



## SOLACE THROUGH YEARNING

We sometimes yearn for certain experiences or feel nostalgia for things that are out of our control. Should we push those feelings aside? Or do they serve a purpose of their own?



# JEWISH INSIGHTS

A TASTE OF THE REBBE'S TEACHINGS



ROSH CHODESH MENACHEM-AV

# A. The Perplexing Name

## Source 1 Maimonides: Mishneh Torah, Laws of Fast Days 5:3, 6, 7, 10, 11

Five tragedies occurred on 9 Av: The Israelites in the desert were decreed not to enter the Land of Israel; the destruction of the First and Second Temples; the capture of a large city named Betar, which had many thousands of Jewish inhabitants and a great king whom the entire people and the leading sages considered to be Moshiach. It fell to the Romans and they were all slain—a catastrophe equal to the Temple's destruction. Also on that day, which is designated for retribution, the wicked Tineius Rufus plowed the site of the Temple and its surroundings, thereby fulfilling the prophecy, "Zion will be plowed like a field."

When Av begins, we reduce our joy... Jews customarily do not to eat meat or enter a bathhouse during this week until after the fast.

The night of Tish'a B'Av is just like its day. We eat only before sunset, and the time between sunset and nightfall is forbidden like Yom Kippur.

It is forbidden to wash in either hot or cold water—even to place one's finger

וְתַשְׁעָה בְּאָב חֲמֵשֶׁה דְּבָרִים  
אֶרְעוּ בוֹ. נִגְזַר עַל יִשְׂרָאֵל  
בְּמִדְבָּר שֶׁלֹּא יִכְנסוּ לָאָרֶץ.  
וְחֶרֶב הַבֵּית בְּרֵאשׁוֹנָה וּבְשֵׁנִיה.  
וְנִלְכְּדָה עִיר גְּדוֹלָה וּבֵיתָר  
שָׁמָּה וְהָיוּ בָּהּ אֲלָפִים וּרְבָבוֹת  
מִיִּשְׂרָאֵל וְהָיָה לָהֶם מֶלֶךְ  
גָּדוֹל וְדָמּוּ כָּל יִשְׂרָאֵל וּגְדוּלֵי  
הַחֲכָמִים שֶׁהוּא הַמֶּלֶךְ הַמְּשִׁיחַ.  
וְנִפְל בַּיָּד הָרֹמָיִים וְנִהְרָגוּ כָּלָם  
וְהִיְתָה צָרָה גְּדוֹלָה כְּמוֹ חֶרֶב  
בֵּית הַמִּקְדָּשׁ. וּבּוֹ יוֹם הַמוֹכֵן  
לְפָרְעֻנוֹת חֶרֶשׁ טוֹרְנוֹסְרוֹפּוֹס  
הִרְשָׁע אֶת הַהֵיכָל וְאֶת סְבִיבּוֹ  
לְקַיֵּם מָה שֶׁנֶּאֱמָר (יִרְמִיָּה כו  
יח) (מִיכָה ג יב) "צִיּוֹן שְׂדֵה  
תִּחְרָשׁ":

וּמִשִּׁכְּנוֹס אֵב מִמַּעֲטִין בְּשִׁמְחָה.  
... וְכִבֵּר נִהְגוּ יִשְׂרָאֵל שֶׁלֹּא  
לֵאכֹל בֶּשֶׂר בְּשַׁבָּת זוֹ וְלֹא יִכְנסוּ  
לְמִרְחֵץ עַד שֶׁיַּעֲבֹר הַתַּעֲנִית.

תַּשְׁעָה בְּאָב לֵילוֹ כְּיוֹמוֹ לְכָל  
דָּבָר. וְאֵין אוֹכְלִין אֶלָּא מִבְּעוֹד  
יוֹם. וּבֵין הַשְּׁמָשׁוֹת שָׁלוֹ אֲסוּר  
כְּיוֹם הַכִּפּוּרִים.

וְאֲסוּר בְּרַחֲצָה בֵּין בְּחֻמִּין בֵּין  
בְּצוּנוֹן וְאֶפְלוּ לְהוֹשִׁיט אֶצְבָּעוֹ  
בְּמַיִם. וְאֲסוּר בְּסִיכָה שֶׁל תַּעֲנוּג

in water. Anointing oneself for pleasure, wearing shoes, and intercourse are forbidden, as on Yom Kippur. In places where it is customary to do work, one may work. In places where it is not customary to work, one should not. Torah scholars everywhere remain idle on this day. Our Sages said, “Whoever performs work on this day will never see a sign of blessing.”

Torah scholars do not exchange greetings on Tish'a B'Av. Instead, they sit in sadness and lament like mourners.

ובנעילת הסנדל ובתשמיש  
המטה כיום הכפורים. ומקום  
שנהגו לעשות בו מלאכה  
עושין. ומקום שנהגו שלא  
לעשות אין עושין. ובכל  
מקום תלמידי חכמים בטליו.  
ואמרו חכמים שהעושה  
בו מלאכה אינו רואה סימן  
ברכה לעולם:

תלמידי חכמים אין נותנין  
זה לזה שלום בתשעה באב.  
אלא יושבים דוים ונאנחים  
כאבלים.

## Source 2 Jeremiah 2:24

A wild donkey accustomed to the desert, snuffing up the wind in eagerness. Her passion none can restrain; all who seek her need not grow weary; in her month, they will find her.

Rashi

**In her month, they will find her.** She sleeps for one month every year, and then she is captured. For you, too, one month (Av) has been established since the days of the spies—when your forefathers chose to cry in vain—and then, you will be captured.

פרה למד מדבר, באות נפשה  
שאפה רוח, תאנתה מי ישיבנה,  
כל מבקשה לא יעפו, בחדשה  
ימצאונה:

בחדשה ימצאונה: חדש אחד  
יש בשנה שהיא ישנה כל  
החדש ואז היא נלכדת. אף  
אתם, חדש אחד (הוא אב) הוכן  
לכם כבר מימות המרגלים,  
שקבעו אבותיכם בכית חנם,  
בו תלכדו תאנתה.

## >> The Rebbe

### What is Comforting About Av?

The name of the upcoming month—as listed in Jewish legal documents and as we recite it in the Blessing of the New Month—is Menachem-Av. In fact, according to some opinions, the month should be called Menachem alone.

Our sages say that a Jewish custom “is considered like Torah.” If this name is used among Jewish people, in Torah and in Jewish tradition (including in legal documents written up according to Torah law), it implies that in reality, there is something comforting—*Menachem*—about the month of Av.

But how is this a month of comfort? It seems to be a month of the opposite. Jeremiah says, “In her month, they will find her...” implying that Menachem-Av is a month of bad omens for the Jewish people. According to Jewish tradition, we “reduce our joy” during this month; joyous events are customarily delayed to the next month. And yet we call it Menachem-Av, and when we bless the new month, we say, “Renew is for us... with joy!” This joy begins even before the month begins!?

שמו של החודש המתברך בשבת מברכים זה - בנוגע לדיני כתיבת שטרות על פי תורה, וכפי שאומרים גם בנוסח ברכת החודש - הוא: “מנחם אב”<sup>1</sup>. ועד שיש דעות ששמו של החודש הוא “מנחם” (בלבד)<sup>2</sup>.

וכיון שזהו ענין ששייך לבני ישראל, תורה ויהדות (שהרי זה שם שנקרא על פי מנהג ישראל ש”תורה היא”<sup>3</sup>, ונוגע לשטרות של בני ישראל שנעשים על פי תורה) - הרי מובן שכן היא המציאות, שבחודש אב נוגע בעיקר וישנו הענין ד”מנחם”, ענין הנחמה.

ולכאורה אינו מובן: איך אפשר לומר שבחודש זה דוקא ישנו ענין הנחמה - בה בשעה שלכאורה הרי זה להיפך, כלשון הכתוב<sup>4</sup>: “בחדשה ימצאונה” (חודש אחד יש בשנה וכו’), שלכן הרי זה חודש של היפך השמחה, כמאמר רבותינו ז”ל<sup>5</sup> “משנכנס אב ממעטין בשמחה”, ולכן יש כמה עניני שמחה שאסור לעשותם בחודש זה, אלא יש צורך להמתין לחודש אלול; ואף על פי כן אומרים “יחדשהו כו’ לשמחה”, ועד שהחל משבת מברכים ישנו כבר ענין השמחה!?

מנהגים ישנים מדורא ע' 153. שו"ע אדה"ז או"ח סוסק"פ 5. סת"ב ס"א.  
סת"ב ס"ד. סתצ"ד סט"ז. ועוד.  
4 ירמ"ב ב, כד (ובפרש"י) - הפטרת יום הש"ק זה.  
5 תענית כט, סע"א.

1 גט פשוט אה"ע סקכ"ו סקל"ה. הובא בפתחי תשובה שם סק"ב. ובערוך השולחן שם סט"ז.  
2 גט פשוט שם. וראה גם תו"מ ח"מ ע' 292. וש"נ.  
3 ראה תוד"ה נפסל - מנחות כ, ב. מהר"ל - הובא ברמ"א יו"ד ששע"ז ס"ד.

## G-d Spent His Fury on the Temple

One possible explanation can be found in Rashi's comment on Bilaam's statement, "How good are...your tents, O Israel." Rashi says that the Tabernacle and the Temple are a source of blessing even when destroyed, "because they serve as a security for you; their destruction atones for your souls, as it says: G-d has spent His fury. How did He spend it? 'He has kindled a fire in Zion.'" In other words, the destruction of the Temple (in the month of Av) serves as a security for the eternal survival of the Jewish people, and therefore, the destruction itself is a source of comfort. It might be a "bitter medicine," but it is a medicine, nonetheless. However, this would only explain why the destruction itself is a source of comfort; not the entire month of Av every year!

לכאורה היה אפשר לבאר זאת על פי מה שנתבאר לעיל<sup>6</sup> בפירוש רש"י על הפסוק<sup>7</sup> "משכנותיך ישראל", "אף כשהן חרבין, לפי שהם משכון עליהן, וחורבנן כפרה . . שנאמר<sup>8</sup> כלה ה' את חמתו, ובמה כילה, ויצת אש בציון", והיינו, שחורבן בית המקדש (בחודש אב) הוא בדוגמת ענין המשכון שעל ידי זה נשאת מציאותם של בני ישראל באופן שהם נצבים לעד, ונמצא, שהחורבן עצמו הוא ענין של נחמה, כיון שעל ידי זה נעשה הקיום של בני ישראל; זוהי אמנם רפואה מרה, אבל סוף כל סוף הרי זה ענין של רפואה. אבל, ביאור זה שייך לומר רק בנוגע לענין החורבן בפעם הראשונה, מה שאין כן בשנים שלאחרי זה כו'.

### Source 3 Numbers 24:5

How good are your tents, O Jacob, your dwelling places, O Israel!

מֵה־טֹבוֹ אֹהֲלֶיךָ יַעֲקֹב מִשְׁכָּנֶיךָ נְתִינָךְ יִשְׂרָאֵל.

Rashi

**How good are your tents:** How good is the Tabernacle at Shiloh and the Eternal Holy Temple when they are inhabited—for offerings are brought up in them to atone for you [the Jewish people].

מֵה טֹבוֹ אֹהֲלֶיךָ. מֵה טֹבוֹ אֹהֶל שִׁילָה וּבֵית עוֹלָמִים בְּיִשׁוּבָן, שְׁמִקְרִיבֵינוּ בָּהֶן קֶרֶב בָּנוֹת לְכַפֵּר עֲלֵיכֶם:

**Your dwelling places:** They are good even when they are destroyed, because they serve as a security for you; their destruction atones for your souls, as it says, “G-d has spent His fury.” How did He spend it? “He has kindled a fire in Zion.” [The Hebrew משכנתך—*dwelling places* can also be translated as security, or collateral.]

משכנתך. אף כִּשְׁהוּ חֵרֶ-  
בֵּיו, לְפִי שְׁהוּ מִשְׁכּוֹן עָלֶי-  
כֶּם, וְחִרְבָּנוּ כְּפָרָה עַל הַנֶּפֶשׁ-  
שׁוֹת, שֶׁנֶּאֱמַר “כָּלָה ה' אֶת  
חֲמָתוֹ” (איכה ד'), וּבִמָּה  
כָּלָה? (שם) “וַיִּצֵּת אֵשׁ בְּ-  
צִיּוֹן” (תנחומא משפטים):

## Source 4 Lamentations 4:11

G-d has spent His fury, poured out His blazing wrath; He has kindled a fire in Zion which has consumed her foundations.

כָּלָה ה' אֶת־חֲמָתוֹ שֹׁפֵךְ חֲרוֹן  
אָפוּ וַיִּצֵּת־אֵשׁ בְּצִיּוֹן וַתֹּאכַל  
יְסוֹדֶיהָ:

### Torah Temima Commentary\*

**Which has consumed her foundations:** Psalm states: “A psalm of Asaph. O G-d, heathens have entered Your domain.” Asaph was asked, “G-d destroyed the Sanctuary and Temple, and you sit here and sing?” He responded, “I sing because He spent His fury on sticks and stones, and not on the People of Israel.” Indeed, the verse states, “He has kindled a fire in Zion which has consumed her foundations.”

וַתֹּאכַל יְסוֹדֶיהָ: כְּתִיב (תהלים  
ע"ט) מִזְמוֹר לְאַסָּף אֱלֹקִים בָּאוּ  
גוֹיִם בְּנִחְלָתָךְ, אָמְרוּ לָהּ לְאַסָּף,  
הַקַּב"ה הִחְרִיב הֵיכַל וּמִקְדָּשׁ  
וְאַתָּה יוֹשֵׁב וּמְזַמֵּר? אָמַר  
לָהֶם: מְזַמֵּר אֲנִי שֶׁשֹּׁפֵךְ חֲמָתוֹ  
עַל הָעֵצִים וְעַל הָאֲבָנִים וְלֹא  
עַל יִשְׂרָאֵל, הִדָּא הוּא דְכְּתִיב  
(לט) וַיִּצֵּת אֵשׁ בְּצִיּוֹן וַתֹּאכַל  
יְסוֹדֶיהָ.

\*The Torah Temimah commentary on the Torah is the 1902 magnum opus of Rabbi Baruch Epstein which draws on the Rabbinic tradition and seeks to demonstrate the interrelationship between the Oral and Written Law.

## B. The Power of Yearning

### >> The Rebbe

#### We Don't Stop Awaiting a Better Time

The explanation: In Jewish law, three years constitutes a *chazaka*, a permanence. We have been in exile for far longer—we should have become accustomed to the state of exile.

Nonetheless, we see that the Jewish people have maintained a yearning and desire to leave the exile throughout this time (even when living in free countries which do not hamper Jewish life). This is not only a thought; we verbalize our desire three times a day during the Amidah: "Cause the scion of David to flourish," "May our eyes behold Your return to Zion," "Blessed are you...who restores His Divine Presence to Zion." Whenever ten Jews gather to pray, these statements are publicly declared by the prayer-leader. And of course, we say it sincerely—after all, G-d sees directly into our hearts, so who would be the fool to pray without being sincere about the very words he says?

Now, our sages have said that "when we were exiled to Edom, G-d accompanied us..." In our day, G-d is primarily found in exile with us, which gives us an advantage over the Land of Israel. Why, then, do we yearn to return to Israel?

ויש לומר הביאור בזה: ישנו דין ששלש שנים הוי חזקה<sup>9</sup>. וכיון שבני ישראל נמצאים כבר בגלות הרבה יותר משלש שנים מזמן החורבן, היו צריכים כבר להתרגל לגלות.

ואף על פי כן רואים לפועל שבמשך כל הזמן יש אצל בני ישראל רגש של געגועים ותשוקה לצאת מהגלות (אפילו אצל אלו שנמצאים בארצות הרווחה, ששם יכולים לקיים תורה ומצוות כו'), ולא רק במחשבה, אלא גם בדיבור - כפי שאומרים בתפלת שמונה-עשרה שלושה פעמים בכל יום: "את צמח דוד עבדך כו'", "ותחזינה עינינו בשובך לציון", עד "המחזיר שכינתו לציון", וכאשר מתאספים עשרה מישראל, שזהו ענין של פרהסיא, אזי מכריז זאת השליח ציבור בגלוי, ובודאי אומרים זאת בתפלה מתוך רגש הלב, דכיון ש"ה' יראה ללבב"<sup>10</sup>, הרי מי הוא השוטה (ובלשון הידוע<sup>11</sup>: "אטו בשופטני עסקינן") שיאמר זאת ללא רגש הלב!?!...

ולכאורה: כיון שאמרו רבותינו ז"ל<sup>12</sup> "גלו לאדום שכינה עמהם", והיינו, שבזמן הזה נמצאת עיקר השכינה בגלות<sup>13</sup>, הרי יש מעלה בחוץ לארץ לגבי ארץ ישראל, ואם כן, מהי סיבת הגעגועים?

13 נזכר גם מדברי רבינו הזקן בענין לאה ורחל (ראה תו"א ויצא כב, סע"ד ואילך, ש"אחר חורבן בהמ"ק שגלו ישראל וגלתה עמהם השכינה, שהיא בחי' רחל, שהיא בבחי' גלות בע' שרים, ואינה מאירה כלל מערך הגילוי שהיתה מאירה בזמן הבית . . ומ"מ נשאר מאיר בא"י בחי' לאה . . אך . . הוא עלמא דאתכסיא והעלם כו'). ובתו"ח שם ל, ד: "משעם זה יש יתרון מעלה בזמן הגלות".

9 ראה ב"ב כח, א ואילך.

10 שמואל-א טז, ז.

11 ראה ב"ק פה, א. ב"מ מ, א. ב"ב ז, א. ועוד.

12 ספרי סוף פרשתנו (מסעי). וראה מגילה כט, א.

Also, what is the purpose of longing? As my father-in-law, the Previous Rebbe, famously said, "We didn't choose to be exiled nor can we choose to be redeemed." Ultimately, we need to wait for G-d to send Moshiach. So why bother yearning for the redemption?

## The Yearning Itself is a Source of Comfort

The explanation: Yearning itself is a source of comfort. When we recall that we've been in exile for nineteen hundred years (and we therefore yearn for redemption) it serves as a source of comfort. It reminds us that the work is almost done, and very little remains. We will conclude G-d's mission and leave very soon.

The longing becomes even more powerful when it is verbalized, as we mentioned earlier, because it makes an impression on our "animal souls." We even express our longing in our custom of refraining from eating and drinking—an element of our lives which binds the spiritual and the physical together. That is how Jewish people make the yearning tangible in a physical way.

Therefore, when the month of Av arrives and the Jewish people remind themselves that they are in exile and the Temple is destroyed, this alone brings a

וגם: מהי התועלת בענין הגעגועים - וכדברי כבוד קדושת מורי וחמי אדמו"ר<sup>14</sup>: לא מרצוננו גלינו כו' ולא בכחותינו נשוב לארץ ישראל, כך, שיש להמתין עד שיבוא זמן הגאולה, כמו שכתוב<sup>15</sup> "אני ה' בעתה אחישנה"!!

אך הענין הוא - שעצם ענין הגעגועים הוא ענין של נחמה: כאשר נזכרים שנמצאים אלף ותשע מאות שנה בגלות (שלכן ישנו ענין הגעגועים), הרי זה פועל ענין של נחמה - שמסיימים את העבודה, ובפרט כשיודעים שנשאר רק לסיים "פכים קטנים"<sup>16</sup>, וכשמסיימים את כל הברורים (באופן שלא נשאר שום ניצוץ בגלות), אזי יוצאים מהגלות.

ובפרט כאשר ענין הגעגועים בא לידי ביטוי גם בדיבור, כנזכר לעיל, שעל ידי זה נפעל ענין זה גם אצל נפש הבהמית, .. ועד שמתבטא גם באכילה ושתייה, שענינם לפעול חיבור הנשמה עם הגוף, לקשר גשמיות עם רוחניות ורוחניות עם גשמיות, ועל ידי זה פועלים בני ישראל שענין זה יומשך גם בעולם.

ולכן: בבוא חודש אב, ובני ישראל מכריזים שנמצאים בגלות ובית המקדש חרב כו' - הרי זה גופא פועל את ענין הנחמה, "מנחם

14 סה"ש תרפ"ז ע' 169. וש"נ.

15 ישע"י ס, כב.

16 ראה גם ת"מ ח"ב ע' 181 ואילך. ועוד.

sense of comfort, of Menachem-Av. In that spirit, G-d abolishes our mourning, transforms it to joy, and, in the words of Rashi, "He will take every Jew by the hand from his place, as the verse says: You will be gathered up, one by one, O children of Israel." We then have nothing to fear, and He will bring us to the true and complete redemption and the rebuilding of Jerusalem.

Shabbat Parshat Matot-Masei 5731-1971

Toras Menachem vol. 61 pg. 102

אב", ובאופן ש"הפכתי אבלם לששון"<sup>17</sup> (והיינו, שלא זו בלבד שהאבל מתבטל ממציותו, אלא אדרבה, שנהפך לששון), על ידי הקב"ה, "הוי' מלכנו"<sup>18</sup>, ש"אוחז בידיו ממש איש איש ממקומו, כענין שנאמר<sup>19</sup> ואתם תלוקטו לאחד אחד בני ישראל"<sup>20</sup> (שלכן אין להתיירא מאף אחד שיהיה צורך להתגונן מפניו), ומוליד אותו אל הגאולה האמיתית והשלימה, ובאופן ד"פרזות תשב וגו'"<sup>12</sup>, בקרוב ממש.

20 פרש"י נצבים ל, ג.  
21 זכר' ב, ח.

17 ירמ' לא, יב.  
18 ישע' לג, כב.  
19 שם כז, יב.

# C. King David's Song

## >> The Rebbe

### Yearning Brings Solace

From where do we derive joy in our spiritual service?

The answer is: from yearning.

When we thirst for a closeness to God, the very yearning serves to quench our thirst—at least to some extent—because it elevates us to the level for which we pine. As the Baal Shem Tov said, “A person is found where his desire is found.”

...This is emphasized during the Sefirah days, which are days of yearning for the Giving of the Torah—which is why we count the days until the holiday.

King David said, “My soul thirsts for You, my flesh yearns for You—so, too, in holiness, I should see You.” The Alter Rebbe interpreted the verse in the name of the Baal Shem Tov, “If only I should see you in holiness.” I.e. when on a low spiritual level, “in a dry and barren land,” a person nevertheless yearns for the highest levels of holiness.

ואם כן נשאלת שוב השאלה - מצד איזה ענין תהי' השמחה?

והעצה לזה היא - ענין הצמאון:

כאשר ישנו צמאון לגילוי אלקות - הרי צמאון זה גופא מרוה במקצת, כיון שהצמאון מרומם את האדם לאותה מדריגה שאליו הוא צמא, וכמאמר הבעל שם טוב<sup>22</sup> “במקום שרצונו של אדם שם הוא נמצא”.

...וענין זה מודגש בימי הספירה, שענינם הוא הצמאון למתן תורה, שמטעם זה סופרים את הימים עד שיהי' מתן תורה<sup>23</sup>.

וזהו גם כן מה שאמר דוד המלך<sup>24</sup> “צמאה לך נפשי כמה לך בשרי גו' כן בקדש חזיתך”, ופירש אדמו"ר הזקן בשם מורנו הבעל שם טוב נ"ע<sup>25</sup>: “כן בקדש חזיתך” - “הלואי בקדש חזיתך”. והיינו, שאף שנמצא במדריגה תחתונה ביותר, “בארץ צי' ועיף בלי מים”, מכל מקום הרי הוא מתברך “הלואי בקדש חזיתך” - “בקדש” דייקא, “קדש מלה בגרמי”<sup>26</sup> שלמעלה גם מ”קדוש”.

22. ראה כתר שם טוב בהוספות סמ"ד. וש"נ.  
26. זח"ג צד, ב.

22. ראה כתר שם טוב בהוספות סמ"ח. וש"נ.  
23. אגדה הובאה בר"ן סוף פסחים. וראה חינוך מצוה שו. הנסמן בלקו"ש  
חכ"ב ע' 114 הערה 2.  
24. תהלים סג, ב-ג.

The reason—because of the power of yearning. The yearning itself can bring you to the level you yearn for, even from the lowest spiritual state.

[The Rebbe concluded:] There is a song of the Alter Rebbe with the words, “*Tzamah lecha nafshi*, My soul thirsts for you.”

[The Rebbe asked that it be sung.]

Shabbat Parshat Kedoshim 5714  
Toras Menachem vol. 11 pg. 342

והטעם לזה - מצד גודל מעלת הצימאון (כנ"ל), שעל ידי הצימאון גופא יכול להתעלות למדריגה שאליו הוא הצמאון, גם כאשר נמצא במדריגה תחתונה ביותר.

וסיים כ"ק אדמו"ר: ישנו ניגון מאדמו"ר הזקן על הפסוק "צמאה לך נפשי",

וצוה שינגנו את ניגון זה.

