

קוֹנְטֵרַס

רַק סִבְלָנוֹת

יְעוֹרֵר אֶת כָּל אָדָם עַל מִדַּת הַסִּבְלָנוֹת, וַיִּבְאֵר שְׂאֵי
אֲפָשֶׁר לְעֵבֹד אֶת זֶה הָעוֹלָם בְּלִי מִדָּה זוֹ, וּמִי
שֶׁהוּא סִבְלָן בְּחַיָּיו, מְצַלִּיחַ תָּמִיד.

*

בְּנוֹי וּמֵיֶסֶד עַל-פִּי דְבָרֵי
רַבֵּנוּ הַקְּדוֹשׁ וְהַנּוֹרָא, אֹר הַגְּנוּז וְהַצֶּפּוֹן
בוֹצֵינָא קַדִּישָׁא עֲלָאָה, אֲדוֹנֵנוּ, מוֹרְנוּ וְרַבֵּנוּ
רַבֵּי נַחֲמָן מִבְּרֶסְלָב, זְכוּתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ.

וְעַל-פִּי דְבָרֵי תַלְמִידוֹ, מוֹרְנוּ
הַקְּדוֹשׁ, אֹר נִפְלָא, אֲשֶׁר כָּל רַז לֹא אָנִיס לִיָּה
רַבֵּי נֶתָן מִבְּרֶסְלָב, זְכוּתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ,

וּמִשְׁלָב בְּפֶסוּקֵי תוֹרָה, נְבִיאִים, כְּתוּבִים וּמֵאמְרֵי
חֻכְמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים מְגַמְרָא וּמְדַרְשִׁים וְזֹהַר הַקְּדוֹשׁ.

*

הוֹבָא לְדַפּוּס עַל-יְדֵי
חֲסִידֵי בְּרֶסְלָב
עִיה"ק יְרוּשָׁלַיִם תּוֹכֵב"א

מוהרא"ש נ"י אָמר, בְּעִנְיַן הַתְּחִיבוּת יִשׁ
לְמוֹדִים עֲמָקִים עַד מְאֹד, וְלֹא זָכָה לְהִגִּיעַ
אֶל זֶה בְּשִׁלְמוֹת בְּתַכְלִית הַשְּׁלֵמוֹת, רַק
מוהרנ"ת ז"ל; וְעַל-כֵּן מִי שְׂרוּצָה
לְהַחְזִיק מֵעַמֵּד בְּזֶה הָעוֹלָם, עָלְיוֹ לְלַמֵּד
הַרְבֵּה בְּסִפְרֵי מוהרנ"ת ז"ל, שֶׁהֵם סִפְרֵי
"לְקוּטֵי-הַלְכוֹת" הַקְּדוּשִׁים, שֶׁהוּא קִבֵּל
בְּשִׁלְמוֹת אֶת הַלְמוּד שֶׁל רַבְּנוֹ ז"ל.
(אֲמָרֵי מוהרא"ש, חֵלֶק ב', סִימָן תַּקְצָה)

קוֹנְטֵרַס

רַק סִבְלָנוֹת

.א.

אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיְקָר! אִם אַתָּה רוֹצֵה לְעֵבֵר אֶת
זֶה הָעוֹלָם בְּשָׁלוֹם, עָלֶיךָ לְהִרְגִיל אֶת עֲצֻמָּךְ בְּמִדַּת
הַסִּבְלָנוֹת, כִּי בְּזֶה הָעוֹלָם עוֹבֵר עַל כָּל אֶחָד וְאֶחָד
בְּכָל יוֹם יְרִידוֹת וּנְפִילוֹת, קִטְנוֹת, הַשְּׁלָכוֹת
וְחִלְשוֹת הַדַּעַת, וְאִם לֹא יִתְאַזֵּר בְּמִדַּת הַסִּבְלָנוֹת,
אִזּוֹ יֵאבֵד אֶת עוֹלְמוֹ כְּרִגְעָה, לֹא-כֵן מִי שֶׁמְרַגֵּיל אֶת
עֲצֻמוֹ לְהִיּוֹת סִבְלָן עַל כָּל אֲשֶׁר עוֹבֵר עָלָיו, הוּא
יִצְלִיחַ מְאֹד בְּחַיָּיו, וְעַל-כֵּן רְאֵה, אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיְקָר,
לְהִרְגִיל אֶת עֲצֻמָּךְ בְּמִדַּת הַסִּבְלָנוֹת, לְסִבֵּל כָּל
הָעוֹבֵר עָלֶיךָ, וְאִזּוֹ עוֹלְמְךָ תִּרְאֶה בְּחַיֶּיךָ. וְאַף שְׂאֲנִי

יודע שכל־כֿף מרים ומרורים לך החיים, וקשה
 וכבד לך להיות בסבֿלנות, עם כל זאת עליך לדעת,
 כי בזה שאתה עצבני ונופל בכעס ורציחה, אין
 אתה נוקם באף אחד, אלא בעצמך לבד, וכל אלו
 שירשו את שני העולמות, הכל היה רק בזכות מידת
 הסבֿלנות שהיתה בהם, ועל־כן זכור זאת, אהובי,
 בני היקר, אשר בזה העולם העקר הוא רק סבֿלנות,
 להיות סבֿלן על כל אשר בא עליך, ואז תצליח
 דרכך תמיד.

ב.

אהובי, בני היקר! עליך לדעת, כי כל הצרות
 והיסורים העוברים עליך בין בגשמי ובין ברוחני,
 זהו רק מחמת כעס, רציחה ועצבנות, שאתה נופל
 בכל פעם בכעס ורציחה כזו על זולתך, עד שאתה
 עוקר את עצמך לגמרי, ובאמת זה הורס לך את
 החיים, ולכן אם אתה רוצה להצליח בזה העולם,
 לא תוכל בשום פנים ואופן, רק אם תרגיל את
 עצמך לילה במידת הסבֿלנות, כי מי שסבֿלן —
 מצליח, ואף שפבר נכנסת כל־כֿף בשטות הזו של

כַּעַם וְרָצִיחָה, עַד שֶׁכָּל דָּבָר קָטָן מְעַצְבֵּן אוֹתָךְ, וּמְכַנִּים אוֹתָךְ בְּרָצִיחָה, עַד שְׂאִינֶךָ יְכוּל לְהִבִּין מֵה זֹאת סְבֻלָּנוּת, עִם כָּל זֹאת רְאֵה אֵיךְ בְּלִיַּת אֶת יָמֶיךָ וּשְׂנוּתֶיךָ עַד עֲכָשׁוּ בְכַעַס וְרָצִיחָה, וַיֵּשׁ לְךָ מְרִירוֹת מִבֵּית וּמִבְּחוּץ, וְלָכֵן אִם אַתָּה רוֹצֵה לְחַיּוֹת חַיִּים טוֹבִים, חַיִּים נְעִימִים, רְאֵה לְהִרְגִיל עֲצֻמָּךְ עֲכָשׁוּ לְהִיּוֹת רַק סְבֻלָּן עַל כָּל מֵה שְׂעוּבֵר עָלֶיךָ, וְאַף שְׂבוּעֶרֶת בְּךָ הִרְצִיחָה לְנֶקֶם בְּזוּלָתְךָ, אִם אַתָּה רוֹצֵה לְנַצֵּחַ, הִרְגֵּל אֶת עֲצֻמָּךְ בְּמִדַּת הַסְּבֻלָּנוּת, כִּי הַסְּבֻלָּנוּת הִיא הַנְּצֻחוֹן בְּחַיִּים.

ג.

אַהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר! עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי עוֹן הַכַּעַס הוּא עוֹן חָמוּר מְאֹד מְאֹד, וְעַל-פִּי-רַב מִי שְׂפָגָם בְּבִרְיַת וְקִלְקֵל אֶת דַּעְתּוֹ וְהוֹצִיא זֶרַע לְבִטְלָה, עַל-יְדֵי-זֶה בָּא לְכַעַס וְרָצִיחָה (עֵין שֵׁיחוֹת-הַר"ן, סִימָן רמט), וְהוּא תָּמִיד עֲצֻבְנִי וּמְמַרְמֵר עַל כָּל מֵה שְׂעוּבֵר עָלָיו, וְעַל-כֵּן עָקֵר תִּקּוּן הַבְּרִיַּת, וְעָקֵר הַתְּשׁוּבָה הַשְּׁלֵמָה, שֶׁהָאָדָם צָרִיךְ לָשׁוּב בְּתְשׁוּבָה וּלְתַקֵּן אֶת מַעֲשָׂיו, זֶה עַל-יְדֵי מִדַּת הַסְּבֻלָּנוּת, כִּי

כְּשֶׁאָדָם מְרַגֵּיל אֶת עֲצָמוֹ בְּמִדַּת הַסְּבֻלָּנוֹת, אֲזִי נִמְחָלִים לוֹ כָּל עֲוֹנוֹתָיו, כִּי בְּאִמַת חֲטָאת הַנְּעוּרִים שְׁלוֹ בּוֹעֲרִים בוֹ, וְרוֹצִים לְנַקֵּם בוֹ, עַד שֶׁהָאָדָם מִתְּפוּצֵץ מְרַב צֶעַר, וְעַל-יְדֵי-זֶה בָּא לְמָה שֶׁבָּא, לֹא-כֵן כְּשֶׁאָדָם מְרַגֵּיל אֶת עֲצָמוֹ לְלַכֵּת רַק בְּמִדַּת הַסְּבֻלָּנוֹת, אֲזִי הוּא מְצַלִּיחַ מְאֹד מְאֹד; וְלִכֵּן אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיֶּקָּר, אִם אַתָּה רוֹצֶה לְתַקֵּן אֶת מַעֲשֵׂיךָ וְלָשׁוּב בְּתִשׁוּבָה שְׁלֵמָה עַל כָּל עֲוֹנוֹתֶיךָ, רְאֵה לְהִרְגִיל אֶת עֲצָמְךָ בְּמִדַּת הַסְּבֻלָּנוֹת, וְתִהְיֶה תָּמִיד סִבְלָן עַל כָּל אֲשֶׁר בָּא עֲלֶיךָ, וְאִז עוֹלָמְךָ תִּירָשׁ בְּחַיִּיךָ, וְשׁוֹם בְּרִיָּה שֶׁבְּעוֹלָם לֹא תוּכַל לְשַׁבֵּר אוֹתְךָ, וְתִזְכֶּה לְהַכִּיל בְּאֵיזן סוּף בְּרוּךְ הוּא, כִּי אֵי אֶפְשָׁר לְהַשִּׁיג שׁוֹם דְּבַר רוּחָנִי, כִּי אִם עַל-יְדֵי מִדַּת הַסְּבֻלָּנוֹת, וְכָל אֵלוֹ הַצְּדִיקִים הַגְּדוֹלִים בְּמַעֲלָה נִפְלְאָה וְנוֹרָאָה מְאֹד, זָכוּ לְהַגִּיעַ אֶל מְדֻרְגָתָם רַק עַל-יְדֵי מִדַּת הַסְּבֻלָּנוֹת שֶׁהִכְנִיסוּ בְּעֲצָמָם, וְלִהְיוֹךְ כָּל הָרָשָׁעִים שֶׁנִּפְּלוּ לְעַמְקָא דְתַהוֹמָא רַבָּא, הַכֹּל הֵיחָד רַק עַל-יְדֵי שֶׁהִתְעַצְּבְנוּ וְהִתְרַחֲקוּ לְגַמְרֵי מִמִּדַּת הַסְּבֻלָּנוֹת, לְכֵן רְאֵה, אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיֶּקָּר, לָשׁוּב בְּתִשׁוּבָה שְׁלֵמָה וְלִקְבֹּל עַל עֲצָמְךָ מִדַּת הַסְּבֻלָּנוֹת, וְאִז תִּצְלִיחַ בְּדַרְכְּךָ בֵּין בְּגִשְׁמִי וּבֵין בְּרוּחָנִי.

אהובי, בני היקר! אם אתה רוצה לשוב
 בתשובה שלמה, ולשאת חן בעיני כל רואיך,
 תרגיל את עצמך במדת הסבלנות, כי אין לך עוד
 לפי החיים כמו מדת הסבלנות, כי מי שהוא סבלן,
 ועל כל מה שעובר עליו הוא סובל, ואינו יוצא
 לריב עם זולתו, על-ידי-זה מצליח מאד בחיים,
 לא-כן אלו אשר רוצחים בכעס ורציחה, הם רק
 מפסידים בחייהם, כי סוף כל סוף כלם שונאים
 אדם עצבני אשר אין לו סבלנות; ועל-כן ראה,
 אהובי, בני היקר, להרגיל את עצמך במדת
 הסבלנות, ואז דיקא תצליח דרכך, ותזכה לשאת
 חן וחסד בעיני כל רואיך, כי כל בני האדם אוהבים
 להתחבר לאדם סבלן, שיש לו סבלנות לשמע
 אותם ולהוריד את עצמו אליהם, ואל תהיה חכם
 בעיניך, לומר, שבזה שתנקם בזולתך, תגיע לאיזה
 מקום, אדרבה הנקמה תביא אותך מיד אל השאול
 תחתית ומתחתיו, לא-כן הסבלנות תביא אותך אל
 מדרגות נוראות ונפלאות מאד; אשרי מי שמחזיק
 תמיד במדת הסבלנות.

ה.

עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי עֵקֶר יִפִּי הַחַיִּים הִיא מִדַּת
הַסְּבֵלְנוֹת, כִּי הַסְּבֵלְן הַסּוֹבֵל כָּל אֲשֶׁר בָּא עָלָיו,
נוֹשֵׂא חַן בְּעֵינָי כָּל רוֹאָיו, וּבְנֵי-אָדָם מִשְׁתוֹקְקִים
לְהִתְחַבֵּר אֵלָיו, וְעַל-כֵּן הִרְגֵּל אֶת עֲצָמָךְ בְּיוֹתֵר
בְּמִדַּת הַסְּבֵלְנוֹת, וְאִז תִּצְלִיחַ דְּרָכְךָ תָּמִיד, וְתִדַּע
אֲשֶׁר אַף שְׁבֵת־חֻלָּה תָּבוֹא לְךָ מִדַּת הַסְּבֵלְנוֹת בְּקִשֵּׁי
רַב, כִּי בְּאֻמַּת אֵין לְךָ עוֹד דְּבַר שֶׁבָּא לְאָדָם כָּל-כָּף
קָשָׁה כָּמוֹ מִדַּת הַסְּבֵלְנוֹת, כִּי טֹבַע הָאָדָם לְהִיּוֹת
עֲצָבָנִי וּלְהִתְרַגֵּז, עִם כָּל זֹאת כִּשְׂאָדָם מִרְגִּיל אֶת
עֲצָמוֹ בְּעִבּוּדָה הַקְּדוּשָׁה הַזֶּה שֶׁל סְבֵלְנוֹת, אֵין לְךָ
עִרְבוּת וּנְעִימוֹת יוֹתֵר מִזֶּה; וְעַל-כֵּן רְאֵה, אֶהוּבִי, בְּנֵי
הַיֶּקֶר, אִם אַתָּה רוֹצֵה לְקַנּוֹת לְעֲצָמָךְ מִדּוֹת טוֹבוֹת,
הִרְגֵּל אֶת עֲצָמָךְ בְּמִדַּת הַסְּבֵלְנוֹת, וּלְעוֹלָם אַל תִּצָּא
לְרִיב עִם זוֹלָתְךָ, וְאַף שְׂאֵנִי יוֹדֵעַ שֶׁכּוֹאֵב לְךָ מְאֹד,
שֵׁישׁ בְּנֵי-אָדָם שָׂרְבִים עִמָּךְ, מִשְׁפִּילִים וְשׁוֹבְרִים
אוֹתְךָ, עִם כָּל זֹאת מִדַּת הַסְּבֵלְנוֹת הִיא מְדָה כָּל-כָּף
יָפָה, שְׂזוֹ הַחֻמָּה הַשׁוֹמְרַת אֶת הָאָדָם מִכָּל מַרְעִין
בִּישִׁין, כִּי כָּל אֵלוֹ אֲשֶׁר מִרְגִּילִים אֶת עֲצָמָם בְּמִדַּת
הַסְּבֵלְנוֹת, אַף אֶחָד בְּעוֹלָם לֹא יִכּוֹל לְשַׁבֵּר אוֹתָם

בשום פנים ואפן, כי הפעסן והרוצח תכף-ומיד
 כשנופלים בפעס, ברציחה ובעצבנות, יכולים
 לכבש אותם, כי זוהי חלשת נפשם, לא-כן מי
 שהוא סבלן ועולה על הכל, הוא כמים שקטים,
 אשר אין מרגישים בזרימתם, והוא מתגבר לשטף
 של זרם גדול, ושובר אבנים וסלעים, ועל-כן
 אהובי, בני היקר, אם אתה רוצה להצליח בחייך,
 שמע בקולי, ותהיה סבלן על כל אשר בא עליך,
 ואל תצא לריב עם אף אחד, ואז תצליח דרכך.

ו.

אהובי, בני היקר! אם אתה רוצה להצליח
 בחייך, תהיה מעביר על מדותיך, ואל תצא לפעס,
 "כי כעס בחיק כסילים ינוח" (קהלת ז, ט), ואף
 שמרב צער ומכאוב שעוברים עליך, אתה מרגיש
 שעליך לנקם בשונאיך, עם כל זאת אחר ישוב
 הדעת אמתי, תראה שזו הסתת יצרך, שמסית
 ומדיח אותך לצאת בפעס ובמריבות עם זולתך,
 אשר זה לא יביא אותך אל שום דבר, רק אל שאול
 תחתית ומתחתיו, כי הפעסן אינו מרויח כלום,

וּרְגֵזוֹן לֹא עָלְתָה בְּיָדוֹ אֲלֵא רְגִזְנוּתוֹ (קדוּשִׁין מ.א.),
 הֵינוּ מִי שְׁתַּמִּיד בְּכַעַס וּבְרְגִזְנוּת, לֹא נִשְׁאַר אֲצִלוֹ
 רַק הַכַּעַס וְהַעֲצָבָנוּת, וְעַל-כֵּן אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיֶּקָּר,
 שְׁמַע בְּקוֹלִי, וְהַרְגֵל אֶת עֲצָמְךָ עוֹד מֵהַיּוֹם הַזֶּה
 לְהִיּוֹת סַבְּלָן עַל כָּל הַבָּא עֲלֶיךָ, וְאִם אַתָּה רוֹאֵה
 אָדָם קָשָׁה, שְׂאִינָךְ יָכוֹל לְהַסְתִּידר אִתּוֹ, בְּרַח לָךְ
 מִמָּנוֹ, וְאֵל יִהְיֶה לָּךְ שׁוֹם עֶסֶק עִמוֹ, וְאִז תִּשְׁכַּח
 דְּרַכִּיךָ, וְתִנָּצַל מִכָּל הַצָּרוֹת וְהַיְסוּרִים, וְתִזְכֶּה לְהִיּוֹת
 דְּבוּק בּוֹ יְתִבְרַךְ בְּדַבְּקוֹת אִמָּת.

ז.

אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיֶּקָּר! עֲלֶיךָ לְדַעַת אֲשֶׁר אֵי אֶפְשָׁר
 לְזַכּוֹת לְהַגִּיעַ אֶל דְּבַקוֹת הַבוּרָא יְתִבְרַךְ שְׁמוֹ,
 לְהִיּוֹת דְּבוּק בְּאִמָּת בְּחֵי הַחַיִּים בּוֹ יְתִבְרַךְ, כִּי אִם
 עַל-יְדֵי מִדַּת הַסַּבְּלָנוּת, כִּי הוּא יְתִבְרַךְ אוֹר אֵינן סוּף
 בְּרוּךְ הוּא, וְאֵי אֶפְשָׁר לְהַשִּׁיגוֹ רַק עַל-יְדֵי יִשׁוּב
 הַדַּעַת, וְאֵי אֶפְשָׁר לְזַכּוֹת לְיִשׁוּב הַדַּעַת כִּי אִם
 עַל-יְדֵי הַסַּבְּלָנוּת, וְזֶה סִימָן שֶׁהָאָדָם מֵיִשָּׁב בְּדַעַתוֹ,
 כִּשֶׁהוּא תַּמִּיד סַבְּלָן עַל כָּל אֲשֶׁר בָּא עָלָיו; וְעַל-כֵּן
 רֵאֵה, אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיֶּקָּר, לְקַחַת אֶת עֲצָמְךָ בְּיַדֶּיךָ,

ותהיה סבלן גדול על כל אשר בא עליך, ואז דיקא תצליח דרכך, וימשך עליך שפע וזיו, אור, חיות ודבקות באמתת מציאותו יתברך, וכל זה תזכה, על-ידי שתשבר ממך את המדה הרעה, המדה המגנה של פעם ורציחה, ותרגיל את עצמך ללכת רק בדרך של סבלנות; אשרי מי שמכניס דבורים אלו לתוך לבו.

ח.

בני, בני! ראה איך עברו עליך החיים במריבות ובמחלוקת, ומאומה לא עלה בידיך, תמיד חשבת שבזה שתצא לחלק על זולתך, ותהיה כעסן ורוצח להכניע ולהשפיל את זולתך תפעל משהו, אך אדרבה הסתבכת בצרות ויסורים יותר גדולים, ולכן ראה, אהובי, בני היקר, לעזב כבר את כל השטיות, והדבק עצמך בו יתברך, ותכניס בדעתך אשר אין שום מציאות בלעדיו יתברך כלל, ותרגיל את עצמך לדבר עמו יתברך, ואף שאני יודע שכואב לך מאוד מאוד שמשפילים אותך, מדברים עליך כל דבר רע, מתחילים עמך, חולקים

עֲלִיף וּמְחַרְפִּים וּמְגַדְפִּים אוֹתָךְ, עִם כָּל זֹאת אֵין זוֹ
 עֲצָה לְצֹאת לָרִיב עִם בְּעֲלֵי הַמַּחְלֶקֶת שְׁלָךְ, אֲלֹא
 עֲשֵׂה זֹאת, אֶהוּבִי, בְּנִי, וּתְנַצַּח אוֹתָךְ הַרְגֵל אֶת
 עֲצֻמָּךְ בְּמִדַּת הַסְּבָלָנוֹת, וּשְׂתַק, שְׂתַק, אֶהוּבִי, בְּנִי
 הַיֶּקֶר, אֵל תִּשְׁיב לָהֶם דְּבָר, וְאִז תַּצְלִיחַ דְּרַכְךָ תָּמִיד,
 כִּי הַסְּבָלָן הוּא הַמְּנַצַּח בַּחַיִּים, וְזֶה כָּלֵל גְּדוֹל בַּחַיִּי
 הָאָדָם — מִי שְׂרוּצָה לְנַצַּח בְּזֶה הָעוֹלָם, עָלָיו
 לְסָבֵל עַל כָּל אֲשֶׁר עוֹבֵר עָלָיו, וּבִפְרָט בְּבֵיתוֹ אֵי
 אֲפֹשֶׁר לְזָכוֹת לְשְׁלוֹם-בֵּית אֲמָתִי, אֲלֹא עַל-יְדֵי
 סְבָלָנוֹת, כִּי לֹא כָּל דְּבָר שְׂאָדָם רוּצָה — הוֹלֵךְ לוֹ,
 וְלֹא כָּל מָה שְׂהוֹלֵךְ לוֹ — רוּצָה, וְעַל-כֵּן צְרִיכִים
 לְסָבֵל מְאֹד מְאֹד, וְאִז דִּיקָא מְצַלִּיחִים בַּחַיִּים.

ט.

אֶהוּבִי, בְּנִי הַיֶּקֶר, אִם אַתָּה רוּצָה לְחַיּוֹת חַיִּים
 אֲמָתִיִּים, חַיִּים נְצַחִיִּים, הַרְגֵל אֶת עֲצֻמָּךְ בְּמִדַּת
 הַסְּבָלָנוֹת, כִּי עֲלִיף לְדַעַת, אֲשֶׁר הַכַּעַס וְהַרְצִיחָה
 בָּאִים עַל-יְדֵי פָגַם הַבְּרִית, כִּי מִי שְׂשׁוֹפֵךְ זֶרְעוֹ
 לְבִטְלָה, רַחֲמָנָא לִישְׁזַבֵּן, וְעוֹבֵר עַל פָּגַם הַבְּרִית,
 הוּא נִכְנָס בְּרַצִּיחָה וּבְכַעַס וְהוּא תָּמִיד עֲצָבִנִי,

וְעַל-כֵּן סִימָן לְאָדָם פָּגוּם — כְּשֶׁתְּמִיד הוּא בְּכַעַס
 וּבַעֲצָבָנוּת, וְלִכֵּן רְאֵה, אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, לְשׁוּב
 בְּתִשׁוּבָה שְׁלֵמָה עַל כָּל מֵה שֶׁעֲבַרְתָּ בְּזֶה הָעוֹלָם,
 עַל פָּגַם הַבְּרִית — הוֹצֵאת זֶרַע לְבִטְלָה, רַחֲמָנָא
 לִישְׁזֹכֵן, שְׁעַל-יְדֵי-זֶה נִכְנַסְתָּ בְּרִצִּיחָה, וְהַרְגַל אֶת
 עֲצֻמָּךְ בְּמִדַּת הַסְּבָלָנוּת, וּבְזֶה יִכְפֹּר לְךָ הַקְּדוֹשׁ-
 בְּרוּךְ-הוּא עַל הַכֹּל, כִּי מִי שֶׁמְרַגֵּיל אֶת עֲצֻמוֹ לִילְךָ
 בְּמִדַּת הַסְּבָלָנוּת, וּמִקְבֵּל אֶת כָּל אָדָם בְּסִבָּר פָּנִים
 יִפּוֹת וּשְׂמֵחוֹת, וְעוֹזֵר לְבְנֵי-אָדָם, זֶה סִימָן שֶׁכָּבֵר
 זָכָה לְתַקּוּן הַמַּחֲזִין, תַּקּוּן הַדַּעַת, וְנִתְּכַפְּרוּ לוֹ כָּל
 עֲוֹנוֹתָיו, וְעַל-כֵּן אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, רְאֵה לְמָסֹר אֶת
 נַפְשְׁךָ לְהַגִּיעַ אֶל מִדַּת הַסְּבָלָנוּת, וְאִז טוֹב לְךָ כָּל
 יְמֵי חַיֶּיךָ.

י.

אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, יִדְעָתִי גַם יִדְעָתִי מֵה שֶׁעוֹבֵר
 עָלֶיךָ בְּזֶה הָעוֹלָם — צָרוֹת וְיִסּוּרִים וּמְכַאוּבִים
 רַבִּים, אֵךְ אֵי אֶפְשֶׁר לְזַכּוֹת לְהַנְצִיל מִזֶּה רַק עַל-יְדֵי
 מִדַּת הַסְּבָלָנוּת, וְעַל-כֵּן שְׁמַע בְּקוֹלִי וְהִיָּה סְבָלָן,
 וְאִז תִּצְלִיחַ דְּרַכְּךָ, וּבִרְחַ לְךָ מְכָל מִינֵי מַחֲלַקַּת

ומריבות ומכל מיני קטטות, כי זה לא יביא אותך
 אל שום מקום, רק יעקר אותך משני העולמות,
 וכל אלו שאבדו את עולמם, הִיָּה רק על-ידי שִׁהוּ
 בכַּעַס וברציחה, ונפלו בעמקא דתהומא רבא, ולכן
 ראה, אהובי, בני היקר, להרגיל את עצמך מעכשו
 לילך בדרך הסבלנות, ואז תצליח דרך תמיד, כי
 הסבלן הוא רק מצליח; וזכר כלל זה, כי תצטרך
 אותו לימים הבאים, כי בעוונותינו הרבים, עוברים
 על בני-אדם כל-כף הרבה מרידות, כל-כף הרבה
 צרות וכל-כף הרבה יסורים ומכאובים, ואינו יודע
 למה, ובאמת הכל בא רק מחמת הפַּעַס והרציחה
 שבוֹעֲרִים בהם, עקב חטאת נעוריהם, כי מי שחטא
 ופגם בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, הוא
 כַּעֲסֵן תמיד, קפדן ועצבני, ומוציא את עצביו על
 זולתו, ועל-ידי-זה כלם שונאים אותו; ועל-כן אם
 אתה רוצה לשוב בתשובה אמתית, ולתקן את כל
 מה שחטאת בזה העולם, הרגל את עצמך במדת
 הסבלנות, ואז תזכה להמשיך עליך הארת זיו
 שכינת עזו יתברך, ותתענג בערבות ודבקות בו
 יתברך.

אהובי, בני היקר! עליך לדעת, כי עקר החיים
 בזה העולם הוא — הדבקות בו יתברך, ואי אפשר
 לזכות לדבקות בו יתברך, רק על-ידי מדת
 הסבלנות, ואי אפשר להגיע אל מדת הסבלנות,
 אלא על-ידי שירגיל את עצמו לדבר עמו יתברך
 כאשר ידבר איש עם רעהו; ועל-כן ראה, אהובי,
 בני היקר, ללכת למקום פנוי שאין שם בני-אדם
 ותפרש את כל שיחתך וכל מה שעובר עליך
 בפרטי פרטיות אליו יתברך, ועל-ידי-זה תנצל
 מבעם ורציחה ועצבנות שבועתך בך, כי מי
 שפרגיל את עצמו לדבר אליו יתברך, על-ידי-זה
 הוא מוציא את כל הרע והחשך שנדבקו בו, וזוכה
 להאיר על נפשו הארה נוראה ונפלאה מזיו שכינת
 עזו יתברך, כי המאמין האמתי שאין בלעדיו
 יתברך כלל, והוא יתברך מחיה, מהנה ומקיים את
 כל הבריאה כלה, ודומם, צומח, חי, מדבר, הם
 עצם עצמיות חיות אלקותו יתברך, הוא תמיד
 יברח רק אליו יתברך, ויספר לפניו יתברך את כל
 אשר עשה וכל מה שעובר עליו, וזה בעצמו יביאו

למדת הסבלנות, ועל-כן כל הצדיקים שזכו בזה העולם למה שזכו היו סבלניים גדולים, כי הרגילו את עצמם לדבר ולשוח ולספר את כל אשר עם לבבם עמו יתברך, וכל חיותם שחיו בזה העולם היתה רק חיות בדבקות, חיות באמונה בהשגחה פרטי פרטית בו יתברך, וכל מה שהיו צריכים באו ובקשו רק ממנו יתברך; ועל-כן אהובי, בני היקר, אם אתה רוצה להצליח בחייהך ראה להרגיל את עצמך בעבודה הקדושה הזו של מדת הסבלנות, והיא תביא אותך אל כל המדרגות שבעולם, והעקר ראה להרגיל את עצמך לדבר עמו יתברך, ולספר לפניו יתברך את כל אשר עם לבבך, ואז תזכה לערבות, נעימות, ידידות, זיו וחיית אלקותו יתברך.

יב.

אהובי, בני היקר! אני יודע שנפלת עכשו במקום שנפלת, ונתלכלכת במה שנתלכלכת, ואתה רוצה לשוב בתשובה אמיתית, ואינך יודע את הדרך לשוב אליו יתברך, לזאת איעצך אהובי, בני, ויהיה

הקדוש-ברוך-הוא עמך, וברח לך עכשו למקום פנוי שאין שם בני-אדם, ותפרש את כל שיחתך וכל מה שעובר עליך אליו יתברך, ותגלה לו יתברך בפרטי פרטיות כל מה שעובר עליך, ועל-ידי-זה יצאו ממך הפעם והרציקה, המרירות והעצבנות, ותזכה להכלל באין סוף ברוך הוא, שהוא שלמות הסבלנות, פי באמת גשמיות העולם הזה, חמריות, עביות וגסות העולם הזה, מביאים את האדם לידי פעם ורציקה, פי לא יבוא האדם לידי פעם ורציקה, פי אם על-ידי כפירה שכופר בו יתברך, ועל-כן אמרו חכמינו הקדושים (זהר בראשית כז): "כל הפועס כאלו עובד עבודה זרה", פי המאמין האמתי, שאין שום מציאות בלעדיו יתברך כלל, ושום דבר בעולם אינו נעשה מעצמו, הוא אף פעם לא יהיה בפעם, רק יהיה סבלן גדול; לכן ראה, אהובי, בני היקר, להרגיל את עצמך במדת הסבלנות, והיא תביאך אל כל המדרגות שבועולם, ואם היו בני-אדם יודעים אל מה יכולים לזכות על-ידי מדת הסבלנות, היו תמיד סבלניים.

אך עליך לדעת, פי לא בנקל להגיע אל מדת

הסבלנות, כי מחמת רבוי חטאי האדם, עוונותיו
 ופשעיו, בוערים בו הרציחה והפעס, ועל-כן עליו
 לשוב בתשובה שלמה, ולהרגיל את עצמו לילך
 למקום פנוי אשר אין שם בני-אדם, ולבקש
 ולהתחנן על נפשו, שיחוס וירחם עליו הקדוש-
 ברוך-הוא, וימחל לו על כל עוונותיו אשר חטא
 ופגם בזה העולם, ובפרט בפגם הברית — הוצאת
 זרע לבטלה, אשר דבר זה מכניס באדם מרירות
 ועצבנות, פעס ורציחה, ויהיה עקשן גדול על דבר
 זה לבוא בכל יום ויום אליו יתברך מחדש,
 ולהתחנן ולבקש על נפשו שימחל לו, ואז כשאדם
 יגיע אל מדת הסבלנות, ידע שמחלו לו על
 עוונותיו, כי הסבלן האמתי הוא הוא הדבוק בו
 יתברך באמת; ועל-כן אשרי מי שמרגיל את עצמו
 תמיד במדת הסבלנות, ועוסק תמיד בשיחה בינו
 לבין קונו, וממשיך על עצמו תמיד ערבות,
 נעימות, ידידות, זיו וחינות אלקותו יתברך, ויודע
 אשר אין בלעדיו יתברך כלל; אשרי מי שמכניס
 דבורים אלו בלבו, ואז עולמו ירגיש בחייו, אשרי
 לו בזה ואשרי לו בבא.