TO SUBSCRIBE AND RECEIVE THIS TORAH SHEET WEEKLY. WWW.TORAHTAVLIN.ORG OR SEND AN EMAIL TO TORAHTAVLIN@ YAHOO.COM



לעילוי נשמח ר' אברהם יוסף שמואל אלטר בן ר׳ טוביי זייל ורעיחו רישא רחל בח רי אברהם שלמה ע"ה

שבת קודש פרשת נשא ו"ד סיון תש"פ SHABBOS PARSHAS NASO JUNE 6, 2020

9:ג הפנחה עש"ק - 6:52 | הדלקת נרות שבת - 8:08 | זמן קריאת שמע / מ"א - 8:34 | זמן קריאת שמע / הגר"א - 9:0 סוף זמן תפילה/הגר"א - 10:25 | שסיעת החמה שבת סודש - 8:26 | מוצש"ס צאת הכוכבים - 9:16 | צאה"כ / לרבינו תם - 9:9

כי יפליא לנדור נדר נזיר להזיר' מבאר רש"י 'למה נסמכה פרשת נזיר לפרשת סוטה לומר לך שכל הרואה סוטה בקלקולה יזיר עצמו מן היין' הרי שעל האדם לעשות גדרים וסייגים ובפרט בדברים הרופפים אצלו וכל דבר שרואה אשר לא כדת. יביז וידע כי הדברים מכוונים אליו ולא בכדי ראה את מה שראה אלא בגלל היותו לקוי בעניז זה סיבבו וגילגלו מז השמים שיראה את הדבר ויראה לשמור את עצמו שלא יכשל בהם שוב. אכן כיצד באים לידי כך. על ידי זהירות יתירה ועשיית גדר וסייג. לא רק בזמן שבית המקדש היה קיים אשר דיני סוטה היו נוהגים

הדברים אמורים. אלא אף בכל דור ודור כל אחד אשר רואה איזה מעשה ידע כי מתכוונים אליו כמאמר הבעש"ט כי בזמן שאדם רואה חסרון או דבר עבירה אצל זולתו הרי שמן השמים גרמו שיראה זאת כדי שיתקן בעצמו את הדרוש לו תיקון. כן אף אירע עם תלמיד הבעש"ט שהתאונן לפני רבו על שנכשל בשוגג בנידנוד

קל של חילול שבת רח"ל. כאב לו וביקש לדעת על מה ולמה באה לו כזאת? והשיב לו הבעש"ט שנכשלת הוא עקב שראה שמביישים תלמיד חכם שהוא בחינת שבת ולא מיחה על ביזוי כבוד הת"ח הרי שנכשל בדקות בכעיו חילול שבת. וכדי שישוב בתשובה סיבבו שיכשל בחטא ממש ובשובו מז החטא ישוב גם על ביזו הת״ח.

והדבר השלישי אשר נרמז בפרשה שדרכו יבוא למדרגת נשא הוא ההתקרבות אל אנשים יראים ושלמים וההסתופפות בצילם למעז אשר ילמד ממעשיהם דרכי תשובה ותוכחות מוסר ענייני אהבה ודביקות ה', עצה טובה וסגולה להינצל מז החטא ולהתעלות במעלות העבודה. נרמז בפסוק 'איש איש כי תשטה אשתו ומעלה בו מעל', ופרש"י 'מה כתיב למעלה מן הענין ואיש את קדשיו לו יהיו אם אתה מעכב מתנות הכהו חייר שתצטרר לבא אצלו להביא לו את הסוטה? הרי שאם לא יבוא אדם אל הכהז להסתופה בצילו וללמוד ממעשיו בסוף יבוא אליו בדרר לא טובה.

הקדושה צוה דוקא שהכהנים יברכו את ישראל ויעזר להיות מן הבטוחים בהשי״ת. דהכהנים לא זכו לנחלת הארץ. ולא היו עושים שום השתדלות לצורר פרנסם. וע"כ היו צריכין להיות בוטח בהשי"ת באמת. שיזמין להם פרנסם. [וידוע דברי הרמב"ם (סוף הל' שמיטה ויובל) במש"כ בנוגע לשבט לוי. דאינו רק שבט לוי. רק כל מי אשר נדבה רוחו ... עי"ש.] וא"כ י"ל. דדוקא הכהנים שהיו בדרגה גבוה במדת הבטחוז. שהרי לא היו להם נחלה. וע"כ תלו כל בטחונם רק בהשי"ת שיפרנסם. ע"כ רק הם יכוליו לעורר ולסייע ולעזר כלל ישראל להיות בוטחים בהשי"ת.

ונראה להוסיף ע"ז, דמאחר שיסוד בברכת כהנים הוא לקובע בלב של כל אחד ואחד מדת הבטחון, זהו הטעם מדוע הכהנים כשברכים את העם "נושאים ידיהם", שהכהנים מלמדים כלל ישראל. להיות בוטח בהשי"ת. צריר לישא ידינו אל אבינו שבשמים. שהכהנים אין להם על מי להשען אלא על אבינו שבשמים. וע"כ "נושאים ידים" אל אבינו שבשמים. ש'נשיאת כפים' מורה שאין בידינו שום יכולת מצד ידינו. רק הכל הוא מאת השי"ת. ואפילו למי שיש לו השתדלות לעשות לצרור פרנסתו. ג״כ צריר לישא ידו אל אינו שבשמים. ולידע שאיז הצלחתו מתור מעשה ידיו. רק הכל מאת השי"ת. וע"כ לא יועיל כלל רבוי השתדלות. דאין ההשתדלות מועיל כלל, רק הכל הוא בגזירת עליון, וזהו מה שאנו לומדין ממה שהכהנים נושאים ידיהם אל אבינו שבשמים. ועי"ז יתברר בברכות עד בלי די!

נשא את ראש בני גרשון (ד-כב)- בישועתך תרום ותגביה קרננו

לרשתינו פותחת בלשון "נשא", שהוא מלשון הרמה והתנשאות גרשום, מלשון ירושיו. לרמז כי אף בזמו שאדם מרגיש מגורש מנחלת עולם ומקרבת אלוקים כאמור י גרשוני היום מהסתפח בנחלת ה" ע"י שהרבה בחטא ופשע לזאת מרמזנו התורה כי יליו להתרומם ולהתנשא ע"י שישפר ויתקז את מעשיו ובכר לא ישאר ח"ו בהתרחקות הבורא יתברך. אכן כיצד ובמה זוכים לחזור אל מקור הקרושה מחצב הנשמה, לזה רומז בפרשה כמה דרכים כיצד להטיב את המעשים ולישב ההידורים. הדבר הראשון אשר צריר הוא עזיבת החטא לגמרי בקבלה איתנה ועשיית תשובה על ידי אמירת דוי כפי הנאמר בתורה 'והתודו את חטאתם אשר עשו' כי מצות וידוי אינו מצות צשה שהזמן גרמא המיועדת רק ליום הכיפורים בלבד אלא הוא מצוה תמידית בכל ם ויום. על האדם להתוודות ולהתחרט על כל עווז ואשמה בכל עת. לכז תיקנו לומר תחנוז אחר תפילת שחרית ומנחה אשר צריר לאומרו לשם וידוי ואף יש נוסחאות בהם והגים לומר קודם תחנון 'הנני מוכן לקיים מצות וידוי' וכך יהיה נקי מן החטא. נתמידות. ישנם אף אנשי מעשה המתוודים גם בקריאת שמע שעל המיטה כפי הנוסח אשר תיקו האריז"ל נמצא מקיימים מצות ווידוי שלשה פעמים ביום.

הדבר השני שצריר בכדי להינשא ולא ליפול שוב בחטא הם עשיית גדרים וסייגים. זצריר אדם לגדור את עצמו בכל הדברים ובפרט אם כבר בא לידי נפילה ונכשל בחטא מסויים צריך להוסיף שמירה על שמירה לחקור ולשרש אחר סיבת שורש הדבר שהביאו לידי עבירה ומכאו ואילר יקבל על עצמו קבלות טובות ובכח זה לא יוסיף ללכת בדרכו הנלוזה. דבר זה נרמז בתורה על הכתוב בפרשת סוטה 'איש או אשה כי

כה תברכו את בני ישראל אמור להם ... ושמו את שמי על בני ישראל אני אברכם (ו-כג-כו) - בביאור מצות ברכת כהנים ואופן לוכה לברכה

הקשה **הבעל העקירה.** דמה תועלת יש במצוה הזאת רצוני בשיאמרו אלו ברכות מפי הכהן אל העם כי הוא יתעלה הוא המברך, ומה יוסיף ומה יתן כי יברכו וכהנים או יחדלו. וכי היה להם לסייע? ותירץ. דהברכה שחלה על כלל ישראל לא זיה כלל מאת הכנהים. שהרי לא היה בכוחם של הכהגים לברך את ישראל. רק זברכה שחלה על כלל ישראל הוא ממקור כל הברכות. מלר מלכי המלאכים הקדוש נרור הוא. ורק הכהנים מעוררים ומסייעים ועוזרים כלל ישראל לקבוע בליבם מדת האמונה והבטחוז בהשי"ת. וע"י האמונה ובטחוז זכו לברכה מאת השי"ת.

הנה יש לבאר. מאחר שמבואר מדבריו שלא היה להכהנים בעצמם שום כח לברר את ישראל. רק הם מסייעיז לעוררם במדת האמונה והבטחוז בהשי״ת. א״כ אמאי היתה המצוה לברכת את ישראל דוקא ע"י הכהנים. הרי כל תלמוד חכם. או צדיק. שיש ביכלתו לעורר הבני ישראל להיות בוטח בהשי״ת, יהא יכול לקיים המצוה לברך את שראל בברכת "יברכך ה' וישמרך ..." שהרי איז הברכה כלל מאת הכהנים בעצמם.

והנראה לומר, דהנה הכהנים היו מיוחדים במדת הבטחוז בהשי״ת, וע״כ התורה

A SERIES IN HALACHA LIVING A "TORAH" DAY

Coronavirus: Relevant Halachos in These Trying Times (10)

Kevurah in Eretz Yisroel. A question has arisen regarding the

procedure, when there are no available flights to Israel, to bury

one who planned to be buried there. Due to the current health

pandemic, a number of *niftarim* could not be taken to *Eretz*.

Yisroel for *keyurah*. What is the right procedure in such a case?

To bury in *Chutz, L'aretz*, and later rebury the *niftar* in *E"Y*?

Normally, based on the Yerushalmi in Moed Katan, it is

prohibited to unearth a buried body and rebury it somewhere

else. This is codified in **Shulchan Aruch** (Y.D. 363:1). This

Reasons For the Issur. The *Poskim* give a number of reasons:

1) Based on a story in *Sefer Shmuel (1:28:15)* and a comment in *Ivov* (3:13) there seems to be a fear in the *niftar's* soul of

2) The act of moving a body from its "final" resting place is

3) Moving a *niftar* even without fear of being rejudged is

4) The *mitzvah* of *kevurah* - burial, is to make sure that the body

is buried and stays buried. Taking one out goes against this

mitzvah of burial, because every second that he/she is out of

the ground for an unjustified reason is a *bitul* of the *mitzyah*

of *kevurah*. This last reason is given by the **Chazon Ish**

(Y.D. 205:5) and **Igros Moshe** (Y.D 1:242 and 2:160). **R**'

includes taking the whole coffin out without opening it.

being rejudged when its body is moved.

deemed a disgrace to the niftar.

distressing to the soul.

מאת מוח"ר ברוף הירשפלד שליט"א ראש כולל עטרת חיים ברוך קליבלנד הייטס

Moshe zt" adds that this a real *Torah issur*.

When is it Permitted? Even though the issur applies when moving to a better location there's still cases when it is permitted.

- 1) To change to a location where parents, or a number of family members are buried. This is based on the assumption that the deceased would want this to be done.
- 2) To relocate to *Eretz Yisroel* for burial there is an atonement. as it says (Devorim 32:43), "Vechiper Admoso Amo."
- 3) If he was buried in the first location with a specific intention to later relocate.
- 4) If there is a reason to think the remains of the deceased will be damaged by water or gentiles who might remove the remains.
- 5) If one was buried in a gentile cemetery he can be taken to a Jewish cemetery. These *heterim* are brought down in *Poskim* (Y.D. 363) and require explanation how they fit with the reasons for the *issur* mentioned in the first paragraph, see the Meforshei Sh. Aruch there and Chazon Ish Y.D. 208:5 and 8.

Our Case. According to the above, it is justified for two reasons to move a *niftar* when planes become available. One, because it's to Eretz Yisroel and two, because they were buried with that condition to be moved when it becomes feasible. When they move the *niftar* there are two other halachic matters. 1. How they move him and how much dirt they take along. 2. There are some temporary Aveilus restrictions on the close relatives when the niftar is relocated. These will be explained next time IY"H.

בין הריחים - תכלין מדף היומי - שבת דף פת.

(ב**יהן הר בגיגית" - Tosfos** (בי"ה כפה) explains that even though *Klal Yisroel* had already said **"בפה עליהן הר בגיגית**", they still needed to be forced. Since the נשמות that accompanied בתר תורה were so frightening, their נשמות left them. Hashem forced them just in case they would change their minds & run away. But because we were forced, the Gemara says Klal Yisroel had an "excuse" (מודעה רבה דאורייתא) not to keep the *Torah* until much later when we accepted it again willingly in the times of *Achashveirosh* (רח"מ רה:א] *paskens* יתליוהו וזביו זביניה זביני^{ר.} This means. even if a purchaser forces another to sell him an item, the sale remains valid, According to this *halacha*, why did *Klal* Yisroel have an excuse that they were forced? A transaction is valid even if one is forced into it? Some argue that a forced sale is only valid because ultimately the seller received money. But regarding the *mitzyos* of the *Torah* we hold "שכר מצוה בהאי עלמא ליכא" - we don't receive anything in this world, so the above halacha wouldn't apply. So, if the קולות וברקים created such a problem & excuse not to keep the Torah, why did Hashem insist on having these awesome frightening noises at all? Let the Torah be given without them & there wouldn't be even a question? Rav Yeruchem Levovitz ב"ב מאמר פה) explains that Torah is not a subject to be studied, it must be revered, respected & feared. This is the ONLY way to give the Torah & learn it. So, there was no choice. The Mir Rosh "תורה, אן קיין קולות וברקים, איז קיין תורה ניטי". Yeshivah, R' Shmuel Berenbaum zt"I, when fighting over a Sevara would tell his Talmidim,

R' Chaim Aryeh Leib Fenster zt"l (Shaar Bas Rabim) would say:

'יהיהי המקריב ביום הראשון את קרבנו לעמינדב ... וקרבנו קערת כסף אחת" '' '' ו'יהי המקריב ביום הראשון את קרבנו לי offering' regarding Nachshon ben Aminaday? He was the first Nasi to bring, so what does the 'and' imply? According to the Medrash it was Nesanel ben Tzuar who suggested that all the Nesi'im bring korbanos during the inauguration of the Mishkan. Anyone who encourages others to do good deeds receives a reward for the encouragement and also shares the merit of the deeds themselves. Therefore, although Nachshon ben Aminaday brought his korban first, it is written 'and his offering' to indicate that the merit was not entirely his, but shared with Nesanel ben Tzuar too."

A Wise Man would say: "Action may not always bring happiness; but there really is no happiness without action."

Printed By: Mailway Services. Serving Mosdos and Businesses Worldwide Since 1980 (1-888-Mailway)



What's your plan? 103.454+ *Join NOW-It's time!

לעילוי נשמת זקני ר' אברהם יוסף שמואל אלטר בן טובי ז"ל נפטר ט"ו סיון תשנ"ו

מעשה אבות סימו

או איש אשר תעבר עליו רוח קנאה וקנא את אשתו והעמיד את האשה לפני ה' ועשה לה הכהן את כל התורה הזאת ... (ה-ל)

A young man in Jerusalem lived a very difficult life. As a single bochur, he showed great promise in his studies and future, but soon after he got married, his problems began. His wife was a strong personality who took after her father in this respect. Her father, the man's father-in-law, was unhappy with the course of his son-in-law's life and never missed an opportunity to badger him with sinister and hurtful remarks. This made an impression on his daughter, and the young couple's shalom bayis was sorely lacking. On top of this, the man began to feel ill and none of the doctors he went to could figure out the problem. Bills began piling up and money was hard to come by in the household.

It reached a point when finally, the girl asked for a divorce and walked out of the house. The young, sick avreich had almost no physical or emotional support, and eventually he was forced to give a get. But this was not enough for his one-time father-in-law. He sued the young man in court for unspecified damages to his daughter and himself, and would not let up on the pressure he applied to his former son-in-law. The young man's quality of life was nothing short of a disaster.

The tired and tortured avreich needed advice and assistance and turned to the **Tchebiner Rosh Yeshivah**. R' Avraham **Genichovsky** zt''l for help. R' Avraham was known for his profound understanding of Torah and tremendous sensitivity to others. The advice he gave to hundreds of beleaguered men and women was always profound and a study in deep human insight. R' Avraham had tears in his eyes as he listened to the man's tale of woe - he truly felt the man's terrible pain and suffering. Finally, he looked into the young man's eyes and said, "If you are willing to follow what I tell you, you will see a real salvation from the Hand of *Hashem* and you will start to see success right away. Are you willing to listen to what I have to say?" The young avreich eagerly nodded. It was the first time he had even a glint of hope in a very long time.

"Okay, this is what you must do," said R' Avraham. "You must accept upon yourself two important conditions. The first one is that you must become from the 'שומעים חרפתם ואינם משיבים' - the rare and unique individuals who will take another person's verbal abuse and vituperation and not respond in kind. This is not an easy task and you will be tempted to lash back at your accuser, but instead of doing that, you should keep the thought in mind that this is all min hashamayim. and no one can actually harm you or cause you evil and pain, if it was not decreed upon you in heaven."

R' Avraham smiled reassuringly. Then he continued, "The second condition is even more difficult. You should start to daven for your ex-wife. And your former father-in-law, that they are successful and you should try to feel love for them"

"What?" exclaimed the young man. "I should *daven* for these people who've made my life so miserable? How can I do that? I simply cannot forgive them, let alone daven or feel love for them, after all they've done to me!"

This time, R' Avraham took the young man's hand warmly and soothed it. "This is your unique and individual path to salvation and success. *Hashem* is testing you and you must not only overcome the test, but exceed it and succeed in your life. With humility and obedience, be *mevater* and forgive them. *Daven* for them and ask *Hashem* to be good to them, for your sake, because one who is מעביר על מידותיו - looks away and does not let insults and harshness bring him down, will be zoche that מעבירץ על פשעי - his sins will be wiped away - and then - you will see great success in all that you do!"

The young man took these words to heart and did as R' Avraham prescribed. He began to daven with all his might that Hashem should be tow favor on his former wife and her father. He begged Hashem to give them all the good in the world and he forgave them for all that they did to him. Almost instantly, he noticed a change in the relationship. Suddenly, he didn't hate them anymore, and even more incredibly, they started acting nice to him. Soon, they were on cordial terms and he began to feel a joy and serenity in his heart he had never experienced before. Within weeks, his mystery ailment cleared up and the doctors just shook their heads in amazement. And to top it all off, the young man came up with an invention that revolutionized an entire industry. He filed for a patent and almost overnight, he became a multi-millionaire!

תורת הצבי על הפטרות

ויאבר לו בלאד ה' לבה זה תשאל לשבי והוא פלאי ... (שופטים יג-יח)

Though the theme of the *Haftorah* centers around the story of the mighty Nazir, Shimshon HaGibor which coincides with the theme of *Parshas Naso*, another interesting idea can also be learnt out from the Haftorah. Chazal teach that the names of angels differ based on their mission at hand, thus, following the revelation that he will have a holy child, why did Manoach ask the angel to reveal his name?

R' Nosson Tzvi Finkel zt"l (Alter of Slabodka) explains that Manoach was flustered from the pace of the events that were unfolding and he numbly followed Tzlalponis's (his wife) suggestion that he attempt to communicate with the

angel again. Confused and befuddled, Manoach could not think on his own and he followed behind his wife - forever solidifying his status as an עם הארץ – an ignoramus.

An important lesson to be learned is that the more one seeks to discover the name and identity of an angel of holiness, the more one realizes that it must remain hidden. Manoach sought to learn the angel's identity because he had no understanding of what an angel really is. Sometimes we seek to understand the ways of the world and why certain events needed to take place; unfortunately we forget that Hashem is behind it all and it isn't our place to need to understand everything. As *Torah* Jews, our duty is to serve our creator whether we understand the full picture or not

נשא את ראש בני גרשוו גם הם

Hashem commands Moshe Rabbeinu to take a census of the children of Gershon. At a cursory glance, the words "Gam Heim" (also them) that are used in the posuk seem superfluous. It would have sufficed to simply say "count Bnei Gershon. Why "also them" which seems to link them to the previous census of the Bnei Kehas in last week's parsha?

I saw a pshat from **R' Moshe Feinstein** zt'l who says that Bnei Kehas held a lofty position, carrying the Aron Kodesh and other holy keilim, whereas Bnei Gershon and Bnei Merori's jobs seemed more "mundane" and basic. One may therefore extrapolate that only *Bnei Kehas* were members of the upper echelons of society and not *Gershon* or *Merori*. To counter such a notion, the Torah explicitly states: "Gam Heim" - Bnei Gershon and Merori are equally important. As long as they're doing the ratzon Hashem, they are equally as lofty. This machshava pertains to all of us, young and old. Am Yisroel is blessed with numerous factions. We have Rabbanim, baalei batim, chavrei kollel and "simple" laymen. We have Roshei Yeshiva and "simple" melamdei tinokos. Baalei kishron and bochurim who struggle to understand the basics of Gemara. The Torah's outlook is that they are all elite and special. Because "רחמנא לבא בער" it's the heart and effort that counts. (see Mesillas Yesharim end of Perek 26)

As we exit the spiritual aura of the Yom Tov of Shavuos, Klal Yisroel has reached awesome heights, in Torah and Avodas Hashem. But let us always remember that it all started with "k'ish echad b'lev echad" - we were all unified at Han Sinai - the greatest of the great and the smallest of the small - with one heart and one mind. With that in our minds, and with translating this into real action, we will certainly be able to weather all the challenges we face, and see many yeshuos bekarov. For years, the *seforim* of these great *Rabbanim* were

משל למה הרבר דומה

ישא ה' פניו אליך וישם לך שלום (ו-כו)

Sofer zt" was the Karlburg Ray, R' Dovid Yaakov Friedman zt"l. In his youth, he learned in the famous Pressburg Yeshivah for close to ten years and was one of the leading lights to emerge in a difficult time in Jewish history.

R' Dovid Yaakov would relate that he recalls how careful and makpid his Rebbi, the Chasam Sofer, was to place the sefer Pnei Yehoshua of R' Yaakov Yehoshua Falk zt"l on a different shelf than the Urim V'Tumim and Kreisi Pleisi seforim of R' Yehonason Eibeschutz zt"l. The reason was well known for these two giant *Torah* luminaries had been embroiled in a machlokes that engulfed much of the Jewish world a century earlier. The controversy centered around the use of *kamayos* (amulets) which many suspected of being connected to the sect of Shabesai Tzvi, the apostate who declared himself Mashiach, and caused tremendous damage within the Jewish people.

separated in the *Pressburg Yeshivah*, until one day, R' משל: One of the foremost talmidim of the great **Chasam** Dovid Yaakov and others noticed that the *Chasam Sofer* put the *seforim* on the same shelf, and right next to each other! What had changed, they wanted to know, and someone

finally had the gumption to ask the Rebbi. With a bit of reluctance, the Chasam Sofer explained that it was revealed to him from Heaven that after almost a full century, the two great *Tzaddikim* finally came to terms with each other in the Yeshivah shel Maaleh. "If they can make peace in Heaven," said the Chasam Sofer, "we must show their newfound closeness by putting their *seforim* next to each other."

נמטל: The blessing of peace is one that each and every person strives for in his life and in his daily interactions with family, friends and acquaintances. Lest we think that *Shalom* is easy and instantly attainable, we must realize that it truly takes work to achieve real *shalom* and peace in the world. And if we can't make it in this world, we will have the entire hereafter to continue working on it until it is accomplished!

EDITORIAL AND INSIGHTS

FROM THE WELLSPRINGS OF

ON THE MIDDAH OF ... ליסוק R' GUTTMAN - RAMAT SHLOMO
ובאו המים המאררים האלה במעיך לצבות במן ולנפל ירך ... (ה-כב)
The Mishna in Sotah 47a tells us that the Sanhedrin discontinued the Sotah procedure due to the fact that it was only conclusive if the husband was 100% clean of all immoral behavior. If the husband was guilty, then even if the wife was guilty too, the *Mei Sotah* water would not work. Because of the rise in immorality, *Sanhedrin* decided to stop the procedure entirely.

If that was the case then, what can we say today? It is almost impossible to take a walk outside, even in a religious neighborhood, without being exposed to something improper What can we do to overcome this widespread epidemic?

R' Avraham Pam zt" sums it up in two words. KEEP BUSY! The more a person's mind is occupied in *Torah*, the more protection he has. This doesn't only refer to one who is in the *Beis Medrash* learning; even the average person has it very much in his power. One must train himself "tzu trachten in lernin" - to think Torah thoughts. If you are learning the daf, try to think about what you learned even when you close the Gemara. If you are learning Chumash, try to focus on something practical that you can do with what you learned. Always have a good *yort* in your pocket to share with others. Think about opportunities for chessed, think about kiruv richokim, say Tehillim. Try not to let a vacuum develop even for a short amount of time. Try to keep your mind busy with spiritual thoughts even when you are busy with mundane affairs. When you eat, think about *Hashem* and all the chessed He does for you. If you have free time, try to fill your mind with Torah, Tefilla or Gemilas Chasadim.

Due to Coronavirus, we are all spending much more time at home. This means you have more time to THINK about what is important. Time is a gift and the best way to appreciate this gift is to use it well. The greatest thing you can do with your time is immerse your mind in *Torah*. It is the greatest protection for all of the spiritual and physical viruses in the world.