
ELUL: RECONNECTING WITH OUR SPIRITUAL SELVES

Based on the teaching of Rabbi Dr. Abraham J. Twerski zt"l



SEPTEMBER 8, 2022

ELUL 5782

אלול תשפ"ב

ספר התודעה (1)

"I am for my Beloved, and my Beloved is for me" (Shir HaShirim/Song of Songs 6:3).

The Hebrew first letters of the above verse spell *Elul*. During this month, the Jewish people strengthen themselves to do teshuvah and come close to their Beloved, The Holy One. At the same time, God also stretches out His hand to accept the Jewish people and comes close to them.

Each word in the verse ends with the letter *yud*. Four times *yud* equals forty, which hints at the forty days that are set aside for teshuvah from the beginning of Elul until Yom Kippur.

"אני לדודי ודודי לי" (שיר השירים פרק ו, ג).

ראשי תבות : אלול. שבחדש זה כנסת ישראל מתחזקת בתשובה, ומתקרבת לדודה שהוא הקדוש ברוך הוא : ואף הקב"ה פושט ידו לקבלה ומתקרב אליה.

וארבע תבות אלה מסתימות כל אחת באות יו"ד, וארבע פעמים יו"ד מספרם ארבעים, רמז לארבעים הימים שנועדו לתשובה, מראש חדש אלול עד יום הכיפורים.



(2) OROT HATESHUVA 15 :10

כששוכחים את מהות הנשמה העצמית, כשמסיחים דעה מלהסתכל בתוכיות החיים הפנימיים של עצמו, הכל נעשה מעורבב ומסופק. והתשובה הראשית, שהיא מאירה את המחשכים מיד, היא שישוב האדם אל עצמו, אל שורש נשמתו, ומיד ישוב אל, האלהים, אל נשמת כל הנשמות, וילך ויצעד הלאה מעלה מעלה בקדושה ובטהרה. ודבר זה נוהג בין באיש יחידי, בין בעם שלם, בין בכל האנושיות, בין בתקון כל ההויה כולה, שקלקולה בא תמיד ממה שהיא שוכחת את עצמה. ואם תאמר שהיא חפצה לשוב אל ד' ואת עצמה היא אינה מכוננת לקבץ את נדחיה, הרי היא תשובה של רמיה, שתשא עיי זה את שם ד' לשוא. על כן רק באמת הגדולה של התשובה אל עצמו ישוב האדם והעם, העולם וכל העולמים, ההויה כולה, אל קונה, לאור באור החיים. וזהו הרז של אורו של משיח, הופעת נשמת העולם, שבהאירו ישוב העולם לשורש ההויה, ואור ד' עליו יגלה. וממקור התשובה הגדולה הזאת ישאב האדם את חיי הקודש של התשובה באמתה.

(3) בראשית ב: ז

God formed man of the dust from the ground, and breathed into his nostrils the soul of life, and man became a living being.

וַיִּצַר ה' אֱלֹהִים אֶת-הָאָדָם, עֹפָר מִן-הָאֲדָמָה, וַיְנַפֵּחַ בְּאַפָּיו, נְשָׁמַת חַיִּים; וַיְהִי הָאָדָם, לְנֶפֶשׁ חַיָּה.

(4) כלי יקר שם

For the “living soul” is the eternal, intellectual spirit. If you examine Who breathed [the soul into man], you will find that it refers to a Divine soul from above. But the verse tells us that even though God breathed an intellectual, living soul into man, nevertheless in the beginning of his existence, man was simply another living spirit, like all other creatures, for man is born as a wild animal and his perfection depends on the diligence of his efforts and the correctness of his choices when he matures with age.

כי נשמת חיים היא הנפש המשכלת הנצחי, צא ולמד מי הנופח ותמצא שזה מדבר בחלק אלוך ממעל, ויאמר אע"פ שנפח ה' באדם נשמת חיים המשכלת מכל מקום ויהי האדם בתחילת היותו לסתם נפש חיה כשאר בעלי חיים כי אדם עיר פרא יולד ועיקר שלימותו תלוי בחריצות השתדלותו וטוב בחירתו כשיפקח עיני שכלו בבואו בימים,

(5) בראשית א: כ"ז

וַיְבָרֵא אֱלֹהִים | אֶת-הָאָדָם בְּצַלְמוֹ בְּצֶלֶם אֱלֹהִים בָּרָא אֹתוֹ זָכָר וּנְקֵבָה בָּרָא אֹתָם:

(6) *THE SPIRITUAL SELF*, ABRAHAM J. TWERSKI, M.D. P.4

I believe that there is more than just a greater degree of intelligence that distinguishes humans from animals and that if we analyze humankind and understand all that we can about our species—thoughts, emotions, behavior—we will find additional features that are uniquely human. On this basis, I would like to coin a definition. All the unique features of a human being *in their totality* is what constitutes the *spirit* of a person. When an individual exercises these unique features, he or she is being *spiritual*. Thus, *spirituality* is simply the implementation of those distinctive features that separate humans from animals.