

# The Five Habits of Highly Spiritual People

לעילוי נשמת משה מענדל בן שניאור זלמן

On Shabbos Ki Savo 5528 (1768), the Maggid of Mezritch said a "Torah" beginning *V'shavta ad Havayeh Elokecha*. He explained that the *avoda* of *teshuva* must attain a level at which *Havayeh*, transcendent Divinity beyond worlds, becomes *Elokecha* – *Elokim* being numerically equivalent to *hateva* (nature).

All the disciples of the Maggid were profoundly stirred by this teaching. The *tzadik* R. Meshulam Zusya of Anipoli said that he could not attain the heights of such a *teshuva*; he would therefore break down *teshuva* to its components, for each letter of the word *teshuva* is the initial of a verse.

"The word *teshuva* comprises five (Hebrew) letters, each letter a path and a method in the *avoda* of *teshuva*." – R' Shnuer Zalmen of Laidi

Each moves from a potential state to actuality through the *avoda* of davening.

תָּמִים תְּהִיָּה עִם ה' אֱלֹקֶיךָ

*T: Tamim - "Be sincere with the Eternal your G-d." Devarim 18:13.*

שִׁוִּיתִי ה' לִנְגְדִי תָמִיד כִּי מִיְמִינִי בֹל אֲמוּט

*Sh: Shiviti - "I have set G-d before me always." Tehillim 16:8.*

אֶהְבֶּתָּ לְרֵעֶךָ כְּמוֹךָ אֲנִי ה'

*U: V'ahavta - "Love your fellow as yourself." Vayikra 19:18.*

בְּכָל דְּרָכֶיךָ דַּעְהוּ וְהוּא יִישֹׁר אַרְחֶתְךָ

*V: B'chol - "In all your ways, know Him." Mishlei 3:6.*

הִצַּנֵּעַ לְכַת עִם אֱלֹקֶיךָ

*H: Hatznei'a - "Walk discreetly with your G-d." Micha 6:8.*

## The First Habit: T- *Tamim*..., "Be sincere with G-d."

Be wholehearted with the Lord, your G-d.

תָּמִים תְּהִיָּה עִם ה' אֱלֹקֶיךָ:

**Be wholehearted with the Lord, your G-d:** Conduct yourself with Him with simplicity and depend on Him, and do not inquire of the future; rather, accept whatever happens to you with [unadulterated] simplicity and then, you will be with Him and to His portion.

**תמים תהיה עם ה' אלקיך:** התהלך עמו בתמימות ותצפה לו ולא תחקור אחר העתידות, אלא כל מה שיבא עליך קבל בתמימות ואז תהיה עמו ולחלקו:

Targum Unkelos:

שלים תהי בדחלתא דה' אלקך:

### Source #1 Bereishis- Genesis - Chapter 15

**3** And Abram said, "Behold, You have given me no seed, and behold, one of my household will inherit me."

ג וַיֹּאמֶר אַבְרָם הֵן לִי לֹא נִתְּנָה זָרַע  
וְהִנֵּה בֶן בֵּיתִי יוֹרֵשׁ אֹתִי:

**4** And behold, the word of the Lord came to him, saying, "This one will not inherit you, but the one who will spring from your innards-he will inherit you."

ד וְהִנֵּה דְבַר ה' אֵלָיו לֵאמֹר לֹא  
יִרְשְׁךָ זֶה כִּי אִם אֲשֶׁר יֵצֵא מִמֶּעֶיךָ  
הוּא יִרְשְׁךָ:

**5** And He took him outside, and He said, "Please look heavenward and count the stars, if you are able to count them." And He said to him, "So will be your seed."

ה וַיּוֹצֵא אֹתוֹ הַחוּצָה וַיֹּאמֶר הִבֵּט נָא  
הַשָּׁמַיְמָה וּסְפֹר הַכּוֹכָבִים אִם תּוּכֵל  
לְסַפֵּר אֹתָם וַיֹּאמֶר לוֹ כֹּה יִהְיֶה  
זָרְעֶךָ:

**6** And he believed in the Lord, and He accounted it to him as righteousness.

ו וַהֲאֵמֵן בַּה' וַיַּחְשְׁבֶהָ לוֹ צְדָקָה:

### Source #2 - Gemara Chullin 7b

No man bruises his finger on earth unless it was so decreed by G-d.

### Source #3 - Gemara Shabbos 156b

Charity saves from death.

## **The Second Habit: Sh- *Shiviti*, "I have set G-d before me always."**

### **Source #4 – Tzava'as HaRivash**

*Shiviti* is an expression of *hishtavus* (equanimity): no matter what happens, whether people praise or shame you, and so, too, with anything else, it is all the same to you... for [with this perspective] the *yetzer hara* is entirely removed from you.

Whatever may happen, say that "it comes from [G-d], blessed be He, and if it is proper in His eyes..." Your motives are altogether for the sake of Heaven, and as for yourself nothing makes any difference.

Also, serve G-d with all your might, because everything is "required [for Above]." G-d wishes to be served in all possible ways. This means the following:

Sometimes one may walk and talk to others and is then unable to study [Torah]... so also when on the road, thus unable to pray and study as usual, you must serve [G-d] in other ways.

Do not be disturbed by this. For G-d wishes to be served in all possible ways, sometimes in one manner and sometimes in another. That is why it happened that you had to go on a journey or talk to people, i.e., in order that you serve Him in that alternate way.

## **The Third Habit: U - *V'ahavta...*, "Love your fellow as yourself."**

### **Source #5 - Vayikra - Leviticus - Chapter 19**

לֹא תִקֶּם וְלֹא תִטֹּר אֶת בְּנֵי עַמֶּךָ וְאֶהְבֵּתָ לְרֵעֶךָ כָּמוֹךָ אֲנִי ה'

### **Source #6 - Devarim - Deuteronomy - Chapter 6**

וְאֶהְבֵּתָ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל לִבְבְּךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ וּבְכָל מְאֹדְךָ

## **Source #7 – Tanya Chapter 32**

הרי זו דרך ישרה וקלה לבא לידי קיום מצות ואהבת לרעך כמוך, לכל נפש מישראל למגדול ועד קטן...

*is a direct and easy path toward fulfilling the mitzvah, "You shall love your fellow as yourself," with regard to every Jew both great and small — in spiritual stature...*

...ולכן נקראו כל ישראל אחים ממש מצד שורש נפשם בה' אחד

*...it is on account of this common root in the One G-d that all of Israel are called "brothers" — in the full sense of the word, and not only figuratively, in the sense of "relatives" or "similar in appearance" and the like;*

רק שהגופים מחולקים

*only the bodies are distinct from each other.*

This explains how it is at all possible to demand that one love his fellow as he loves himself. Self-love is innate, natural to man; love for one's fellow is not. How can a generated love match a natural one

According to the principle stated here, this is readily understood. One Jew need not create a love for another. The love is an inborn characteristic of his soul, on account of its root in G-dliness which is common to all souls; it is as natural as the love between brothers.

ולכן העושים גופם עיקר ונפשם טפלה אי אפשר להיות אהבה ואחוה אמיתית ביניהם אלא התלויה בדבר לבדה

*Therefore, there can be no true love and fraternity between those who regard their bodies as primary and their souls secondary, but only a love based on an external factor.*

Since the body separates us from each other, whereas the soul is that which binds us together, the greater value one places on his body at the expense of his soul, the more conscious he is of the differences between himself and his fellow. Therefore, love between people who consider their bodies as primarily important, must be only a love based on some external factor, in which case the love is (a) limited to the importance of the motivating factor, and (b) destined to endure only as long as that factor is valid.

## The Fourth Habit: V - *B'chol...*, "In all your ways, know Him."

### שולחן ערוך אורח חיים הלכות ברכות הפירות סימן רלא - Source #8

שכל כוונותיו יהיו לשם שמים, ובו סעיף אחד.

#### סעיף א

אם אי אפשר לו ללמוד בלא שינת הצהרים, יישן. הגה וכשניעור משנתו א"צ לברך אלהי נשמה וי"א שיקרא קודם שיישן ויהי נועם ובלבד שלא יאריך בה, שאסור לישן ביום יותר משינת הסוס שהוא שתין נשמי, ואף בזה המעט לא תהא כוונתו להנאת גופו, אלא להחזיק גופו לעבודת השי"ת; וכן בכל מה שיהנה בעולם הזה, לא יכוין להנאתו, אלא לעבודת הבורא יתברך, כדכתיב: בכל דרכיך דעה ואמרו חכמים: כל מעשיך יהיו לשם שמים, שאפילו דברים של רשות, כגון האכילה והשתיה וההליכה והשיבה והקימה והתשמיש והשיחה וכל צרכי גופך, יהיו כולם לעבודת בוראך, או לדבר הגורם עבודתו, שאפילו היה צמא ורעב, אם אכל ושתה להנאתו אינו משובח אלא יתכוין שיאכל וישתה כפי חיותו, לעבוד את בוראו....; כללו של דבר, חייב אדם לשום עיניו ולבו על דרכיו ולשקול כל מעשיו במאזני שכלו, וכשרואה דבר שיביא לידי עבודת הבורא יתברך יעשהו, ואם לאו לא יעשהו; ומישנהו כן, עובד את בוראו תמיד.

## The Fifth Habit: H - *Hatznei'a...*, "Walk discreetly with your G-d,"

One must take care not to be conspicuous or ostentatious in the slightest. It is said "Man should always be artful in piety." The artfulness lies in seeing that his piety not be noticed at all. We know that a number of the early chassidim concealed their true selves, and when discovered were sincerely distressed. This is the *avoda* of *teshuva* that comes from *hatznei'a leches*, being discreet.

### Source #9 - Shemos - Exodus - Chapter 16

33 And Moses said to Aaron, Take one jug and put there an omerful of manna, and deposit it before the Lord to be preserved for your generations

לג ויאמר משה אל אהרן קח  
צנצנת אחת ותן שמה מלא העמר  
מן והנח אותו לפני ה' למשמרת  
לדורותיכם:

תרגום אונקלוס שמות פרשת בשלח פרק טז

(לג) ואמר משה לאהרן סב צלוחית חדא והב תמן מלי עומרא מנא ואצנע יתיה קדם ה' למטרא לדריכון:

## **Source #10 – Gemara Sukkah 49b**

והצנע לכת עם אלהיך - זו הוצאת המת והכנסת כלה לחופה. והלא דברים קל וחומר: ומה דברים שדרך לעשותן בפרהסיא - אמרה תורה הצנע לכת, דברים שדרך לעשותן בצנעא - על אחת כמה וכמה.

### **Rashi:**

#### **הוצאת המת והכנסת כלה**

דכתיב בהו לכת, טוב ללכת אל בית אבל מלכת אל בית משתה (קהלת ז) אף שם צריך הצנע, לסעוד במדה נאה ולשמוח במדה נאה, ולא להנהיג קלות ראש בעצמו, ויש אומרים: אם צריך לבזבז להוצאת מת עני או להכנסת כלה ענייה - יעשה בצנעא, ולא לימא קמי מאן דלא ידע דעבדי וכן מפרש בשאלתות דרב אחא.

**דברים שדרך לעשותן בצנעא** - כגון צדקה הניתנת לעני בסתר שאין צריך להודיע לשום אדם, מה שאין כן במת ובכלה, לפי שאחרים מתעסקין בהן ויודעין היציאה משל מי, והיינו דאמר רבי אלעזר דכל מילי בעי צניעותא, והוא הדין לדברי תורה.

