

קונטרס

# יסורי המצפון

יבאר ויגלה, איך שאסור לו לאדם לבלבל עצמו מהעבר,  
ואיך שלא יניח את המצפון, שיהרס את חייו, ואם יחזר  
בתשובה, ויתחיל התחלה חדשה, ישתנה כל מהלך חייו,  
וימשיך על עצמו הארת זיו שכינת עזו יתברך.

★

בנוי ומיסד 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

הגאון הקדוש, אור נפלא, אשר כל רז לא אניס ליה

רבי נתן מברסלב, זכותו יגן עלינו,

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

★

הובא לדפוס על-ידי

חסידי ברסלב

עיה"ק ירושלים תובב"א

מוֹהֲרָא"ש נ"י אָמַר: כָּל הַצָּרוֹת  
שֶׁאָדָם סוֹבֵל הֵן רַק מִחַמַּת  
שֶׁהַמַּצְפוֹן הוֹרֵס אוֹתוֹ, לָמָּה הָיָה  
צָרִיךְ לַעֲשׂוֹת דְּבַר כָּזֶה, וְלָמָּה הָיָה  
צָרִיךְ לְדַבֵּר דְּבוּר זֶה, וְעַל-כֵּן מִי  
שְׂרוּצָה לְהַנְצִיל מִיִּסּוּרֵי הַמַּצְפוֹן,  
יִחְזַר בְּתַשׁוּבָה שְׁלֵמָה לְפָנָיו יִתְבַּרֵּךְ.  
(אֲמַרֵי מוֹהֲרָא"ש, חֶלֶק ב', סִימָן תפ"ט)

קונטרס

# יְסוּרֵי הַמִּצְפּוֹן

א.

צָרִיךְ שְׂתַדַּע, אֱהוּבֵי, אַחֵי הַיָּקָר, כִּי אֲסוּר לְהַחְזִיק  
עֲצָמוֹ בְּאִשְׁמָה מְכֹל מֵה שֶׁעָשָׂה שְׁלֵא כְּהַגֵּן, וּמְכֹל שֶׁכֵּן  
שֶׁאֲסוּר לְיִסֵּר עֲצָמוֹ בְּיִסּוּרֵי הַמִּצְפּוֹן, אֲפִלוּ שֶׁעָשָׂה אֶת  
הָעֲבֵרָה הַכִּי גְדוֹלָה, כִּי עַל הַכֹּל מוֹעִילָה תְּשׁוּבָה, וְאִם  
תִּחְזֹר עֲכָשׁוּ אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, אִזּוּ — וְשָׁב וַיִּמְחַל לָךְ, וַיְכַבֵּר  
אָמְרוּ חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (בְּרִכּוֹת י"ב:): כָּל הָעוֹשֶׂה דְבַר  
עֲבֵרָה, וּמִתְבַּיֵּשׁ בּוֹ, מוֹחֲלִין לוֹ עַל כָּל עֲוֹנוֹתָיו,  
שֶׁנֶּאֱמַר (יִחְזָקָא ל ט"ז): לְמַעַן תִּזְכְּרֵי וּבִשְׁתָּ, וְלֹא יִהְיֶה לָךְ  
עוֹד פְּתֻחוֹן פֶּה, מִפְּנֵי כָּל־מִתְנָה, בְּכַפְרֵי לָךְ לְכֹל אֲשֶׁר  
עָשִׂיתָ נְאֻם הוֹי"ה אֱלֹהִים; הֵינּוּ לֹא רַק שִׁימְחַל לָךְ  
הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא עַל עֲבֵרָה זוֹ שֶׁעָשִׂיתָ, אֲלֵא יִמְחַל לָךְ

על כל מה שְעֵשִׂיתָ עַד עַכְשָׁיו מִיּוֹם שִׁבְעָתָה אֵל זֶה  
 הָעוֹלָם; וְעַל-כֵּן רְאֵה לְשׁוֹב אֵלָיו יִתְבַּרְךָ; וְעַקֵּר  
 הַתְּשׁוּבָה, שֶׁתִּרְגִּיל עֲצֻמָּה לְדַבֵּר עִמוֹ יִתְבַּרְךָ בְּלִשׁוֹן  
 שְׂאֵתָה רְגִיל בָּהּ, וּתְסַפֵּר לְפָנָיו יִתְבַּרְךָ אֶת כָּל לִבְךָ וְכָל  
 מַה שֶּׁעָבַר עָלֶיךָ, וּמַה שֶּׁעֲשִׂיתָ, כִּי אֵין לְךָ לְפָנָיו מִי  
 לְסַפֵּר זֹאת, רַק לְהַקְדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא בְּעֲצֻמוֹ, אֲשֶׁר הוּא  
 אֵב הַרְחֻמָּן, וְרַק הוּא מִבֵּין אוֹתְךָ, וְאִף שֶׁקָּשָׁה לְךָ עַכְשָׁיו  
 הַדְּבֹר לְפָנָיו כִּי אַתָּה מִתְבַּיֵּשׁ לְהוֹצִיא מִפִּיךָ כָּל מַה  
 שֶּׁעֲשִׂיתָ, עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי דִיקָא בְּזֵה שְׂאֵתָה מִתְבַּיֵּשׁ  
 בְּעֲצֻמָּה מִמֶּנּוּ יִתְבַּרְךָ, בְּזֵה יִמְחַל לְךָ עַל הַכֹּל; וְעַל-כֵּן  
 אֵל תַּחֲזִיק בְּתוֹכְךָ כְּרַגַע אֶת מַה שֶּׁעֲשִׂיתָ, כִּדֵּי שֶׁלֹּא  
 יִהְיֶה אוֹתְךָ הַמְצַפּוֹן, רַק תִּגְלֶה זֹאת לְפָנָיו יִתְבַּרְךָ  
 בְּתַמִּימוֹת וּבְכַשִּׁיטוֹת גְּמוּר, וְאִף שֶׁנִּדְמָה לְךָ עַכְשָׁיו,  
 שְׂאֵין מִי שֶׁשׁוֹמֵעַ אוֹתְךָ, כָּל זֶה מִצַּד הַכְּפִירוֹת שֶׁנִּכְנָסָה  
 בָּךְ, שְׂאֵינְךָ יְכוּל לְתַאֵר וּלְשַׁעַר, אֲשֶׁר הַקְּדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא  
 עוֹמֵד עַל יָדְךָ, וְשׁוֹקֵד עַל שְׁפֹתוֹתֶיךָ, וּמַה שְׂאֵתָה מִדְּבַר  
 וּמוֹצִיא מִשְׁפֹּתוֹתֶיךָ, תִּכְףּ-וּמִיד גִּשְׁמָע וְנִתְקַבֵּל; עַל-כֵּן  
 אֵל תִּהְיֶה בְּטֹלָן, רַק רְאֵה לְטִיל עַכְשָׁיו בְּמָקוֹם פְּנוּי  
 שְׂאֵין שָׁם בְּנֵי אָדָם, וּתְדַבֵּר אֵלָיו יִתְבַּרְךָ אֶת כָּל מַה  
 שֶׁמַּעִיק לְךָ, וְאֵל תִּנִּיחַ לְיִסּוּרֵי הַמְצַפּוֹן שֶׁיִּהְרָסוּ אוֹתְךָ  
 כְּרַגַע, חֵס וְשָׁלוֹם, כִּי הוּא יִתְבַּרְךָ אֵב הַרְחֻמָּן, וְאֵם  
 תְּשׁוּב אֵלָיו, מִיד יִקְבֵּל אוֹתְךָ.

## ב.

אהובי, אחי היקר! אל תניח למצפון שיהרס אותך כלל, רק הרגל עצמך לשכח את כל מה שעבר עליך, ותחקק היטב בדעתך, שאין לך עבר כלל, רק תעשה עכשו מרגע זה התחלה חדשה, ועל-ידי־זה דיקא תצליח בחייך, הן אמת שעבר עליך עבר מר מאד מאד ברוחניות ובגשמיות, ועברת מה שעברת משברים וגלים, צרות ויסורים והרפתקאות וכו', עם כל זאת אי אפשר לחיות ככה עם יסורי המצפון שאינם מניחים אותך כרגע, והורסים גם את כל ההנה והעתיד שלך; ועל-כן ראה לשכח לגמרי את העבר שלך, ותעשה התחלה חדשה לגמרי, כאלו עכשו נולדת מחדש, ואל כל זה תזכה רק על-ידי שתכניס בעצמך אמתת מציאותו יתברך, לידע שהכל לכל אלקות גמור הוא.

## ג.

אהובי, אחי היקר! ראה להרגיל את עצמך לשכח את כל העבר שלך, ואל תניח את העבר שיהרס אותך,

וּאֶפְלוּ שְׁיֵשׁ לָךְ עֶבֶר רַע מְאֹד, וְעֲשִׂיתָ בְּעֲצֻמָּךְ כָּל מִינֵי  
 עוֹלוֹת וְשַׁחִיתוֹת, וְעַכְשָׁו אַתָּה מִתְחַרֵּט עַל הַכֹּל, עִם כָּל  
 זֹאת עֲשֵׂה זֹאת, אִפּוֹא, בְּנִי, וְשָׂכֹחַ תִּשְׁכַּח אֶת כָּל  
 הָעֶבֶר שֶׁלָּךְ, לְמַעַן לֹא יוֹכְלוּ יִסּוּרֵי הַמְצַפּוֹן לְהִרְס  
 אוֹתְךָ; וְעֲלִיךָ לְדַעַת, כִּי הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אָב הַרְחֵמֵן,  
 וּמִטָּה כָּל־פִּי חֹסֵד, וּבְנוֹדֵאֵי מוֹחַל לָךְ עַל הַכֹּל, הָעֶקֶר  
 רְאֵה לָשׁוּב אֵלָיו בְּתִשׁוּבָה שְׁלֵמָה, וְתִקְבַּל עַל עֲצֻמָּךְ לֹא  
 לְחֹזֵר אֶל הָרַע שֶׁעֲשִׂיתָ עַד עַכְשָׁו, וְתִתְחִיל הַתְּחִלָּה  
 חֲדָשָׁה, וְאִזּוֹ אֵינְךָ צָרִיךְ לְדַאֵג, כִּלְל וּכְלָל לֹא, וְאִם  
 תִּרְגִּיל עֲצֻמָּךְ לַחִיּוֹת בְּאִפְּן הַזֶּה, כָּל הַחַיִּים שֶׁלָּךְ יִשְׁתַּנּוּ  
 לְטוֹבָה, וְלֹא יוֹכַל שׁוֹם דְּבַר לְהִרְס אֶת מְצַפּוֹנְךָ.

## ד.

אֶהוּבִי, אָחִי הַיְקָר! רְאֵה לְחִזּוֹק אֶת עֲצֻמָּךְ בְּכָל  
 מִינֵי אִפְנִים שְׁבָעוּלִים, וְאֵל תִּנְיַח אֶת עֲצֻמָּךְ לִפְלֵ בְּדַעְתְּךָ  
 בְּשׁוֹם פְּנִים שְׁבָעוּלִים, וְאִף שְׁכָבֵר חָטָאת בְּחִיּוֹת הַרְבֵּה  
 מְאֹד, וְטַמְאָת אֶת עֲצֻמָּךְ מִבֵּית וּמִבְּחוּץ, וְאַתָּה מְרַגֵּשׁ  
 עֲצֻמָּךְ הַכִּי אִמְלָל בְּעוֹלָם, עִם כָּל זֹאת עֲלִיךָ לְהִתְחַזֵּק  
 וּלְהִתְאַמֵּץ לַעֲשׂוֹת הַתְּחִלָּה חֲדָשָׁה, כִּי אֶצְלוּ יִתְבַּרֵּךְ  
 מְאֹד יְקָרָה הַתְּשׁוּבָה — כְּשֶׁאָדָם זוֹכֵה לְחֹזֵר בְּתִשׁוּבָה

אליו יתברך, כי ידו של הקדוש ברוך הוא פרושה תחת כנפי החיות, כדי לקבל בעלי תשובה (פסחים ק"ט); ועל-כן ראה להעביר ממך את כל מיני יסורי המצפון ולבל תניח את עצמך להשבר מהעבר שלך, כי תכף ומיד כשהאדם זוכה לחזר בתשובה, נעשה כקטן שנולד, ואין הקדוש ברוך הוא זוכר לו העבר שלו כלל; ועל-כן ראה להחזיק מעמד, ותתחיל התחלה חדשה, ואז תרגיש אדם אחר לגמרי.

## ה.

אהובי, אחי היקר! ראה לחזק את עצמך בתקף דחקותך ויסוריך מכל מה שעובר עליך, ואל תמשיך את עצמך אל הצער, ואף שאני יודע שהמצפון הורס אותך בגלל מעשיך שעשית עד עכשו, וכן שאתה מרגיש את עצמך להכי גרוע בעולם, מרב קלקול מעשיך, עם כל זאת עליך לדעת, כי מעלת התשובה אצלו יתברך עולה למעלה למעלה, עד שאמרו חכמינו הקדושים (ברכות ל"ז): במקום שבעלי תשובה עומדים, שם צדיקים גמורים אינם יכולים לעמד, כי הם כבר נפלו בחשה, וטעמו טעם מר ומרור של

עֲבֹרוֹת וּדְבָרִים מְגִנִּים, עִם כָּל זֹאת הִתְחַזְּקוּ וְחֲזְרוּ אֵלָיו יִתְבָּרַךְ; וְעַל־כֵּן הֵם בְּמַעֲלָה עֲלִיוֹנָה יוֹתֵר מִצַּדִּיקִים גְּמוּרִים שֶׁלֹּא הָיָה לָהֶם אֶף פֶּעַם הַנְּסִיוֹן הַזֶּה; עַל־כֵּן רָאָה שֶׁלֹּא יִהְיֶה לָּהּ שׁוֹם יִסּוּרֵי הַמִּצְפּוֹן, וְאֵל תְּחִזִּיק אֶת עֲצֻמָּהּ חָיִב כָּלָל, כִּי בְּיָדָיו עַל־יְדֵי שְׂזָכִיתָ לְחַזֵּר אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, הוּא מְחַל לָּהּ, כִּי אֵין שׁוֹם יְאוּשׁ בְּעוֹלָם כָּלָל, וְרַחֲמָנוּתוֹ הִיא עַד אֵין סוּף, וְחֲכָמֵנוּ הַקְּדוּשִׁים אָמְרוּ (בְּרֻכּוֹת ז.): וְרַחֲמָתִי אֶת אֲשֶׁר אֲרַחֵם, אֶף־עַל־פִּי שְׁאִינוּ כְּדָאֵי וְהַגּוֹן, עִם כָּל זֹאת הוּא יִתְבָּרַךְ מְרַחֵם עַל הַכֹּל, וְכִמוֹ שֶׁפָּתוּב (תְּהִלִּים קמ"ה): וְרַחֲמֵי עַל כָּל מַעֲשָׂיו; וְעַל־כֵּן רָאָה, אֶהוּבִי, אֶחָי הַיֶּקֶר, לְחַזֵּק אֶת עֲצֻמָּהּ, וְהַשְׁלִיךְ מִמָּהּ כָּל מִינֵי מַחֲשָׁבוֹת שֶׁל הֶבֶל וַיִּסּוּרֵי הַמִּצְפּוֹן, כְּאֵלוֹ כְּבָר אֵין רוֹצִים אוֹתָהּ בַּשָּׁמַיִם, וְכֵאלוֹ הַקְּדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא בְּכַעַס וּבִקְפִידוֹת עֲלֶיךָ עַל רְבוּי מַעֲשֶׂיךָ הַמְּגִנִּים, אֲדַרְבָּה בְּזֶה שְׂאֵתָה שָׁב בְּתִשׁוּבָה אֲמַתִּית לְפָנָיו יִתְבָּרַךְ, הוּא יִמְחַל וַיִּרְחַם עֲלֶיךָ, וַיִּמְשָׁכוּ עֲלֶיךָ רַק רַחֲמִים וְחֲסָדִים, וְאִם לֹא תִהְיֶה בְּטֹלָן, וְתִמְשִׁיךְ עַל עֲצֻמָּהּ הִתְחַזְּקוֹת עֲצוּמָה בְּאַמֶּת, תִּזְכָּה אַחֲר־כֵּן לְהֵאָרֶה נוֹרְאָה וְנִפְלְאוּתָהּ, וַיֵּאִיר לָּהּ בְּשֵׁמֶשׁ בְּצַהָרִים, וְהֵעֱקָר הַשְׁלִיךְ מִמָּהּ כָּל מִינֵי מַחֲשָׁבוֹת שֶׁל חוֹבָה וּמִצְפּוֹן, וְאִז טוֹב לָּהּ בְּזֶה וּבְכֹא לְנִצָּח.



ו.

אהובי, אחי היקר! מתקף החשף והמרירות שלך, ראה להמשיך עצמך אליו יתברך, ותדע שהוא אב הרחמן, ועדין אוהב אותך מאד, על אף שעשית מה שעשית, וקלקלת במה שקלקלת, כי רחמנותו יתברך גבוהה ונשגבה עד מאד, וכל העולם כלו נכרא במדת הרחמים, והגאלה תהיה רק במדת הרחמים, כמו שאמרו חכמינו הקדושים (אותיות דרבי עקיבא): אמר הקדוש ברוך הוא, במדת הרחמים בראתי את העולם, ובמדת הרחמים אני מנהיגו, ועתיד אני לחדשו במדת הרחמים; העקר תוריד ממך את כל מיני יסורי המצפון והמחשבות של הכל, כאלו אתה החיב, ורק אתה הכי גרוע, וכאלו לך אין כבר שום תקנה טובה בחיך, מאחר שעשית מה שעשית וכו', ונכשלת במה שנכשלת וכו', לא! לא! אל תגיד זאת, כי רחמנותו יתברך גדולה כל-כף, עד שגם למרחקים ולמגשמים כמוך הוא מוחל וסולח, אם רק חוזרים אליו בתשובה אמתית, ושוטחים בפניהם אליו בתשובה, כי עקר התשובה הוא חרטה על העבר וקבלה לעתיד, ולהתודות בפה מלא לפניו יתברך מה שעשה, וידבר

אליו יתברך כַּאֲשֶׁר יִדְבַר אִישׁ אֶל רֵעֵהוּ, וּבָזָה תְלוּיָהּ  
 כָּל הַתְּשׁוּבָה, וְתַכְףּ וּמִיד כְּשִׁמְקִים זֹאת, הַקְדוּשׁ בְּרוּךְ  
 הוּא שָׁב וּמוֹחֵל לוֹ; וְאָמְרוּ חֲכָמֵינוּ הַקְדוּשִׁים (תנא דבי  
 אליהו זוטא, פֶּרֶק ו'): כִּיּוֹן שֶׁרָאָה מֹשֶׁה, שֶׁמָדַתוּ שָׁל  
 הַקְדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא שֶׁל חֶסֶד וְשֶׁל רַחֲמָנוּת, מִיד נִתְעַטֵּף  
 וְעָמַד בַּתְּפִלָּה; כִּי זֶה הָעֵקֶר בְּעוֹלָם, כִּי אֵי אֶפְשָׁר לְשׁוּב  
 אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, רַק עַל־יְדֵי הַדְּבוּר, שֶׁיְהִיָּה רְגִיל לְדַבֵּר  
 עִמּוֹ יִתְבָּרַךְ בְּלִשׁוֹן עֲצֻמוֹ וּבִשְׁפַת הָאֵם שְׁלוֹ, וַיִּסְפָּר  
 לְפָנָיו יִתְבָּרַךְ אֶת כָּל לְבוֹ, וְזֶה יוֹרִיד מִמֶּנּוּ אֶת כָּל  
 הַמְּתָחִים, וַיּוֹצִיא מִמֶּנּוּ כָּל מִינֵי יִסּוּרֵי הַמְּצַפּוֹן  
 וְהָאֲשָׁמָה שְׁמֵרְגִישׁ, וְזֶה יַעֲזֹר לוֹ לַעֲבֹר עַל הַכֹּל, כִּי  
 בְּלֹא זֶה הָאָדָם מְבַהֵל וּמְבַלְבֵּל, כִּי הָאֲשָׁמָה וְהַמְּצַפּוֹן  
 יְכוּלִים לְהַרִס אֶת הָאָדָם לְגַמְרֵי; וְעַל־כֵּן צְרִיכִים לְדַבֵּר  
 הַרְבֵּה עִמּוֹ יִתְבָּרַךְ, וְלְהֶאֱמִין בְּרַחֲמָנוּתוֹ, וְאִיךָ שֶׁהוּא  
 טוֹב וְסוֹלַח לְכֹל, וְעַל־יְדֵי־זֶה בְּאֵמֶת יֵצֵא מֵהַמִּצָּר.

ז.

אֶהוּבִי, אָחִי הַיָּקָר! עֲלִיךָ לְדַעַת, כִּי רַב הַמְּשַׁעֲרִים  
 שֶׁנִּשְׁתַּגְּעוּ, רַחֲמָנָא לְצַלֵּן, וְכֵן אֵלּוֹ שֶׁקָּבְלוּ שְׁכָר עֲצָבִים  
 אוֹ מִתְהַלְכִים בְּמִתָּחִים וְנִכְנָסִים בְּדַכָּאוֹן פְּנִימִי, וְהֵם

שבורים בעצמם כל־כף, עד שהולכים עם מחשבות של התאבדות, רחמנא לצלן, כל זה נגרם להם רק מצד יסורי המצפון, שעשו בחייהם איזה דבר נורא, ואף אחד אינו יודע מזה, והם נושאים את זה על לבם, וזה מעיק להם מאד מאד, ואינם יכולים למחל לעצמם — איך עשו דבר כזה, ואיך לא שמרו את עצמם, וכל־כף נכנסים בתוך מחשבות של מצפון, עד שנהרסים לגמרי, ובאמת דרך זו היא מטעית מאד מאד, והיא פרישת מצודה מצד השטן, שרוצה להרס אותו לגמרי, ורפנו, זכרונו לברכה, בא לעקר מהאדם את יסורי המצפון והאשמה, ומאיר בו איך שאין שום יאוש בעולם כלל, וירגיל את עצמו לשכח את כל העבר, ויתחיל התחלה חדשה, וימחק מדעתו את העבר לגמרי ממש, כאלו נולד עכשו מחדש, ואם האדם ירגיל את עצמו לילך בדרך זו, אז אפלו הכי משגע והכי שבור, וכל מי שיש לו מחלת עצבים יכול להתרפא ברפואה שלמה, כי עקר מחלת בני האדם היא רק יסורי המצפון והאשמה, שהם מרגישים עצמם אשמים באיזה דבר שעשו, ואינם יכולים למחל לעצמם כלל, וככה מסתובבים בשברון לב ובדכאון פנימי, עד שנהרסים להם העצבים; על־כן ראה

אהובי, אחי היקר, לצית את רבנו, זכרוננו לברכה, ושכוח תשפח את כל העבר שלך לגמרי, ותדע כי אין לך עבר כלל, והדבק עצמך בו יתברך, ותדע, כי הוא יתברך מלא כל הארץ כבודו, ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין, ותשוב בתשובה אמיתית אליו יתברך; והוא יקבלך; כמו שאמרו חכמינו הקדושים (שמות רבה, פרשה י"ט סימן ד'): אין הקדוש ברוך הוא פוסל לבריה, אלא לכל הוא מקבל השערים נפתחים בכל שעה, וכל מי שהוא מבקש להפגס — יפגס.

## ח.

אהובי, אחי היקר! ראה שלא ישבר אותך המצפון מכל העבר שלך, כי רבים חללים הפיל המצפון, כי יש בני אדם, אשר עשו בחייהם שגעונות וטעויות גדולות, ועכשו הם מתחרטים, ומאחר שנדמה להם שאי אפשר כבר לתקן את העבר, על-כן המצפון הורס אותם לגמרי, רחמנא לצלן, עד שיש בני אדם שבאים לידי מחשבות של התאבדות, כי רואים שאין להם עצה אחרת מלבד יסורי המצפון, ובאמת היא טעות גדולה, כי עליך לדעת תמיד, אשר העבר אין.

וכמֵאִמֶר הָעוֹלָם, שְׂאִין בּוֹכִים וְאִין מִתְאַנְחִים עַל חֶלֶב  
 שְׁנִשְׁפָּךְ, כִּי מָה דְהוּהָ הָוָה, עַל-כֵּן לָמָּה לָךְ לְהַתִּיֶסֶר  
 בְּיִסּוּרֵי הַמְצַפּוֹן, אֲשֶׁר אֵל מְאוּמָה לֹא יָבִיאוּ אוֹתָךְ, כִּי  
 אִם אֵל מַחְשְׁבוֹת שֶׁל הַתְּאַבְדוֹת אוֹ בְּרִיחָה מִהַמְצִיאוֹת,  
 יוֹתֵר טוֹב לָךְ לְהִרְגִיל עֲצֻמָּךְ לְשֹׁכַח תְּמִיד אֶת כָּל הָעֶבֶר  
 שְׁלָךְ, וְתַתְּחִיל בְּכָל פַּעַם הַתְּחִלָּה חֲדָשָׁה, וְתִהְיֶה בְּעֵינֶיךָ  
 כְּבָרְיָה חֲדָשָׁה לְגַמְרִי, וְאִזּוּ דִיִּקְא יִפְלוּ מִמֶּךָ כָּל יִסּוּרֵי  
 הַמְצַפּוֹן, וְתַתְּחִיל לַחֲיוֹת חַיִּים חֲדָשִׁים בְּכָל פַּעַם  
 מַחְדָּשׁ, וְיִהְיֶה בְּעֵינֶיךָ כְּאִלוֹ נוֹלְדֵת עֹכְשׁוֹ מַחְדָּשׁ מִמֶּשׁ,  
 וְאִזּוּ דִיִּקְא תַחֲיָה חַיִּים חֲדָשִׁים בְּכָל פַּעַם, מָה שְׂאִין כֵּן,  
 אִם תִּסְתַּפֵּל תְּמִיד עַל הָעֶבֶר שְׁלָךְ, אִזּוּ תַתִּיֶסֶר עֲצֻמָּךְ  
 בְּיִסּוּרֵי הַמְצַפּוֹן עַל לֹא דְבָר, וְיִהְיוּ חַיִּיךָ מְרוֹרִים מְאֹד,  
 וְתִהְיֶה שְׂרוּי תְּמִיד בְּפִחָדִים שֶׁל הֶבֶל; עַל-כֵּן רְאֵה  
 לְצִיַּת אוֹתִי, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיִּקָּר, וְתִשְׁכַּח אֶת כָּל הָעֶבֶר  
 שְׁלָךְ, אִפְלוּ שְׁעֵשִׁית מָה שְׁעֵשִׁית וְכוּ', הַדְּבָר הַכִּי גְרוּעַ  
 שְׂרָק יָכוֹל לִהְיוֹת בְּעוֹלָם וְכוּ', שְׂכוּחַ תִּשְׁכַּח אֶת זֶה,  
 וְתַעֲבִירוּ מִדַּעְתְּךָ, וְאֵל תִּסְפֹּר אֶת זֶה לְשׁוֹם בְּרִיָּה, וְאֵל  
 תַּנִּיחַ לְיִסּוּרֵי הַמְצַפּוֹן שְׂיִהְרְסוּ אוֹתָךְ כְּרָגַע כָּלֵל;  
 אֲשֶׁרִיךְ — אִם תַּצִּיַּת אוֹתִי בְּזֶה, וְאִזּוּ יִהְיֶה טוֹב לָךְ בְּזֶה  
 וּבְכָא לְנֶצַח.

## ט.

אהובי, אחי היקר! ראה להשליך ממך את כל מיני המחשבות של המצפון, ותמיד תחזק בדעתך, שאינך חייב לשום ברירה שבעולם שום דבר, ואינך צריך לתת דין וחשבון לשום ברירה שבעולם, ואתה הנך עצמאי לגמרי ולא תלוי באחרים כלל, ותכף ומיד כשרק תכניס בדעתך דבר זה, אז לא יהיה לך מצפון לשום ברירה, ותהיה בן חורין אמתי, פי על-פי-רוב מתחילים יסורי המצפון, כשנדמה לו שהוא חייב את עצמו לזלתי, וכאלו הוא צריך להיות העבד שלו וכי, וכשאינו יכול להוציא מהכח אל הפעל דמיונו, אז אוכל את עצמו מרב צער ויסורים של המצפון, ואינו מוצא את מקומו כלל, והוא מסתובב בעולם התהו ממש; על-כן ראה להרגיל עצמך, אהובי, אחי היקר, לא להניח את המצפון שיהרס אותך, ותחיה חיים של עצמך, ותמיד תדע, כי אינך חייב לשום ברירה שבעולם שום דבר, ואתה הנך עצמאי לגמרי, ואין לך רק את הקדוש ברוך הוא, ורק הוא אביך המטיה והמהנה אותך, והוא נותן לך כל צרכיך; ועל-כן רק לו אתה צריך לתת דין וחשבון ולא לשום ברירה כלל, ולכן

הרגל עצמך לדבר עמו יתברך, כַּאֲשֶׁר יְדַבֵּר אִישׁ אֶל רעהו וְהִבֵּן אֶל אָבִיו, וּתְפָרַשׁ אֶת כָּל מַה שְּׁמַעִיק לָךְ רַק אֵלָיו יתְבַרֵךְ תָּמִיד, וּבְזֶה תוֹרִיד מִמֶּךָ אֶת כָּל הַמִּתְחִים וְכָל יסורי המצפון שְׁנִצְטָבְרוּ אֲצִלְךָ, וְדַעַת לְנִבּוֹן, שְׁגַם לְגִבֵי הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא, אֲסוּר לָךְ שִׁיְהִיו אֲצִלְךָ אֵילוּ יסורי מצפון, רַק עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי הוּא יתְבַרֵךְ אָב הַרְחָמָן, וְתַכֶּף וּמַיֵּד כְּשֶׁאָדָם זוֹכֶה לָשׁוּב בְּתִשׁוּבָה שְׁלֵמָה, וּמִתּוֹדָה לְפָנָיו יתְבַרֵךְ, וּמְפָרַשׁ אֶת כָּל לְבוֹ אֵלָיו יתְבַרֵךְ, אֵינוֹ זֶז מִשֵּׁם, עַד שְׁמוּחַל לוֹ הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא, וְעַל-כֵּן אֵינְךָ צָרִיךְ לְהַרְגִישׁ עֲצָמְךָ עִם אֵיזָה מִצְפּוֹן כָּלֵל; אֲשֶׁרִי הַזּוֹכֶה לְכַרֵּחַ תָּמִיד רַק אֵלָיו יתְבַרֵךְ, וְרָגִיל לְדַבֵּר רַק עִמוֹ יתְבַרֵךְ, וְכָל מַה שְּׁמַעִיק וְכוֹאֵב לוֹ, הוּא בָּא רַק אֵלָיו יתְבַרֵךְ, וּמְדַבֵּר עִמוֹ כַּאֲשֶׁר יְדַבֵּר אִישׁ אֶל רעהו, וּבְזֶה יוֹרִיד מֵעֲצָמוֹ אֶת כָּל מִינֵי יסורי המצפון, כִּי יִרְגִישׁ אֶת עֲצָמוֹ בֵּן חוֹרִין מִמֶּשׁ, וַיִּדַע, אֲשֶׁר אֵין עָלָיו רַק הַשֵּׁם אֱלֹהִיו, וְהוּא אֵינוֹ חַיֵּב לְשׁוּם בְּרִיָּה אֶת נַפְשׁוֹ, רַק אֵלָיו יתְבַרֵךְ בְּעֲצָמוֹ; אֲשֶׁרִי מִי שָׁבָא אֶל הַכֶּרֶה כְּזוֹ, שֶׁהוּא אֵינוֹ מְחַיֵּב לְסַפֵּר אֶת לְבוֹ וְאֵת עֲנִיָּנוֹ לְשׁוּם בְּרִיָּה שְׁבַעֲוֹלָם, וְאֵז יִהְיֶה בֵּן חוֹרִין לְגַמְרֵי כְּלֵי שׁוּם יסורי מצפון, וְיִמְשִׁיךְ עַל עֲצָמוֹ עֲרֻבוֹת, נְעִימוֹת, זִיו וְאוֹר הַשְּׂכִינָה הַקְּדוֹשָׁה; אֲשֶׁרִי לוֹ!

י.

אהובי, אחי היקר! זכור תזכר, שאינך חייב לשום  
 בריה שום דבר שבעולם, ואינך מחייב לתרוץ את עצמך  
 אף לאחד בעולם, כי רב יסורי המצפון באים רק  
 כשמרגיש את עצמו מחייב בדבר, כאלו חייב למשהו  
 משהו, וכשאינו יכול להשלים מה שנדמה לו שחייב  
 וכו'; אז מרגיש את עצמו אשם מאד, ויסורי המצפון  
 הורסים אותו לגמרי, ודבר זה סובב — בין לזלתו  
 ובין לעצמו, בין לחבריו ובין להוריו וכו', ובאמת מי  
 שרוצה לחיות חיים נעימים, צריך לעקר מעצמו את  
 האשמה ואת יסורי המצפון, ולדעת שאינו חייב לשום  
 בריה שום דבר, רק ירגיל את עצמו לדבר עמו יתברך,  
 וכל מה שרק מעיק לו יספר לפניו יתברך, ובזה ירגיש  
 טעם אחר בחייו, כי מי שמרגיל את עצמו לחיות עם  
 האמונה הקדושה בו יתברך, ויודע בידיעה ברורה  
 ומחלטת, אשר אין שום מציאות בלעדיו יתברך כלל,  
 והכל לכל עצם עצמיות חיות אלקותו יתברך, ואין  
 אדם נוקף אצבעו מלמטה, אלא אם מכריזין מלמעלה  
 (חלין ז.) ואז בידיעות אלו לא תהיה חייב לשום בריה  
 שום דבר, רק תמסר את עצמך תמיד בידו יתברך



בְּלִבְךָ, וְתִדַּע שְׂאִיךָ שֶׁהוּא יִתְבַּרְךָ מִתְנַהֵג עִמָּךָ, כִּי  
צָרִיךָ לְהִיּוֹת, וְתִמְסַר אֶת עֲצֻמְךָ לְגַמְרֵי אֱלֹהֵי יִתְבַּרְךָ, וְאִז  
יִפְלוּ כָּל מִינֵי רִגְשֵׁי הָאֲשָׁמָה מִמֶּךָ, וְיִתְבַּטְּלוּ מֵעֲלִיךָ כָּל  
מִינֵי יִסּוּרֵי הַמְּצַפּוֹן; אֲשֶׁרֵי מִי שְׁזוֹכָה לְדַבֵּק עֲצָמוֹ  
לְגַמְרֵי בְּאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא יִתְבַּרְךָ, וְנִכְלָל לְגַמְרֵי בּוֹ  
יִתְבַּרְךָ, אֲשֶׁר אִז יִרְגִישׁ חַיֵּי הָעוֹלָם הַבָּא בְּעוֹלָם הַזֶּה  
מִמָּשׁ; אֲשֶׁרֵי לוֹ!

## יא.

רְאֵה, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר, לְהוֹצִיא מִמֶּךָ כָּל מִינֵי  
רִגְשׁוֹת אֲשָׁמָה וְכָל מִינֵי יִסּוּרֵי מְצַפּוֹן, וְתִדַּע שְׂאִין  
בְּלַעֲדֵיךָ יִתְבַּרְךָ כָּלֵל, וְהַכֵּל לְכָל עֵצָם עֲצָמִיוֹת חַיּוֹת  
אֱלֹקוֹתוֹ יִתְבַּרְךָ, וּבִידִיעוֹת אֱלֹהֵי תוֹכָה לְשִׁמּוֹחַ תְּמִיד, אִף  
שֶׁלֹּא תְּמִיד יֵלֶךְ לָךְ כְּמוֹ שְׂאֵתָה רוּצָה, כִּי תִכַּף וּמִיד  
כְּשֶׁאָדָם מְפָרִיד אֶת עֲצָמוֹ מִמֶּנּוּ יִתְבַּרְךָ, נִכְנָסִים בּוֹ  
יִסּוּרֵי מְצַפּוֹן וְרִגְשׁוֹת אֲשָׁמָה, וְנוֹפֵל בְּעֲצָבוֹן וְדַכְאוֹן,  
וְקָשָׁה וְכִבְד לְהוֹצִיאֹ, עַד שֶׁיֵּשׁ בְּנֵי אָדָם שְׁנוֹסְכָם  
בְּדַעְתָּם, רַחֲמָנָא לְצִלָּן, לְאַבֵּד עֲצָמָם לְדַעַת מֶרֶב יִסּוּרֵי  
הַמְּצַפּוֹן שְׁנוֹכְנְסוּ בָהֶם; לִכֵּן רְאֵה, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר,  
לְהִיּוֹת רְגִיל לְשִׁכַּח אֶת כָּל הָעֶבֶר שְׁלָךְ, וְאֵל תְּחַיֶּה עִם

רגשות אשמה ועם יסורי מצפון, הדבק עצמך בו  
 יתברך, ותדע, שאינך חייב התנצלות לשום ברִיה  
 שבעולם, ואז דיקא תחיה חיים נעימים ומתקים, ויהיה  
 לך טעם בחייהך, כי אלו החיים עם יסורי מצפון  
 ורגשות אשמה, חיייהם אינם חיים כלל, והם הולכים  
 ממרמרים מאד ומר להם מאד.

יב.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, כי העבר אין,  
 והעתיד עדין, וההנה כהרף עין, ועל־כן מה ולמה לך  
 להתבלבל על עולם שאינו שלך? ! הרגל עצמך לשכח  
 בכל פעם את כל העבר שלך, ואפלו שיהיה אף  
 שיהיה, ואפלו שעשית את המעשים הכי מגנים וכו',  
 אסור לך לחיות עם רגשות אשמה, ואל תניח ליסורי  
 המצפון שיהרסו אותך, כי אצלו יתברך מאד מאד  
 חשוכה תשובה, ומי ששב בתשובה, הקדוש ברוך  
 הוא מתנהג עמו ברחמים, ומוחל לו על הכל, ונעשה  
 כברייה חדשה; ועל־כן ראה לעשות תשובה, ותתחרט  
 על העבר שלך, ותתודה לפניו יתברך בלשון שאמה  
 רגיל בה, ותספור לפניו את כל לבך, ותאמין באמונה

אמתית, שאינך זו משם, עד שמוחלים לך בשמים על הכל, כי אין הקדוש ברוך הוא פוסל לבריה, אלא לכל הוא מקבל, השערים נפתחים בכל שעה, וכל מי שהוא מבקש להכנס — יכנס (עין שמות רבה, פרשה י"ט, סימן ד'), וכן אפלו עשית איזו עולה לאיזה אדם, אתה ראה לפייס אותו, ותבקש ממנו מחילה, ויותר מזה — אל תדאג ואל תחשב כלל (שקורין איבער טראכטין), מכל שכן שלא תרגיש אילו יסורי מצפון או רגשות אשמה, אשר הורסים את האדם לגמרי; אשרי מי ששב תמיד בתשובה, וחוזר אליו בתכרף, וכן הוא חי בשלום ובאהבה עם כלל נשמות ישראל, שעל-ידי-זה לא יהיה לו אף פעם שום רגשות אשמה, וכן לא יהרסו אותו יסורי המצפון; אשרי לו!

## יג.

צריך שתראה, אהובי, אחי היקר, לחזק עצמך בכל מיני אפנים שבעולם, ואל תסתכל על שום בריה שבעולם, ותראה לחקק בדעתך, אשר אתה עצמאי, ואינך צריך את שום בריה שבעולם, וכן אינך צריך לתן דין וחשבון לשום בריה שבעולם, ותעשה

ותתנהג תמיד כפי שמאיר לך, ואל תתבלבל משום דבר, ואז על-ידי-זה לעולם לא יהיו לך יסורי מצפון, ולא תהיה חייב תשובה לשום ברִיה שבעולם, ואז דיקא תרגיש כל מיני נעים וערבות בחיך, כי תכף ומיד כשיש לאדם איזה רגש של אשמה או המצפון הורס אותו על איזה דבר, אז כבר נתבלבלים לו חזיו, ומר לו מאד, ולכן עשה זאת, אהובי, אחי היקר, וראה להיות עצמאי, ולא תצטרך טובות משום ברִיה שבעולם, ותדבק עצמך בחי החיים בהקדוש ברוך הוא בעצמו, אשר אין בלעדיו יתברך כלל, כי הכל לכל אלקות גמור הוא, וכזה תהיה בן חורין אמתי; אשרי מי שומצית לכל זה, ואז אין לו שום רגשות אשמה ויסורי המצפון כלל.

## יד.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, כי החיים של האדם מלאים נסיונות קשים ומרים, ועוברים על כל אחד ואחד בכל יום — קטנות וירידות וחלישות הדעת — הן מעצמו והן מאחרים, וצריכים לעשות כל מיני פעולות שבעולם להתגבר על כל הירידות והנפילות

והקטנות וְחִלְשׁוֹת הַדַּעַת, לְבַל יִשְׁכְּרוּ אוֹתוֹ וּלְבַל יִפְּלוּ אוֹתוֹ כָּלֵל, וְאֵל זֶה יְכוּלִים לְזָכוֹת דִּיקָא עַל-יְדֵי שְׂמוּצִיא מַעְצָמוּ כָּל מִינֵי רִגְשׁוֹת אֲשֶׁמָּה וְיִסּוּרֵי הַמַּצְפּוֹן, כִּי עַל-פִּי-רַב תִּרְאֶה שֶׁהָאָדָם נִשְׁכָּר וְנוֹפֵל בְּדַעְתּוֹ רַק מִפְּנֵי שֶׁמְרַגֵּישׁ עֲצָמוֹ חַיֵּב לְזַלְתּוֹ, אֲשֶׁר דָּבָר זֶה הוֹרֵס אֶת הָאָדָם לְגַמְרֵי, כִּי כְּשֶׁאָדָם הוּא בֶּן חוֹרִין, וְיוֹדֵעַ שְׂאִינוֹ חַיֵּב לְשׁוּם בְּרִיָּה שְׂבַעְעוֹלָם שׁוּם דָּבָר, אִז חֲזוֹן הֵם חַיִּים אֲמֵתִיִּים וְנִעְיָמִים, וְלֹא חֶסֶר לוֹ שׁוּם דָּבָר, וְתַכְף-וּמְיָד כְּשֶׁמִּקְבֵּל עַל עֲצָמוֹ אֵילוּ רִגְשׁוֹת אֲשֶׁמָּה וְיִסּוּרֵי מַצְפּוֹן, אִז חֲזוֹן נִתְהַפְּכִים לְמַרְרֵי וְגִדּוּלָה, וּמִתְעַקֵּם לְבוֹ וְנִחְלָשֶׁת דַּעְתּוֹ וְנִשְׁכָּר לְגַמְרֵי, כִּי תְּמִיד מְרַגֵּישׁ אֶת עֲצָמוֹ מְחַיֵּב בְּדָבָר, כְּאִלוֹ הוּא חַיֵּב לְמַשְׁהוֹ אֵיזָה דָּבָר וְכוּ'.

עַל-כֵּן רָאָה, אֶהוּבֵי, אַחֵי הַיִּקָּר, לְהוֹצִיא מִעֲצָמָךְ כָּל מִינֵי רִגְשׁוֹת אֲשֶׁמָּה וְיִסּוּרֵי מַצְפּוֹן, וְהַדְּבֵק אֶת עֲצָמְךָ בּוֹ יִתְבַרֵךְ, וְתִדַּע, אֲשֶׁר אֵין שׁוּם מְצִיאֹת בְּלַעַדְדוֹ יִתְבַרֵךְ כָּלֵל, וְהוּא יִתְבַרֵךְ מְחִיָּה וּמְהוּיָה וּמְקִיָּים אֶת כָּל הַבְּרִיאָה כְּלָה, וְאַתָּה לֹא חַיֵּב לְשׁוּם בְּרִיָּה שׁוּם דָּבָר שְׂבַעְעוֹלָם, וְאֵל תְּנִיחַ בְּעֲצָמְךָ אֶת רִגְשׁוֹת הָאֲשֶׁמָּה וְיִסּוּרֵי הַמַּצְפּוֹן כְּרַגַּע, רַק תִּהְיֶה בֶּן חוֹרִין מִמֶּשׁ, וּבְזֶה דִּיקָא תִּנְצַל מִכָּל פְּגַעֵי הַזְּמַן וּמִקְרָיו, וְאִם הָיוּ בְּנֵי אָדָם

ערב

יסורי־המצפון

יודעים דבר זה, אז היו נתהפכים חייקם לגן־עדן  
ממש; אשרי המציית ומקיים את כל זאת, ואז טוב לו  
בזה ובבא לנצח נצחים.

תם ונשלם, שבח לאל בורא עולם!

