

קונטרס

שמור עיניך

יגלה למודים נפלאים בענני שמירת העינים, ובפרט בעתים הללו
שכל הכחות של הטמאה הם רק לקלקל את העינים ולטמאותן
על ידי כל מיני שקוץ, תעוב וערם, רחמנא לצלן.

אשר כתב הרב הגאון הצדיק, חסידא ופרישא, עמוד האמונה,
מנורה הטהורה, המגלה והמפרסם אמתת מציאותו יתברך לכל
העולם בלו.

כבוד קדשת הרב הצדיק מוהרא"ש זצ"ל

בני ומסד על-פי דברי רבינו הקדוש והנורא, אור הגנוז והצפון, ברצינא
קדישא עלאה, אדוננו מורנו ורבינו

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

הובא לדפוס ע"י חסידי ברסלב ע"מ ירושלים תשכ"א



היכל הקודש ברסלב

181 Huschke Road, Liberty NY 12747

היכל הקודש

בארא פארק

4801 11th Ave,
Brooklyn NY 11219
347.760.5924

היכל הקודש

קרית יואל

8 Premishan Way,
Monroe NY 10950
845.243.0563

היכל הקודש

מאנסי

32 Dolson Road
Monsey NY 10952
347.733.7551

היכל הקודש

בני ברק

רחוב הבעל שם טוב 7
052.760.5715

היכל הקודש

וויליאמסבורג

27 Skillman Street
Brooklyn NY 11205
718.384.1652

היכל הקודש

קרית יואל

8 Hayes Ct.
Monroe NY 10950
845.467.5299

היכל הקודש

בלומינגטון

24 Merriewald LN S
Monroe NY 10950
845.238.0804

היכל הקודש

יוזשלים

רחוב רבי נחמן מברסלב 15
054.845.6150

צו הערן די
הערליכע שיעורים
פונעם ראש ישיבה שליט"א
רופט:

קול ברסלב

212.444.9191

חיווק פאר די אידישע שטוב

212.444.9169

גורמסע"י

**קרן הדפסה
היכל הקודש**

2623 State Route 52
Liberty, NY 12754

718.387.2691

www.BreslevCenter.com

קונטרס

שמר עיניך

א.

צָרִיךְ שְׁתַּדַּע, אֱהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, אֲשֶׁר עָקַר הַנְּסִיּוֹן לְבַר יִשְׂרָאֵל בְּזֶה הָעוֹלָם הוּא הָעֵינִים, כִּי הָעֵינִים שֶׁל הָאָדָם הֵן עָקַר הָאָדָם, וְהַכֹּל נִמְשָׁךְ אַחַר הָעֵינִים, אִם הָאָדָם זֹכֶה לְהַרְגִיל אֶת עֲצָמוֹ לְהִסְתַּכֵּל בְּכָל דְּבָר עַל הַחַיּוֹת אֱלֻקוֹת הַמְּחַיֶּה וּמְהַיֶּה אֶת הַדְּבָר הַזֶּה, עַל-יְדֵי-זֶה זֹכֶה שְׁנִטְהָר עֲצָמוֹ לְגִמְרֵי, כִּי כָּל שֶׁהָאָדָם זֹכֶה לְהַכְנִיס אֶת עֲצָמוֹ בְּאַמְתַּת מְצִיאֹתוֹ יִתְבַּרֵךְ, וּמִסְתַּכֵּל עַל כָּל דְּבָר גִּשְׁמִי, וְרוֹאֶה תַכְף-וּמִיד אֶת הַרוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹתוֹ יִתְבַּרֵךְ הַמְּחַיֶּה וּמְהַיֶּה אֶת הַדְּבָר הַזֶּה, עַל-יְדֵי-זֶה הוּא זֹכֶה לְקַדֵּשׁ אֶת עֲצָמוֹ בְּיִתְרוֹ, אֲבָל אִם, חֹס וְשָׁלוֹם, הָאָדָם נִמְשָׁךְ אַחַר גִּשְׁמִיּוֹת הָעוֹלָם הַזֶּה, וּמִכָּל שִׁפְן כְּשֶׁמִּסְתַּכֵּל בְּתַמּוּנֹת תּוֹעֵבָה — עֵרֶם, שֶׁקוֹץ וְתַעֲוִב, עַל-יְדֵי-זֶה נִשְׁמָטֵם לְבוֹ, וְנוֹפֵל לְעַמְקָא דְתַהוֹמָא רַבָּה; וְעַל-כֵּן אָמְרוּ חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (בַּמִּדְבָּר רַבָּה י, ו): מֶה רָאָה הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא לְשָׂאֵל מִיִּשְׂרָאֵל הַלֵּב

והעינים שיהיו אחריו? לפי שהעברה תלויה בהם, והעינים רואות את הזונה והלב מהרהר אחריה.

ועל-כן ראה, אהובי, בני היקר, מה לפניך, הבחירה ביך, אם להסתפל על רוחניות חיות אלקותו ותברך, המחיה ומנהיגה את כל הבריאה כלה, ודומם, צומח, חי, מדבר, הם עצם עצמיות חיות אלקותו ותברך, שאז על-ידי עינים כאלו שתרגיל את עצמך להסתפל רק על רוחניות חיות אלקות המחיה את כל העולם כלו, על-ידי-נה תטהר את נפשך, או אם, חס ושלום, תמשיך עצמך אל גשמיות הכלי העולם הזה, ותסתפל על תמונות תועבה ועל נשים, ועל כל דבר המביא את האדם לידי הרהור רע, שאז תפל בבור עמק ובפח יקוש, ולא תוכל לצאת מזה, ובנה נמדדת מדרגת האיש הישראלי, עד שיכול להקרא בשם צדיק, אם זוכה לשמר על עיניו ולהסתפל רק על רוחניות חיות אלקותו ותברך, אז הוא בדגמת צדיק דבוק בחי החיים בו ותברך, ואם, חס ושלום, הולך אחר עיניו ומסתפל על נשים ועל תמונות תועבה, או על כל דבר המביא לידי הרהור — נקרא רשע. אשרי מי שזוכה לשמר על עיניו, ואז יקרא בשם צדיק.

ב.

אַהוּבֵי, בְּנֵי הַיֶּקֶר, עֲלֶיךָ לְדַעַת, שְׁבַעֲתִים הִלְלוּ
 מִתְפַּשְׁטֵת הַסְטָרָא אַחְרָא בְּהַתְּפַשְׁטוֹת וּבְהַתְּגַבְרוֹת
 גְּדוּלָה מְאֹד לְהַכְשִׁיל אֶת בְּנֵי הַנְּעוּרִים בְּהַסְתַּפְּלוּת
 וּבְרֵאוּת אַסּוּרוֹת, וְהַכֵּל בְּשִׁבִיל הַבְּחִירָה וְהַנְּסִיּוֹן,
 לְרֵאוֹת אֵיךְ יִשְׁמְרוּ נַשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל אֶת עֵינֵיהֶן, וְאֵף שְׂוֵה
 נְסִיּוֹן קָשָׁה מְאֹד מְאֹד, כִּי הַסְטָרָא אַחְרָא הִיא אַרְיָה
 אֲנַפִּין דְּקַלְפָּה, וּמִתְפַּשְׁטֵת בְּכָל מְקוֹם, וּמִמָּשׁ אֵי אֲפָשָׁר
 לְהַשְׁמֵר מִמָּנָה, כִּי כָּל הַרְחוּבוֹת מְלֵאִים שַׁחֲץ, יֵרֵם,
 תַּעֲוִב, זְהוּם וְנֶאֱוָף, עִם כָּל זֹאת אִם תִּזְכֶּה לְקַדֵּשׁ וּלְטַהֵר
 וּלְשְׁמֹר עַל עֵינֶיךָ, תִּהְיֶה מְעַלְתֶּךָ גְּדוּלָה מְאֹד מְאֹד
 בְּשָׂמִים, כִּי "כְּפוּם צַעְרָא אַגְרָא" (אֲבוֹת ה'), כְּפִי גְדוֹל
 הַנְּסִיּוֹן וְהַצַּעַר שֵׁשׁ לָךְ עַל כָּל הַזְּכָל וְהַזְּהֵמָה שֵׁשׁ
 בְּרְחוּבוֹת עֲכָשׁוּ, וְאֵינְךָ מִסְתַּפֵּל עַל זֶה, כִּי יִהְיֶה שְׁכָרְךָ
 גְּדוֹל בְּשָׂמִים, וְאֲפֹלוּ שְׁכָבְרְךָ נִכְשַׁלְתָּ, חַס וְשְׁלוֹם, עַד
 עֲכָשׁוּ בְּרֵאוּת אַסּוּרוֹת, עִם כָּל זֹאת עֲלֶיךָ לְדַעַת, כִּי
 יְכוּלִים לַעֲשׂוֹת בְּכָל יוֹם וּבְכָל שָׁעָה וּבְכָל רִגַע הַתְּחִלָּה
 חֲדָשָׁה וְאֵל יִפְתוּךָ לְבָךְ וְחֻטְאֵיךָ כְּאֵלוּ כְּבָר אֲבָד מְנוּס
 וְתִקְוָה מִמֶּךָ, וּמֵאַחַר שְׁכָבְרְךָ הַסְתַּפְּלוּת בְּמִקּוּמוֹת
 הַמְזוּהָמִים וְהַפְּגוּמִים — יֵרֵם, שְׁקוּץ וְתַעֲוִב תְּמוֹנוֹת
 תּוֹעֵבָה אוֹ עַל נָשִׁים, כְּבָר אֲבָדָה תִּקְוָה מִמֶּךָ, תִּלְעַג
 לָהֶם, כִּי אֵין שׁוּם יְאוּשׁ בְּעוֹלָם כָּלֵל, וּבְכָל יוֹם, בְּכָל
 שָׁעָה וּבְכָל רִגַע יְכוּלִים לַעֲשׂוֹת הַתְּחִלָּה חֲדָשָׁה; וְעַל-כֵּן

רָאָה, אֲהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, מִהֲרֹגַע הַזֶּה לְשֹׁמֵר עַל עֵינֶיךָ,
 וְאִז תִּזְכֶּה לְעֵינַיִם קְדוֹשׁוֹת וְטַהוֹרוֹת, וְלִהְסִתֶּפֶל עַל פְּנֵי
 הַשְּׂכִינָה, וְשׁוּם בְּרִיָּה שְׁבַעוּלָם לֹא תוּכַל לְהַזִּיק לָךְ, וְזוֹ
 הַיְתָה מִדְּרַגַּת יוֹסֵף הַצַּדִּיק, שְׂאֲמָרוּ עָלָיו חֲכָמֵינוּ
 הַקְּדוֹשִׁים (בְּרִכּוֹת כ.): עֵינַי שְׁלֹא רָצְתָה לְזוֹן מִמֶּה שְׂאִינִי
 שְׁלֹה, אֵינ עֵינַי הָרַע שׁוֹלֵטת בָּהּ; מֵאַחַר שִׁסְתַּם אֶת עֵינָיו
 לְגַמְרֵי, וְלֹא רָצָה לְהִסְתַּפֵּל עַל הַקְּלָפָה בְּמַצְרִים, עַל-יַד־
 זֶה זָכָה לְהִקְרָא צַדִּיק, וְשׁוּם עֵינַי הָרַע לֹא שְׁלָטָה בּוֹ, כִּי
 בּוֹ בְּרֹגַע שְׂאֲדָם שׁוֹמֵר עַל עֵינָיו, וְאִינִי מִסְתַּפֵּל עַל
 עֲרוּהָ, עַל נָשִׁים פְּרוּצוֹת הַהוֹלְכוֹת בְּחֻצֵיפוֹת גְּדוּלָּה
 בְּרִישׁ גְּלִי, כְּדֵי לְהַכְשִׁיל אֶת אַחֲרֵים, אֲשֶׁר עֲנָשׁן קֶשֶׁה
 וּמֵר מְאֹד, וְהוּא אִינִי מִסְתַּפֵּל עַל זֶה כָּלֵל, אֲלֹא סוֹגֵר
 וְעוֹצֵם אֶת עֵינָיו לְגַמְרֵי מִחִיזוֹ דְּהֵאֵי עֲלֵמָא, הֵינִי
 מִהִמְרָאָה שֶׁל הָעוֹלָם הַזֶּה, רַק מִסְתַּפֵּל עָלָיו יִתְבָּרַךְ,
 עַל-יַד־זֶה הוּא זֹכָה שְׂאִיר עָלָיו אֹר נוֹרָא וְנִפְלָא מְאֹד,
 גְּלוּי שְׂכִינָה בְּעוֹלָם הַזֶּה, וְאִז אֵינ שׁוּם עֵינַי רָעָה יְכוּלָּה
 לְשַׁלֵּט בּוֹ, וְהוּא נִצַּל מִכָּל מִינֵי קְלָלוֹת וְצָרוֹת, וְנִכְלָל
 לְגַמְרֵי בְּאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא; אֲשֶׁרֵי מִי שְׁזוֹכָה לְשֹׁמֵר עַל
 עֵינָיו, וְאִז יִזְכֶּה לְרַב טוֹב הַגָּנוּז וְהַצֶּפּוּן, וְיִאִיר לוֹ אֹר
 הָאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא בְּעוֹלָם הַזֶּה, וְשׁוּם בְּרִיָּה בְּעוֹלָם
 לֹא תוּכַל לְתַן עָלָיו שׁוּם עֵינַי הָרַע, כִּי הַכֹּל תְּלוּי לְפִי
 קְדֻשָּׁת וְטַהֲרַת הָעֵינַיִם, כִּי אִם זֹכָה לְשֹׁמֵר עַל עֵינָיו, אִז
 לֹא תוּכַל לוֹ שׁוּם בְּרִיָּה.

.ג.

אַהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר! עֲלִיךָ לְדַעַת, כִּי עֲכָשׁוּ הַנְּסִיּוֹן
 הַכִּי קָשָׁה בְּעוֹלָם הוּא שְׁמִירַת וּקְדֻשַׁת הָעֵינַיִם, כִּי אָמְרוּ
 חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (בְּרֵכּוֹת יב:): אַחֲרֵי עֵינֵיכֶם — זֶה
 הִרְהוּר עֲבָרָה, כִּי הָעֵין רוֹאָה וְהַלֵּב חוֹמֵד וְכָלִי הַמַּעֲשֶׂה
 גּוֹמְרִים (עֵין טוֹר אֵינָה חַיִּים, סִימָן א'), וְעַל-כֵּן צָרִיכִים לְבַקֵּשׁ
 בְּכָל יוֹם מִמֶּנּוּ יִתְבַּרֵּךְ, שְׂיַחֲוֶס וִירַחֵם עֲלֶיךָ שְׁלֵא תִפְשֵׁל
 בְּרֵאיוֹת אֲסוּרוֹת, וְלֹא תִסְתַּפֵּל עַל נָשִׁים, כִּי הֵהֱסִתְּפְלוֹת
 עַל נָשִׁים פְּרוּצוֹת הִיא יוֹתֵר חֲמוּרָה מֵעֲבָרָה, רַחֲמָנָא
 לִישְׁזֹבֵן, כְּמֵאמָרָם ו'ל (יִמָּא עד:): טוֹב מֵרֹאֵה עֵינַיִם
 בְּאִשָּׁה יוֹתֵר מִגּוֹפּוֹ שֶׁל מַעֲשֶׂה, וְתַכְּף-וּמִיד כְּשֶׁאָדָם
 מִפְּקִיר אֶת עֵינָיו וְהוֹלִיךְ אַחֵר עֵינָיו, עַל-יְדֵי-זֶה הוּא מוֹכֵן
 וּמְזַמֵּן לְהַפְשֵׁל בְּעֲבָרָה, רַחֲמָנָא לִישְׁזֹבֵן, כִּי אֵין יֵצֵר הָרַע
 שׁוֹלֵט אֲלֵא בְּמָה שְׁעֵינָיו רוֹאוֹת (סְנֵהֲרִין מ.ה.), וְעַל-כֵּן
 צָרִיכִים לְשְׁמוֹר מְאֹד מְאֹד בְּשַׁעַת שְׁהוֹלְכִים בְּדַרְךָ, לֹא
 לְהִסְתַּפֵּל עַל נָשִׁים וְעַל תְּמוּנוֹת תּוֹעֵבָה וְעַל זֵהוּם,
 שְׁקוּץ, תְּעוּב, כִּי עַל-יְדֵי-זֶה יָבוֹא, רַחֲמָנָא לְצַלֵּן, לְיַדֵּי
 עֲבָרוֹת, וְזֶה נִקְרָא אֲפִלוֹ כְּשֶׁאָדָם רַק מִסְתַּפֵּל עַל נָשִׁים
 פְּרוּצוֹת, שְׂאֵז בָּא לְיַדֵּי הַחֲטָא הַחֲמוּר שֶׁל פְּגָם הַבְּרִית
 — הוֹצֵאת זֶרַע לְבִטְלָה, אֲשֶׁר זֶה עוֹקֵר אֶת מַחוֹ וְדַעַתּוֹ,
 וּמַעֲקָם אֶת לְבוֹ, וְנַעֲשֶׂה מְלֵא קִשְׁיוֹת וּסְפִקוֹת עֲלָיו
 יִתְבַּרֵּךְ, וְעַל-כֵּן אֲשֶׁרִי וְאֲשֶׁרִי מִי שְׁזוֹכָה לְשְׁמוֹר עַל עֵינָיו.
 וְחֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים אָמְרוּ (בְּבֵא בַתְּרָא נו:): "וְעוֹצֵם עֵינָיו

מִרְאוֹת בְּרַע" (ישעיה לג, טו) — זֶה שְׂאִינוֹ מִסְתַּכֵּל בְּנָשִׁים
בְּשָׂעָה שְׁעוֹמְדוֹת עַל הַכְּבִיסָה; וּמִכָּל שָׁכֵן וְקָל וְחֹמֶר
אֵיךְ שְׂאָדָם צְרִיף לְשֹׁמֵר אֶת עֲצָמוֹ לֹא לִילֵךְ אֶל הַיָּם אוֹ
לְשָׂר מְקוֹמוֹת מְזֻהָמִים וּמִתְעַבִּים, שְׁשָׁם יְכוּלִים
לְהַכְשֵׁל בְּרֵאיוֹת אֲסוּרוֹת וְלִבֵּא לִיְדֵי עֲבֻרוֹת חֲמוּרוֹת.

וְעַל-כֵּן רֵאָה אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, לְשֹׁמֵר מְאֹד מְאֹד
עַל עֵינֶיךָ, כִּי כָל הָאָדָם תְּלוּי בְּעֵינָיו, אִם מִסְתַּכֵּל עַל
רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹתוֹ יִתְבַּרַךְ, עַל-יְדֵי-זֶה זֹכָה לְהַגִּיעַ
לְמִדְרָגוֹת נוֹרְאוֹת וְנִפְלְאוֹת, וְאִם מִסְתַּכֵּל, חֵס וְשָׁלוֹם,
עַל מְקוֹמוֹת מְזֻהָמִים, אֲזִי נוֹפֵל בְּשָׂאוֹל תַּחֲתִיּוֹת
וּמִתַּחֲתֵי, וְלִכֵּן אֲשַׁרִּי מִי שְׂזֹכָה לְסִתָּם אֶת עֵינָיו מִחִיּוֹ
דְּהֵאֵי עֲלָמָא, וּמְרַגֵּיל אֶת עֲצָמוֹ לְהִסְתַּכֵּל רַק אֵלָיו
יִתְבַּרַךְ, שְׁעַל-יְדֵי-זֶה יִזְכָּה לְהַנְצִיל מִתַּאֲוַת נְאוּף, וַיְהִיֵּה
שְׁמוֹר מִכָּל רַע.

ד.

אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר! עֲלֶיךָ לְדַעַת כִּי זֶה לֹא קָל לְהַגִּיעַ
אֶל קְדֻשַׁת וּשְׁמִירוֹת הָעֵינַיִם, וּבִפְרָט בְּעֵתִים הַלְלוֹ שְׂאָנוּ
נִמְצָאִים בֵּין אַמוֹת הָעוֹלָם, בֵּין הָעַרְבִי רַב, שְׁלֻקְחוּ
לְעֲצָמָם מְשִׁמָּה אַחַת — אֵיךְ לְטַמֵּא וּלְזַהֵם אֶת עֵינָיו
עִם יִשְׂרָאֵל, וְעַל-כֵּן הִפְקִירוּ אֶת עֲצָמָם בְּכָל מִינֵי שְׁקוּץ,
תַּעוּב, זְהוּם, עֵרֶם וְנְאוּף, אֲשֶׁר כָּל הִרְחֻבוֹת מְלֵאִים עִם

הַזָּבֵל הַזֶּה, שֶׁהוֹלְכוֹת נָשִׁים פְּרוּצוֹת כְּדִי לְהַכְשִׁיל אֶת הַרְבִּים בְּהִסְתַּכְּלִיּוֹת רָעוֹת, וְכֵן בְּכָל הַרְחֹבוֹת תְּלוּיּוֹת תְּמוֹנוֹת תּוֹעֵבָה, כְּדִי לְהַכְשִׁיל אֶת נְשָׁמוֹת יִשְׂרָאֵל בְּהִסְתַּכְּלִיּוֹת רָעוֹת, וְזֶה נְסִיּוֹן הַכִּי קָשָׁה לִפְנֵי בִיאַת הַמָּשִׁיחַ, וְעַל-כֵּן אֵין עַל זֶה שׁוּם עֲצָה, רַק לְהַרְגִיל אֶת עַצְמוֹ לְבַקֵּשׁ מִמֶּנּוּ יִתְבַּרֵּךְ, שְׂיַחֲסֵם וִירַחֵם עָלָיו, שֶׁלֹּא יִסְתַּכֵּל עַל זֶה־מַת תַּאֲוֹת נְאוּף, נָשִׁים פְּרוּצוֹת וְכוּ', אֲלֵא עֵינָיו תִּתְרַגְּלָנָה לְהִסְתַּכֵּל רַק עַל אֲמִתּוֹת מְצִיאֹתוֹ יִתְבַּרֵּךְ הַמְּחִיָּה וּמַהֲרָה אֶת כָּל הָעוֹלָם כְּלוּ, וְיִרְגִיל אֶת עַצְמוֹ לְהִסְתַּכֵּל עַל פְּנֵי הַצְּדִיקִים הַקְּדוּשִׁים הַדְּבוּקִים בּוֹ יִתְבַּרֵּךְ, וְכֵן יִסְתַּכֵּל בְּתוֹךְ הַתּוֹרָה הַקְּדוּשָׁה, שֶׁעַל-יָדֶי כָּל זֶה תִּמְשָׁךְ עָלָיו קִדְשָׁה וְדַעַת, וְיִזְכֶּה לְהַפְּלֵל לְגַמְרֵי בְּאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, כִּי בְּזֶה שְׂאָדָם מְקַדֵּשׁ וּמְטַהֵר אֶת עֵינָיו, וּמְסַתַּכֵּל רַק עַל רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֹקוֹתוֹ יִתְבַּרֵּךְ, וְעַל פְּנֵי הַצְּדִיקִים הָאֲמִתִּיִּים הַדְּבוּקִים בּוֹ יִתְבַּרֵּךְ, וּמְכַנְּסִים אֶת כָּל עֵינֵיהֶם וְעֵינֵינָם בְּתוֹךְ הַתּוֹרָה הַקְּדוּשָׁה, עַל-יְדֵי-זֶה זוֹכֶה לְיִשְׁרוּת לֵב וּלְטַהֵר אֶת הַמַּחַ מִחֻשְׁבָּה, וְזוֹכֶה לְהַעֲשׂוֹת כְּלֵי לְהַמְשִׁכַת הַשְּׂכִינָה בְּעַצְמוֹ וּבְעוֹלָם, לֹא-כֵן מִי שֶׁמְפַקֵּיר אֶת עֵינָיו, וּמְסַתַּכֵּל עַל נָשִׁים פְּרוּצוֹת וּמְזֻהָמוֹת, עַל תְּמוֹנוֹת תּוֹעֵבָה וְעַל כָּל דְּבָר רַע הַמְּבִיא לְיָדֵי הַרְהוּר רַע, רַחֲמָנָא לִישׁוּבָן, עַל-יְדֵי-זֶה נִחְעָקֵם לְבָבוֹ וְדַעַתוֹ, וְהוּא מְלֵא קִשְׁיוֹת וּסְפָקוֹת עָלָיו יִתְבַּרֵּךְ, וּכְכֹל שְׁנוּפֵל יוֹתֵר וְיוֹתֵר בְּזִהְמָה זו, כְּמוֹ-כֵן יוֹתֵר וְיוֹתֵר

נִשְׁמַטְמַט מִדַּעְתּוֹ וְנִתְעַקֵּם לְבָבוֹ, וְנִתְמַלֵּא קִשְׁיוֹת וּסְפָקוֹת
 עָלָיו יִתְבַּרֵךְ, עַד שְׁעַל-יְדֵי-זֶה עוֹבְרִים עָלָיו צָרוֹת
 וְיִסּוּרִים, קִטְנוֹת וּמְרִירוֹת, וּמִכָּל שֶׁכֵּן וְכָל שֶׁכֵּן כְּשָׁבָא
 עַל-יְדֵי הַהִסְתַּפְּלוּת הַרְעוֹת שֶׁלוֹ לִיְדֵי פָגַם הַבְּרִית —
 הוֹצֵאת זֶרַע לְבִטְלָה, אוֹ לְזִנוּת, רַחֲמָנָא לִישׁוֹבָן, עַל-יְדֵי-
 זֶה עוֹקֵר אֶת עֲצָמוֹ לְגַמְרֵי מִשְׁרָשׁוֹ.

וְעַל-כֵּן, אָהוּבֵי, בְּנֵי הַיֶּקֶר, אִם כָּבֹד נִפְלֵט וְנִשְׁלַכְתָּ
 בְּעַמֶּק בּוֹר וְדוֹת כְּזֶה שֶׁל זְהֵמַת פָּגַם הַבְּרִית, תִּתְּנוּ
 נְאוּף, רַחֲמָנָא לִישׁוֹבָן, וּפְגַמְתָּ עֵינֶיךָ וְהִסְתַּפַּלְתָּ עַל כָּל
 מִינֵי דְבָרִים הַמְבִיאִים אֶת הָאָדָם לִיְדֵי הַרְהוּר, רְאֵה
 תִּכְף-וּמִיד לְשׁוֹב אֵלָיו יִתְבַּרֵךְ, וּתְבַקֵּשׁ וְתִתְחַנֵּן מִלְּפָנָיו
 יִתְבַּרֵךְ, שְׂיַחֲוֶס וִירַחֵם עָלֶיךָ שְׂיִוְצִיאֲךָ מִהַבּוֹץ הַזֶּה, וְאִף
 שְׂבִיהֶתְחַלֵּה יִהְיֶה קִשְׂיָה לְךָ מְאֹד מְאֹד לְהִתְפַּלֵּל לְהַקְדוּשׁ-
 בְּרוּךְ-הוּא, כִּי מְרַב הָעַקְמוּמִיּוֹת שֶׁנִּתְעַקֵּם לְבָבְךָ וְדַעְתְּךָ,
 אַתָּה מְלֵא קִשְׁיוֹת וּסְפָקוֹת עָלָיו יִתְבַּרֵךְ, וְנִדְמָה לְךָ כְּאִלוֹ
 בְּמִקְוֵי אֵין שֵׁם הַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וּכְאִלוֹ כְּבֹר אֵינוֹ
 צָרִיךְ אוֹתְךָ, וְלֹא שׁוֹמְעִים אוֹתְךָ וְכִדּוּמָה כָּל מִינֵי
 מַחֲשָׁבוֹת וְדַמְיוֹנוֹת שֶׁנִּכְנָסִים בְּאָדָם שֶׁנִּכְשָׁל בְּפָגַם
 הַבְּרִית, עִם כָּל זֹאת עָלֶיךָ לְהִיּוֹת עֲקֹשָׁן גָּדוֹל עַל דְּבַר
 זֶה, וְלָלַכְתָּ לְמִקּוֹם פְּנוּי שָׂאִין שֵׁם בְּנֵי-אָדָם, וּלְפָרֵשׁ אֶת
 כָּל שִׁיחַתְךָ וְכָל אֲשֶׁר עִם לְבָבְךָ אֵלָיו יִתְבַּרֵךְ, כְּאֲשֶׁר
 יְדַבֵּר אִישׁ אֶל רַעְהוֹ וְהִבֵּן אֶל אָבִיו, וְאִם תִּהְיֶה עֲקֹשָׁן

גדול על זה, אזי תזכה לטהר את מחך ואת לבך, ותזכה לטהרת המוח מחשבה וישרות לב, וכבר לא יהיו לך שום קשיות וספקות עליו ותברך, אלא תהיה נעשה קן לשכינה הקדושה, וכל זה תזכה על-ידי קדשת העינים וטהרתן. ולכן ראה, אהובי, בני היקר, מה לפניך, והרגל את עצמך לבקש ולהתחנן לפניו ותברך בכל יום ויום, שישמר אותך מפל מיני הסתכליות רעות, וישמר אותך מעברות, ועל-ידי-זה באמת תזכה לעינים קדושות.

ו.

אהובי, בני היקר! עליך לדעת פי הנסיון הכי קשה לבר ישראל בעתים הללו — קדשת העינים, ועל-כן תכף-ומיד פשאתה יוצא מדלתות ביתך, תעמד על יד המזוזה ושים ידך עליה, ותתפלל אז אליו ותברך, שיחוס וירחם עליך, שתהיה יציאתך מביתך בשלום, בלי שום מכשול של הסתכלות רעה על איזו אשה פרוצה, או על איזו תמונת תועבה וכדומה — דברים המזיקים לנשמה, ותהיה ביאתך לביתך בשלום בקדשה ובטהרה, בלי שום פתם כלל, כי איתא (ספר המדות, אות ראיה, סימן ט): "כפשאדם יוצא לשוק ומתירא שלא יבוא לידי הרהור על-ידי הראיה, שיראה נשים יפות, יאמר הפסוק (ישעיה לג, ז): 'הן אראלם צעקו חצה מלאכי שלום מר יבכיון, ועל-ידי-זה ינצל מראות', וצריכים

להרבות אז בתפלה בפתח ביתו על יד המזוזה, שינצל מהיצר הרע הבוזר בחוץ, ואם יהיה שמור בעיניו, על-ידי-זוה ינצל מפל מיני חטאים ועוונות, כי הכל תלוי בפני העינים, אם האדם זוכה לקדשת וטהרת העינים, ושומר על עיניו, על-ידי-זוה נשמר מפל מיני חטאים ועוונות, אבל אם מפקיר את עיניו, ומסתכל על כל אשה שעוברת ברחוב, ומפל שפן על כל מיני פרוצות ועל תמונות תועבה, על-ידי-זוה נכשל בעברות חמורות של פגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, ועל-פן צריכים לבקש הרבה ממנו יתברך על קדשת וטהרת העינים, ובזה תלויה הצלחת האדם שינצל מעינים פגומות.

ולכן ראה, אהובי, בני היקר, מה לפניה, הן אמת שאני יודע שאתה נמצא בנסיון מאד קשה, כי הסמ"ך-מ"ם אורב על כל בר ישראל להכשילו בהסתכליות רעות שישתכל על כל מיני תמונות תועבה שנתלו עכשו על פני כל חוצות, עם כל זאת ראה לעצם עיניך מחיזו דהאי עלמא, ותדבק את עצמך באין סוף ברוך הוא, ודיקא על-ידי-זוה לא תהיה לסמ"ך-מ"ם הרשע שום שליטה עליך, כי באמת עקר שליטתו היא רק על-ידי שהאדם שוכח ממנו יתברך, שאז שיף להסתכל על תאוות עולם הזה והבליו, על תמונות תועבה, על נשים

פְּרוּצוֹת וְכִדּוּמָה, כֹּל דְּבַר הַמְּבִיא אֶת הָאָדָם לִידֵי הַרְהוּר רַע, אֲבָל תִּתְּנֵהוּ וּמִיד כְּשֶׁאָדָם זֹכֶה לְהַתְּגַבֵּר עַל עֲצָמוֹ וְלִהְדַּבֵּיק אֶת מִחַ מַחֲשַׁבְתּוֹ בּוֹ יִתְּבַרְךָ, וְעֵינָיו מִסְתַּפְּלוֹת רַק עַל רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֶלְקוֹתוֹ יִתְּבַרְךָ, עַל-יְדֵי-זֶה נִתְּבַטְּלָת מִמֶּנּוּ הַקְּלָפָה הַרְשָׁעָה לְגַמְרִי, וּכְכֹר אֵינָה יְכוּלָה לַעֲשׂוֹת לוֹ שׁוּם דְּבַר רַע, וְזֶה עֵקֶר הַנְּסִיּוֹן לְבַר יִשְׂרָאֵל, אִם לְהַמְשִׁיךְ אַחַר הַסֵּמ"ךְ-מ"ם הַמְּזוּהָם, הַמִּתְעַבֵּב וְהַמְשַׁקֵּץ בְּכָל מִינֵי עָרִם, זֶהוּם וְלִכְלוּף, אוֹ לְהַמְשִׁיךְ עֲצָמוֹ אֵלָיו יִתְּבַרְךָ, וְעַל-כֵּן אִם הָאָדָם זֹכֶה לְהַתְּגַבֵּר עַל הַסֵּמ"ךְ-מ"ם, וְאֵינּוּ נִמְשָׁךְ אַחֲרָיו, אֲזִי מַעֲלָתוֹ וּשְׁכָרוֹ גְּדוּלִים מְאֹד מְאֹד בְּשָׂמִים, וְעֲלִיף לְדַעַת, אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, כִּי רַק בְּשִׁבִיל זֶה נִשְׁלַחְנוּ בְּזֶה הָעוֹלָם הָעוֹבֵר, כִּי הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא רוֹצֵה לְנַסּוֹת אוֹתְנוּ אֵל מִי נִסְתַּפֵּל וְאֵל מִי נִפְנָה בְּעַת צְרוּתֵינוּ בֵּינָם הַסּוֹעֵר הַזֶּה שֶׁל הָעוֹלָם הַזֶּה, הַמְּלֵא קְלָפוֹת וְתוֹעֵבוֹת רְעוֹת, מְלֵא פְרִיצוֹת, עָרִם, שְׁקוּץ וְתַעֲבוֹב תְּמוֹנוֹת תוֹעֵבָה וְנָשִׁים פְּרוּצוֹת הַמְּסֻתָּבוֹבוֹת עָרִם בְּרִישׁ גְּלִי, רַחֲמָנָא לִישְׁזֹן, וְאִם נִזְכָּה לְבָרַח מֵהֵימָּה הַסּוֹעֵר הַזֶּה אֵלָיו יִתְּבַרְךָ, אֲזִי אֵין בְּעוֹלָם שְׁכָר גְּדוּל יוֹתֵר מִמֶּה שֶׁנִּקְבַּל עַל זֶה. וְעַל-כֵּן עֲלִיף לְדַעַת, אֶהוּבִי, בְּנֵי הַיָּקָר, כִּי הָעוֹלָם הַזֶּה הוּא רַק עוֹלָם עוֹבֵר, וְלֹא כְּדֹא לְטַמֵּא אֶת הָעֵינָיִם בְּשִׁבִיל כְּמָה דְקוֹת, וְלִנְתַק אֶת עֲצָמוֹ עַל-יְדֵי-זֶה מִמֶּנּוּ יִתְּבַרְךָ, יוֹתֵר טוֹב

לברח אליו ותברך ואל התורה הקדושה ואל הצדיקים
האמתיים הדבקים בתי החיים בו ותברך.

ונא ונא תקח זאת בך שבון, כי הנסיון הוא רק לפי
שעה, ותכף ומיד כשעומד בנסיון, הכל נתבטל ממנו,
וזוכה לראות בנעם זיו שכנית עזו ותברך; אשרי מי
ששומר על עיניו.

ח.

עליך לדעת, אהובי, בני היקר, כי עם ישראל עובר
עכשו תקופה קשה מאד, כי אמות העולם והערב רב
הפקירו הכל, העקר להכשיל את נשמות ישראל,
ועל-כן המציאו כל מיני כלי משחית, להשחית את עיני
בר ישראל, והם: הטלוויזיה והוידיו ושאר מיני שקוץ
ותעוב, אשר בהם מראים כל מיני תועבות רעות, ערם,
שקוץ ותעוב, כדי לגרות את היצר הרע באדם, לחמם
אותו ולהכשילו בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה,
וכל הרחובות מלאים בעתונים רעים המלאים תמונות
תועבה, וכן כל העולם מלא צלמים ועבודה זרה
וכפירות ואפיקורסות, עד שמי שזוכה לעצם את עיניו
מחזו דהאי עלמא, ואינו מסתפל על שום דבר בזה
העולם, רק מדבק את עצמו אל הקדוש-ברוך-הוא, הוא
חדוש שבחודשים, ודבר זה עוד לא היה בעולם, כי

בדורות הקודמים היו צריכים להתנגע הרבה מאד מאד, עד שיהיה נעשה קדוש, טהור וצדיק, וגם אז כולי האי ואולי שהיה זוכה לזה, ואפלו שהתענה תעניות משבת לשבת, וסגף את עצמו בכל מיני סגופים של גלגולי שלג וכדומה, כולי האי ואולי זכה להקרא צדיק, אבל בדור הזה שהנסיונות כל-כף קשים ומרים עד מאד, עד שאי אפשר לעבור את הרחוב לילה לבית-הכנסת או לבית-המדרש ולא להכשל בהסתכליות רעות, כי אמות העולם והערב רב מלאו את הרחובות עם שקוץ, תעוב, ערם, זהים ונאוף, אם רק יסתם את עיניו לא להסתכל על הזהמה והלכלוך והטנוף הזה, ולא ישים עיניו ולבו אל הכפירות והאפיקורסות שהתפשטו בעולם, הוא כבר נקרא צדיק.

ועל-כן ראה, אהובי, בני היקר, מה לפניך, ובצעם מה מבקשים ממך, שתשמר על עיניך ותברח מפל מיני שקוץ, תעוב, ערם, זהים ולכלוף, ותמנע את עצמך מלילה אל מקומות שאתה יודע ששם יכולים להכשל בהסתכליות רעות, יותר טוב לברח אל תוך בית-הכנסת ובית-המדרש, וללמד ולהתפלל, ולילה ולברח אל צדיקים אמתיים, ולשמע מהם דבורי התחזקות, דבורי אמונה והשגחה פרטית ועצות איך להנצל מדעות

נפסדות. אשרי מי שבורח תמיד אל מקומות קדושים ושומר על עיניו, שאז טוב לו כל הימים.

ט.

צריך שתדע, אהובי בני היקר, שכלל כל התורה כלה הוא סוד העינים, כי עקר כלל כל התורה הקדושה והמצוות הקדושות הוא לבלי לילך אחרי שרירות לבו הרע ומראה עיניו, כמו שכתוב (במדבר טו, לט): "וראייתם אתו וזכרתם את כל מצות ה' ועשיתם אתם ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם, אשר אתם זנים אחריהם", כי הציצית היא כלל תרי"ג המצוות, וכל התורה והמצוות הם להסתפל רק אליו יתברך, כמו שכתוב (תהלים קיט, פו): "כל מצותיך אמונה", כל התורה והמצוות צריכות להביא את האדם אל האמונה הברורה והמופכת, שאדם יזכה להסתפל רק אליו יתברך, ולהפוך כל התאוות וההרהורים באים על-ידי ראית עינים, כי עין רואה והלב חומד וכלי המעשה גומרים, וצריך כל אחד לרחם על עצמו ולהיות "עוצם עיניו מראות ברע" (ישעיה לג, טו), ולסתם עיניו מחיזו דהאי עלמא לגמרי, ולבלי להסתפל על תאוות העולם הזה והבליו, כי כל זה נמשך רק מהרע עין של הסמ"ך-מ"ם הרשע שעניו רעות על כל אחד ואחד מישראל, ועל-כן מכניס את הרע הזה של הסתכלות

רעה, ולכן צריך להתגבר ולסלק ולבטל ממנו אחיזת הרע, שלא ישלט בו שום רע מהסמ"ך-מ"ם המסיתו ומדיחו להסתכל על תאוות העולם הזה ועל הבגדיו, ומכל שכן שלא יסתכל על נשים פרוצות ועל תמונות תועבה, ואז אם יזכה לקדש ולטהר את עיניו — קדוש יאמר לו.

י.

צריך שתדע אהובי, בני היקר, שאף שפבר נכשלת בהסתכליות רעות, ובאת לידי עברות חמורות, עדין אתה יכול לשוב בתשובה אמיתית, ועקר התשובה היא כשתבוא עוד פעם למקומות האלו שהיית והלכת והסתפלת, ותעלים ותסתיר את עיניך, ותדבק את מחשבתך ועיניך בו יתברך, זה עקר שלמות התשובה, ועל-פן ראה, אהובי, בני, לחזק את עצמך בכל מיני אפנים שבעולם, ואף שפבר נכשלת במה שנכשלת, והסתפלת במה שהסתפלת, ובאת למה שבאת, עליך לדעת אשר אין שום יאוש בעולם כלל, והוא יתברך אב הרחמן, ומרחם על כל בריותיו, ואתה יכול לצאת מהפח היקוש שנפלת לשם, והקדוש-ברוך-הוא צופה ומביט בנשמות ישראל, ורוצה בתשובתן ולא במיתתן, ולכן תקבל על עצמך מהיום והלאה להשמר מכל הרע והזבל, הפריצות והתאוות, העושות פריצות בנשמות

ישראל, ותמשיך את עצמך רק אליו יתברך ואל התורה הקדושה, ועל-ידי-זה תנצל מכל מיני לבלוף וזדמה, ותהיה הכי מאשר בחייה, כי אין לה עוד עשר ואשר בגשמיות וברוחניות כמי שזוכה לברח אליו יתברך, ושומר את עצמו מכל מיני רע, כי באמת כשהאדם נמצא בתוך ביתו, אז נשמר מכל מיני רע, לא-כן כשהולך ברחוב, אז הנסיון קשה ומר מאד מאד, ולכן צריכים לבקש ממנו יתברך מאד, שלא ימשך אחר תאוות העינים, שמאד מתאוות להסתפל בדברים אסורים, ועל-ידי-זה נכון לבו יהיה ובטוח להנצל מכל רע; אשרי מי ששומר על עיניו בעתים הללו, ואז קדוש יאמר לו.

יא.

צריך שתדע, אהובי, בני היקר, כי בעתים הללו הנסיונות קשים ומרים מאד מאד, כי כל הרחובות מלאים שקוץ, תעוב, זהום ונאוף, ואי אפשר להנצל מזה רק על-ידי שזוכה להמשיך את עצמו אל רוחניות חיות אלקותו יתברך, כי אחרת אי אפשר בשום פנים ואופן להנצל מהזדמה הזו, כי כל הרחובות מלאים שחץ, כי מסתובבות נשים בפריצות נוראה, כדי להכשיל את נשמות ישראל, ויוצאים בכל יום עתוננים רעים ומרים המלאים תמונות תועבה ושחץ, והכל כדי

לְהַכְשִׁיל אֶת נַשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל לְבוֹא לְיַד עֲבָרוֹת חַמּוּרוֹת
 שֶׁל גֵּאוּף, וְתַכְף־וּמִיד כְּשֶׁמַּחֲוֹ שֶׁל אָדָם מִתְמַלֵּא בְּגֵאוּף,
 שְׁקוּץ, תַּעֲוִב וְעֵרֶם, וְנִכְשֵׁל בְּפָגַם הַבְּרִית — הוֹצֵאת
 זָרַע לְבִטְלָה, כְּבָר וְנִכְנָסִים בּוֹ סְפָקוֹת וְעַקְמוּמִיּוֹת עָלָיו
 יִתְבָּרַךְ, וְנִתְמַלֵּא עִם קְשִׁיוֹת, עַד שֶׁנּוֹפֵל בְּכַפִּירוֹת
 וְאַפְיִקוֹרְסוֹת, וְכוֹפֵר בְּעֵקֶר. וְעַל־כֵּן רָאָה, אֱהוֹבִי, בְּנֵי
 הַיְקָר, מַה לְּפָנֶיךָ, וְשִׁמּוֹר עַל עֵינֶיךָ מְאֹד מְאֹד, כִּי הַכֹּל
 תְּלוּי בְּעֵינַיִם, וְתִשְׁמַר אֶת עֲצֻמְךָ מְאֹד מְאֹד לֹא לְהַכְנִיס
 אֶל תּוֹךְ בֵּיתְךָ כְּלֵי הַמִּשְׁחִית שֶׁל טְלוּיזְיָה אוֹ וִידִיאוֹ,
 שֶׁהוֹרְגִים וְהוֹרְסִים כֹּל חֲלָקָה טוֹבָה בַּיְהוּדוּת, וְזֶה הַנֶּשֶׁק
 שֶׁל הַסְּמִ"ךְ־מ"ם נִגְדָה עִם יִשְׂרָאֵל קִדְּם בִּיאַת מְשִׁיחַ
 צְדָקְנוֹ, וְעַל־כֵּן צְרִיכִים לְבָרַח מִכֵּלִים מִשְׁחִיתִים אֵלֶּה
 כְּמוֹ שְׁבוֹרְחִים מִרְעַל וְאַרְס וְאַשׁ שׁוֹרְפֹת, כִּי אִפְלוֹ
 הַבִּטָּה אַחַת כְּבָר מְזִיקָה, כִּי תַכְף־וּמִיד כְּשֶׁאָדָם מִסְתַּכֵּל
 אִפְלוֹ פָּעַם אַחַת בְּטְלוּיזְיָה אוֹ בּוִידִיאוֹ, נִמְשָׁךְ לְכַבוֹ
 אַחֲרֵיהֶם מְאֹד מְאֹד, וְרוֹצֵה לְהִסְתַּכֵּל בְּזֶה יוֹתֵר וְיוֹתֵר,
 וְעַל־יְדִי־זֶה הָעֵזֶן רוֹאֶה וְהַלֵּב חוֹמֵד וְכֵלֵי הַמַּעֲשֵׂה
 גוֹמְרִים.

וְלִכֵּן רָאָה מַה לְּפָנֶיךָ אֱהוֹבִי, בְּנֵי הַיְקָר, וְתִבְרַח
 מִבֵּית שֵׁשׁ שָׁם כְּלֵי מִשְׁחִית אֵלֶּה, כִּי "לְךָ־לְךָ" אוֹמְרִים
 לְשִׁקוּץ וְלַתַּעֲוִב הַזֶּה, וּבוֹרְחִים מִמֶּנּוּ כְּמוֹ שְׁבוֹרְחִים
 מִהַמּוֹת, וּבְאֵמַת מִי שֵׁשׁ לוֹ רַק לֵב אִישׁ יִשְׂרָאֵלִי, וְזוֹכָה

להיות דבוק בו יתברך, יודע שהפלים המשחיתים האלו — טלויזיה ווידיאו, הם חמר נפץ וכלי זין ההורסים לגמרי את הנשמה, ועל-פן אשרי ואשרי מי שבורח מכל התועבות האלו, תועבות הגויים, וזוכה לקדש ולטהר את עצמו, וכן מקדש ומטהר את רמ"ח איבריו ושס"ה גידיו, שהעקר תלוי בקדשת העינים, כי כל האיברים והגידים נמשכים כפי ראות העין, וכשעיניו קדושות וטהורות, אז כל רמ"ח איבריו ושס"ה גידיו כבר טהורים, כי הכל תלוי כפי העינים, ולכן העינים הם בראש האדם, כי הכל נמשך אחר הראש; אשרי מי שזוכה לקדש ולטהר את עיניו, ואז קדוש וטהור יקרא, ויזכה לבוא להשגת התורה, ויהיה תמיד דבוק באמתת מציאותו יתברך, וכרוזים יצאו לפניו: אשרי הבן השומר את עיניו, ואינו נמשך אחר יצרו, אשרי לו בזה ואשרי לו בבא.

תם ונטלם, שבח לאל בורא עולם!