

וכבר הבאנו פעם הוכחה מגמ' דקידושין מ' ב' שברגע אחד אפשר להפטר מכל העונות, שאמרו שם על הפסוק ביחזקאל רשב"י אומר אפי' צדיק גמור כל ימיו ומרד באחרונה איבד את הראשונות שנאמר צדקת הצדיק לא תצילנו ביום פשעו, ואפי' רשע גמור כל ימיו ועשה תשובה באחרונה אין מזכירין לו שוב רשעו שנאמר ורשעת הרשע לא יכשל בה ביום שובו מרשעו, והקשו בגמ' למה מפסיד הצדיק זכיותיו, ואמר ר"ל בתוהא על הראשונות, פרש"י מתחרט על כל הטובות שעשה, והנה המתחרט על הטובות אינו טורח ומתייסר בחרטתו, אלא שזוהי חרטה גמורה ומושלמת, שבודאי לא ישוב לעשות מצות במצבו הזה שמרד בהקב"ה, והרי מדה טובה מרובה שבודאי מי שמתחרט מהעונות חרטה גמורה מוחלין לו, ואמנם כל אחד וכל עון לפי ענינו, שהמשתחזה ועובד לפסל ונודע לו שהוא עץ ואבן, הרי חרטתו מושלמת, ולא בכל עון יש החלטה גמורה כ"כ שלא ישוב לעשותו, אבל ההרגשה המכולכלת שגורמת הזנחה והשלמה עם המצב, היא הפסד גדול מאד, כי מהרבה עונות אפשר להפטר בקל, וגם מאלו שאינו בדרגה המושלמת לתשובה, הרי רצונו העמוק האמיתי הוא להגיע למדרגה זו, ומבקש מהקב"ה שיעזרו כנגד יצרו, ונמצא שגם מאלו יש חרטה אמיתית ובקשה נכונה להתחזק בתשובה לעתיד. ולכן יבחון האדם את מעשיו ויזדרז להפטר מאלו שחזרתו מושלמת, ויתוודה עליהם ויסדר מחשבתו איך שלא יכשל בהם עוד, ועוד יתוודה ויתחרט על אלו שמרגיש שאינו בדרגה המושלמת, ויבקש רחמים ויטכס עצה איך למעט בנסיונות ככל האפשר, ועי"ז יקל עליו להתחיל חשבון חיים נקי, הן מבחינת הרגשתו שאינו מיואש מרוב חטאיו, והן מבחינת סילוק המפריעים של החושך שנעשה ע"י העונות המבדילים ומעכבים אותנו מלהתקרב אל הקדושה.

ובדרך משל יש להטעים על הפסוק הרב כבסני מעוני, וביארו חז"ל בשמחות פ"ח שביקש דוד יסורים לנקות עונו, והנה מבואר בראשונים במלאכת כיבוש שלנקות בגד מלכלוך גמור סגי בשרייתו זהו כיבוסו, אבל בגד שאין עליו לכלוך גמור אלא שהושחר מעט מרוב הליבישה צריך שפשוף לצחצחו, וה"נ לטהר נפשו מלכלוך גמור סגי בשרייה, ולצחצחו וללבנו צריך כסכות והתאמצות יותר, אבל יש למהר ולהסיר תחלה הלכלוך הגמור שיורד בקל, ולא להזניח הכל, בגלל שללבנו ליבון גמור צריך כסכות ושפשוף.

אמרו בגמ' יומא נ"ג ב' ת"ר מעשה בכהן גדול אחד שהאריך בתפלתו כו' א"ל מפני מה הארכת בתפילתך אמר להם קשה בעיניכם שהתפללתי עליכם ועל בית המקדש שלא יחרב, אמרו לו אל תהי רגיל לעשות כן שהרי שנינו לא ה"י מאריך בתפלתו כדי שלא להבעית את ישראל, הנה בעת הרצון היותר גדול לא הרשו לכהן גדול לבקש אלא בקשות מעטות וקצרות כדי שלא להבעית את ישראל, ולכאורה מה בכך אם יהיו עוד קצת זמן במה שקורין מתח וירויחו כל הטוב שביקש עבורם בתפלתו, אלא ידעו חז"ל שתפלה על חשבון הזולת אינה רצויה, וכל שנמנעים מפני עשיית רצון השם אין מפסידין מזה, וכהן גדול קורא חלק מקריאת התורה ביוהכ"פ בעל פה כדי למנוע טירחא דציבורא שלא ימתינו עד שיגלול מפרשת אמור לפרשת פנחס, וכך אמרו על ר"ע כשהי' מתפלל בינו לבין עצמו ה"י מאריך ביותר, ובביהכ"נ ה"י מקצר משום טירחא דציבורא.

מן האמור נלמד שיש להזהר שלא לעשות מצות על חשבון הזולת, ויש המאריכין בתפלה ומעכבים את כל העומדים מלפניהם מלפסוע, ולא רק שמעמידין אותם על רגליהם חמש או עשר



דקות, אלא בכל שתי דקות צריכין להפסיק ולראות אם כבר גמר תפלתו, ונמצא שהם עשו דקות של טירדה ועצבים, ואמנם העומד בתפלה חבל לו מלהרויח בקשה נוספת, ובעוד כמה שניות נוספות הרי ירויח עוד בקשה לטובת עצמו ובניו ולטובת הזולת, אבל שמוע מזבח טוב, ויש לחוש שלא יהא בגדר טורפין תפלתו בפניו, ויותר טוב שיקבע לעצמו תפלה אחת ביום במקום ובזמן נוח, ושם יפרט כל בקשותיו, וכשהוא בביהכ"נ ואין לו מקום סמוך לקיר יהא מקצר ועולה, ויכוין ביהיו לרצון בהגיון לבי שמלבד אמרי פיו הרי יש בלבו הגיון מכל בקשותיו שנמנע מלפרטם מפני שידע שרצון השם הוא שיקצר כעת, וזה יועיל לו יותר, שהרי אינו בדין שהעושה רצון השם יפסיד.

ואמנם צריך זהירות בכל דבר שלא לתפוס ההערה יותר מדאי, וכדרכו של יצר להשתמש בדברים הנכונים שנאמרו במקומם, ולהבליטם שלא במקומם לצרכו, ויזרו את האדם בתפלה במקום שאמרו להאריך, (וכמובן גם שילמוד מזה להוכיח את חבריו על אריכותו וכו' וכו'), ובכל דבר צריך שימוש חכמים לידע מה היא הדרך הנכונה, ואמנם האדם אינו מכונה שמכוונים אותה בדיוק, וכל אחד לפי טבעו וענינו, אבל ע"י שימוש חכמים ידע הכיוון הנכון באופן כללי, וישים לנגד עיניו חיוב הזהירות שלא לסטות לקצוות, למרות הדברים החיוביים שבהם, וכן יש לש"ץ להזהר שלא להטריח על הציבור, ומסופר על החפץ חיים שהי' דרכו להיות ש"ץ במעריב במוצאי יוהכ"פ, והי' מתפלל במהירות כדי שלא להאריך את הצום, וכנראה חשש שלא יגיש מאריך ושלא יגש מקצר שאינו ראוי.

ולפעמים מאריך עם חבריו אחר התפלה על חשבון בני ביתו שלו או של חבריו ואפי' בדברי תורה מצינו על רב רחומי שהיה יושב בעלייה ומשכתייה שמעתתא ואיחר מלבא לביתו והמתינה לו אשתו וחלש דעתה וירדה דמעה מעינה ונענש שנפלה הרצפה מתחתיו ונפל ומת, ואמנם שם הי' דרכו להגיע לביתו בערב יוהכ"פ אחר תקופה ארוכה, אבל מ"מ למדנו מזה חומר הענין, (ואמרו שבת קי"ט ב' שר' זירא הוה מהדר אוזוי זווי דרבנן אמר להו במטותא מיניכו לא תחללוניה, פרש"י כשהי' רואה אותן זוגות זוגות ומדברין בתורה מחזר אחריהם ואומר להם במטותא מנכון לכו והתעסקו בעונג שבת ולא תחללוניה לבטל תענוגים), ואמרו על החכם שמקיף כדי שלא יצטרכו לקום מפניו שבזכות זה מאריך ימים.

כתבו חו' כתובות ק"ד א' בשם המדרש עד שאדם מתפלל שיכנס תורה לתוך גופו יתפלל שלא יכנסו מעדנים לתוך גופו, וכן שנינו באבות מקניני התורה במיעוט תענוג, ואמנם מסייע גדול במלחמת היצר הוא מיעוט אכילה, וז"ל רבינו יונה וכן אמר הראב"ד שהי' אחד מחסידיו עולם הגדר הגדול המעולה המופלא מגיעת המאכלות, וכן פירש דבריו אל יעזוב לגמרי מלאכול בשר ולשתות יין, כי דיין מה שאסרה תורה, אך בעת מאכלו ועונו תאב לאכול, יניח ממנו לכבוד הבורא מתאותיו ואל יאכל כפי תאותו, ודרך זו תמנענו מחטוא ותזכירנו אהבת הבורא יותר מתענית אחד בשבוע, כי זה בכל יום תמיד, מדי אכלו ומדי שתותו יניח מתאותו לכבוד הבורא. וכן ביאר הרמב"ן ענין קדושים תהיו לקדש עצמו במותר לו, ואמנם יש להזהר שלא למעט יותר מדאי מפני שממעט במלאכת שמים ומחליש גופו, וכלל הדברים שיש להחליט על שיעור הראוי בכמות האכילה קודם האכילה, ולא לאכול לפי התיאבון שבזמן האכילה, ואומרים כהיום



שהמוח מקבל הידיעה מהמעיים שכבר שבעו מהאכילה רק לאחר כעשרים דקות משעה שנכנס המאכל במעיו, ונמצא שהוראת המוח לבקש אוכל נמשכת גם כשכבר יש במעיו כשיעור, ולכן יקבע שיעור אכילתו כפי הראוי בשכלו, ולא כפי הרגשת הגוף בשעת האכילה, וכן בענין סוג המאכלים יבחין בדעתו אם לאחר האכילה יהיו שניהם שוין לתועלת בריאותו, א"כ הנפ"מ רק ברגע הבליעה, ובזה ישתדל לאכול הערב פחות, אבל לא ישקיע עיקר עבודתו בזה, כי מגודל המלחמה מתקשר יותר לחשוב על ענין אכילה, ואינו מתעלה מזה.

ואמרו באבות פ"ג נדרים סייג לפרישות דהיינו שיגדור עצמו בקבלה בל"נ לזמן מסוים על מאכל מסוים להמנע ממנו לגמרי או הנהגה דומה בשיעור אכילה, שע"ז אין הגבלתו תלויה במצבו הרוחני, שאם כעת אינו בעלייה רוחנית הרי גם לא יתגבר, אבל אם קיבל על עצמו באופן קבוע, לא יפרוץ קבלתו בשביל רגע, כי בדרך כלל טוען היצה"ר שאכילת הדבר פעם אחת או מעט יותר לא תזיק כ"כ, ואין בכחו להתגבר כשאינו במצב רוחני טוב, אבל כשצריך לפרוץ קבלתו, הרי אין הנדון על אכילה מועטת, אלא על ביטול הקבלה, ובזה יכול להתגבר ולמנוע היצר.

ומעשה במין רגים שהיו להם קשקשים קטנים ביותר שהי' מקום להסתפק אם הם בגדר קשקשים, ועיין בהם מרן זללה"ה והורה בביתו שהם מותרין באכילה, וסיים שלא ישלול מהם עבורו, ושאלו אחד מהנוכחים מה ראה להחמיר על עצמו בזה הרי כתוב בתורה שרגים שיש בהם קשקשים מותרין באכילה, והשיבו הרי האדם צריך לנהוג פרישות בעצמו, ובמקום לנהוג פרישות סתם, הרי במקום שיש סרך מקום להחמיר מפני האיסור, הרי הוא מקיים בזה את ציון הפרישות, והנה למדנו מכאן דרך להנהיג פרישות בעצמו להמנע ממאכלים שיש בהם גרנוד ענין בהמה שהורה בה חכם, ולא יכביר על אחרים בהנהגתו כדחזינן בהאי עובדא שבישלו כן בביתו, ויש לזכור תמיד מה ראוי להחמיר ומה בגדר פרישות.

ואמרו בזוהר משפטים תנא במה זכו דניאל חנניה מישאל ועזרי' דאשתזבו מאינון נסיוני, אלא בגין דלא איסתאבו במיכליהון.

כתב במסילת ישרים פ"א יסוד החסידות ושורש העבודה התמימה הוא שיתברר ויתאמת אצל האדם מה חובתו בעולמו, ולמה צריך שישים מבטו ומגמתו בכל אשר הוא עמל כל ימי חייו, והנה מה שהורונו החכמים ז"ל שהאדם לא נברא אלא להתענג על ה' וליהנות מזיו שכינתו שזהו התענוג האמיתי והעידון הגדול מכל העידונים שיכולים להמצא, ומקום העידון הזה באמת הוא העולם הבא, כי הוא הנברא בהכנה המצטרפת לזה, אך הדרך כדי להגיע אל מחוז הפצנו זה, הוא זה העולם, והוא מה שאמרו ז"ל העולם הזה דומה לפרוודור בפני העולם הבא, והאמצעים המגיעים את האדם לתכלית הזה הם המצות אשר צונו עליהם הא-ל ית"ש כו', עי"ש שביאר בטוב טעם ודעת והוכיח שלא יוכל שום בעל שכל להאמין שתכלית בריאת האדם הוא למטבו בעוה"ז, כי מה הם חיי האדם בעוה"ז או מי הוא ששמו ושלי' ממנו בעוה"ז, ימי שנותינו בהם שבעים שנה ואם בגבורות שמונים שנה ורהבם עמל ואון בכמה מיני צער וחלאים ומכאובים וטרדות, ואחר כל זאת המות, אחד מיני אלף לא ימצא שירבה העולם לו הנאות ושלוה אמיתית, וגם הוא אילו יגיע למאה שנה כבר עבר ובטל מן העולם כו' נמצינו למדים כי עיקר מציאות האדם בעוה"ז הוא רק לקיים מצות ולעבוד ולעמוד בנסיון, והנאות העולם אין ראוי שיהיו לו



אלא לעזר ולסיוע בלבד שיהי' לו נחת רוח וישוב הדעת למען יוכל לפנות לבו אל העבודה הזאת המוטלת עליו כו' (כ"ז מתוך לשונו) עי"ש, והנה קודם שרוצה לקבל עליו הנהגות וגדרים צריך לחדר אצלו הידיעה הזו הברורה ופשוטה לכולם, ועי"ז יקל עליו קבלתו בלב שלם ובנפש חפצה. עוד צריך לחדר לעצמו שלענן חלקו בעוה"ב הרי הוא יחיד בעולם, ואין העוה"ב כהעוה"ז שהקטן נמדד ערכו ביחס לגדול ממנו, אלא כמו שאכילת האדם מתייחסת רק לגופו, ואין שביעתו וכחו נגרעים או מתחזקים מזולתו, כך העוה"ב שלו הוא כפי כח אכילת נשמתו והתקרבותה לבוראה יתברך, ולא שייך שום יאוש ושום חיוזק מזולתו, כמו שלא יועיל לו לשבוע בגלל שחבירו רעב, ולא ירעב בגלל שחבירו שבע, ולכן יש להתייחס לעצמו כיחיד בעולם, וכל מה שיסגל לעצמו בעוה"ז זהו חלקו בעוה"ב ממנו ישבע ויתענג לבדו לנצח נצחים, וכבר הארכנו בזה במקו"א על הא דתנן לפיכך נברא האדם יחיד ללמדך כו' לפיכך חייב כל אחד ואחד לומר בשבילי נברא העולם, ויחדר לעצמו הידיעה הזו שהצידה שהוא מכין לעצמו הוא לצורך נסיעתו בספינה לבדו, ולא ישתתפו בררכו הרגשות החברה כלל.

עוד ישנן עצמו שתכלית האדם וחלקו בעוה"ב אינו נקבע בסוף ימיו, אלא כל שעה שמקיים חובתו בעולמו בונה בה את העולם הבא שלו, והגיע לתכלית הזמן הזה, וכענין ששנינו יפה שעה אחת בתשובה ומעש"ט בעוה"ז מכל חיי העוה"ב, ולכן ישמח ויתחזק בכל תקופה שזכה להתעלות בה כי חלקו של התקופה הזו מובטח בעוה"ב, ולא יגרע מחלק זה מה שבתקופות אחרות לא הי' כן, ולפעמים תקופה אחת טובה גורמת להפכו לטוב כל ימיו, ע"י המצות שסיגל לעצמו והשפיע קדושה בכל העולם להרבות תורה ותשובה לאחרים, ביודעים ובלא יודעים.

עוד יתבונן שאין אדם שאינו מתאים להמנות בין גדולי הדור כי הרי ענינו רואות בחשובי הת"ח בדורינו וכן כפי הנדמה לנו בדורות שעברו, שאין שום צד השוה בתכונות ובכשרונות לומר שיש סוג מיוחד שמתאים להמנות בין גדולי הדור, אלא ממש כל אחד לפי תכונותיו וראוי לכך לפי התמסרותו לחובתו בעולמו, ואמנם אין שום מטרה להמנות בין המפורסמים שבדור, ואם זכה להיות נסתר אשורי חלקו, אבל ילמד מזה שהוא ראוי לכך, וגדולה מזו שאין אדם יודע מתן שכרן של מצות, ואינו יודע כמה עולמות הוא בונה בעמלו בתורה, אף אם בעוה"ז לא ניכר שחולל פלאות בסוגיא מחידושי, הרי העוה"ב אינו נמדד במה שנראה בעוה"ז, ואמנם יש זכות לגלות צפונות התורה, אבל לא בזה נמודד תכלית התורה, אלא כל אחד לפי שורש נשמתו פועל בתורה לשמה, ולפעמים קוצו של יו"ד שנתקן על ידו גרם להכשיר כל הספר תורה, לכן יעריך כל אחד חלקו בתורה כיחיד בדור ויתאמץ בזה בכל כוחו, כי הענוה הזו היא עצת היצר, וכמה יצטער האדם כשיתבאר לו לעתיד לבא שבשורש נשמתו הי' כל חידוש שלו מחולל פלאות בעולמות העליונים יותר מכל בני חבורתו, וגם כפי חידושו לנו בעוה"ז הרי אברך שעוסק בתורה לברר האמת ואינו מחפש להתגדר בה, היא זו התורה שעושה נ"ר ליוצרו וכל העולם כולו כדאי הוא לו, וא"צ תנאים אחרים של כשרון וכו' החידוש כדי להחשב בדריגה הזו של העוסק בתורה לשמה, ואם ידע דבר זה האברך הצנוע וממעיט עצמו, הי' מתחזק הרבה יותר, ואדרבה ענוותנותו רק מוסיפה בכח התורה שלו, ולא אמרו כל המחדש בתורה זוכה לדברים הרבה, אלא כל העוסק כו', ונעשה כמעין המתגבר כו', וכן הדבר בעניני העולם שהקשר הנפשי נעשה ע"י ההשתדלות בטובתו של חבירו, ולא נמדד בהצלחה, שהרואה שחבירו טורח ומתאמץ בענינו הוא נקט



באהבתו, גם אם לא הצליח, אלא שבודאי ההצלחה מוסיפה אהבה, וכן הוא בתורה שצריך  
הדבקות הוא מהעמל והרצון לגלות צפונותיה, אלא כשזוכה ומתגלה על ידו מוסיף אהבה.  
והנני מפרט כמה ענינים מעשיים בקצרה, ואע"פ שמהם עיקרים גדולים קיצרנו בהם כי סמכנו  
על מה שכבר נתבאר בשנים שעברו.

א. כשמחליט להשתנות בהתמדה ובמיעוט שיחה וכיו"ב יבהיר לעצמו שלא ימנע מפני הבעת  
תמהון או דבר זלזול של כל מי שיהי', ולא יחפש להסתיר הדבר ולהראות כמקדם, וכלשון מרן  
זלה"ה חזק נא בן אדם חזק ולבש אומץ חגור מרץ והוי שקוד ללמוד הלכה, ומה נחשב מחשבת  
בן תמותה בשר ורוח כחלום יעוף, ולמה תכנע מראות עיניו, ולמה לא תכנע מכלימת עולם  
המאיימת עליך.

ב. לגדור עצמו מדברים בטלים גם כשאנשים נראים כמפריעים, וימנע עצמו משיחת טלפון  
מיותרת, גם כשיש בה סרך מצוה, שכל אלו מצננים כח התורה, ויזהר מהטעות הגדולה שקודם  
יסדר עניניו ויוכל ללמוד בשקט, אלא לעולם כל מה שיכול לרחות סידוריו ידחם, וכל דיבור  
שאפשר לרחותו ידחננו, ועי"ז יראה סייעתא דשמיא שלא הוצרך לדיבורים, ועניניו יסתדרו יותר  
טוב.

ג. לא יחפש להיות בענינים, דהיינו לידע הסיפורים שמדברים בהם חבריו, וישמח לצאת  
מביהכ"נ לבדו בלי שנטפל חבירו אליו, אע"פ שנעים להרגיש שמתייחסים אליו, אבל קדושתו  
מהתפילה והתורה מתקררת עי"ז, וסוף הכבוד והיחס לבא מההתעלות האמיתית, וכאשר זו תהא  
שאיפתו, לא ירגיש נחיתות כשאין מתייחסים אליו.

ד. ישתדל לסדר עניניו באופן שהלימוד יהא רצוף שבוה עיקר ההצלחה, וירכו סידוריו בזמן  
אחד, וישתדל לצרף שני סדרים בלימוד בלי הפסקה של יציאה מביהמ"ד לחוץ, וכן ישנן משניות  
בע"פ בדרכים או בכל עת שנזכר.

ה. לחייב עצמו לכתוב בכל יום בפנקסו מעט חידושים בין חידוש שלו או מה ששמע מאוזניים  
או לבאר שני הצדדים בספק שיש לו.

ו. בענין התפלה יש להתפלל באופן פרטי על כל צרכיו, ולהתייחס לצורך הקרוב שיש לו, כגון  
אם צריך דבר מסוים מצרכיו הגשמיים ליום זה, יתייחס לצורך הזה בפרטות, ויכול להוסיף גם  
בכללות, כדאמרינן שתצילני היום ובכל יום, וכן בעסק התורה להבין סוגיא זו וענין זה, ויקדיש  
תפלה בזמן שההצלחה נראית לו בטוחה יותר, ולא בדרך נס, שבכל אלו תפלתו שלימה יותר, וגם  
רואה ההשגחה יותר.

ז. חיזוק בתורה יקבל ע"י שימדוד עצמו איך הבין בשנים שעברו ואיך מבין היום, ואז יראה  
כמה התקדם בלימודו, וזה יועיל נגד ההרגשה על חולשתו ומיעוט כחו כפי המצוי אצל הצעירים  
שבחבורה, חיזוק בבטחון יזכור איך ראה מצבו בפרנסה ובשאר צרכיו כאין מקור תקוה לפי  
שכלו, והנה עברו השנים בלי הסבר איך נעשו הנסים, ומזה יתחזק לעתיד, חיזוק בתפלתו ג"כ  
ילמד מהעבר, ואומרים עי"ז לב חכם לימינו שהוא הצד הימני שבגמרא דהיינו הדפים שכבר למד,  
ולב כסיל לשמאלו אלו מה שיש לו עוד ללמוד.

ח. תנן באבות אל תרבה שיחה עם האשה באשתו אמרו וכו' [והיינו מדקתני עם האשה  
הידועה ולא אמרו אל תרבה שיחה עם אשה], ומכאן אמרו חכמים כל המרבה שיחה עם האשה



רעה לעצמו ובוטל מדברי תורה וסופו יורש גיהנם, ופירשו באבות דר' נתן כיצד בזמן  
ש בא לבית המדרש ולא היו נוהגין בו כבוד או שערער עם חבריו, אל ילך ויאמר לאשתו כך  
גרעתי עם חברי, כך וכך אמר לי, כך וכך אמרתי לו, מפני שבוזה את עצמו ובוזה את  
דו, ואשתו שהיתה נוהגת בו כבוד עומדת ומשחקת עליו, כיון ששמע חבריו אמר אוי לי  
שם שבינו לביני הלך ושחן לאשתו, ונמצא אותו האיש בוזה את עצמו ואת אשתו ואת חבריו,  
ל, ויש להרגיל עצמו שלא להביא לביתו שום סחורה מבחוץ, לא טובה ולא רעה, ובבית  
רים רק בעניני הבית ובחינוך ויראת שמים, בלי יוצא מן הכלל, ואין כאן המקום להאריך  
וכיית כמה רעות צומחות מזה, ואיך שכל עתידו נקבע עי"ז ודי לנו בחומר ששנינו במשנה  
ש רעה לעצמו ובוטל מד"ת וסופו יורש גיהנם.

ט. חיזוק בסבלנות כשרוצה להתרעם על מה שעושים לו, יחשוב לעצמו האם אני נוהג עם  
אי ויוצרי ומטיבי טוב מזה, חיזוק בזמן השפלתו יצייר לעצמו בחוש שאם היו נותנים לו עבור  
סכום כסף הרי הי' מזמין עוד כמה כאלו, וכן אם הי' יודע שפעולה זו במקום כאב פלוני  
לנו, וכבר אמר הגר"ח מואלזין ז"ל שצער רוחני מוריד יותר מצער גופני, וכן עונג רוחני של  
יד וכיו"ב מנכין לו יותר מזכויותיו לעתיד לבא.

י. טוב להתחזק בחבורה יחד להתפלל זה על זה, לפחות עד יוה"כ"פ, ותפלת רבים מקובלת  
מ, מלבד זה שהמתפלל על עצמו עוסק בטובת עצמו, והמתפלל על חבריו עוסק בחסד  
פלתו מחקבלת יותר, והוא נענה תחלה.

ויה"ר מלפני אבינו שבשמים שישים חלקנו בעוסקי תורתו ועושי רצונו בשלימות, ויזכנו  
שוב לפניו בתשובה שלימה ולתקן כל קלקולינו עם כל פושעי עמו ישראל, בברכת כוח"ט  
בט"ס

שלהי אלול תשס"ז



איתא בגמ' ב"ב ט"ז א' על הפסוק על דעתך כי לא ארשע ואין מידך מציל, אמר רבא ביקש איוב לפטור את כל העולם כולו מן הדין [מדניו של הקב"ה לומר שאנוסין הן ע"י הקב"ה שברא להם יצה"ר, וה"ק על דעתך כי לא ארשע, אם היית חפץ לא הייתי רשע, רש"י] בראת שור פרסותיו סדוקות בראת חמור פרסותיו קלוטות [את זה טהרת ואת זה טמאת, הכל בא על ידך, אתה בראת בו סימני הטומאה, רש"י] בראת גן עדן בראת גיהנם בראת צדיקים בראת רשעים מי מעכב על ידך, [בראת צדיקים ע"י יצר טוב, בראת רשעים ע"י יצה"ר, לפיכך אין ניצול מידך, כי מי יעכב, אנוסין הן החוטאין, רש"י] ומאי אהדרו ליה חבריה דאיוב אף אתה תפר יראה ותגרע שיחה לפני קל ברא הקב"ה יצה"ר ברא לו תורה תבלין, [תורה תבלין שהיא מבטלת את הרהורי עבירה כדאמר בעלמא אם פגע בך מנוול זה משכהו לבית המדרש אם אבן הוא נימוח בו, הלכך לאו אנוסין נינהו שהרי יכולין להציל עצמן, רש"י].

ויש לעי' מה עלה על דעתו של איוב מעיקרא, ואם סבר שהרשעים נבראו עם יצה"ר חזק יותר מהצדיקים, א"כ בכלל זה שהיצה"ר ימנעם גם מעסק התורה, ומה תשובה היא שברא לו תורה תבלין.

ואפשר דבאמת בני אדם שונים זה מזה בתכונותם בעיקר בריאתם, יש בעל מרץ ויש עצלן, יש בעל כשרון ויש חלש בכשרונותיו, יש בעל תאוה ויש שאין לו משיכה לתאוות, וזהו טענת הרשע שנברא בתכונות רעות והוא נמשך אל הרע בטבעו, וע"ז השיבו לו שהתורה תבלין לכל התכונות הרעות, וא"כ הבחירה ביד האדם, וכל אדם נברא עם הכוחות להכניע היצה"ר, ואין לאדם למדוד עצמו ביחס לחבירו, כי לא דנין אותו ביחס לחבירו, רק לפי מה שהוא יכול להתגבר.

ולמדנו מתשובה זו ששוב אין מקום לטענות לומר שלפי תכונתי איני ראוי לעמל התורה, ואע"פ שאמת הוא שיש בעלי כשרונות שמצליחים בתורה יותר בקל, מ"מ כל אחד יכול להגיע לשלימותו ע"י עסק התורה, וכשתבונן בגדולי התורה בדורינו ובדורות קודמים לפי דמיונינו, נראה שאין צד השוה ביניהם לא בתכונות ולא בכשרונות, אלא כל אחד לפי התמסרותו המושלמת לתורה ויראת שמים הגיע למקומו ומעלתו, (ואדרבה שמעתי מאאמו"ר שליט"א שמרן זללה"ה הי' אומר שהבינונים יש להם סיכויים להגיע לשלימות יותר מהבעלי כשרונות, וכן ידוע בבי מדרשא שבעלי הכשרונות מסתדרים בסברותיהם בלא עמל, וכיון שלא נכנע יצרם בעמל התורה, נשארו בחשרונותם והם מסורים ביד יצרם).

ואמנם בחבורה זו של בני תורה אמיתיים העמלים בתורה בדרך הנכונה, מיותר לדבר על עיקר הענין של תורה תבלין, כי כל אחד יודע ועד ומכיר את זה בעצמו היטיב, אבל יש לעורר על ענין השאיפות, יש כאלו שמענוותנותם מחליטים שהם אינם ראויין להיות ת"ח, ואמנם עוסקים בתורה ומדקדקים במצות, אבל חושבים שלא הם הראויים להכנס בעובי הקורה לקבוע מסמרות בדינים העולים, ויש שמתייאשים באמצע הדרך, מכל מיני אמתלאות, והרבה יש להתאונן ע"ז שאלו שכבר זכו להיות מבני היכלא דמלכא, מהשרידים שאינם שמים גבולות בדקדוק המצות, ועמלים בתורה להבין האמת, וכל שאיפותיהם ומעשיהם לשם שמים, משלימים עם דרגתם בתורה, ואינם מחייבין עצמם להמשיך ולהתעלות, כמו שהרגישו בחובה זו בצעירותם.

והנה כשאמרו אשרי מי שעמלו בתורה לא הזכירו שיגיע לתכלית מסוימת, אלא העסק בתורה בשעה זו, זהו התכלית של הזמן הזה, ויום מחר הוא ענין בפני עצמו, ויעוי' בנפש החיים שער א' שבעת עסקו בתורה לשמה לשמור ולקיים ככל הכתוב בה מטהר את גופו מראשו ועד רגליו, וכשם



שכל גופו של אדם עולה ומזדכך ע"י עסק התורה והמצות, כך העולמות כולם מזדככים ומתטהרים ומתעלים. – וזהו ענין שכר העולם הבא שהוא מעשי ידי האדם עצמו, שאחר פרידת נפשו מהגוף, הוא העולה להתעדן ולהשביע נפשו בצחצחות האורות והכוחות והעולמות הקדושים שנתוספו ונתרבו ממעשיו הטובים. – וכן מבואר במקומות רבים בתיקונים שמכל דיבור וקול והבל דאורייתא או דצלותא נבראים כמה מלאכים קדושים.

וגם מתבאר שם שלפי דרגת האדם, כך הוא כח תיקונו בעולמות העליונים יותר, וא"כ כשאברך יר"ש ומדקדק במצות, עוסק בתורה כראוי, הרי באותה שעה הוא בורא עולמות באורות וכוחות גדולים וקדושים יותר, וככל שמוסיף לעסוק במסירות הרי שלימותם גדולה יותר, ואין הכח מתמעט מפני שאין תורתו וחידושו מפורסמים בחבורה, ואדרבה כשעוסק בהצנע אין כח אחר מעורב בו, ולפי טוהר מחשבתו מותקן בעולמות העליונים.

מן האמור נלמד שכל אחד מאתנו מחויב להתחזק בהתמדת התורה וקיום המצות באותה התלהבות של מי שמרגיש שהוא יכול להיות מגדולי הדור, כי בעיקר הגדול של עסק התורה אין התכלית בעתיד אלא בהווה, ואין אדם יודע עסק התורה של מי פועל יותר בעולמות ועושה נ"ר ליוצרו, וגם האמת שכח הת"ח צפון בידי כל אחד, ואין צורה ודפוס מיוחדת שת"ח צריך להיות כך או כך, ואמר רבא האי צורבא מרבנן דמי לפרצידיא דתותי קלא דכיון דנבט נבט, תענית ד' א', והיינו שכ"ז שצומח תחת האבן עולה מעט מעט ואין ניכר כלום, אבל משנבט ויצא לאויר מוסיף והולך הרבה בב"א וכל אחד יעריך ידיעותיו לפי מה שהי' לפני כמה שנים, ומזה יראה כמה כחו להוסיף ולעלות.

ומטבע האדם שכל מה שהדבר גשמי יותר הוא מרגיש יותר בעשייתו, והמתעסק בהצלת נפש מן השמד או שהוציאו מן הים, מרגיש סיפוק גדול והנאה רוחנית, וכבר כתב מרן זללה"ה באגרתו שעיקר גורם ההצלה ברוחניות וגשמיות הוא העוסק בתורה, והמתעסק למעשה הוא רק בחובת ההשתדלות להוציא לפועל את מה שנגזר בזכות עסק התורה והמצות, ואמנם ג"ז מצוה שמסייעת בהצלה, אבל עיקר כח ההצלה בא ע"י האור ושפע הטוב שבא לעולם בזכות התורה, וקשה לאדם להרגיש כן כיון שאין הדבר מוחש בדבר גשמי, אבל האמת כך היא, ואמרו בירושלמי ריש פאה שכל מצותיה של תורה אינן שוין לדבר אחד מן התורה, דהיינו שמצות עסק התורה כנגד כל המצות, ואפי' כנגד דיבור אחד של התורה לא ישוו כל המצוות, וכמה שהאדם מאמין ויודע קשה לו להמחיש בלבו ולהרגיש ידיעה זו בהערכה ובשמחה, וקצת אפשר להרגיש זה במה שידוע לכל אדם שדיבור מגונה אחד פוגם הרבה בנפש, וידוע שמדה טובה מרובה חמש מאות פעמים כנגד המדה שלרעה, ומזה יבין כמה גדולה חשיבותה של כל תיבה מהתורה, וכשמתעורר בלבו אולי כדאי לומר איזו משנה ברגע זו, ממעט חשיבותה בלבו, ויש להחדיר בלב גודל הערך והשכר של כל תיבה מהתורה, וגם כשנאמרת בתוך חלל גדול של ביטול תורה, וידע כל אחד שכל האמור בנפש החיים שער ד' מתכוונים אליו באופן פרטי, והוא הוא הבן יקר שמקיים את כל העולמות בתיקונם ושמחתם.

וכתוב בנפש החיים שכל עיקר ענין התפילה תלויה בעסק התורה ובלי התורה אינה נשמעת ח"ו, ואמרו כל העוסק בתורה מתוך דוחק תפלתו נשמעת ואין הפרגוד ננעל בפניו, ובזהר מאן דבעי דקובי"ה יקבל צלותיה ישתדל באורייתא, וכן אנו אומרים באקדמות צבי וחמיד ורגיג דילאון בלעותא צלותהון בכך מקבל והניא בעותא.



והאדם יכול לסדר את כל עניניו הרוחניים והגשמיים בכל תחום שהוא ע"י התפלה, ולא זו בלבד שימלאו משאלותיו עוד יקבל שכר על זה שביקש, ובבקשות פרטיות האדם מרוכז יותר, ותפלתו כראוי, ומתקבלת.

אמרו חז"ל לעולם יבקש אדם רחמים עד שלא יחלה שאם חלה אומרים לו הבא זכות והפטר, והענין שלשנות את האדם ממצבו צריך יותר זכויות, מלהעמידו במצבו, וכן בעני ועשיר וכיו"ב, וכמ"ש הרמב"ן בפ' עקב, ועוד דכיון שנתעורר לבקש קודם שהוכרח לזה, תפלתו מתקבלת יותר, מפני שהוא מכיר את בוראו מעצמו, ומשליך יהבו על ד' בכל עת, וזה יותר דרך כבוד, ועוד שכונתו ובטחונו חזקים יותר כי בטוח יותר שתתקבל תפלתו כשיש דרכים רבים להצלתו, וא"צ לעשות לו נס או כעין נס בהשגחה פרטית, וממילא מכיון בשלימות הראויה.

והרינו חוזרים בזה לפרט דברים ידועים שכבר נתבארו, ויתעורר כל אחד בעניניו להוסיף ולתקן, וירשום קבלותיו בל"נ.

א. עיקר הצלחת הלימוד הוא ברציפות, והדבר ידוע שלקראת סוף הסדר שכבר נימוח האבן ונתפוצץ הברזל של היצה"ר וכבר נכנס לעומק הענינים ונעשה תורני יותר, אז נגמר הסדר וחוזר ומתקרב כבתחלה, ולכן יש לחבל תחבולות בכל מחיר להאריך זמן הלימוד ברציפות, שלא יהא מוגבל להפסיקו אחר כמה שעות, וגם אם יש לו טרדות ידחה סידורם לסוף הסדר השני וכיו"ב. וכל שעה נוספת ברציפות מכפילה ההצלחה פי כמה וכמה מהקרעים, כמו שאמר אאמו"ר שליט"א שהענין כמו בצום שכל שעה נוספת קשה יותר, ובתורה זה הרבה יותר מזה.

ב. אל תאמר לכשאפנה אשנה אלא לכשאשנה אפנה, כ"כ אאמו"ר שליט"א, והענין שבכל דבר שאפשר לדחות סידורו למשוך הלימוד עוד קצת, צריך לעשות כן, כי הרעיון שלאחר סידור הענינים נוכל ללמוד בשלוה, טופו כשלון מוחלט, מנסיון הידוע לכולם, אבל לתפוס מה שבידו בלימוד התורה, גורם לסייעתא דשמיא והכל מסתדר בטוב.

ג. להעריך כל תיבה של תלמוד תורה בערכה האמיתי, ומסייע לזה שינון המשנה בע"פ, שבכל מקום ועת יכול לשנן מעט, מלבד המעלות הגדולות שהארכנו במקו"א.

ד. להתרגל לסדר כל עניניו ע"י תפילה, וגם מה שצריך להעיר בביתו או לחבירו וכיו"ב יבקש בתפלה לסדר הענינים, וגם מצות כיבוד אב ואם יכול לקיים בתפלה להצליח עניניהם ברוחניות וגשמיות, וכל עניני חסד להיטיב עם חבירו וכיו"ב יבקש ע"ז בתפלה, ואפי' אם אין הדברים יוצאים מן הלב הם משפיעים על רגשות האדם כמ"ש מרן זללה"ה באגרות, והר"ז כעושה מעשה חסד כראוי, שאע"פ שאין לו הרגש לזה לא נחסר בחשיבות מעשהו, ועי"ז חוסך מעצמו ביטול תורה ודיבורים וענינים שונים, ומועיל לו ולחבירו התועלת האמיתית. ויש להקדים התפלה קודם העת המוכרח לזה כמשנ"ת לעיל, ולהתפלל על הדבר הפרטי הנצרך לו, שבזה כונתי ובטחונו חזקים יותר, ותפלתו נשמעת, כגון להתפלל על הלימוד של אותו סדר או אותו ענין בסוגיא, וכן על ענין הנצרך בביתו באותו יום, וכיו"ב, ויבקש שימלאו משאלות לבו בזה לטובה, כענין גומל חסדים טובים, שאם אין זה לטובתו הרי רצונו שלא ימלאו בקשתו, או שיטבבו הדברים שיהא לטובה.

ה. מעשה באחד שרצה לחסוך כסף לנישואי בנו, וא"ל אאמו"ר שליט"א תשכור בכסף הזה מלמד פרטי לבנך, והרי זו ההשקעה היותר טובה לנישואיו, כי עי"ז יהא בחור טוב שיתנו עבורו יותר, ויש לדעת שההשקעה הגדולה לחינוך הבנים היא חינוך האב, שכל שהוא



מהווה דוגמא אמיתית לבניו בהתמדת הלימוד ודקדוק המצות, זהו החינוך היותר מועיל, ועוד שכל שהוא גדול יותר השפעתו גדולה יותר, ואם הבנים גדולים וכבר אין להם מה לקבל מאביהם, ירעו בשדות אחרים. - כשהילדים קטנים יש להסתייע בבני הבית שיחזרו עמם על לימודם, ויש עצה ללמוד עם בנו ולהקליט לימודו, ואח"כ יוכל לחזור ולשמוע לימודו, וגם יוכלו לסייעו מהבית ע"י.

ו. כל אחד יסדר לעצמו קבלות לפי תכונתו, מי במיעוט תענוג ומי במיעוט שיחה ומי בשינון המשנה ומי בתפלה, ולא לטפס גבוה אלא קבלות קטנות לפי מקומו ושעתו, ובמשך הזמן יעלה יותר ע"י. ואין להמציא הנהגות חדשות, אלא הדברים הידועים הם הרצויים לפני ית"ש, ואין לעשות רצונו לפי מיעוט שכליו, וזה כילדים שעושים הפתעות להוריהם לסייעם ולהיטיב להם לפי הבנתם, וגורמים רק קלקול וצער.

כתב הרמב"ן בהקדמה לחומש דברים כי הסליחה והמחילה ממנו יתברך סיוע ועזר לבני אדם בעבודתו, וכענין שנאמר כי עמך הסליחה למען תורא, דכשהאזים יודע שיש סליחה ומחילה מתחזק לשוב ולהתחיל מחדש, אבל אם יתיאש מן הסליחה מזניח עניניו לגמרי, ואמנם חסד גדול הוא שהקב"ה חפץ בתשובת רשעים בכל מצב שהם, שאם האדם אינו שב בעצמו הרי הוא מתקן קלקולו ביסורין, ואם הוא שב למרות שהכעיס וקלקל בחטאיו וראוי לעונש גדול כמבזה המלך, הרי הקב"ה מתעסק בתיקון קלקולו, כענין שכתוב אם רחץ ד' את צואת בנות ציון וגו', וכמ"ש בנפח"ת שער א' שהחטא עצמו הוא עונשו והוא מוכרח לקבל דינו ע"י אותן כוחות הטומאה שהגביר במעשיו, ובזה ממילא יתוקן הפגם של העולמות ושל נפשו, או ע"י כח התשובה שמגיע עד שרשה העליון עולם התשובה עלמא דחירו ונהירו דכולא, ומשם מתאצל ונשפע תוספת קדושה עליונה ואור מבחיק להתם ולכלות כל טומאה ולתקן העולמות כמקדם, וביתרון אור חדש מעולם התשובה המופיע עליהם, ועי"ש בפרק כ' ביאור פרטות סדר תיקונם והתקשרותם ע"י התשובה, איך שמעורר בקול דברים שלו שיתאצל תוספת קדושה ממנו ית"ש עד שורש הנשמה כו' וכן ע"י עסק התורה בבינה יתירה בעומק תבונתו מעורר שיתאצל תוספת קדושה על שורש נשמתו ומשם לנשמתו להחזירה שתאיר עליו אורה להשכילו בתורה הקדושה כו', יש להתחזק באמונה בכח התשובה, כי יותר ממה שהאדם רוצה בה, הרי הקב"ה חפץ להיטיב עמו בזה, ואמר יומא פ"ו ב' עבירות שהתוודה עליהם יוהכ"פ זה לא יתוודה עליהם יוהכ"פ אחר, ומשמע הטעם מפני שכבר נתכפרו, עי"ש ברש"י ד"ה וחטאתי, ונחלקו תנאים אם חזר והתוודה הר"י מגונה או משובח, והנה עבירות שאינו עתיד ליושל בהם עוד, הרי תשובתו שלימה, ואלו שלא הגיע לדרגה כזו מ"מ כיון שרצונו בתשובה ומתפלל ע"י, גם זוהי דרגה מסוימת של תשובה.

וית"ר מלפני אבינו שבשמים שיחזירנו בתשובה שלימה לפניו,  
ושיתוקנו כל קלקולינו, ויפתח לבנו בתורתו, ויזכנו לעשות רצונו ולעבדו  
בלבב שלם.

בברכת כוח"ט וכט"ס

אלול תשס"ו

עוד ראיתי להוסיף מה שראיתי כתוב מדברי אמו"ר שליט"א בלשון זו, שלכל אחד יהי פנקס חדשים ויכתוב בו, קצת בכל יום, בין משלו בין משל אחרים, שזה קנין גדול. - וישתדל שישמחו בי חברי, ושיהא שם שמים מתי:הב על ידינו. וביאור הדברים שאף מי שאינו רגיל לכתוב, יאמץ לעצמו פנקס וישתדל לכתוב בו בכל יום אפי' מעט ואפי' חדשים ששמע מאחרים, שזה קנין גדול להעמיד תורתו בקרבו, ולבחון לעצמו ידיעותיו והבנתו בכל סוגיא, ולשמור התמדתו שלא לדלג הסוגיות, ועוד מעלות. וגם מי שחושב שאינו ראוי לכתוב, ישעבד עצמו להעלות על הכתב התיבות שמוציא פיו, ולא יחוש שאין זה כנוסח מחברי ספרים,



איתא במדרש רבה על הפסוק ויצא קין מלפני ד' ר' חמא בשם ר' חנינא ב"ר יצחק אמר יצא שמח, כמה דאת אמר וגם הנה הוא יוצא לקראתך וגו', פגע בו אדם הראשון אמר לו מה נעשה בדינך. א"ל עשיתי תשובה ונתפשרתי, התחיל אדם הראשון מטפח על פניו אמר כך היא כחה של תשובה ואני לא הייתי יודע, מיד עמד אדם הראשון ואמר מזמור שיר ליום השבת טוב להודות לד' וגו', כמדומה שגם אנחנו עתידין לטפח על פנינו ולומר שלא ידענו שכך היא כחה של תשובה, הרי אם היינו מאמינים בכוחה של תשובה שאפשר להפטר מעונות ראשונים ולהתחיל החיים מחדש בלב טהור מנוקה מכל עון, הרי היינו מתחזקים מהיום והלאה ביתר שאת ברצון ובשמחה בקיום המצות ועסק התורה, מלבד שהיינו נפטרים מהעונשים הגדולים וטמטום הלב שבא מהעונות.

ואיתא בווהר הובא בראשית חכמה פ"א תנינן לית מילה בעלמא דקיימא קמי תשובה, ולכולא קוב"ה מקבל ודאי, ואי תב בתיובתא הא איזדמן לקבליה אורח חיים אע"ג דפגים מאי דפגים כולא אתקן וכולא אתהדר על תקוניה, דאפי' על מה דאית אומאה קמיה קוב"ה דא—ל צבא—ות קרי ביה יעץ ומי יפר, דא היא רזא סתימאה וזו דכד קוב"ה אומי אומאה לא אומי אלא אם לא יעביד תיובתא, והא לית פתגמא דקיימא קמי תיובתא ועל כולא מכפר קוב"ה כו' מכאן דתשובה מתברר כמה גזיון ודיעין. וכמה שלשלאין דפרזלא ולית מן דקיימא קמי תיובתא כו' עי"ש בארוכה.

והנה כחו של יצר הוא להגדיל ענין התשובה שהיא צריכה עבודה והשתעבדות גדולה, ועי"ז להרחיק את האדם מן התשובה, והרי כך היא דרכו בכל הנהגתו עם האדם, שבשעת עשיית החטא מראהו כדבר של מה בכך, ואח"כ נותן לו הרגשה של עברייני שא"א לתקן, וכן בענין התשובה האמת היא שלהטהר מהחושך הגדול הרי התשובה קלה, דהיינו בעונות שהאדם נכעיל לפעמים, ובאופן כללי אינו שקוע בעון זה, הרי הוא מתחרט חרטה גמורה, ובקל מקבל עליו על העתיד קבלה שלימה, ואף אם חוזר ונכשל היינו מפני שירד מהמדרגה שהי' בה בזמן שחזר בתשובה כטבע האדם שנחלש וגרם מהתעוררותו, אבל אם הי' נשאר באותה התעוררות כל ימיו, לא הי' חוזר על עון זה, וזהו תשובה כיון שבאותה שעה היתה אמיתית.

וביאר אאמו"ר שליט"א שזהו מה שכתב הרמב"ם ויעיד עליו יודע תעלומות שלא ישוב להטא הזה לעולם, נז"ל בהלכות תשובה פ"ב ה"ב ומה היא התשובה הוא שיעזוב החטא ויטאור ויסיר ממחשבתו ויגמור בלבו שלא יעשה עוד שנאמר יעזוב רשע דרכו וגו', וכן יונתם על שעבד שנאמר כי אחרי שובי נחמתי, ויעיד עליו יודע תעלומות שלא ישוב לזה החטא לעולם שנאמר ולא נאמר עוד אלהינו למעשה ידינו וגו' וצריך להתוודות בשפתיו ולומר ענינות אלו שגמור בלבו, עכ"ל, שאין כונת הרמב"ם לומר שהקב"ה יעיד עליו מה יהא בעתיד, אלא לומר שחרטתו אמיתית ולפי כונתו כעת לא ישוב לזה החטא לעולם, וזהו שכתב שהיודע תעלומות לבו יעיד שהם דברים היוצאים מן הלב ולא מן הפה, וכדמייתי קרא דולא נאמר עוד וגו', וכי יש הבטחה בפסוק שבאמת יהא כך שלא יחטאו עוד בעבודה זרה, אלא שלמי מצבם כעת הם בודיגה כזו שלא יחטאו עוד, ואומרים בשם מרן זללה"ה שאמר מה היא תשובה "אנתה", כלומר צער גמור על מצבו בחטאו, ורצון אמיתי שלא להיות במצב זה.