

קוונטרס

## בְּרַכַּת הַשַּׁבָּת

יְגַלֶּה מַעֲלַת קְדוּשַׁת שַׁבָּת, וְאִיךָ הַשַּׁבָּת  
מְבִיאָה בְּרַכָּה לְכָל אֶחָד הַזּוֹכֶה לְשִׁמְרָה,  
וְהִיא מַצְלֵת מִכָּל רָע, וּמְבִיאָה לְאָדָם כָּל  
הַבְּרָכוֹת; אֲשֶׁרֵי מִי שֶׁזּוֹכֶה לְשִׁמּוֹר שַׁבָּת!



בְּנוֹי וּמְיֻסָּד עַל־פִּי דְבָרֵי

רַבֵּנוּ הַקְּדוֹשׁ וְהַנּוֹרָא, אֹרֵחַ הַגְּנוּזֵי וְהַצָּפוֹן

בוֹצִינָא קְדִישָׁא עֲלָאָה, אֲדוֹנֵנוּ, מוֹרְנוּ וְרַבֵּנוּ

רַבֵּי נַחֲמָן מְבַרְסֵלַב, זְכוּתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ

וְעַל־פִּי דְבָרֵי תַלְמִידוֹ, מוֹרְנוּ

הַגָּאוֹן הַקְּדוֹשׁ, אֹרֵחַ נַפְלָא, אֲשֶׁר כָּל רֵז לֹא אָנִים לִיָּה

רַבֵּי נֶתָן מְבַרְסֵלַב, זְכוּתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ

וּמְשַׁלֵּב בְּכַסּוּקֵי תוֹרָה, נְבִיאִים, כְּתוּבִים וּמֵאֲמָרֵי

חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים מְגַמְרָא וּמְדַרְשִׁים וְזֹהַר הַקְּדוֹשׁ



הוֹבָא לְדַפּוּס עַל־יְדֵי

חֲסִידֵי בְּרַסֵּלַב

עִיה"ק יְרוּשָׁלַיִם תּוֹבֵב"א

מוֹהֲרָא"ש נ"י אָמַר, שְׁמוּבָא בַּזְהַר הַקְּדוֹשׁ,  
אֲשֶׁר כָּל הַבְּרָכוֹת שְׂאָדָם מְקַבֵּל בְּשֵׁשֶׁת יָמֵי  
הַמַּעֲשֶׂה, נִמְשָׁכוֹת רַק מִשַּׁבַּת-קֹדֶשׁ, וְלִכֵּן  
צְרִיכִים לְשַׁמַּח כָּל הַשַּׁבָּת, וּלְדַבֵּק אֶת מַח-  
מַחֲשַׁבְתּוֹ רַק בּוֹ יִתְבַּרֵךְ; כִּי בְּשַׁבָּת מֵאִיר  
אוּרוֹ יִתְבַּרֵךְ בְּגִלּוּי נוֹרָא וְנִפְלְאָ מְאֹד.  
וְהַעֲקָר בְּשַׁבָּת רַק לְשִׁמּוֹר עַל הַמַּחֲשָׁבָה, לֹא  
לְהַסִּיחַ דַּעַת מִמֶּנּוּ יִתְבַּרֵךְ כְּרַגַע. וְאִז אִם  
אָדָם חוֹשֵׁב מִמֶּנּוּ יִתְבַּרֵךְ כָּל הַשַּׁבָּת, וְשֵׁשׁ  
וְשִׁמַּח בְּקֹדֶשֶׁת שַׁבָּת, עַל-יְדֵי-זֶה נִשְׁפָּע  
עָלָיו שִׁפְעַע עַל שֵׁשֶׁת יָמֵי הַחֹל.

(אמרי"מוהר"א"ש, חלק ב', סימן תשכה)

קוֹנְטָרַס

# בְּרַכַּת הַשַּׁבָּת

א.

בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים! אֵין אַתֶּם יְכוּלִים לְתַאֲר וּלְשַׁעַר  
אֶת מַעֲלַת הַזִּזְכָּה לְשֹׁמֵר שַׁבַּת-קֹדֶשׁ, אֲשֶׁר כָּל הַשּׁוֹמֵר  
שַׁבַּת, הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מְשַׁפִּיעַ עָלָיו שְׁפַע בְּרָכָה  
וְהַצְלָחָה בְּכָל מַעֲשֵׂה יָדָיו. כִּי כֵן אֹמְרִים חֲכָמֵינוּ  
הַקְּדוֹשִׁים (ירושלמי בְּרָכוֹת ב, ח) "בְּרַכַּת הַיָּי"ה הִיא תַעֲשִׂיר"  
(משלי י, כב) — זֶה בְּרַכַּת שַׁבַּת; כְּשִׂיְהוּדֵי זִזְכָּה לְשֹׁמֵר  
שַׁבַּת, אֲזִי הַשַּׁבַּת שׁוֹמֵרֵת אוֹתוֹ, הַשַּׁבַּת מִמְּשַׁכֶּת לְאָדָם  
בְּרָכָה לְכָל שֵׁשֶׁת יָמֵי הַשָּׁבוּעַ. וְאֵנוּ רוֹאִים, שֶׁהַעֲרֹב-רֹב  
הַעֲקָר אֲצֵלָם לַעֲקָר מִנְּשֵׁמוֹת יִשְׂרָאֵל אֶת הַשַּׁבַּת, רַחֲמָנָא  
לְצַלָן, עַל-כֵּן עָלִינוּ לְמִסַּר אֶת נַפְשֵׁנוּ דִּיקָא עַל קְדוּשַׁת  
הַשַּׁבַּת, כִּי בְּזָה שְׂאָדָם שׁוֹמֵר שַׁבַּת, מִמְּשִׁיף עַל עַצְמוֹ  
הָאוֹר שֶׁל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, כִּי הוּא יִתְבָּרַךְ מִסְתַּפֵּל  
בְּשַׁבַּת עַל כָּל אֶחָד וְאֶחָד בְּהַסְתַּפְּלוֹת יוֹצֵאת מִן הַכֶּלֶל,

היננו הקדוש-ברוך-הוא ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין ובתוף כל עלמין, ואין שום מציאות בלעדיו יתברך כלל, הקדוש-ברוך-הוא מתיה ומתוה ומקים את כל הבריאה כלה, ודומם, צומח, חי, מדבר, הכל זה אלקות ואלקות זה הכל, אין אדם נוקף אצבעו מלמטה אלא אם-כן מכריזין עליו מלמעלה (חלין ז); כל-כף גדלה השגחתו יתברך, ששום דבר קטן אינו נארע בלעדי השגחתו, אין אדם נוגע במה שמוכן לחברו, ואין מלכות נוגעת במלכות חברתה אפלו כמלא נימא (יומא לח.); כל-כף גדולה השגחתו יתברך, שאין אחד יכול לגע בזולתו אפלו ירצה לקפח פרנסתו של פלוני, בלי רשותו יתברך לא יוכל, ובשבת הקדוש-ברוך-הוא משגיח יותר מששת ימי החל, שאז גם גדולה השגחתו, אבל בשבת מאיר אורו יתברך בהתגלות יותר גדולה, כי בששת ימי החל אדם מגבל, הוא עמל ועסוק בעניניו, מערב בדברים גשמיים וחקריים, אזי שוכח ממנו יתברך, כי הוא טרוד בעסקיו, ששה ימים עובד, אזי מלבש בחמר עב וגם, ואינו רואה אלקות, מה שאין כן בשבת, אין שום מלאכה — לא במעשה, לא בדבור ולא במחשבה, אז נתגלה לאדם השגחתו יתברך הפרטית ביותר. ולכן מי שזוכה לשמור שבת, זוכה לראות את אור השגחתו יתברך יותר מאשר בששת ימי החל. כי בששה ימים אדם עלול לשכח ממנו יתברך, לא שהקדוש-ברוך-הוא

אינו מסתכל עליו, חלילה, אלא האדם טרוד ושוכח ממנו יתברך. לא-כן בשבת מאיר עליו גלוי האין סוף בגלוי רב, כי מוריד מעצמו את כל הלבושים החמריים והגשמיים, ואז נתגלה אליו האור האלקי בגלוי נורא מאד. לזאת, בני ובנותי היקרים! השתדלו בכל מיני אפנים שבעולם לשמר את השבת, והשבת תשמר עליכם, ואף שזה בא לכם קשה עד מאד, דעו כי הכל דמיון, כי מי שזוכה לקצת ישוב הדעת, שמישב את עצמו "היכן אני בזה העולם, ומה אני עושה כאן?! מהיכן באתי ולהיכן אני צריך לילך, ומה תפקידי?! באתי ממנו יתברך, ועלי לשוב אליו יתברך". אם יש לאדם ישוב הדעת הזה, כבר אין לו שום נסיון כדי לשמר את השבת, כי כל זמן שהאדם אינו מרגיש אותו יתברך, אזי יש לו נסיון קשה מאד לשמר שבת, כי נדמה לו כאלו בשבת ירויח יותר, או אם יעבד בשבת, חס ושלום, יפרח העסק וישגשג, בר מינן מהצלחות כאלו, כי מי שמחלל שבת, כל הקללות רובצות על ראשו וענשו בסקילה, ובעוונותינו הרבים, אנו שומעים כל-כף הרבה תאנות דרכים, הריגות ורציחות, אשר הכל בא, רחמנא לצלן, מפני חלול שבת. לזאת, בני ובנותי היקרים, ראו לשמר את השבת, והשבת תשמר עליכם; כי אין עוד בטוח חזק יותר לאדם להיות שמור מכל רע, כמו שמירת שבת. ועליכם לדעת, אשר כתוב בזהר (יתרו

(פ.ח.), שְׁכַל הַבְּרָכוֹת הַנִּמְשָׁכוֹת לְאָדָם בְּמִשְׁךְ יְמֵי הַחַל  
 בָּאוֹת רַק בְּזִכּוֹת הַשֶּׁבֶת, כְּשִׁיְהוּדֵי שׁוֹמֵר שֶׁבֶת וְשָׂמַח בָּהּ,  
 עַל-יְדֵי-זֶה מִמְשִׁיךְ עַל עֲצָמוֹ אֹר וְזִיו וְחַיּוֹת וְדְבָקוֹת,  
 לֹא-כֵן בְּאִמְצַע הַשְּׁבוּעַ אָדָם עָלוּל לְשַׁכַּח מִמֶּנּוּ יִתְבָּרֵךְ,  
 עָלוּל לְשַׁכַּח מִהַמְצֻוֹת, וְעַקֵּר שְׁלִיטַת הַחִיצוֹנִים אוֹמֵר  
 רַבְּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהֲר"ן, חֶלֶק א', סִימָן פ"ו) הִיא בִּימּוֹת הַחַל.  
 שָׂאז הַשְּׁכִינָה בְּבַחֲיִנַת רַגְלִין, וְהֵם אֵינָם מְנִיחִים אֶת  
 הָאָדָם לֵילֵךְ בְּדַרְכֵי הַשֵּׁם יִתְבָּרֵךְ, וּמְזַמְּנִים לְפָנָיו מְנִיעוֹת  
 שְׁלֹא יָשׁוּב בְּתִשׁוּבָה. כִּי בְּשֵׁשֶׁת יְמֵי הַחַל אָדָם נִמְצָא  
 בְּבַחֲיִנַת רַגְלִין — בְּמִקּוּמוֹת הַנִּמְוָכִים בְּיוֹתֵר, וּמִתְבַּיֵּשׁ  
 מִהַחֲבָרָה, מֵאֲנָשִׁים, מֵהַיָּמֵר עַל כֶּף שָׁגָם הוּא שָׁב  
 בְּתִשׁוּבָה, אֲבָל כְּשֶׁאָדָם זֹכֵה וְשׁוֹמֵר שֶׁבֶת, הַשֶּׁבֶת  
 מְגַבִּיהָ רַגְלָיו, הַשְּׁכִינָה עוֹלָה לְמַעְלָה, וְעַל-יְדֵי  
 שֶׁהַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא עוֹזֵר לוֹ שְׁלֹא יִטְעֶה אֶת עֲצָמוֹ,  
 וְזֹכֵה בְּשִׁמִּירַת הַשֶּׁבֶת, יֵשׁ לוֹ בְּרָכָה וְהַצְּלָחָה בְּכָל יְמֵוֹת  
 הַשְּׁבוּעַ. אָנוּ רוֹאִים בְּמִצִּיאוֹת, שְׁעוֹבְרִים עַל בְּנֵי-אָדָם  
 כָּל-כֶּף הַרְבֵּה צָרוֹת וּמִשְׁבָּרִים, כָּל-כֶּף הַרְבֵּה יְסוּרִים,  
 נִכְנָסִים בְּחֻבוֹת וְאֵינָם רוֹאִים בְּרָכָה בְּכֶסֶף, וְאֵין יוֹדְעִים  
 מִמָּה זֶה, אֲבָל אִם אָדָם זֹכֵה לְיִשׁוּב הַדַּעַת, תִּכְף-וּמִיד  
 יִשְׁכִּיל וְיָבִין, שֶׁהַכֹּל בָּא רַק מִחֲמַת חִלוּל שֶׁבֶת, כִּי בְּרַגַע  
 שָׂאָדָם מְחַלֵּל שֶׁבֶת, הוּא עוֹשֶׂה חֶלְל בְּבְרִיאָה, חוֹר בְּכִיס  
 שְׁלוֹ, חוֹר בְּסֵל שְׁלוֹ, מִמִּילָא אֵין מְקוֹם שֶׁתְּהֵא מְצוּיָה בּוֹ  
 הַבְּרָכָה, לְזֹאת הַמְּחַלֵּל שֶׁבֶת — אֵין בְּרָכָה בְּמִוּנוֹ, אֵין

לוּ בְּרָכָה בְּמַעֲשֵׂה יְדָיו, וְהוּא מְסֻתָּבב עֲצוּב וּבְדַכְּאוֹן, מְקַלֵּל בְּקִלְלוֹת שׁוֹנוֹת. לְזֹאת, בְּנֵי וּבָנוֹתֵי הַיְקָרִים! תִּקְחוּ עִצְמְכֶם בְּיַדְיְכֶם, וְתִתְחִילוּ לְשָׁמֵר שַׁבָּת, וְאַזּוּ הַשַּׁבָּת תִּשְׁמֹר עֲלֵיכֶם, כִּי הַשַּׁבָּת הִיא הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא בְּעִצְמוֹ, וּמִי שֶׁזֹּכֵה יוֹתֵר לְשָׁמֵר שַׁבָּת, נִמְשָׁךְ עָלָיו יוֹתֵר גְּלוּי שְׂכִינָה; עַל-כֵּן אֲשֶׁרֵי הָאָדָם הַשׁוֹמֵר שַׁבָּת, וְעַל-יְדֵי-זֶה הַשַּׁבָּת תִּשְׁמֹר עָלָיו.

## ב.

בְּנֵי וּבָנוֹתֵי הַיְקָרִים! עֲלֵיכֶם לְדַעַת, שְׁחֻכְמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים אוֹמְרִים (בִּיצָה טז), שֶׁבַשַּׁבָּת הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא נוֹתֵן נְשָׁמָה יִתְרָה לְכָל אָדָם, כִּיּוֹן שֶׁנִּכְנְסָת שַׁבָּת, נִכְנְסָת לְאָדָם נְשָׁמָה יִתְרָה, וְלִמּוֹצָאֵי שַׁבָּת נוֹטְלִים מִמֶּנּוּ אֶת הַנְּשָׁמָה יִתְרָה, כְּמוֹ שֶׁנֶּאֱמַר: שַׁבָּת וַיִּנְפֹּשׁ, כִּיּוֹן שֶׁשַּׁבָּת, וַיִּאֲבָדָה נְפֹשׁ. כְּשֶׁנִּכְנְסָת הַשַּׁבָּת נִכְנְסָת בְּרָכָה לְאָדָם, יוֹצֵאת הַשַּׁבָּת — הַנְּשָׁמָה צוֹעֶקֶת: וַיִּי וַיִּי עַל הַנְּפֹשׁ. אִם בְּנֵי-אָדָם הָיוּ יוֹדְעִים מֵהִי קִדְשַׁת שַׁבָּת, הָיוּ מְעֲרִיכִים אוֹתָהּ וְשׁוֹמְרִים אוֹתָהּ. כִּי הַשַּׁבָּת זֶהוּ הָאוֹר הָאֱלֹקִי וְהַמְתָּנָה שֶׁהַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא נִתְּנָנוּ. וְכִמוֹ שְׁחֻכְמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים אוֹמְרִים (שַׁבָּת י:): אָמַר הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא לְמֹשֶׁה: מִתְּנָה טוֹבָה יֵשׁ לִי בְּבֵית גְּנֹזֵי וְשַׁבָּת שְׂמָה, וְאַנִּי מִבְּקֵשׁ לְתִנָּה לְיִשְׂרָאֵל; וְכֵן אוֹמְרִים (אוֹתִיּוֹת דְּרַבִּי עֲקִיבָא):

שבת היא מעין עולם הבא. מה יהיה בעולם הבא? עתה בעולם הזה הנשמה מלבשת בגוף, ובעולם הבא תהיה נשמה בלי גוף, לא יהיה אז גוף רק נשמה חלק אלוק ממעל, ושבת היא מעין עולם הבא, הינו אדם זוכה בשבת בעודו נשמה בתוך גוף להנות מזיו השכינה; הינו כי אדם המדבק עצמו באין סוף ברוך הוא, וחושב שהנה הקדוש-ברוך-הוא נמצא פה, ותמיד מסתכל עליו יתברך, ומדבר עמו יתברך בשפת האם שלו, וחושב ממנו יתברך, אצלו מתגלה הנשמה בגלוי נורא ונפלא מאד, וזה יהיה בעולם הבא, אשר שם זהו עולם הנשמות, שהנשמה מתענגת בזיו שכינת עזו יתברך, זהו כל תענוג הנשמה, שזוכה לקבל את אור האין סוף ברוך הוא, אבל בשבת יכול אדם לזכות לכל האורות הללו עם הגוף הגשמי והחמרי. לזאת, בני ובנותי היקרים, ראו להתחיל לשמר שבת, ואז תראו איך השבת תשמר עליכם; כי כל אשר אתם סובלים צרות ויסורים, מחלות וחלאים רעים, הכל בא מחמת שאין לאדם אמונה בשבת, השבת נעשית מזלזלת בעיניו, כי הערב-רב יודעים שאם נשמות ישראל ישמרו את השבת, בזה הם מתאחדים באין סוף ברוך הוא, וברגע שיהודי דבוק באין סוף ברוך הוא, נתבטל כל הקלפות והסטרוא אחרא, ואין כבר כלום רק אלקות, כמו שכתוב (ישעיה ב, יא): "ונשגב הוי"ה לבדו ביום ההוא"; הינו שישאר רק



הקדוש-ברוך-הוא, וזו תכלית הבריאָה, שלא נראה ולא נשמע ולא נרגיש רק את הקדוש-ברוך-הוא. בעבור זה ברא הקדוש-ברוך-הוא את העולם הזה הגשמי והחמרי, כדי שפה בזה העולם נזכה נשמה בתוך הגוף להפירו יתברך, אבל הקלפות והסטרא אחרא מחטיאים את האדם בכל מיני חטאים ועוונות, ובפרט בפגם הברית, שמאד מצוי שאדם יכשל בברית קדש, רחמנא לישזבן, על-ידי הרהורים והסתכליות רעות, והחטא המגנה הזה מטמטם את לב ומח האדם, עד שנעלים ונסתר ממנו אור השבת, אזי מגיע לידי חלול שבת, וברגע שמחלל שבת, עושה חלל בבריאָה, אשר משם נובעות כל הצרות והיסורים והמרירות והעגמת נפש, שעוברים על בני-אדם. לזאת אומרים חכמינו הקדושים (שבת קיח:): מי ששומר שבת, הקדוש-ברוך-הוא מוחל לו על כל עוונותיו; אפלו אדם שעבר על כל עברות שבעולם, כיון שמקבל על עצמו לשמר שבת, הקדוש-ברוך-הוא ימחל לו על הכל, וימשיך עליו ברכה והצלחה בכל מעשה ידיו. לזאת, בני ובנותי היקרים! אף שעבר עליכם בחיים חיותכם מה שעבר כבר, שנכשלתם בכל מיני חטאים ועוונות, ואכלתם טרפות ונבלות, רחמנא לצלן, נפגמתם בכל מיני פגמים, עם כל זאת אם רק תקבלו על עצמכם לשמר שבת, תמשך עליכם ברכה כזו מן השמים, אשר אינכם יכולים לתאר ולשער כלל. רק תנסו לשמר שבת,

וְתִזְכְּחוּ אִיזָה אֹר יָבוֹא עֲלֵיכֶם. וּכְבֹר אָמְרוּ חַכְמֵינוּ  
 הַקְדוּשִׁים (ירושלמי תענית א, א): אֱלוֹ הָיָו יִשְׂרָאֵל מְשֻׁמְרִים  
 שֶׁבֶת אַחַת כְּתֻקוּנָה, מִיָּד הָיָה בֶן דָּוִד בָּא; הַגְּאָלָה תְלוּיָה  
 רַק בְּשִׁמִּירַת שֶׁבֶת. וְאָמַר הַבַּעַל-שֵׁם-טוֹב הַקְדוּשׁ זי"ע:  
 כְּמוֹ שֵׁישׁ גְּאָלָה כְּלָלִית, שְׁאֲנוּ מְחַכִּים וּמְצַפִּים שֶׁהַקְדוּשׁ-  
 בְּרוּךְ-הוּא יִגְאֹל אֶת כָּל יִשְׂרָאֵל מִהַגְּלוּת, וְיִוָּצִיאֲנוּ מִבֵּין  
 הַגּוֹיִים, וְיִוָּלִיכְנוּ קוֹמָמִיּוֹת לְאַרְצֵנוּ, וְתִתְגַּלֶּה עָלֵינוּ מַלְכוּת  
 שָׁמַיִם, שְׁנִדְעַ שֶׁרַק הַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מְלַךְ וּמַלְכוּתוֹ בְּכָל  
 מְשָׁלָה (תהלים קג, יט), בֶּן יֵשׁ גַּם עֲתָה גְּאָלָה פְּרָטִית, כְּמוֹ  
 שְׁכַתוֹב (תהלים סט, יט): "קָרְבָה אֶל נַפְשִׁי גְּאָלָה", שְׁכַל  
 יְהוּדֵי וְיִהוּדֵי כְּבֹר עֲכָשׁוּ יָכוֹל לְזַכּוֹת לְגְּאָלָה פְּרָטִית, הֵינּוּ  
 אֶף שְׁבִכְלָלִיּוֹת אָנוּ בְּגָלוּת מְרָה מְאֹד, שֶׁהָעַרְב־רַב  
 מְתַפְּשֵׁט בְּעוֹלָם, וּמְחַטֵּיא אֶת בְּנֵי הָאָדָם בְּכָל מִיָּנִי  
 חַטָּאִים שְׁבַע עוֹלָם, וּבְכַרְט בְּכַפִּירוֹת וְאַפִּיקוֹרְסוֹת, עִם כָּל  
 זֹאת לְגְּאָלָה פְּרָטִית אָדָם כְּבֹר יָכוֹל לְזַכּוֹת — אִם שׁוֹמֵר  
 שֶׁבֶת, שְׁכַבֵּר יָכוֹל לְהַמְשִׁיךְ עַל עֲצָמוֹ אֹר הַשְּׂכִינָה,  
 וּמְמַלִּיךְ עַל עֲצָמוֹ אֹרוֹ יִתְבַּרֵךְ, וְיִוָּדַע וְעַד, שֶׁהַבּוֹרָא  
 יִתְבַּרֵךְ שְׁמוֹ בַּעַל הַבַּיִת, וְכָל אֲשֶׁר קוֹרֵה בְּזֵה הָעוֹלָם,  
 אֵינְנוּ מְקַרְהָ, מְזַל וְטַבֵּעַ, אֶלָּא הַשְּׁגָחָה פְּרָטִית מִמֶּנּוּ  
 יִתְבַּרֵךְ לְבַד.

לְזֹאת, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים! אִם אַתֶּם רוֹצִים לְזַכּוֹת  
 לְגְּאָלָה פְּרָטִית, שְׁתַּגְּאֲלוּ אֶת נַשְׁמַתְכֶם מִן הַגְּלוּת, תְּקַבְּלוּ

עַל עֲצֻמְכֶם לְשֹׁמֵר שַׁבָּת, וְעַל-יְדֵי-זֶה תִּרְגִּישׁוּ אֹרֶךְ יָמֵי וְחַיֵּי וּדְבָקוֹת כְּזוֹ, שְׂאִינְכֶם יְכוּלִים לְתַאֵר וּלְשַׁעַר כָּלֵל, כִּי הַשַּׁבָּת הִיא בְּעֲצֻמָּה הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, כִּי מֵאֵי שַׁבָּת? שְׂמָא דְקֻדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא (זִמְרָה יִתְרוֹ פַּת:); בְּשַׁבָּת מִתְגַּלֶּה הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא בְּמֵלֶאכְרֵי הוֹדוֹ וּכְבוֹדוֹ, בְּלֵי שׁוּם לְבוּשִׁים, וְעַל-כֵּן לֹא בְּחִנָּם אָנוּ רוֹאִים, שֶׁהַעֲרֹב-רַב כָּל-כֶּף מִתְפַּשְׁטִים עַל שַׁבַּת-קֹדֶשׁ, וְרוֹצִים לְעַקְרָהּ מִנְּשֵׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, כִּי הֵם מִפְּחָדִים עַד מְאֹד כִּיּוֹן שְׁעֵם יִשְׂרָאֵל יִקְבְּלוּ עַל עֲצֻמָּם עַל מַלְכוּת שָׁמַיִם, אֵינן לָהֶם כְּבוֹרָה מִהַלְעֲשׂוֹת בְּזֵה הָעוֹלָם, כִּי כָּל קִיּוֹם הַסְטֵרָא אַחֲרָא וְהַקְּלָפוֹת בְּזֵה הָעוֹלָם הוּא רַק הַעֲלָמָה וְהַסְתֵּרָה שֶׁל הָאֱלֹקוֹת, מֵאֵינן מִקְבָּלוֹת חַיֵּי הַקְּלָפוֹת? מֵהַעֲלָמָה וְהַסְתֵּרָה, שְׂאָדָם חוֹשֵׁב כְּאִלּוּ עֹזֵב הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא אֶת עוֹלָמוֹ, אֲבָל אִם אָדָם מִמְּשִׁיךְ בְּעֲצֻמוֹ אֶת הָאֹרֶךְ יְיָ, מִרְגִּישׁ שְׂאִפְלוֹ שְׁעֵשִׁיתִי מִהַ שְׁעֵשִׁיתִי, אֲבָל הִנֵּה אֲנִי שָׂב בְּתִשׁוּבָה, וְאֲנִי מוֹסֵר נַפְשִׁי לְשֹׁמֵר שַׁבָּת, אֲפִי שְׂזֵה בָּא לִי קֶשֶׁה מְאֹד, כִּי מִי שֶׁחָלַל אֶפְלוֹ פַּעַם אַחַת שַׁבָּת, קֶשֶׁה לוֹ עַד מְאֹד לָשׁוּב בְּתִשׁוּבָה, כִּי עַל-יְדֵי חֲלוּל שַׁבָּת, עוֹשֶׂה חָלָל בְּתוֹךְ הַבְּרִיאָה שְׁלוֹ, בְּתוֹךְ נִשְׁמָתוֹ, אֲשֶׁר אֵז קֶשֶׁה לוֹ מְאֹד לָשׁוּב אֵלָיו יִתְבָּרֵךְ, עִם כָּל זֹאת, אִם אָדָם מוֹסֵר נַפְשׁוֹ לְשֹׁמֵר אֶת הַשַּׁבָּת, וּמִקְבָּל עַל עֲצֻמוֹ "מֵהַיּוֹם וְהַלְאָה לֹא יוֹעִיל שׁוּם דְּבָר, אֲשֶׁר אֶת הַשַּׁבָּת בְּכָל מַחִיר", תִּהְיֶה בְּטוֹחִים, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים, שֶׁהַקְּדוּשׁ-

בְּרוּךְ־הוּא יִקְבַּל אֶתְכֶם בְּאַהֲבָה; כִּי מִי שְׁמֹשֵׁמֶר אֶת  
 הַשַּׁבָּת — מֵרַחֵק מִן הָעֵבֶרָה — אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ  
 הַקְּדוּשִׁים (מְכִילֵתָא בְּשֵׁלַח טז); כִּי הַשַּׁבָּת בְּעֶצְמָהּ שׁוֹמֵרֵת אֶת  
 הָאָדָם שְׁלֵא יַעֲבֹר עֲבֻרוֹת. לְזֹאת, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְּקָרִים! אִף  
 שְׁאֵנִי יוֹדֵעַ שְׁקִשָּׁה בְּמָאד מְאֹד לְשֹׁמֵר אֶת הַשַּׁבָּת, וּבְכַפְרֻט  
 אֵלּוּ שְׁנֹכְשָׁלוּ בְּחֵלוּל שַׁבָּת, וּרְגִילִים לְנִסְעַע בְּשַׁבָּת, בַּר  
 מִיָּנָן, רַחֲמָנָא לְצַלָן, רְגִילִים לְהַדְלִיק אֵשׁ בְּשַׁבָּת, הַשֵּׁם  
 יִשְׁמֹר, וְעַתָּה רוֹצִים לְהוֹצִיא מֵאַתֶּם אֶת הַגִּשְׁמִיּוֹת  
 וְהַחֲמָרִיּוֹת הַזֵּוּ, וְזֶה בָּא לָהֶם קָשָׁה מְאֹד, אֲבָל כָּבֹד אָמַר  
 הַתָּנָא (אָבוֹת, פֶּרֶק ה'): לְפּוּם צִעֲרָא אֲגָרָא; וּבְמִקּוּם שְׁבַעֲלִי  
 תְּשׁוּבָה עוֹמְדִים, שָׁם צְדִיקִים גְּמוּרִים אֵינָם יְכוּלִים לְעַמּוֹד  
 (בְּרֵכוֹת לד:); כִּי גִדְלַת הַשַּׁבָּת כָּל־כָּף גְּדוּלָה, עַד שְׁמַי  
 שְׁחַלְלָה עַד עַתָּה, וּכְבֹד מוֹסֵר נִפְשׁוֹ לְשִׁמְרָהּ, הַכֹּל  
 מִשְׁתַּנֶּה אֲצִלוֹ, וּמִמְשִׁיךְ עַל עֲצָמוֹ אוֹר אֵין סוּף בְּגִלּוּי  
 כְּזֶה, שְׁאֵינוֹ מִפְּחַד מֵאַף אֶחָד. כִּי מֵאֵין בָּאִים הַפְּחָדִים  
 וְהַחֲשָׁשׁוֹת שֶׁל הָאָדָם, שְׁחֹשֵׁשׁ מִכָּל אֶחָד, שְׁמָא זֶה  
 יִקְפַח פְּרִנְסָתִי, פֶּן זֶה יַעֲקֹרְנִי מִשְׁרָשִׁי, אוֹלֵי זֶה יִגְרַם לִי  
 עֲגָמַת נֶפֶשׁ, אוֹ שְׁמָא זֶה יִצְיַקְנִי, הַכֹּל דְּמִיּוֹנוֹת, כִּי אִף  
 אֶחָד אֵינוֹ יְכוּל לְהִרְעֵ לָךְ בְּלִי הַקְּדוּשָׁ־בְּרוּךְ־הוּא! וְכָל  
 מֵה שְׁאַתָּה מִפְּחַד מִהֲזִילַת, הַכֹּל מִחַמַּת שְׁאֵין אֲצִלָךְ  
 שְׁמִירַת שַׁבָּת כְּרָאוּי, וּמִסְתָּמָא אֵינְךָ מְדַקְדֵק בְּשְׁמִירַת  
 שַׁבָּת בְּכָל הַדְּקָדוּקִים וְהַזְהִירוֹת; כִּי אִם הֵייתָ נִזְהָר  
 בְּשְׁמִירַת שַׁבָּת, הֵייתָ מְכִיר אוֹתוֹ יִתְבָּרֵךְ, וְאִז לֹא הֵייתָ

יֵרָא מֵאַף אֶחָד, כִּי יֵשׁ לָךְ כְּתַבַּת אֶל מִי לַפְּנוֹת. לְזֹאת, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְּקָרִים! מַה דְּהוּהָ הָוּהָ, רְאוּ מֵהַיּוֹם לְשֹׁמֵר אֶת הַשַּׁבָּת וְהַשַּׁבָּת תִּשְׁמֹר עֲלֵיכֶם, וְאַף שֶׁדָּבַר זֶה בָּא קָשָׁה מְאֹד, אֲבָל זְכְרוּ מֵאַמְרֵם ו"ל (ירושלמי בְּרֻכּוֹת, פֶּרֶק ב', הַלְכָה ח'): "בְּרַכַּת הַשֵּׁם הִיא תַעֲשִׂיר" (משלי י, כב) — זֶה בְּרַכַּת שַׁבָּת, שַׁבָּת זֶה הַבְּרָכָה, רְאוּ לְהִתְחַזֵּק בְּעֲצָמְכֶם בְּשִׁמְרַת שַׁבָּת, וְכֵן רְאוּ לְחַזֵּק מִשְׁפַּחְתְּכֶם, לְחַזֵּק, לְעוֹדֵדִים וּלְשֹׁמְרִים, וּלְגִלוֹת לָהֶם אֶת קִדְשַׁת הַשַּׁבָּת, וְאֲשֶׁר הִיא בְּרָכָה גְדוֹלָה. וְאִם יֵשׁ לָכֶם, רַחֲמָנָא לְצַלָּן, אֵיזָה צַעַר וְעֲגָמַת נַפְשׁ וְקָשִׁי בַּפְּרָנְסָה, אוֹ שְׂאִינְכֶם רוֹאִים בְּרָכָה בְּעַמְלָכֶם, עֲלֵיכֶם לְדַעַת, שֶׁחֲלַלְתֶּם, חֵס וְשְׁלוֹם, שַׁבָּת, כִּי בְּעִבּוֹר חֲלוּל שַׁבָּת, בָּאוֹת כָּל הַצָּרוֹת. הֵיכֵן נִמְצְאוֹת גְּבוּלוֹת וְשִׁרְפוֹת וְאַסוּנוֹת? רַק בְּמָקוֹם שֶׁיֵּשׁ חֲלוּל שַׁבָּת (עַן שַׁבָּת קִיט:). לְזֹאת, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְּקָרִים! שְׁמְעוּ אֶת קוֹל הַשְּׂכִינָה, אֲשֶׁר מְבַקֶּשֶׁת אֶתְכֶם, יֵשׁ לִי יוֹם אֶחָד בְּשָׁבוּעַ שְׁנַתִּי לָכֶם עִם יִשְׂרָאֵל, וְהוּא — יוֹם הַשַּׁבָּת, בְּאוֹ שֶׁמְרוּהוּ, שְׁמְרוּ שַׁבָּת וְהַשַּׁבָּת תִּשְׁמֹר עֲלֵיכֶם, וְתָבִיא לָכֶם בְּרָכָה וְהַצְּלָחָה בְּכָל מַעֲשֵׂה יְדֵיכֶם, וְתוֹכַחוּ שְׁכָל חַיֵּיכֶם יִשְׁתַּנוּ לְגַמְרֵי, וְתִזְכּוּ לְתַקוּן הַנְּשֻׁמָּה וּלְתַקוּן הַגּוּף. הַגּוּף זֶהוּ חֹמֶר עֵב וְגַם, דָּבָר כָּלֵה וְנֶאֱבָד לְגַמְרֵי בְּקָבֵר, אֲבָל אִם אָדָם זוֹכֵה וְשׁוֹמֵר שַׁבָּת, אֲזִי גוֹפּוֹ בְּרִיא, וְאֵין יְכוּלִים לְהַזִּיקוֹ אֶפְלוּ בְּקָבֵר. כְּמוֹ-כֵן הַנְּשֻׁמָּה הִיא אוֹר רוּחָנִי, כְּשֶׁאָדָם מְחַלֵּל שַׁבָּת, הוּא מְחַלֵּל אֶת נִשְׁמָתוֹ וּמְכַתִּימָה,

עד שרחמנא לצלן, נעשית מכתמת מאד, ואיזה בזיון יש  
 לה בהעלותה למעלה?! כי הנשמה נדמית כבגד משי,  
 אשר כל רבב קטן נראה בו, ואיזו בושה לילך בבגד משי  
 מכתם?! כף על-ידי חלול שבת, מכתמים את הנשמה,  
 עד שמתבישת משאר הנשמות, וכן בעולמות העליונים  
 קשה לה להשיג רוחניות אלקות, כי חללה שבת. לזאת,  
 בני ובנותי היקרים! התחילו למסר נפשכם בעבור  
 שמירת השבת, ואז יהיה לכם טוב בגשמי וברוחני, לגוף  
 יהיה טוב כי יהנה מאלקות, וכן ברוחניות יהא טוב  
 לנשמה, שתהנה מזיו שכינת עזו יתברך. כי כל זמן  
 שאדם חי בזה העולם, אינו יכול להעריך מהי שבת,  
 אשר השבת היא רפואה גם בגשמיות, כי כל המחלות  
 והחלאים רעים באים מחמת שאדם אינו נח, ומתיגע  
 ועובד קשה, עד שגופו נשבר, ונדבקות בו כל מיני  
 מחלות, לא-כן אם אדם זוכה יום אחד בשבוע לנוח,  
 ואינו עושה דבר, אזי גופו מבריא. כמו-כן ברוחניות —  
 כשאדם שומר שבת, איזה אור ממשיך על עצמו! לזאת,  
 בני ובנותי היקרים! חמלו על נפשותיכם ותתחילו  
 לשמר שבת, ואל תתבישו מאף אחד, טוב יותר להתביש  
 בעולם הזה מלהתביש בעולם הבא, ובודאי אין שום  
 בושה בשמירת שבת, אדרבה! כל השומר שבת, יכול  
 לילך בגאון ובגאווה, ולפרסם לכלם: "אני שומר שבת",  
 "אני יהודי מאמין בהקדוש-ברוך-הוא, ומוכן למסר

נפשי בעבורו יתברך, ושום דבר בעולם לא ינתקני ממנו יתברך". כי השבת היא עדות בין הקדוש-ברוך-הוא לעם ישראל, כמו שכתוב (שמות לא, יז): "ביני ובין בני ישראל אות היא לעולם". לזאת, בני ובנותי היקרים! ראו למסר נפשכם בשביל קדשת השבת, ואז תראו ברכה והצלחה בכל מעשה ידיכם.

## ג.

בני ובנותי היקרים! ראו להתחזק בכל מיני אפנים שבעולם, אף שעוברים עליכם כל-כף הרבה צרות ויסורים ועגמת נפש, ואין בית שלא תהיינה בו צרות ומרירות, בעוונותינו הרבים, אנחנו עדים לכל-כף הרבה חלאים רעים, אנשים חולים בכל מיני מחלות נוראות, ישנם אסונות רבים. מאין זה בא? רק מחמת חלול שבת; כי הקדוש-ברוך-הוא אוהב אותנו מאד, ורוצה שנשמר שבת, כי שבת זהו השם של הקדוש-ברוך-הוא, כמו שכתוב (שמות טז, כט): "ראו פי הוי"ה נתן לכם השבת", בשבת נתגלה הראיה שהקדוש-ברוך-הוא מסתכל עלינו בהשגחה פרטית יותר מכל ששת ימי החל. וזהו שאומרים חכמינו הקדושים (מכילתא תשא לא): כל המשמר שבת אחת בתקונה, מעלה עליו הכתוב כאלו שמר שבתות מיום שברא הקדוש-ברוך-הוא את

עוֹלְמוֹ עַד תַּחֲתֵי הַמַּתִּים; מִתְחִלַת הַבְּרִיאָה נָתַן לָנוּ הַקְדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא שַׁבָּתוֹת, וְעַל-יְדֵי שְׁמִירַת שַׁבָּת אַחַת, הַקְדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מַעֲלָה עָלָיו כְּאִלוֹ קַיִם אֶת כָּל הַשַּׁבָּתוֹת. מִדּוּעַ, אִם-כֵּן קָשָׁה לִבְנֵי-אָדָם לִשְׁמֹר אֶת הַשַּׁבָּת, עַד שְׁנֵדָמָה לָהֶם, שֶׁקָּשָׁה מִנְּשֵׂא לֹא לַעֲשׂוֹן שַׁבָּת אַחַת, לֹא לְהַבְעִיר אֵשׁ, לֹא לְנַסֵּעַ, לֹא לַעֲבֹר עַל צְוֵי הַשֵּׁם? כִּי מִי שֶׁנִּכְשַׁל בְּחִלּוֹל שַׁבָּת, נִדְּמָה לוֹ כְּאִלוֹ הַעֲבוּדָה הַקָּשָׁה בְּיוֹתֵר הִיא לְשֹׁמְרָהּ. לְזֹאת אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְדוֹשִׁים, אִם תִּמְסֹר נַפְשְׁךָ שַׁבָּת אַחַת לְשֹׁמֵר, מַעֲלָה עָלֶיךָ הַקְדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, כְּאִלוֹ קִיַּמְתָּ כָּל הַשַּׁבָּתוֹת מִהַשַּׁבָּת הָרֵאשׁוֹנָה שֶׁל תְּחִלַּת הַבְּרִיאָה עַד סוֹפָהּ. לְזֹאת בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיִּקְרִים! קָחוּ עֲצֻמְכֶם בְּיַדְיְכֶם, וְתַתְּחִילוּ כְּבָר לְשֹׁמֵר שַׁבָּת, וְאַף שְׁנֵדָמָה לָכֶם כְּנֹטֵל וּכְעַל, תִּדְעוּ כִּי זֶהוּ דְמִיּוֹן גָּדוֹל, כִּי מִי שֶׁזוֹכֵה לְשֹׁמֵר שַׁבָּת, מְרַגֵּשׁ בָּהּ נַעַם וְאוֹר כְּזֶה, שְׂאִין חַשִׁים בְּכָל שֵׁשֶׁת יְמֵי הַחֹל, וּמְלַבֵּד זֹאת בְּרַכַּת הַשַּׁבָּת מְבָרַכַת אֶת הָאָדָם, וּמִי אֵינוֹ חֹפֵץ בְּבְרָכָה?! מִי אֵינוֹ רוֹצֵה יְשׁוּעָה וּרְפוּאָה?! מִי אֵינוֹ רוֹצֵה זְוִיג?! וְהַכֹּל בָּא בְּזִכּוֹת הַשַּׁבָּת, כִּי הַשַּׁבָּת הִיא זְוִיגָן שֶׁל יִשְׂרָאֵל; כִּי בַּסְּפִירוֹת הָעֲלִיוֹנוֹת יִשְׁנָן שֵׁשׁ: חֶסֶד, גְּבוּרָה, תְּפָאֶרֶת, נְצִיחַ, הוֹד, יְסוּד — הַנִּקְרָאוֹת זְעִיר אֲנַפִּין, וְשַׁבָּת הִיא הַמְּלָכָה — הַסְּפִירָה הַשְּׁבִיעִית — הַמְּלָכוֹת; כְּשֶׁמְּפִרִידִים אֶת הַמְּלָכָה מִשֵּׁשֶׁת יְמֵי הַחֹל, אִזּוֹ סוּבְלִים גְּלוּת, וְרוּאִים קָלְלָה בְּכָל מְקוֹם שֶׁהוֹלְכִים, כִּי אָדָם



מרגיש משפל ואמלל ביותר כשמפריד עצמו מהשבת. בלשון קבלה זה נקרא שעושה פרווד בין ו' של שם הוי"ה ברוך הוא לבין הה' האחרונה של שם הוי"ה ברוך הוא, שזה פרווד בין קדשא בריך הוא לשכינתיה, וכשיש פרווד סובלים כל הסבל הנורא, ומשם באות כל המחלות והחלאים רעים, כל הדכאון, העצבות והמרירות, אבל אם אדם זוכה ושומר שבת, מיחד את ששת ימי החל אל השבת, מיחד את שש הספירות: חסד, גבורה, תפארת, נצח, הוד, יסוד אל המלכות, את הו' לה', את קדשא בריך הוא לשכינתיה, ואין עוד ברכה גדולה מזו, כשאדם עושה יחוד בשמים ובארץ, מיחד את השמים לארץ, יודע שהארץ אינה נפרדת מהקדוש-ברוך-הוא, והקדוש-ברוך-הוא אינו נפרד מהארץ, אין כדבר הזה — שמים לחוד וארץ לחוד, אלא זוכר שהתורה הקדושה מתחלת: בראשית ברא אלקים את השמים ואת הארץ, הקדוש-ברוך-הוא ברא את השמים — רוחניות, נשמה, ואת הארץ — גשמיות, גוף, שניהם ברא השם, וצריכים ליחד ביחד הגוף עם הנשמה, רוחניות לגשמיות וגשמיות לרוחניות, לזאת כבר בתבה הראשונה של בראשית מרמזת שבת. בראשית אותיות: ירא שבת, תפחד מן השבת, כי השבת היא הקדוש-ברוך-הוא, שברא את השמים ואת הארץ, הינו שעל האדם לחבר שמים וארץ יחד. לזאת, בני ובנותי

הַיְקָרִים! עוֹבְרוֹת עֲלֵיכֶם צְרוֹת, עֲנִיּוֹת וְדַחְקוֹת, אֵינְכֶם רוֹאִים בְּרָכָה וְהַצְלָחָה בְּכֹל מַעֲשֵׂה יְדֵיכֶם, הַכֹּל מִחֲמַת חֲלוּל שַׁבַּת, כִּי אִם תִּזְכּוּ לָשׁוּב בְּתַשׁוּבָה וּלְהִתְחִיל לְשָׁמֵר שַׁבַּת, אֵינְכֶם יְכוּלִים לְתַאֵר וּלְשַׁעַר מַה הַשַּׁבַּת תָּבִיא לָכֶם. וְחֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים אוֹמְרִים (שַׁבַּת קִיח.): כָּל הַמְּעַנֵּג אֶת הַשַּׁבַּת, נוֹתְנִים לוֹ נִחְלָה בְּלֵי מְצָרִים; הִנֵּה הָאָדָם מְצַמְצֵם בְּכָל-כֶּף הַרְבֵּה גְבוּלוֹת וְהִסְתְּרוֹת וְהוּא מְגַבֵּל, אֵינוֹ יְכוּל לַעֲשׂוֹת כָּל אֲשֶׁר רוֹצֶה, מְרַגֵּשׁ עֲצָמוֹ הַכִּי מִשְׁפָּל וְעָלוּב, אֲבָל בְּרַגַע שֶׁמְעַנֵּג אֶת הַשַּׁבַּת, הוּא מְקַבֵּל נִחְלָה לֹא גְבוּל. וְזוֹ מַעֲלַת הַשַּׁבַּת. וְזֵהוּ שְׂאוֹמְרִים (שַׁבַּת קִיח.): כָּל הַמְּעַנֵּג אֶת הַשַּׁבַּת, נוֹתְנִים לוֹ מִשְׁאֲלוֹת לְבוֹ; לְזֹאת, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים! הַשְּׂכִינָה מִבְּקִשְׁתְּ אֶתְכֶם, אֲנִי חוֹסֵס וְחֲמָלוֹ עַל גְּשָׁמוֹתֵיכֶם, חֲמָלוֹ עַל גְּפִשְׁכֶם, וְהִתְחִילוּ לְשָׁמֵר אֶת הַשַּׁבַּת, וְאִז הַשַּׁבַּת תִּשְׁמַר עֲלֵיכֶם; כִּי רַק בְּזִכּוֹת שַׁבַּת תִּזְכּוּ שְׂיֵאִיר עֲלֵיכֶם אוֹר כְּזֶה, שְׂאֵינְכֶם יְכוּלִים לְתַאֵר וּלְשַׁעַר כָּלֵל. כִּי כָּל שְׂמִחַת הַחַיִּים שְׂבָאָה לָאָדָם, שְׂחַשׁ עֲרֶךְ לַחַיִּים, זֶהוּ בְּזִכּוֹת שְׂמִירַת שַׁבַּת. וְהַעֲרַב-רַב וְהַסְטֵרָא אַחְרָא וְהַקְּלָפוֹת יוֹדְעִים אֶת זֹאת, לְזֹאת עוֹשִׂים כָּל מִינֵי פְעֻלוֹת שְׂבָעוּלָם לְחַלֵּל אֶת הַשַּׁבַּת בְּרִישׁ גְּלִי. אֲשֶׁר מִזֶּה אָנוּ סוֹבְלִים כָּל-כֶּף הַרְבֵּה סָבֵל, וְנַעֲלָם וְנִסְתָּר מֵאִתְּנוּ אוֹרוֹ יִתְבַּרֵּךְ, מִחֲמַת שְׂאֵינְנוּ שׂוֹמְרִים שַׁבַּת, אֵינְנוּ שְׂמִחִים עִם הַשַּׁבַּת. וּמֵאִיִן יוֹדֵעַ אָדָם שֶׁהוּא בְּאֵמַת שׂוֹמֵר שַׁבַּת? בְּזֶה שְׂרוּקָד וְשְׂמִיחַ בְּשַׁבַּת, מְרַגֵּשׁ

אֶת טַעַם הַשַּׁבָּת, זוֹ "בְּרַכַּת הַשַּׁבָּת", שְׁאֵדָם יְחוּשׁ תָּמִיד  
 אֶת אוֹרוֹ יִתְבָּרַךְ. בְּעֵבוֹר זֶה, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים! רְאוּ  
 לְמִסַּר נַפְשְׁכֶם עַל קִדְשַׁת הַשַּׁבָּת. וְכֵן אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ  
 הַקְּדוּשִׁים (מִדְּרַשׁ עֲשֶׂרֶת הַדְּבָרוֹת): יוֹם הַשְּׁבִיעִי בָּחַר בּוֹ  
 הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא וְקִדְשׁוֹ לְשֵׁמוֹ, וְחֻמְדַּת יָמִים קָרָאוּ  
 וְהִנְחִילוּ לְעַם יִשְׂרָאֵל, שֶׁלֹּא יִהְיֶה צַעַר בְּמַחְנוּתָם, כִּי  
 לְשִׂמְחָה גְדוֹלָה נִתְּנָה לָהֶם; בְּזֶה שְׁאֵדָם שׁוֹמְרֵי שַׁבָּת, חָשׁ  
 שִׂמְחָה כָּל-כָּף גְּדוֹלָה, עַד שֶׁמְרַגֵּישׁ סַפּוּק נִפְשֵׁי. כִּי עַקֵּר  
 הַצָּרָה שְׁאֵדָם חָשׁ עֲצָמוֹ מֵיִתֵּר בְּעוֹלָם, בּוֹדֵד לְגַמְרֵי, כְּאֵלוֹ  
 אֵין צְרִיכִים אוֹתוֹ, וְאֵינוֹ שׁוֹה מְאוּמָה, הַכֹּל מִחֻמַּת שְׂאִין  
 לוֹ שִׂמְחַת הַחַיִּים, אֲבָל בְּזֶה שְׂזוּכָה וְשׁוֹמֵר שַׁבָּת,  
 הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מַכְנִיס בּוֹ שִׂמְחָה כְּזוֹ, שֶׁחָשׁ שִׂמְחַת  
 הַשַּׁבָּת, שִׂמְחַת הַנֶּפֶשׁ, כִּי אֵין עוֹד שִׂמְחָה יוֹתֵר גְּדוֹלָה  
 מִזֹּו שְׁאֵדָם חָשׁ עֲצָמוֹ שׁוֹה לְמַשְׁהוֹ. כִּי מִדּוּעַ אָנוּ רוֹאִים  
 בְּנֵי-אָדָם מְסִתּוֹבְבִים כָּל-כָּף מְדַכְּאִים וְשׁבוּרִים וְרָצוּצִים?  
 מִחֻמַּת שְׂאִינָם שׁוֹמְרֵי שַׁבָּת, שֶׁהִיא אוֹרוֹ יִתְבָּרַךְ, עַל-כֵּן  
 חָשִׁים עֲצָמָם שְׁנוּאִים, וּמְחַפִּים תָּמִיד לְתִשׁוּמַת לֵב  
 מְזוּלָתָם, וְאִם אֵין מְקַבְּלִים אֶת זֹאת — הֵם נִשְׁבָּרִים  
 לְגַמְרֵי, אֲשֶׁר הַכֹּל בָּא מִחֻמַּת שְׁנִתְקוּ עֲצָמָם מִמֶּנּוּ יִתְבָּרַךְ.  
 כִּי בְּרַגַע שְׁאֵדָם דְּבוּק בּוֹ יִתְבָּרַךְ, אֵינוֹ צָרִיךְ לְתִשׁוּמַת לֵב  
 מְאֹף אֶחָד, אֲדַרְבָּה הוּא נוֹתֵן לְכֹלָם וּמִשְׁפִּיעַ עַל כֻּלָּם.  
 לְזֹאת, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים, תִּתְחִילוּ לְשָׁמֵר עַל הַשַּׁבָּת  
 וְתִזְהָרוּ מִלְּחַלְלָהּ, וְאֹף שִׁיבּוֹא לָכֶם דְּבַר זֶה קָשָׁה מְאֹד,

כי מי שחלל שבת שנים רבות, ונפל למקומות המטנפים, וטמא עצמו במשחקי כדור-רגל וכדומה, אשר זו טמאת היונים, שרצו דיקא לרמס את השבת ברגליהם, אזי מי שחלל שבת, מאד קשה לו להשיג רוחניות אלקות, אך אם תמסרו נפשכם ותתחילו מעתה לשמר שבת, אזי יכנס בכם דעת ושכל, ותבינו את אורו יתברך, את ערך החיים, ולא תזדקקו לתשומת לב מאף אחד, אלא תתנו לכלם, ויהיו לכם דבורים לחזק את כל עם ישראל; כי ברגע שאדם דבוק בו יתברך, אינו צריך לקבל מאף אחד, אלא משפיע הוא על כלם. לזאת, בני ובנותי היקרים! תקחו עצמכם בידיכם, ותשמרו שבת, ואז השבת תשמר עליכם, ובזכות השבת תזכו לגאולה השלמה ולגאלת הנפש, שנפשכם תצא מהגלות, ותרגישו כבר עתה בחיים חיותכם את אור השבת. ועל-כן על גדולי מבחרי הצדיקים מאיר בחיים חיותם ביום השבת — אור נורא ונפלא, והם מאירים את אורו יתברך בעולם. לזאת, בני ובנותי היקרים! מה דהוה הוה, ראו לשוב בתשובה, ומעתה תקבלו עליכם שמירת שבת, ואז השבת תשמר עליכם, ותרגישו אור וזיו וחיות ודבקות, והקדוש-ברוך-הוא ישלח לכם רפואה שלמה ברמ"ח איבריכם ובשס"ה גידיכם, ותזכו למצא את בת זוגכם, ותולידו בנים ובנות חיים וקיימים, ותאריכו ימים ושנים טובות על האדמה שנתן לכם הקדוש-ברוך-הוא.