

קונטרס

# עינים יפות

יעורר ויחזק על מעלת קדשת העינים, להרגיל עצמו להסתכל רק על רוחניות חיות אלקותו יתברך המחה את כל הבריאה, ויזהיר מאד לא להסתכל על שום מקומות מטנפים, אשר פוגם את מראה העינים

אשר כתב

כבוד קדשת הרב הצדיק מוהרא"ש זצ"ל

בעל מחבר

ספר "שפת הנחל" - פרוש ובאור על כל הספר הקדוש והנורא "לקוטי-מוהר"ן, וספרי שו"ת "אשר בנחל", ועוד ספרים רבים ונכבדים, הבנויים ומקודים על-פי דברי רבינו הקדוש והנורא, אור הננוז והעפון, בוצינא קדישא עלאה, אדוננו מורנו ורבינו

רבי נחמן מברסלב, זכותו יגן עלינו

ועל-פי דברי תלמידו, מורנו הגאון הקדוש, אור נפלא, אשר כל רן לא אניס ליה

רבי נתן מברסלב, זכותו יגן עלינו

הובא לדפוס ע"י חסידי ברסלב עה"ק ירושלים תכב"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

## עינים יפות

.א.

אהובי, בני! ראה להדביק את עצמך באין סוף ברוך הוא, וכל מח מחשבתך יהיה דבוק בעצם עצמיות אלקותו ותברך; כי עליך להבין, שכל מה שלמראה עיניך, זה רק אלקותו ותברך, אלא מלבש בלבוש כזה שאתה רואה לפני עיניך: דומם, צומח, חי, מדבר. ובאמת זה רק לבוש לגבי האין סוף ברוך הוא. ואם אדם היה מכניס בעצמו ידיעות אלו, אז כל החיים שלו כבר היו הולכים בצורה אחרת לגמרי. פי למה עוברים על בני-אדם צרות ויסורים, מרירות והרפתקאות? פי מסתכל רק על גשמיות העולם הזה והבליו, עד שנדמה לו, שיש פה טבע, מקרה ומזל, ומזה באים כל הצרות והיסורים שאדם סובל; פי לכל אחד יש קשיות וספקות עליו ותברך. וכמוכא בדברי רבנו ז"ל (לקוטי מוה"ר"ן, חלק ב', סימן נב), שיש לאדם קשיות על הקדוש-ברוך-הוא, פי כל אחד אינו מבין את דרכיו ותברך, ולמה אתו מתנהגים

בצורה אחרת מהזולת; וזה מה ששׁוֹבֵר אֶת כָּל אָדָם, וְלִבּוֹ מִתְעַקֵּם לְגַמְרֵי. אֲבָל בְּאֵמַת אָדָם אֵינוֹ מֵיִשֵּׁב דַּעְתּוֹ, שֶׁהִפֵּל זֶה אֱלֻקוֹת וְאֱלֻקוֹת זֶה הִפֵּל. וְלִכֵּן אֲשֶׁרִי הָאָדָם הַזּוֹכֶה לְבִטֹּל אֶת עֲצָמוֹ לְגַמְרֵי אֵל הָאֵין סוֹף בְּרוּךְ הוּא, וּמִסְתַּפֵּל רַק עַל רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹתָו יִתְבַּרֵךְ. וְאָמַר בְּבִנּוֹ ו'ל' (לקוטי-מוֹהַר"ן, חֵלֶק א', סִימָן רנ"ד): עֵינַיִם הֵם דְּבָרִים עֲלִיוֹנִים וּגְבוּהִים מְאֹד, וְהֵם רוּאִים תָּמִיד דְּבָרִים גְּדוּלִים וְנוֹרָאִים, וְאִם הִנֵּה הָאָדָם זוֹכֶה לְעֵינַיִם כְּשֵׁרוֹת, הִנֵּה יוֹדֵעַ דְּבָרִים גְּדוּלִים רַק מִמֶּה שֶׁעֵינָיו רוּאוֹת, כִּי הֵן רוּאוֹת תָּמִיד רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹת, מְרֵאוֹת וְחַזִּיוֹנוֹת, אִף שֶׁאֵין יוֹדֵעַ מַה הוּא רוּאָה, כִּי מַעֲבִירִים לִפְנֵי עֵינָיו בְּמַהֲרָיוּת, כְּזֹאת, עַד שֶׁזֶּה לֹא מַגִּיעַ אֶל דַּעְתּוֹ וְאֵל שִׁכְלוֹ וְהַבְנָתּוֹ, שֶׁאֵינוֹ רוּאָה וּמִבֵּין הֵיטֵב מַה הוּא רוּאָה. וְלִכֵּן אִם הָיִיתָ מְתַבּוֹנֵן הֵיטֵב בְּתוֹךְ הַבְּרִיאָה, וְהָיִיתָ רוּאָה, שֶׁאֵין לְךָ כָּל עֹשֶׁב וְעֹשֶׁב שֶׁאֵין לוֹ מִזֶּל בְּרַקִּיעַ שֶׁמֶכֶּה אוֹתוֹ, וְאוֹמֵר לוֹ: גְּדֹל (בְּרֵאשִׁית בָּה, פָּרָשָׁה י', סִימָן ו'); וְדַבֵּר זֶה אֵי אֶפְשָׁר לְתַאֵר וּלְשַׁעַר כָּלֵל, אִיךָ שֶׁהִפֵּל מִשְׁגָּח בְּהַשְׁגָּחַה פְּרֻטִית, וְאִם אָדָם הִנֵּה זוֹכֶה לְהִסְתַּפֵּל רַק עַל רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹת הַמְחִיָּה אֶת כָּל דְּבָר וְדַבֵּר, אֲזִי הִנֵּה גֹדֵבֵק בְּאֵין סוֹף בְּרוּךְ הוּא, וְהִנֵּה מוֹפִיעַ עֲלָיו רוּחַ-הַקֹּדֶשׁ בְּרוּר.

אִךְ בְּשִׁבִיל הַבְּחִירָה וְהַנְּסִיוֹן נִתֵּן הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא כַּח לְסִמְ"ךְ-מ"ם, שְׁיֻכַּל לְטַמֵּא אֶת עֵינָיו הָאָדָם, עַל-יְדֵי

שִׁסְתַּפֵּל עַל גַּשְׁיִם וְעַל תְּמוּנֹת תּוֹעֵבָה, רַחֲמָנָא לִישׁוּבָן, אֲשֶׁר דָּבַר זֶה מִחֲשִׁיף אֶת הָעֵינַיִם. וְלֹא בַחֲנָם שְׂאֲמָרוּ חֲכָמֵינוּ הַקְּדוּשִׁים (סְנֵהֲרִין מַה): אֵין יִצָּר הָרַע שׁוֹלֵט, אֶלֶּא בְּמָה שֶׁעֵינָיו רוֹאוֹת; כִּי בְּזֶה שְׂאֲדָם מִסְתַּפֵּל עַל גַּשְׁיִם וְעַל תְּמוּנֹת תּוֹעֵבָה, וּבִפְרָט עֲכָשׁוּ, שֶׁהִפְרִיצוּת עוֹשֶׂה פְּרֻצוֹת בֵּין גַּשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל, שֶׁהַגַּשְׁיִם הוֹלְכוֹת חֲשׁוּפוֹת לְגַמְרֵי, כְּדֵי לְהַכְשִׁיל אֶת גַּשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל בְּרָאיוֹת אֲסוּרוֹת, עַד שֶׁמִּתְחַמָּמִים לְדַבֵּר עֲבֵרָה, רַחֲמָנָא לְצַלֵּן, וּבָאִים לִיְדֵי הַחֲטָא הַמְּגַנֵּה שֶׁל הוֹצָאת זֶרַע לְבִטְלָה, אֲשֶׁר זֶה מַה שֶׁמִּחֲשִׁיף אֶת עֵינָיו שֶׁל הָאָדָם, וּבִמְקוֹם לְהִסְתַּפֵּל עַל שְׂכִינַת עִזּוֹ יִתְבַּרֵּךְ, הוּא מִסְתַּפֵּל עַל זָבֵל, וְזֶה מִטְּמֵא אֶת מַחוּ, וּמַעֲקָם אֶת לְבוֹ בְּקִשְׁיוֹת וּסְפָקוֹת עָלָיו יִתְבַּרֵּךְ. וְלִכֵּן רָאָה, אֶהוּבִי, בְּנִי! מַה לְּפָנֶיךָ, רָאָה לְקַדֵּשׁ אֶת עֵינֶיךָ, שֶׁתִּזְכֶּה לְ"עֵינַיִם יְפוֹת", וְתִשְׁמַר אֶת עֲצֻמְךָ מֵאֵד מֵאֵד לֹא לְהִסְתַּפֵּל עַל גַּשְׁיִם וְעַל תְּמוּנֹת תּוֹעֵבָה, אֲשֶׁר כָּל הַסְתַּכְלוֹת רָעָה עוֹשֶׂה פָּגָם וְכַתָּם בְּנִפְשׁ; אֲשֶׁרִי מִי שְׁזוֹכָה לְקַדֵּשׁ וּלְטַהֵר אֶת עֵינָיו, וְזוֹכָה לְ"עֵינַיִם יְפוֹת", שְׂאֵז יִזְכֶּה לְרֹאוֹת אֶת רִוְחַנְיֹת חַיּוֹת אֱלֹקוֹתוֹ יִתְבַּרֵּךְ, הַמְּחַיֶּה וְהַמְּהַוֶּה וְהַמְּקַיֵּם אֶת כָּל הַבְּרִיאָה כְּלָה, וְאֵז יִשְׁפַע עָלָיו שְׁפַע וְרִוְחַ־הַקְּדֹשׁ בְּרוּר, עַד שֶׁיִּהְיֶה לְפָנָיו פְּתוּחַ כָּל הַבְּרִיאָה כְּלָה, כִּי יִרְאֶה רַק אֶת אֲמֵתַת מְצִיאֹתוֹ יִתְבַּרֵּךְ; אֲשֶׁרִי מִי שְׁזוֹכָה לְהִגִּיעַ לָזֶה!

ב.

אֱהוּבִי, בְּנִי! עֲלִיךָ לְדַעַת, אֲשֶׁר עָקַר הָאָדָם הֵם הָעֵינַיִם, כִּי בְּלִי עֵינַיִם אָדָם חָשׁוּב כְּמַת, כְּמֵאֲמָרָם ו"ל (נְדָרִים סד:): סוּמָא דוּמָה לְמַת; וְלִכְן צְרִיכִים מְאֹד מְאֹד לְשֹׁמֵר עַל הָעֵינַיִם. וְעָקַר הַשְּׂמִינְיָה זֶה רַק לְהִסְתַּפֵּל עַל רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹתָו יִתְבָּרַךְ, שֶׁזוֹ צְרִיכָה לְהִיּוֹת מְגַמֶּת כָּל בֵּר יִשְׂרָאֵל — לְמַסֵּר אֶת נַפְשׁוֹ לְהִסְתַּפֵּל עַל כָּל דְּבָר, רַק עַל הַחַיּוֹת אֱלֻקוֹת הַמְּחִיָּה וּמְקַיְמָת אֶת הַדְּבָר הַזֶּה, כְּמוֹ שְׂאֵמֵר רַבְנוּ ו"ל (לְקוּטִי-מוֹהֲר"ו, חֶלֶק א', סִימָן א'), שֶׁהָאִישׁ הַיִּשְׂרָאֵלִי צָרִיךְ לְהִסְתַּפֵּל עַל הַשֶּׁכֶל שֵׁישׁ בְּכָל דְּבָר, שֶׁהוּא הַחֲכָמָה אֱלֻקִית שֵׁישׁ בְּכָל דְּבָר. וְלִכְן צְרִיכִים לְמַסֵּר אֶת נַפְשׁוֹ מְאֹד לְהִסְתַּפֵּל רַק עַל הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, כִּי הָעֵינַיִם הֵן הַמּוֹלִיכוֹת אֶת הָאָדָם. וְלִכְן אָמְרוּ חֲכָמֵינוּ הַקְּדוּשִׁים (סִפְרֵי בְּהַעֲלוֹתָךְ): אֵינְךָ לֶךְ חֲבִיב בְּכָל הַגּוֹף כְּעֵינַיִם, וּמִשָּׁל בָּהּ אֶת יִשְׂרָאֵל; כִּי הָעָקַר הוּא הָעֵינַיִם, שְׂאָדָם צָרִיךְ תַּמִּיד רַק לְשֹׁמֵר עַל עֵינָיו, וּלְהִסְתַּפֵּל עַל רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹת הַמְּחִיָּה וְהַמְּהַיָּה אֶת הַבְּרִיאָה, וְאִם אָדָם מִסְתַּפֵּל רַק עַל רוּחַנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹת שֶׁל הַבְּרִיאָה, עַל-יְדֵי-זֶה נִכְנָסֵת בּוֹ שְׂמֻחָה עֲצוּמָה; כִּי בְּאֲמַת כָּל הַמְּרִירוֹת וְהַדְּפֹאוֹן שֵׁישׁ בְּאָדָם, זֶה רַק מְחַמֵּת קִלְקוּל הָעֵינַיִם, שֶׁמִּסְתַּפֵּל עַל תְּמוּנוֹת תּוֹעֵבָה וְעַל נָשִׁים פְּרוּצוֹת, שָׁזֶה מֵה שְׂמֻכְנַיִם בּוֹ הִרְהוּרִים רָעִים, וּבֹא לְיַדִּי חֲמוּם

שִׁמְחָמָם אֶת עֲצָמוֹ לַעֲבָרָה, וְעַל-יְדֵי-זֶה, רַחֲמָנָא לִישׁוּבָן,  
הוּא הוֹרֵס אֶת עֲצָמוֹ לְגַמְרִי.

וְלָכֵן רָאָה, אֶהוּבִי, בְּנִי, מֵה לְפָנֶיךָ! מֵאַחַר שֶׁכָּבַר  
נִכְשַׁלְתָּ כְּמוֹ שֶׁנִּכְשַׁלְתָּ בְּעֵינֶיךָ, וְהִסְתַּכַּלְתָּ עַל נָשִׁים וְעַל  
תְּמוּנוֹת תּוֹעֵבָה, אֲשֶׁר זֶה מִחֲלָה כָּכָל הַמַּחְלוֹת, רַחֲמָנָא  
לִישׁוּבָן, שֵׁשׁ בְּנֵי-אָדָם שֶׁכָּל-כֶּף נִכְנָסוּ בְּזָבֵל וּבְזֶה־מָא הַזֶּה  
שֶׁל הִסְתַּכַּלוֹת עַל נָשִׁים וְעַל תְּמוּנוֹת תּוֹעֵבָה, עַד שֶׁלֹּא  
יְכוּלִים לְהִפָּרֵד מִזֶּה, וְזֶה מֵה שֶׁמְכַנְּסִים בָּהֶם דִּכְאוֹן פְּנִימִי,  
עַד שֶׁהֵם תְּמִיד בְּמַרְירוֹת, וְרוֹצִים לָמוּת. וְלָכֵן רָאָה,  
אֶהוּבִי, בְּנִי! לְשֹׁמֵר מְאֹד מְאֹד עַל עֵינֶיךָ, לֹא לְהִסְתַּכַּל  
עַל נָשִׁים וְעַל תְּמוּנוֹת תּוֹעֵבָה, אֲשֶׁר דָּבָר זֶה מִחֲשִׁיף אֶת  
הָעֵינַיִם, עַד שֶׁאֵין רוֹאִים רוֹחֲנִיּוֹת חַיּוֹת אֱלֻקוֹת, וְזֶה מֵה  
שֶׁמְכַנְּסִים בּוֹ דִּכְאוֹן פְּנִימִי, עַד שֶׁהוּא נִשְׁבֵּר לְגַמְרִי. וְלָכֵן  
לֹא תִמְצָא אָדָם שֶׁהוּא מְמַרְמֵר וְעֻצוּב, אֲלֵא עַל-יְדֵי  
שֶׁנִּפְגַּם בְּבְרִית. כִּי כָּף גָּלָה לָנוּ רַבְּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי-מוֹהָר"ן, חֵלֶק  
א', סִימָן קטט), אֲשֶׁר הִקְלִיפָה הַמַּחֲטָאֵת אֶת הָאָדָם בַּפָּגַם  
הַבְּרִית נִקְרָאת עַל שֵׁם יְלָלָה — לִילִי"ת; וְכִשְׁאָדָם שָׁשׁ  
וְשִׂמַּח, אִזּוּ הַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא בְּעֲצָמוֹ יִשְׁמֹר לוֹ אֶת בְּרִיתוֹ  
שֶׁלֹּא יִפְגַּם, אֲבָל בְּזֶה שֶׁאָדָם מִסְתַּכַּל עַל נָשִׁים וְתְמוּנוֹת  
תּוֹעֵבָה, זֶה מֵה שֶׁמְקַרֵּר לוֹ אֶת הָאֲמוּנָה. וְלָכֵן אָמְרוּ  
חֻכְמֵינוּ הַקְדוּשִׁים (בְּרֵכוֹת יב:): עַל הַפְּסוּק (בַּמִּדְבָּר טו, לט):  
"וְלֹא תִתְּרוּ אַחֲרֵי לְבַבְכֶם וְאַחֲרֵי עֵינֵיכֶם", "אַחֲרֵי

לְבַבְכֶם" — זו מינות, "וְאַחֲרֵי עֵינֵיכֶם" — זה הרהור עברה; כי זה תלוי בזה, כפי שאדם מסתכל על נשים ועל תמונות תועבה, והולך אחר עיניו, על-ידי-זה, רחמנא לישזבן, הולך אחר לבבו, והוא כופר בעקר, רחמנא לישזבן, עד שנגחשף ממנו האור אין סוף לגמרי; כי באמת אמרו חכמינו הקדושים (סוטה ג): בתחלה היתה השכינה עם כל אחד ואחד, כיון שחטא, נסתלקה ממנו שכינה; והשכינה זה גלוי אלקות, אמונה ברוחה ומזפכת, עד שאדם מרגיש שהקדוש-ברוך-הוא נמצא פה אתו, עמו ואצלו, אבל אם אדם פוגם, רחמנא לישזבן, בעיניו, ומסתכל על נשים ועל תמונות תועבה, ובא לידי הרהורים רעים, רחמנא לישזבן, ואחר-כך בא לידי חטאים חמורים של פגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, על-ידי-זה נחשף מאור עיניו, ואינו זוכה לראות את השכינה, ואז מר לו מאד מאד, כי אין השכינה שורה, אלא במקום שמחה (פסחים ק"ז); ונחמנינו הקדושים אמרו (ירושלמי ברכות, פרק א', הלכה ה'): לְבָא וְעֵינָא תְרֵי סְרִסוּרֵי דְחֻטְאָה, אָמַר הַקְדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא: אֵי יְהִיבַת לִי לְבָא וְעֵינָא, אָנָּא יְדַענָא דְאַנְתְּ לִי; כִּי שְׁנֵי אֱלוֹהִים תְּלוּיִים זֶה בְּזֶה, הֵינּוּ הָעֵינַיִם וְהַלֵּב; וְעַל-כֵּן אֲשֶׁרִי אָדָם שְׂזוּכָה לְשֹׁמֵר עַל עֵינָיו, וְזוּכָה לְ"עֵינַיִם יְפוֹת"; וְזוּ מְדַרְגַת הַצְּדִיקִים, שְׂזוּכִים לְהִיּוֹת כָּל-כֶּף דְּבוֹקִים בְּהַקְדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, עַד שֶׁלֹּא רוֹאִים שׁוֹם דְּבָר, רַק אֶת



אמתת מציאותו יתברך. ולכן יוסף הצדיק שזכה לשמור את עיניו, אמרו חכמינו הקדושים (סוטה לו:): ורעיה דיוסף לא שלטא ביה עינא בישא, דכתוב (בראשית מט, כב): "בן פורת יוסף, בן פורת עלי עין"; ואמר רבי אבהו: אל תהי קורא 'עלי עין' אלא 'עולי עין'; כי עין שלא רצתה להנות מפרוצה, זכה שאין העין רעה שולטת בו.

ולכן, אהובי, בני! אם תזכה לשמור על עיניך, אז תהינה לך "עינים יפות", ולא תצטרך לפחד משום עין הרע. וחכמינו הקדושים אמרו (במדבר רבה, פרשה י', סימן ו'): מה ראה הקדוש-ברוך-הוא לשאל מישאל הלב והעינים, שיהיו אחריו? לפי שהעברה תלויה בהם, העינים רואות את הזונה והלב מהרהר אחריה, ואחר-כך רחמנא לצלן, בא לידי חטאים ועוונות ופשעים. ואנחנו עדים מה קורה בדור הזה, שהערב-רב מטמאים את עיני נערי בני ישראל, ומכשילים אותם בעברות חמורות, עד שנכשלים בעברה הכי גרועה של פגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, שזה מטמטם את הלב ומעקם את המוח והדעת, עד שנכנסים בו ספקות וקשיות על הקדוש-ברוך-הוא, עד שנאבד לגמרי, מרב עצבות ודכאון שנכנס בו, והוא תמיד שורה בדכאון פנימי, ומבקש את נפשו למות, מרב מרירות שעוברת עליו. ולכן ראה, אהובי, בני, מהיום והלאה לשמור על עיניך,

ותרגיל את עצמך להסתכל רק על רוחניות חיות אלקותו ותברך, המחיה והמהנה והמקימת את כל הבריאה כלה, ועל-ידי שתחזיר בעצמך גלוי אלקות, להסתכל רק על הקדוש-ברוך-הוא, בנה ימתקו מך כל הדינים, ותזכה להיות שמור מהכל; אשרי מי שמקים את כל זה, ואז טוב לו כל הימים.

## ג.

אהובי, בני! צריך שתדע ותחקק היטב בדעתך, אשר אין שום מציאות בלעדיו ותברך כלל, והכל לכל אלקות גמור הוא, ומה שהעין רואה — הכל זה אלקות, אלא מרב אור, אדם לא קולט מה הוא רואה, ובשביל זה הוא סובל יסורים. וזה מה שאמרו חכמינו הקדושים (מדרש תהלים קמו, ה): אין לה יסורין כעורון עינים; כי אם אדם לא רואה את אמתת מציאותו ותברך, זה היסורים הכי גדולים; כי כשבר ישראל דבוק בחי החיים בו ותברך, ומסתכל רק על הקדוש-ברוך-הוא, אז הוא תמיד מתחזק. ובאמת אפלו שכבר נכשלת בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, אשר זה העון הכי חמור, פמובא אשר עוין במלוי כזה: עיין ו"ו נו"ן — בגימטריה רמ"ח, וחטא פגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, נעשה בהרגשת כל רמ"ח אברים, על-כן העון הזה הוא עון

חמור מאד, ועל זה צועק הנביא (ישעיה א, ד): "עם כבוד  
 עון זרע מרעים בנים משחיתים"; כי רחמנא לישזבן,  
 העון הזה של הוצאת זרע לבטלה, הוא משחית את זרעו  
 והורג אותם, כי מכל טפה וטפה יכול להולד בן או בת,  
 ולכן העון הזה של הוצאת זרע לבטלה, הוא החמור  
 ביותר, ובא רק על-ידי פגם עינים, שאדם מסתכל על  
 נשים ועל תמונות תועבה. ובפרט בדור הזה, אשר  
 הנסיון הכי קשה לאדם הוא — לזכות להגיע ל"עינים  
 יפות", כי הסמ"ך-מ"ם מטמא את עיני האדם. ולכן  
 ראה, אהובי, בני! להרגיל את עצמך להסתכל רק על  
 אמתת מציאותו יתברך, ותחזק את עצמך בכל מיני  
 אפנים שבעולם להיות בשמחה, כי אין עוד דבר שמציל  
 את האדם מפגם הברית כמו השמחה, כי השמחה  
 שורפת את כל הקלפות. ולכן ראה להדביק את עצמך  
 באין סוף ברוך הוא, ותמיד תציר בדעתך איך שכל  
 העולם כלו זה אור האין סוף ברוך הוא, ואתה נמצא  
 בתוך האור. ורבונו ו"ל אמר (לקוטי מוה"ר, חלק א, סימן נה),  
 שאדם צריך להגיע לבטול בזה, עד שלא יראה גם את  
 עצמו, ואל כל זה יכולים לזכות בעת התפלה דיקא, כי  
 אדם צריך להרגיל את עצמו לדבר אל הקדוש-ברוך-  
 הוא, וכל מה שעובר עליו — בין בגשמיות ובין  
 ברוחניות יבקש רק ממנו יתברך. ולכן למה אתה צריך  
 להיות כל-כך שבור?! הן אמת שנוכשלת כבר

בהסתכליות רעות, אשר זה חטא ועון מגנה מאד מאד, כי על-ידי שסתכלים על נשים ועל תמונות תועבה, באים לידי חמום, שמחמם את עצמו לעברה, עד שבאים לידי הוצאת זרע לבטלה, עם כל זאת על הכל מועילה תשובה. וכמו שאמר רבנו ז"ל (שיחות-הר"ן, סימן עא), ואפלו החטא המגנה הזה של הוצאת זרע לבטלה, גם-כן יכולים לתקן, אם אדם רק יקבל על עצמו קבלה חזקה, שמהיום והלאה יזכה ל"עינים יפות", לא להסתכל על נשים ולא על תמונות תועבה, ואז יזכה לטהר את מח מחשבתו, ויהיה דבוק בתי החיים בו ותברך; אשרי מי שאינו מטעה את עצמו בזה העולם, ואז טוב לו כל הימים.

## ד.

צריך שתדע, אהובי, בני! אשר היצר הרע לא עוזב את האדם, אלא בכל יום ויום מתחדש, בא עליו מתחדש, כמו שאמרו חכמינו הקדושים (קדושין ל:): בכל יום ויום יצרו של אדם מתחדש עליו, וביותר מתגבר על הסתכלות על נשים, כי יודע, שאם אדם ירגיל את עצמו להסתכל על נשים, רחמנא לישזבן, על-ידי-זה יבא לידי עברות חמורות, ואין אדם נצל מזה, כי השגעון הזה להסתכל על נשים, נדבק בכל אדם, רחמנא לצלן, אלא

הצדיקים הדיבקים באין סוף ברוך הוא, תמיד מסתכלים רק על אמתת מציאותו יתברך, ולכן הם זוכים ל"עינים יפות"; כי אצלם הכל הכל הבלים, כמו שאמרו חכמינו הקדושים (עבודה זרה כ.) על רבי עקיבא, שהיה רק ושחק ובכה. ולכן את הצדיקים זה לא מבלבל, כי הם כל-כף דיבוקים באין סוף ברוך הוא, עד שהם לא רואים בכלל גשמיות העולם הזה, וממילא אין להם שום שיכות להסתכלות על נשים, לא-כן אנשים שעדין לא הגיעו לדרגה פזו, הם צריכים רחמים רבים, שלא יתגבר עליהם יצרם להסתכל על נשים, שזה מביא אחר-כך לאדם, שישל בעברות חמורות. פי העקר מתחיל עם העינים, כי העין רואה והלב חומד וכלי המעשה גומרים, כמובא (טור ארץ חיים, סימן א'); ולכן ראה, אהובי, בני, מה לפניה! ראה להרגיל את עצמך לדבר רק אל הקדוש-ברוך-הוא, ואם תמיד תמיד בדבור אליו יתברך, על-ידי-זה יזדכך מחך, עד שתהיה דיבוק בחי החיים בו יתברך; כי אין עוד דבר המדבק את האדם אל הקדוש-ברוך-הוא, כמו הדבור שמרגיל את עצמו לדבר אליו יתברך, ובפרט מי שפבר נכשל בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, צריך לצעק הרבה אליו יתברך, קולי קולות, כולי האי ואולי שיזכה לזכך ולטהר את מח מחשבתו ואת לבו. ולכן ראה, אהובי, בני, מה לפניה! העקר אל תתיאש, אפלו שאתה יודע שנכשלת כבר במה

שנכשלת, תמיד תזכר, שיכולים לתקן הכל, כמו שאמר רבנו י"ל (לקוטי מוה"ר"ן, חלק ב', סימן קיב): אם אתה מאמין שיכולין לקלקל — תאמין שיכולין לתקן; אשרי אדם שאינו מטעה את עצמו בזה העולם, אלא בורח תמיד אליו יתברך ומדבר עמו יתברך שעל-ידי-זה סוף כל סוף ישבר ממנו את התאנה המגנה הזו של הסתכלות על נשים, שזה אבי-אבות-הטמאה, שמביא את האדם לכל מיני חטאים שבעולם; כי פגם הברית מביא אחר-כך את האדם גם לכפירות ואפיקורסות, ואז אדם נעקר משני העולמות. ולכן ראה להתחזק בכל מיני אפנים שבעולם, וסוף כל סוף אחר הרע יבא הטוב, אם רק תתחזק לבקש ממנו יתברך בכל יום על כל פרט ופרט. ובפרטיות על "עינים יפות", שלא תסתכל על נשים ותמונות תועבה, רחמנא לצלן, ואז תראה נסים נגלים שיעשה עמך הקדוש-ברוך-הוא.

ה.

צריך שתדע, אהובי, בני! אשר אין שום מציאות בלעדיו יתברך כלל, וצריכים להכניס את זה היטב היטב במח-מחשבתו, כי זה עקר הגאולה של אדם, שיכול לגאל את נפשו מהשאול תחתית ומתחתיו שנפל בו; כי באמת אם אדם חוטא בפגם הברית — הוצאת זרע

לְבַטְלָהּ, שָׁבָא בְּדַרְךָ כָּלֵל עַל-יְדֵי הַסְּתַפְּלִיּוֹת רְעוֹת,  
 עַל-יְדֵי-זֶה הוּא נוֹפֵל בְּתַפְּיָסָה, כְּמוֹ שְׁאָמַר רַבְּנּוּ ז"ל  
 (סִפְר־הַמִּדּוֹת, אוֹת פְּדִיּוֹן שְׁבוּיִים, סִמֵּן יא): מִי שֶׁלֹּא תִקַּן חַטָּאת  
 נְעוּרִים, עַל-יְדֵי-זֶה בָּא לְבֵית הָאֲסוּרִים, וְהוּא צָרִיךְ לִסְבֹּל  
 שֵׁם יִסּוּרֵי תַפְּת. וְלִכֵּן רָאָה אֵל מַה בָּאֵת, עַל-יְדֵי שְׁנֹכְשֵׁלֶת  
 בְּרֵאיוֹת אֲסוּרוֹת וּבַהֲסַתְּפִלְיוֹת רְעוֹת, רַחֲמָנָא לִישְׁזַבְּן,  
 הִרְגֵּלְתָּ אֵת עֲצָמְךָ לְהַסְתַּכֵּל עַל כָּל אִשָּׁה שְׁעוֹבֶרֶת בְּרַחוּב  
 וְעַל תַּמּוּנוֹת תּוֹעֵבָה, שְׁזָה מַה שְּׁחַמֵּם אוֹתְךָ, עַד שֶׁבָּאֵת  
 לַפָּגַם הַבְּרִית — הוֹצֵאת זֶרַע לְבַטְלָהּ, שְׁזָה מְכַנֵּס בְּךָ  
 עֲצָבוֹת וּמְרִירוֹת וּדְאָגוֹת, כְּמוֹ שְׁאָמַר רַבְּנּוּ ז"ל (סִפְר־הַמִּדּוֹת,  
 אוֹת עֲצָבוֹת, סִמֵּן א'): מִי שֶׁלֹּא תִקַּן חַטָּאת נְעוּרִים, עַל-יְדֵי-זֶה  
 בָּאִים לוֹ דְאָגוֹת. וְלִכֵּן רָאָה, אֶהוּבִי, בְּנִי! לְקַחַת אֵת  
 עֲצָמְךָ בְּיַדְךָ, וּמֵהַיּוֹם וְהִלָּאָה תִרְגֵּיל אֵת עֲצָמְךָ לְהַסְתַּכֵּל  
 רַק עַל אֲמַתַּת מְצִיאֹתוֹ יִתְבַּרְךָ, וּתְצִיר בְּדַעְתְּךָ, אֵיךְ שֶׁכָּל  
 הָעוֹלָם כְּלוֹ הוּא אֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, וְתִרְגֵּיל אֵת עֲצָמְךָ  
 לְדַבֵּר אֵל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וּתְפָרֵשׁ אֵת כָּל שִׁיחַתְךָ  
 אֵלָיו יִתְבַּרְךָ, וְעַל-יְדֵי-זֶה דִּיקָא יִמְתְּקוּ מִמֶּךָ כָּל הַדֵּינִים;  
 כִּי כָּל הַצְּרוֹת וְהַיִּסּוּרִים שְׁעוֹבֶרִים עַל בְּנֵי-אָדָם, זֶה רַק  
 מִחַמַּת שְׁחָטָא בְּפָגַם הַבְּרִית — הוֹצֵאת זֶרַע לְבַטְלָהּ,  
 שְׁזָה מַה שְּׁגוּרָם לוֹ, שְׁיִקוּמוּ עָלָיו בְּנֵי-אָדָם וְיַחְלְקוּ עָלָיו,  
 כְּמוֹ שְׁאָמַר רַבְּנּוּ ז"ל (סִפְר־הַמִּדּוֹת, אוֹת נְאוּף, סִמֵּן כו): עַל-יְדֵי  
 הוֹצֵאת זֶרַע לְבַטְלָהּ, בּוֹרָא קְלָפוֹת הַמִּתְלַבְּשִׁים בְּבְנֵי-אָדָם  
 מִתְנַגְּדִים וְחוֹלְקִים עָלָיו, וְעוֹשִׂים לוֹ יִסּוּרִים. וְעַל-כֵּן אִם

אתה סובל פל-כף הרבה צרות ויסורים מבני-אדם, תדע לך, שפגמת בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, שבא על-ידי הסתכליות רעות, שהרגלת את עצמך להסתכל על נשים חשופות ופרוצות ועל תמונות תועבה, שזה גרם שחממת את עצמך לעברה, עד שגהרת לגמרי.

ולכן ראה, אהובי, בני! לחזור בתשובה שלמה אליך ותברך, ותתקן את עיניך על-ידי שתרגיל את עצמך להסתכל רק על רוחניות חיות אלקיות ותברך; פי באמת הוא תברך מחיה ומנהיג ומקים את כל הבריאה בלה, ומה שאתה רואה, זה לבוש לגבי האין סוף ברוך הוא. וראה להחזיק מעמד, ואז תוכל לעבר על הכל. העקר ראה לשוב בתשובה שלמה על כל הזמא והלכלוך שעשית, שפגמת בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, שזה החטא הכי מגנה, פי הוא הורג את בניו ויבנותיו, פי מכל טפה וטפה יכול להנצר ולד וכי, והוא מוציא לבטלה, על-ידי-זה נבראים קלפות ומשחיתים, כמוכא בדברי רבנו ז"ל (לקוטי מוה"ר, חלק א', סימן קמא), והם נוקמים בו אחר מותו. וכן אמר רבנו ז"ל (ספר-המדות, אות נאוף, סימן מח): המוציא זרע לבטלה, כאלו הביא בניו לעבודה זרה, וכן גדון בסקילה. ולכן ראה, אהובי, בני! לחזור בתשובה שלמה, ותחדיר בעצמך, אשר אין בלעדיו תברך כלל, ותדבר אליו ותברך, ועל-ידי-זה ימחל לך הקדוש-ברוך-



הוא על כל מה שפגמת, כי בזכות האמונה שתהיה לך בו תברך, יסלח לך הבורא תברך שמו; כמוכא בדברי רבנו ז"ל (ספר-המדות, אות אמונה, סימן לג): על-ידי אמונה, הקדוש-ברוך-הוא יסלח לך על כל עוונותיך; ואז אשריך בעולם הזה ואשריך בעולם הבא.

## ו.

צריך שתדע, אהובי, בני! אשר באמת כל אדם צריך להגיע למדרגה כזו, עד שלא יראה לפני מראה עיניו רק את אמתת מציאותו תברך, ותמיד יסתכל רק על רוחניות חיות אלקותו תברך, שזה נקרא "עינים יפות", שמסתכל רק על הקדוש-ברוך-הוא, המחיה והמקים ומנהיג את הבריאה כלה; כי באמת דומם, צומח, חי, מדבר, הם לבוש לגבי האין סוף ברוך הוא, וכל מה שאתה רואה לפניך, זה רק אלקות, מלבש בלבוש הגשמי והחמרי הזה, ולכן הצדיקים הדבוקים באין סוף ברוך הוא, משתעשעים בשעשוע דמלכא עלאה, וזוכים לחבר ולשלב את העולמות, על-ידי יחודים קדושים, ונפתחים להם כל העולמות, ושומעים כרוזים מלמעלה, ומטיילים ביחודי שמוותיו תברך מתתא לעילא ומעילא לתתא, כמו בגן יפה, ומיחדים יחודים נוזרים כפי סדר פרצוף העולמות, אבל כשאדם נכשל

בְּעֵינָיו, וּמִסְתַּכֵּל עַל נָשִׁים חֲצוּפוֹת אוֹ עַל תְּמוּנוֹת תּוֹעֵבָה, עַל-יַדֵּי-זָה נוֹפֵל מֵאִיגָרָא רָמָא לְבִירָא עֲמִיקְתָּא, וְנִתְחַמֵּם לְעַבְרָה, וּבָא לְיַדֵּי פָגֵם הַבְּרִית — הוֹצֵאת זֶרַע לְבִטְלָה, וְעַל-יַדֵּי-זָה הוּא פּוֹגֵם בְּעוֹלָמוֹת הָעֲלִיוֹנִים, וְכֵן מְעַרְבֵב אֶת סֵדֶר הַפְּרָצוּפִים הָעֲלִיוֹנִים, וְלִכֵּן צָרִיף לְתִשׁוּבָה חֲזָקָה.

וְעַקֵּר הַתְּשׁוּבָה זֶה וְדוּי דְבָרִים, שְׂאֵז מוֹצִיא אֶת הַצְּרוּפִים הַרְעִים מֵעֲצָמוֹתָיו, כְּמוֹ שְׂגָלָה לְנוּ רַבְּנוּ ז"ל (לְקוּטִי-מוֹתֵר, חֶלֶק א', סִימָן ד'), שְׂעוֹנוֹתָיו שֶׁל אָדָם חֲקוּקִים עַל עֲצָמוֹתָיו, כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב (יְחִזְקֵאל לב, כז): "וַתְּהִי עֲוֹנוֹתֶם עַל עֲצָמוֹתֶם"; וְכָל עַבְרָה יֵשׁ לָהּ צְרוּף אוֹתִיּוֹת, וּכְשֶׁעָבַר אִיזוֹ עַבְרָה, אִזִּי נִחְקַק צְרוּף רַע עַל עֲצָמוֹתָיו, וְעַל-יַדֵּי-זָה מְכַנֵּס הַדְּבוּר שֶׁל הַלְּאוּ הַזֶּה שֶׁעָבַר, בְּתוֹךְ הַטְּמָאָה, וְעַל-יַדֵּי-זָה הוּא סוֹבֵל יְסוּרִים, כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב (תְּהִלִּים לד, כב): "תְּמוֹתַת רָשָׁע רָעָה"; הַרְעָה בְּעֲצָמוֹ שֶׁעָשָׂה, זֶה מְמוֹתֵת אוֹתוֹ. וְלִכֵּן אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (פְּנִיחֻמָּא וְזֹאת הַבְּרָכָה, פְּרָשָׁה ו'): רָשָׁעִים אֶפְלוּ בְּחַיֵּיהֶם קְרוּיִים מְתִים, כִּי הֵם מְסֻתָּבְבִים בְּחֻשָּׁף, וְלֹא רוֹאִים שׁוּם אוֹר, וְעַל-יַדֵּי דְדוּי דְבָרִים שְׂאֵדָם מְתוּדָה לְהַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, יוֹצִיא מֵעֲצָמוֹתָיו הָאוֹתִיּוֹת הַחֲקוּקוֹת עֲלֵיהֶם, וְנַעֲשֶׂה מֵהֶם הַדְּבוּר שֶׁל הַדְּדוּי, כִּי הַדְּבוּר יוֹצֵא מֵעֲצָמוֹתָיו, כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב (תְּהִלִּים לה, י'): "כֹּל עֲצָמוֹתַי תֹּאמְרָנָה"; הִינֵנו

כְּשֶׁאָדָם מְדַבֵּר וְאוֹמֵר אֶת הַיְהוּדִי אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, עַל-יְדֵי-זֶה מוֹצִיא אֶת הָאוֹתִיּוֹת מֵעֲצָמוֹתָיו, וּמִתְחִיל לְהַאֲדִיר לוֹ הָאוֹר אֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא. וְלָכֵן עָקַר הַתְּשׁוּבָה זֶה וְהוּי דְּבָרִים, וְכָל הַמְרָבָה לְהַתְנַדוּת, הָרִי זֶה מִשְׁבַּח.

וְלָכֵן רָאָה, אֶהוּבִי, בְּנִי! מֵאַחַר שֶׁכָּבַר פְּגַמָּתָ וְנִכְשַׁלְתָּ בַּפֶּגֶם הַבְּרִית — הוֹצֵאת זָרַע לְבִטְלָה, עַד שֶׁנִּמְאָס לְךָ הַחַיִּים, וְאַתָּה כָּל-כֶּף מִמְרָמֵר, וְעוֹבְרִים עָלֶיךָ צָרוֹת וְיִסּוּרִים וּמִכְאוּבִים, רָאָה לְלַכֵּת לְמָקוֹם פְּנוּי שְׂאִין שָׁם בְּנֵי-אָדָם, וְתִתְחִיל לְדַבֵּר אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, כְּאִשֶׁר יְדַבֵּר אִישׁ אֶל רֵעֵהוּ וְהִבֵּן אֶל אָבִיו, וְתִשְׁפֹּךְ נִפְשׁוֹ אֵלָיו יִתְבַּרֵךְ. וְאַף שֶׁבִּהַתְחִלָּה יִדְמָה לְךָ, שְׂאֵף אֶחָד לֹא שׁוֹמֵעַ אוֹתָךְ, כִּי כָּל זֶה בָּא מִרְבוּי עֲוֹנוֹתֶיךָ, שֶׁנִּכְנָסָה בְּךָ כְּפִירוֹת וְאַפְיִקוֹרְסוֹת, כְּמוֹ שֶׁאָמַר רַבֵּנוּ ז"ל (סֵפֶר-הַמִּדּוֹת, אוֹת אַמּוּנָה, סִימָן כב): הַפֶּשַׁע שֶׁל הָאָדָם מִכְּנִיס כְּפִירָה לְאָדָם; וְכִמוֹ שֶׁכְּתוּב (יִשְׁעִיָּה נט, ב): "כִּי אִם עֲוֹנוֹתֶיכֶם הִיוּ מִבְּדָלִים בֵּינְכֶם לְבֵין אֱלֹהֵיכֶם"; כִּי עַל-יְדֵי שֶׁאָדָם חוֹטֵא, הוּא עוֹשֶׂה מְחִיצָה בֵּינוֹ לְבֵין הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וְעַל-יְדֵי שֶׁמִּתּוֹדֶה לְפָנָיו יִתְבַּרֵךְ, וּמְדַבֵּר אֵלָיו יִתְבַּרֵךְ, הוּא פּוֹתַח פְּתָחִים בְּתוֹךְ הַמְּחִיצָה, עַד שֶׁזּוֹכֶה לְסַלֵּק אֶת הַמְּחִיצָה לְגַמְרִי. וְלָכֵן אָמְרוּ חֻכְמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (תּוֹרַת כְּהָנִים בְּחֻקֵּיהֶם): אָמַר הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא: מִיָּד שֶׁהֵם מִתְּוָדִים עַל עֲוֹנוֹתֵיהֶם, מִיָּד אָנִי חוֹזֵר וּמְרַחֵם עֲלֵיהֶם; כִּי בְּזֶה שֶׁאָדָם

מתודה אל הקדוש-ברוך-הוא, בזה הוא מגלה את פנימיות לבבו, שהוא מאמין בו יתברך, ואינו מתאש. ולכן ראה, אהובי, בני, מה לפניך! אם אתה רוצה שתדלק בך נשמתך, עד שתדביקה אל האור אין סוף ברוך הוא, הרגל את עצמך לדבר אליו יתברך. ואמרו חכמינו הקדושים (זהר בראשית נו): כל מאן דאורי על חטאיה, קודשא בריך הוא שביק ליה ומחיל על חוביה; [מי שמודה על חטאיו, הקדוש-ברוך-הוא עוזב אותו ומוחל לו על כל עוונותיו].

ולכן אני מאד מבקש אותך, אהובי, בני! מאחר שעבר עליך כבר מה שעבר בחייה, ראה לברח למקום פנוי שאין שם בני-אדם, ותשפך את נפשך אליו יתברך, ואז יתחיל להאיר לך אור אין סוף בהארה נוראה ונפלאה מאד, עד שלא תרצה שום דבר, רק את הקדוש-ברוך-הוא. וזכור כלל זה, כי מי שפגם בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, על-ידי הסתכליות רעות שהסתכל על נשים ותמונות תועבה, על-ידי-זה נופל בדכאון ובשברון לב ובאיאוש, עד שמתאש מחייו. ולכן אם אתה רוצה להתחיל לחיות חיים טובים, חיים נעימים, ראה להדביק את עצמך באין סוף ברוך הוא, ותבוא אליו יתברך, ותדבר עמו יתברך באשר ידבר איש אל רעהו והבן אל אביו, ותצעק ותתחנן אליו יתברך,

וְאִזְ סוּף כָּל סוּף תִּזְכֶּה לְשׁוֹבֵר אֶת הַמַּחֲצוֹת שְׂפִינֶיךָ לְבִין  
הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, עַד שְׂיֵאִיר עָלֶיךָ מְלֶךְ הַכְּבוֹד בְּעֶצְמוֹ;  
כִּי בְּאֵמֶת אֵין עוֹד דְּבַר יוֹתֵר חָשׁוּב אֶצְלוֹ יְתִבְרַךְ כָּמוֹ  
תְּפִלָּה. וְאִם בְּגִי-אָדָם הָיוּ יוֹדְעִים מֵה זֶה תְּפִלָּה, לְדַבֵּר  
אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, אִזְ הָיוּ עוֹסְקִים בְּזֶה כָּל יָמֵי  
חַיֵּיהֶם; כִּי כָּל דְּבוּר וְדְבוּר שְׂמֵדְבָרִים אֵלָיו יְתִבְרַךְ, זֶה  
הַצְּלַחַת נְצַחִית, הַצְּלַחַת כְּזוֹ שְׂאִין לְתֵאָר וְאֵין לְשַׁעַר כְּלָל.  
וְכָל דְּבוּר וְדְבוּר שְׂאָדָם מְדַבֵּר אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא,  
הוּא כְּלֵי לְהַמְשִׁיךְ בּוֹ שְׁפַע אֱלֹקֵי. כַּמּוּבָא בְּדְבָרֵי רַבֵּנוּ  
ו"ל (לְקוּטֵי-מוֹהַר"ן, חֵלֶק א', סִימָן לר), שֶׁהַדְּבוּר הוּא כְּלֵי הַשְּׁפַע.  
וְאֵמְרוּ חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (סוּטָה ה.): אֵין תְּפִלָּתוֹ שֶׁל אָדָם  
נִשְׁמַעַת, אֶלָּא אִם-כֵּן מֵשִׁים לְבוֹ כְּבִשָּׁר, הֵינּוּ שְׂאָדָם  
שְׂבוּר בְּעֶצְמוֹ. וְזֶה זוֹכִים דִּיקָא כְּשְׂאָדָם מִתְחִיל לְהַתְּבוּנָן  
מֵה הוּא חֲטָא, וְאֵיךְ הוּא חֲטָא, וְלִפְנֵי מִי הוּא חֲטָא, וְאֵיךְ  
פָּגַם לִפְנֵי יְתִבְרַךְ. וְעַל-כֵּן לֹא בְּחִנָּם שְׂאָמְרוּ חֲכָמֵינוּ  
הַקְּדוֹשִׁים (סִנְהֶדְרִין מג:): מִי שֶׁדַּעַתּוֹ שְׂפִלָּה — אֵין תְּפִלָּתוֹ  
נִמְאָסֶת; שְׂנֵאָמַר (תְּהֵלִים נא, יט): "לֵב נִשְׂבֵּר וְנִדְכָּה אֱלֹהִים  
לֹא תִבְזֶה".

וְעַל-כֵּן רְאֵה, אֶהוּבֵי, בְּנֵי, מֵה לְפָנֶיךָ! בְּרוּחַ לָךְ רַק  
אֵלָיו יְתִבְרַךְ, שְׂזֵה מֵה שְׂיֵצִיל אוֹתְךָ מִפְּגַם הוֹצָאת זֶרַע  
לְבַטְלָה, שְׂנִפְלֵת וְנִשְׁלַכְתָּ בְּזֵה, כִּי עַל-יְדֵי שְׂהִרְגַלְתָּ אֶת  
עֶצְמְךָ מִיָּמֵי גְעוּרֶיךָ לְהִסְתַּכַּל עַל כָּל אִשָּׁה שְׂעוּבָרַת

ברחוב, שזו מחלה ככל המחלות, עד שעל-ידי-זה נתחממת ובאת לידי חטא המגנה הזה של הוצאת זרע לבטלה, שאתה משחית את ילדיך במו ידך, כי מכל טפה וטפה יכול להגלד ולד, ואתה הולך והורג אותם, ולכן אין לך שום תקנה, רק לבא אל הקדוש-ברוך-הוא, ולבקש ממנו יתברך. וכבר אמרו חכמינו הקדושים (ויקרא רבה, פרשה ל', סימן ג'): בדורות הללו, שאין להם — לא מלך ולא נביא, לא כהן ולא אורים ותמים, ואין להם אלא תפלה זו בלבד, אמר דוד לפני הקדוש-ברוך-הוא: רבונו של עולם, אל תבזה את תפלתם. דוד המלך שהיה תפלתם ותשובתם של עם ישראל, בקש והתחנן מלפניו יתברך, פשיגוע זמן, שלא יהיה לעם ישראל — לא בית-המקדש ולא כהן ולא מלך ולא נביא, ותשאר להם רק תפלה — תשמע ותקבל את תפלתם. וכן אמרו חכמינו הקדושים (תנחומא וירא): אמר להם הקדוש-ברוך-הוא לישראל, הוו זהירים בתפלה, שאין מדה אחרת יפה הימנה, והיא גדולה מכל הקרבנות, ואפלו אין אדם כדאי להענות בתפלתו ולעשות חסד עמו, כיון שמתפלל ומרבה בתחנונים, אני עושה חסד עמו. ולכן אני מאד מבקש אותך אהובי, בני! שאל תתיאש בשום פנים ואופן, כי הקדוש-ברוך-הוא אב הרחמן, וסולח לכל הבא ושב לפניו. ועקר התשובה — לפתח את הפה ולדבר אל הקדוש-ברוך-הוא, ולהתוכח עמו יתברך, כביכול,

כְּמוֹ שֶׁפָּתוּב (ישעיה א, יח): "לְכוּ נָא וּנְוֹכְחָה יֵאמֶר הָיִי"ה וְגו'; הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מְבַקֵּשׁ אֹתָנוּ שְׁנִיתוּכַח עִמּוֹ, וְעַל-יְדֵי-זֶה הוּא יִמְחַל לָנוּ, כְּמוֹ שֶׁפָּתוּב (שם): "אִם יִהְיוּ חֲטָאֵיכֶם כְּשָׁנִים — כְּשֶׁלֶג יִלְבִּינוּ, אִם יֵאָדִימוּ כַּתּוֹלַע — כְּצֶמֶר יִהְיוּ"; וְלֹא לַעֲזוֹב אוֹתוֹ אֲלֵא לְבַקֵּשׁ לְהִתְחַנֵּן וְלִשְׁאֵל מִמֶּנּוּ יִתְבָּרַךְ, שְׂיַחֲוֶס וּיְרַחֵם עָלֶיךָ, וְאִז אִם תִּהְיֶה עֶקֶשׁן גָּדוֹל, לֹא תִזוּז מִשָּׁם, עַד שֶׁהַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא יִמְחַל לָךְ עַל כָּל עֲוֹנוֹתֶיךָ, וַיִּתְחִיל לְהַאֲיר לָךְ אֹר אֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, עַד שֶׁתִּרְגֵּשׁ, אֵיךְ שֶׁכָּל הַבְּרִיאָה כְּלָה הִיא אֹר אֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, רַק מְלַבֶּשֶׁת בְּלָבוּשׁ הַגִּשְׁמִי וְהַחֲמָרִי, אֲשֶׁר לִפְנֵי מְרֹאֶה עֵינֶיךָ, וְאִז תִּשְׁפִּיל וְתִבְיֵן, שֶׁהַכֹּל דְּמִיּוֹן אֶחָד גָּדוֹל, כִּי כָּל הַבְּרִיאָה כְּלָה הִיא לְבוּשׁ לְגִבֵּי הָאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, וְהַצְדִּיקִים רוֹאִים אֶת זֶה תָּמִיד, אֲלֵא בְּשִׁבִיל הַבְּחִירָה וְהַנְּסִיּוֹן הֵם צְרִיכִים לְהִלְבִּישׁ אֶת עַצְמָם בְּלָבוּשׁ אַחֵר לְבוּשׁ. כַּמּוּבָא בְּדַבְּרֵי רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטִי-מוֹתֵר"ן, חֶלֶק ב', סִימָן צ"א), כְּדֵי שֶׁהֵם יוּכְלוּ לְקַרֵּב יְהוּדִים אֶל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וְעַל-כֵּן הֵם מְתַלַּבְּשִׁים בְּכָל מִינֵי לְבוּשִׁים, וְכֵן הַשְּׂגוֹתֵיהֶם הַנּוֹרְאוֹת וְהַנְּפְלְאוֹת, הֵם מְלַבִּישִׁים אֶת זֹאת בְּדַבְּרִים פְּשׁוּטִים, עַד שֶׁגַּם שְׂאֵר נִשְׁמוֹת יִשְׂרָאֵל יוּכְלוּ לְהִתְקַרֵּב אֵלָיו יִתְבָּרַךְ. וְלִכֵּן אֲשֶׁרִי מִי שִׁזְוֹכָה לְהִתְקַרֵּב אֶל הַצְדִּיק הָאֱמֶת הַמְעוֹרָר מֵהַשְּׁנָה, כַּמּוּבָא בְּדַבְּרֵי רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטִי-מוֹתֵר"ן, חֶלֶק א', סִימָן ס'), שֶׁהַצְדִּיק מְעוֹרָר מֵהַשְּׁנָה, וְכִיּוֹן שֶׁמְעוֹרָר מֵהַשְּׁנָה, אִז

יוכים לדבק את עצמם באין סוף. אשרי מי שזוכה להגיע לזה, ואז טוב לו כל הימים.

## .ז

צריך שתדע, אהובי, בני! אשר כל בר ישראל צריך למסור את נפשו בעבורו? תברך, ותמיד יהיה לפני מראה עיניו, אשר יבא היום, והוא יצטרך לעמד לפני בית-דין של מעלה, ולתן דין וחשבון על כל מה שחשב, ועל כל מה שדבר, ועל כל מה שעשה. ולכן מה לך, אהובי, בני, לחכות עד שתצטרך לשלם מחיר גבה על כל מה שעבר עליך בתיך, טוב מאד, שכבר תשוב בתשובה אמיתית אליו? תברך, ובפרט במה שקלקלת בפגם הברית — הוצאת זרע לבטלה, אשר זה העון הכי חמור, כמאמרם [ל' (פלה, פרק א'): כל המחמם עצמו להוציא זרע לבטלה — חשוב כבהמה, מה בהמה אינה מקפדת ועושה, אף הוא כן, מה בהמה אינה עומדת אלא לשחיטה, ואין לה חלק לעולם הבא, אף הוא אין לו חלק לעולם הבא, ועליו אמר שלמה בחכמתו (קהלת ג, כא): "מי יודע רוח בני-האדם העלה היא למעלה" — זו נשמתו של צדיקים, שאין מחממין עצמן, ואין מוציאים שכבת זרע לבטלה, "ורוח הבהמה הירדת היא למטה לארץ" — זו היא נשמתו של רשעים, שמחממין עצמן ומוציאים



שְׁכַבְתָּ זָרַע לְבִטְלָה; דָּבַר אַחֵר: "הִנָּחֲמִים בְּאֵלִים" —  
 כָּל הַמְּחַמֵּם עֲצָמוֹ וּמוֹצִיא שְׁכַבְתָּ זָרַע לְבִטְלָה — חִבָּב  
 מִיתָה, שְׁנֹאֲמַר (בְּרֵאשִׁית לַח, ז): "וַיְהִי עַר בְּכוֹר יְהוּדָה רַע  
 בְּעֵינֵי ה' וַיִּמְיֹתֵהוּ הַיְוָ"ה", וְכָל הַמְּקַשֶּׁה אֶת עֲצָמוֹ, הָרִי  
 זֶה עֲבָרִין, שְׁנֹאֲמַר (שם): "וַיִּרַע בְּעֵינֵי ה' אֲשֶׁר עָשָׂה" וְגו'.

וְלָכֵן, מֵאַחַר שֶׁכָּבַר נִכְשַׁלְתָּ בַחֲטָא הַמְּגַנֵּה הַזֶּה,  
 עַל-יְדֵי שְׁלֵא שְׁמַרְתָּ אֶת עֵינֶיךָ, כִּי הִרְגַלְתָּ אֶת עֲצָמְךָ  
 לְהִסְתַּפֵּל עַל כָּל אִשָּׁה הַעוֹבֵרֶת בְּרָחוּב, וְהִסְתַּפַּלְתָּ  
 בְּתַמוּנוֹת תּוֹעֵבָה, שְׁעַל-יְדֵי-זֶה חֲמַמְתָּ אֶת עֲצָמְךָ, וּבֵאתָ  
 לְיַדֵי הָעֶזְרָן הַחֲמוּר הַזֶּה, אֵין לָךְ תִּקְנָה, אֲלֵא שְׁתַּמְסַר אֶת  
 נַפְשְׁךָ אֵלָיו יִתְבַּרַךְ, וּתְבַקֵּשׁ מִמֶּנּוּ יִתְבַּרַךְ בְּרַחֲמִים  
 וְתַחֲנוּנִים שְׁיִמְחַל לָךְ, וּבְזֶה שְׁתַּהֲיֶה מוּכָן וּמוֹזֵן בְּכָל  
 פְּעַם לְמַסַּר אֶת נַפְשְׁךָ אֵלָיו יִתְבַּרַךְ, עַל-יְדֵי-זֶה תִּזְכֶּה  
 לְתַקֵּן אֶת הָעֶזְרָן הַחֲמוּר הַזֶּה. וּבִאֲמַת עֲלֶיךָ לְדַעַת, אֶהוּבִי,  
 בְּנִי! אֲשֶׁר רַבְּנוּ ז"ל גָּלַה לָנוּ (לְקוּטֵי-מוֹתֵר"ן, חֶלֶק ב', סִימָן עח),  
 אֲשֶׁר אֵין שׁוּם יְאוּשׁ בַּעוֹלָם כָּלֵל. וְכֵן אָמַר רַבְּנוּ ז"ל  
 (לְקוּטֵי-מוֹתֵר"ן, חֶלֶק ב', סִימָן קיב): אִם אַתָּה מֵאַמִּין שְׁיִכּוֹלִין  
 לְקַלְקֵל, תֵּאֱמִין שְׁיִכּוֹלִין לְתַקֵּן; וְלָכֵן מֵאַחַר שְׁעַשִׂיתָ  
 מַעֲשֵׂה בְּהֵמָה, וְאוֹמְרִים לָךְ שְׂאִין לָךְ חֶלֶק לְעוֹלָם הַבָּא,  
 תִּקְבֵּל עַל עֲצָמְךָ לְעַבֵּד אֶת הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא בְּתַמִּימוּת  
 וּפְשִׁטוּת בְּלִי שׁוּם קַבּוּל שְׂכָר, וְתַמִּיד תֹּאמַר לוֹ יִתְבַּרַךְ,  
 שְׂאֵתָה מוּכָן וּמוֹזֵן לְמַסַּר אֶת נַפְשְׁךָ עַל קְדוּשַׁת הַשֵּׁם,

שְׂדֵיקָא עַל-יְדֵי-זֶה יִמְחַל לָךְ הַקְדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא. וְאֵל  
 תַּחֲשׁב, אֶהוּבִי, בְּנִי! אֲשֶׁר הַחֲטָא הַמְּגַנֵּה הַזֶּה שֶׁל הוֹצֵאת  
 זָרַע לְבִטְלָה, זֶה חֲטָא, שְׂיִכּוּלִים לְכַפֵּר בְּלִי מִסִּירוֹת נַפֶּשׁ,  
 לְמַסּוֹר אֶת נַפְשׁוֹ אֵלָיו יִתְבָּרַךְ, כִּי כִּף מוֹבָא (תְּנָא דְבִי אֵלֵיהּ  
 רַבֵּה, פֶּרֶק יח): פַּעַם אַחַת הָיִיתִי מֵהַלֵּךְ בְּתוֹךְ גּוֹלָה שֶׁל בָּבֶל,  
 וְנִכְנַסְתִּי לְעִיר גְּדוּלָה שְׂפֵלָה יִשְׂרָאֵל, וְאֵין בָּהּ גּוֹיִים.  
 מְצֵאתִי שָׁם מְלַמֵּד תִּינוּקוֹת אֶחָד, וַיֵּשׁ לְפָנָיו מְאֵתִים  
 נְעָרִים, שָׂרְבֵן בְּנֵי שְׁמוֹנֶה-עֶשְׂרֵה וּבְנֵי עֶשְׂרִים שָׁנָה,  
 וְלִשְׁנָה אַחֲרַת חֲזַרְתִּי לְשָׁם, וּמְצֵאתִי אֶת הַתְּלָמִידִים, וְאֵין  
 רַבֵּן בֵּינֵיהֶם, אֲלֹא בֶן אֶחָד בְּלִבְדוֹ, שֶׁהוּא הֵיךְ בֶּן בְּנוֹ,  
 שֶׁבִשְׂבִיל מַעֲשֵׂיהֶן מְקַלְקְלִין שֶׁל אוֹתָן נְעָרִים — מֵת רַבֵּן,  
 וּמֵתָה אִשְׁתּוֹ, וּמֵת בְּנוֹ וּמֵת בֶּן בְּנוֹ, וּמֵתוּ כָּל הַנְּעָרִים,  
 שָׂרְבֵן בְּנֵי שְׁמוֹנֶה עֶשְׂרֵה וּבְנֵי עֶשְׂרִים, וְלֹא נִשְׁתַּיְרוּ רַק  
 הַקְּטָנִים, וְהָיִיתִי בּוֹכָה וּמִתְאַנַּח עֲלֵיהֶן, עַד שֶׁבָּא אֵלַי  
 מִלְּאֵךְ מִן הַשָּׁמַיִם, וְאָמַר לִי: מִפְּנֵי מָה אַתָּה בּוֹכָה  
 וּמִתְאַנַּח? אָמַרְתִּי לוֹ: וְכִי לֹא אֶבְכֶּה וְאֶתְאַנַּח עַל אֵלוֹ  
 שֶׁבָּאוּ לְיַדִּי מִקְרָא וּמִשְׁנָה, וְעַכְשָׁו הֵלְכוּ לְהֵן כְּלָא הָיוּ?!  
 וְאָמַר לִי: יָפָה אַתָּה בּוֹכָה וּמִתְאַנַּח, מִפְּנֵי שֶׁהֵן הָיוּ עוֹשִׂין  
 דְּבָרִים מְכַעְרִין וְדְבָרִים שְׂאֵינָן רְאוּיִים, וּמְקַלְקְלִין אֶת  
 עַצְמָן, וּמוֹצִיאִין שְׂכַבְת זָרַע חֲנָם, עֵינֵי שָׁם. הָרִי שְׂלָךְ  
 לְפָנֶיךָ אֶת חֹמֶר הָעוֹן הַזֶּה.

ולכן, אהובי, בני! מאחר שאתה ידעת שקלקלת עיניך, והסתפלת על נשים חצופות ופרוצות, ההולכות חשופות בריש-גלי, כדי להכשיל בני-אדם בעברות, וכאת למה שבאת, עקר תקונך הוא להתקרב אל הצדיק האמת, שהוא רבנו ז"ל, אשר הוא יורה לך דרך התשובה איך לשוב אליו ותברך, אפלו מחטא המגנה והמזהם הזה, על-ידי שתרגיל את עצמך לדבר אליו ותברך כאשר ידבר איש אל רעהו והבן אל אביו, ותמסר את נפשך בתפלתך אליו ותברך, כמאמר ז"ל (תענית ח): אין תפלתו של אדם נשמעת, אלא אם-כן משים נפשו בכפו; כי זה עקר השלמות של תפלה והתבודדות, שאדם צריך להרגיל את עצמו לדבר אל הקדוש-ברוך-הוא בתמימות ובפשטות, עד שיהיה מוכן ומזמן בעת תפלתו והתבודדותו למסר את נפשו אליו ותברך, ואז ימחלו לך כל עוונותיך; כי אין לך דבר העומד בפני מסירות נפש, שאדם מוסר את נפשו על קדוש השם, ומה גם תשתדל, אהובי, בני! לנסע אל ציון רבנו ז"ל בעיר אומן על-כל-פנים פעם אחת בימי חיך, ותתן שם פרוטה לצדקה, ותאמר שם את העשרה מזמורי תהלים, הנקראים "תקון הפללי", שגלה רבנו ז"ל בשביל תקון הברית, והבטיח בחיים חיותו עם שני עדים כשרים, אשר אפלו אם עצמו וגבהו חטאיו ופשעיו, אם רק יבא אל ציונו הקדוש, ויתן פרוטה לצדקה, ויאמר שם

העשרה מזמורי תהלים, הוא יוציאו מהשאל תחתית ומתחתיו.

ולכן ראה, אהובי, בני, מה לפניך! מאחר שכבר חטאת כל-כף, ופגמת בעיניך, עד שבאת לידי החטא המגנה הזה, ראה למסר את נפשך על-כל-פנים להיות פעם אחת בחיך אצל ציון רבנו ז"ל, ואז נכון לך יהיה בטוח, שבכח הצדיק האמת, שהוא רבנו ז"ל, תזכה לתקן את כל אשר פגמת, ותחזור עם "עינים יפות", שתתחיל להסתכל על עצמך, וכן תתבונן בגדלת הבורא יתברך שמו; כי זה עקר השלמות של התקרבות להצדיק האמת, שפותח את העינים, כמוכא בדברי רבנו ז"ל (לקוטי מוה"ר, חלק ב', סימן טז); ועל-כן מי שזוכה להתקרב אליו, זוכה ל"עינים יפות", שנפתחות עיניו, ומתחיל להסתכל על נעם ערבות ידידות זיו שכנית עזו יתברך, וכן מתחיל להסתכל על עצמו, וחוזר בתשובה שלמה, עד שנקלל לגמרי באין סוף ברוך הוא, ונמחלים כל עוונותיו; אשרי האדם שמכניס את דברי אלו בתוך לבו, ואז טוב לו בזה ובכא לנצח נצחים.

תם ונשלם, שבח לאל בורא עולם!