

שְׁכַתוּב (משלי ג, טז) אַרְךָ יָמִים  
בַּיְמִינָה בְּשִׂמְלֵה עֶשֶׂר וְכָבוֹד.  
אָמַר רַב פֶּפֶּא, אֵלּוּ שְׁלֹשָׁה הֵם.  
אָמַר לוֹ רַבִּי יְהוּדָה, הַכָּבוֹד הוּא  
בְּכָלֵל הָעֶשֶׂר, שְׁמִי שָׁיֵשׁ לוֹ עֶשֶׂר,  
יֵשׁ לוֹ כָּבוֹד, וּבִמְהָ יִזְכֶּה הָאָדָם  
לְכָל? בְּשִׁבִיל הַתּוֹרָה.

אָמַר רַבִּי יְהוּדָה, בֵּא וּרְאֵה, אֵינְךָ  
בְּכָל לִילָה וְלִילָה שְׂאִינוֹ אוֹחִז  
מִטְטְרוּ"ן שֶׁר הַפְּנִים כֹּל נִשְׁמָתָם  
שֶׁל תַּלְמִידֵי חֲכָמִים הָעוֹסְקִים  
בַּתּוֹרָה לְשִׁמְהָ, וּמְרָאָה אוֹתָן לְפָנֵי  
הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא, וּמִמְתִּינִים  
מִלְּאֲכֵי הַשֶּׁרֶת וְדוֹמְמִים מִלּוֹמַר  
שִׁירָה, עַד שִׁיתְּכַנְסוּ נַפְשוֹת  
הַצְּדִיקִים עִמָּהֶם, וַיִּזְמְרוּ בִּיחַד  
לְאֵל עֲלִיוֹן.

שְׁנֵאמַר הַנִּצְנָנִים נִרְאוּ בְּאַרְצָן -  
אֵלּוּ הָעוֹסְקִים בַּתּוֹרָה לְשִׁמְהָ. עַתָּה  
הַזְּמִיר הַגִּיעַ - אִזּוֹ הוּא עַת לְזַמֵּר  
לְבוֹרְאֵם בִּיחַד. וְקוֹל הַתּוֹרָה נִשְׁמַע  
בְּאַרְצָנוֹ - זֶה מִטְטְרוּ"ן, הַבֵּא  
לְאַסֵּף נִשְׁמָתָם שֶׁל צְדִיקִים לְזַמֵּר  
לְיִצְרָם בְּכָל לִילָה וְלִילָה, שְׁנֵאמַר  
(תהלים קמט) יַעֲלִזוּ חֲסִידֵיךָ בְּכָבוֹד  
יִרְנְנוּ עַל מִשְׁכַּבֹּתָם. מֵהוּ  
בְּכָבוֹד? אָמַר רַבִּי יְהוּדָה, זֶה  
מִטְטְרוּ"ן.

אָמַר רַבִּי יַעֲקֹב בַּר אִידִי, כֹּל  
נִשְׁמוֹתָם שֶׁל צְדִיקִים נִגְזְרוּ מִתַּחַת  
כֶּסֶף הַכָּבוֹד, לְנַהֵג אֶת הַגּוֹף כְּאֵב  
הַמְּנַהֵיג אֶת הַבֶּן, כִּי בִלְתִּי  
הַנְּשָׂמָה לֹא יוֹכֵל הַגּוֹף לְהַתְּנַהֵג  
וְלֹא לְדַעַת וְלַעֲשׂוֹת רְצוֹן בּוֹרְאוֹ.  
שְׁהִירֵי אָמַר רַבִּי אֶבְהוֹ, הַנְּשָׂמָה  
הִיא מוֹרָה וּמִלְמֶדָה לְאָדָם,  
וּמִחֲנֻכָתוֹ בְּכָל דְּרָךְ יֵשֶׁר.

וּבִשְׁעָה שְׁשׁוּלַח הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ  
הוּא אוֹתָהּ לַגּוֹף מִמְּקוֹם הַקְּדֻשָּׁה,  
מְבַרְךָ אוֹתָהּ בְּשִׁבְעַת בְּרָכוֹת. זֶהוּ  
שְׁכַתוּב (בראשית יב) וַיֹּאמֶר ה' אֶל  
אַבְרָם, זֹאת הִיא הַנְּשָׂמָה, שֶׁהִיא  
א"ב, לְלַמֵּד אֶת הַגּוֹף, וְר"ם עֲלִיוֹת,  
שִׁמְמָקוֹם רָם וְנִשְׂאָ בָּאָה. וְמָה

דְּכַתִּיב, (משלי ג טז) אַרְךָ יָמִים בַּיְמִינָה בְּשִׂמְלֵה  
עֶשֶׂר וְכָבוֹד. אָמַר רַב פֶּפֶּא, אֵלֶיךָ תִּלְתָּה הוּוּ.  
אָמַר לִיהִי רַבִּי יְהוּדָה, כָּבוֹד בְּכָלֵל הָעוֹשֶׂר הוּא.  
דְּמֵאן דְּאִית לִיהִי עוֹתָרָא, אִית לִיהִי יְקָרָא, וּבִמְהָ  
יִזְכֶּה הָאָדָם לְכָל, בְּשִׁבִיל הַתּוֹרָה.

אָמַר רַבִּי יְהוּדָה, תָּא חֲזִי, אֵינְךָ בְּכָל לִילָה  
וְלִילָה, שְׂאִינוֹ אוֹחִז מִטְטְרוּ"ן שֶׁר  
הַפְּנִים, כֹּל נִשְׁמָתָן שֶׁל תַּלְמִידֵי חֲכָמִים,  
הָעוֹסְקִים בַּתּוֹרָה לְשִׁמְהָ, וּמְרָאָה אוֹתָן לְפָנֵי  
הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא, וּמִמְתִּינִים מִלְּאֲכֵי הַשֶּׁרֶת  
וְדוֹמְמִים מִלּוֹמַר שִׁירָה, עַד שִׁיתְּכַנְסוּ נַפְשוֹת  
הַצְּדִיקִים עִמָּהֶם, וַיִּזְמְרוּ בִּיחַד לְאֵל עֲלִיוֹן.

שְׁנֵאמַר הַנִּצְנָנִים נִרְאוּ בְּאַרְצָן, אֵלּוּ הָעוֹסְקִים  
בַּתּוֹרָה לְשִׁמְהָ. עַתָּה הַזְּמִיר הַגִּיעַ, אִזּוֹ  
הוּא עַת לְזַמֵּר לְבוֹרְאֵם בִּיחַד. וְקוֹל הַתּוֹרָה  
נִשְׁמַע בְּאַרְצָנוֹ, זֶה מִטְטְרוּ"ן, הַבֵּא  
נִשְׁמָתָן שֶׁל צְדִיקִים, לְזַמֵּר לְיִצְרָם בְּכָל לִילָה  
וְלִילָה, שְׁנֵאמַר (תהלים קמט ה) יַעֲלִזוּ חֲסִידֵיךָ בְּכָבוֹד  
יִרְנְנוּ עַל מִשְׁכַּבֹּתָם. מֵהוּ בְּכָבוֹד. אָמַר רַבִּי  
יְהוּדָה זֶה מִטְטְרוּ"ן.

אָמַר רַבִּי יַעֲקֹב בַּר אִידִי, כֹּל נִשְׁמוֹתָן שֶׁל  
צְדִיקִים, נִגְזְרוּ מִתַּחַת כֶּסֶף הַכָּבוֹד, לְנַהֵג  
אֶת הַגּוֹף, כְּאֵב הַמְּנַהֵיג אֶת הַבֶּן. כִּי בִלְתִּי  
הַנְּשָׂמָה, לֹא יוֹכֵל הַגּוֹף לְהַתְּנַהֵג, וְלֹא לְדַעַת  
וְלַעֲשׂוֹת רְצוֹן בּוֹרְאוֹ. דְּהָא אָמַר רַבִּי אֶבְהוֹ,  
הַנְּשָׂמָה הִיא מוֹרָה וּמִלְמֶדָה לְאָדָם, וּמִחֲנֻכָתוֹ  
בְּכָל דְּרָךְ יֵשֶׁר.

וּבִשְׁעָה שְׁשׁוּלַח הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אוֹתָהּ לַגּוֹף  
מִמְּקוֹם הַקְּדֻשָּׁה, מְבַרְךָ אוֹתָהּ בְּשִׁבְעַת  
בְּרָכוֹת, הִדָּא הוּא דְּכַתִּיב, וַיֹּאמֶר ה' אֶל אַבְרָם,  
זֹאת הִיא הַנְּשָׂמָה, שֶׁהִיא א"ב, לְלַמֵּד אֶת הַגּוֹף,  
וְר"ם עֲלִיוֹת, שִׁמְמָקוֹם רָם וְנִשְׂאָ בָּאָה. וְמָה  
אָמַר לִיהִי, לָךְ לָךְ מֵאַרְצָךְ וּמִמּוֹלַדְתְּךָ, מִדִּירְתְּךָ,