

	חסד	גבורה	תפארת	נצח	הוד	יסוד	מלכות
ש ו ע א'	<p>א</p> <p>חסד דחסד תלמוד</p> <p>השפעה ונתינה לזולת וכל אשר יקרא בדרכנו בהשגחה פרטית מאת ה' הניסיון: לא לכלוא את נתינה ולכוין רק להינות את הזולת ולא על מנת לקבל תמורה לשלם טובה תחת רעה</p>	<p>ב</p> <p>חסד דגבורה שמחה</p> <p>מסירות נפש: מי הוא הגיבור הכובש את יצרו, התגברות על הרצון לקבל ע"י מתן חסד לזולת, כי ע"י אותו חסד שמשפיע לזולת הוא מצליח להתגבר על תאוותיו הניסיון: להתגבר על מידת הכעס והגאוה עכ"י נתינה והשפעה.</p>	<p>ג</p> <p>חסד דת"ת משנה</p> <p>תפארת היא מידת האמת, התורה והרחמים, ודרך ארץ קדמה לתורה, כי במידת שהאדם לא תיקן אין אור התורה והקדושה מאיר שם. לימוד תורה לתלמידים בכדי לזכות את עם ישראל, ע"י חסד שאדם עושה עם הזולת, תורתו משתבחת ומאירה בו הניסיון: להתאים את הלימוד לפי צורך התלמידים</p>	<p>ד</p> <p>חסד דנצח ארך אפיים</p> <p>היא מידת הקביעות, ההתמדה, הנאמנות, החיוב והאחריות כלפי הקדושה, שכן "נצח ישראל לא ישקר ולא ינחם". היא המידה של שיווי הצורה עם ה' בכל מצב. עבודת ה' גם כאשר קשה. הניסיון: לעמוד בדברים הקבועים שבקדושה ע"י חסד מתמיד.</p>	<p>ה</p> <p>חסד דהוד אינו מחזיק טובה לעצמו</p> <p>היא מידת ההודאה לה' וההתבטלות כלפי שמיא בכל מצב ותנאי, ועי"ז פועל ביטול כוחות השליילים והתאוות שבקרבנו. כן ע"י חסד לזולת נקל לבטל אותם מההנהגה. הניסיון: הכנעת העצלות ע"י קיום חסד עם הבריות</p>	<p>ו</p> <p>חסד דיסוד מתרחק מן הכבוד</p> <p>היא מידת הצניעות ושמירת הברית, מידת הנדיבות במתן צדקה (ויוסף הוא המשביר לכל עם הארץ") ומידת נקיית הלשון שהיא הברית העליונה. הניסיון: עשיית חסד בתחומים אלה ולהשפיע רבות, בתחום האישי המשפחתי והכללי.</p>	<p>ז</p> <p>חסד דמלכות מתיישב לבו בתלמודו</p> <p>היא מידת השלמות, מה אנו ממליכים על עצמינו במחשבה בדיבור ורגש ובמעשה. איך להמליך את הקב"ה על כל המציאות. ניתן להמליך את ה' ית' עלינו ועל העולם ע"י חסד לזולת, שכן "חסד אל כל היום", וכן עולם חסד יבנה. הניסיון: לא לשכוח את הזולת</p>
	ש ו ע נ'	<p>ח</p> <p>גבורה דחסד שמיעת האוזן</p> <p>השפעה ונתינה במידת ההתגברות על חסד פסול כי על ידי ההתגברות על היצר והרחמים הפסולים אנו משיגים את החסד האמיתי הניסיון: התגברות על רצונות שכליים רגשיים וגשמיים על ידי נתינה לזולת באותן התחומים לא לתת מה שלא צריך מתי שלא צריך, נתינה במידה הנכונה</p>	<p>ט</p> <p>גבורה דגבורה טהרה</p> <p>התגברות על המידות: כעס, גאווה, עצבות, קנאה. הניסיון: באותם התחומים של עבודה חזיתית</p>	<p>י</p> <p>גבורה דת"ת מיעוט סחורה</p> <p>לימוד בדברים שקשים לו וחייב להתגבר עליהם, ע"י התגברות על רצונותיו – מתעלה בתורתו הניסיון: ללמוד מה ואיך שצריך ולא רק מה ואיך שרוצים</p>	<p>יא</p> <p>גבורה דנצח לב טוב</p> <p>להתגבר ולעמוד על הסדרים הקבועים בתורה בתפילה ובמצוות, להנציח ולתגבר את ההרגלים המובנים בקדושה. הניסיון: להוסיף על מה שהשגנו בתורה תפילה ומצוות.</p>	<p>יב</p> <p>גבורה דהוד אהוב</p> <p>התגברות על הרצון לקבל שבנפש, אכילה ושתייה תשמיש המיטה ושינה הניסיון: צרות נפש וגוף, ביטול מניעות הגוף ע"י הכנעת הלב לה' ית'.</p>	<p>יג</p> <p>גבורה דיסוד לא מגיס לבו בתלמודו</p> <p>ע"י התגברות היצר זוכים לקדושת הברית והלשון ולנקיין כפיים ולהשפעה מהורה. הניסיון: כבוש המחשבה לעבודת ה'.</p>
ש ו ע ג'		<p>ט"ו</p> <p>ת"ת דחסד עריכת שפתים</p> <p>"תורת חסד על לשונה" על ידי לימוד התורה גורמים חסד לעולם, יש ללמוד מה שצריך לעולם מה שמועיל לציבור ולא מה שקל הניסיון: נתינה לזולת מדויקת ומאוזנת לפי תורה והלכה לא פחות ולא יותר</p>	<p>ט"ז</p> <p>ת"ת דגבורה שימוש חכמים</p> <p>התגברות על המידות השליליות ועל היצר ע"י לימוד התורה. הניסיון: תגברות האמת, הסבלנות והרחמים.</p>	<p>י"ז</p> <p>ת"ת דת"ת מיעוט דרך ארץ</p> <p>"תלמוד תורה כנגד כולם". גילוי מעט בלימוד ותפארת ה' הניסיון: לימוד תורה בלא הפסק, יום של תורה בלא הפרעות</p>	<p>י"ח</p> <p>ת"ת דנצח אמונת חכמים</p> <p>ע"י לימוד התורה מנציח את הקדושה שבו במחשבה דיבור ומעשה, ע"י התורה קונה לו נצח. הניסיון: לקבוע את התורה בנפשו תמיד בלא הסח הדעת</p>	<p>י"ט</p> <p>ת"ת דהוד אוהב את המקום</p> <p>ע"י לימוד וקיום התורה הקדושה מכניעים ומבטלים את התאוות הרעות, ומודים לה' ית' על הכל בכל מכל כל הניסיון: הכנעת הלב לפני ה'.</p>	<p>כ</p> <p>ת"ת דיסוד אינו שמח בהוראה</p> <p>ע"י מקוה מהרה משפיע אור לרבים בחידושי תורה. הניסיון: קדושת כל בחינות הברית ע"י שלמות וקיום התוה"ק.</p>
	ש ו ע ד'	<p>כ"ב</p> <p>נצח דחסד בינת הלב</p> <p>להנציח את החסד לעשותו קבוע במיוחד בצדקה ועזרה כספית לנוקקים הניסיון: עמידה במעשה חסד הקבועים ולא לבטלים וכן עמידה בזמנים הקבועים כלפי הזולת</p>	<p>כ"ג</p> <p>נצח דגבורה דקדוק חברים</p> <p>התגברות על היצר ועל המידות, ע"י הנצחת פעולות שמבצע בקביעות מצליחים להתגבר על הקשיים ויכולים לנצחם. הניסיון: זמני קימה ושינה, זמני לימוד ותפילה וכו' בזמנים הקבועים מבלי לבטלים או לרוחנם. התגברות על הרגלים שליליים ע"י קביעות בסדר יום של קדושה</p>	<p>כ"ד</p> <p>נצח דת"ת מיעוט תענוג</p> <p>לקבוע עיתים לתורה, לעמוד על סדרי זמני הלימוד. הניסיון: מסירות נפש על התורה, והירות מריבוי תאוות המעכבות את קליטת קדושת התורה כגון אכילה ושתייה שינה ותשמיש.</p>	<p>כ"ה</p> <p>נצח דנצח קבלת היסורין</p> <p>עמידה והנצחה של כל ההנהגות הקדושות הקבועות בחיי היהודי, במחשבה דיבור ומעשה, בתורה תפילה ומצוות. הניסיון: אפילו נל רוחות שבעולם יתפלו עליו, לא ישנה ממנהו ומהתמדתו.</p>	<p>כ"ו</p> <p>נצח דהוד אוהב את הבריות</p> <p>בטול והכנעת הרע ע"י קביעות ההנהגות הקדושות בתורה תפילה ומצוות. הניסיון: ענוה וצניעות.</p>	<p>כ"ז</p> <p>נצח דיסוד נושא בעול עם חברו</p> <p>עמידה על הגדרים הקבועים של שמירת עיניים והלשון וגודרי הצניעות. הניסיון: לנצח את ההסתרות על השגחת ה'.</p>

ש ע ו ע ה	ח ס ד	ג ב ו ר ה	ת פ א ר ת	נ צ ח	ה ו ד	י ס ו ד	מ ל כ ו ת
ש ע ו ע ה	כ"ט הוֹד דַּחֲסֵד אֵימָה עשיית חסד עם הזולת בדבר שהכי קשה ויקר לנו דווקא אותו דבר ששייך בו ביטול הרצון שלנו – הוא נושא הנתינה לזולת הניסיון : ביום זה ידרש מאיתנו לוותר על דברים יקרים לנו (זמן ממון וכו') לטובת הזולת ולבטל את רצוננו מפני רצון אחרים	ל הוֹד דַּגְבוּרָה פִּלְפּוֹל הַתְּלַמִּידִים התגברות על הקושי ע"י ביטול חשיבותו והודיה לה' עך הניסיון הניסיון : הכנעת הרגשות השליליים שמפריעים להתגבר במעשה ובמידות	ל"א הוֹד דַּת "ת" מִיעוּט שֵׁינָה ע"י ביטול תאוות הגשמיות, התורה משתבחת. הודאה לה' על זכות לימוד התורה ולהבינה. ויתור על כל הרצונות בכדי ללמוד תורה וללמדה. הניסיון : הכנעת הגוף לתורה.	ל"ב הוֹד דַּנְצַח הַמְכִיר אֶת מְקוֹמוֹ ע"י ביטול התאוות מנצח וגורם קביעות לקדושה בחייו בכל עיניייה הרצויים בהנהגות תמידיות ונצחיות. הניסיון : זהירות מההרגלים השליליים, ויש בכוחו לבטלם ביום הזה.	ל"ג הוֹד דְּהוֹד אוֹהֵב אֶת הַצְּדָקוֹת ביטול הרע ע"י ביטול היש, הכנעת וביטול הרצון לקבל ע"מ לקבל. מסירות נפש לה' ית' תיקון פנימיות הרצון וגילוי אור ה'. יום הבהיר של התנא האלקי רשב"י. דבקות בספר הוה"ק ובפנימיות אור תורת ה' הניסיון : עזות דקדושה בעבודת ה'	ל"ד הוֹד דִּי סוּד מְכַרְעוּ לְכַף זְכוּת בטול מן השורש של כל העניינים של חוסר צניעות ולשון הרע והונאת דברים וכספים. כי ביום זה מאיר הכח להצליח בזאת מאת ה'. הניסיון : להכניע כח התאוה.	ל"ה הוֹד דַּמְלָכוֹת הַלּוֹמֵד עַל מְנַת לַעֲשׂוֹת ע"י בטול הרע הפרטי והכללי ממליכים את ה' על כל המציאות. הניסיון : להודות להנהגתו ולקבלה כפי רצונו.
ש ע ו ע ו	ל"ו יִסוּד דַּחֲסֵד יְרָאָה עשיית חסד עם הזולת בדיבור עמו ועליו בחתן צדקה וצניעות הניסיון : בתחומים אלה דווקא יבוא הזולת לתבוע את חסדנו	ל"ז יִסוּד דַּגְבוּרָה יָשׁוּב התגברות על היצר ע"י שמירת הברית, צדקה ולשון טובה הניסיון : זהירות בתחום הצניעות, הכספים והדיבור	ל"ח יִסוּד דַּת "ת" מִיעוּט שֵׁיחָה קניית התורה ע"י שמירת הברית והלשון ומתן צדקה בכשרות ע"י תיקון הברית, תיקון הדבור ותקון הכלכלה והעצמאות האמיתית – כח התורה מתגלה ומאיר כל המידות הטובות הניסיון : "הן עם לבדר ישכון ובגויים לא יתחשב"	ל"ט יִסוּד דַּנְצַח הַשְּׂמַח בַּחֲלָקוֹ ע"י שמירת עיני הברית והלשון מנצח וקובע קדושה בנפשו תמיד הניסיון : קדושה וטהרה	מ יִסוּד דְּהוֹד אוֹהֵב אֶת הַמִּישְׂרִים הכנעה וביטול הרצון לקבל ע"י שמירת הברית ושמירת הלשון ומתן צדקה. הניסיון : הודאה לה' על כל הטוב. להצדיק את הבורא על הכל.	מ"א יִסוּד דִּי סוּד מַעֲמִידוֹ עַל הָאֵמֶת בירור כל בחינות הברית בדיבור (שמירת לשון הרע ודיבור בטהרה) ובמעשה (שמירת עיניים וצניעות) יום הילולא של הרמח"ל זיע"א. יום המסוגל לחידושי תורה. הניסיון : זכרון ושכחה.	מ"ב יִסוּד דַּמְלָכוֹת הַמַּחֲכִים אֶת רַבּוֹ מידת צדקותו של יוסף וקדושת הברית בכדי להמליך את בורא עולם על כל הבריאה בארץ הקודש. הניסיון : צניעות וטהרה
ש ע ו ע ז	מ"ג מְלָכוֹת דַּחֲסֵד עֲנוּוָה להמליך עלינו את מידת חסדו ית' כאמת – מידה ומגמה לכל פעולות חיינו הניסיון : כל תכלית שעושה דקות ורגעי היום ונסיונותיו יהיו השפעה והטבה לזולת ברצון, מחשבה, דיבור, רגש ומעשה, "חסד אל כל היום" הילולא דשמואל הנביא זיע"א	מ"ד מְלָכוֹת דַּגְבוּרָה מְקַרָּא התגברות על כל הקשיים והיצרים ע"י המלכת ה' ית' על כל רצונותינו, מחשבותינו, דיבורינו, מעשינו, על רמ"ח אברינו ושס"ה גידינו, מי שממליך את הקב"ה על עצמו – מתגבר על הכל, כי ה' הוא מלך גיבור. הניסיון : זהירות בכל מצוות לא תעשה.	מ"ה מְלָכוֹת דַּת "ת" מִיעוּט שַׁחֲוָק המלכת ה' על העולם בדרך התורה ע"י גילוי חכמתו ית' שהוא התורה. ע"י תיקון המלכות מתגלה התורה ומאירה בעולם. המלכת התורה על האדם עד שכל תנועה דבור ומחשבה ורצון יתבצע לפי התורה הקדושה ויאירו לעולמי עד. הניסיון : אמונה בתורה ולא בשכל אנוש. "ואל ביתך אל תשען".	מ"ו מְלָכוֹת דַּנְצַח הַעוֹשֶׂה סֵייג לְדַבְרָיו ע"י המלכת ה' ית' ותורתו על עצמו ועל העולם – מנציח הקדושה בלבו ובגופו לנצח, ומנצח המקטרג לעולמי עד. הניסיון : לא לשכוח את ה' ממלא כל עלמין ומסובב כל עלמין אפילו לרגע קמן.	מ"ז מְלָכוֹת דְּהוֹד אוֹהֵב אֶת הַתּוֹכְחוֹת היא מידת ההודאה לה' וההתבטלות כלפי שמים בכל מצב ע"י שממליך את הקב"ה בורא עולם על עצמו ומבטל את הרע ומתגלה אור א"ס ב"ה בכל המציאות. הניסיון : זהירות מיראת בשר ודם	מ"ח מְלָכוֹת דִּי סוּד מַעֲמִידוֹ עַל הַשְּׁלוֹם המלכת ה' על עיניי הברית והדיבור. הניסיון : התעוררות היצר לבירורו והכנעתו והמתקתו הגמורה.	מ"ט מְלָכוֹת דַּמְלָכוֹת מְכוּיֵן אֶת שְׂמוֹעַתּוֹ ממליכים את א"ס ב"ה על כל הווייתנו הפנימית והכללית. כי המלכות שלך היא ולעולמי עד תמלוך בכבוד, ה' ימלוך לעולם ועד. והיה ה' למלך על כל הארץ, ביום ההוא יהיה ה' אחד ושמו אחד. הניסיון : בלתי לה' לבדו.

הטבלה עפ"י סדר "סולם רפאל" לספירת העומר לרב דניאל הכהן סטבסקי שליט"א. הביאור בירוק עפ"י הדברים שהתורה נקנייית בהם כמוכבא באבות ו' (הנה כתב במשנה במ"ח דברים ומנה נ' דברים) שהאחרון "האומר דבר בשם אומרו מביא גאולה לעולם" הוא כנגד חג השבועות שהוא יום הגאולה וגמר התיקון ע"י התוה"ק.