

Rabbi Mandel Partnership Dedicated
לזכות רפואה וישועה מרדכי בן שרה רינה
לזכות ר' מאיר בן לאה



BITACHON WEEKLY

דברים-חזון

MENUCHAS HANEFESH

NOTHING IS IMPOSSIBLE

THE KEY TO ANSWERED TEFILLOS

THE POWER OF POSITIVE THINKING

RECOGNIZING YOUR POTENTIAL

by Rabbi Yehuda Mandel

To receive Bitachon Weekly by email send a request
to: weeklybitachon@gmail.com

And now in Spanish bitajonsemanal@gmail.com

For Dedications call
(732) 363 - 1180

The Weekly Vaad can be heard



on Kol Halashon
(718) 906 - 6400
Option 1, 4, 93

www.kolhalashon.com



And now available on:



Bitachon Hotline
"A Life of Bitachon"
(732) 719 - 3898

Rabbi Mandel can also be heard on Kav Hashgacha Pratis 518-613-0140
Yiddish #122 Hebrew #222 English #322

The new edition of Bitachon Weekly is researched and edited by
Rabbi Yaakov Shur

לזכרון עולם בהיכל ה'

לזכר נשמות

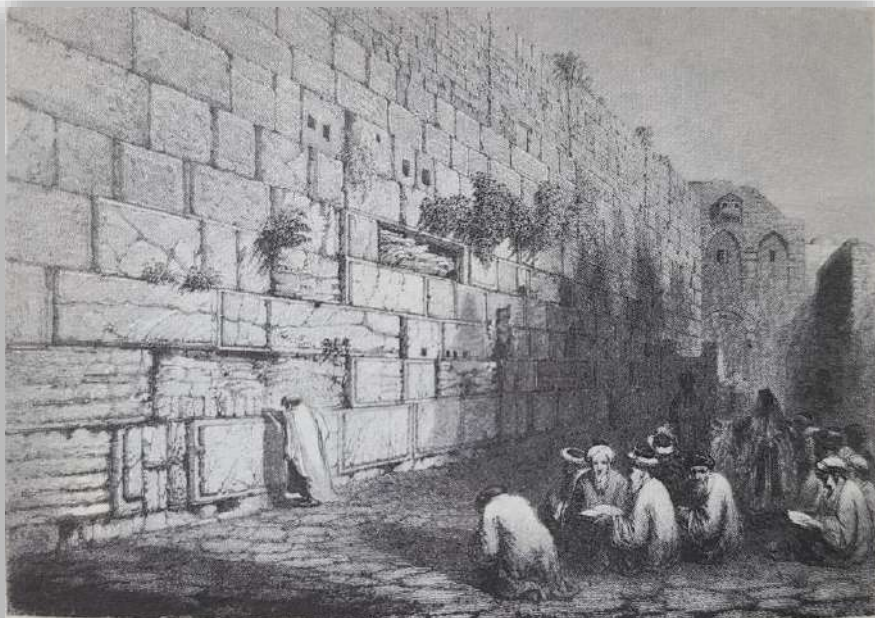
נחמן בן זאב קהת משה
יטלא בת יהודה
אהרן בן יהודה אריה הכהן
טאבא בת ביילא
שרגא פייבל בן משה יוסף
גבריאאל בן פנחס
רחל בת נחמן
משה בן פנחס

לזכותן של

שרה יהודית בת ביילא
חיה פערל בת ביילא

אין תפלתם חוזרת ריקם כי לא זזה שכינה מכותל המערבי

ספר טוב ירושלים



ציור מעניין מ, כותל המערבי" בערך משנת ת"ר, משמר של
חכמים ספרדים עוסקים בתורה על-ידו
ראה על משמרות אלה שהתקיימו ברחבת הכותל בכל עש"ק בס' "טוב
ירושלים" לגאון רבי יצחק פרחי (ירושלים תר"ב)

IN THIS ISSUE

- UNUSUAL K'VISHAS HAYETZER MAKES YOU A "GIANT"
- DESPITE ALL YOUR GREAT RUCHANIYUS POTENTIAL YOU CAN LOSE EVERYTHING BY FOLLOWING YOUR TA'AVOS
- IDEALLY OUR YIDDISHKEIT SHOULD BE INDESCRIBABLY SWEET AND GESHMAK
- LEARNING A LOT OF MUSSAR TO CONQUER YOUR PECKLACH MAKES YOU A SWEET SINGER OF ISRAEL LIKE DOVID
- SAMEACH B'CHELKO AND COUNTING YOUR BLESSINGS IS A LIFETIME JOB
- LEARN TO HATE WITH A PASSION WHATEVER HASHEM DIDN'T GIVE YOU
- WHEN YOUR OPINION OF YOURSELF GOES UP, SO DOES EVERYONE ELSE'S ABOUT YOU!
- "I DON'T MIND THE HEAT!"
- INSIST THAT EVEN THE WORST SITUATION IS REALLY GOOD
- STORIES OF NOVARDOK



מתוך ספר טוב ירושלים לר' יצחק פרחי ס"ט, נדפס בירושלים שנת "טוב ירושלים" (תר"ג) דף יז א
"גם הולכים בכל עש"ק לכותל המערבי ויושבים שם כתות כתות, יש מי שקורא משניות, ויש מי שקורא
תהלים ושיר השירים, ויש מי שקורא פרשה שמו"ת עם פירש"י, ובאים אנשים ונשים להתפלל ולהתחנן
לפני שכינת עוזנו ומתפללים שם מנחה, ובחדש אלול עד יוה"כ מתמידים ללכת שם להתפלל ולהתודות
וגמירי שאין תפלתם חוזרת ריקם כי לא זזה שכינה מכותל המערבי"

BITACHON WEEKLY

פרשת דברים - חזון תשפ"ו

פרשת דברים

אל תירא אתו ג ב

Unusual K'vishas HaYetzer Makes You a "Giant"

Rashi explains¹ that Moshe was afraid of the Zechus that Og had, when he served Avraham by informing him of Lot's capture. We have two stories of Tzadikim who killed giants. Here we have Moshe who killed Og, and in Sefer Shmuel we have Dovid killing Golyas. There is no doubt that conquering Og was a sign of the Gadlus of Moshe who was Kovesh (conquered) his Yetzer more than Gantz Klal Yisroel, and Chazal say that Moshe was: שְׂקוּל equal to the entire Klal Yisroel. He was a "giant" in his unusual K'vishas HaYetzer (conquering his desires), so he was the only Yachid in Klal Yisroel who was: ראוי worthy to kill a giant. **

And Dovid was the Yachid who was: מְשַׁכְּמוּ head and shoulders above everyone else, since he was a Melech who is higher than everyone, because he had an

The more a person has voices telling him he's really not so good, the greater he really is, since the Yetzer Hara always starts up with our greatest people

unusual Yetzer Hara, being an Admoni (flaming red head) similar to Eisav. That's why only Dovid, with his unusual Gevura in his K'vishas HaYetzer, was: ראוי worthy to kill the giant Golyas. Perhaps the giants were big and powerful because they also had greatness in Ruchaniyus, and this is why Moshe was afraid of Golyas. Indeed, Chazal say² that Orpah was Zoche to 4 sons who were giants because she was good to Naomi. But when she turned her back on Naomi, she lost everything. ***

Despite All Your Great Ruchaniyus Potential, You Can Lose Everything by Following Your Ta'avos

She had great Ruchaniyus'dik potential, but the Ta'avos of Olam HaZeh ruined her, and as soon as she left Naomi, she was Nichshal with 100 men. (Gemara³). And the same with Og who helped Avraham Avinu; but he spoiled everything when he wanted Avraham Avinu to get killed so he could marry Sara.

¹ רש"י עה"פ אל תירא אתו (ג ב) ובסיוחן לא הוצרך לומר אל תירא אותו, אלא מתיירא היה משה שלא תעמוד לו זכות ששמש לאברהם, שנאמר (לך יד יג) ויבא הפליט והוא עוג.

² סוטה מב ב, את ארבעת אלה ילדו להרפה בגת ויפלו ביד דוד וביד עבדיו (ש"ב כא כב) מאי נינהו, אמר רב חסדא, סף ומדון גלית וישבי בנוב. ויפלו ביד דוד וביד עבדיו, דכתיב (רות א יד) ותשק ערפה לחמותה ורות דבקה בה, אמר רבי יצחק, אמר הקדוש ברוך הוא, יבואו בני הנשוקה ויפלו ביד בני הדבוקה. דרש רבא, בשכר ארבע דמעוות שהורידה ערפה על חמותה, זכתה ויצאו ממנה ארבעה גבורים, שנאמר (רות א יד) ותשנה קולן ותבקענה עוד.

³ סוטה מב ב, ויצא איש הבנים ממחנות פלשתים גלית שמו מגת (ש"א יז ד) מאי בינים, אמר רב, שמבונה מכל מום. ושמואל אמר, בינוני שבאחיו. דבי רבי שילא אמר, שהוא עשוי כבנין. רבי יוחנן אמר, בר מאה פפי וחדא נאנאי (בן התערובת שבאו הרבה אנשים על אמו בלילה אחת ונתעברה מן אחד נמצא האחד אביו וכולן מנאפים. רש"י) וגלית שמו מגת, תני רב יוסף, שהכל דשין את אמו כגת. כתיב מערות (שם פסוק כג) וקרין מערכות, תני רב יוסף, שהכל הערו באמו. כתיב הרפה וכתוב ערפה (כתיב ערפה, שם האחת ערפה (רות א ד) וכתוב הרפה, אשר בילידי הרפה (ש"ב כא טז) והיא ערפה, כדאמרין לקמן שנגזר עליה שיפלו בניה בחרב ביד בני רות שדבקה בשכינה) רב ושמואל, חד אמר הרפה שמה, ולמה נקרא שמה ערפה, שהכל עורפין אותה מאחריה (הפקירה עצמה כבהמה פנים כנגד עורף), וחד אמר ערפה שמה, ולמה נקרא שמה הרפה, שהכל דשין אותה כהריפות (חטין כתושין).

(*Rash*⁴). People can be tall and strong as a sign of reward for *Ruchaniyus'dik* greatness. Twice it says in *Rus*: וַתִּשָּׂאנָה קוֹלָן וַתִּבְכִּינָה רות א they raised their voices and cried, and the second time, וַתִּשָּׂאנָה is spelled without an *Aleph*. *Chazal* say⁵: וַתִּשָּׂאנָה is a *Lashon* of: תַּשּׁוּת weakness, meaning they cried so hard about leaving *Naomi*, until their bodies became weak. Since *Orpah* spent her strength to honor *Naomi*, that's why she had strong children. ****

Imagine how special *Naomi* was to them, and indeed, her very name means sweet. She was the embodiment of: דְּרָכֶיהָ דְּרָכֵי נְעָם מְשִׁלִּי the pleasant ways of the *Torah*. She was so unusually good, that these two *Moavi* princesses cried their eyes out for her. And sure enough, the very name "*Rus*" means that she was the Bubby of *Dovid* about whom it says: שְׂרוּהוּ לְהַקְדֹּשׁ בְּרוּךְ הוּא בְּשִׁירוֹת וַתִּשְׁבְּחוּת he satiated Hashem with his beautiful songs and praises, and he was also called: נְעִים זְמֵרוֹת the sweet singer of Israel. the sweet singer of Israel.

Ideally Our *Yiddishkeit* Should Be Indescribably Sweet and *Geshmak*

No wonder *Rus* and *Orpah* were so attracted to *Naomi*! And this is the way each and every one of us has to conduct our *Avodas*

In Mishlei, Shlomo HaMelech is always mentioning how a person should avoid his Ta'avos which will ruin his life; and instead he should enjoy learning Torah and Ruchaniyus, which is the true sweetness of this world

Hashem; i.e., make it *Geshmak* and sweet! If two *Moavi* princesses lost their *Koach* as a result of crying over losing the sweetness of "*Naomi*", we realize how indescribably *Geshmak Yiddishkeit* should be ideally. And this is the main description of *Rus* and *Dovid*. (R' Gershon Liebman *Zatzal* was *Mamash* like this). *Yerushalayim* was *Dovid's* city, and it's called מְשׁוֹשׁ כָּל הָאָרֶץ תְּהִלִּים the joy of the whole world. Imagine the unreal: נְעִימוֹת sweetness of the main part of *Yerushalayim*; i.e., the *Bais Hamikdash*. Now we know how we should cry on *Tisha B'av*! Losing *Naomi* is like experiencing *Churban Bais Hamikdash*. Every *Yid* should strive for: זֶה קָלִי וְאֲנֹהוּ I will make Hashem beautiful, by becoming a true: נְעִים sweet person. *****

Learning A Lot of *Mussar* to Conquer Your *Pecklach* Makes You a Sweet Singer of Israel Like *Dovid*

R' Wainkrantz *Zatzal* told me that a person with lots of *Emuna* and *Bitachon* becomes *Geshmak*. *Naomi*, *Rus*, and *Dovid*, the: נְעִים זְמֵרוֹת יִשְׂרָאֵל ש"ב כג a sweet singer of Israel were the people who lived *Yerushalayim* and created *Yerushalayim*. We have to try to join them and learn loads of *Shaar HaBitachon*, etc.,

⁴ רש"י פ' לך עה"פ וַיְבֹא הַפְּלִיט (יד יג) לפי פשוטו זה עוג שפלט מן המלחמה, והוא שכתוב (דברים ג יא) כִּי רַק עוֹג מִלֶּךָ הִבָּשָׁן נִשְׁאָר מֵיֵתֶר הַרְפָּאִים, וזהו נשאר שלא הרגוהו אמרפל וחבריו כשהכו הרפאים בעשתרות קרנים. תנחומא. ומדרש ב"ר זה עוג שפלט מדור המבול, וזהו מיתר הרפאים, שנאמר (בראשית ו ד) הַנְּפִלִים הָיוּ בָאָרֶץ וגו' ומתכין שיהרג אברם וישא את שרה. ⁵ רות רבה (ב כ) וַתִּשָּׂאנָה קוֹלָן וַתִּבְכִּינָה (רות א יד) חסר אל"ף, תשש כחן שהן מהלכות ובוכות. ר' ברכיה בשם ר' יצחק, מ' פסיעות הלכה ערפה עם חמותה, ונתלה לבנה ארבעים יום, שנאמר (ש"א יז טז) וַיִּגַּשׁ הַפְּלִשְׁתִּי הַשֶּׁכֶּם וְהָעֶרֶב וַיִּתְּצֵב אַרְבָּעִים יוֹם, ר' יודן בשם ר' יצחק, ד' מילין הלכה ערפה עם חמותה, ועמדו ממנה ד' גבורים, שנאמר (ש"ב כא כב) אַרְבַּעַת אֵלֶּה יִלְדוּ לְהַרְפָּה. א"ר יצחק, כל אותו הלילה שפרשה ערפה מחמותה, נתערבו בה ערות גוים של מאה בני אדם, הה"ד (ש"א יז כג) וְהוּא מְדַבֵּר עִמָּם וגו' ממערכות פְּלִשְׁתִּים, "ממערות" כתיב, "ממאה ערלות" גוים שנתערו בה כל הלילה, ר' תנחומא אמר אף כלב אחד, דכתיב (ש"א יז מג) וַיֹּאמֶר הַפְּלִשְׁתִּי אֶל דָּוִד הַכֶּלֶב אֲנִכִּי.

and bring sweetness and kindness to the world and to ourselves. Don't rob the world of a potential: **נעים זמרת ישראל** sweet singer of Israel when your main focus is your pecklach without learning lots of *Mussar* to conquer them.

תשעת הימים

שנאת חנם Sameach B'chelko and Counting Your Blessings Is a Lifetime Job

According to the *Gr"a Zatzaf*⁶, *Sin'as Chinam* comes from lack of *Bitachon* and: **הסתפקות** being satisfied with what you have. A person who doesn't have *Bitachon* in Hashem and *Sameach B'chelko* is full of *Kin'ah* and *Sin'ah*. Believe it or not, this is a lifetime job. A *Yungerman* told his wife: "If you would be the wife of another person, and I would feel that

in Novardok I was told that most of us don't give enough appreciation for our wives. Even if you do appreciate, it's never enough, since the nature of a person is to take for granted what he already has

you are an outsider, I would have *Kin'ah*". **
"But now that you're my own wife, I barely appreciate what I have, and I take all your *Maalos* for granted". This is human nature, and without working on *Sameach B'chelko*, you'll spend a lifetime full of *Kin'ah* for what isn't yours, and: **ממילא** as a result, *Sin'as Chinam*. A *Yid* has to literally count his blessings and make a **Bittul (belittling) against anything that isn't his.** ***
Spend your life constantly admiring your:

- wife
- kids
- job
- *Kishronos* (abilities)
- house
- your unique issues
- your aches and pains and friends
- your lack of friends
- your city (despite all its problems)

⁶ הגר"א (ביאור לאגדות סבי דבי אתונא, ד"ה אייתי בודיא, הובא באבן שלמה פרק ג אות ב) כי ענין סימני טהרה שני סימנים, מעלה גרה ומפרסת פרסה. והענין כמ"ש הקדמונים כי בעוף אמרו כל עוף הדורס טמא, והענין כי מאכילת הדבר כפי מזג המאכל כן יהיה טבע האוכל, כי אבר מחזיק אבר, וזה סוד נפש הבהמית שבאדם ונפש החוטאת וסוד הקרבנות כידוע. וכל העבירות והחטאים הכל מחמדה כמ"ש, כי לא תחמוד כולל כל הדברות וכל התורה כמו שהאריכו בזה ועיין בדבריהם. וכל העוף הטורף טרף הוא סימן שאין בו מדת ההסתפקות. וכמ"ש סוף מכות בא חבוק והעמידן על אחת, וצדיק באמונתו יחיה, והוא ההסתפקות. וכן הוא בבהמה סימן מעלה גרה שמסתפק במאכל שבקרב. וכן מפרסת פרסה הוא סימן שאינו דורס וטורף טרף אלא גדל על אבוסו.

בגמל וארנבת ושפן, סימן טהרה שלהם מעלה גרה, וסימן טומאה שאינו מפריס פרסה, ובחזיר להיפך. והענין כמ"ש במדרש רבה (שמיני יג ה) גמל זו מלכות בבל, ארנבת כו' ע"ש היטב, כמ"ש (תהלים פ יד) יִכְרְסֶמֶנָה חֲזִיר מִיָּעַר, כמ"ש פסחים (ק"ח ע"ש, ואמרו (יומא ט ב) ראשונים עדיפי או אחרונים עדיפי, ואמרו ראשונים עדיפי, אדרבא אחרונים עדיפי דעסקי בתורה, ואמרו, תנו עיניכם בבירה כו', והענין כי ראשונים שנתגלה עונם נתגלה קיצם, אחרונים כו', והטעם כי הראשונים היו מעשיהם הטובים טמונים ועונותיהם גלויים, כי לבם היה טוב ואחרונים להיפך, ורחמנא ליבא בעי, כמ"ש (סנהדרין קו) רבותא למבעי בעי, בשני דרב יהודא כו' ע"ש. ואמרו, ראשונים שהיה בהם ע"ז וג"ע וש"ד אלא שתלו בטחונם בהקב"ה, נמצא כי מעשיהם רע מאוד שכולן ביהרג ועל יעבור עבירות חמורות שבתורה, ולבם היה טוב מאוד שמעלת הבטחון על כולם כנ"ל. ואחרונים עסקו בתורה ובגמילות חסדים, ומפני מה חרבה, מפני שנאת חנם, ללמדך ששקולה שנאת חנם כו', כמ"ש (ברכות סג) איזה פרשה קטנה כו' ואהבת לרעך, והוא מחוסר הבטחון, שכל הקנאה והשנאה ממנו. ולכן ראשונים גלו בג' מלכיות שסימן טהרה שלהם מבפנים וסימן טומאה שלהם מבחוץ, ואחרונים בגלות אדום שנמשלה לחזיר שהוא בהיפך, והוא פושט טלפיו להראות סימני טהרה שלו, ושבע תועבות בלבו. וכן הוא בגלות הזה, מדתן של ערב רב ונעשה לנו שם כנ"ל. וענין סימני טהרה בטלפיו ויצא השדה וצודה לי ציד אבל כי ציד הוא סימן טומאה צד וטורף כנ"ל בפיו שאינו מעלה גרה כו', וז"ש טובה צפרן של ראשונים (סימן טומאה שלהם) מכריסן של אחרונים, והבן.

- your *Rosh Yeshiva*
- your *Admor*
- your mistakes and stupidities
- your *Maalos* one by one

and keep glorifying every inch of your life and your *Mazal* (good and bad). ****

Learn To Hate with A Passion Whatever Hashem Didn't Give You

And play down and make jokes and *Bittulim* (belittling) and learn to despise what's not yours (often even in *Ruchaniyus Inyanim*) and **hate with a passion whatever Hashem didn't give you** (unless you're working on *Ayin Tova*, or: קנאת (you are using jealousy as a motivation to help you reach higher levels of *Ruchaniyus*). The gentile world is outdoing themselves with unending *Kin'ah* and wars, divorces, anger, and lifelong *Hakpados*; and even being dissatisfied with being a male or female, *Rachmana Litzlan*.

על מה אבדה הארץ שלא ברכו
בתורה תחלה נדרים פא א

Your Opinion Counts

The *Ran* says⁷ that they didn't make a *Bracha* on their learning *Torah* because they didn't value their learning enough. **When you are *M'vazeh* something, you destroy it. When you look down at your child, or your wife isn't**

***Chashuv* to you, or you don't like your job; you can destroy people and situations merely by your opinion, yourself included. If you think you can do something, then you have a much better chance of doing it.** **

ובחרת בחיים ולא במות

Self-Esteem Is *Binyan* (Building) and the Opposite is *Churban* (Destroying)

Working on self-esteem and insisting that you're a good person can be a *Tikun* for the *Churban Bais Hamikdash*. You are being *Osek* in *Binyan* (building) vs. *Churban* (destroying). The more positive you are, the more you grow and you blossom. The more you think you're a zero, the more zero you are. The more you believe in yourself and build yourself up, the more you build the world and further the building of *Bayis Shelishi*. People thrive when you think highly of them, and they become motivated; and they "die" when you have a low opinion of them. They cease to function. *** And even if they do function, there is an undertone of depression in them. The *Gr"a* explains⁸ that when *Chazal* say that the *Churban* took place because of *Sin'as Chinam* (hatred of one another), it means that they

The main issue of every human is his Bitachon, his happy relationship with Hashem, and being a Sameach B'chelko. That's why we all have so many Nisyonos and difficulties in life, since Hashem wants to make us great when we prove that we are happy despite so many "good reasons" not to be happy

⁷ ר"ן (נדרים פא א) ומצאתי במגילת סתרים של ה"ר יונה ז"ל דקרא הכי דייק דעל שלא ברכו בתורה תחילה אבדה הארץ דאם איתא על עזבם את תורת כפשוטא משמע שעזבו את התורה ולא היו עוסקין בה כשנשאל לחכמים ולנביאים למה לא פרשוהו והלא דבר גלוי היה וקל לפרש אלא ודאי עוסקין היו בתורה תמיד ולפיכך היו חכמים ונביאים תמהים על מה אבדה הארץ עד שפרשו הקב"ה בעצמו שהוא יודע מעמקי הלב שלא היו מברכין בתורה תחלה כלומר שלא היתה התורה חשובה בעיניהם כ"כ שיהא ראוי לברך עליה שלא היו עוסקים בה לשמה ומתוך כך היו מזלזלין בברכתה והיינו לא הלכו בה כלומר בכונתה ולשמה אלו דברי הרב החסיד ז"ל והם נאים ראויין למי שאמרם.

⁸ הגר"א (ביאור לאגדות סבי דבי אתונא) לעיל הערה 6

didn't have *Bitachon*, since a *Baal Bitachon* is *Sameach B'chelko* and: מְחִילָא as a result, he doesn't hate others. Also, when a *Baal Bitachon* says *Gam Zu L'tovah*, everything becomes good, and he is happy without anger and *Sin'ah*. ****

Also, the main reason for the *Churban* is: תַּחַת אֲשֶׁר לֹא עָבַדְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּשִׂמְחָה וּבְטוֹב לֵב, a lack of *Simcha*. *Being B'simcha* means that you appreciate and respect your *Torah* and *Mitzvos* and everything in your life. We need to work overtime on these positive principles in order to counteract the ongoing depression and overtime criticism and negativism that the long *Galus* has caused. We are plagued with lack of *Bitachon*, and with constant worry and anxiety. The *Haskalah* came because the *Yidden* had a low opinion of themselves, and wanted to be: כְּכָל הַגּוֹיִם like all the nations, so they ruined themselves and caused the dreadful Holocaust. *****

When Your Opinion of Yourself Goes Up, So Does Everyone Else's About You!

TRUE STORY

Many years ago I was offered a job, and after a few days I was convinced that they didn't really want me. I almost wanted to throw in the towel and quit, until I remembered my positive *Yesodos*. Besides davening loads, I started telling myself how highly qualified I really was. I had loads of proofs, and I remembered all the old compliments and I believed them. The next day I was a new person, with plenty *Simcha* and self-confidence, and the people around me were

smiling much more. *****

In fact, they took pictures of me and my work, and they praised me. When your opinion of yourself goes up, so does everyone else's about you! I used to eat a very healthy diet for many years, and if I didn't, I was plenty weak and stressed. As soon as the *Novardokers* convinced me that *Bitachon* makes you

healthy much more than all this, I changed rapidly, and until today I can eat all kinds of junk and it doesn't hurt me a drop. (WARNING: this is not for everyone). *****

You'd be shocked if you knew how many people are sick and even dangerously ill because they believe that they are, and how many people could have very well been in the hospital with serious problems, but their opinion of their good health actually makes them healthy. *****

The Novardok Mentality: Everything Is in the Mind!

TRUE STORY

They told 10 people with *Yener Machla* that they had two months to live, and they were indeed

Niftar in two months. They told 10 other people with the exact condition that they could live many more months, and they lived much longer. I heard this story in *Novardok*.

This was Novardok mentality. Everything is in the mind! *****

R' Scheinberg *Zatzal* was very similar, and in those boiling hot *Yerushalmi Chamsin* (heatwave) days, when the *Olam* couldn't learn since there was no air conditioning, R' Scheinberg *Zatzal* sat for hours and hours in that same *Bais Medrash* with his tons of

*When you
build up Bnei
Torah and
frum Yidden
in your mind,
you are
actually doing
them a
Chesed.
And when
you hold more
and more of
yourself, you
become truly
great and you
blossom*

Tzitzis on him. He said at that time openly: "Boys! It's all in the mind! The way you psych yourself has a real effect on you." *****

"I Don't Mind the Heat!"

R' Shmuel Shneur *Zatzal* was walking around with his frock and homburg in the worst heat with a smile and saying: "I like the heat! Keep saying "I don't mind the heat" (or cold) again and again. "It won't kill me, and it's even *Geshmak*". You can do the same with your opinion of your horrific *Peckel*, or your wife who isn't so *Gevaldig*, or your nasty child, your difficult job, or your self whom you used to look down upon; and keep saying: "It's not so bad. In fact, it's *Gevaldig*!", etc. *****

Look how *Kalev* and *Yehoshua* said: טובה הארץ מאד מאד "The land is very, very good!" and they ended up thriving in *Eretz Yisroel*; whereas the *Meraglim* who saw the same land, said: ארץ אכלת יושביה "It is a land that consumes its inhabitants", and because of this they were *Niftar* in the *Midbar*. Notice how when they were told that they would be *Niftar* in the *Midbar*, it says: פגריכם carcasses, the same *Lashon* used for dead animals (נבלות). And look how *Korach* was swallowed up in the ground for his complaints. A complainer destroys the potential good opinion. He is considered a low-life like an animal, and he belongs down under. **Low opinions about life and self, etc. can be dangerous! Be an *Akshan* (stubborn) and insist on high opinions everywhere, and you're in for**



R' Shmuel Shneur

total goodness: בזה ובבא in this world and in the next! *****

Insist That Even the Worst Situation Is Really Good

But those who fight to see only good in themselves and others and situations, bring life and goodness and beauty to the entire world. **The very best are those who, like *Dovid*, insist that even the worst situation is really good.** *****

Here is a *Yungerman* who was:

- the worst in his family
 - or had the worst children
 - or was the most incapable in the *Bais Medrash*
 - or at the job
 - and the people disliked him
 - or he was getting old and forgetful
 - or doing *Aveiros* or mistakes all the time
 - and having a bad *Mazal*
 - or a bad wife, etc.
- and he sat down to write a whole *Megila* how just the opposite is true, and the next day he was a whole new picture. *****

I have seen this approach work wonders many times, and I know a *Yungerman* who, when he needs to talk over his problems, instead of kvetching and crying, he goes over to a close friend and he makes a whole *Shtikel Torah* on how good and lucky he is (he even can say *Bubba Mai'ses*). It works wonders, and can do much more for you than by acknowledging the sad truth. *****

Often, it can be one session that can change

the *Matzav*, and sometimes it has to be repeated many times.

A Baal Bitachon Doesn't Have to Settle

A TRUE AMAZING STORY

"Stop with your *Bitachon Mishugas!* you have to have your head on straight and your feet on the ground, or else you're in for trouble!" Sometimes the above is true. But to those who learn *Shaar HaBitachon* extensively, and have a *Rebbe* and a *Chinuch* in *Bitachon*, it's a different story. **

A *Bachur* was raised in a super crazy family. He had a father with severe mental problems, who would physically beat up the kids even when they were older. And his marriage was miserable. The family had a very bad reputation. This *Bachur* himself suffered from plenty anxiety and depression. He went from therapist to therapist with all kinds of medication, and got nowhere. ***

Until somebody introduced him to Bitachon Hotline etc., and he really took to it, until he was completely cured. He still had zero *Shiduchim* redd to him, and all his friends told him that he has to face reality and take some kind of weird *Shidduch* (with a crazy family, like his own divorced parents) and accept life as it is. ****

With the Power of Bitachon I Can Get Exactly What I Want

He was told that "You can't get what you want, especially in your situation". Whatever

The Tamim knows that Hashem can literally do anything, and his mind is full of positive memories of Hashem's past Chasadim and Yeshuos

the *Hashgacha* has for you, you'll have to settle. He said: "What if the *Hashgacha* wants me to get married at 40? I'm not interested in that, and I believe that I can get exactly what I want with the power of *Bitachon*". *****

Although he was a total reject, and not one shadchan ever called him, he decided to spend time everyday working on *Bitachon*, that he'll get a super normal *Gevaldige Shidduch* with a great family, etc. His friends were angry at him for this, and one of them stopped talking to "this *Meshugena*". After 5 months, he found exactly what he wanted, by the weirdest shadchan who made crazy *Cheshbonos* why this was a perfect *Shidduch*. He is now happily married with a beautiful family. *****

Sometimes it pays not to have "your feet on the ground" and to be a *Tam* who believes in: ברוך

Blessed is he who trusts in Hashem. ז' ירמיה י"ז

NOVARDOK

Every Thought of Bitachon Must Come True

Every single: הרהור thought of *Bitachon* that you ever had **must** come true, and Hashem will make it happen when you need it most. The *Alter* himself said this, and I found it quoted⁹ by R' Dovid Bleicher *Zatzal* in *Sefer*

⁹ ספר דברי בינה ומוסר (שיחות ומאמרים שנרשמו ע"י תלמידי ישיבות בית יוסף מפי הגה"צ רבי דוד בליאכר זצוק"ל ראש ישיבת בית יוסף מזריץ-פודליאסק, תל אביב תשל, עמ' פט-צ, גלגוליה של חולשה) אמרו חז"ל, על שאמר אע"ה "במה אדע", אמר הקב"ה חייך ידוע תדע כי גר יהיה זרעך וגו'. הרי לנו השורש הראשון מן צמח שעבוד מצרים. ויש לנו להתבונן מפני מה נענש עונש קשה כזה של שיעבוד ארבע מאות שנה, בשביל מכשול אחד שנראה כ"כ דק. ויתרה מזו אע"ה הרי האמין בסופו של דבר אלא שביקש לחזק את אמונתו בדבר שלא בא לעולם, הוא ושרה היו עקרים בטבע, ולא נראה עדיין באופק כי יצחק יולד כי שניהם היו זקנים ואעפ"כ "והאמין בה" ויחשבה לו לצדקה". אלא התביעה על אברהם אע"ה לא באה על חוסר האמון,

Divrei Bina U'mussar. Just thinking positive means having *Bitachon*, and you are being *Osek* in the #1 *Mitzva* and your main reason for existence.

**

A *Passuk* or *Chazal* about *Bitachon* accompanied with your *Mach'shava* (thoughts) is a preference, but the thought itself is plenty good; it's *Kodesh Kodoshim Mamash*, a ticket to *Olam HaZeh* and *Olam HaBah*. Besides for the *Mitzva* of *Bitachon*, going against your negative nature is a great *Mitzva*, since you are doing *Shviras HaMiddos*. So you're cashing in millions. Your business is booming! Now you get a picture of why *Novardokers* were so happy!



R' Dovid Bleicher

They don't just know these concepts; they *Chazzer* them again and again and again, for hours! (don't think it's easy). It doesn't become part of you so easily. There are thousands of negative ways of thinking, that either you were born with, or your environment causes. This is a reason why *Novardokers* would learn *Mussar* even for hours and hours! They had their own environment, which encouraged their own

way of thinking, and people were able to become *Oisgehalten*.

When Looking for *Shiduchim* You Can Get Anything You Wish

I was told about an old *Novardoker* that when looking for *Shiduchim*, you can get anything you wish. He had unusual success, marrying off his large family with the best *Shiduchim* quickly and efficiently. He has zero money, and yet he is always succeeding without having all kinds of *Chovos* (debts). At one point, he developed a *Chov* (debt) of about \$100,000 and he told me about it; as usual with his constant laughter and unending *Bitachon*.

I met him a year later, and he told me that a relative came along and raised the entire sum within a year. He told me that just like Hashem can give you **exactly** what you ask for in a shidduch, so can He **easily** improve the people in your life that you may be concerned about. You keep working on *Bitachon* and *Tefila* and watch. I, myself, have witnessed miraculous changes in his family.

אלא על שרצה לראות בחשתלשלות כיצד יירש יצחק. נטיה היא באדם להתעניין לדעת אופני תהלכות ההבטחה והוצאתה לפועל, אף בשעה שהוא מאמין בהן. אבל לפי האמת, אחרי ההבטחה הגדולה לא היה צריך להרגיש שום חסרון גם אם לא יראה זאת, שהרי לא יחסרו אופנים וסיבות בכל מקום ובכל זמן. וכמו שהיה אומר אדמו"ר זצ"ל שכל הרהור-בטחון מוכרח להניב פירות, ואין שום הרהור בטחון הולך לאיבוד. כי השי"ת מסבב שישיג את בטחונו בזמן ובמקום כשהוא נזקק לזה ביותר, וכשמגיעה השעה דואגת ההשגחה שהדבר יצא לפועל בשלמות. למה הדבר דומה, לנוסע בדרך רחוקה ומסוכנת, ויש לו רכוש רב, והוא מבקש להעביר מעותיו דרך הדואר, כדי לבטח עצמו מן הפגעים העלולים לו לקרות עמו אם יחזיקם בכיסו. אם אדם זה ירצה להכנס מדי פעם אל בית הדאר לראות את ממונו, ואף להקל על הפקידים במשלוח, יגרשוהו משם ולא יניחוהו. משמסר את הממון אינו צריך להתערב כלל בדבר עד שיגיע למחוז חפצו, ואז ישיג את שלו. ואם ירצה דוקא להתעניין ולראות איך יגיעו מעותיו לידו בודאי לא יקבלו את תנאיו, ולא יקבלו ממנו מעותיו להעברה, ויצטרך לסמוך על כחותיו ותחבולותיו הדלים, אשר בודאי אינם בטוחים וקרובים להפסד. כן, אחרי הבטחת ה' אין צריך לראות אופני ההשגחה. כשתגיע שעת קיום ההבטחה בודאי ישיג את שלו בשלמות, ואינו צריך לראות מקודם התגלגלות הסיבות, אלא יהיה לבו נכח ובטוח בה'.



To hear a clear recording of Rabbi Mandel's shiurim, call by dialing:

USA 718 298 2077 / UK 0330-1170305 / Israel 072-398-2980 / Canada 647-797-0056

Here are the ID numbers for last week's Shiurim

When the menu starts, press 9 and the Shiur ID right away or 1# for speakers and 30# for all shiurim

Parshas Pinchos 5786

Shiur ID	Duration	Language
458878	3:29	English
458881	13:09	English
458882	6:27	English
459738	44:45	English
460577	44:59	English

Parshas Matos Masei

461028	44:54	English
461344	40:56	English
461959	43:37	English

Questions To Rabbi Mandel



Doing A *Zechus* for Multiple Names

Question: Dear Rabbi Mandel. Thank you for all your shiurim on TorahAnytime. They constantly uplift and inspire me to be a better person. I have an older single niece (who has 2 single sisters right behind her) and I wanted to know what might be a good thing to take on or do together with all my sisters-in-law as a *Zechus* for her to find her bashert? Also, we have a learning group every morning, and we say a few names that the learning should be a *Zechus* for, and I'm wondering if when we add names to it does that take away any *Zechusim* from everyone else on the list? Thank you again for everything

Answer: I don't think it takes away at all. The more the merrier. If you believe it's going to work, it'll work for the whole world.

Now, that's if you have other people in mind when you do one thing. But, these sisters, I saw a write-up, and it's very powerful. If they and the whole family can go ahead and thank for everything and anything, for a long time, this is a tremendous *Zechus*; and watch them all get engaged. There were older singles between the ages of 28 – 32, three of them in one family, who after 3 months, where the whole family got together and just got busy thanking Hashem day and night for all kinds of things, they all got engaged. That's a very powerful story, and there's a lot of truth in that. *Hatzlacha Gedola*

**You can submit your questions to Rabbi Mandel by emailing them to questionsforrabbimandel@gmail.com
To subscribe to the weekly, email weeklybitachon@gmail.com**

If you feel that this booklet has enriched your life and you would like to help us continue our life-saving work, you can make a contribution via Zelle to weeklybitachon@gmail.com

This is not a tax-deductible account. We are in the process of setting it up