

קוֹנְטָרָס

## וְנִשְׁמַרְתֶּם לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם

יְעוֹרָר ויִחַזַּק אֶת נַשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, אֵיךְ  
לְשַׁמֵּר אֶת עַצְמָם מִכָּל רָע, ויִגְלֶה עֲצוֹת  
אֵיךְ לְזַכּוֹת לְהֵיוֹת דְּבוּקִים בּוֹ יִתְבַּרֵּךְ.



בְּנוֹי וּמֵיֶסֶד עַל־פִּי דְבָרֵי

רַבְּנוּ הַקְּדוֹשׁ וְהַנּוֹרָא, אֹרֵךְ הַגְּנוּז וְהַצָּפוֹן  
בוֹצֵינָא קְדִישָׁא עֲלָאָה, אֲדוֹנֵנוּ, מוֹרְנוּ וְרַבְּנוּ

רַבֵּי נַחֲמָן מִבְּרֶסְלֵב, זְכוֹתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ

וְעַל־פִּי דְבָרֵי תַלְמִידוֹ, מוֹרְנוּ

הַגָּאוֹן הַקְּדוֹשׁ, אֹרֵךְ נַפְלָא, אֲשֶׁר כָּל רֵז לֹא אָנִים לִיה

רַבֵּי נִתָּן מִבְּרֶסְלֵב, זְכוֹתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ

וּמִשְׁלֵב בְּפֶסוּקֵי תוֹרָה, נְבִיאִים, פְּתוּכִים וּמְאֻמְרֵי

חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים מִגְּמְרָא וּמִדְּרָשִׁים וְזִהַר הַקְּדוֹשׁ



הוֹבָא לְדָפוּס עַל־יְדֵי

חֲסִידֵי בְּרֶסְלֵב

עֵיה"ק יְרוּשָׁלַיִם תּוֹכֵב"א

מוֹהֲרָא"ש נ"י אָמַר: אָדָם צָרִיךְ לְשָׁמֹר עַל  
נַפְשׁוֹ מְאֹד מְאֹד — בֵּינָם בְּגִשְׁמֵי וּבֵינָם בְּרוּחָנִי,  
כִּי אָדָם נִמְצָא בְּזֶה הָעוֹלָם בְּכָל יוֹם וּבְכָל  
שָׁעָה וּבְכָל רֵגַע בְּסַכָּנָה גְּדוֹלָה מְאֹד, וְעַל זֶה  
צָרִיכִים הָרַבָּה תְּפִלוֹת לְבַקֵּשׁ מִמֶּנּוּ יִתְבַּרֵךְ,  
שְׂיִהְיֶה שָׁמֹר מְכֹל רַע.

(אמרי-מוהרא"ש, חלק ב', סימן תתקט)

קונטרס

## וּנְשַׁמְרֶתֶם לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם

הנה אנו עומדים בתקופה של ימי חפֿש, אִז דִּיקָא עֲכָשׁוּ עֲלֵינוּ לְזִכֹּר אֶת דְּבָרֵי חֲכָמֵינוּ הַקְדוּשִׁים (שִׁבְת קנא:): כִּי־נִזְכָּר אָדָם, נַעֲשֶׂה חֲפָשִׁי מִן הַמְצוּוֹת; כִּי אֵין לְאָדָם יָמֵי חֲפָשׁ, חֲפָשׁ יִשְׁנֶה רַק כְּשִׁיּוֹצְאִים מִזֶּה הָעוֹלָם, כָּל זְמַן שְׂאָדָם חַי, לֹא שֵׁיךְ עֲנִין שֶׁל חֲפָשׁ. כְּשִׂאָדָם חַי, הַהֲכָרַח לוֹ לְזִכֹּר תָּמִיד אֶת בּוֹרֵא עוֹלָם, הֵיכָן שְׁהוֹלֵךְ וּבֹא, אָסוּר לוֹ לְשַׁכַּח מִהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא. וְהֵנָּה כְּתִיב (דְּבָרִים ד, טו): "וּנְשַׁמְרֶתֶם מְאֹד לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם"; דִּיקָא עֲתָה אָנוּ צְרִיכִים שְׁמִירָה יוֹתֵר מִכָּל הַשָּׁנָה, כִּי כָּל הַשָּׁנָה אָנוּ בְּבֵית, הוֹלְכִים לְבֵית-הַכְּנֶסֶת לְהִתְפַּלֵּל וּלְבֵית-הַמְדָּרָשׁ לְלָמֵד, וּכְשִׁיּוֹצְאִים לְחֲפָשָׁה, חוֹשְׁבִים כְּאִלוֹ יִשְׁנֶה אֵיזָה מְקוֹם שְׁיִכּוּלִים לְהִתְחַבֵּא, כְּבִיכּוּל, מִהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, אֲזִי צְרִיכִים לְזִכֹּר, שְׁהֵיכָן שְׁהוֹלְכִים — הַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא הוּא הוֹלֵךְ אִתָּנוּ. שׁוֹמְעִים בְּכָל יוֹם מְקָרִים מְזַעְזָעִים, וְלָכֵן הָעָקָר צְרִיכִים לְקַיֵּם: "וּנְשַׁמְרֶתֶם מְאֹד לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם" בְּכָל פֶּרֶט וּפְרָט.

דָּבָר רַאשׁוֹן: צְרִיכִים לְשָׁמֵר מְאֹד בְּעֵת שְׂיֹצְאִים  
 לְחִפְשָׁה, שְׂיִהְיֶה הַמָּקוֹם עִם הַכָּשֶׁר מְהֵרָה שֶׁל בֵּית-דִּין  
 צָדֵק יֵרָאִים וְשְׁלָמִים, וּבְפָרֵט כְּשֵׁרוֹת הַבָּשָׂר, כִּי אִם אָדָם  
 אוֹכֵל טְרֵפוֹת וְנִבְלוֹת — נִטְמָטֵם לוֹ הַלֵּב, וּמְאֹד מְאֹד  
 קָשָׁה לוֹ אַחֲר־כֵּן לְהִכְנִיס אֱמוּנָה בְּלִבּוֹ. וְזֶה אֶחָד  
 מֵהִיסוּדוֹת שְׂאָדָם צָרִיף לְשָׁמֵר מְאֹד — לֹא לְטַמֵּא  
 עֲצָמוֹ בְּאֲכִילַת טְרֵפוֹת וְנִבְלוֹת, שְׁמִטְמָטֵם אֶת הַלֵּב  
 וְהַמַּח, וּבְפָרֵט כְּשֶׁהִלְדִים נִכְשָׁלִים בְּמֵאֲכָלוֹת אֲסוּרִים,  
 לֹא בְּחִנָּם שְׂאֲחֲר־כֵּן, רַחֲמָנָא לְצַלָּן, יוֹצְאִים לְתַרְבוֹת  
 רְעָה. וְאוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (בַּמִּדְבָּר וּבָה, פְּרָשָׁה י', סִימָן  
 א'): הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מְזַהֵר לָהֶם לְיִשְׂרָאֵל וְאוֹמֵר  
 לָהֶם: אַל תִּנְבְּלוּ עֲצֻמְכֶם בְּדָבָר רַע, וְאֲנִי נוֹתֵן לָכֶם שְׂכָר  
 טוֹב. וְלָכֵן צְרִיכִים לְהִזָּהֵר מְאֹד מְאֹד בְּחִפְשָׁה הַגְּדוֹל הַיֵּכָן  
 שְׁנוֹסְעִים, לְדַאֵג שֶׁהַמֵּאֲכָלִים יִהְיוּ כְּשֵׁרִים בְּתַכְלִית  
 הַכְּשָׁרוֹת. וְכֵן אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים: כָּל מִי שְׂאוֹכֵל  
 מֵאֲכָלִים אֲסוּרִים, מְדַבֵּק עֲצָמוֹ בַּסְטֵרָא אַחֲרָא וּבְקַלְפוֹת,  
 וְהֵם אֲשֶׁר נוֹקְמִים בּוֹ. וְלָכֵן אֲשֶׁרֵי מִי שְׂשׁוֹמֵר מְאֹד מְאֹד  
 לֹא לְהַכְפִּיל בְּמֵאֲכָלוֹת אֲסוּרִים, שְׂזֶה הִיסוּד בִּיְהוּדוֹת.

כְּמוֹ-כֵן אָדָם צָרִיף לְזָכֹר לְטַל עֲמוֹ אֶת הַצִּיצִית  
 וְהַתְּפִלִּין, כִּי כֵּן אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (מִדְּרַשׁ אֲנָדָה):  
 כָּל הַמֵּתְעַטֵּף בְּצִיצִית וּמֵתְעַטֵּר בְּתְּפִלִּין, שְׂכִינַת עֲזוֹ  
 מְשַׁמֶּרֶת אוֹתוֹ. וְלָכֵן כְּשִׂיֹצְאִים לְחִפְשָׁה, צְרִיכִים לִידַע,

הֵן אָמֵת שֶׁהוֹלְכִים לְחֻפְּשָׁה, אָבֵל מֵהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא אֲסוּר לְשַׁכַּח, וְלִדְעַת שֶׁהַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ הוֹלֵךְ אִתָּנוּ. וְלִכֵּן עָלֵינוּ לְהִתְעַטֵּף בְּכָל יוֹם בְּצִיצִית וּתְפִלִּין, וְלִשְׁמֹר מְאֹד הֵיכָן שְׁנַמְצָאִים לְהִתְפַּלֵּל אֶת הַשָּׁלֹשׁ תְּפִלוֹת: שַׁחֲרִית, מִנְחָה, עֶרְבִית בְּמִנְיַן דִּיקָא, וְהַיּוֹם יֵשׁ בְּכָל מְקוֹם נֶפֶשׁ בֵּית-הַכְּנֶסֶת, שִׁיכוֹלִים לְהִתְפַּלֵּל בּוֹ בְּמִנְיַן, וְזֶה מֵה שֶׁשׁוֹמֵר אֶת הָאָדָם, כִּי כֵן כְּתִיב: "וּנְשַׁמְרֶתֶם מְאֹד לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם"; אָנוּ צְרִיכִים שְׁמִירָה גְדוֹלָה, כִּי שׁוֹמְעִים, בַּר מִיָּנָן, שְׁמוֹעוֹת מְזַעְזְעוֹת, נַחֲטָפִים אֲנָשִׁים, טוֹבְעִים אֲנָשִׁים, רַחֲמָנָא לְצַלָּן, נִסְפִים אֲנָשִׁים בְּתַאֲנוּת דְּרָכִים אִימוֹת, וְלִכֵּן עָלֵינוּ לְהִזְהֵר בְּמִשְׁנֵה זְהִירוֹת, וּלְקַיֵּם בְּמֵלֵא מוֹיָכֵן הַמְּלָה: "וּנְשַׁמְרֶתֶם מְאֹד לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם", וְאִיךָ? עַל-יְדֵי שְׁנִזְכוֹר בְּכָל עֵת וְרַגַע בְּכָל מְקוֹם בּוֹאֵנוּ, שֶׁהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא נִמְצָא אִתָּנוּ. וְלִכֵּן מֵה טוֹב וּמֵה נְעִים וּכְדָאִי מְאֹד לְפָנַי שִׁיוֹצְאִים לְחֻפְּשׁ הַגְּדוֹל, לְבַדֵּק אֶת הַמְזוּזוֹת פֶּתַח בֵּיתוֹ, וְחֻכְמֵינוּ הַקְדוּשִׁים אוֹמְרִים (זֶהר ח"ג ש.): מְזוּזוֹת — אוֹתִיּוֹת זִז-מֹות, בְּבֵית שֵׁשׁ שָׁם מְזוּזָה כְּשֶׁרָה, שָׁם הַמֹּות אֵינוּ בָּא. וְרִאֵינוּ כְּבָר בְּחוּשׁ, שְׁבָבְתִים שֶׁהֵיוּ מְזוּזוֹת פְּסוּלוֹת, הֵיטָה חֲסָרָה אֵיזוֹ אוֹת, אוֹ הֵיטָה אֵיזָה פְּסוּל בְּמְזוּזָה, קָרָה לְבִסוּף אֲסוּן, בַּר מִיָּנָן. וְלִכֵּן קִדְּם שִׁיוֹצְאִים לְחֻפְּשׁ הַגְּדוֹל כְּדָאִי לְבַדֵּק אֶת הַמְזוּזוֹת, אֲשֶׁר זְכוּת הַמְזוּזָה תִּשְׁמְרֵנוּ. וְכֵן צְרִיכִים לְשְׁמֹר מְאֹד מְאֹד עַל מִדַּת הַצְּנִיעוּת, אֲשֶׁר זֶה הַמַּעֲלָה

שֶׁל בַּר יִשְׂרָאֵל — שְׁשׂוּמֵר עַל עֵינָיו, לֹא לְהִסְתַּכֵּל הַיְכָן שֶׁהֵן מוֹשְׁכוֹת אוֹתוֹ, אֲדַרְבָּה אָדָם צָרִיף לְהִרְגִיל עֲצֵמוֹ לְהִסְתַּכֵּל רַק עַל רוֹחֲנִיּוֹת אֱלֻקוֹת, כַּמוֹבָא בְּדַבְרֵי רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהַר"ן, חֶלֶק א', סִימָן א'), שֶׁיְהוּדֵי צָרִיף תָּמִיד לְהִסְתַּכֵּל עַל הַשֶּׁכֶל שֵׁישׁ בְּכָל דְּבַר, כְּדֵי שֶׁהַשֶּׁכֶל יֵאִיר לוֹ, שֶׁיִּבִּין מִכָּל דְּבַר אֵיךְ לְהִתְקַרֵּב אֶל הַקְּדוּשָׁ-בְרוּךְ-הוּא.

לְצַעֲרֵנוּ הָרַב, אָנוּ נִמְצָאִים עֲתָה בְּגָלוֹת קָשָׁה מְאֹד מְאֹד, שֶׁהִתְעַרְבוּ בֵּינֵינוּ עַרְב־רַב, אֲשֶׁר רַק רוּצִים לְטַמֵּא אוֹתָנוּ, וְלָכֵן מִתְהַלְכִים בְּפִרְיָצוֹת נוֹרָאָה, כְּדֵי לְהַכְשִׁיל אֶת הַבְּרִיּוֹת, וּכְשֶׁאָדָם אֵינוֹ שׂוֹמֵר עַל קִדְשַׁת עֵינָיו, אֲזִי רַחֲמָנָא לְצַלָּן, בָּא לוֹ אֶסוֹן. וְלָכֵן "וּנְשִׁמְרֶתֶם מְאֹד לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם" — זֶה סוּבֵב עַל שְׁמִירַת הָעֵינַיִם. חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים אוֹמְרִים (סִנְהֶדְרִין מֵה'): אֵינן יֵצֵר הָרַע שׁוֹלֵט אֶלָּא בְּמֵי שֶׁעֵינָיו רוֹאוֹת; וְלָכֵן כְּדֵי לְהִשְׁמֵר מִכָּל רַע, צָרִיכִים לְשַׁמֵּר מְאֹד מְאֹד עַל הָעֵינַיִם, חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים אוֹמְרִים (ירוּשְׁלָמֵי בְּרֻכּוֹת, דָּף ט'): לְבָא וְעֵינָא תְּרֵי סְרִסוּרֵי דְחֻטָּאָה; הֵלֵב וְהָעֵינַיִם הֵם שְׁנֵי סְרִסוּרֵי עֲבָרָה, אָמַר הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, יְהִיבִית לִי לְבָא וְעֵינָא, אֲנָא יִדְעֵת כִּי אֶתְּ לִי; נִמְצָא מִכָּל זֶה מַעֲלַת שְׁמִירַת הָעֵינַיִם. וְאֵךְ לְמוֹתֵר הוּא לְצִיֵּן, שֶׁאֶסוֹר לִילָף לְמִקוּמוֹת פְּרִיָצוֹת וְזֵהוּם וְכוּ'. וְאֵינן לְקַחַת דְּבַר זֶה בְּנִקְלָה, כִּי שׂוֹמְעִים אֶסוֹנוֹת הַפּוֹקְדִים בְּנֵי

## ונשמרתם לנפשותיכם קכט

אדם, ואחר-כך שואלים: "למה הגיע לפלוני דבר זה או אחר וכו', והכל מפאת שלא שמר את עיניו. חכמינו הקדושים אומרים (סוטה ב:): שמשון הלך אחר עיניו, לפיכך נקרו פלישתים עיניו; ועל-כן צריך מאד מאד להקפיד בענין זה.

כמו-כן צריכים להקפיד מהי החברה סביב, ועם מי מתחברים, כי כך אומרים חכמינו הקדושים (סוטה ז:): הרבה שכנים הרעים עושים; ובפרט הילדים, צריך להשגיח מאד עם מי הם מתרועעים וכו', כי בנגל יכולים לקבל השפעה שלילית; מחדירים בילדים כל השנה יראת שמים, לומדים עם הילדים כל השנה קיום המצוות ולמוד התורה, משקיעים בחנוכם הטהור, והנה בשבועות ספורים עלולים לאבד הכל?! ברוחניות — שמאבדים, חס ושלום, את כל החנוף שקבלו, וכן בגשמיות — שיושבים בחברת לצים יושבי קננות, אשר זה מביא אחר-כך לכל הטמאות שבעולם, כי רחמנא לצלן, אם אדם נמשך אחר ליצנות, לבסוף נופל בלשון הרע ורכילות והוצאת שם רע, וזה יביא אותו לאסונות גדולים, וכמאמרם ז"ל (עבודה זרה יח:): קשה היא הליצנות, שתחלתה יסורים וסופה כליה; ולכן "ונשמרתם לנפשותיכם", עלינו לשמר מאד ובפרט בחפש הגדול — על הנפש שלנו.

ומה עלינו לעשות? היכן שאנו הולכים עלינו לקדש שמו יתברך ברבים. צריכים לדעת, שכל פסיעה ופסיעה שאדם פוסע והולך, זה בהשגחה פרטית, הקדוש-ברוך-הוא מנהיג עולמו בחסד וברחמים, בצדק ובמשפט, ודבר קטן ודבר גדול אינו נעשה מעצמו, אלא בהשגחת המאציל העליון, ובכל מקום שאדם מגיע, ידבר עמו יתברך, והיכן שאדם בא, עליו לדבר דבורי אמונה והשגחה פרטית, ואת מי שהוא פוגש — יקדים לו שלום, בחיוך על הפנים ובנעם, ויחזקו ויעודדו וישמחו, כי סוף כל סוף כלנו אחים, כלנו בנים להקדוש-ברוך-הוא, זהו יסוד גדול מאד לשמר על נפשנו, שחס ושלום, לא יצא חלול ה' מאתנו. אדרבה, את מי שפוגשים להקדים בשלומנו, ולהתעניין מהיכן בא והיכן גר, כי מי יודע אם לא נסענו לאיזה מקום פלוני, כדי להפיר שם משפחה הרחוקה מיהדות, מתורה ותפלה ומצוות, ובזה שמחזקים ומעודדים ומשמחים אותם, יכולים לקרוב אליו יתברך. וגדל המעלה הזו — אין לתאר ואין לשער כלל, כי כן כתוב בזהר (עין גשא קכח.): מאן דרדיף אחר חיבא, ומחזיר אותם תחת פנפי השכינה, הקדוש-ברוך-הוא ממלא משאלות לבו; ואם גלך באפן הזה, אזי היכן שנצא ונגיע, נקדש שמו יתברך, ונשמח את כל בר ישראל, ונלמדו הדלקת נרות, פשרות, טהרה וכו'. וכך אומר



## ונשמרתם לנפשותיכם קלא

רבנו ו"ל (לקוטי מוהר"ן, חלק א', סימן קו): דוד המלך אומר (תהלים לב, א): "אשרי משכיל אל דל", אשרי מי שמכניס שכל בידל, ואיזה דל? 'אין עני אלא בדעת' (נדרים מא.), יכול אדם להיות עשיר בכסף, אבל דל במעשים, דל בשכל, אם אדם אינו מכיר את הקדוש-ברוך-הוא, הוא נקרא עני, אף שיהיה לו ממון רב, כי אין עני אלא מדעת, כי כך אומרים חכמינו הקדושים (שם): דעת קניית — מה חסרת, דעת חסרת — מה קניית; ומאיזו דעת מדברים פה? "אתה הראת לדעת, כי הוי"ה אלקים אין עוד מלבדו" (דברים ד, לה), עלינו להחזיר בעצמנו, שהקדוש-ברוך-הוא מנהיג עולמו בחסד גדול מאד, ואין דבר שנעשה מעצמו, אלא הכל בהשגחתו יתברך הפרטי פרטית; וכן אמרו חכמינו הקדושים (חלין ז): אין אדם נוקף אצבעו מלמטה, אלא אם-כן מכריזים עליו מלמעלה.

ולכן עלינו לזכר את הקדוש-ברוך-הוא בכל עת ורגע, ואף שיוצאים לחפש, צריכים לזכר שהשם יתברך נמצא אתנו, עמנו ואצלנו, ואוי לנו אם שוכחים אותו, הוא כבר יזכיר לנו. ולכן למה לנו לחכות עד שנקבל מכה, חס ושלום, ואחר-כך נתחיל לבכות ולהתחנן: "אנא, חמל עלינו, חוס ורחם על נפשנו", אלא כבר עכשו, כשיוצאים לחפש הגדול, מקימים:

"וּנְשַׁמְרֶתֶם מְאֹד לְנַפְשׁוֹתֵיכֶם", וְזֹאת עַל-יְדֵי שְׁמִתְחַזְקִים בְּאַמוּנָה בְּרוּרָה וּמְזַכֶּכֶת, אֲזִי נִצּוּלִים מִכָּל פְּגַע רַע, כִּי כִשְׁאֲדָם חֲזֹק בְּאַמוּנָה, הוּא מְלֵא בְּרָכוֹת, כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב (מְשָׁלִי כח, כ): "אִישׁ אֱמוּנוֹת רַב בְּרָכוֹת". וְזֹאת רוֹאִים בְּחוּשׁ, אָדָם שֶׁחֲזֹק בְּהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, שׁוֹם דְּבַר אֵינוֹ יְכוּל לְשַׁבְּרוֹ. וְלִכֵּן אֲשַׁרִי מִי שֶׁחֲזֹק בְּאַמוּנָה, וְיוֹדֵעַ שֶׁיֵּשׁ כְּוִנָּה עֲלִיוְנָה, מִדּוּעַ נוֹסֵעַ דוֹקָא לְמָקוֹם פְּלוּנִי בְּעִבּוּר נֶפֶשׁ, כִּי בּוֹדֵאֵי צָרִיךְ לְפָגַשׁ שָׁם אֲנָשִׁים שֶׁלֹּא פָגַשְׁם מֵעוֹלָם, וּמִי יוֹדֵעַ אוֹלֵי עַל-יְדֵי הַקָּשֶׁר הַנֶּפֶשׁ שֶׁיִּתְקַשֵּׁר עִמָּהֶם — יוֹעִיל לְשֵׁנֵיהֶם, וְהַתּוֹעֵלֶת הַגְּדוֹלָה בְּיֹתֵר — שְׂיִזְכּוּ לְדַבֵּר דְּבוּרֵי אֱמוּנָה, אֲשֶׁר אֵין עוֹד מִדְּרָגָה גְּדוֹלָה יוֹתֵר מִזֶּה, וְאוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוּשִׁים (סוּטָה ג): בַּתְּחִלָּה הִיָּתָה שְׂכִינָה עִם כָּל אֶחָד וְאֶחָד, כִּינּוֹן שֶׁחֲטָאוּ, נִסְתַּלְקָה מֵהֶם שְׂכִינָה; וְאוֹמֵר רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהַר"ן, חֶלֶק א', סִימָן ז'): עֲקַר הַגְּלוּת זֶה מִחֲסָרוֹן אֱמוּנָה; אִם יֵשׁ לְאָדָם אֱמוּנָה, שֶׁהַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא הוּא נִמְצָא אִתָּנוּ, עִמָּנוּ וְאֶצְלָנוּ, אֵין אֶצְלוֹ גְלוּת. וְלִכֵּן עֲלֵינוּ לָבוֹא אֵלָיו יִתְבַּרֵךְ וּלְבַקֵּשׁ מִמֶּנּוּ יִתְבַּרֵךְ כָּל צָרְכֵינוּ. וְאֶפְשָׁר לִילֵךְ לְמָקוֹם פְּנוּי שֶׁאֵין שָׁם בְּנֵי-אָדָם, בְּחֶדֶר צְדָדִי, אוֹ בֵּין הַשְּׂדוֹת וְהַהָרִים, אֲשֶׁר זֶה הַמָּקוֹם הַיָּפֶה בְּיֹתֵר לְטִיֵּל וּלְדַבֵּר אֶל הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא בְּשִׁפְתַי הָאֵם, שֶׁזֶּה נִקְרָאת הַתְּבוּדָדוּת. כְּמוֹכָא בְּדַבְרֵי רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהַר"ן, חֶלֶק ב', סִימָן כה): הַתְּבוּדָדוּת הִיא מַעֲלָה

עֲלִיּוֹנָה מֵהַכֹּל, דְּהֵינּוּ שְׂאֵדָם מְרַגֵּיל עֲצָמוֹ לְדַבֵּר אֶל  
הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא בְּשֵׁפֶת הָאֵם שְׁלוֹ, וְכָל צְרָכָיו מִבְּקֵשׁ  
מִמֶּנּוּ יִתְבָּרַךְ, אֲזִי אֵף פַּעַם אֵינוֹ לְבַד, כִּי תָמִיד מְדַבֵּר  
עִם הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, שְׂזוֹ שְׁלֵמוֹת הַתְּפִלָּה, שְׂאֵדָם  
מְרַגֵּישׁ שְׁכָל הָעוֹלָם כְּלוּ זֶה אֱלָקוֹת, וְלִכֵּן הֵיכֵן שָׂרָק  
נִמְצָא — שֶׁם נִמְצָא הַבּוֹרָא יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ, וְיִכּוֹל לְדַבֵּר  
אֵלָיו. וְחֻכְמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים אוֹמְרִים (תְּנַחֲמוּא וַיְרָא): אָמַר  
לָהֶם הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא לְיִשְׂרָאֵל, הֵווּ זְהִירִים בְּתְפִלָּה,  
שְׂאִין מְדָה אַחֲרֵת יָפָה הַיִּמְנָה וְהִיא גְדוּלָה מְכֹל  
הַקְּרַבְנוֹת, וְאֶפְלוֹ אֵין אָדָם כְּדָאֵי לְעֲנוּת בְּתְפִלָּתוֹ, כִּיּוֹן  
שְׂמַרְבָּה בְּתַחֲנוּנִים, אֲנִי עוֹשֶׂה חֶסֶד עִמּוֹ; מִי יוֹדֵעַ אִם  
אֵינְכֶם נוֹסְעִים לְאִיזָה מְקוֹם, אֵף וְרַק בְּשִׁבִיל הַמְּטָרָה  
הַזֹּאת — כְּדֵי שֶׁתְּדַבְּרוּ שֶׁם מֵהַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וְתַעֲלוּ  
אֶת הַמְּקוֹם הַזֶּה לְדַרְגוֹת גְּבוּהוֹת וְעֲלִיוֹנוֹת, וְתוֹרִידוּ אֶת  
הַשְּׂכִינָה לְמְקוֹם הַזֶּה; כִּי בְּהַגִּיעְכֶם לְמְקוֹם מְסִיִּם, וְאַתֶּם  
פּוֹגְשִׁים יְהוּדִים, וּמְקַדְיָמִים לָהֶם שְׁלוֹם, וּמְדַבְּרִים אִתֶּם  
דְּבוּרֵי אֲמוּנָה, וּמְחַזְּקִים וּמְעוֹדְדִים אוֹתֶם לְהַכְנִיס אֶת  
יְלָדֵיהֶם בְּתַלְמוּדֵי תוֹרָה וּבְכַתֵּי סֵפֶר שְׁלוּמְדִים שֶׁם תוֹרָה  
וְאֲמוּנָה, צְנִיעוּת וּמַדּוּת, אֵין דְּבָר גְּדוּל מְזֶה בְּתַקוּן  
הַנְּפֶשׁ.

וּבְאַמֶּת, סוּף כָּל סוּף עָלֵינוּ לְהַכִּין עֲצָמֵנוּ לְיוֹם  
הַדֵּין הַגְּדוֹל וְהַנּוֹרָא. וְהִנֵּה כְּתוּב בַּסְּפָרִים הַקְּדוֹשִׁים (”בְּנֵי

'יששכר', מאמר ט"ו באב), שְׁמִיּוֹם ט"ו בְּאָב, כָּבֵר מִתְחִיל  
 לְהַאִיר הָאוֹר שֶׁל רֹאשׁ הַשָּׁנָה, שְׁבוּ דְנִים אֶת הָאָדָם עַל  
 כָּל הַשָּׁנָה. וְלָכֵן מִט"ו בְּאָב עַד רֹאשׁ הַשָּׁנָה יֵשׁ אַרְבָּעִים  
 יוֹם, וּכְבֵר עֲתָה עָלֵינוּ לְהִכִּין עֲצָמֵנוּ לְרֹאשׁ הַשָּׁנָה,  
 וּלְהִרְבּוֹת בְּמִצּוֹת וּבְמַעֲשִׂים טוֹבִים, וּלְחַזֵּק וּלְעוֹדֵד אֶת  
 נַשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, כִּי בְּזֶה שְׁנֵזְכָּה לְקָרֵב עוֹד יְהוּדִים אֶל  
 הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, בְּזֶה נִרְבֶּה לָנוּ זְכוּיֹת, וְכֵן נַעֲקֹר  
 מֵאִתָּנוּ אֶת הַגְּזַעְנוֹת הָאֵימָה, שֶׁזוֹ הַקְּלָפָה הַקָּשָׁה בְּיוֹתֵר,  
 הַהֶסְתוֹת הַפְּרוּעוֹת שְׁמִסִּיתִים נֶגֶד הַזִּילָת, הַשְּׁחַד הַמְּעוֹר  
 עֵינַי חֲכָמִים וְכוּ' וְכוּ', הַעֲקֹר צְרִיכִים לְזִכּוֹר, שֶׁשְּׁלוֹם הוּא  
 הַכְּלִי לְקַבֵּל בּוֹ כָּל הַבְּרָכוֹת, כְּמֵאֲמָרָם ז"ל (עֲקָצִין פָּרַק ג'):  
 לֹא מֵצֵא הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא כְּלִי מִחֲזִיק בְּרָכָה לְיִשְׂרָאֵל  
 אֶלָּא הַשְּׁלוֹם; וּבְזֶה שְׁאָנוּ יוֹצְאִים עֲכָשׁוּ לְמִקּוֹמוֹת נַפְשׁ,  
 וּפּוֹגְשִׁים כָּל מֵינֵי טְפוּסֵי אַנְשִׁים, וּמְדַבְּרִים אִתָּם מֵאֲהַבַת  
 הַבּוֹרָא וְעִבּוּדַת הַשֵּׁם, בְּזֶה אָנוּ מִתְקַרְבִּים זֶה לְזֶה,  
 וּמְרַאִים אִישׁ לְרֵעֵהוּ אֶת הָאֲהָבָה הַחֲדוּרָה בָּנוּ כְּלִפִּי כָּל  
 בֵּר יִשְׂרָאֵל, וּבְזֶה נִקְרַב אֶת הַגְּאֻלָּה, אֲשֶׁר אוֹמְרִים  
 חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (דְּבָרִים וַבָּה, פָּרָשָׁה ה', סִימָן יד): גְּדוּל  
 הַשְּׁלוֹם, שְׁאִין הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מִבֶּשֶׁר אֶת יִשְׂרָאֵל  
 שְׁיֵהִיו נִגְאָלִים אֶלָּא בְּשְׁלוֹם; יַעֲזֹר הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא,  
 שְׁנֵזְכָּה לְשִׁמְעַ קוֹל שׁוֹפְרוֹ שֶׁל מֶלֶךְ הַמְּשִׁיחַ, וְנִגְאָל  
 גְּאֻלַת עוֹלָם, אָמֵן וְאָמֵן!