

קונטֿרָס

## רְבָחַרְתָ בְּחִים

ימזֵק וַיַּאֲמַץ וַיְדַבֵּר עַל לֵב בְּנֵי-אָדָם הַשְׁבוּרִים,  
אֲשֶׁר כֹּבֶר גַּמְאָסָה לָהֶם חַיֵּהֶם מְרַב צָעַרְם, וְרוֹצָים,  
חַס וְשַׁלּוּם, לְאֶבֶד עָצָם לְדֹעַת, רְחַמְנָא לְאַלְזָן,  
וַיַּגְלִילָה לָהֶם נְפָלָות הַחִים.

\*

בְּנוּי וּמִיסְדָ עַל-פִי דְבָרִי

רְבָנוּ הַקָּדוֹשׁ וְהַנּוֹרָא, אֹור הַגָּנוּז וְהַצְפִּין  
בְּוֹצִינָא קָדִישָׁא עַלְאָה, אַדְוִינָנוּ, מַוְרָנוּ וְרְבָנוּ  
**רַבִּי נְחַמָּן מִבְּרַסְלָב, זָכְרוֹתָו יָגֵן עַלְינוּ.**

וּעַל-פִי דְבָרִי תַּלְמִידָו, מַוְרָנוּ

הַקָּדוֹשׁ, אֹור נְפָלָא, אֲשֶׁר כָּל רַזְ לֹא אֲגִיט לֵיה  
**רַבִּי נְתָן מִבְּרַסְלָב, זָכְרוֹתָו יָגֵן עַלְינוּ,**

וּמְשַׁלֵּב בְּפִסְזָקִי תּוֹרָה, נְבִיאִים, כְּתוּבִים וּמְאֻמָּרִי  
חַכְמִינָא הַקָּדוֹשִׁים מִגְמָרָא וּמִדְרָשִׁים וּזְהָר הַקָּדוֹשׁ.

\*

הוֹכָא לְדִפּוֹס עַל-יְדִי

חַסִידִי בְּרַסְלָב  
**עוֹיה"ק יְרוֹשָׁלַיִם תּוֹבֵב"א**

**מוֹהָרָא"ש** ג"י אמר, אשר עקר הכְּשַׁלּוֹן של הָאָדָם הוּא, שמִתְיאָש מחַיִּים, כי הַיְאֹוֹש הזֵרֶס את הָאָדָם לגָמְרִי, ועַל-כֵּן צרִיךְ למִסְרָד את נְפָשָׁו לבְּרִיחָה מיְאֹוֹש, ולְבָחָר רק בְּחִיִּים, ואֲז דיְקָא יצְלִיחָה בחַיִּים.

(אמרי מוחרא"ש, חלק ב', סימן תקפט).

קונטֿרָס

# רְבַחַת בְּחִילִים

.א.

צָרִיךְ שְׁתַדֵּעַ, אֲהוֹבֵי, אֶחָד הַיָּקָרָ, כִּי לְכָל אָדָם יִשְׁלֹׂו הַזְּמִנִּים שֶׁלֽוּ, שְׁנוֹפֵל וּבָא לִידֵי עַצְבּוֹן וּדְכָאוֹן פְּנִימִי, וּמַרְגִּישׁ עָצָמוֹ רַיִק לְגַמְרִי, וּכְאַלוֹ שֶׁאַינְנוּ שְׂחוֹה כָּלּוּם, וְאַינְנוּ שְׂחוֹה לְחַיּוֹת, כִּי אַינְנוּ תּוֹרָם שָׁוָם תְּרוּמָה לְהַחְיִים, וּמִזָּה נְכֻנָּסֹת וּבָאות אֲצָלוֹ מִחְשָׁבּוֹת שֶׁל הַתְּאָבּוֹת — לְאַבְדֵּד אֶת עָצָמוֹ לְדַעַת לְגַמְרִי, וּמְרַבּ מְרִירֹות לְבוֹ וּנְפַשּׁוֹ הַוָּא מְבַקֵּשׁ אֶת נְפַשּׁוֹ לְמוֹת, וּכְלַיְלָה מִרְאִים וּמְרִורִים לְזַהֲרִים, שְׁמַקְלֵל אֶת יוֹמָו וּמְזָלוֹ, וְחוֹשֵׁב מָה וְלֹפֶה לִי הַחְיִים הַמְּרִים הָאַלוֹ, הַלּוֹא הַיִּתְיִהְיֶה כָּבֵר מַתָּ. עַלְיכָה לְדַעַת, כִּי דָבָר זֶה עֹבֵר עַל כָּל

בריה בבָּחִיוֹ, לאחד קורה דבר זה פעם בָּחִיוֹ, ולאחד פעם בְּכֶמֶה שנים, ולאחד פעם בְּשָׁנָה, ולאחד פעם בְּחֶדֶשׁ, ולאחד פעם בְּשָׁבוּעַ, ולאחד פעם בַּיּוֹם, ולאחד בְּכָל שָׁעה, ולאחד בְּכָל רֵגֶע, כל אחד ואחד כִּפְיִה הפְּתֻעָותיו בָּחִיוֹ, כי לכל אחד ההַכְּרִיח שִׁיעַר אֵיזָה מֵין הַפְּתֻעָה בָּחִיוֹ, אשר דבר זה שוחרר אותו לְגָמָרִי, עד שְׂגָסֶקֶם אֲצָלוֹ, שהוא כבר אינו שׁוֹהָה לשום דבר, ואין לו תַּקְנָה, חס ושלום, כי הוא אבוד לְגָמָרִי, מרבית מיריות לבָּבּוֹ. ובאמת עליך לדעת, כי לא כן הוא, רק עכשו שְׁגַפְלָת בְּדָקָאוֹן פָּנִים, ובאת לידי כשלון, נדמה לך, כי לך יהיה לך לעולם, ואתה כבר איןך שׁוֹהָה כלום, ולא תוכל לצאת מזה, תדע כי זה רק עניין זמני, ותווכל לצאת מזה, אם תשמע אל עצמי.

אשר עצה.

## ב.

עליך לדעת, אחיבי, אחוי, כי עקר מעלה האדם – שִׁיכּוֹל לְצִאת מִמְּצָב כֵּזה שֶׁל יָאוֹשׁ וְדָקָאוֹן, בקוֹשׁ אַחֲרַ הַמְּנוֹת – הלוֹא י שִׁימּוֹת כָּבָר, ולהַפְּנֵז הַכָּל אֶל תְּכִלִית הַשְּׁמִיחָה, ולבָּחר בָּחִיוֹ, וזה עקר גדרת האדם

כלא

## ובחרת בחיים

— שיכול להפוך ירידה וקטנות ויאוש כזה של מות, אל עליה וגדלות ותקוה כזו של חיים, ובזה נמדחת גדלה ומעלת האדם, כי מי שיכול להפוך מצבו, ולקאת מהדבאוֹן הפנימי שלו, ולחפש בחיים, ועוד להחיות אחרים, זה עקר מעלה האדם, וכי שיכול להראות דבר כזה הוא הגיבור הכי גדול, וכי מקדם היה שroi בעצבון ודבאוֹן ויאוש, ומקש מותו, ועכשו היה שמח ועליז, מלא תקוה, ורוצה רק את החיים, אדם כזה הוא הכי גדול, והכי מעלה, והכי גבור והוא סמל של צדיק, איש קדוש ונורא: אשר לו!

.ג.

אחי היקר! עלייך לידע בידיעה ברורה ומחלה, כי אין לך שם בראשה שבעולם, שיכולה להבין אותך, כי אם השם יתברך בעצמו, ועל-כן מה לך לפל בדעתך ולהכנס ביאוש וקטנות המהין וחלישות הדעת מבני אדם, העקר שהוא יתברך מבין אותך, והוא יתברך רוצה בה, והוא יתברך אוהב אותך, ועל-כן הרגל עצמןليلך במקום פניו, שאין שם בני

אדם, ותְּרַגֵּל עָצֶם לִדְבֵּר עַמּוֹ יִתְּבָרֵךְ בְּלָשׁוֹן עָצֶם, (הַיּוֹנָה בְּשֶׁפֶת הָאָמֵן שֶׁלְךָ) וַתִּסְפֵּר לִפְנֵיו יִתְּבָרֵךְ אֶת כָּל לְבָךְ, וְכָל מַה שָׁעֲוֵבָר עַלְיךָ בְּפָרְטִי פָּרְטִיות מִיּוֹם שָׁאַתָּה עוֹד זָכֵר אֶת עָצֶם, הַיּוֹנָה מִימֵי קָטָנוֹתָךְ, הַכָּל לְכָל תִּסְפֵּר לִפְנֵיו יִתְּבָרֵךְ, כְּאָשֶׁר יִסְפֵּר אִישׁ עַמּוֹ רַעַשוֹ, מַה אָמַר לְךָ, אֲהֻבֵּי, אָחִי, בָּאָמֵן תְּרַגֵּל עָצֶם בְּעֵצֶה הַגּוֹרָא הַזֶּה, אָזִי יִתְגַּלֵּה לְךָ עַוְלָם חָדֶשׁ, וַתַּרְגִּישׁ חִיּוֹת חֲדָשָׁה לְגַמָּרִי, שְׁעַדְיוֹן לְאַהֲרֹן הַרְגִּשָּׁת כָּלָל. מַה וְלֹמַה לְךָ לְהִיּוֹת כָּל-כֵּה עָצֹוב וּמְדֻכָּא בְּדַקָּאוֹן עַמְקָה וּעֲצָבוֹן פִּנְיָמִי, וַלְחַפּוֹת שְׁאֵיזָה אָדָם יִתְּנוּ לְךָ תִּשׁוּמָת לִבְךָ, וַיַּרְצֵחַ לִדְבֵּר עַמְקָה, הַלָּא הוּא מִמְּלָא אֵינוֹ מִבֵּין אַתָּה, וְלֹא יִכְלֶל לִהְבִּין אַתָּה, כִּי כָל אָחָד בְּזָה הַעֲוָלָם הַוָּא עֲגַנֵּין אָחָר לְגַמָּרִי, וְאֵין אָדָם דָוָמָה לְחַבְרוֹ כָּלָל, וְעַל כָּל אָחָד עֲוָבָרִים הַצְּרוֹת וְהַיּוֹתִים וְהַבְּعִוּת שֶׁלּוּ, וְאֵם כֵּן אֵיךְ יִכְׁלֶל לִהְבִּין אַתָּה וְלֹתַת לְךָ תִּשׁוּמָת לִבְךָ, יוֹתֵר טֹוב לְךָ לְבָרֵךְ רַק אֶלְיוֹ יִתְּבָרֵךְ, שַׁהוּא מִלָּא כָל הָאָרֶץ כְּבָודָוּ, מִמְּלָא כָּל עַלְמָיִן, וּסְבִּבָּבָ כָּל עַלְמָיִן, וּבְתוֹךְ כָּל עַלְמָיִן, וְהַוָּא מְחֵיה וּמְהֹוה אֶת הַכָּל, וְעַל-כֵּן רָאָה לְהִיּוֹת רְגִיל רַק לִדְבֵּר עַמּוֹ יִתְּבָרֵךְ בְּתִמְמוֹת וּבְפִשְׁיטֹות גָּמָור, וְאֶنְפָּשְׁתָחַלָּה יִדְמָה לְךָ שְׁאֵין שָׂוִים בְּרִיחָה שׁוֹמְעָת אַתָּה, וּכְאָלוֹ לֹא שָׁמִים לִבְךָ אֶלְיךָ. אָחִי!

## קלג במחricht בחיים

אָחִי! בְּאֵם תְּהִיא מַזֵּק בְּדָבָר זוֹ — לְדָבָר רַק עַמּוֹ יִתְּבָרֶךְ, וְלֹסֶפֶר לְפָנָיו אֶת כָּל נְגֻעִי וּמְכֹאָובִי נְפָשָׁה, אֲזִי סּוֹף כָּל סּוֹף יֵצָאוּ כָּל הַמְּרִירוֹת וְהַעֲצָבוֹן שְׁגָנָנוּ בָּה, וַתְּתַחַתְּחִיל לְהַרְגִּישׁ הָאָרֶה עַצְוָמָה מְשָׁרֵשׁ נְשָׁמָתָה, כִּי כָּל אֶחָד יִשְׂרָאֵל שָׁרֵשׁ לְמַעַלָּה, וּמְרֹב עֲוֹנוֹתָיו נְפָרֵד וּנְעַטָּק מְשָׁרְשׁוֹ, אֲבָל עַל-יָדֵי עַצָּה זוֹ — לְהִיּוֹת רַגִּיל לְדָבָר עַמּוֹ יִתְּבָרֶךְ, חֹזֵר וּמְדַבֵּק עַצְמוֹ אֶל שָׁרְשׁוֹ, וּנְכָלֵל בְּחֵי הַחַיִּים, וְחַיָּיו מְשֻׁתְּגִים לְגַמְּרִי, וּבּוֹחר בַּחַיִּים, וְאוֹהֵב את הַחַיִּים, וּמְתַעַג בַּחַיִּים, אֲשֶׁרִי לוֹ!

. ד.

אָחִי הַיָּקָר! רִאֵה לְהַחִיּוֹת עַצְמָה בְּכָל מָה שְׁתוּכָל, וְאֶל תְּתִיאֵשׁ עַצְמָה מִשּׁוּם דָבָר שְׁבָעוֹלָם, וְאֶפְנַדְמָה לְךָ שְׁנִיפְלָתָ בְּמִצְבָּה הַכִּי קָשָׁה, עַד שְׁאֵין לְהַתְּקוֹהָ, אֶל תֹאמֶר זוֹאת, כִּי חַכְמָינוּ הַקָּדוֹשִׁים אָמְרוּ בְּפִרְוּשׁ: כָּל זָמֵן שָׁאָדָם חַי יִשְׂרָאֵל תְּקוֹהָ (שְׁבַת קְכַ"ט). וּעַל-כֵּן אֶל תֹאמֶר זוֹאת: "מַי יִתְן מוֹתֵי מַחְיִי", כִּי מָה יְהִיא כִּבְרֵר כְּשֻׁתְּמוֹת, הָאֵם בָּזָה אֲתָה חֹשֵׁב שְׁתִּפְטֵר מְאַרְוֹתֶיךָ וּבְעִוּתֶיךָ? ! הַלֹּא הַמִּנְאָה הַקָּדוֹשׁ כִּבְרֵר הַקָּדִים וְאָמֶר (אֶבֶות פָּרָק. ד'): וְאֶל תֹאמֶר שְׁהָשָׁאָול וְהַקָּבָר בֵּית מְנוּס לְךָ כִּי בָּעוֹלָם הַזֶּה שִׁישׁ לְהָאָדָם טְרִדּוֹת וּעַל

קלד

## ובחרת בחיים

הפרנסה, יכול להיות שיעקב וינשך אותו פרעוש, והוא לא ירגע, מחתמת שמחשתבו טרודה באיזו מתחשה של פרנסה וכיוצא בזה, אבל שם בקר, שאז אין להאדם שום טרדה ושום מתחשה אחרת, אז הוא שומע אפלוי את הרחישה ומהלוּך של התולעים, איך הם רוחשים ובאים אליו, ומרגיש העדר של כל נשיכה ונשיכה, ואין שום דבר שיטרידתו ويمנעו מגדל צערו הקשה, רחמנא לצלון (עיין שיחות-הר"ן, סימן פ"ד). ועל-כן מה אתה משtopic קל-כך כבר למות, האם אתה חושב שכזה תפטר מארותיך? הלא שם מתחילות הצרות, כי אתה שומע ומרגיש רחישת השרצים ועכברי השדה, איך שבאים ורוחשים אליו, ואותה חפץ לצעך או לברכך, ואינך יכול, והכרת לך לסל את הקאב והשקיין והתעوب זהה. על-כן ראה, אהובי, אחיך, לשוב אליו יתברך, עוד בזמנים חייתך, ועל-ידי-זה תתעטף עם אורו יתברך ושום עכבר או שרצ או תולעת לא יוכל לגע בך, מרוב אור וחיות ויזו האלקות שיסבב אותך, כי מי שזוכה לחזר אליו יתברך, מתעטף בלבוש רוחני, עד שמתפקידים לגשת אליו, והמקום שבו שם נעשה אדמה חדשה.

ה.

אחי הֵיקָר! ראה לךחת עצמך בידים, ולא תפל מכל דבר בדעתך, ולא תשבר מכל משבך במחיך, שעובר עליו, כי אין זה עצה כלל, ועקר גבורהת האדם וגבורתו כשזוכה להפה כל ירידותיו ובשלונותיו, לעליות גדולות, ואינו מאבד עצמו משום דבר שבעולם, יהיה איך שיהיה, ואפלו בהמצאים הבי קשים מחזיק מעמד, ואינו נשבר כלל, ולא די שאינו נשבר ונופל בדעתו, אלא עוד זוכה להרים ולהגבהה, ולהזק ולאםץ, את כל הירודים והנפולים, והנסלבים, ומשמה את כל העציבים והנדקים, ומעלה אותם, ומAIR בהם, אור וחיות חדשים — להסתכל על החיים באפן ובצורה יפה עד מאד, זה עקר גבורתו ומעלה העולה על הכל; אשרי הזוכה לךחת את עצמו בידים, ועזר לאחרים, שלא יתיאשו מחייהם.

ו.

אחי הֵיקָר! ראה להוציא מלך כל מני מחותבות של הבעל, דמיונות ופתויים, כאלו אין שווה

כלו

## ובחרת בחיים

לכלום, ואיך ששותם בראיה אינה מתייחסת אליו, וכאלו אתה לא יכול לשוב דבר. ראה להוציא ממה דמיונות אלו, כי זה לא נכון כלל, عليك לדעת כי אין שניי בני אדם שווין, וכל אחד יש שליחות אחראית להוציא מהכח אל הפעול בה העולם, וכל בריה שבעולם יש לה נקודה מה שאין בחברתך (עין לקוטידן מוהרין, חלק א', סימן ל"ד), וכל אחד הוא שליח ממנה יתרברך, שנשלח אל זה העולם להוציא מהכח אל הפעול עגנון מסים, אשר שיק רק לו, ועל כן מה ולמה לך להיות כל-כך שבור ומאוס מכל דבר, ולהכנס בך מחשבות — כאלו שאינך שווה לכלום, חס ושלום, מי אומר לך זאת?! אם תזקה להתבונן באמת, תבין ותשכיל שיש לך כחות עצומים להוציא מהכח אל הפעול עגננים ודברים נפלאים, מה שאין שום בריה יכולה להוציא, כי אם לא כן, לא הייתה נברא כלל, כי לכל אחד יש תפקיד אחר בחיים להשלים ולגלות איזה דבר חדש ועל כן אל תהיה בטון, ותוציא ממה את כל אלו הדמיונות והפתרונות, וראה לבחור בחיים שנתנו לך, ותשפכל על חייך. **בצורה בהירה יותר.**

כלז

## וּבְחַרְתָּ בְּחִיִּם

. ז.

ראה, אהובי, אחוי, ששולם דבר שבעולם לא יוכל לשבר אותך, ולא יפיל את רוחך, ולא יחליש דעתך, כי ההכרח שייעבר על כל אחד ואחד בכל יום ויום משברים וגליים, ואי אפשר להנצל מזה כלל, כי הקדוש ברוך הוא מסבב עם כל אחד סבות וענינים אחרים מטעמים הטעמים עמו יתברך, ועל כן אסור לפל בדעותיו כלל משולם דבר, רק להיות חזק ותקיף בrho; ולא יירא ולא יפחד משולם בריה שבעולם, ויהיה חזק עם נקודות, וידע שייש בכחו ויכלתו לעמוד נגד כל הרוחות הסוערות הרצות לשברו. ואל כל זה תזכה על ידי תקף האמונה בו יתברך, לידע כי אין שום מציאות בלאדיו יתברך, והכל לכל אלקיות גמור הוא, והוא יתברך מנהיג את עולם בחסד וברחמים רבים, ובידיעות אלו תרצה ותחפש בחמייך, לאחר שאתך יודע שהכל ממנה יתברך, ואיך שייש בה, נקודה מה שאין בחרך כלל, ויש לך כחות עצומים מה שאין באחרים.

. ח.

אהובי, אחוי, אל תמאס כל-כך בחיים, אף שאין

קלח

## ובחרת בזמנים

יודע שעובר עלייך עכשו מיריות דמיריות, וחייב  
MRIIM להן מאד, מרבית הארות וההפרתקאות הועברות  
עלייך מבית ומבחן, אף-על-פי-כן עלייך לידע, כי  
ר חמיו יתברך על כל מעשיו, והוא בונדי לא יעוז  
אותך, העיקר ראה להשלים עמו יתברך, שלא היה  
לה קשיות וספקות עליו יתברך, כי בדרכך כלל  
כשעוברות על האדם צרות וMRIות מבית ומבחן  
הוא נופל תכף ומיד בקשיות וספקות ועקבומיות  
עליו יתברך, והארה הזו יותר ארה ומלה מהפל, כי  
בשאדם יש לו אצל מי לברכו ולהתנחים, אין לך  
מאשר ממנו, ובאמת צרייך שתדע, אהובי, אחינו הזכיר,  
בצורתיך המרות שנפלת בהן, אין מי שיגרם אותן,  
ואין מי שייעזר לך, רק השם יתברך, על-כן עשה מה  
שטעשה, וראה לברכו אליו יתברך, אשר הוא אוהב  
אותך מאד, ואל תניח לפתח עצמן, כלו שהו  
יתברך אין צרייך אותך, או, חס ושלום, שונא אותך,  
אל תעלה מחשבה כזו בדעתך כלל, כי הוא יתברך  
אב הרחמן. ראה לדבר עמו יתברך עכשו בלשון  
שאתה רגיל בה, ותשיח ותספר לפניו יתברך את כל  
לבך, וכל מה שעובר עלייך בפרט פרטיות, פאשר  
ידבר איש עם רעהו, ותתישב בדעתך בין לבין

קלט

## וּבְחִרְתָּ בְּחִיִּים

קונֶה, וזה יזכיר את עצַבֵּיךְ, ויפשיט את העקומותיות והסְפֻקוֹת שׁעוֹלִים לך בדעתך, ותזכה לישוב הדעת אמתי, ועל-ידי-זה פָבוֹא ישועתך.

. ט.

אחֵי הַיקָר! לִמְה תִתְיאַשׁ עַצְמָךְ כָל-כֵךְ בְּכָל פָעָם מַחֲיֵךְ עַד שְׁתָאמֵר — מַתְיַ אַמוֹת וְאָשִׁים כִּכְרֵךְ קָז לְצָרוֹתֵךְ הַמְרֻבּוֹת שׁעוֹבְרוֹת עַלְךְ, מַדוּעַ לֹא תָזַכֵּר, שֶׁבָּזָה שְׁתָמוֹת לֹא תִפְטֵר מַצְרוֹתֵךְ, אַדְרָבָה עוֹד יַגְדִּלוּ צָרוֹתֵךְ, כִּי מָה אַתָּה יֹדֵעַ, מָה מַחְכָּה לך בְּקָרְבֵר מַהְתוֹלְעִים וְהַעֲכָבָרִים, הַגְּחִשִּׁים וְהַעֲקָרְבִּים, הַשְּׁקָצִים וְהַרְמָשִׁים הַרוֹחָשִׁים וְרָצִים תְחַת הָאָדָמָה, וְאֵי אִפְשָׁר לְהִפְטֵר מֵהֶם בְּשָׁוָם אַפְןָן שְׁבָעוֹלָם, אֵם לֹא שְׁהָאָדָם מִדְבָּק עַצְמָוּ בּוּ יַתְבְּרָךְ, וּמִמְשִׁיךְ עַל עַצְמָוּ אָור זַיו שְׁכִינַת עַזּוֹ יַתְבְּרָךְ, שֶׁאָז הֵם בּוֹרָחִים מִמְנוּ, וּמַתִּירָאִים וּמַתְפַחְדִים מִמְנוּ, וְאֵינָם נוֹגָעים בּוּ כָלָל, עַל-כֵן אֵל תְהִיה בְּטַלֵן, אֲהֹובי, אָחֵי, וַרְאָה לְהַתְעוּרָר מִשְׁנְתָךְ הַעֲמָקָה שֶׁאַתָּה יִשְׁן בָּהּ, בְּשִׁנְתַּח הַיְאָשׁ, וְאֵל תְגִיחַ עַצְמָךְ לְטֻעוֹת כָּאַלוּ הַקָּדוֹש בָּרוּךְ הוּא בְּכָעַס וּבְקִפְידָות עַלְיךְ, לֹא! לֹא! אֵל תְחַשֵּׁב זוֹאת כְּרִגּוּ, כִּי

הָקָדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא מֶלֶא רָחֲמִים, וּמֶרְחָם עַל כֵּל  
בְּרִיּוֹתָיו, וּמֵי שָׁמְדָבָק עָצָמוֹ בּוֹ יִתְבְּרֹךְ הוּא מָאֵיר לוֹ.  
וְלֹכֶן רָאָה לְהִיּוֹת רָגִיל לְדָבָר עָמֹו בְּשֻׁפְתַּת הָאָם שָׁלָחּ,  
וַתִּסְפֶּר לְפָנָיו יִתְבְּרֹךְ אֶת כֵּל לְבָהּ, וְכֵל מָה שָׁעָוֶר  
עַלְיָךְ בְּפְרַטִּי פְּרַטִּיות, פְּאַשְׁר יִסְפֶּר הַבָּן אֶל אָבִיו  
וְאִישׁ אֶל רֵעָהוּ, וּעַל־יִדִּי־זָה תִּמְשַׁחַ בְּכָה תְּקוֹהָ חְדָשָׁה,  
וַתִּבְחרַ בְּחִים — לְחִיּוֹת בְּחִיִּי נִצְחָה, אֶתְהָלֵךְ לְפָנֵי הָ  
בְּאָרֶץָות הַחִים, כִּי מֵי שָׁזָּוָכה לְהִיּוֹת דָּבוֹק בּוֹ יִתְבְּרֹךְ,  
אֲשֶׁר הוּא חֵי הַחִים, אָזִי גַּמְּדָן נְכָלָל בְּהַחִים  
הַנִּצְחִים, וּמִיוֹ הֵם חִים בְּרוֹכִים וּגְעִימִים וּמְתִקִּים;  
אֲשֶׁרְיִ לּוֹ!

י.

אָחִי הַיָּקָרּ! מָה וְלֹמַה לְךָ לְמַרְרָ כָּל־כֵּה אֶת חִיָּה,  
עַד שְׂתַחַשְׁבָּ כְּאֲלוֹ אָבֵד מִנוֹס וַתְּקוֹהָ מִמֶּה, וּמַחַשְׁבָּ  
מִחְשָׁבּוֹת, אֵיךְ לְאָבֵד עָצְמָךְ לְדִעָת, חַס וּשְׁלּוּם. רָאָה  
לְעַשׂוֹת כָּל מִינִי פְּעֻלוֹת שְׁבָעוֹלָם לְבָחר בְּחִים,  
וַתִּתְחַיֵּל לְהַסְתַּכֵּל וְלַהֲתִבּוֹנֵן בְּנָעַם עֲרָבוֹת הַחִים,  
אֲשֶׁר הֵם כָּל־כֵּה יְפִים, וַיְכֹלִים לְבִלּוֹת אֶת הַיּוֹם,  
הַשְׁבּוּעָת, הַחֲדָשִׁים וְהַשָּׁנִים שִׁישׁ לְךָ בָּזָה הַעוֹלָם

קמא

## ובחרת בחיים

בְּיוֹפִי וּבְנֶעֶם. עַל־כֵּן רָאָה לְהַתְּקַרְבַּ אֶל הַצָּדִיק הַאֲמָת וְאֶל תַּלְמִידָיו שֶׁבְּכָל הָזָר וְדוֹר, וְהֵם יָאִירוּ בָּךְ אֲמָת זַיְן שְׁכִינַת עַזּוֹן יְתִיבָּרֶךְ, עַד שִׁיחַגְלָה לְךָ יְפִי הַחַיִים, וַתַּרְצָה לְחִיּוֹת עוֹד בָּזָה הַעוֹלָם, וְלִגְלוֹת אֶת נִקְדָּת לְבָךְ, וַתִּמְלָא אֶת כָּל הַעוֹלָם עִם אָוֶר הַמִּיעִים, כִּי אַתָּה צָרִיךְ לְדִעָת, שְׂדוּקָא אֶלָו שָׁכַבְרָ נִפְלוּ בְּפִח נִשְׁבָּר, וְהִיּוּ לְהֵם הַרְבָּה כְּשֻׁלּוֹנוֹת בְּחִיִּים, וּעֲבָרוּ עַלְיהֶם מִשְׁבָּרִים וְגַלִּים וּמִרְבָּה הַפְּתֻעֹות מִאֶחָרִים דָּוּקָא, בְּנֵי אָדָם כְּאֶלָו, יִשְׁלַׁחְתָּ עַצְׁוּמִים לְעֹזֶר לְזַלְתָּם, כִּי מִכָּל הַבְּעִוּת שְׁעַבְרוּ עַלְיהֶם הֵם יִכְׁלִים לְלִמְדָה לְאֶחָרִים, שְׁהֵם יִגְּצָלוּ; וְעַל־כֵּן בָּמָקוֹם לִילָּה בְּמִרְידֹות, וְלִחְשָׁב כְּאֶלָו כָּבֵר סֹוף הַעוֹלָם, יוֹתֵר טֹב לְהַפְּךְ הַכָּל אֶל הַטּוֹב, וּמִרְידֹות הַלְּמֹזֵן אַתָּה יִכְׁלֶל לְהַפְּךְ וּלְעַשֹּׂת מִזָּה מִשְׁקָה מִתּוֹךְ — לִימֹנְךָ, הַעֲקָר תְּכִנִּס בָּזָה סָכָר וּמִים וּכְיוֹן, וַתַּהַפְּךְ אֶת הַמִּרְידֹות אֶל מִתְּקִנות, וְאוֹזֶן מִצְּרוֹתִיךְ וּמִבְּעִוּתִיךְ תּוֹכַל לְעֹזֶר לְזַלְתָּךְ.

.יא.

רָאָה, אֲהוֹבִי, אֲחִי פְּיָקָר, לְחִזְקָה אֶת עַצְמָה,  
וְלִחְזִיק מִעֵמֶד, כִּי אֵין זֶה עַזָּה לְעֹזֶב עַצְמוֹ

וְלֹהַתְּאַשׁ לְגָמְרֵי מִהְחִים, כִּי עַקְרָב תְּכִלִית יַרְידַת הַנֶּשֶׁמָה בָּזָה הָעוֹלָם הִיה רַק לְחֹזֶר וְלִדְבָק עָצָמוֹ אֶלְיוֹ יַתְּפַרְחָ, אֲשֶׁר אֵין לוֹ שָׁוֹרֵט עֲרֻבָות וְנוּעָם יוֹתֵר מֵזָה, וְעַל קָטָב זֶה צְרִיכָה לְהִיּוֹת כָּל תְּשׁוֹקָתךְ בְּחִים — לְזִכְות לִדְבָק עָצָמָךְ בְּחִי הַחִים. וְלֹזֶה אֵי אָפָשָׁר לְהִגְיָע, כִּי אִם כִּשְׁתְּזַכָּה לְאַרְיִיכָת אֲפִים — שְׂתָאָרִיךְ אָפָךְ וּרוֹיחָךְ, וְתְּהִיה סְבִלוֹן עַל כָּל דָבָר, עַל כָּל הַמְּנִיעָות וְהַיְסָרִין וְהַבְּלִבּוֹלִים שְׁעוֹזְבָרִים עַלְיךָ וְלְבָלִי לְהִסְתְּפֵל עַל שָׁוָם דָבָר, רַק מְעַשָּׂה אֵת שְׁלָךְ, וְתַעֲסֵק בְּהַתְּקָרְבּוֹת לְהַשֵּׁם יַתְּפַרְחָ, וְלֹהַתְּמִיד בְּתוֹרָה וּבְתִפְלָה, עַד שִׁתְּבַטְלֵוּ מִמֶּךָ כָּל הַמְּרִירָות וְהַיאָוֶשׁ, כִּי עַקְרָב הַחִים הָאֲמָתִים הוּא דִיקָא כִּשְׁזַוְכָה לְהִיּוֹת סְבִלוֹן וְלֹהַאָרִיךְ אָפָוּ, וְלִבְלִי יִפְלֶל בְּאֵיזָה כְּעֵס, בָּמוֹ שָׁאָמָרוּ חֲכָמֵינוּ הַקָּדוֹשִׁים: הַרְתַּחֲנֵין — אַלּוּ שְׁפּוּעָסִים, מִיְּהָם אֵינָם חִיִּים, כִּי מַאֲחֵר שְׁתִמִּיד הֵם בְּכָעֵס וְרַתְחַת הַרְצִיכָה. וְעַל־כֵן רָאָה, אֲהַובִי, אֲחֵי הַיָּקָר, לְהַחְזִיק מִעֵמד, וְאֶל תָּאֶבֶד עָצָמָךְ לְדַעַת, כִּי עוֹד יְהִיה לְךָ טֹב, וְהַכֵּל יַעֲבֵר.

יב.

צְרִיכָה שְׂתָדָע, אֲהַובִי, אֲחֵי הַיָּקָר, כִּי כָל הַחִים

מלאים נסונות מרים וקשישים, ועיקר מעלה האדים, שיכל להפוך הפל, ולהמשיך על עצמו ערבות געימות שמחת המצוות – לקים את מצוותיו יתברך בשמחה עצומה, וכך שאני יודע שעכשו לפי קטעות ונפילת מחה אתה מיאש כל-כך, ואינך רוצה לעשות שום דבר, רק אתה מחה על יום מיתחך מרוב יאוש ועצבון שנדרבוקו בה, אבל עלייך להתישב בדרך זה היטב – הלא סוף כל סוף ממילא תמות, והנפשמה תעלה למעלה, ועל-פניהם מה ולמה לך לדחק אתה השעה, ולרצות למות עכשו – במרירות וביאוש ומואה אין בידך ? ! יותר טוב שתראה להפוך עכשו את כל מירוחך אל תקף המתיקות, ותחילה לקים מצוותיו יתברך בשמחה עצומה, ועל-ידי קיים המצוות: ציצית, תפlein, שבת, צדקה, כשרות וכו', תזכה להמשיך אור גדול על נשמהך, אף שאינך רואה דבר זה בענייני הבשור שלך, ואינך מרגישו בענייני שכלה, עם כל זאת עלייך להאמין שעל-ידי קיום כל מצוה, ובפרטיות כשהיא בשמחה, על-ידי זה אתה זורע אורות רוחנית בעולמות הعليונים, וכשבוא היום, השעה והרגע שתatzrik לאת מה העולם, יסבבו אותך המצוות שקיימת בשמחה עצומה,

וישמרו אותך מכל רע, ויוילכו אותך אל היכלות  
כאלו, שלא שערת בדעתך כלל, ועל-כן מה ולמה לך  
לפל ביאוש ובמרירות, ולחפות ולקנות על יום  
מיთה, אשר אז מאומה לא יהיה לך, רק ענשיהם  
קשהים ומריים יותר טוב לך לחרור עכשו אליו יתברך  
בתשובה שלך, והוא בודאי ימחל לך.

יג.

אהובי, אחוי היקר! תאמין לי שהזמן פורה מאד,  
וימי חיינו הבל הבלים, אין בהם ממש כלל, ואין  
נשאר מהזמן — העבר, ההווה והעתיד, רק מה  
שזוכין לחטף בכל יום ויום — איזה קיום מצוה  
בשמה עצומה וברקודים, איזה למוד התורה  
הקדושה — כמה פסוקים מקרא, כמה פרקים  
משנה, כמה דפים גמרא, כמה פרשיות מדרש, כמה  
הלכות ברמב"ם, טור ושלוחן ערוך, כי عليك לדעת  
כל מה שהאדם לומד בכל יום זהה העולם, לומדים  
עמו בעולם העליון; ועל-כן ראה לחטף בכל יום  
ויום איזה פסוקי מקרא, איזה משנות במשניות, איזה  
מאמרים בגמרא, איזה דרישות במדרשי, איזה הלכות

## כמה יבחרת בחיים

ברמְבָ"ם, טור ושולחן ערוך, כי רק זה ישאר له, ומכל שכן כשהזאה גם להרבות בתפלה ושיחה בין  
ל בין קונה, אין לשער ולתאר מעלה זה הענין בכל  
העולםות העליונות, כי על-ידי התפלות הקבועות:  
שחרית, מנחה, מעריב, חצות, בונה עולמות חדשים,  
ומחיש אורות חדשים ויחודיים וצורופים נפלאים,  
ומכל שכן כשהזאה לדבר עמו יתברך בשפת האם  
שלו, ומספר לפניו יתברך את כל לבו, וכל מה  
שעובר עליו בפרי פ्रטיות, אין לשער ולספר מה  
שנעשה מזה בכל העולםות. ועל-כן מה ולא מה לך  
להיות כל-כך עצוב ומיושן ומדכא ביטורי עצמן,  
והמצפון הורס אותה, ואתה שוכב ומচכה על יום  
מוותך, יותר טוב לך שתקח עצמן עכשו בידיך,  
ותתזר אליו יתברך, ומכל המיראות תחזר ותעשה  
מתיקות, אז דיקא יתהפך כל ירידותיך לעליות  
גדלות, ותזכה לחיות חיים נצחים, חיים מישבים,  
חיים מתקים, וכל העולם יעמוד בזכותך. ראה,  
אהובי, אחי, איך שבן רגע יכול הפל להתפרק  
לטובה — קדם רציתך רק למות, ושבבת במטה מלא  
יאוש וmiriorot, ואם תקים כל מה שבקשתי מך, אמי  
כל חייך ישתנו בן רגע, ואתה תחיה ותקיים את כל

כמו

## ובחרת בחיים

העולם בזכות תורתך ותפלהך ויחידך. אשרי  
המציה, אז טוב לו בזה ובבא.

. יד.

אהובי, אחוי היקר! בשעה שאתנו נמצא במצב  
ירוד, ואת שורה בדכאון ויאוש, עד שנדרמה לך  
שאביד מנוס ותקווה מפק, דייקא אז ראה לדבר עם בני  
אדם ותספר עליהם ממו יתברך, ותחזקם בכל מיני  
חזקים, כי בזה שאתנה תחזק אחרים, תהיה גם אתה  
בעצמך חזק, וזה העצה הכי גדולה והכי בטוחה לכל  
אלו אשר מרגישים עצם בודדים, ואין להם כבר  
شום התקווה לפיהם, רק לאבד עצם לדעת, חס  
ושלום, שיירגilio את עצם לדבר עם אחרים, ולא את  
עצמם, כי עקר כל המרירות והדכאון שנכנסים  
באדם, עד שעולה בראתו מתחשבות של התאבדות,  
זה בא רק לשאדם סגור בעצמו, ואין מדבר עם שום  
בריה שבעולם, אבל בשעה שמתהיל לדבר עם בני  
אדם, ועקר הדבר — שתחזק אותם בכל מיני  
לשונות של חזק, ואפלו שאתנה בעצמך עדין לאחר  
יאוש, ראה לחזק אחרים, וזה יועל לך סוף כל סוף.

קמן

## וּבְחִרְףּ בְּחִיִּים

לְהַפֵּךְ אֶת כָּל יְרִידֹתִיךְ לְעֲלִיוֹת גָּדוֹלוֹת, וְהַמְּרִירִות  
לְמִתְיקִות, וְהַחְשֵׁךְ לְאוֹרְגָּדוֹל.

.טו.

ראה, אהובי, אחוי, לאאת מהדמינוות  
והמחשבות הזרות שלך — שנכנסו בך בכל פעם  
מחשבות של התאבדות, אשר זה מחלת השגעון,  
רחמנא לאצלו, כי לא יחשב אדם בריא דבר כזה, כי  
אם מי שנכנס בו רוח שנות, רוח נכאה, עצבות רוח,  
כי מה היה כבר כשיთאבד, האם בזה יפטר  
מהבעיות ומהארות שלו? הרי אז מתחילות הארות,  
ואף של אלו שחושבים על עניין התאבדות  
חושבים כי אז יגמר כבר כל צרותיהם וביעיותיהם,  
הם טועים טעות עצומה, כי אם היה יודעים מה  
מחפה להם שם, אז לא היה רצים כלל-כך, אל המות,  
רק מרוב רוח שנות נדרמה להם כי שם ינוח, ובאמת  
שם מתחילות הארות והבעיות. ועל-כן ראה, אהובי,  
אחוי היקר, להוציא מלך ודעך כל מיני מחשבות  
ארות של התאבדות, יותר טוב לך לחזור אליו יתברך,  
אשר בודאי אוהב אותך וمبין אותך, כי אין עוד מי

שׁיבין את האָדָם וַיַּדְוֵן אֹתוֹ לְכֹף זִכּוֹת כְּמוֹ הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא בְּעַצְמֹו, אֲשֶׁר הוּא מִקְומֹו שֶׁל עַזְלָם, וְאֵין הַעַזְלָם מִקְומֹו, וְהוּא יֹדֵעַ אֶת מִקּוֹם כָּל אֶחָד וְאֶחָד, וַיֹּדֶעַ מִצְבָּו — מָה שְׁהַבִּיא אֹתוֹ אֶל הַמִּצְבָּה שְׁשָׂרָויִ בּוֹ עַכְשָׁו, וְכֵן הַצְדִיקִים הַגְּדוֹלִים וְהַמְּפֻלְגִים בִּמְעָלָה מְפֻלְגָת מַאֲד מַאֲד, אֲשֶׁר מְרַב קָרְשָׁתָם וְדִבְקוֹתָם זָכוּ לְהַכְלֵל גַּם־כֵן בָּאַיִן סָוִף בָּרוּךְ הוּא, הֵם יִכּוֹלִים לְדִוֵן אֶת כָּל אֶחָד לְכֹף זִכּוֹת, כִּי גַם הֵם יֹדְعִים אֶת מִצְבָּה כָּל אֶחָד וְאֶחָד, וְדָנִים אֹתוֹ לְכֹף זִכּוֹת. וְעַל־כֵן אֲשֶׁרִי מֵשְׁזַׁוְּכה לְהַתְּקִרְבָּה אֲלֵיכֶם, וְהֵם יָרוּ לוֹ אֶת הַדָּרֶךְ שְׁיַלֵּךְ בָּה, וְאֶת הַמְּעָשָׁה שְׁיַעֲשֶׂה.

טז.

אהובי, אחוי ה'יקר! ראה לעזוב את כל הדרימות  
והקטנות שלך, שאיתה נופל כל-כך בדעתך בכל פעם  
מסבה זו או מסבה אחרת. מה אתה צריך לחשב  
מאחרים מה שאתה חושבים עלייך, ועל-ידי-זה לפול  
בכל פעם בקטנות גדרלה ותלישות הדעת, עד  
שתחשב — למה לי חיים מרווחים ממות וכו'. וכל,  
זה בא משות וקטנות הדעת, כי מה אכפת לך מה

שאחר חושב ממה, או מה אחר מדבר ממה, עד שיתמּרוּ כל-כך חיה, ולא תמצא שום עזה, רק לאבד עצמה לדעת חס ושלום, יותר טוב לך שתרגיל את עצמה לברכ אליו יתברך, ותחזק בדעתך אמתת מציאותו יתברך, ואו דיקא מתחיל לחיות חיים חדשים ולא די שלא יהיה אכפת לך מה שאחרים מדברים וחוشبם עלייך אלא אתה תהיה מוכן לעזר לכל העולם כלו, ואינה צריכה לאחר כלל. ועליך לדעת כי כל זמן שהאדם מצפה לאיזה גמול מזלותו, ורוצה איזו תשומת לב או איזו טובה או איזה כבוד וכו', עדין רחמנות גדולה עליו, כי יכול להשתגע ממש בחמנא לאלו, כי כל אלו שבאו לידי מחשבה של התאבדות, באה להם מחשבה זו דוקא על-ידי אכזבות שהיו להם מזלותם, כי ראו שחבריהם או נשייהם או ידידיהם או ילדיהם וכו' עזבו אותם, והם נשארו גלודים וכודדים, לבדים. ועל-כן מרבית צער ועגמת נפש ואכזבה נדמה להם שאין שום עזה אחרת רק לאבד עצםם לדעת. אבל מי שזוכה להיות דבוק בחיי החיים, וaino חפץ בטובת זלותו, אדרבה הוא רוצה להשפייע לכלם, וaino צריכה את תשומת לב זלותו, אדם כזה צוחק מכל העולם כלו, וכי חיים טובים.

יז.

אָחִי תְּזִקֵּר! הַרְגֵּל עֲצָמָךְ לֹא לְחַפֵּץ שׁוֹם דָּבָר  
מִזְלְתָּךְ. רַק אַתָּה רֵאָה לְהַשְׁפִּיעַ טֹב לִזְלָתָךְ, וְאֶל  
תַּקְגֵּא אֶת שׁוֹם בָּרִיה, כִּי כֹּבֶר אָמַר הַפָּנָא הַקָּדוֹשׁ  
(אָבוֹת פ"ו): אֶל תַּתְאֹנֵה לְשַׁלְחָנָם שֶׁל שָׂרִים, כִּי  
שַׁלְחָנָךְ גָּדוֹל מִשְׁלַחָנָם. תִּמְדֵּיד תַּחַשֵּׁב כִּי אַתָּה הַכִּי  
מִאָשָׁר, וְאֶפְלוֹ שִׁישׁ לְךָ כָּל-כֵּךְ הַרְבָּה צְרוֹת וִיסּוּרִים  
וּבְעִוּות בְּחִינָה, אַפְ-עַל-פִּיכְנָן עַלְיךָ לְדִעָת, כִּי אֵין  
שׁוֹם בָּרִיה שַׁתְּהִיא נְקִיה מִדָּבָר זוּ, וְאֶדְרֶבֶה רַב רַבָּם  
סּוּבְלִים הַרְבָּה יוֹתֵר מִמֶּה, אַפְ שְׁנָדְמָה לְךָ, שְׁאַתָּה הַכִּי  
גְּרוּעַ וּרְקָעַלְיךָ עַלְיךָ עֻזְבָּרִים דָּבָרִים כְּאָלוּ וּכְוּ, וּבְאַמְתָה זוּ  
טָעוֹת גָּדוֹלה לִמְיִ שְׁמַסְתַּכֵּל בְּעֵין אַמְתָה, וְאֶפְלוֹ שִׁיחִיה  
כֵּן בְּאַמְתָה עַלְיךָ לְדִעָת, כִּי בָּזָה תְּהִיא אַתָּה יוֹתֵר  
מִשְׁלָם מִכָּל הָעוֹלָם כָּלּוּ — אִם תּוֹכַל לְחַזֵּק עֲצָמָךְ  
בְּהַמְּצָבִים וּבְקָטְנוֹת וּבִירִידּוֹת שְׁלַחָךְ; וּעַל-כְּנָן רֵאָה  
לְהַתְּחַזֵּק וּלְהַחֲזִיק מַעַמֵּד, וְלֹא לְהַתְּיִאָשׁ עֲצָמוֹ בְּשׁוֹם  
אֶפְן שְׁבָעוֹלָם, וְאֶז סּוֹף כָּל סּוֹף תְּרָאָה אָור, בָּאוֹרָךְ  
יַתְּבִּרְךְ גְּרָאָה אָור, וְתְּחִי חִיִּים גְּעִימִים.

תִּם וּגְשָׁלָם, שְׁבָח לֹא בּוֹרָא עוֹלָם!

