עד פה לשון הרע, וכילות וליצנות, שזו מסכת נגעים, שבאים עליו נגעים למיניהם, וכן לגבי אהלות, שאדם חטא בר מינון, עד שנעשה טמא וכו', אשר אומרים חכמינו הקדושים (ברכות יח): רשעים בחייהם קרויים מתים; עם כל זאת כשזוכה לומר תהלים, הרי זה חשוב למעלה בשמים כנגעים ואהלות, אמירת תהלים מכפרת על כל אשר חטא בנגעים ואהלות.

וכן גלה לנו רבנו ז"ל (לקוטי-מוהר"ן, חלק א', סימן רה) את היתרון הכללי, שהם עשרה מזמורי תהלים, ואמר, שאם אדם זוכה לאמרם בכל יום, אף אם גבהו ועצמו פשעיו, הקדוש-ברוך-הוא מוחל לו. על-כן אשרי

אמירת תהלים

כא

העוסק באמירת תהלים בכלליות ואומר כל יום יום תהלים, ומכל שכן שאומר 'תקוץ הכללי', אזי מוחלים לו כל עוונותיו, ומכל שכן וכל שכן אם אדם זוכה לבוא לציון רבנו ז"ל באומן, ולומר שם 'תקוץ הכללי', הבטיח רבנו ז"ל, שיוציאו מהשאול תחתית ומתחתיו. וכן אם אדם זוכה לומר בכל יום תהלים, ממשיך על עצמו אור וזיו וחיות ודבקות הבורא יתברך שמו. ואומרים חכמינו הקדושים (שיר השירים, פרשה ד'): ספר תהלים נקרא תלפיות, ספר שאמרו פיות הרבה. עשרה בני-אדם אמרו תהלים: אדם הראשון, אברהם, משה, ודוד ושלמה, אסף והימן, וידותון, וג' בני קרח ועזרא, אף-על-פי שעשרה בני-אדם אמרו ספר התהלים, מכלהוץ לא נאמר על שמותם, אלא על-ידי דוד מלך ישראל; אף שעשרה אנשים אמרו את ספר התהלים, אף-על-פי-כן נקרא על שם דוד המלך, כי הוא גלה ופרסם לכלם את ענין תפלה והתבודדות, שאדם יתבודד אליו יתברך, אשר אמר רבנו ז"ל (לקוטי מוהר"ן, חלק ב', סימן כה): ההתבודדות היא מעלה עליונה מהכל, דהינו שאדם ירגיל עצמו לדבר אל הקדוש-ברוך-הוא, כאשר ידבר איש אל רעהו והבן אל אביו, זה מעלה שעשועים כאלו למעלה, אשר לא עלו מימות עולם; אם אדם מרגיל עצמו לשיח בינו לבין קונו בכל יום, זוכה למעלות עליונות, פי בלי התבודדות אדם אבוד

בְּזֶה וּבָבֵא, אָבֵל אִם מִתְבוֹדֵד אֵלָיו יִתְבָּרֵךְ מְכַל הָעוֹבֵר
 עָלָיו, אֵף פַּעַם לֹא יִתְיַאֵשׁ, אֵף פַּעַם לֹא יִפֹּל בְּדַכְאוֹן,
 אֲשֶׁר זֶה מַעֲלַת אַמִּירַת תְּהִלִּים, שֶׁזֶּה הַתְּבוֹדָדוּת, שְׂאֵדָם
 מִתְבוֹדֵד לְהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא. וְלָכֵן מִי שֶׁרוֹצֶה לַחֲזוֹר
 בְּתִשׁוּבָה, יִהְיֶה רְגִיל בְּאַמִּירַת תְּהִלִּים, וְיִרְגִיל עֲצֻמוֹ
 לְדַבֵּר אֵלָיו יִתְבָּרֵךְ בְּשִׁפְתַי הָאֵם שְׁלוֹ, אֲשֶׁר זֶה הִיסוּד
 אֲצֵל רַבֵּנוּ ז"ל, וְאָמַר (לְקוּטֵי-מוֹהַר"ן, חֵלֶק א', סִימָן ב'),
 שְׁמַשִּׁיחַ יִכְבֹּשׁ אֶת הָעוֹלָם רַק עַל-יְדֵי תְּפִלָּה
 וְהַתְּבוֹדָדוּת, וְלֹא יִצְטָרֵךְ אֶפְלוּ כְּדוֹר אֶחָד לִירוּת, אֲלֵא
 יַחֲדִיר בְּכָלֶם אֶת הָעֲנָנִין שֶׁל תְּפִלָּה וּבִקְשָׁה, לְשִׁיחַ וּלְסִפּוֹר
 בֵּינוֹ לְבֵין קוֹנוֹ כַּאֲשֶׁר יְדַבֵּר אִישׁ אֶל רֵעֵהוּ וְהִבֵּן אֶל
 אָבִיו. וּבִימוֹת הַמַּשִּׁיחַ יַעֲסִקוּ כָּלֶם בְּזֶה, אֲשֶׁר אֵין דָּבָר
 גָּדוֹל מִזֶּה. אֲשֶׁרֵי הַזּוֹכֶה לְדַבֵּר אֵלָיו יִתְבָּרֵךְ בְּכָל יוֹם
 וַיּוֹם, וּמְסִפּוֹר לוֹ יִתְבָּרֵךְ כָּל אֲשֶׁר עוֹבֵר עָלָיו — בֵּין
 בְּגַשְׁמֵי בֵּין בְּרוּחָנִי, וּמִתְאַחֵד עִם כָּל יְהוּדֵי וִיהוּדֵי,
 וְעוֹקֵר מִלְּבוֹ אֶת כָּל הַשְּׂנְאָה וְהַקְּנָאָה, הַתְּחָרוּת וְהַכְּבוֹד,
 וְעַל-יְדֵי-זֶה גִדְּבַק בְּמִדּוֹת טוֹבוֹת, וְאֲזִי גִדְּבַק בְּהַקְדוּשׁ-
 בְּרוּךְ-הוּא, וְזוֹכֶה לְשַׁעַר הַחַמְּשִׁים, וְנִמְצָא בְּשַׁעַר
 הַחֲרוּת, וְאֵין עָלָיו שׁוֹם שְׁעָבוֹד. וְלָכֵן כָּל זְמַן שְׂאֵדָם
 אֵינוֹ זוֹכֶה לְתְּפִלָּה וְהַתְּבוֹדָדוּת — הוּא מְסַכֵּן, תְּמִיד
 נִמְצָא לְבַד, בּוֹדֵד, אֵין לוֹ חֲבֵרָה, אוֹ אֵין לוֹ שְׂפָה
 מְשַׁתְּפֵת עִם הַזּוֹלָת, אָבֵל אִם אָדָם מְרַגִּיל עֲצֻמוֹ לְדַבֵּר
 אֵלָיו יִתְבָּרֵךְ בְּשִׁפְתַי הָאֵם שְׁלוֹ, שֶׁזֶּה הַתְּבוֹדָדוּת, וְאַמִּירַת

תְּהִלִּים, אַף פַּעַם אֵינְנוּ לְבַד, וּבְכָל מָקוֹם שֶׁבָּא בְּזֶה
הָעוֹלָם, הוּא בּוֹרַח אֵלָיו יְתַבָּרֵךְ, וְאַף פַּעַם לֹא יִהְיֶה
עֲצוּב, כִּי תָמִיד מְבַקְּשׁוּ יְתַבָּרֵךְ: "רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם,
תִּזְכְּנֵנוּ לְהִיּוֹת בְּשִׂמְחָה, תִּזְכְּנֵנוּ לְהִרְגִישׁ אֶת הַשִּׂמְחָה", וְאִז
הוּא הֵכִי מְאֹד בְּחַיָּיו. וְלִכֵּן עֲכָשׁוּ יוֹתֵר מִתָּמִיד, שְׂאֲנוּ
צְרִיכִים כָּל-כֶּף הַרְבֵּה יְשׁוּעוֹת, הִבָּה נַעֲשֶׂה לְעֲצֻמְנוּ חַק
וְלֹא יַעֲבֹר לְהִתְבּוֹדֵד בְּכָל יוֹם אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא,
וְלִסְפֹּר לוֹ יְתַבָּרֵךְ כָּל אֲשֶׁר מַעֲיֵק וּמַצִּיק לָנוּ, וְעַל-יְדֵי-זֶה
נִזְכָּה לְהִגָּאֵל גְּאֻלַּת עוֹלָם, עַל-יְדֵי בֶן דָּוִד מְשִׁיחַ צְדָקָנוּ,
שֶׁבּוֹא יְבוֹא וְלֹא יֵאָחֵר, וְהַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא יְבַנֶּה לָנוּ אֶת
בֵּית-הַמִּקְדָּשׁ, וְנִזְכָּה כְּלָנוּ יַחַד לְרֵאוֹת כְּמוֹ עֵינֵינוּ בְּגִלּוֹי
שְׂכִינָה בְּמַהְרָה בְּיָמֵינוּ, אָמֵן וְאָמֵן!

תָּם וּנְשָׁלִים שֶׁבַח לְאֵל בּוֹרֵא עוֹלָם!

לקוטי דבורים מספרי רבנו ז"ל

ממעלת אמירת תהלים

א.

רבנו ז"ל אמר (לקוטי-מוהר"ן, חלק ב', סימן קא): כְּשֶׁאָדָם אוֹמֵר תְּהִלִּים, צָרִיךְ לִרְאוֹת שְׂיִמְצָא אֶת עֲצֻמוֹ בְּתוֹךְ כָּל מְזֻמְרֵי הַתְּהִלִּים, וּבְתוֹךְ כָּל הַתְּחִנּוֹת וּבִקְשׁוֹת וּסְלִיחוֹת וְכִיּוֹצֵא, וּבִנְקֵל וּבִכְפִּישִׁיטוֹת בְּלִי חֲכָמוֹת יְכוּלִין לְמַצֵּא אֶת עֲצֻמוֹ בְּתוֹךְ כָּל הַתְּחִנּוֹת וּבִקְשׁוֹת, וּבִכְפֻרֵט בְּתֵהִלִּים שֶׁנֶּאֱמַר בְּשִׁבִיל כָּלֵל יִשְׂרָאֵל, בְּשִׁבִיל כָּל אֶחָד וְאֶחָד בְּכְפֻרֵט, וְכָל אָדָם, כָּל מְלַחְמוֹת הַיֵּצֵר שֵׁישׁ עָלָיו, וְכָל מֵה שֶׁנֶּעֱשֶׂה עִמוֹ, הַכֹּל מִבְּאֵר וּמִפְרֵשׁ בְּתֵהִלִּים, כִּי עָקְרוּ נֶאֱמַר עַל מְלַחְמוֹת הַיֵּצֵר הָרַע וְחִילוֹתָיו, שֶׁהֵם עָקְרֵי הָאוֹיְבִים וְהַשׁוֹנְאִים שֶׁל הָאָדָם, שְׂרוֹצִים לְמָנְעוֹ מִדְּרֹךְ הַחַיִּים, וְלְהוֹרִידוֹ לְשֵׂאוֹל תְּחִתִּיּוֹת, חֶסֶד וְשָׁלוֹם, אִם לֹא יִשְׁמֹר עֲצֻמוֹ מֵהֶם. וְרַק עַל עֲגִינֵי מְלַחְמָה זֹאת נִתְיַסַּד כָּל סֵפֶר הַתְּהִלִּים; כִּי עָקְרֵי כָלֵל וְשֵׁרֵשׁ וִיסוּד שֶׁל כָּל הָעֲצוֹת לְהִתְקַרֵּב לְהַשֵּׁם יְתִבְרַךְ, הוּא רַק אֲמִירַת תְּהִלִּים, וְשֵׁאֲרֵי תְּחִנּוֹת וּבִקְשׁוֹת וְהַתְּבוּדוֹת, לְפָרֵשׁ שִׁיחָתוֹ בֵּינוֹ לְבֵין קוֹנוֹ, וּלְבַקֵּשׁ מִלְּפָנָיו יְתִבְרַךְ, שִׁיקְרָבְהוּ לְעִבּוּדָתוֹ יְתִבְרַךְ, וְרַק עַל-יְדֵי-זֶה זוֹכִין לְנִצְחָה בְּמְלַחְמָה, אִם יִהְיֶה חֲזָק וְאֲמִיץ מְאֹד תָּמִיד, לְהַעֲתִיר

וְלֹהֵת־פָּלִל וְלֹהֵת־חַנּוּן לְפָנַי הַשֵּׁם יִתְבַּרֵךְ, יִהְיֶה אִיךָ
שִׁיְהֶיּהּ, אִז בּוֹדָאֵי יִנְצַח הַמְּלַחְמָה, אֲשֶׁרֵי לוֹ!

ב.

רַבְּנוּ ז"ל דִּבֵּר עִם אֶחָד מֵאֲנָשֵׁי שְׁלוֹמְנוּ, וְאָמַר לוֹ
(לקוטי-מוהר"ן, חלק ב', סימן קכה), שְׁעָקַר אַמִּירַת
תְּהִלִּים, לוֹמַר כָּל מְזֻמּוֹרֵי תְּהִלִּים עַל עֲצָמוֹ, וְלִמְצֵא אֶת
עֲצָמוֹ בְּתוֹךְ כָּל מְזֻמּוֹר וּמְזֻמּוֹר. וְשָׂאֵל אוֹתוֹ זֶה מֵאֲנָשֵׁי
שְׁלוֹמְנוּ: אִיךָ אוֹמְרִים עַל עֲצָמוֹ? וּפִרְשׁ לוֹ רַבְּנוּ ז"ל,
וְהִסְבִּיר לוֹ קֶצֶת, כִּי עַל כָּל הַמְּלַחְמוֹת שֶׁבִקֵּשׁ דָּוִד
הַמֶּלֶךְ, עָלָיו הַשְּׁלוֹם, שֶׁיִּצְיִלְהוּ הַשֵּׁם יִתְבַּרֵךְ מֵהֶם, הַכֹּל
צְרִיכִין לְפָרֵשׁ לְעֲצָמוֹ עַל מְלַחְמַת הַיֵּצֵר הָרָע וְחִילוֹתָיו,
וְכִיּוֹצֵא בָּזֶה בְּשָׂאֵר הַמְּזֻמּוֹרִים. וְשָׂאֵל אוֹתוֹ זֶה מֵאֲנָשֵׁי
שְׁלוֹמְנוּ: אִיךָ יְפָרֵשׁ לְעֲצָמוֹ אֶת הַפְּסוּקִים שֶׁדָּוִד הַמֶּלֶךְ,
עָלָיו הַשְּׁלוֹם, מְשַׁבַּח אֶת עֲצָמוֹ, כְּגוֹן (תְּהִלִּים פו): "שְׁמֶרְהָ
נַפְשִׁי כִּי חֲסִיד אֲנִי", וְכִיּוֹצֵא בָּזֶה? וְהִשִּׁיב לוֹ רַבְּנוּ ז"ל:
גַּם זֶה צְרִיכִין לְפָרֵשׁ עַל עֲצָמָם, כִּי צְרִיכִין לְדוֹן אֶת
עֲצָמוֹ לְכַף זְכוּת, וְלִמְצֵא בְּעֲצָמוֹ אִיזוֹ זְכוּת וּנְקֻדָּה
טוֹבָה, אֲשֶׁר בְּבַחֲיִנַת הַנְּקֻדָּה טוֹבָה הַזֹּאת הוּא בְּחִינַת
חֲסִיד וְכִיּוֹצֵא. וְאָמַר לוֹ רַבְּנוּ ז"ל: הֲלֹא אָנוּ מוֹצְאִים,
אֲשֶׁר אֶצֶל יְהוֹשֵׁפֵט כְּתִיב (דְּבָרֵי-הַיָּמִים-ב', יז): "וַיִּגְבְּהָ לְבוֹ
בְּדַרְכֵי הַיְוָי"ה", שֶׁבְּדַרְכֵי הַשֵּׁם יִתְבַּרֵךְ וְעָבֹדְתוֹ יִתְבַּרֵךְ
הַגְּבִיָּה לְבוֹ קֶצֶת, וְעוֹד אָמַר לוֹ אִז רַבְּנוּ ז"ל: הֲלֹא

בבקר אָנוּ אומרים בתפלה: "מה אָנוּ מֵה תַיִנוּ" וכו',
 וְאָנוּ מְקַטְיָנִים עֲצֵמָנוּ מְאֹד, וְאַחֲר־כֵּן אָנוּ אומרים:
 "אַבְל אֲנַחְנוּ עִמָּךְ בְּנֵי בְרִיתְךָ" וכו', שְׁאַחֲר־כֵּן אָנוּ
 מְחַזְקִים עֲצֵמָנוּ, וּמְרִימִים אֶת עֲצֵמָנוּ, וְאָנוּ מְסַפְּרִים אֶת
 גְּדֻלַּתְנוּ, וּמְתַפְּאֲרִים שְׁאָנוּ עִמּוֹ בְּנֵי בְרִיתוֹ, זֶרַע אַבְרָהָם,
 יִצְחָק, וְיַעֲקֹב וכו', כִּי כָּךְ צְרִיכִין לְהִתְנַהֵג בְּעֲבוּדַת
 הַשֵּׁם, מִצַּד אֶחָד לְהַשְׁפִּיל אֶת עֲצָמוֹ לְגַבֵּי הָאֵין סוּף
 בְּרוּךְ הוּא, וּמִצַּד שְׁנֵי צְרִיכִים לְהִתְחַזֵּק וְלֹא לְהַשְׁבֵּר
 כָּלֵל.

ג.

רַבְּנוּ ז"ל אָמַר (שיחות-הַר"ן, סימן צז): עַל-יְדֵי בְּשׁוּרוֹת
 טוֹבוֹת, יְכוּלִים לוֹמַר תְּהִלִּים.

ד.

רַבְּנוּ ז"ל אָמַר (שיחות-הַר"ן, סימן צח): אֲמִירַת תְּהִלִּים מַעֲלָה
 גְּדוּלָה כְּאֵלוֹ אֲמָרִם דְּוֹד הַמֶּלֶךְ בְּעֲצָמוֹ, כִּי הוּא
 אֲמָרִם בְּרוּחַ-הַקֹּדֶשׁ, וְהַרוּחַ-הַקֹּדֶשׁ מְנַח בְּתוֹךְ הַתְּבוּת,
 וּכְשֶׁאוֹמְרִם, הוּא מְעוֹרֵר בְּרוּחַ פִּיּוֹ אֶת הַרוּחַ-הַקֹּדֶשׁ, עַד
 שֶׁנֶּחֱשֵׁב כְּאֵלוֹ אֲמָרִם דְּוֹד הַמֶּלֶךְ, עָלָיו הַשְּׁלוֹם, בְּעֲצָמוֹ,
 וְהוּא מְסַגֵּל מְאֹד לְרַפְּאוֹת הַחוּלָה, לְהִיּוֹת לוֹ בְּטָחוֹן רַק
 עַל הַשֵּׁם יִתְבָּרֵךְ, שְׁעַל-יְדֵי אֲמִירַת תְּהִלִּים יוֹשִׁיעוּ הַשֵּׁם
 יִתְבָּרֵךְ, וְהַבְּטָחוֹן הוּא בְּחִינַת מְשַׁעֲנַת, כְּמוֹ שֶׁהָאָדָם

אַמִּירַת תְּהִלִּים

כז

נִשְׁעַן עַל הַמָּטָה שְׁלוֹ, כֵּן הוּא נִשְׁעַן עַל הַבֶּטָחוֹן,
שְׂבוּטָח שְׂיוֹשִׁיעוֹ הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ, כְּמוֹ שְׁאָמַר דָּוִד (תְּהִלִּים
יח, יט): "וַיְהִי הַיּוֹגֵ"ה לְמִשְׁעַן לִי"; וְעַל-כֵּן עַל-יַדֵּי-זֶה
נִתְרַפָּא הַחוֹלָה, כְּמוֹ שְׁכַתּוּב (שְׁמוֹת כא, יט): "אִם יָקוּם
וְהִתְהַלֵּךְ בַּחוּץ עַל מִשְׁעַנְתּוֹ וְנִקְהָה", וְזֶה בְּחִינַת (יִשְׁעִיָּה יא,
א): "וַיֵּצֵא חֲטָר מִגֹּזַע יִשְׂרָאֵל", הַנֶּאֱמָר עַל מְשִׁיחַ, שֶׁהוּא
דָּוִד, בְּחִינַת (אֵיכָה ד, כ): "רוּחַ אֲפָנוּ מְשִׁיחַ הַיּוֹגֵ"ה".

ה.

רַבְּנוּ ז"ל אָמַר (שִׁיחוֹת-הַר"ן, סִימָן קנד), שְׁהַעֲקֹר שְׁהַגִּיעַ
לְמַדְרַגְתּוֹ הוּא רַק עַל-יַדֵּי מַדַּת הַתְּמִימוֹת
וְהַפְּשִׁיטוֹת שְׁאָחֲזוּ בָּהּ, שְׁהָיָה מְדַבֵּר וּמְשִׁיחַ הַרְבֵּה בֵּינוּ
לְבֵין קוֹנוֹ, וְאָמַר תְּהִלִּים הַרְבֵּה בְּפְשִׁיטוֹת, וְעַל-יַדֵּי-זֶה
דִּיקָא הַגִּיעַ לְמָה שְׁהַגִּיעַ, וְהָיָה רָגִיל לֹאמַר הַרְבֵּה מְזֻמּוּרֵי
תְּהִלִּים בְּכָל יוֹם, וְשִׁפְךְ דְּמַעוֹת כְּפָיִם בְּעֵת אוֹמְרוֹ
מְזֻמּוּרֵי תְּהִלִּים, וְכַמָּה פְּעָמִים אָמַר רַק אֵת הַמְזֻמּוּרִים
שְׁמָאֵד מְעוֹרְרִים אֵת הָאָדָם, וְהָיָה חֲזָק בְּזֶה מְאֹד מְאֹד.

ו.

רַבְּנוּ ז"ל אָמַר (סִפְרֵי-הַמִּדּוֹת, אוֹת הַתְּנַשְׂאוֹת, סִימָן כז): עַל-יַדֵּי
אַמִּירַת תְּהִלִּים מְתֻרְמָמִים.

אַמִּירַת תְּהִלִּים

ז.

רַבֵּנוּ ז"ל אָמַר (ספֿר־הַמִּדּוֹת, אוֹת סְגֻלָּה, סִימָן ד'): תְּהִלִּים סְגֻלָּה
לְהוֹרִיד גְּשָׁמִים, תְּהִלָּם: לְמַטֵּר הַשָּׁמַיִם תִּשְׁתֶּה מַיִם.

ח.

רַבֵּנוּ ז"ל אָמַר (ספֿר־הַמִּדּוֹת, אוֹת שְׁנָה, סִימָן ג'): תְּמַשֶּׁה-עֶשֶׂר
שִׁיר הַמַּעֲלוֹת שֶׁבְּתְּהִלִּים מְסֻגָּלִים לְבִטּוֹל הַשְּׁנָה.

ט.

רַבֵּנוּ ז"ל אָמַר (תַּיִי-מוֹהַר"ן, סִימָן תַּפְּחָה): כְּשֶׁאוֹמְרִים מְזֻמּוֹר
אֶחָד תְּהִלִּים טוֹב, זֶה כְּמוֹ שֶׁשׁוֹתִים מִשְׁקָה טוֹב
(הֵינּוּ שֶׁאָדָם צָרִיךְ לְהַחְיֹת אֶת עֲצָמוֹ אֶפְלוּ עִם מְזֻמּוֹר
תְּהִלִּים אֶחָד).

י.

פַּעַם אַחַת דִּבֵּר רַבֵּנוּ ז"ל עִם אֲנָשֵׁי שְׁלוֹמְנוּ, שֶׁצָּרִיכִים
לְעֶסֶק הַרְבֵּה בְּאַמִּירַת תְּהִלִּים, תְּחַנּוֹת וּבִקְשׁוֹת
וְהַתְּבוּדוֹת (תַּיִי-מוֹהַר"ן, סִימָן תַּמָּא), וְשָׂאֵל אוֹתוֹ תִּלְמִידוֹ
רַבִּי יוֹדֵל ז"ל: אֵיךְ לוֹקַחִין לֵב? הֵינּוּ אֵיךְ זוֹכִים שִׁיְהִיו
הַדְּבוּרִים בְּהַתְּעוֹרְרוֹת הַלֵּב? וְהַשִּׁיב לוֹ רַבֵּנוּ ז"ל:
תֹּאמְרוּ לִי אֶצֶל אֵיזָה צָדִיק קִבְּלַתְּ הַתְּעוֹרְרוֹת הַלֵּב? ! כִּי
הָעֶקֶר הוּא אַמִּירָה בַּפֶּה, הֵינּוּ לְהַרְבּוֹת בְּדְבוּרִים וּתְחַנּוֹת
וּבִקְשׁוֹת בַּפֶּה, וְהַתְּעוֹרְרוֹת הַלֵּב בָּאָה מִמִּילָא.