

קונטרס

# תְּשִׁמַח וְתִבְדַח

יִגְלַה מַעֲלַת הָאָדָם הַזּוֹכֶה לְשִׂמְחָה וּלְבִדּוּחַ אֶת אַחֵינוּ בְּנֵי  
יִשְׂרָאֵל, וּלְהַרְחִיב לָהֶם אֶת דַּעְתָּם, אֲשֶׁר זֶה הַמַּצְוָה הַכִּי  
גְּדוּלָה — לַעֲזֹר לְכָל בֵּר יִשְׂרָאֵל, שִׁיְהִיָּה שִׂמְחָה וְטוֹב לֵב  
תָּמִיד, וַיִּגְלַה מַעֲלַת הָאָדָם הַזּוֹכֶה לְשִׂמְחָה אֶת בְּנֵי בֵיתוֹ וְאֶת  
יְלָדָיו, אֲשֶׁר אִזּו יִרְגִישׁ אֶת הָאֶרֶץ הָעוֹלָם הַבָּא בְּעוֹלָם הַזֶּה  
מִמֶּשׁ, וַיְהִיָּה תָּמִיד הַשְּׁלוֹם שְׂרׁוּי אֶצְלוֹ.

★

בְּנוֹי וּמִיֶּסֶד עַל־פִּי דְבָרֵי

רַבְּנׁוֹ הַקְּדוֹשׁ וְהַנּוֹרָא, אֹר הַגְּנוּז וְהַצְּפוּן,

בּוֹצִינָא קְדִישָׁא עֲלָאָה, אֲדוֹנָנוּ, מוֹרְנוּ וְרַבְּנׁוֹ

רַבִּי נַחֲמָן מְבַרְסֶלֶב, זְכוּתוֹ יִגַן עָלֵינוּ.

וְעַל־פִּי דְבָרֵי תַלְמִידוֹ, מוֹרְנוּ

הַגָּאוֹן הַקְּדוֹשׁ, אֹר נַפְלָא, אֲשֶׁר כָּל רִז לֹא אָנִים לִיה

רַבִּי נִתָּן מְבַרְסֶלֶב, זְכוּתוֹ יִגַן עָלֵינוּ,

נִמְשָׁלֵב בְּפִסּוּקֵי תוֹרָה, נְבִיאִים, כְּתוּבִים וּמֵאֲמָרֵי חֲכָמֵינוּ

הַקְּדוֹשִׁים מִגְּמָרָא וּמְדַרְשִׁים וְזֶהר הַקְּדוֹשׁ

★

הוֹבָא לְדַפּוּס עַל־יְדֵי

חֲסִידֵי בְּרֶסֶלֶב

עִי"ק יְרוּשָׁלַיִם תּוֹכְב"א

מוֹהֲרָא"ש נ"י אָמַר, שְׂאִין לְתַאֲר וְאִין לְשַׁעַר  
אֶת מַעֲלַת הַשְּׂמֻחָה שְׂאָדָם שְׂמַח תָּמִיד בּוֹ  
יִתְבָּרֵךְ, וְשְׂמַח בְּנִקְדַּת יְהוּדוּתוֹ, וּמְכַל שְׂכָן וְכָל  
שְׂכָן כְּשִׂמְשֻׁמַּח וּמְבַדַּח יְהוּדִים אַחֲרֵים, שְׂאִז  
מְבֻטָּח לוֹ שֶׁהוּא בֶּן עוֹלָם הַבָּא. וְאַצְלוֹ יִתְבָּרֵךְ  
מְאֹד מְאֹד חָשׁוּב בְּרִי יִשְׂרָאֵל שְׂמֻשֻׁמַּח וּמְבַדַּח  
אֶת זוּלָתוֹ, אֲשֶׁרֵי מִי שְׂיִגִיעַ אֶל מַדְרָגָה זוֹ.  
(אמרי מוהרא"ש, חלק ב', סימן תקמח)

קוֹנְטֵרַס

# תְּשׁוּמָח וְתַבְרָח

.א.

עָלֶיךָ לְדַעַת, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיָּקָר, כִּי בָּזָה הָעוֹלָם  
עוֹבֵר עַל כָּל אֶחָד וְאֶחָד בְּכָל יוֹם וְיוֹם כַּמָּה מִיְּנֵי צְרוּת  
וְיִסּוּרִים, כַּמָּה מִיְּנֵי מְרִירוּת וּנְפִילוּת, כַּמָּה מִיְּנֵי דַחְקוּת  
וְעֲנִיּוּת, כַּמָּה מִיְּנֵי מְכַאוּבִים וְחֻלָּאִים, אֵין אָדָם שִׁפְטֵר  
מִכָּל זֶה, אֶחָד מְעַט וְאֶחָד הַרְבֵּה, וְעַל-כֵּן אֲשֶׁרִי מִי  
שְׂזוּכָה לְחִזֵּק אֶת עֲצָמוֹ בְּאִמוּנָה פְּשׁוּטָה בּוֹ יִתְבָּרַךְ,  
וְיִדַע בִּידְעָה בְּרוּרָה וּמְחֻלָּטָה, אֲשֶׁר אֵין שׁוּם עֲצָה  
אַחֲרַת לְהִנְצֵל וּלְבָרַח מִכָּל פְּגָעֵי וּמִקְרֵי הַזְּמַן, כִּי אִם  
עַל-יְדֵי שִׁיחֹזֵר בְּתִשׁוּבָה אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, אֲשֶׁר מְלֵא כָּל  
הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ, כִּי כָּל מֵה שֶׁעוֹבֵר עָלֶיךָ בְּכֻלְלִיּוּת  
וּבְפִרְטִיּוּת וּבְפִרְטֵי פִרְטִיּוּת, הַכֹּל בְּשִׁבִיל לְעוֹרֵר אוֹתְךָ,  
וּלְמַשֵּׁךְ אוֹתְךָ חֲזָרָה בְּתִשׁוּבָה אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, וְתַכְתֵּי יִמֵּיךְ

כְּשֶׁרַק תִּקְבַּל זֹאת, אֲזִי יִשְׁתַּנֶּה כָּל מַהֲלָךְ מַחְשַׁבְתְּךָ, וְתִהְיֶה אִישׁ שְׂמִיחַ וּמְבַדַּח תָּמִיד, כִּי עֶקֶר הָעֲצָבוֹן וְהַדְּפֹאוֹן וְהַמְתָּחִים שְׁעוֹבְרִים עָלֶיךָ, הֵם רַק מַחֲמַת חֶסְרוֹן אֲמוּנָה וְרַחוּקָה מִמֶּנּוּ יִתְבַּרְךָ, אֲבָל תִּכְףּ וּמִיד כְּשֶׁרַק תִּחְזֹר בְּתִשׁוּבָה אֲמֵתִית אֵלָיו יִתְבַּרְךָ, וְתִקְבַּל עָלֶיךָ עַל מַלְכוּתוֹ יִתְבַּרְךָ, אֲזִי תִכְנַס בְּךָ שְׂמִיחָה עֲצוּמָה, כִּי עַז וְחֻדְוָה בְּמִקּוּמוֹ, וְכָל מָה שְׂזוּכָה לְחֹזֵר יוֹתֵר בְּתִשׁוּבָה אֵלָיו יִתְבַּרְךָ, נַעֲשֶׂה יוֹתֵר שְׂמִיחַ, וְזֶה בְּעֲצֻמוֹ הַסִּימָן הַכִּי טוֹב אִם הוּא בְּאֵמֶת כָּבֵד חֹזֵר בְּתִשׁוּבָה — כְּשֶׁהוּא תָּמִיד מְשִׁמַּח וּמְבַדַּח — הֵן אֶת עֲצֻמוֹ וְהֵן אֶת אֲחֵרִים; עַל-כֵּן רָאֵה, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיִּקָּר, לְחֹזֵר עֲכָשׁוּ בְּתִשׁוּבָה אֲמֵתִית אֵלָיו יִתְבַּרְךָ, וְתִקְבַּל עַל עֲצֻמָּךְ לְקַיֵּם אֶת כָּל מִצְוֹתָיו יִתְבַּרְךָ בְּתַמִּימוֹת וּבְכַפְּשִׁיטוֹת גָּמוּר, וְתִרְגִּיל אֶת עֲצֻמָּךְ לְדַבֵּר עִמוֹ יִתְבַּרְךָ בְּלִשׁוֹן שְׂאֵתָה רְגִיל בָּהּ, הֵינּוּ בְּשִׁפְתַי הָאֵם שְׁלִי, וְתִרְבֶּה בְּדַבּוּרִים לְדַבֵּר עִמוֹ יִתְבַּרְךָ כְּאֲשֶׁר יְדַבֵּר אִישׁ עִם רֵעֵהוּ וְהֵבֵן אֶל אָבִיו, וְזֶה יוֹרֵד מִמֶּךָ אֶת כָּל הַמְתָּחִים וְהַמְרִירוֹת וְהָעֲצָבוֹת, וְתוֹכָה לִהְיוֹת אִישׁ שְׂמִיחַ, וְעוֹד תִּחְזִיר אֲחֵרִים בְּתִשׁוּבָה, וְהַעוֹלָה עַל הַכֹּל — שְׂתַהֲיֶה אִישׁ טוֹב, וְתָמִיד תְּשִׁמַּח וְתַבְּדַח אֲחֵרִים, אֲשֶׁר זֹהֵי מִצְוָה גְּדוּלָה עַד מְאֹד.

## ב.

אַהוּבִי, אַחִי! עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי אֵין עוֹד מְצוּהַ יוֹתֵר  
 גְּדוּלָה מִמְצוּהַ זֶה — לְשׁוּמַח וְלַבְדִּיחַ אַחֲרִים, וְעַל-יַדִּי  
 שְׁתוֹכָה לְשׁוּמַח וְלַבְדִּיחַ תָּמִיד אֶת אַחֲרִים תִּמְשִׁיךְ גַּם עַל  
 עֲצֻמָּךְ שְׂמִיחָה, וְתַהֲיֶה תָּמִיד מֵיִשָּׁב בְּדַעְתְּךָ, כִּי הַשְׂמִיחָה  
 מֵיִשְׁבֵּת אֶת הַדַּעַת וּמְרַחֶבֶת אוֹתָהּ, עַד שֶׁיִּכּוֹל לַעֲבֹר עַל  
 כָּל מַה שֶּׁרַק בָּא עָלָיו, וְעָלֶיךָ לְזַכֵּר, כִּי כְּמוֹ שְׁעוֹבְרִים  
 עָלֶיךָ בְּכָל יוֹם וַיּוֹם מִשְׁבָּרִים וְגָלִים, כְּמוֹ-כֵן וַיּוֹתֵר מִזֶּה  
 עוֹבֵר גַּם עַל אַחֲרִים; וְעַל-כֵּן רְאֵה לְשׁוּמַח וְלַבְדִּיחַ אֶת  
 אַחֲרִים, וְתִרְחִיב לָהֶם דַּעְתָּם, וְתָמִיד תִּדְבֹּר עִמָּהֶם  
 בְּצוּרָה יָפָה וּבְאִפְּן שֶׁל שִׁבְחָ וְחִיּוּב וְלֹא בְּאִפְּן שֶׁל  
 בְּזִיווֹן, שְׁלִילָה וּבִקְרָת, וְאִזּוּ בְּאִמַּת תִּקְנֶה לְעֲצֻמָּךְ עוֹלָם  
 הַבָּא, כִּי אֲצִלוּ יִתְבָּרֵךְ מְאֹד מְאֹד חָשׁוּב כְּשֶׁמְשַׂמְּחִים  
 אֶת בְּנֵיו וּמְחַיִּים אוֹתָם, וּמְקַבְּלִים עַל זֶה שְׂכָר גְּדוּל  
 בְּשָׂמִים, וְעַל-כֵּן אִפְלוּ שְׂאֵתָה יוֹדַע שְׁקַלְקֵלֶת כְּבֹר  
 הַרְבֵּה בְּזֶה הָעוֹלָם, וְחֻטְאֵת בְּכָל מִינֵי חֻטְאִים וְעוֹנוֹת  
 וּפְשָׁעִים חֲמוּרִים, אֶף-עַל-פִּי-כֵן קַח לְעֲצֻמָּךְ דֶּרֶךְ זֶה —  
 שְׁתַּהֲיֶה תָּמִיד בְּשְׂמִיחָה עֲצוּמָה, כִּי אֵיךְ שֶׁהוּא עֹדִין יֵשׁ  
 בְּךָ נִקְדָּה טוֹבָה אַחַת מְנַקֶּדֶת יְהִדוּתְךָ, וְכֵן תְּשׁוּמַח  
 וְתַבְדִּיחַ אֶת אַחֲרִים, אֲשֶׁר זֶה עוֹלָה עַל הַכֹּל, כִּי אַתָּה  
 אֵיךְ שֶׁהוּא עוֹד תִּזְכָּה לְהַחְזִיק מֵעַמָּד בְּאִיזָה אִפְּן

שְׂיֵהִיהָ, אֲכַל חֲבֵרָךְ, אֲשֶׁר אֵין לוֹ כָּל הַהִקְדָּמוֹת הָאֵלוּ,  
וְאִם לֹא תְשֻׁמַח וּתְבִידָח אוֹתוֹ, הוּא יְכוּל לְהִתְאַבֵּד אַחֲרֵי-  
כֵן לְגַמְרֵי, וְעַל-כֵּן אִם זוֹכֵה לְשֻׁמַח וּלְבִידָח אֶת אַחֲרִים  
מֵעֲלָתוֹ גְּדוּלָה עַד מְאֹד בְּשָׂמִים.

ג.

אֶהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר! מַה וּלְמָה לָךְ לְהִמְשִׁיךְ אֶת  
עֲצָמְךָ כָּל-כֶּף אֶל הַצַּעַר, וְאִפְלוּ שְׁעָשׂוּ לָךְ כְּבָר כָּל מִינֵי  
עוֹלוֹת וְאֵי צָדֵק, מִדּוּעַ וּלְמָה לֹא תִתְיָשֵׁב, כִּי עִם  
הַמְרִירוֹת וְהַעֲקָמִיּוֹת שְׁעוֹבֵרֶת עֲלֶיךָ לֹא תִפְעַל שׁוּם  
דְּבָר, רַק תַּעֲצֹבֵן אֶת עֲצָמְךָ וְאֶת אַחֲרִים וְתִגְרַם לְעֲצָמְךָ  
יִסּוּרִים יוֹתֵר גְּדוּלִים, כִּי טֹבַע בְּנֵי אָדָם שְׂאִינָם אוֹהֲבִים  
אִישׁ מִמְרָמֵר וּמְלֵא טַעֲנוֹת עַל זֻלְתוֹ וְעַל הַחֲבֵרָה, וְעַל-  
יְדֵי שְׂאֵתָה תִהְיֶה כָּל-כֶּף מִמְרָמֵר, עֲצוּב וּמְדַכָּא, מְלֵא  
טַעֲנוֹת וּמַעֲנוֹת עַל אַחֲרִים, אִפְלוּ שְׁכָבֵר עָשׂוּ לָךְ עַד  
עֲכָשׁוּ כָּל מִינֵי עוֹל, עִם כָּל זֹאת עֲלֶיךָ לַחֲשׁב מַה יֵּצֵא  
לָךְ מִזֶּה?! רַק עֲגַמַת נַפֶּשׁ וְצַעַר וְיִסּוּרִים יוֹתֵר גְּדוּלִים;  
עַל-כֵּן שָׁמַע לְעֲצָתִי, וְהִרְגַל עֲצָמְךָ לְשַׁכַּח אֶת כָּל  
הָעֵבֶר, וּבְכָל פֶּעַם תַּעֲשֶׂה הַתְּחִלָּה חֲדָשָׁה לַחֲזוֹר אֵלָיו  
יִתְבָּרֵךְ, וְתִצְחַק מִכָּל הָעוֹלָם, הַדְּבֵק עֲצָמְךָ רַק בּוֹ  
יִתְבָּרֵךְ, וְאִז תִּזְכֶּה לְשֻׁמַח וּלְבִידָח אֶת עֲצָמְךָ, וְכֵן תְּשֻׁמַח

וּתְבִידָח אֶת אַחֲרִים, וְאִז תִּרְאֶה אִיךָ שְׂבִמְשֶׁךְ זְמַן קֶצֶר, הַכֹּל יִשְׁתַּנֶּה לְטוֹבָה, כִּי הַשְּׂמִחָה וְהַבְּדִיחוֹת שְׂמִשְׂמִיחַ וּמְבִידָח אֶת עֲצָמוֹ וְאֶת אַחֲרִים, זֶה גֹרֵם לְהִרְחִיב אֶת הַדַּעַת, וּמוֹרִיד כָּל מִינֵי מִתַּח וּמְרִיבוֹת, עֲגָמַת נֶפֶשׁ וְאִי נְעִימוֹת מִבְּנֵי אָדָם, וְעוֹזֵר לְאָדָם לְהִתְחַבֵּר עִם אַחֲרִים, וּמְקַבֵּל הַכֹּל בְּשִׂמְחָה וּבְטוֹב לֵבָב; עַל־כֵּן רְאֵה לְהִיּוֹת תָּמִיד רַק שְׂמִיחַ וְטוֹב לֵב, וּתְשׁוּמַח וּתְבִידָח אֶת עֲצָמְךָ וְאֶת אַחֲרִים, וְאִז יִשְׁתַּנֶּה כָּל מַהֲלָךְ מַחְשַׁבְתְּךָ, וְתִזְכֶּה לְהִרְגִישׁ עֲרֻבוֹת נְעִימוֹת זִיו הַחַיִּים, אֲשֶׁרֵי מִי שְׂאִינוֹ מְטַעֵה אֶת עֲצָמוֹ בְּזֶה הָעוֹלָם כָּלֵל, רַק תָּמִיד שׂוֹשׂ וּשְׂמִיחַ, וּמְחַזֵּק אֶת אַחֲרִים, שְׂגִם הֵם יִשְׂמְחוּ, וְאִז טוֹב לוֹ לְנַצַּח.

## ד.

רְאֵה, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר, לְחַזֵּק אֶת עֲצָמְךָ בְּכֹל מִינֵי אֶפְנִים שְׂבִעוּלָם, וְכֵן תְּשׁוּמַח וּתְבִידָח אֶת אַחֲרִים, אֲשֶׁר אֵין לָךְ מְצוּה גְדוּלָה יוֹתֵר מִזֶּה, כִּי הָעֲצָבוֹת וְהַמְרִירוֹת וְהַדְּכָאוֹן הוֹרְסִים אֶת חַיֵּי הָאָדָם לְגַמְרֵי, וְרַב רַבָּם שֶׁל בְּנֵי הָאָדָם עַל־פְּנֵי הָאֲדָמָה שְׂסוּבָלִים מֵהַ שְׂסוּבָלִים, הַכֹּל מִפְּנֵי שְׂמִרְשִׁים שְׂיֵאכֵל אוֹתָם הָעֲצָבוֹן, הַדְּכָאוֹן וְהַמְרִירוֹת, וְקִשָּׁה וְכִבֵּד לָהֶם לְצֵאת מִזֶּה. וְעַל־

כֵּן אֲשֶׁרִי מִי שְׁזוּכָה לְהַחֲיוֹת אֶת עֲצָמוֹ, וּלְחַזֵּק אֶת  
 עֲצָמוֹ לְצֵאת מִכָּל מִינֵי מְרִירוֹת וְדִכְאוֹנוֹת וְעֲצָבוֹת, וְכֵן  
 זוּכָה לְשִׂמְחָה וּלְבִדּוּחַ אַחֲרֵים, אֲשֶׁר אֵין לָךְ מִצְוָה יוֹתֵר  
 גְּדוּלָה מִזֶּה, כִּי לְהַחֲיוֹת אֶת עֲצָמוֹ וּלְהַחֲיוֹת אַחֲרֵים אֵין  
 לָךְ דְּבָר יוֹתֵר חָשׁוּב בְּשָׁמַיִם מִזֶּה, וּלְמַעַלָּה בְּכָל  
 הָעוֹלָמוֹת הָעֲלִיוֹנִים מִתְּפָאֲרִים עִם אָדָם כְּזֶה הַמְּסֻתָּבֵב  
 בְּזֶה הָעוֹלָם הַגִּשְׁמִי, אֲשֶׁר מְלֵא הַסְּתָרוֹת, מְלֵא קְלָפוֹת  
 וְכִסּוּיִים וְכוּ', וְהוּא מְגַלֶּה וּמְפָרְסֵם אֶת אֲמִתּוֹת מְצִיאוֹתָיו  
 יִתְבָּרֵךְ, וּמְשִׂמַּח וּמְבַדֵּחַ אֶת עֲצָמוֹ וְאֶת אַחֲרֵים,  
 וְיוֹצֵאִים כְּרוּזִים לְמַעַלָּה עָלָיו: אֲשֶׁרִי הֵבֵן הַחֲכִיב!  
 אֲשֶׁרִי לוֹ, וְאֲשֶׁרִי חֶלְקוֹ בְּזֶה וּבְכָא! כָּל הָעוֹלָמוֹת  
 פְּתוּחִים לְפָנָיו, וְיָכוֹל לְהַכְנִס תָּמִיד בְּלֹא רְשׁוּת; עַל-כֵּן  
 רְאֵה, אֱהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר, שְׁלֹא תִהְיֶה בְּטָלָן, וְהִרְחַק  
 מִמֶּךָ אֶת כָּל הַמְּרִירוֹת וְהַדִּכְאוֹנוֹת שְׁנֹכְנְסוּ בְּךָ, וּתְשִׂמַּח  
 וּתְבַדֵּחַ אֶת עֲצָמְךָ וְאֶת אַחֲרֵים, אֲשֶׁר זֶה מִצְוָה גְּדוּלָה  
 עַד מְאֹד, וּמְשַׁרְהָ אֶת שְׂכִינְתּוֹ יִתְבָּרֵךְ לְמַטָּה; אֲשֶׁרִי  
 לָךְ!

ה.

אֱהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר! רְאֵה לְחַזֵּק וּלְאַמֵּץ אֶת כָּל בַּר  
 יִשְׂרָאֵל בְּכָל מִינֵי אַפְנִים, אֲשֶׁר אֵין לָךְ מִצְוָה יוֹתֵר



גדולה ממצוה זו, כי בעוונותינו הרבים עובר עכשו על כל אחד ואחד צרות ויסורים ומרירות הרבה מאד, וכל אחד נמשך אחר צערו, ואשרי מי שזוכה לעסק בעסק הקדוש והנורא הזה, והוא משמיח ומבדח את נשמות ישראל, אשר אין למעלה מצוה יותר גדולה ממצוה זו, והקדוש ברוך הוא מתפאר עמו בכל העולמות, כי מי שמשמיח ומבדח את בני המלך, זה מאד נראה בעיני המלך, והוא שולח אליו מתנות יקרות, ומעלהו ומקרבו אליו, כמו־כן מי שמשמיח ומבדח את בני הקדוש ברוך הוא, מקבל חזרה מחין והשגות, דעת והארה נפלאה; עין לא ראתה.

## .ו.

ראה, אהובי, אחי, לשמיח ולבדח את דעתך תמיד, וכן תשמיח ותבדח את אחרים, כי אין אתה יכול לשער בשכל אנושי ובעודך מלבש בלבוש גשמי את מעלת ויקרת זה הענין למעלה בכל העולמות, כי נשמות ישראל הן עצם אצילות, וכשירדות אל העולם הזה מתלבשות בלבושים עבים וגסים ושחורים, אשר משם נמשכים העצבות והמרירות והדכאונות, שעוברים על כל אחד, עד שיש בני־אדם, שמרב שברון לבם ונפלת

רוּחַם, מְאִבְדִים אֶת חֶשֶׁק לְחַיּוֹת וְכוּ', רַחֲמָנָא לְצַלָן.  
וְהֵם שׁוֹאֲלִים נַפְשָׁם לְמוֹת, וְעַל-יְדֵי שְׂבָא אֲלֵיהֶם אָדָם,  
וּמְשַׁמַּח וּמְבַדַּח אוֹתָם, וּמְרַחֵב אֶת לִבָּם וְאֵת דַּעְתָּם,  
וּמְכַנִּיס בָּהֶם חֶשֶׁק חֲדָשׁ לְחַיּוֹת, אֵין לְתַאֵר וּלְשַׁעַר  
מַעֲלַת זֶה הָאָדָם, וְכִמוֹ שֶׁהוּא אֵצֶל אַחֲרִים, כְּמוֹ-כֵן  
צָרִיף לְהִיּוֹת אֵצֶלוֹ, שֵׁשׁ הִרְבֵּה פְעָמִים שְׂאָדָם נוֹפֵל  
בְּדַעְתּוֹ כָּל-כָּף, עַד שֶׁמָּרִים לוֹ הַחַיִּים, וְרוֹצֶה וּמְבַקֵּשׁ  
אֶת נַפְשׁוֹ לְמוֹת, וְעַל-יְדֵי שְׂמִשְׁמַח וּמְבַדַּח אֶת עַצְמוֹ,  
עַל-יְדֵי זֶה חוֹזֵר בּוֹ רוּחַ חַיִּים, וְרוֹצֶה לְחַיּוֹת; וְעַל-כֵּן  
אֲשֶׁרִי מִי שְׂמִשְׁמַח וּמְבַדַּח אֶת עַצְמוֹ וְאֵת אַחֲרִים, וְאֵז  
טוֹב לוֹ בְּזֶה וּבְבָא, וְנוֹתְנִים לוֹ רְשׁוּת לְהַפְנִס בְּכָל  
הַהִיכָלוֹת בְּעוֹדוֹ בְּחַיִּים חַיּוֹתוֹ בְּגוֹפּוֹ הַגִּשְׁמִי; אֲשֶׁרִי  
לוֹ!

.ז.

אֶהוּבִי, אַחִי! רְאֵה לְחִזּוֹק אֶת עַצְמְךָ בְּכָל מִינֵי  
אֲפָנִים שְׂבָעוּלָם, וּבְרַח לְךָ מִכָּל מִינֵי עַצְבוֹת וּמְרִירוֹת,  
אֲשֶׁר אֵל מְאוּמָה לֹא יְבִיאוּ אוֹתְךָ, רַק יֵשֶׁר אֵל הַשְּׂאוּל  
תַּחֲתִית וּמִתַּחֲתָיו. עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי חַיִּי הָאָדָם הֵם  
מְלֵאִים נְסִיווֹנוֹת קָשִׁים וּמָרִים, וְעַל כָּל אֶחָד עוֹבֵר בְּזֶה  
הָעוֹלָם מֵה שְׂעוּבֵר — מְשַׁבְּרִים וְגָלִים, צְרוֹת וַיְסוּרִים

וְהִרְפֵּתְקֹאוֹת — הֵן מַעֲצָמוֹ וְהֵן מֵאַחֲרִים, וְאִי אֶפְשָׁר  
 לְהִתְגַּבֵּר עַל הַמְרִירוֹת וְהַעֲצָבוֹן וְהַדְּפֹאוֹן, כִּי אִם עַל-  
 יַדֵּי שְׂשֻׁמַח וְיִבְדָּח אֶת עֲצָמוֹ בְּכָל מִינֵי אֶפְנִים  
 שְׁבַעֲוֹלָם, כִּי הַשְּׂמֻחָה וְהַבְּדִיחוֹת זֶה מְרַחֵב אֶת דַּעְתּוֹ  
 וְאֶת לְבוֹ, וְזוֹכֶה לְצַחֵק מִכָּל הָעוֹלָם, וּבוֹרַח אֵלָיו  
 יִתְבַּרֵּךְ, וְיוֹדֵעַ, אֲשֶׁר הַכֹּל הֵבֵל הַבְּלִים, אֵין בּוֹ מִמָּשׁ,  
 וְחָבֵל לְהִתְאַנֵּחַ וּלְהִתְעַצֵּב עַל עוֹלָם שְׂאִינוֹ שְׁלוֹ, כִּי  
 הַיּוֹם אֲתָה כָּאֵן, וּמְחַר בְּקִבְרִי, עַל-כֵּן עֲשֵׂה זֹאת, אֵיפֹא,  
 בְּנִי, וְהִנְצֵל מִיָּד, רְאֵה לְשֻׁמַח וּלְבִדָּח אֶת עֲצָמְךָ בְּכָל  
 מִינֵי אֶפְנִים שְׁבַעֲוֹלָם, רְאֵה לְהַחֲיוֹת אֶת עֲצָמְךָ וּלְהַחֲיוֹת  
 אַחֲרִים, תְּשֻׁמַחֶם וּתְבִדָּחֶם, וְעַל-יַדֵּי-זֶה יִהְיֶה נַעֲשֵׂה  
 אוֹר יֵשֶׁר וְאוֹר חוֹזֵר — שְׁגִם עָלֶיךָ וְגַם עֲלֵיהֶם תִּמְשֹׁךְ  
 שְׂמֻחָה וְהִרְחַבְתָּ הַדַּעַת, וְתִזְכֶּה לְצֵאת מֵהַבּוֹץ וְהַלְכָלוֹךְ  
 שְׁלֵף, וְתִכְנַס אֶל הַקִּדְשָׁה — לְהַכְלִיל בּוֹ יִתְבַּרֵּךְ.

## ח.

אָהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר! עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי עַקֵּר גְּדוּלוֹת  
 הָאִישׁ הַיִּשְׂרָאֵלִי — כְּשִׁזְכָּה לְחַזֵּק אֶת עֲצָמוֹ בְּעַת  
 צָרָתוֹ, וְכֵן הוּא זוֹכֶה גַם לְשֻׁמַח וּלְבִדָּח אַחֲרִים בְּעַת  
 צָרָתָם, וְהוּא סִבְלָן גְּדוֹל עַל כָּל מֵה שְׂעוֹבֵר עָלָיו.  
 וּבְאֵמֶת אִם תִּזְכֶּה לִישׁוֹב דַּעַת אֲמִתִּי, וְתִרְאֶה וְחִתְרִיזִי

אֵיךְ שְׁעוֹבְרִים עַל כָּל אֶחָד הַיָּמִים וְהַשָּׁנִים, וְאֵיךְ שֶׁהָאָדָם מְסִתּוֹבֵב בְּזֶה הָעוֹלָם שָׁבוּר וְנִדְפָא, מְלֵא מְרִירוֹת וְטַעֲנוֹת עַל כָּל אֶחָד וְאֶחָד, כִּי דֶרֶךְ הָאָדָם הַמְּמַרְמֵר, שֵׁישׁ לוֹ תָּמִיד טַעֲנוֹת וּמַעֲנוֹת עַל כָּל־סָם, וְהוּא מְסִתּוֹבֵב בְּעוֹלָם הַתְּהוֹ מְלֵא צַעַר וּמִכְאוּבִים, וּמְאוּמָה לֹא יוֹצֵא לוֹ מוֹדָה, עַל-כֵּן בְּזֶה שֶׁתְּשִׁימַח וּתְבַדַּח אוֹתוֹ, וְכֵן אֶת עֲצָמָהּ, עַל-יְדֵי-זֶה תִּזְכֶּה בְּאַמֶּת לְצִאת מִהַמְּרִירוֹת, וְכֵן תִּזְכֶּה לְהוֹצִיא אֶת אַחֲרִים מִהַמְּרִירוֹת וְהַדְּפֹאוֹן וְהָעֲצָבוֹן שֶׁלָּהֶם, אֲשֶׁר דָּבַר זֶה מְאֹד מְאֹד יָקָר אֲצִלוֹ יִתְבָּרַךְ; אֲשֶׁר־י הַמְּשִׁיחַ וּמְבַדַּח אֶת עֲצָמוֹ וְאֶת אַחֲרִים, וּמְכַנִּיס בָּהֶם תִּקְוָה וְשִׁמְחָה וְחֻדוּהָ, וּמִגְבִּיָּה וּמְרִים אֶת מַחֲסֵם, שֶׁיִּזְכּוּ גַם-כֵּן לְהַשִּׁיג אֶת אִמְתּוֹת מְצִיאֹתוֹ יִתְבָּרַךְ הַמְּחִיָּה וְהַמְּהוּוֹה וְהַמְּקִיִּים אֶת כָּל הַבְּרִיָּאָה כְּלָהּ.

ט.

אֶהוּבִי, אַחֵי הַיָּקָר! רְאֵה לְשִׁימַח וּלְבַדַּח אֶת עֲצָמָהּ, וְאֵל תְּנִיחַ אֲצִלָּהּ הָעֲצָבוֹת וְהַמְּרִירוֹת כְּרָגַע, הֵן אִמֶּת שְׂאֲנִי יוֹדַע שְׁעוֹבְרִים עָלַיךְ עֲכָשׁוּ מִשְׁבְּרִים וְגָלִים, וְאַתָּה נוֹפֵל בְּכָל יוֹם וּבְכָל שָׁעָה בְּרוּחַנִיּוֹת — בְּעֵבְרוֹת מְגַנּוֹת, וְהֵן בְּגִשְׁמִיּוֹת — פְּרִנְסַתְךָ מְצַטְמָצֶמֶת, וַיֵּשׁ לָהּ

מִחֲלָקֶת וּמְרִיבוֹת מְשׁוֹנְאִים, וְאַתָּה נּוֹפֵל בְּמִדּוֹת רָעוֹת, עַד שֶׁעַל-יְדֵי-זֶה אַתָּה נִשְׁבֵּר לְגַמְרִי, עִם כָּל זֹאת עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי הָעֶקֶר הוּא שְׂמִיחָה — לְשִׂמְחָה וּלְבַדַּח אֶת דַּעְתְּךָ תָּמִיד, וְלַעֲשׂוֹת עֲצֻמָּךְ כְּאִלוֹ אַתָּה שְׂמִיחַ, וְעַל-יְדֵי-זֶה תָּבוֹא בְּאַמֶּת אַחֲרֶיךָ לְשִׂמְחָה אֱמֵתִית, אֲשֶׁר אֵין לָךְ עוֹד רְפוּאָה בְּגִשְׁמִיּוֹת וּבְרוּחָנִיּוֹת כְּמוֹ שְׂמִיחָה, וְהַקְדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אוֹהֵב מְאֹד אֶת הָאָדָם הַזּוֹכֶה לְהִיּוֹת תָּמִיד בְּשִׂמְחָה, כִּי זֶה מֵרָאָה אֵיךְ שֶׁבְּפִנִּימִיּוֹת לְבָבוֹ הוּא רוֹצֶה לָשׁוּב וּלְהִתְקַרֵּב וּלְהַפְלִיל בּוֹ יִתְבַּרְךָ, וּמָה שְׂאִינוֹ אוֹחֵז בְּזֶה עֲדִין, כָּל זֶה מִפְּנֵי קִצְרַת הַמַּשְׁיֵג וְעִמְקֵי הַמַּשְׁגֵּג, אֲבָל בְּאַמֶּת בְּפִנִּימִיּוֹת לְבָבוֹ הוּא כֵּן רוֹצֶה לְהַפְלִיל וּלְהַדְבִּיק בּוֹ יִתְבַּרְךָ, כִּי עָלָיו הָרְאִיָּה שֶׁהוּא תָּמִיד שֶׁשׁ וְשִׂמְחָה וּמְבַדַּח אֶת עֲצֻמוֹ וְאֶת אַחֲרָיו; וְעַל-כֵּן רָאָה, אֱהוֹבִי, אַחֵי הַיָּקָר, לְשִׂמְחָה וּלְבַדַּח אֶת עֲצֻמָּךְ וְאֶת אַחֲרָיו, וּבְזֶה תִּזְכֶּה לְמִצַּא חֵן בְּעֵינָיו יִתְבַּרְךָ, וּיְקַרְבֶּךָ אֵלָיו, וְיִשְׁפַּע עָלֶיךָ שִׁפְעַת רוּחָנִי — שֶׁתִּזְכֶּה לְהַשְׁיֵג אֹרֶךְ רוּחָנִי עַד מְאֹד, עַד שֶׁלֹּא יִהְיֶה לְפָנָי מֵרָאָה עֵינֶיךָ רַק אֱמֵת מְצִיאֹתוֹ יִתְבַּרְךָ בְּגִלּוּי רַב, שֶׁתִּרְאֶה בְּעֵינֶי בִּשְׂשׂוֹר, וְתִרְגִּישׁ בְּלִבְכֶּךָ אֵיךְ שֶׁהוּא יִתְבַּרְךָ מְחִיָּה וּמְהוּוּה וּמְקִיָּם אֶת כָּל הַבְּרִיאָה כְּלָה — דּוּמָם, צוּמָח, חַי, מְדַבֵּר, הַכֹּל לְכֹל אֱלֻקוֹת גְּמוּר הוּא, וּבְגִשְׁמִיּוֹת יִשְׁפַּע עָלֶיךָ שִׁפְעַת גְּדוּלָה, שֶׁלְעוֹלָם לֹא יִחְסַר לָךְ פְּרוֹנְסָה

ומזון לפרנס את עצמך ואת בני ביתך, ואל כל זה תזכה על-ידי מדת השמחה, כשתשמח ותבדח את עצמך ואת אחרים, אשר אין למעלה מזה; אשרי המקיים זאת, ואז יראה נוראות ונפלאות שיעשה עמו הקדוש ברוך הוא.

י.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, כי העצבות והמרירות והדכאון הם הם הסטרא אחרא והקלפות שאדם ברא מצד חטאיו המרבים, וכל מה שיודע האדם שחטא ופגם יותר, כמו-כן עליו לידע שביותר יתגברו ויתפשטו עליו הקלפות בעצבות ובמרירות, ויפילו אותו בדכאון פנימי, ועל-כן עקר תקון כל החטאים הוא רק על-ידי שמחה — לשמח ולבדח את עצמו, ומרב שמחה יתרחב לו לבו ודעתו, ויזכה באמת לשוב בתשובה אמתית, כי התשובה כשהיא מתוך שמחה, זה מראה שבאמת פונתו לשוב אליו יתברך, ועל-כן, אהובי, אחי היקר! אף שחטאת עכשו, ופגמת מאד, ולכלכת את נשמתך בכל מיני עוונות, ראה לשמח ולבדח את עצמך, ותזכה להגיע אל שמחה אמתית, ותחזור בתשובה שלמה, והפדווש

בְּרוּךְ הוּא יִמְחַל לָךְ עַל הַכֹּל, וּמְכַל שְׂכָן אִם תִּזְכֶּה גַם  
לְשֻׁמַח וּלְבִדּוּחַ אַחֲרַיִם, וּלְקִרְבָּם אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, אִין  
לְמַעַלְה מְזַה.

## יא.

רְאֵה, אֶהוּבִי, אָחִי הַיְקָר, לְהַרְגִיל אֶת עֲצֻמְךָ לְשֻׁכַח  
אֶת כָּל הָעֵבֶר שְׁלָךְ, וּתְתַחֵיל בְּכָל רִגְעַת הַתְּחִלָּה חֲדָשָׁה,  
וְזֶה יִכְנִיס בְּךָ שְׂמֵחָה עֲצוּמָה, שְׂתִזְכֶּה לְשֻׁמַח וּלְבִדּוּחַ  
אֶת עֲצֻמְךָ וְאֶת אַחֲרַיִם, וְעוֹלָמְךָ תִּרְאֶה בְּחַיֶּיךָ, כִּי אִין  
לָךְ עוֹד טוֹב וְעִרְבּוּת וְנֵעַם יוֹתֵר מְזַה — שְׁהָאָדָם זוֹכֶה  
לְהִיּוֹת בְּשֻׁמְחָה עֲצוּמָה, וְשֻׁמַח עִם יְהוּדוּתוֹ — שְׂזִכֶּה  
לְהַבְרָא מְזוּרַע יִשְׂרָאֵל, וְאָף שְׁעֵדִין נִמְצָא בְּמִקּוּם  
שְׁנִמְצָא, עִם כָּל זֹאת בְּרוּךְ הוּא אֱלֹהֵינוּ שְׁבִרְאָנוּ  
לְכַבּוּדוֹ, וְהַבְדִּילָנוּ מִן הַתּוֹעִים, וּבְרוּךְ הוּא וּבְרוּךְ שְׁמוֹ  
שְׁלֹא עָשָׂנִי כְּגוֹיֵי הָאָרְצוֹת, וְהַשְׂמֵחָה הַזֹּאת עוֹלָה עַל כָּל  
הַשְּׂמֵחוֹת וְעַל כָּל הַבְּדִיחוֹת; וְעַל-כֵּן רְאֵה, אֶהוּבִי, אָחִי  
הַיְקָר, לְהַעֲבִיר אֶת כָּל הָרַע מִדַּעְתְּךָ, וְתִמְשִׁיךְ עַל עֲצֻמְךָ  
עִרְבּוּת וְנֵעַם זֵיו הָאֱמוּנָה הַקְּדוּשָׁה, וְתִרְאֶה לְשֻׁמַח  
וּלְבִדּוּחַ אֶת דַּעְתְּךָ בְּאִפְּן שְׂתִמִּיד תִּהְיֶה בְּגִדְלוֹת הַמַּחִין,  
וְזֶה הִיסוּד שֶׁל הַצְּלַחַת הָאָדָם בְּזֶה הָעוֹלָם; אֲשֶׁרִי מִי  
שְׂאִינוּ נִמְשָׁךְ אַחַר צַעְרוֹ, וְצוּחֵק מְכַל הָעוֹלָם, וּמִסְתַּכֵּל  
רַק אֵלָיו יִתְבָּרַךְ; אֲשֶׁרִי לוֹ בְּזֶה וּבְכָא!

## יב.

אֶהוּבִי, אָחִי הַיְקָר! רְאֵה לְשֻׁמַּח וּלְבִידָח אֶת עֲצֻמָּךְ  
 וְאֶת אַחֲרִים, וְאֵל תִּשְׁאָר בְּעֲצָבוֹת וּבְמַרְרֵי שְׁלֶךְ, הֵן  
 אֲמַת שְׁאֲנִי מִבֵּין הַיֵּטֵב אֶת מִצְכְּךָ וְכֹל מֵה שְׁעוֹבֵר עָלֶיךָ  
 עֲכָשׂוּ — מִשְׁבָּרִים וְגָלִים, מְרִירוֹת וְיִסוּרִים שְׁעוֹבָרִים  
 עָלֶיךָ, עִם כָּל זֹאת עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי בְיָדְךָ לְצֵאת מִכָּל זֶה,  
 כִּי הַקְדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא נָתַן לְאָדָם אֶת הַבְּחִירָה בְּיָדוֹ, וּמֵה  
 הַבְּחִירָה? אִם יִשְׁמַח וּיְבִידָח אֶת עֲצֻמוֹ, אִז טוֹב לוֹ,  
 וְיִצְחַק מִכָּל הָעוֹלָם כֻּלּוֹ, וְיַחֲיֶה חַיִּים אֲמִתִּיִּם וְנִצְחִיִּים,  
 אוֹ אִם לֹא יִרְצֶה לְשֻׁמַּח וּלְבִידָח אֶת עֲצֻמוֹ רַק יִרְצֶה  
 לְהִיּוֹת תָּמִיד בְּמַרְרֵי וְעֲצָבוֹן וְדִכְאוֹן, וְיִהְיֶה מְלֹא  
 טְעָנוֹת עַל כָּל הָעוֹלָם כֻּלּוֹ, בְּדֶרֶךְ זֶה כָּל הַחַיִּים שְׁלוֹ  
 יִהְיוּ מְמַרְמְרִים עַד מְאֹד, וַיִּבְקֹשׁ אֶת נַפְשׁוֹ לָמוֹת; וְעַל-  
 כֵּן רְאֵה מֵה לְפָנֶיךָ, אֶהוּבִי, אָחִי הַיְקָר, וְתַעֲשֶׂה כָּל מִיְנֵי  
 פְעֻלוֹת שְׁבַע־עוֹלָם לְשֻׁמַּח וּלְבִידָח — הֵן אֶת עֲצֻמָּךְ,  
 שְׁתִּהְיֶה רַק בְּשִׂמְחָה עֲצוּמָה תָּמִיד, וְהֵן רְאֵה לְשֻׁמַּח  
 וּלְבִידָח אֶת אַחֲרִים, אֲשֶׁר אֵין לָךְ עוֹד מִצְוָה יוֹתֵר גְּדוּלָּה  
 מִדְּבַר זֶה — לְשֻׁמַּח וּלְבִידָח אֶת אַחֲרִים, כִּי עוֹבֵר בְּזֶה  
 הָעוֹלָם מִשְׁבָּרִים וְגָלִים עַל כָּל אֶחָד וְאֶחָד, וּמָרִים לוֹ  
 הַחַיִּים עַד מְאֹד, וּמְבַקֵּשׁ נַפְשׁוֹ לָמוֹת מְרַב יְאוּשׁ  
 וּמְרִירוֹת, וּכְשֶׁבֵא בְרִי יִשְׂרָאֵל, וּמְשֻׁמַּח וּמְבִידָח אֶת



חֲבָרוּ, אֵין לָךְ עוֹד צְדָקָה וּגְמִילוֹת חֶסֶד יוֹתֵר גְּדוֹל מִזֶּה,  
 כִּי מִמֶּשׁ מְצִיל נֶפֶשׁ אַחַת מִיִּשְׂרָאֵל מֵאֲבוֹד וְכִלְיוֹן, וְכָל  
 הַמְּקַיִם נֶפֶשׁ אַחַת מִיִּשְׂרָאֵל, כְּאֵלוּ קַיִם עוֹלָם מְלֵא,  
 וּמְכַל שְׂכָן כְּשִׁזּוּכָה לְהַחֲיוֹת עוֹד בְּרִישׁוֹרָא, וּמְכַל שְׂכָן  
 וְכָל שְׂכָן שִׁזּוּכָה לְהַחֲיוֹת עוֹד הַרְבֵּה מֵאֲחִינוּ בְּנֵי  
 יִשְׂרָאֵל, אֵין לְמַעַלָּה מִזֶּה, וּבְכַפְרֻטִּיּוֹת בְּדוֹרוֹת הָאֵלוּ,  
 אֲשֶׁר הַכְּפִירוֹת וְהָאֲפִיקוֹרְסוֹת וְהַדְּעוֹת הַנִּפְסְדוֹת מְאֹד  
 מִתְּפַשְׁטִים בְּעוֹלָם, וַיֵּשׁ כָּל מִינֵי דְבָרִים הַמְּרַבִּים הֶבֶל  
 בְּעוֹלָם, וְהַעוֹקְרִים אֶת הָאָדָם מִשְׁנֵי הָעוֹלָמוֹת, וְדָבָר זֶה  
 מְכַנִּים בְּאָדָם דְּכָאוּן וְשִׁכְרוֹן לֵב וְעַרְבוּב דַּעַת גְּדוֹל;  
 וְעַל-כֵּן אֲשֶׁרֵי מִי שְׁמִשְׁמַח וּמְבַדֵּחַ תְּמִיד אֶת אֲחִינוּ בְּנֵי  
 יִשְׂרָאֵל, וּמְכַנִּים בָּהֶם שְׂמַחָה וְתַקְוָה הַנוֹבְעֵת מֵהָאֱמוּנָה  
 הַבְּרוּרָה וְהַמְּזַכֶּכֶת בּוֹ יִתְבָּרַךְ, וְאִז טוֹב לוֹ בְּזֶה וּבְכָא  
 לְנַצַּח.

## יג.

רֵאָה, אֶהוּבֵי, אָחֵי, מָה עוֹבֵר עָלֶיךָ בֵּימֵי חַיֵּי  
 הַבְּלָדָה? וְכַמָּה כְּבָר סְבַלְתָּ בְּזֶה הָעוֹלָם? מְרִירוֹת  
 וּמִשְׁבָּרִים וּגְלִים, וְהַכֵּל רַק מַחֲמַת הָעֲצָבוֹת וְהַמְרִירוֹת  
 שֶׁסָּבְבוּ אוֹתְךָ, עַד שֶׁנִּפְלַתָּ וּבָאתָ לִידֵי דְכָאוּן פְּנִימִי,  
 שֶׁשָּׁקְשָׁה וְכַבַּד לָךְ לְהִתְגַּבֵּר עָלָיו. מִדּוּעַ לֹא תַצִּיֵת אֶת

רבנו הקדוש, שהזהירנו בכל מיני אזהרות, ובקש  
 אותנו בכל מיני בקשות שנהיה תמיד אף שמח,  
 ונשמח ונבדח את עצמנו בכל מיני אפנים שבעולם,  
 אפלו במילי דשטותא, העקר להיות תמיד בגדלות  
 המחין ובשמחת הלב, וכן לשמח ולבדח את אחרים,  
 ולהגביה את מחם ולהרחיב את דעתם לשמחם מאד,  
 אשר אין לך עוד מצוה וגמילות חסד יותר מזה, כי  
 בזה העולם עובר על כל אחד משברים וגלים אחרים,  
 צרות ויסורים משנים, מה שלא עובר עליך, כי לכל  
 אחד ואחד יש לו הצרות והבעיות שלו, ועל-כן אשרי  
 מי שזוכה לשמח ולבדח את חברו, ולהוציאו  
 מהמצוקה שבה הוא נמצא, ובזה ממש תוכל להציל  
 נפשות רבות מרדת שחת, וחכמינו הקדושים אמרו  
 (סנהדרין לז): כל המקיים נפש אחת מישראל, כאלו  
 קיים עולם מלא, ורואים בחוש כי בזה העולם לא  
 יודעים את הכחות שטמונים בכל אחד, ולפעמים  
 מצילים אדם כזה ממות לחיים, אשר אחר-כך נתגלה  
 שהאדם הזה יש בו כחות עלאיים, כחות עצומים  
 שבהם תלויים אלפים ורבבות אנשים בלי גזמא כלל,  
 וכל זה עשית אתה על-ידי שחזקת ואמצת אותו; על-  
 כן ראה, אהובי, אחי, לעשות כל מיני מאמצים להיות  
 בשמחה עצומה, וכן ראה לשמח ולבדח את חברך,

ערה

## תְּשִׂיחַ וּתְבִידָח

וּתּוֹצִיאוּ מֵהַחֶשֶׁךְ וְהַמְרִירוֹת שְׁלוֹ, וְתִזְכֶּה עַל-יְדֵי-זֶה  
לְכֹל טוֹב אֲמַתִּי וְנִצְחִי.

י.ד.

אֶהוּבִי, אָחִי הַיְקָר! מִדּוּעַ תִּלְךָ תָּמִיד בְּפְנֵימִיּוֹת  
לְכַבֵּךְ בְּמְרִירוֹת וְדַכְאוֹן עֲצוּמִים?! וְכֵן עַל פְּנֵיךָ לֹא  
יֵרְאוּ שׁוֹם חַיִּיךָ, רַק תָּמִיד תִּלְךָ עִם פְּנִים זְעוּפוֹת, מְלֹא  
כַּעַס וּמְרִירוֹת, מְלֹא טְעָנוֹת עַל כָּל בְּרִיָּה שְׁבַעֲוֹלָם,  
וּמִדּוּעַ לֹא תִקְבַּל אֶת פְּנֵי חֲבֵרְךָ בְּסִכָּר פְּנִים יְפוֹת?!  
אֲשֶׁר עַל-יְדֵי-זֶה גַם לְבָךְ יִתְחִיל לְהִתְרַפֵּא מֵהַמְרִירוֹת  
וּמֵהַדְּכָאוֹן שֶׁנִּכְנְסוּ בְּךָ, וְכָל חַיִּיךָ הַרוּחָנִיִּים וְהַגְּשָׁמִיִּים  
יִשְׁתַּנּוּ, וְהַעֲצָה לְהַגִּיעַ לְכֹל זֶה הִיא לְשִׂיחַ וּלְבִידָח —  
הֵן אֶת עֲצֻמְךָ וְהֵן אֶת אַחֲרִים, וְאֵל תִּמְשִׁיךְ אֶת עֲצֻמְךָ  
כָּל-כָּף אֶל הַצֶּעֶר הַהוֹרֵס אֶת חַיִּיךָ לְגַמְרִי, וּמִבְּלִבְלֵ אֶת  
דַּעְתְּךָ, וּמַעַקֶּם אֶת לְבַבְךָ בְּסַפְקוֹת וּקְשִׁיּוֹת וְכוּ', וְהַרְגֵּל  
עֲצֻמְךָ תָּמִיד לְקַבֵּל פְּנֵי חֲבֵרְךָ בְּחַיִּיךָ עַל פְּנֵיךָ, וְתִקְדִים  
שְׁלוֹם לְכֹל אָדָם, וְזוֹ הַמְצָוָה הַכִּי גְדוּלָהּ, כִּי עַל-יְדֵי-זֶה  
נִמְשַׁכֶּת הַשְּׂכִינָה בְּעוֹלָם, וּמְשָׁרִים אֲוִירָה שֶׁל שְׁלוֹם,  
אֶהְבֶּה וְאֶחֱוֶה וְרַעוּת בְּעוֹלָם בֵּין אָדָם לְחֲבֵרוֹ, וְהַשְּׂמָחָה  
שׁוֹרְרֶת בְּעוֹלָם, וְזֶה עֵקֶר הַשְּׁלֵמוֹת הָאֲמִתִּית-שִׁישְׁרָה  
הַשְּׁלוֹם וְהָאֶהְבָּה, הַשְּׂמָחָה וְהַחֲדוּוֹה בֵּין נְשָׁמוֹת  
יִשְׂרָאֵל; אֲשֶׁרִי הָאָדָם הַזּוֹכֶה לַעֲזוֹר לָזֶה, אֲשֶׁרִי לוֹ!

## טו.

רֵאָה, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיָּקָר, אִיךְ שְׁעוֹבְרִים לְךָ הַיָּמִים  
 וְהַלֵּילוֹת בְּהֶבֶל וְרִיק, וְהַפֶּל מְרֹב הָעֲצָבוֹת וְהַמְרִירוֹת  
 שְׁנֹכְנְסוּ בְךָ בְּכָל פַּעַם, עַד שֶׁקָּשָׁה לְךָ לְמַצֵּא עֲצָה  
 לְנַפְשֶׁךָ, מִדּוּעַ לֹא תְשֻׁמַח וּתְבִידָח אֶת עֲצֻמְךָ, וּבְזֵה  
 יִתְרַחֵב לְךָ לִבְךָ וְדַעְתְּךָ, וּכְבֹר תִּהְיֶה לְךָ הַסְּתַכְלוֹת  
 אַחֲרֵת לְגַמְרֵי עַל חַיֶּיךָ?! כִּי כָךְ — בְּעֲצָבוֹת וּבְמְרִירוֹת  
 אֵתהּ מְבַהֵל וּמְבַלְבֵּל מְאֹד בְּלִי שׁוּם יְשׁוּב הַדַּעַת כָּלֵל,  
 וְעוֹבֵר לְךָ יוֹם אַחֵר יוֹם בְּחֻשָׁךְ וְהֶבֶל וְרִיק, אֲכַל בְּזֵה  
 שְׁתַּזְכֶּה לְהַכְנִיס בְּךָ שְׂמִיחָה וְחֻדוּהָ וּבְדִיחוֹת הַדַּעַת,  
 תַּזְכֶּה לְהַגִּיעַ אֶל יְשׁוּב דַּעַת אֱמֵתִי, עַד שֶׁתִּבִּין וְתִשְׁכַּח  
 אֶת הָאֱמֵת, אֲשֶׁר עוֹד מְעֻט תִּפְרֹד מִהָעוֹלָם הַזֶּה,  
 וְנִשְׁמַתְךָ תַּעֲלֶה לְמַעְלָה, וְהַגּוּף לְקַבּוּרוֹת יוֹבֵל, וְלֹא  
 יִשָּׂאֵר מִמֶּךָ שׁוּם דְּבָר, רַק מֵה שְׂזִכִּיתָ לְקִנּוּת בְּעֲצֻמְךָ  
 תּוֹרָה וּמִצְוֹת וּמַעֲשִׂים טוֹבִים, וְכֵן דְּבוּרֵי אֱמוּנָה  
 שְׂדַבְרַת עִם זִלְתְּךָ, כִּי בְּאֱמֵת בְּלֹא יְשׁוּב הַדַּעַת, הַחַיִּים  
 מְטָרְדִים וְטְרוּפִים מִמֶּשׁ, עַד שֶׁאֵין לוֹ פְּנָאֵי לְהִתְיַשֵּׁב  
 עֲצָמוֹ, כִּי הֵנָּה יוֹם וְהֵנָּה לַיְלָה, וְהֵנָּה הַפֶּל כְּצֵל פּוֹרֵחַ,  
 כִּי מְרֹב הַטְּרָדוֹת וְהַבְּלָבוּלִים אֵין הָאָדָם מַשִּׁים לֵב אִיךְ  
 שְׂזַמְנוּ פּוֹרֵחַ עַד מְאֹד, כִּי נִדְמָה לוֹ כְּאִלּוּ לְעוֹלָם יַחֲיָה  
 בְּזֵה הָעוֹלָם, אֲכַל כְּשִׁזְכָּה לְשֻׁמַח וּלְבִידָח אֶת עֲצָמוֹ

בְּכָל מִינֵי אָפְנִים שֶׁבְּעוֹלָם, עַל-יְדֵי-זֶה נִתְרַחֵב לּוֹ לְבוֹ וְדַעְתּוֹ, וְכָל מַהֲלָךְ מִחֲשַׁבְתּוֹ כְּכַר הוֹלֵךְ בְּכוּוֹן אַחַר לְגַמְרֵי, וְהַכֹּל הוֹלֵךְ לּוֹ כְּכַר בְּנִקְלָה, כִּי מֵאַחַר שִׁיּוּדַע בְּבִרוֹר כִּי בְּזֶה הָעוֹלָם הוּא רַק אֹרַח עָרָאִי, וּבְכָל יוֹם וּבְכָל שָׁעָה עֲלוּלִים לְקָרֵא לּוֹ בַּחֲזָרָה לְמַעַלָּה, עַל-כֵּן כְּכַר אֵינוֹ דוֹאֵג דְּאֵגַת אַחֲרִים, וּמְכַל שֶׁכֵּן שְׂאִינוֹ מִסְתַּבֵּךְ עֲצָמוֹ בְּשׁוּם סְבוּכִים עִם שׁוּם בְּרִיָּה שֶׁבְּעוֹלָם, כִּי הַזְּמַן קָצֵר מְאֹד מְאֹד, וְחֻבֵּל עַל הַזְּמַן הַיָּקָר; עַל-כֵּן רְאֵה לְזִכְרָה זֹאת, אַחֲרֵי וְרַעֲי הַיָּקָר, וְתִהְיֶה תָּמִיד אִישׁ שְׂמִיחַ וּמְבַדֵּחַ אֶת עֲצָמָהּ וְאֶת אַחֲרִים, וְתִבְלֶה אֶת יָמֶיהָ בְּטוֹב וּבִנְעִימִים בְּלֵי דְאֵגוֹת וּקְטָטוֹת וּמְרִיבוֹת, וְעוֹלָמָהּ תִּרְאֶה בְּחַיֵּיהָ.

## טז.

רְאֵה, אֶהוּבִי, אַחֲרֵי הַיָּקָר, אִיךָ עוֹבְרִים לְךָ הַיָּמִים וְהַלֵּילוֹת בְּמְרִירוֹת וְעֲצָבוֹן וּמִתְחִים, וּמִדּוּעַ לֹא תִקַּח אֶת עֲצָמָהּ בְּיַדֶּיךָ, וְתֹאמַר לְעֲצָמָהּ — מִסְפִּיק גְּלוֹת, מִסְפִּיק עֲצָבוֹת וּמְרִירוֹת, מֵעַתָּה אֵלַיךְ וְאֲשׁוּב אֵלָיו יִתְבַּרְךָ בְּאֵמַת בְּכָל לֵבִי וּבְכָל נַפְשִׁי וּבְכָל מְאוּדִי, וְאִמְסֹר אֶת עֲצָמִי לְגַמְרֵי אֵלָיו יִתְבַּרְךָ, וְאִדַּע בִּידְעָה בְּרוּרָה וּמְחַלְטָה, אֲשֶׁר אֵין שׁוּם מְצִיאוֹת בְּלַעְדָּיו

יְתַבְרֵךְ כָּלֵל, וְהַכֵּל לְכָל אֱלֻקוֹת גָּמוּר הוּא, וְכָל מֵה  
 שְׂתַכְנִיִּס בְּדַעְתָּךְ אֲמַתַּת מְצִיאֹתוֹ יְתַבְרֵךְ, כְּמוֹ-כֵן  
 יְתַרְחַב לְבָבְךָ וְדַעְתָּךְ, וְתוּכַל לֵהִיּוֹת בְּשִׂמְחָה עֲצוּמָה,  
 וְתִשְׁמַח וְתַבְדִּיחַ — הֵן אֶת עֲצֻמָּךְ וְהֵן אֶת אַחֲרֵיִם, אֲשֶׁר  
 אֵין לְמַעְלָה מִזֶּה, כִּי סוּף כָּל סוּף מֵה נִשְׁאָר מֵהָאָדָם,  
 אִם לֹא הַשְׂמֵחָה שְׂבִכָל יוֹם וַיּוֹם, וְהַדְּבָקוֹת בּוֹ יְתַבְרֵךְ,  
 אֲשֶׁר אֵין לָךְ טוֹב בְּזֶה הָעוֹלָם וּבְעוֹלָם הַבָּא, כְּמוֹ  
 הַדְּבָקוֹת בּוֹ יְתַבְרֵךְ, אֲשֶׁר אֵין לְמַעְלָה מִזֶּה, וְהוּא תַעֲנוּג  
 וְשַׁעֲשׂוּעַ גָּדוֹל יוֹתֵר מִכָּל הַתַּעֲנוּגִים וְהַשַּׁעֲשׂוּעִים  
 שְׂבִעוֹלָם, אֲשֶׁר אֵי אֶפְשָׁר לְזַכּוֹת לָזֶה רַק עַל-יְדֵי תַקְוָה  
 הַשְׂמֵחָה וְהַחֲדוּדָה בּוֹ יְתַבְרֵךְ; אֲשֶׁר הַמְּשֻׁמַּח וְהַמְּבַדֵּחַ  
 אֶת עֲצָמוֹ תָּמִיד, וְנִכְלָל בְּחַי הַחַיִּים, אֲשֶׁר אֵין לְמַעְלָה  
 מִזֶּה; אֲשֶׁר לּוֹ בְּזֶה וְאֲשֶׁר לּוֹ בְּבָא!

תָּם וְנִשְׁלָם, שְׂבַח לְאֵל עוֹלָם!

