

## Relax and Trust

### Psalm 27, L'David

לְדָוִד | יְהוָה | אוֹנִי וַיִּשְׁעֵי מִמִּי אֵיךָ יְהוָה מְעוֹז־חַיִּי מִמִּי אֶפְחָד:

Of David. The LORD is my light and my help; whom should I fear? The LORD is the stronghold of my life, whom should I dread?

בְּקִרְבִּי עָלַי | מְרֵעִים לֹא־אֶכְלֵ אֶת־בְּשָׂרִי צָרִי וְאֹיְבֵי לִי הֵמָּה כָּשְׁלוּ וַיִּפְּלוּ:

When evil men assail me to devour my flesh— it is they, my foes and my enemies, who stumble and fall.

אִם־תִּתְחַנֶּה עָלַי | מִחַנְּהָ לֹא־יִירָא לְבִי אִם־תִּקְוִים עָלַי מִלְחָמָה בְּזֹאת אֲנִי בֹטָח:

Should an army besiege me, my heart would have no fear; should war beset me, still would I be confident.

### Psalm 55, 23

הַשְׁלֵךְ עַל־יְהוָה | יְהַבֵּךְ וְהוּא יְכַלְכֶּלְךָ לֹא־יִתֵּן לְעוֹלָם מִוִּט לְצַדִּיק:

Cast your burden on the LORD and He will sustain you; He will never let the righteous man collapse.

### Psalm 115

יִשְׂרָאֵל בְּטַח בִּיהוָה עֲזָרָם וּמִגְּנָם הוּא:

O Israel, trust in the LORD! He is their help and shield.

Yisrael betach baShem ezram umaginam hu...

### Jerusalem Talmud

ר' חזקיה רבי יעקב בר אחא ר' יסא בשם רבי יוחנן לעולם לא יהא הפסוק הזה זז מתוך פיר (תהילים מז) ה' צבאות עמנו משגב לנו אלהי יעקב סלה ר' יוסי בי ר' אבון ר' אבהו בשם ר' יוחנן וחברייא (תהילים פד) ה' צבאות אשרי אדם בוטח בך ר' חזקיה בשם ר'

אבהו יהי רצון לפניך ה' אלהינו ואלהי אבותינו שתצילנו משעות החצופות הקשות הרעות  
היוצאות המתרגשות לבוא לעולם:

### **Psalm 84**

יְהוָה צְבָאוֹת אֲשֶׁר־יְאֹדֶם בְּטֶחַ בְּרָךְ:

O LORD of hosts, happy is the man who trusts in You.

### **Psalm 46, 12**

יְהוָה צְבָאוֹת עִמָּנוּ מִשְׁגֵּב־לָנוּ אֱלֹהֵי יַעֲקֹב סֵלָה:

The LORD of hosts is with us; the God of Jacob is our haven. Selah.

### **R. Lichtenstein, a tension in the Psalms**

#### **Psalm 121**

שִׁיר לַמַּעֲלוֹת אֲשָׁא עֵינֵי אֶל־הַהָרִים מֵאֵין יָבֹא עֲזָרִי:

A song for ascents. I turn my eyes to the mountains; from where will my help come?

עֲזָרִי מֵעַם יְהוָה עֹשֵׂה שָׁמַיִם וָאָרֶץ:

My help comes from the LORD, maker of heaven and earth.

אֶל־יָתֵן לְמוֹט רַגְלְךָ אֶל־יָבוֹם שְׁמֶרְךָ:

He will not let your foot give way; your guardian will not slumber;

## Psalm 131

שִׁיר הַמַּעֲלֹת לְדָוִד יְהוָה | לֹא־גִבָּה לְבִי וְלֹא־רָמַו עֵינַי וְלֹא־הִלָּכְתִּי | בְּגִדְלוֹת וּבִנְפִלְאוֹת  
מִמֶּנִּי:

A song of ascents. Of David. O LORD, my heart is not proud nor my look haughty; I do not aspire to great things or to what is beyond me;

אִם־לֹא שְׁוִיתִי | וְדוּמָּה מְתִי נִפְשִׁי כְּגִמְלַ עָלַי אִמּוֹ כְּגִמְלַ עָלַי נִפְשִׁי:

-but I have taught myself to be contented like a weaned child with its mother; like a weaned child am I in my mind.

יְחַל יִשְׂרָאֵל אֶל־יְהוָה מְעַתָּה וְעַד־עוֹלָם:

O Israel, wait for the LORD now and forever.

## Chazon Ish, Emunah u'vitachon

### Ch 2

The Chazon Ish wrote in the book Emunah U'Bitachon [Chapter 2](#) that the definition of bitachon is NOT the mistaken belief that when faced with 2 possible outcomes one must believe that the better (or thought to be better) outcome will happen, rather it is to know that nothing happens by chance and that God is controlling and directing everything.

טעות נושנת נתאזרחה בלב רכים במושג במחון. שם במחון המשמש למדה מהוללה ועיקרית כפי החסידים, נסתוכבה במושג חובה להאמין - בכל מקרה שפוגש האדם והעמידתו לקראת עתיד בלתי מוכרע ושני דרכים בעתיד, אחת טובה ולא שניה - כי בטח יהיה הטוב, ואם מסתפק וחושש על היפוך הטוב הוא מחוסר במחון. ואין הוראה זו בבמחון נכונה, שכל שלא נתברר בנבואה גורל העתיד אין העתיד מוכרע, כי מי יודע משפטי ד' וגמולותיו ית'. אבל ענין הבמחון הוא האמון שאין מקרה בעולם, וכל הנעשה תחת השמש הכל בהכרזה מאתו ית', ובהיות פעולת האמונה על עורקי החיים היא בכלל מדות

**Meshech Chochma, R. Meir Simcha of Dvinsk, Ekev**

ובו תדבק, שכיון שיצייר האדם שהוא דבוק להשגחה העליונה מהשי"ת ומרגיש השי"ת בעניניו יותר ממה שמרגיש האדם בעצמו ורוצה בהצלחת האדם יותר ממה שחפץ לבב האדם בעצמו, וכמו שדרשו על כי ידעתי את מכאוביו, ובאג"ב על מה אקוב כו', אז האדם בטוח ונח ואינו דואג מאומה לעניניו, כי מה יועיל יכלתו נגד יכולת הבורא הדבוק עמו ומרגיש בהעדריו כביכול, וזה נקרא דביקות,

He knows everything that happens to us and what is in our hearts, and the actions of every person. Therefore he is more concerned with our wellbeing than we are ourselves. If so, a person can sit securely, at peace and tranquility, and not take any more precautions than those that Hashem decreed on us to take... This is the meaning of the verse, "Cling to Him." When a person understands that he is clinging to Hashem, and attached to the Higher Providence from Hashem, and Hashem is aware of everything he does more than he himself is aware, and Hashem wants each of us to succeed more than we do ourselves... This is called "attachment."

## Job 13, 15

הוֹיִקְטֹלֵנִי לֹא [לוֹ] אֵיחַל אַךְ־דָּרַכְתִּי אֶל־פְּנֵי אֹכִיחִים:

He may well slay me; I will hope for Him; Yet I will argue my case before Him.