

קונטרס

אֲשֶׁר הַחַיִּים

יגלה איך האדם יכול להיות המאשר ביותר
בחיינו, ואיך יכולים לזכות לזה, ומה נקרא באמת
אשר החיים.

*

בנוי ומיסוד על-פי דברי
רבנו הקדוש והנורא, אור הגנוז והצפון
בוצינא קדישא עלאה, אדוננו, מורנו ורבנו
רבי נחמן מברסלב, זכותו יגן עלינו.

ועל-פי דברי תלמידו, מורנו
הקדוש, אור נפלא, אשר כל רז לא אניס ליה
רבי נתן מברסלב, זכותו יגן עלינו,

ומשלב בפסוקי תורה, נביאים, פתובים ומאמרי
חכמינו הקדושים מגמרא ומדרשים וזהר הקדוש.

*

הובא לדפוס על-ידי
חסידי ברסלב
עיה"ק ירושלים תובב"א

מוֹהֲרָא"ש נ"י אָמַר, אֲשֶׁר אֵין עוֹד
אֲשֶׁר בְּחַיֵּי הָאָדָם כְּמוֹ הַדְּבָקוֹת בּוֹ
יִתְבָּרֵךְ, כִּי כְּשֶׁאָדָם זוֹכֶה לְהִיּוֹת
דְּבוּק בְּחַי הַחַיִּים בּוֹ יִתְבָּרֵךְ, זֶהוּ
עֵקֶר הַעֲשִׂירוֹת בְּגַשְׁמִיּוֹת וְהָאֲשֶׁר
בְּרוּחָנִיּוֹת; אֲשֶׁר מִי שֶׁזוֹכֶה לְהִיּוֹת
דְּבוּק בְּחַי הַחַיִּים בּוֹ יִתְבָּרֵךְ, כִּי אִז
יִהְיֶה הַמְּאֲשֶׁר בְּיוֹתֵר בְּחַיִּים.

(אמרי מוהר"א"ש, חלק ב', סימן תקפד)

קונטרס

אֲשֶׁר הַחַיִּים

א.

צָרִיךְ שְׁתַּדַּע, אֲהוּבִי, אָחִי הַיָּקָר, כִּי עָקֵר אֲשֶׁר
הַחַיִּים הָאֲמֵתִי הוּא לְזָכוֹת לְהַגִּיעַ לְדַבְּקוֹת הַבוֹרָא
יְתָבְרָךְ, וְלִבְטַח רַק בּוֹ יְתָבְרָךְ, וְלֹא לִירָא וְלֹא לְפַחַד
מִשׁוּם בְּרִיָּה שְׁבָעוֹלָם, וְלְהִתְעַנֵּג בְּעִרְבוֹת נַעַם זִיו
שְׂכִינַת עֲזוֹ יְתָבְרָךְ, וְלְהִרְגִישׁ אֶת אֲמִתַּת הָאוֹר הָאֵין סוּף
בָּרוּךְ הוּא, הַמְּחִיָּה וְהַמְּהַיָּה אֶת כָּל הָעוֹלָם כְּלוּ, אֲשֶׁר
אֵין לָךְ עוֹד אֲשֶׁר הַחַיִּים יוֹתֵר מִזֶּה, כִּי בְּזֶה הָאֲפָן הָאָדָם
הוּא בֵּן חוֹרִין מִמָּשׁ, וְאֵין עָלָיו שׁוּם עַל מִשׁוּם בְּשׁוֹר
וְדָם כָּלֵל, וְאֵינוֹ צָרִיךְ שׁוּם טוֹבוֹת מִשׁוּם בְּרִיָּה, כִּי
תָּמִיד שָׁם בְּטַחוֹנוֹ רַק בּוֹ יְתָבְרָךְ, וְחֻכְמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים
אָמְרוּ (מְנַחוֹת כ"ט): כָּל הַתּוֹלָה בְּטַחוֹנוֹ בְּהַקְּדוּשׁ בָּרוּךְ

הוא, הרי לו מחסה בעולם הזה ולעולם הבא; ואין לך אדם מאשר בחייו יותר ממנו, כי אוי לו לאדם, אשר הוא נצרך לבריות, שאז חייו אינן חיים כלל; כמו שאמרו חכמינו הקדושים (ביצה ל"ב): כל המצפה על שלחן אחרים, עולם חשך בעדו, וחייו אינם חיים כלל; ועל-כן ראה, אהובי, אחי היקר, לדבק עצמך בחי החיים, ואז תהיה הכי מאשר בחיך.

ב.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, אשר עקר אשר החיים הוא, כשאדם לוקח את כל אשר בא עליו בנקל ולא כל-כך ברצינות, ואז דיקא יהנה מהחיים, ויזכה לדבק עצמו בחי החיים בו יתברך, כי על כל מה שיעבור עליו, יהיה רגיל לומר (ברכות ס): כל מאן דעביד רחמנא לטב עביד (כל מה שהקדוש ברוך הוא עושה, לטובה הוא מכין), כי (איכה ג'): מאתו לא תצא הרעות, והכל רק לטובה גדולה, ואף שלעת עתה קשה וכבד להבין דבר זה, איך הוא לטובה, עם כל זאת, כשירגיל עצמו לקחת את כל הבא עליו בנקל, ויאמר תמיד (תענית כ"ב): גם זו לטובה, אז דיקא ירגיש מהו

אֲשֶׁר הַחַיִּים, וַיִּהְיֶה מַחְיֵיו; אֲשֶׁר הַזֹּכָה לָזֶה, כִּי אִז
יִרְגִישׁ עוֹלָם הַבָּא בְּעוֹלָם הַזֶּה מִמָּשׁ.

ג.

צָרִיךְ שְׂתַדַּע, אֶהוּבִי, אָחִי הַיָּקָר, אֲשֶׁר אֵין לָךְ עוֹד
אֲשֶׁר בַּחַיִּים, כְּמוֹ מִי שֶׁמְרַגֵּיל אֶת עֲצָמוֹ לְבָרוּחַ תָּמִיד
אֵלָיו יִתְבָּרֵךְ, הֵינּוּ בְּכָל מָה שֶׁעוֹבֵר עָלָיו בֵּין בְּרוּחָנִי
וּבֵין בְּגִשְׁמִי, יוֹדֵעַ, אֲשֶׁר הַכְּתָבַת הַיְחִידָה לְפָנוֹת אֵלֶיךָ
הִיא — הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא בְּעֲצָמוֹ, וּמְרַגֵּיל אֶת עֲצָמוֹ
לְדַבֵּר עִמוֹ יִתְבָּרֵךְ, כְּאֲשֶׁר יְדַבֵּר אִישׁ אֶל רֵעֵהוּ וְהֵבֵן אֶל
אָבִיו, וּמְדַבֵּר וּמְשִׁיחַ עִמוֹ יִתְבָּרֵךְ בְּתַמִּימוֹת וּבְפִשְׁטוֹת
גָּמוּר; אָחִי! אָחִי! תְּאַמֵּן וְכֵן תִּדַּע, אֲשֶׁר אֵין לָךְ עוֹד
אֲשֶׁר הַחַיִּים יוֹתֵר גָּדוֹל מִזֶּה, כִּי בְּאַמֶּת אַחֵר יִשׁוּב דַּעַת
אַמְתִּי, רוֹאִים בְּחוּשׁ וּמְבִינִים אֶת הָאַמֶּת, וּבָאִים לְיַדִּי
הַפְּרָה מִחֻלָּטָה, אֲשֶׁר לְאָדָם אֵין שׁוֹם חֵבֵר אוֹ רֵעַ,
וְאֶפְלוּ קָרוֹב מִשְׂפָּחָה, שֶׁיִּכּוֹל לְהֵבִין אֶת עֲמָקֵי לְבָבוֹ,
וְכָל מָה שֶׁעוֹבֵר עָלָיו בְּפִרְטֵי פִרְטֵיּוֹת וְכוּ', וְאֶפְלוּ יִרְצֶה
מִשֶּׁהוּ לְעֶזֶר לוֹ, לֹא יוּכַל, מְרֹב הַרְגִישׁוֹת שֶׁיֵּשׁ לוֹ, עַד
שֶׁלֹּא כָּל אֶחָד מֵבֵין בְּאַמֶּת אֶת מְבוּכוֹתָיו וְאֶת קִשְׁיוֹתָיו
וּסְפִקוֹתָיו וְכוּ', וְלִכֵּן אֵיעֲצֶךָ, אֶהוּבִי, אָחִי הַיָּקָר, שְׂתַצִּית

אֶת רַבְּנוֹ, זְכוֹרֵנוּ לְבָרָכָה, אֲשֶׁר גָּלָה לָנוּ אֶת עֲבוֹדַת
 הַתְּפִלָּה וְהַתְּבוּדוֹת — שִׁיְהִי הָאָדָם רָגִיל לְדַבֵּר
 עִמוֹ יְתַבְּרֶךְ, כְּאֲשֶׁר יְדַבֵּר עִם רַעְהוּ, וַיִּסְפֹּר לְפָנָיו יְתַבְּרֶךְ
 הַכֹּל, וְדִיקָא עַל-יְדֵי-זֶה יִנְצַל מֵהַכֹּל, וְעָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי
 אִם תִּקְבַּל אֶת דְּבַרֵי אֱלֹהִים, אֲזִי דִיקָא תִהְיֶה הַכִּי מְאֹשֶׁר
 בְּחַיֵּיךָ, וְאִם, חַס וְשָׁלוֹם, תִּשְׁתַּמֵּשׁ בְּחֻכְמוֹת שֶׁל הַבָּל, אֲזִי
 לְבִסוּף תַּעֲקֹר מִשְׁנֵי הָעוֹלָמוֹת, וְתִפֹּל בְּאֵין תְּקוּמָה,
 רַחֲמָנָא לְצִלָּן; וְדַבֵּר זֶה בְּרוּר לְמִי שֶׁבָקִי בְּהִנְהַגַּת
 הָעוֹלָם, אֲשֶׁר אֶפְלוּ אֲשֶׁתּוֹ, בָּנָיו וּבְנוֹתָיו שֶׁל אָדָם, אֵינָם
 מְעַנְיָנִים לַעְזוֹר לוֹ בְּשַׁעָה שְׁלֹא יוֹצֵא לָהֶם הַחֲשֻׁבוֹן כְּמוֹ
 שֶׁהֵם מְחַשְׁבִּים, אוֹ כְּשֶׁהוּא אֵינּוּ רוֹקֵד כְּפִי הַמִּנְגִּינָה
 שֶׁהֵם מְנַגְּנִים לְפָנָיו וְכוּ', שְׂאֵז בּוֹדָאֵי יַעֲזוּבוּהוּ, וַיִּרְגִּישׁ
 כָּל מִינֵי מְרִירוֹת בְּחַיָּיו, וַיִּקְלַל אֶת יוֹם לִידָתּוֹ, מְרַב
 מְרִירוֹת דְּמְרִירוֹת שֶׁרַק תַּעֲבֹר עָלָיו, מֵה שְׂאֵין כֵּן מִי
 שְׁמַרְגִּיל אֶת עֲצָמוֹ לְבָרַח רַק אֵלָיו יְתַבְּרֶךְ, וּמְדַבֵּר רַק
 עִמוֹ יְתַבְּרֶךְ, וַיִּודַע שְׂאֵין לוֹ אֵל מִי לְפָנוֹת בְּעֵת צָרָה רַק
 אֵל הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא בְּעֲצָמוֹ, דִּיקָא הוּא יִזְכֶּה לְהִיּוֹת
 הַכִּי מְאֹשֶׁר בְּחַיָּיו; אֲשֶׁרֵי מִי שֶׁמְכַנֵּס יְדִיעָה זוֹ הֵיטֵב
 בְּתוֹךְ לְכָבוֹ, וְאֲזִי טוֹב לוֹ בְּזֶה וּבְכָא.

ד.

צָרִיךְ שְׁתַּדַּע, אֶהוּבִי, אָחִי הַיָּקָר, כִּי הָאָדָם הֵכִי
מֵאֲשֶׁר בְּחַיּוֹ הוּא זֶה שְׂאִינוֹ צָרִיךְ טוֹבוֹת מֵאַחֲרִים כָּלֵל,
וְהוּא עֲצָמָאֵי לְגַמְרִי, כִּי תִכְףּ וּמִיד כְּשֶׁהָאָדָם עֲדִין נִצְרָךְ
לְבִרְיוֹת, אֲזִי חַיּוֹ אֵינָם חַיִּים כָּלֵל, וְהֵם מָרִים לוֹ מְאֹד,
כִּי מִי שֶׁתְּלוֹי בְיָדֵי אַחֲרִים עוֹלָם חָשׂוֹךְ וּמְרוֹר לוֹ, מֶה
שְׂאִין כֵּן, מִי שְׁזוֹכָה לְהִיּוֹת עֲצָמָאֵי לְגַמְרִי, וְאִינוֹ תְּלוֹי
בְיָד אַחֵר כָּלֵל, הוּא הֵכִי מֵאֲשֶׁר בְּחַיּוֹ; וְלִזְכוֹת לְהַגִּיעַ
אֶל זֶה הוּא רַק עַל-יָדֵי, שְׁמִרְגִיל עֲצָמוֹ לְדַבֵּר עִמוֹ
יִתְבָּרֵךְ, כְּאֲשֶׁר יְדַבֵּר אִישׁ עִם רֵעֵהוּ וְהֵבֵן אֶל אָבִיו, וְזֶה
נִקְרָא הַתְּבוּדוֹת, וּמַעֲלֵת עֲנִין זֶה אֵין לְתֹאֵר וּלְשַׁעַר
כָּלֵל, כִּי בְּזֶה שְׁמִרְגִיל עֲצָמוֹ לְדַבֵּר רַק עִמוֹ יִתְבָּרֵךְ,
וּלְבַקֵּשׁ רַק מִמֶּנּוּ יִתְבָּרֵךְ כָּל מֶה שְׁצָרִיךְ — בֵּין בְּרוּחָנִי
וּבֵין בְּגִשְׁמִי, עַל-יָדֵי-זֶה נַעֲשֶׂה בְּאַמַּת עֲצָמָאֵי, וְאִינוֹ
צָרִיךְ שׁוֹם טוֹבוֹת מִבְּשׂוֹר וָדָם, וְאִז הוּא הָאָדָם הֵכִי
מֵאֲשֶׁר בְּחַיִּים, וְזֶהוּ אֲשֶׁר הַחַיִּים — כְּשֶׁאִינוֹ נִצְרָךְ אֶל
הַבְּרִיּוֹת כָּלֵל.

ה.

צָרִיף שְׁתַּדַּע, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר, אֲשֶׁר אֵין לָךְ אָדָם
בְּזֶה הָעוֹלָם, שְׁלֹא יַעֲבֹר עָלָיו אֵיזָה מִשְׁבֵּר בְּחַיָּיו, יֵשׁ מִי
שְׁעוֹבְרִים עָלָיו מִשְׁבָּרִים וְגָלִים בְּכָל יוֹם, וְיֵשׁ מִי
שְׁעוֹבְרִים עָלָיו מִשְׁבָּרִים וְגָלִים פַּעַם בְּשָׁבוּעַ אוֹ פַּעַם
בְּחֹדֶשׁ וְכוּ', אֲבָל אֵין לָךְ אָדָם שְׁלֹא יַעֲבֹר עָלָיו אֵיזָה
מִשְׁבֵּר בְּחַיָּיו, וְזֶה מֵה שְׁמִכְנִים בּוֹ דְּכָאוּן וְעֶצְבוֹן פְּנִימִי,
וְהוֹרְסוֹ לְגַמְרִי, עַד שְׁנֹדְמָה לוֹ, כְּאֵלוֹ אֲבִד מְנוּס וְתִקְוָה
מִמֶּנּוּ לְגַמְרִי, וְחוֹשֵׁב, שֶׁהוּא הֵכִי אֲמַלֵּל בְּחַיָּיו, וְאֵין עוֹד
אֲמַלֵּל יוֹתֵר מִמֶּנּוּ, וּמְרִים לוֹ הַחַיִּים מְאֹד מְאֹד, וְעַל-כֵּן
מִי שְׁרוּצָה לְהֵיּוֹת מְאֹשֶׁר בְּחַיָּיו, עָלָיו לִידַע יְדִיעָה זֹו, כִּי
עַל כָּל בְּרִיָּה שְׁבַעֲוֹלָם עוֹבֵר מֵה שְׁעוֹבֵר, וְהוּא אֵינוֹ
הַיְחִיד, וְאֵף שֶׁזֹּו לֹא נִחְמָה, כִּי סוּף כָּל סוּף מָר וְרַע לוֹ
מֵהַמְשָׁבָרִים וְהַגָּלִים שְׁעוֹבְרִים עָלָיו, אֵף בְּזֶה שְׂיִדַּע,
שְׁעַל כָּלֵם עוֹבֵר מֵה שְׁעוֹבֵר, יִקַּל לוֹ לְקַבֵּל הַכֹּל,
כְּמֵאֵמֶר הַחֲכָם: צַרֵת רַבִּים חֲצִי נִחְמָה, כִּי בְּדַרְךְ כָּלֵל,
עָקֵר הַמְשָׁבָרִים וְהַגָּלִים שְׁעוֹבְרִים עַל כָּל אֶחָד וְאֶחָד
בְּזֶה הָעוֹלָם, עַד שְׁמַר לוֹ מְאֹד, וְנֹדְמָה לוֹ, שֶׁהוּא הֵכִי
אֲמַלֵּל בְּחַיָּיו, כָּל זֶה הוּא רַק מִפְּנֵי שְׁחוֹשֵׁב, שְׁרַק עָלָיו
עוֹבְרִים צָרוֹת וְיִסוּרִים כְּאֵלוֹ, וְרַק עָלָיו עוֹבְרוֹת מְרִירוֹת

וְהִרְפַּתְקָאוֹת כְּאֵלוֹ, וְזֶה הוֹרֵס לוֹ אֶת חַיָּיו, וּמְכַנִּים בּוֹ
 דְּכַאוֹנוֹת קָשִׁים, אֲבָל תִּכְף וּמִיד כְּשִׂיזְכָּה לְיִשׁוּב הַדַּעַת,
 וַיֵּדַע, אֲשֶׁר כָּל הָעוֹלָם הַזֶּה הוּא כְּמוֹ יָם סוּעֵר, וְכָלֵנוּ
 יוֹשְׁבִים בָּאוֹתָהּ סְפִינָה, אֲזִי יִחְשַׁב מִחֲשָׁבוֹת אֵיךְ לְהִקָּל
 אֶת חַיָּיו, וְלִקְחַת כָּל דְּבָר בְּנִקְלָה, וְלֹא יִתְפַּעַל כָּל-כָּף
 מִכָּל מֵה שְׁעוֹבֵר עָלָיו, כִּי יוֹדַע אֲשֶׁר כָּף מִתְנַהֵג וְעוֹבֵר
 עַל כָּל אֶחָד בְּזֶה הָעוֹלָם, וְעַל-יְדֵי-זֶה דִּיקָא יִזְכָּה לְהִיּוֹת
 הַכִּי מֵאֲשֶׁר בְּחַיָּיו, וְרַק בִּידִיעוֹת אֵלוֹ תְלוּי הָאֲשֶׁר
 בְּחַיִּים.

ו.

צָרִיךְ שְׁתַּדַּע, אֶהוּבִי, אָחִי הַיָּקָר, כִּי הֵמָּאֲשֶׁר
 בְּחַיִּים, זֶה הָאָדָם אֲשֶׁר אֵינוֹ בּוֹטָח בְּשׁוֹם בְּרִיָּה רַק בּוֹ
 יִתְבָּרֵךְ, וְהוּא עֲצָמָאֵי לְגַמְרִי, וְאֵינוֹ צָרִיךְ לְהַחְנִיף אֶת
 אֶף אֶחָד, וְחֵי חַיֵּי עֲצָמוֹ, וְאֵינוֹ צָרִיךְ לְתַן דִּין וְחֲשָׁבוֹן
 לְשׁוֹם בְּרִיָּה שְׁבָעוֹלָם, רַק לוֹ יִתְבָּרֵךְ, וְכֵן אֵינוֹ מִתְפַּחַד
 מְשׁוֹם בְּרִיָּה שְׁבָעוֹלָם, רַק דְּבוֹק בְּחֵי הַחַיִּים, וּמִמְשִׁיךְ
 עַל עֲצָמוֹ הָאֶרֶת הָאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, אֲשֶׁר אֵין לָךְ עוֹד
 נְעִימוֹת וְעִרְבוֹת יוֹתֵר מִזֶּה, כִּי לְהַפּוֹךְ — תִּכְף וּמִיד
 כְּשִׂאָדָם רַק מִתְפַּעַל מֵאַחֵר, וּמִסְתַּכֵּל עַל אַחֲרִים מֵהֶם

מגיבים עליו, וכן כשהוא צריך לחנף את משהו, אז חיו אינם חיים כלל, כי תמיד הוא צריך את אחרים, ואין לו שום אשר ושמחה, מה שאין כן, כשמדבק עצמו רק בו יתברך, ומרגיל את עצמו לדבר רק עמו יתברך, כאשר ידבר איש עם רעהו והבן אל אביו, הרי הוא הכי מאשר בחיים; אשרי לו!

ז.

ראה, אהובי, אחי היקר, מה שעבר עליך בימי חייך, כמה צרות ויסורים, מרירות והרפתקאות כבר עברו עליך? ! כמה מיני מריבות, מחלקות ובלבולים עברו עליך בימי חייך? ! ומה נשאר לך מכל זה? רק עגמת נפש, ואתה ממרמר, מהוץ לא תתחיל לחקר מהי כל התכלית של הסכל הגדול הזה, שאתה סובל? ! מה תפקידך בחייך? ! ואז אם תתחיל לחקר בזה, ולשאל תמיד את עצמך לאן אני הולך, אז דוקא תבוא אל ההפך האמתית, אשר אין שום מציאות בלעדי השם יתברך, והוא מנהיג את עולמו בחשבון צדק עד מאד, והכל נברא בכונה עמקה, ועקר התכלית בחיים הוא — רק לחזור ולדבק עצמו בחי החיים, ולהמשיך על

עֲצָמוּ עֲרֵבוּת, נְעִימוּת, זִיו רוּחַ הַחַיִּים, וְזֶה עֵקֶר אֲשֶׁר
 הַחַיִּים, שְׁצָרִיף הָאָדָם לְזָכוֹת לְזֶה, לְהִיּוֹת בֶּן חוֹרֵין
 אֲמָתִי, בְּלִי שׁוּם עַל שֶׁל בָּשָׂר וָדָם, רַק לְדַבֵּק עֲצָמוּ
 תָּמִיד בּוֹ יִתְבָּרֵךְ, שֶׁהוּא עֲצָם הַחַיִּים, אִם תִּלְךָ בְּדַרְךָ
 זו, תִּהְיֶה הֵכִי מֵאֲשֶׁר בְּחַיִּיךָ.

ח.

צָרִיף שֶׁתִּדַּע, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיָּקָר, אֲשֶׁר עֵקֶר אֲשֶׁר
 הַחַיִּים הוּא לְהִיּוֹת מִשְׁפִּיעַ לְזָלְתוֹ, כִּי רַב הַצָּרוֹת,
 הַיְסוּרִים וְהַהֲרַפְתָּקָאוֹת, שֶׁהָאָדָם סוֹבֵל, הוּא רַק
 כְּשֶׁנַּעֲשֶׂה מְקַבֵּל, שְׂאֵז הוּא בְּבַחֲיִנַת צְמֻצוּם הַדַּעַת
 וְהַשֶּׁכֶל, וְנוֹפֵל תָּמִיד בְּקִנְיָאָה, בְּשִׁנְיָאָה וּבַחֲלִישׁוֹת הַדַּעַת,
 עַד שְׂאוּכַל אֶת עֲצָמוּ מֵרַב צַעַר וְעִגְמַת נֶפֶשׁ, וְכֵן מִי
 שֶׁהוּא נִכְנָס תָּמִיד בְּתוֹךְ תּוֹכוֹ, עַל-יְדֵי-זֶה הוּא נַעֲשֶׂה
 עֲצָבָנִי וּמְדַכָּא, וְאֵין לוֹ שׁוּם טַעַם בְּחַיִּיו, וְהוֹלֵךְ תָּמִיד
 מְמַרְמֵר, מֵה שְׂאֵין כֵּן מִי שֶׁמְרַגֵּיל אֶת עֲצָמוּ לְהִיּוֹת עוֹזֵר
 לְזָלְתוֹ, וְהוּא תָּמִיד מְחַזֵּק אֶת אַחֲרִים, מְשַׂמַּח אוֹתָם,
 מְחַיֵּךְ אֵלֵיהֶם, וּמְקַבֵּל אוֹתָם בְּפָנִים שׁוֹחֲקוֹת וּשְׂמִחוֹת,
 הוּא שׁוֹכַח מֵעֲצָמוּ, וְיוֹצֵא מִשְׁטִיּוֹתָיו וּמִדְּמִיוֹנוֹתָיו,
 וְהוּא מֵאֲשֶׁר בְּחַיִּים, וְהַחַיִּים שֶׁלוֹ הֵם חַיִּים נְעִימִים;

וזכר כלל זה, אהובי, אחי, כי בזה תלוי עקר אשר החיים — כפי ששוכח מעצמו, ואינו נכנס בתוך תוכו, כן הוא יותר מאשר; אשרי מי שאינו מטעה את עצמו בזה העולם כלל, רק תמיד משתדל לעזור לזלתו, ואז טוב לו בזה ובבא תמיד.

ט.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, אשר עקר אשר החיים בזה העולם הוא דיקא לאדם, אשר בורח אליו יתברך, ואינו מבלבל עצמו משום ברירה שבעולם, ואינו מסתכל על שום דבר, רק תמיד מחשבתו, דבוריו ומעשיו הם משתוקקים אליו יתברך, ורוצה להמשיך על עצמו שפע מחי החיים, ולא אכפת לו שום דבר שבעולם, אדם שזוכה להגיע אל מדרגה כזו, דיקא הוא חי חיים טובים, ורק הוא הכי מאשר בחייו; אשרי מי שזוכה להגיע אל זה, ואז חי חיים אמתיים ונצחיים, ולהפוך מי שמתערב תמיד בעסקי אחרים, ומכניס את עצמו בענינים אשר אינם שיכים לו כלל, הוא הכי אמלל, כי תמיד מסתבך בסבוכים אחרים, ומרים ורעים לו החיים, ובפרטיות מי שמתערב בריב

לֹא לוֹ, וְתָמִיד הוּא בְּאֲמֻצֵּעַ, אֲזִי הוּא סוֹבֵל יוֹתֵר מִכָּל־מִן,
 וְכָל-כֶּף מְרִים לוֹ הַחַיִּים, עַד שֶׁנִּמְאָס לוֹ הַכֹּל; עַל-כֵּן
 רָאָה, אֶהוֹבִי, אָחִי הַיָּקָר, לְקַחַת אֶת עֲצֻמָּה בְּיָדָיָהּ,
 וּמַעֲכָשׁוּ תִקְבֵּל עַל עֲצֻמָּהּ, שֶׁלֹּא תִתְעַרֵּב בְּשׁוּם מְרִיבוֹת
 וְעִסְקִים שֶׁל אַחֲרִים, אִתָּהּ רָאָה לְחִיּוֹת אֶת הַחַיִּים שֶׁלָּךְ
 דִּיקָא, וְאִז תִּהְיֶה הֵכִי מְאֹשֶׁר בְּחַיִּיךָ, וְעוֹלָמְךָ תִּרְאֶה
 בְּחַיִּיךָ, הֵינּוּ שֶׁתִּרְגִּישׁ כָּל מִינֵי נְעִימוֹת בְּחַיִּיךָ.

י.

צְרִיךְ שֶׁתִּדַּע, אֶהוֹבִי, אָחִי הַיָּקָר, אֲשֶׁר עָקַר אֲשֶׁר
 הַחַיִּים הוּא דוֹקָא כְּשֶׁאָדָם מְסִיחַ דַּעְתּוֹ לְגַמְרֵי מְכַל מַה
 שֶׁקוֹרָה עִמוֹ, וּבּוֹרַח רַק אֵלָיו יִתְבַּרֵּךְ, כִּי בְזֵה הָעוֹלָם
 עוֹבֵר עַל כָּל אֶחָד מְרִירוֹת דְּמְרִירוֹת עַד אֵין סוּף,
 וְהָאָדָם נוֹפֵל מִדֵּי פַעַם בְּפַעַם אֶל צְרוֹת צְרוּרוֹת, וּמְרִים
 לוֹ הַחַיִּים עַד מְאֹד, עַד שֶׁיֵּשׁ בְּנֵי אָדָם, שְׂאוֹמְרִים
 לְעֲצָמָם — הַלּוֹאֵי שֶׁכָּבֵר יִגִּיעַ הַסּוּף שֶׁלָּהֶם, כִּי מַה
 שְׂוִים לָהֶם הַחַיִּים מְרִיב מְרִירוֹת וְהִרְפַּתְקָאוֹת, שֶׁעוֹבְרוֹת
 עֲלֵיהֶם מִבֵּית וּמִבְּחוּץ, וַיֵּשׁ בְּנֵי אָדָם, אֲשֶׁר מְרִיב
 מְרִירוֹת, צְרוֹת, חֲלִישׁוֹת הַדַּעַת וְעִגְמַת נַפֶּשׁ, שֶׁיֵּשׁ לָהֶם
 מִבְּנֵיהֶם, מִבְּנוֹתֵיהֶם וּמִמְשַׁפְּחָתָם, הֵם חוֹשְׁבִים

אשר החיים

מחשבות להתאבד, חס ושלום, או לברח למרחקים וכדומה, כל אחד כפי צרותיו ומרירותו, מה שסובל, ובאמת אם יהיה לה רק קצת שכל, תצטרך להודות על האמת, אשר אין שום מציאות בלעדיו יתברך כלל, ואנה מפניך אברח, ואנה מפניך אסתר, כי הקדוש ברוך הוא מלא כל הארץ כבודו, ואי אפשר להסתר ממנו יתברך כלל, ואדרבה אם רק תחשב שיש איזה מקום לברח ממנו או להתחבא ולהסתיר עצמך מפניו, אז דוקא יתחילו צרותיך יותר ויותר; על-כן העקר לברח רק אליו יתברך, ולהסיר מעיניו את כל הבלי העולם הזה, וירגיל את עצמו לא להסתכל על זלתו, ולא לשים לב אל כל משפחתו ואל כל יוצאי חלציו, רק ירגיל את עצמו לדבר עמו יתברך, כאשר ידבר איש אל רעהו והבן אל אביו, וירגיל עצמו לשכח את כל העבר שלו, ויבוא רק אליו יתברך, ואז דוקא ירגיש אשר החיים, ויהיה הכי מאשר בחייו, ויצחק מכל העולם כלו.

יא.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, אשר עקר אשר

אשר החיים

כא

החיים הוא רק לברוח אליו יתברך, ולא יהיה לו שום עסק עם אחרים כלל, כי דרך בני אדם, שהם דוקרים את זלזתם בחרב לשונם, ומכאיבים להם מאד מאד; ועל-כן אשרי מי שמרגיל עצמו לברוח רק אליו יתברך, ומפרש את כל שיחתו וכל מה שעובר עליו רק לפניו יתברך, אשר על-ידי כל זה נכלל בחי החיים, וממשיך על עצמו אור וזיו הארת חי החיים, שהוא הקדוש ברוך הוא בעצמו, אשר באמת אין לה עוד נעם וערבות, זיו וידידות אשר החיים כמו מי שיודע את האמת לאמתה — שאין לו אף אחד בחיים, שיבין אותו, רק הקדוש ברוך הוא בעצמו, ועל-כן אין לו ללכת אל אף אחד בעולם, רק אליו יתברך בעצמו, וכל מה שיחזק בדעתו את אמת ידיעה זו, כמו-כן יהיה הכי מאשר בחייו, כי בדרך כלל עקר כל האכזבות והכשלונות בחיים הוא רק, כשנדמה לו שיש אחד בעולם, שיכול להבין אותו, או יש אחד בעולם שיכול לעזר לו, ועל-כן כשאינו מוצא את האדם הזה, שהוא מחפש, או אפלו נדמה לו בקטנות דעתו, שכבר מצא את האדם הזה שחפש, אף הלה אינו רוצה לדבר עמו, אשר מכל זה הוא נעשה מאכזב ושבור כחרס הנשבר; צריך שתדע היטב, אהובי, אחי היקר, כי הכל הבל

ורעות רוח, וששום ברִיה לא תאכזב אותך, ושום ברִיה
 לא תבלבל לך את דעתך, ושאף אחד לא יאמר לך
 שהוא יכול לעזור לך, או שהוא אינו יכול לעזור לך, כי
 הכל הכל ורעות רוח, כי זה לא תלוי בו כלל; ועל-כן
 אל תהיה מאכזב משום ברִיה שבעולם, ואל תצפה אל
 שלחן חברך, אִתָּה ברח לך רק אליו יתברך, ותדבר רק
 עמו יתברך, ותספר רק לפניו את כל מה שכואב לך,
 כמו שמספרים ומדברים עם בשר ודם בלשון נוכח, כי
 הקדוש ברוך הוא מלא כל הארץ כבודו, ממלא כל
 עלמין, וסובב כל עלמין, ואין שום מציאות בלעדיו
 יתברך כלל, וככל מה שתכניס בדעתך ידיעה זו, כמו-
 כן תתגלה אליך הארה נוראה ונפלאה מעצם אלהותו
 יתברך, עד שתרגיש על פניך אורו האין סוף ברוך
 הוא, ויהיה הבורך אליו בלשון נוכח ממש, פנים אל
 פנים, ואז לא תצטרך את אף אחד בעולם, ותהיה הכי
 מאשר בחיים, כי רק זה נקרא אשר החיים — כשפא
 אל ההכרה הזו, אשר אין לו אף אחד בעולם זלתי
 יתברך, ואז כשתגיע אל הרגע הכי מאשר הזה, אז
 דוקא תרגיש את אשר החיים, וכבר לא יהיה בעולם
 אדם יותר מאשר ממך; וזכר כלל זה מאד מאד, כי
 תצטרך את זה בחיי היום יום, כי על-פי-רב אדם כל-

כך שבור, ונדמה לו כאלו הוא הכי אמלל בחיים, כי אין לו חבר, ואין לו לפני מי לספר את לבו, ואין מי שיבין אותו, ואפלו כשנדמה לו, שיש באיזה מקום חבר ואדם כזה, הוא צריך לטלטל עצמו שעות על גבי שעות, עד שיגיע אליו, ואפלו כשמגיע כבר אליו, הלה אינו מקבלו בסבר פנים יפות, או אין לו זמן בעבורו, אשר מכל זה הוא נשבר כחרס הנשבר, ונעשה מאכזב בחייו, ונדמה לו, אשר בודאי הוא מלא כשלונות, מה שאין כן, כשיכניס בדעתו ידיעה זו היטב, אז דוקא יהיה הכי מאשר, וירגיש טעם בחייו, כי כשמדבק עצמו רק בו יתברך, נעשה הכי מאשר בחיים, ורק זה נקרא אשר החיים האמתית; אשרי לו!

יב.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, כי חיי האדם בזה העולם הם קשים מאד מאד, וכל אחד יש לו הקטנות והירידות, הבלבולים וההשלכות שלו, שנופל ויורד ונשלק למקום שנופל ויורד ונשלק מדי פעם בפעם, עד שעל-פי-רב נדמה לו כאלו אבד מנוס ותקוה ממנו, ויש כאלו שנופלים בדעתם כל-כך, עד שהולכים

בַּמַּחְשָׁבוֹת שֶׁל הַתְּאֵבֵדוֹת, רַחֲמָנָא לְצַלָּן, מְרִירוֹת
 וְדַכְאוֹן שֶׁנִּכְנְסוּ בָהֶם, וַיֵּשׁ שְׁנוּפְלִים עוֹד יוֹתֵר, עַד
 שֶׁנִּדְמָה לָהֶם, שֶׁהֵם הֵכִי גְרוּעִים, וְהוֹלְכִים בַּמַּחְשָׁבוֹת
 שֶׁל אֲשָׁמָה, וְקָשָׁה וְכָבֵד לְהוֹצִיא אוֹתָם מַמַּחְשָׁבוֹת
 וְרַעֲיוֹנוֹת רָעִים כְּאֵלוֹ, וּבְאֵמֶת אַחַר קִצָּת יָשׁוּב הַדַּעַת,
 כְּשִׁזְזוּכִים לְהִתְיָשֵׁב בַּדַּעַתָּם, הֲלֹא יָמֵי שְׁנוּתֵינוּ הֶבֶל
 הֶבְלִים, הֵנָּה אֲנַחְנוּ כָּאֵן, וְהֵנָּה אֲנַחְנוּ שָׁם, וְהַחַיִּים
 פּוֹרְחִים מְאֹד, וְעַל-כֵּן עַל מַה וְלָמָּה לְהִתְבַּלְבֵּל מִכָּל
 דְּבַר קָטָן אוֹ גָּדוֹל, יוֹתֵר טוֹב לְחַזֵּר בְּתִשׁוּבָה אֵלָיו
 יִתְבַּרֵּךְ, וְהוּא יִתְבַּרֵּךְ אָב הַרְחֲמֵן, מִקְבֵּל אֶת כָּל הַשֵּׁב
 אֵלָיו, וְאֶפְלוֹ עוֹמֵד אָדָם וּמַחֲרֵף וּמַגִּדֵף כָּלפִּי מַעֲלָה,
 חֵס וְשְׁלוֹם, וְאֶפְלוֹ עֹבֵד עֲבוּדָה זָרָה, עֲדִין יֵשׁ לוֹ תִקְוָה
 לְתִקֵּן הַכֹּל, הָעֵקֶר שָׂרֵק יָשׁוּב בְּתִשׁוּבָה שְׁלֵמָה אֵלָיו
 יִתְבַּרֵּךְ; וְעֵקֶר הַתִּשׁוּבָה, שִׁירְגִיל אֶת עֲצָמוֹ לְדַבֵּר עִמוֹ
 יִתְבַּרֵּךְ בְּלִשׁוֹן שִׁירְגִיל בָּהּ, וַיִּסְפֹּר לְפָנָיו יִתְבַּרֵּךְ אֶת כָּל
 אֲשֶׁר עִם לְבָבוֹ, וְכָל מַה שֶׁעוֹבֵר עָלָיו בְּפָרְטֵי פָרְטִיּוֹת,
 וְעַל-יְדֵי-זֶה יוֹרִיד מֵעֲצָבָיו וּמִלְּבוֹ אֶת כָּל מַה שֶׁמַּעֲיֵק
 לוֹ, וַיִּזְכֶּה לְדַבֵּק עֲצָמוֹ בְּחַי הַחַיִּים בְּהַשֵּׁם יִתְבַּרֵּךְ
 בְּעֲצָמוֹ, וַיִּרְגִּישׁ כָּל מִינֵי עֲרֵבוֹת, נַעַם, זִיו וְחַיּוּת
 אֲמִתִּיּוּת, וַיִּהְיֶה הֵכִי מְאֹשֵׁר בְּחַיִּים, כִּי זֶה עֵקֶר אֲשֶׁר
 הַחַיִּים, כְּשֶׁאֵין עָלָיו שׁוֹם מִתַּחִים, וְאֵין לוֹ שׁוֹם קִשְׁיוֹת

וספקות ועקממיות בלבבו עליו יתברך, שאז דוקא
 משתנים לו כל החיים; על-כן ראה, אהובי, אחי היקר,
 לשפח את כל העבר שלך, והרגל עצמך לשמע קול
 כלי זמר, ותחזק את עצמך להיות בשמחה עצומה, ואל
 תמשיך עצמך כל-כך אל הצער, אפלו שכבר חטאת
 ועשית כל מיני עברות שבעולם, ואפלו עדין עובר
 עליך מה שעובר, אתה ראה רק לחזור בתשובה אמיתית
 אליו יתברך, ותשתוקק רק אחריו יתברך, ותהיה אף
 ורק בשמחה עצומה, כי מכל העצבות והדכאונות לא
 יבוא לך שום דבר, ולא תתקן שום דבר, כי זה רק
 יוריד וישליך אותך בנוקבא דתהומא רבא יותר ויותר,
 וימרר את חייך, מה שאין כן, כשתרגיל עצמך לשפח
 את העבר, ותשתדל להיות תמיד רק בשמחה עצומה,
 ותדבר עמו יתברך, וכן תדבר עם אחרים דבורי אמונה
 והשגחה פרטית, על-ידי-זה תהיה הכי מאשר בחייה,
 ותרגיש באמת מה נקרא אשר החיים; אשרי המציית
 את כל זה, ואז טוב לו תמיד.

יג.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר! אם אתה רוצה

להיות הכי מאשר בחייה, אז קבל על עצמך לשמר את פתחי פיה, ולבלי לדבר כל העולה על רוחך, ומפל שכן שלא תענה למבזי נפשך, ולמחרפיה, רק תדם ותשתק למצערי נפשך ולמבזיה, ולבל תגיב להם, כלל וכלל לא, ואז דוקא תהיה הכי מאשר בחייה, כי השומר את דבורי פיו, הרי הוא הכי מאשר בחייו, כי אשר החיים תלוי רק כפי שזוכה לשמר את דבורו, וכמאמר החכם: "עד שהדבור בפיה, אתה מושל עליו, וכשהוצאת את הדבור, הדבור מושל עליך", כי תכף ומיד כשאדם כבר הוציא מפיו איזה דבור שלא היה צריך, הרי זה עוקר את עצמו מהחיים, והוא הכי אמלל בחייו, כי צריך לבקש ולהתחנן שימחלו לו, ואם הדבור הוא בביתו עם אשתו, אזי גורם לעצמו מריבות קשות ומרות, וחייו ממרמרים עד מאד; ועל-כן ראה, אהובי, אחי, לשמר את דבורך, ולא כל מה שאתה חושב, אתה צריך להוציא מפיה, ואז דוקא על-ידי שתיקתך תהיה הכי מאשר בחייה, ותזכה לראות, להבין ולהרגיש את אשר החיים; אשרי מי שאינו מטעה את עצמו בזה; ואשרי המודה לדברי אלה.

יד.

ראה, אהובי, אחי היקר, כמה בקשתיך והזהרתיך, שתשמר מאד את פתחי פיך, ואל תדבר כל העולה על רוחך, כי דוקא על ידי זה תסבל אחר-כך מה שתסבל יסורים קשים ומרים, כי כשתפקיר את הדבור לדבר כל מה שאתה רוצה, זה מביא אותך למחלקת ולמריבות, לוכוחים ולסכסוכים, וזה רק ימרר את חייך, מדוע לא תרגיל עצמך לא לדבר כל העולה על רוחך, ותדם ותשתק, ואל תכנס בשום מחלקת ומריבות, ואז דוקא תצליח בחייך, ותהיה הכי מאשר בחייך, כי עקר אשר החיים תלוי דוקא בשמירת הדבור, אשר זה כבר מביא את האדם לסבלנות ולאריכת אפים, וכבר אינו כועס, ואינו מקפיד על שום דבר שבעולם, כי מי שמרגיל עצמו לדם ולשתק על כל מה שעובר עליו, ואינו מגיב כלל, רק סותם פיו וסובל, אז דוקא יתגלה לפני עיניו אור נורא ונפלא עד מאד, שירגיש איך שהכל לכל אלקות גמור הוא, ואין בלעדיו יתברך כלל, ודבר גדול ודבר קטן הכל מתנהג רק בהשגחתו יתברך הפרטי פרטית, ויטה את אזניו וישמע רמזים נוראים ממנו יתברך, כי הוא יתברך מצמצם עצמו כביכול מאין סוף

ועד אין תכלית בכל יום, בכל שעה ובכל רגע אל כל
 בר ישראל, ומגלה לו גלויים נוראים ורמזים נפלאים,
 אשר זהו עקר אשר החיים, מי שזוכה להטות לבו
 ודעתו, אזניו ועיניו אל כל זה, אף מחמת רב עוונותיו
 וחסריו של האדם, נטמטם שכלו ודעתו, ונסתרים
 מעיניו ומאזניו כל הפרוץ והרמזים העליונים, ועל-כן
 סובל כל-כף בחייו, והכל מפני שאינו שומר את דבורו
 כלל; ועל-כן עשה זאת, איפא, ידידי היקר, והרגל
 עצמך על כל פנים מהיום הזה לשמר את דבורי פיה,
 ואל תדבר כל העולה על רוחך, ומכל שכן שלא תכנס
 בשום וכוחים וסכסוכים עם שום ברך, רק תשתדל
 לדבר תמיד בנעימות ובכישוב הדעת דבורי אמונה
 והשגחה פרטית ודבורי התחזקות, ותדבר על לב כל
 בר ישראל דבורי נחומים, ואז דוקא תהיה הכי מאשר
 בחייה, כי עקר אשר החיים תלוי אף ורק בשמירת
 הדבור — לשמר על דבורו, ולא להפקירו כלל; וזכור
 כלל זה, כי תצטרך את זה תמיד!

טו.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, כי דיקא מי

שֶׁמִשְׁתַּדֵּל לְעֶזֶר תָּמִיד לְזַלְתּוֹ, הוּא הֵכִי מְאֹד אֲשֶׁר בְּחַיּוֹ,
 כִּי לְהַפּוֹד, מִי שֶׁתָּמִיד מְמַרְמֵר, וְשׁוֹנֵא אֶת הַבְּרִיּוֹת, הוּא
 הֵכִי אֲמֵל לְבְחַיּוֹ, וּמְרִים לוֹ מְאֹד כָּל הַחַיִּים, כִּי הוּא
 תָּמִיד רַב עִם זַלְתּוֹ; וְעַל-כֵּן רְאֵה, אֶהוּבִי, אָחִי הַיָּקָר,
 לְקַחַת אֶת עֲצָמְךָ בְּיָדֶיךָ, וְתִרְגֵּיל עֲצָמְךָ לְקַבֵּל אֶת כָּל בַּר
 יִשְׂרָאֵל בְּסִבָּר פָּנִים יְפוֹת, וּתְדַבֵּר אֵלָיו דְּבוּרֵי נְחוּמִים
 וְהַתְחַזְּקוֹת, וְאַמוּנָה בְּהַשְׁגָּחָתוֹ יִתְבָּרַךְ הַפְּרָטִי פְּרָטִית,
 וּבְזֶה תְּחַיֶּה אוֹתוֹ מִמָּוֶה, וְאַתָּה תִּהְיֶה מְאֹד אֲשֶׁר בְּחַיֶּיךָ, וְכֵן
 הוּא יִהְיֶה מְאֹד אֲשֶׁר בְּחַיּוֹ, כִּי בְּפִרוּשׁ גְּלָה לָנוּ רַבְּנוֹ
 הַקָּדוֹשׁ, אֲשֶׁר טוֹב, הַכֹּל חֲפָצִים לְשִׁמְעַ (עֵין לְקוּטִי-
 מוֹהַר"ן, חֵלֶק א', סִימָן כ"ט), וְכֹל אֶחָד סוֹבֵל בְּחַיּוֹ מֵהַ
 שְׁסוּבֵל, וּבְזֶה שֶׁתְּחַזֵּק אוֹתוֹ, וּתְאַמֵּץ אוֹתוֹ, בְּזֶה שְׁנֵיכֶם
 תִּהְיוּ מְאֹשְׁרִים בְּחַיֶּיכֶם, כִּי אֵין לָךְ עוֹד מְאֹד אֲשֶׁר בְּחַיֶּיךָ
 יוֹתֵר מִזֶּה, שְׁזוֹכָה לְעֶזֶר לְזַלְתּוֹ תָּמִיד; אֲשֶׁרִי לוֹ בְּזֶה,
 וְאֲשֶׁרִי לוֹ בְּכֹא!

תָּם וְנִשְׁלָם, שְׂבַח לְאֵל בּוֹרֵא עוֹלָם!



עַקֵּר יֵשׁוּב הַדַּעַת הוּא עַל-יְדֵי
שְׂמֻחָה, פִּי עַל-יְדֵי הַשְּׂמֻחָה הַמַּחֲ
מִיֵּשֶׁב, וְיָכוֹל לְהַנְהִיג הַמַּחֲ פְרָצוֹנוֹ,
לְחַשֵּׁב עַל תְּכֵלִיתוֹ הַנִּצְחִי. אֲבָל
עַל-יְדֵי מָרָה שְׂחֹרָה וְעֲצָבוֹת הַמַּחֲ
וְהַדַּעַת בַּגְּלוּת, וְקִנְיָה לוֹ לֵישֵׁב
דַּעְתּוֹ. נִמְצָא, שְׂעֲצָבוֹת הֵיא מְנִיעָה
גְּדוּלָה מְאֹד לְעֲבוֹדַת הַנֶּשֶׁם יִתְבָּרֵךְ.
(לקוטי-מוֹהַר"ן, חֵלֶק ב', סִימָן י')