

בעזרת השם יתברך



ספר

# עצרתו אמונה

מכתבי חזקו, אמונה,  
ועצות מעשיות לחיים,  
תרגמו ממכתבים שנכתבו על ידי  
ראש ישיבת תפארת התורה  
ברסלב



244

תשפ"ה

**לשליחת מכתבים ושאלות  
אל הראש ישיבה שליט"א**

**בדואר:**

MECHON ATZUSOI EMINU

PO BOX: 646

LIBERTY, NY 12754-9998

**או דרך:**

[HTTPS://BRESLEVCENTER.COM/ANSWERS](https://breslevcenter.com/answers)



**להרשמה לקבלת המכתב היומי במייל:**

[CHIZIKYOMI@RABBIROTH.ORG](mailto:CHIZIKYOMI@RABBIROTH.ORG)



**להשתתפות וליטול חלק**

בקונטרסים השבועיים או בשאר ספרי  
המכון, המאירים את בתיהם  
של אלפי יהודים

התקשרו אל הגבאי

מוה"ר משה גראס שליט"א

053-316-3399

בארה"ב ניתן להתקשר אל הגבאי

מוה"ר שמואל אייבנשטיין הי"ו

917-589-3382

או שלחו מייל לכתובת

[SHMIELMAEB@GMAIL.COM](mailto:SHMIELMAEB@GMAIL.COM)



## נַעֲתוּ אִמּוֹנָה

- א. איך מתפטרים מרגשי אשמה מהעבר?.....
- ב. מה אחשב תחת החפה?.....
- ד. איך אפשר לקבוע זמן להתבודדות?.....
- ה. למה הבן שלי שומע בתלמוד תורה על מלחמות?.....
- ו. האם צריכים להעיר את הבנים בבקר?.....
- ח. האם צריכים להלביש לרד הנולד רק בגדים חדשים?.....
- ט. איך אפשר להוציא את המחשבות הרעות מהמח?.....
- י. איך אוכל להלחם עם היצר הרע?.....



## אִישׁ אִמּוֹנָה

- א. לא להגיע הביתה מרעב.....
- ב. איך אני יכולה להיות עם אחד שהוא עמוק בפזין?.....
- ב. להגן על כבוד היכל הקודש.....
- ג. לא להתביש לשאול.....
- ד. להיות בקשר עם מורה הנראה.....
- ד. אין שום מציאות מבלעדי השם יתברך.....
- ו. היסוד לדורות בריאים וכשרים.....
- ו. עזב כבר את הרוחניות של השני.....
- ז. לשאול ולציית.....

האם זה נחשב לימוד?..... 1

חלוקה נפרדת לגברים ולנשים..... ט

עכשו אתה לא יכול לבקש, אתה צריך רק להודות..... ט

לא לדבר עם נשים וכנות, אפילו בשביל יהדות..... י

שלוש דקות להודות להשם יתברך יביא גם..... י

אי אפשר לרמות את נשות ישראל..... יא

לשבת בצניעות בשלחן השבת..... יא

תחפש מקוה ריק..... יב

כל אחד רוצה זכות במצוה של כתיבת ספר תורה..... יד

אני רוצה מלמדים ידאי שמם..... יד

רבונו של עולם, תן לי כח ותעשה גם..... טו

לא מתעוררים בלילה כשצריכים לצאת..... טז

תחשוב שאתה טוב, כך אשתך גם תהיה טובה אליך..... טז

שההתנהגות שלך תהיה הפצה..... יז

שתי תרופות וויטמין, לרפוי הנפש..... יח



# עצרתו אמונה

איך מתפטרים מרגשי אשמה מהעבר?

שאלה:

לכבוד ראש הישיבה שליט"א,

אני מרגיש שרגשי האשמה מהעבר לא עוזבים אותי, הם גורמים לי כל כך הרבה צער וכאב וזה מאד מפריע לי בחיים, איך מתפטרים מזה?

ישר כח

תשובה:

בעזרת ה' יתברך - יום א' פרשת במדבר, כ"ז אייר, מ"ב לעומר, שנת ה'תשפ"ה

לכבוד ... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

תחזק את אשתך ותשמח אותה; לא צריכים לחטט בדברים ישנים אחרי שהמנגל לא הצליח וכו'.

תשננו את מה שרפנו אמר (שיחות הר"ן, סימן כו): "אצל העולם השכחה היא חסרון גדול בעיניהם. אבל בעיני יש בהשכחה מעלה גדולה", אנשים מתלוננים שאין להם זכרון טוב והם שוכחים מה שהיה, חושבים שזה חסרון, אבל להפך, זו רק מעלה, כי אם לא היה שכחה לא היו יכולים לעבוד את השם, לא היו מפסיקים לחשב על העבר, על כל המכשולות וכל הבעיות שעברו, זה היה גורם שהאדם לא ירצה לנסות עוד פעם להיות יהודי כשר, אבל עכשו כשיש שכחה, אפשר להתחדש ולהתחיל מחדש.

אם אתה מסתכל לאחור אתה תלחץ ולא תוכל להתקדם הלאה בחיים. חכמינו זכרונם לברכה אומרים (מגילה י:): "כל מקום שנאמר ויהי, אינו אלא לשון צער", ובכל מקום שכתוב והיה, זה לשון שמחה. מוהרא"ש אומר, שזה חשוב מאד, אי אפשר להתקדם הלאה בחיים אלא כשסתכלים על מה שיהיה, שיהיה טוב, ואם מסתכלים לאחור - זה מביא רק צער, ולכן, אומר מוהרא"ש, האריה הוא מלך החיות כי זה הטבע שלו, הוא לא מסתובב אחורה, לעצמו השועל הוא אמןם בעל חי חכם, ידוע שהשועל מאד חכם וערמומי, יותר חכם מהאריה, אבל הטבע שלו הוא תמיד להסתכל לאחור, כך אי אפשר להיות מלך, כך גם אצל האדם, מי שמסתכל לאחור - אינו יכול להיות מלך, הוא לא יכול להצליח.

אחי, תברח מעצבות ומרה שחורה, רבנו ז"ל אומר (לקוטי מוהר"ן חלק ב', סימן כד): "מצוה גדולה להיות בשמחה תמיד, ולהתגבר להרחיק העצבות והמרה שחורה בכל פחו, וכל החולאת הבאין על האדם, כלם באין רק מקלקול השמחה", ורבנו ממשיך ואומר שם: שאפילו הרופאים אומרים שכל המחלות באות מדכאון, גם חכמי הרופאים אמרו, שכל המחלות והחלאים נעים באים רק מחמת חסרון השמחה".

השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



### מה אחשב תחת החפה?

שאלה:

לכבוד ראש הישיבה שליט"א,

ראיתי שמוהרא"ש כותב שצריכים לשמור מאד על המחשבה, בפרט חתן שעומד תחת החפה. לצערי נכשלת הרבה בהסתכלות בדברים נוראים שאסור להסתכל, אני מפחד שבדייק בזמן הנעלה תחת החפה, בשאני צריך עוד יותר לשמור על המחשבה, דוקא אז יתגברו עלי המחשבות הרעות; מה אני יכול לעשות בענין?

ישר כח

## תשובה:

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת במדבר, ראש חודש סיון, מ"ה לעמר, שנת ה'תשפ"ה  
יקירי אהובי ... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

ראשית דע לך שיום החפה הוא יום מאד קדוש, זוכים למחילת עוונות.  
מוהרא"ש אומר בשם הצדיק הקדוש הרב מראפשיץ זכותו יגן עלינו (קונטרס יום  
הנשואין, סימן א), יום החפה הוא יום כל כך קדוש, החתן והפלה היו יכולים לפעל  
דברים גדולים לעצמם ולכלם, רק חבל שנתנו את זה לילדים קטנים.

מאד אבקש ממך שלא תהיה עסוק עם העבר שלך יומם ולילה, פעם אחת ביום  
תקבע לך זמן שאתה חוזר בתשובה, וכל היום תהיה רק בשמחה; בודאי עכשו  
כשאתה עומד להתחתן, אתה עומד לזכות להשראת השכינה - תהיה רק בשמחה.  
כפי שרבינו אמר פעם לחתן מה שחכמינו זכרונם לברכה אומרים (פתיבות יז): "פיצד  
מרקדין לפני הפלה", רבינו הסביר לו את זה: "פיצד מרקדין ומדלגין על מה שהיה  
לפני הפלה, הינו לפני החתונה", צריכים לדלג על מה שהיה לפני החתונה; כלומר,  
חתן צריך לשכח את כל עברו ולהתחיל מחדש (חיי מוהר"ן, סימן תקפו).

תחת החפה תבקש על דורות כשרים ובריאים ועל עם ישראל. כשעסוקים  
בהודאה ובקשה - אין זמן למחשבות לא טובות. רבינו אומר (לקוטי מוהר"ן חלק א', סימן  
רלג): "הפלל שאי אפשר בשום אופן בעולם שיהיו שני מחשבות ביחד בפעם אחד,  
על פן בקל יכולין לגרש מחשבות רעות רק בשב ואל תעשה, דהינו שלא לחשב  
אותו המחשבה, רק לחשב איזה מחשבה אחרת בתורה או עבודה, או אפילו משא  
ומתן, כי אי אפשר שיהיו שני מחשבות ביחד בשום אופן", קל מאד לא לחשב  
מחשבות רעות על ידי שאדם מכניס בעצמו מחשבה טובה, הוא חושב על תורה,  
תפילה או אפילו על עסקים, כך המחשבה הרעה מסתלקת מאליה.

השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

חודש טוב.



## איך אפשר לקבוע זמן להתבודדות?

שאלה:

לכבוד ראש הישיבה שליט"א,

אני מתביש לומר, אבל אני לא חזק מספיק בקביעת זמן להתבודדות; אני מרבה לדבר אל השם יתברך דקה פה דקה שם, אבל בלי קביעות. ראש הישיבה שליט"א מחזק כל כך הרבה בענין, איך אני יכול לפעל בעצמי את הדבר הזה?

ישר כח גדול על כל מה שראש הישיבה שליט"א עושה אתי, עם צאצאי ועל הכל.

ישר כח

תשובה:

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה

לכבוד ... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

על זה בעצמו צריכים לבקש הרבה מהשם יתברך, שיוכלו לצית לרפנו ובכל יום לקבוע זמן להתבודדות.

רפנו אומר (לקוטי מוהר"ן חלק ב' סימן כה): "וגם יוכל לעשות לו שיחה ותפלה מזה בעצמו, ועל זה בעצמו יצחק ויתחנן לפניו יתברך שנתרחק כל כך, עד שאינו יכול אפלו לדבר, ויבקש מאתו יתברך רחמים ותחנונים שיחמל עליו ויפתח פיו, שיוכל לפרש שיחתו לפניו, ודע שכמה וכמה צדיקים גדולים מפרסמים ספרי, שלא באו למדרגתם, רק על ידי הנהגה זו", הרבה צדיקים גדולים ספרי שלא הגיעו למדרגתם אלא על ידי התבודדות, על ידי שדברו ושווחחו עם השם יתברך.

מענין שהקטע הזה בלקוטי מוהר"ן שרפנו אומר לעשות על זה בעצמו תפילה, לבקש מהשם יתברך שיוכלו לבקש ממנו, את אותם דבורים אנחנו מוצאים בדברי הרב הקדוש מראפשיץ זכותו יגן עלינו בפרשת וארא (דבור המתחיל וידבר משה וכו'). הוא אומר, שהאריז"ל אומר שבמצרים הדבור היה בגלות ובגאולה זה נהפך לפה סת, והוא שואל, איך יתכן שהדבור היה בגלות, הרי התורה אומרת שהיהודים צעקו אל השם יתברך, והוא אומר שבעצם הדבור היה בגלות, אבל הם

צִעְקוּ אֶל ה'שֵׁם יִתְבָּרֵךְ: "רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם תֵּן לִי דְבוּרִים, תֵּן לִי מִלִּים שְׁאוּכַל לְדַבֵּר אֵלַיךְ", מִמָּשׁ אוֹתָם דְבוּרִים כְּמוֹ רַבְּנוּ ז"ל.

בְּדִקּוֹת שְׁאֵתָה כֵּן מְצִלִיחַ לְדַבֵּר אֶל ה'שֵׁם יִתְבָּרֵךְ, תִּבְקֶשׁ בְּעֶקֶר עַל הַפֶּרֶט הַזֶּה, שְׁתוּכַל לְקַבֵּעַ לָךְ זְמַן בְּכָל יוֹם. כְּמוֹ שֶׁרַבְּנוּ אוֹמְרִים, שְׂאָדָם יִקְבַּע שְׁעָה לְדַבֵּר אֶל ה'שֵׁם יִתְבָּרֵךְ, תִּבְקֶשׁ אֵת זֶה מִהַשֵּׁם יִתְבָּרֵךְ עַד שֶׁתִּגְיַע לָזֶה. ה'שֵׁם יַעֲזֹר שֶׁתִּצְלִיחַ בְּכָל הָעֲנִינִים.

...



לְמָה הֵבֵן שְׁלִי שׁוֹמֵעַ בַּתְּלִמּוֹד תוֹרָה עַל מִלְחָמוֹת?

שְׁאֵלָה:

לְכַבּוֹד רֹאשׁ הַיְשִׁיבָה שְׁלִיט"א,

הַמּוֹרָה לְמִקְצוּעוֹת הַחֹל שֶׁל בְּנֵי בִּתְּהָ ו' הוּא לֹא כָּל כּוֹחַ חֲסִידִי, הוּא לִזְמַד עִם הַיְלָדִים דְּבָרִים שְׂמָאָד מִפְּרִיעִים לִי. לְדַגְמָא הַמּוֹרָה הַזֶּה עוֹבֵר עֲכָשׁוּ הַכְּשָׁרָה לְהַתְנַדְּבוֹת בְּאַרְגּוֹן שְׁמִירָה, וְהוּא מְלַמֵּד אֵת הַיְלָדִים שְׁבוּעַ אַחֲרֵי שְׁבוּעַ אֵיךְ נֶאֱבָקִים, אֵיךְ נִלְחָמִים, הוּא מְלַמֵּד אוֹתָם תְּנוּעוֹת לֹא כָּל כּוֹחַ עֲדִינוֹת, הַלֵּב שְׁלִי נִקְרַע.

הוּא גַם מְסַפֵּר לָהֶם סִפּוּרִים עַל מִלְחָמוֹת בֵּין אֲנָגְלִיָּה, אֲמִרְקָה, סִין וְכוּמָה, הוּא מְתַאֵר לָהֶם בְּצִבְעִים חַיִּים אֵיךְ הַחֲלִילִים יוֹשְׁבִים וּמְנַסִּים לְפַצֵּחַ אֵת הַקּוּדִים שֶׁל הַמְּדִינוֹת הַיְרִיבוֹת. בְּנֵי חוֹזֵר מִהַתְּלִמּוֹד תוֹרָה וְהִרְבָּה פְּעָמִים הוּא אוֹמֵר שֶׁהוּא מִפְּחַד מִהַסְּפּוּרִים הָאֵלּוּ. לְבִי נִצְבֵּט כָּל זְמַן שֶׁהוּא לִזְמַד אֶצֶל הַמּוֹרָה לְמִקְצוּעוֹת הַחֹל.

כְּבָר דִּבַּרְתִּי כְּמָה פְּעָמִים עִם הַהִנְהָלָה, מִבְּטִיחִים לִי כָּל הַזְמַן שֶׁזֶה יִשְׁתַּפֵּר, וְשׁוּם דְּבָר לֹא קוֹרָה. אֲנִי לֹא יוֹדֵעַ מַה לַעֲשׂוֹת, הֵבֵן שְׁלִי הוּא יֵלֵד מֵאֵד עֲדִין, אוֹלֵי רֹאשׁ הַיְשִׁיבָה שְׁלִיט"א יָכוֹל לְהַבְהִיר לִי מַה לְחַשֵּׁב בְּעֵנֶן.

יִישַׁר כַּח

תְּשׁוּבָה:

בְּעֶזְרַת ה' יִתְבָּרֵךְ - יוֹם ד' פְּרִשְׁתָּ נְשֹׂא, ח' סִינן, אֶסְרוּ חַג, שְׁנַת ה'תשפ"ה

... נִירוּ יָאִיר

קִבְּלִיתִי אֵת הַמִּכְתָּב.

אם הילדים שלך חוזרים הביתה ומספרים על משטרה ומלחמות וכו' - תקשיב להם, אל תבהל מזה. בדרך כלל ילדים מאוד מתעניינים בנושאים של מלחמות, משטרה וכו'; בחכמה אתה יכול לכבוש את לבם על ידי שתספר להם ספורים מהנ"ך על המלחמות אצל מלכי ישראל, את הספורים של דוד המלך עם הפלשתים, עם גלית; זה הרי כל כולו יראת שמים, כל כולו מוסר. רבנו אמר שנ"ך הוא ספר המוסר שלו.

תספר לילדיך ספורי צדיקים, כי כשיש חשך יש דרך אחת לגרש את החשך, על ידי שמדליקים נרות; ככל שמדליקים יותר נרות - כך נהיה יותר אור, עד שלא יודעים היכן החשך. כך גם עם קדושה וטמאה, ככל שמדברים אל הילדים על אמונה וככל שמרבים לספר להם ספורי צדיקים - מגרשים את הלצנות ואת ההבלים.

תהיה בשמחה, תרקד עם הילדים שלך, תשמח אותם, תשתטה, עד שבאמת תהיה שמח, כך הם יגדלו קדושים.  
השם יעזור שתצליח בכל העניינים.

...



האם צריכים להעיר את הבנים בבקר?

שאלה:

לכבוד ראש הישיבה שליט"א,

אני לא חסיד ברסלב, ובכל זאת אני לומד בכל שבוע את הקונטרסים השבועיים של עצתו אמונה, אשית עצות בנפשי, שעורי חנוך, ואת גליון היכל הקודש, וברוך השם שמאז הייתי בחור, כבר למעלה מעשרים שנה, שאני עובר על הפרשה שנים מקרא ואחד תרגום בכל שבוע ביום ששי, וגם זכיתי כבר לסים כמה פעמים ששה סדרי משנה עם ברטנורא, השם יעזור הלאה.

ראיתי בקונטרס אשית עצות בנפשי של פרשת אמור שאבא צריך להעיר את הבנים, ולא לצאת מהבית כשהבן עדיין ישן; אבל זה אחרת ממה שאני רואי ושמעתי לגבי הענין של בין הזמנים, כשיש בבית בחור בן שש עשרה, ואנשים תוהים אם האבא צריך להיות השוטר של הבחור, להעיר אותו בזמן לקריאת שמע ולתפלה, או שיעיר אותו פעם אחת ומכאן ואילך האחריות

היא על הבחור בעצמו, והשיטה של כולם היא שאם האבא יותר מידי יעמוד על הראש, הבחור יתרחק יותר.

אני רוצה לדעת אם ראש הישיבה שליט"א סובר אחרת, או שראש הישיבה שליט"א מדבר על ילדים קטנים שעדיין קל יותר לחנך אותם?

אני מקווה לקבל תשובה ברורה בענין, לא תשובה כללית על החשיבות של לעבור על הפרשה וללמוד משניות, שאת זה אני כבר יודע למעלה מעשרים שנה.

ייתר כח

תשובה:

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה

... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

זה תלוי באהבה בין האבא לילד; אם יש אהבה - מתר להגיד וצריכים להגיד והדבורים פועלים, כשיש אהבה בין האבא לילד - האבא יפעל בדבורו, וכשאין אהבה וקרבה - אזי לא כדאי להגיד, כי לא רק שזה לא יועיל, זה רק יעשה יותר גרוע.

זהו כלל גדול וחשוב אצל הורים שרוצים לשנות את התנהגותם של הילדים, ואצל מחנכים שרוצים לחנך את התלמידים, וגם בין בעל ואשה; כשרוצים לפעל משהו, רוצים לומר וכו' - צריך שתהיה אהבה וקרבה. כפי שמצינו אצל הקדוש ברוך הוא, חכמינו הקדושים אומרים (רש"י פרשת ויקרא, פסוק א): "לכל דברות ולכל אמירות ולכל צוויים קדמה קריאה לשון חבה, לשון שמלאכי השרת משתמשין בו", כשהקדוש ברוך הוא רצה לומר מצוה לעם ישראל, קדם כל הוא קרא ליהודים באהבה, בדרך שמלאכים מדברים בה, ואחר כך הוא אמר מה שצריכים לעשות.

השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



## האם צריכים להלביש לרף הנולד רק בגדים חדשים?

שאלה:

לכבוד ראש הישיבה שליט"א,

אני רוצה לשאול האם יש מנהג להלביש לתינוק שנולד רק בגדים חדשים, ושלא ישתמשו בבגדים ובשמיות שנותרים בבית החולים.

אשתי אמרה לי שהיא שמעה ממישהו שצריכים להזהר בזה, ורציתי לדעת אם זה נכון.

ישר כח

תשובה:

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה

... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

אצלנו לא מקפידים על זה, אצלנו מלבישים גם דברים חדשים, גם ישנים וגם מה שנותרים בבית החולים.

הסגולה הכי טובה ליולדת ולרף הנולד היא שמחה. רבנו ז"ל אומר (לקוטי מוהר"ן חלק ב', סימן כד): "מצוה גדולה להיות בשמחה תמיד, ולהתגבר להרחיק העצבות והמרה שחרה בכל כחו. וכל החולאת הבאין על האדם, כלם באין רק מקלקול השמחה", ורבנו ממשיד ואומר: "וגם חכמי הרופאים האריכו בזה, שכל החולאת על ידי מרה שחרה ועצבות, והשמחה הוא רפואה גדולה", גם הרופאים מודים שכל הפעיות והמחלות מגיעות מחסר שמחה, ושמחה היא רפואה לכל המחלות, כשאדם שמח הוא מסלק מעצמו את כל הצרות והיסורים.

השם יעזור שתצליח בכל העניינים.

...



## איך אפשר להוציא את המחשבות הרעות מהמח?

שאלה:

לכבוד ראש הישיבה שליט"א,

בעלי ברוד השם מאד טוב אלי, אנחנו שמחים ביחד ויש בינינו הבנה ברוד השם. אבל יש לי בעיה שאין לי באמת רגש אליו, אני מאד אוהבת אותו אבל המוח שלי כל הזמן בורח למחשבות רעות, לחשב על אנשים אחרים, ואני תמיד מסתכלת אם אחרים מסתכלים עלי. אני מנסה בכל כחי להתגבר על המחשבות האלו, אבל הן לא מרפות, זה מאד מפריע לי, אני רוצה שהמוח שלי יהיה לגמרי עם בעלי, שלא אחשב על דברים אחרים חס ושלום, וכמה שאני מנסה לעקור את המחשבות הרעות והעקומות מהמוח שלי, עדיין המוח שלי בורח לכווננים אחרים.

בעלי מאד טוב אלי, ואני רוצה לאהב אותו עם כל הלב והרגש, אבל זה לא הולך, המוח שלי כל הזמן בורח בחזרה לחשב על החברות שלי מפעם, וזה גם גורם שמתחילים להפריע לי שאר הדברים בהתנהגותו.

מה אני יכולה לעשות כדי לתקן את זה?

ישר כח

תשובה:

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה  
מרת ... תחי'

קבלתי את המכתב.

חבל שלא מדברים עם בנות כשהן צעירות שיהיה מידיות לא בריאה, שלא ישחקו אחת עם הגוף של השנייה, כי חוץ ממה שזו עבירה, זה מעשה ארץ מצרים ומעשה ארץ כנען שהתורה אומרת (ויקרא יח, ג): "לא תעשו" - גם יסבלו אחרי התוונה. אי אפשר להתקרב אל הבעל, אי אפשר להקים בית ביחד, מתגעגעים לידיות הלא טובה וכו' וכו'.

אבל אפילו כשנמשכים לדברים לא טובים וגם עשו דברים לא טובים, ואפילו שאין רגש אל הבעל וכו' וכו' - עדיין יש דרך להתרפא, ואם באמת רוצים להתרפא, האדם רוצה לצאת מהמקום הלא טוב - אפשר על ידי תפלה והתבודדות

לְהִתְרַפָּא. עַל יְדֵי שְׁקוּבָעִים זְמַן וּמָקוֹם בְּכָל יוֹם לְבַקֵּשׁ מֵהֶשֶׁם יִתְבָּרֵךְ שִׁיתְרַפְּאוּ, שִׁיטְהִירוּ, עַד שֶׁמִּתְרַפְּאִים.

הִנֵּה לָכֶם תְּפִילָּה קְטָנָה לְבַקֵּשׁ בְּכָל יוֹם מֵהֶשֶׁם יִתְבָּרֵךְ, תּוֹסִיפוּ אֶת הַמִּלִּים שְׁלָכֶם, תּוֹסִיפוּ מִיָּלִים מֵהֶלֶב, תְּבַקְּשׁוּ: "רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם אֲנִי מוֹדָה לָךְ וּמִשְׁבַּחַת אוֹתָךְ עַל כָּל הַחֲסָדִים שָׂאתָה עוֹשָׂה אִתִּי, עַל בְּעָלִי, עַל יְלָדִי וְעַל הַכֹּל.

יֵשׁ לִי בְּעֵינָי שְׂלֵא נֹתַנְתָּ לִּי לְהַמְשִׁיךְ בְּחַיֵּי הַנְּשׂוֹאִין, רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם תַּעֲזֹר לִי שְׂאֵהִיָּה בְּרִיאָה, שְׂלֵא אֶתְאַוֶּה לְמַעֲשִׂים הַמְּגַעִילִים שֶׁל הַמַּצְרִים וְהַפְּנֻעִים. רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם תּוֹצִיא מִמֶּנִּי אֶת הַמַּחֲשָׁבוֹת הָרָעוֹת, תַּעֲזֹר שִׁיְהִי חֵן וְאַהֲבָה בֵּינִי לְבֵין בְּעָלִי, תַּעֲזֹר לָנוּ, תִּשְׁרָה אֶת הַשְּׂכִינָה אֲצִלָּנוּ, שְׁנַחֲיָה בְּיַחַד בְּשָׁלוֹם וּבְאַהֲבָה."

בְּתַפְּלָה וּבְסִבְלָנוֹת אֶפְשָׁר לְזָכוֹת לְדַבָּרִים שֶׁהֵם לֹא כְּדָרֵךְ הַטָּבַע, אֶפְשָׁר לְהַשְׁתַּנּוֹת לְגַמְרִי.

הֶשֶׁם יַעֲזֹר שֶׁתַּצְלִיחוּ בְּכָל הָעֲנִינִים.

...



## אֵיךְ אוֹכֵל לְהִלָּחֵם עִם הַיָּצֵר הָרָע?

שְׂאֵלָה:

לְכַבֹּד רֹאשׁ הַיְּשִׁיבָה שְׁלִיט"א,

אֲנִי נֹסֵעַ בְּכָל יוֹם לִירוּשָׁלַיִם וְהָאוֹטוֹבוּס לֹא כֶּךָ כֶּךָ טוֹהוֹר, לִפְעָמִים יוֹשְׁבוֹת נָשִׁים מְקַדִּימָה, וְאֲנִי אָנָּה אֲנִי בָּא. יֵשׁ עִמָּם שֶׁל בָּנוֹת וְנָשִׁים וְאֲנִי צָרִיד לְהִלָּחֵם כָּל רֶגַע לֹא לְהִסְתַּכֵּל, וְאֲנִי מְרַגֵּשׁ שְׂאֲנִי כְּבָר מִתִּיאַשׁ, אֲנִי לֹא יָכוֹל יוֹתֵר.

הָאֵם אֲנִי בְּכָלִל מִסְּגָל לְהֶאָבֵק בַּיָּצֵר הָרָע? הֲרִי הוּא מְלֹאָד וְאֲנִי רַק אָדָם קָטָן, וְאֲנִי מְרַגֵּשׁ שְׁבַחֹתַי אוֹזְלִים.

אֲנִי רוֹצֶה לְבַקֵּשׁ אִם רֹאשׁ הַיְּשִׁיבָה שְׁלִיט"א יָכוֹל לְחַזֵּק אוֹתִי בְּשִׁמְרִת עֵינַיִם, אוֹ לְדַבֵּר עַל זֶה בְּעוֹד שִׁיעוֹר וְעוֹד שִׁיעוֹר, וְלֹא הַמְּלַחְמָה תִּסְתִּיִּם לֹא טוֹב, הֲלֹא טוֹב יִנָּצַח.

יִישַׁר כַּח

תשובה:

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה

... נרו יאיר

קח אתך שקית ספרים; תהלים, משניות וכדומה ותהיה עסוק בדרךך בלמוד השיעורים בסדרן שלך.

כמו כן תתבודד, תעצם את עיניך ותצעק אל השם יתברך בקול דממה דקה: "רבנו של עולם אני נשרף, תציל אותי, תעזר לי שאוכל לשמור את עיני, שאוכל לשמור את מחשבותי", אפשר לשבת באמצע אוטובוס מלא באנשים ולהתבודד כאילו נמצאים בשדה בין עצים ועשבים.

פעם בדרךך חזור מראש השנה של רבנו בשדה התעופה ואמר לי מוה"ר א"ש: "אפשר כאן בין מאות האנשים להתבודד", מוה"ר א"ש שואל אותי: "מה אתה צריך? יער? חיות? הנה לך יער עם חיות; וכי מה הם כל אלו אם לא חיות? רבנו אומר (לקיטת מוה"ר"ן חלק ב', סימן ז), אדם בלי דעת הוא לא אדם, הוא בעל חי", ואני רואה שמוה"ר א"ש מתישב, עוצם את העיניים ומתחיל להתבודד כאילו הוא נמצא עכשו בשדה; כך תעשה, תעצם את העיניים ותצעק: "רבנו של עולם אני נשרף, אני לא יכול לבד, תציל אותי, שאוכל לשמור את עיני".

השם יעזר שתצליח בכל הענינים.

...





# איש אמונות

לא להגיע הביתה מרעב

בעזרת ה' יתברך - יום א' פרשת בהעלותך, י"ב סיון, שנת ה'תשפ"ה  
לכבוד ... גרו יאיר

מוהרא"ש אומר, מי שלא רוצה לסבול קצת, יסבל הרבה, כי רק עם סבלנות יכולים לעבור את החיים. רבנו אומר: "כשהייתי ילד קטן ואמי סרקה את שערי וזה כאב הבנתי כבר אז לא לצעוק ולא להשתולל, הבנתי שפכה הם החיים, אם מוכנים לסבול החיים קלים".

תאכל פת שחרית. רבנו אומר (ספר המדות אות כעס, סימן יז), "סגולה לכעס שיאכל פת שחרית. כך גם תאכל משהו לפני שאתה מגיע הביתה, הבני יששכר הקדוש אומר (אגרא דכלא פרשת וישב, דבור המתחיל וישבו לאכל לחם), שמקבל בידו בשם הצדיקים שלא ילכו הביתה רעבים, כי זה עלול להביא לכעס ומחלקת, אלא שיטעמו משהו לפני שהולכים הביתה. (גם בשבת כדאי לעשות קדוש בבית הכנסת, כדי לא להגיע הביתה מרעבים, ואם דברים לא מוכנים עלולים לפול לכעס השם ישמרנו).

אל תדבר בבית הכנסת בשעת התפילה, אם אתה צריך לדבר משהו חשוב צא לדבר בחוץ, כי הזוהר הקדוש מדבר מאוד חריף על דבור בבית הכנסת, ואם מישהו נגש לדבר אתך - אל תתיחס.

השם יעזר שתצליח בכל הענינים.

...



איך אני יכולה לחיות עם אחד שהוא עמוק בבוץ?

בעזרת ה' יתברך - יום ב' פרשת במדבר, כ"ח אייר, מ"ג לעומר, שנת ה'תשפ"ה

... גרו יאיר

אני לא יודע מה להגיד לך, כבר דברתי עם אשתך לפני שנתיים אחרי שנודע לך שאתה צופה בנאוף, היא כל כך בכתה אז, היא מעולם לא חלמה שאתה מסתכל בדברים הנוראים האלו בעוד שמבחינך אתה נראה כאברך חסידי, היא לא רצתה להמשיך. הייתי צריך לדבר אתה הרבה מאד שהיא תדון אותך לכך זכות שנפלת לזה, ושבאמת אתה אדם טוב, והבטחת לי שאתה חוזר בתשובה, וכבר לא תצפה.

עכשו כשהיא רואה שאתה עדיין בפתחום העמוקה, אתה ממשיך לצפות בזה, היא בוכה: "איך אני יכולה לחיות עם אחד כזה? איך אני יכולה להעריך אחד כזה?" אני לא יודע מה להגיד לך, אני כל כך מרחם עליה, ואני גם מאד מרחם עליך, אתה בבין כל כך עמוק, אתה ממש משגע, בזמן שיש לך אשה יקרה וילדים מאירים אתה עוזב את זה ואתה צופה רחמנא לצלן בגרוע שבגרוע. בכללך הכי נמוך, לכלוך כפול ומכפול; מה אומר לך? אדרבה, תגיד לי אתה, מה אני יכול להגיד לך? היא אומרת: "איך אני יכולה לבשל ולאפות, איך אני יכולה לכבס, ולחיות וכו' - עם אחד שנמצא כל כך עמוק בבוץ?"

תחזור בתשובה, אם לא - יהיה מר מאד.

...



להגן על כבוד היכל הקודש

בעזרת ה' יתברך - יום ב' פרשת בהעלותך, י"ג סיון, שנת ה'תשפ"ה

לכבוד ... גרו יאיר

תתנהג בדרך ארץ אל הורייך ואל הורי אשתך, וכשאתה הולך אליהם לשבתות וכדומה והם אומרים לך דבורים לגבי ברכות, לגבי היכל הקודש וכו' - תשתק בדרך ארץ, אל תענה חס ושלום.

בְּכָל־ל טוֹב שֶׁלֹא תִתְנוּכַח עִם אִף אֶחָד עַל רַבְּנוּ וְעַל הֵיכַל הַקֹּדֶשׁ. מוֹהֲרָא"ש  
מִסְפֵּר, פַּעַם אֲנָשִׁים הִתְנַפְּלוּ עַל חֲסִיד בְּרֶסֶלֶב, הֵם עָשׂוּ צָחוּק מִרַבְּנוּ ו"ל, וְאוֹתוֹ  
חֲסִיד בְּרֶסֶלֶב לֹא עָנָה, הוּא שָׁתַק, נִגַּשׁ אֵלָיו מִיִּשְׁהוּ וְשׂוֹאֵל אוֹתוֹ: "אֲנִי לֹא מִבֵּין,  
אִם הָיוּ לוֹעֲגִים עַל הָרַבִּי שְׁלִי הֵייתִי מִגֵּן עַל כְּבוֹדוֹ, מָה אַתָּה שׂוֹתֵק?!" אוֹמֵר אוֹתוֹ  
חֲסִיד בְּרֶסֶלֶב: "הָרַבִּי שְׁלִי מָכַר מְאֹד בְּשָׂמִים, אֲנִי לֹא צָרִיף לְהִגֵּן עַל כְּבוֹדוֹ,  
מִהַשָּׂמִים יִגְנוּ עַל כְּבוֹדוֹ, הָרַבִּי שְׁלִי, רַבְּנוּ ו"ל - מָכַר הֵיטֵב בְּשָׂמִים"; אַל תִּתְנוּכַח  
עִם אִף אֶחָד, וְאִם שׂוֹאֲלִים אוֹתְךָ לְמָה כָּכָה, וְלְמָה כָּכָה, תֵּן חֵיוֶךְ וְתִמְשִׁיךְ לַעֲשׂוֹת  
אֵת מַה שֶׁעָלֶיךָ לַעֲשׂוֹת.

אִם אַתָּה רוֹצֶה לְהִגֵּן עַל כְּבוֹד הֵיכַל הַקֹּדֶשׁ תַּעֲסֶק בַּעֲבוֹדַת הַשֵּׁם, קַח מִשְׁנִיּוֹת  
וְתֹאמַר כַּמָּה פְּרָקִים, קַח גִּמְרָא וְתֹאמַר דְּפִי גִמְרָא, לֶךְ לְהִתְבּוֹדְדוּת, לֶךְ לְטִיּוֹל עִם  
הַשֵּׁם יִתְבָּרֵךְ; זֶהוּ הֵיכַל הַקֹּדֶשׁ וְלֹא מִשְׁהוּ אֲחֵר.  
הַיּוֹם בְּעָרֵב יֵשׁ שִׁיעוּר חֲשׁוֹב לְכָל נְשׁוֹת אֲנָשֵׁי שְׁלוֹמִינוּ, אֲנִי רוֹצֶה שֶׁתִּלְךְ  
הַבֵּיתָה מְקֻדָּם כְּדִי שְׂאֲשַׁתְּךָ תּוּכַל לְבֹא בְּזִמָּן.  
הַשֵּׁם יַעֲזֹר שֶׁתַּצְלִיחַ בְּכָל הָעֲנִינִים.

...



### לֹא לְהִתְבַּיֵּשׁ לְשֹׂאוֹל

בַּעֲזֵרַת ה' יִתְבָּרֵךְ - יוֹם ג' פֶּרֶשֶׁת בְּמִדְבָּר, עָרַב רֹאשׁ חוֹדֶשׁ סִינּוֹן, מ"ד לְעָמָר, שְׁנַת ה'תשפ"ה  
לְכָבוֹד יְקִירִי אֱהוּבִי, הַחֶתֶן ... גִּרּוֹ יֶאֱיֵר  
מִזֵּל טוֹב לַחֲתוּנָה שְׁלֵכָה, יַעֲזֹר הַשֵּׁם יִתְבָּרֵךְ שֶׁתִּקְרָא בֵּית נֶאֱמָן עִם דּוֹרוֹת יִשְׂרָאֵל  
וּבְרִיאִים.

רְאֵה לְלִמּוּד וּלְשִׁנּוֹן אֵת הַהִלְכוֹת שֶׁל טְהֻרַת הַמִּשְׁפָּחָה. צְרִיכִים לְלַמּוֹד אֵת זֶה  
הָרַבֵּה; כְּדִי לְדַעַת אֵיךְ לְהִתְנַהֵג וְאֵיךְ לְדַעַת מִהֵי שְׂאֵלָה וּמִה צְרִיכִים לְשֹׂאוֹל אֵת  
הָרַב.

זָכַר "לֹא הִבִּישָׁן לָמֵד" (אֲבוֹת ב, ה), אֲסוּר לְהִתְבַּיֵּשׁ לְשֹׂאוֹל וְלֹא לְפַחַד לְסַפֵּר הַכֹּל  
לָרַב.

אני מאחל לך חיים מתוקים.

...



להיות בקשר עם מורה הוראה

בעזרת ה' יתברך - יום ג' פרשת במדבר, ערב ראש חודש סיון, מ"ד לעמר, שנת ה'תשפ"ה  
לכבוד יקירי אהובי, החתן ... נרו זאיר

אני נותן לך מתנה ספר הלכות לבית היהודי באדיש, תקבע לך שיעור בספר  
הזה, תלמד את זה כסדרן, וכשאתה מסיים את הספר תתחיל מחדש ללמוד אותו,  
כך תעשה בכל שנותיך.

כי רק כששומרים את ההלכות זוכים לילדים בריאים, ורק כשלומדים את  
ההלכות יודעים מה מתר ומה אסור.

תהיה גם בקשר עם רב, אל תתביש לשאול ולספר, וכך הבית שלך יהיה מקום  
לשכינה הקדושה.

ראש הישיבה שלך.

...



אין שום מציאות מבלעדי השם יתברך

בעזרת ה' יתברך - יום ג' פרשת בהעלותך, י"ד סיון, שנת ה'תשפ"ה  
לכבוד ... נרו זאיר

תאמין באמונה שלמה שמה שאתה עובר זה רק לטובתך, וזה בחשבון מדק  
משמים. כי הבעל שם טוב הקדוש זכותו יגן עלינו גלה שחתיכת קש לא נופלת  
מהעגלה אלא אם מכריזים בשמים היכן היא תפול, אז כל שכן שכל מה שקורה  
עם האדם הכל בחשבון מדק.

ראו פעם יהודי חסיד ברסלב מקבל מכה, זה מאד כאב לו, ואחרי דקה הוא  
מתחיל לרקד, הוא אומר: "עכשו הכריזו את השם שלי בשמים; הרי כך אומרים  
תכמינו הקדושים (חלץ ז:): 'אין אדם נוקף אצבעו מלמטה, אלא אם כן מכריזין

עָלִיו מְלַמְעָלָה, אָדָם לֹא מִקְבֵּל מִכָּה בְּאֶצְבַּע הַקֹּטְנָה בְּלִי שִׁיכְתָּבוּ בַּשָּׁמַיִם שְׁזָה יִקְרָה, הַמִּכָּה אֲמָנָם כּוֹאֶכֶת לִי אֲכַל אֲנִי רוּאָה 'מִי' מִכָּה אוֹתִי, מִכָּסִּים אוֹתִי מִשָּׁמַיִם, אֲזֵז זֶה בְּיָדַי לְטוֹבָתִי".

אֲחִי הַיִּקְרָה, תִּתְחַזֵּק בְּכָל כּוֹחוֹתֶיךָ, תִּתְחַזֵּק בְּאַמוּנָה, תִּתְחַדֵּר בְּעֶצְמְךָ שֶׁהִכַּל מִשָּׁמַיִם, הַכֹּל בְּחֶשְׁבוֹן. כָּפִי שֶׁחֲכַמְנִי הַקְדוּשִׁים מִסְפָּרִים (בְּרֵאשִׁית רַבָּה ע"ט, ו; ירושלמי שְׁבִיעִית כה): כְּשִׁינְאוֹ הַתֵּנָא הַקְדוּשׁ רַבִּי שְׁמַעוֹן בֶּר יוֹחָאי וּבְנֵי הַתֵּנָא הַקְדוּשׁ רַבִּי אֶלְעָזָר מִהַמְעָרָה אַחֲרֵי שְׁלוֹשׁ עֶשְׂרֵה שָׁנָה, הֵם רָאוּ צִיד פּוֹרֵשׁ אֶת הָרִשְׁתּוֹת כְּדִי לְלַכֵּד צְפוּרִים, הֵם רוֹאִים שֶׁהוּא פּוֹרֵשׁ אֶת הָרִשְׁתּוֹת וְצָפוּר כִּמְעַט נִלְכְּדָת, וּבִשְׁנֵי הָאֲחֵרֹנוֹת הַצָּפוּר נִצְלָה, אַחֵר כֶּךָ מְגִיעָה עוֹד צָפוּר וְהֵם שׁוֹמְעִים שִׁינְיָצָא בֵּת קוֹל מִן הַשָּׁמַיִם שְׁאוּמְרָת: "נִצְוָה" וְהַצָּפוּר נִצְוָה; אָמַר הַתֵּנָא הַקְדוּשׁ רַבִּי שְׁמַעוֹן בֶּן יוֹחָאי לְבָנָיו: "אַתָּה רוּאָה, אֶפִּילוֹ צָפוּר קֹטְנָה לֹא יִכּוֹלָה לְהִלְכֵּד בְּלִי שִׁכְתָּבוּ אֶת זֶה לְמַעַל בַּשָּׁמַיִם".

תִּפְגֹּם לְעֶצְמְךָ אֶת הַנִּגּוֹן שְׁמִשִּׁיחַ יִשִּׁיר, אֶת הַנִּגּוֹן שְׁמִשִּׁיחַ יִלְמַד לְעוֹלָם, אֶת הַנִּגּוֹן שֶׁל אֲמוּנָה: "מִמָּלָא כָּל עֲלָמִין וְסוֹבֵב כָּל עֲלָמִין אֵין שׁוּם מְצִיאוֹת מִבְּלַעְדֶּיךָ יִתְבָּרַךְ כָּלֵל, וּבְכָל תְּנוּעָה וְתַנּוּעָה שֶׁם אֶלּוּפּוֹ שֶׁל עוֹלָם", מוֹהֲרָא"ש אוֹמֵר שֶׁבִּהְתַּחֲלָה הָיָה לוֹ מְאֹד קָשָׁה לְלַכֵּת לְבַד בִּיעֵר לְדַבֵּר עִם הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ, הוּא פָּחַד לְהִיטֵל לְבַד בִּיעֵר, מִפְּנֵי הַחִיּוֹת וְכוּ', אֲזִי הוּא פָּגַם לְעֶצְמוֹ אֶת הַמְּלִים: "מִמָּלָא כָּל עֲלָמִין וְסוֹבֵב כָּל עֲלָמִין אֵין שׁוּם מְצִיאוֹת מִבְּלַעְדֶּיךָ יִתְבָּרַךְ כָּלֵל, וּבְכָל תְּנוּעָה וְתַנּוּעָה שֶׁם אֶלּוּפּוֹ שֶׁל עוֹלָם" הוּא הָיָה שֶׁר וְחוֹזֵר וְשֶׁר וְזֶה הָרִים לוֹ אֶת הָאֲמוּנָה, לְדַעַת וּלְזָכֹר שֶׁאֵין שׁוּם מְצִיאוֹת מִבְּלַעְדֵי הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ. הַשֵּׁם יַעֲזֹר שֶׁתְּצַלִּיחַ בְּכָל הָעֲנִינִים.

...



## היסוד לדורות בריאים וכשרים

בעזרת ה' יתברך - יום ג' פרשת במדבר, ערב ראש חודש סיון, מ"ד לעמר, שנת ה'תשפ"ה  
לכבוד יקירי אהובי, החתן ... גרו יאיר

תקבע לך שיעור בספר הזה, תחזור עליו פעם ועוד פעם, אין ספר פצמים. כי  
הלכות טהרת המשפחה הן היסוד לדורות בריאים וכשרים.  
אני מאחל לך חיים מתוקים.

...



## עזב כבר את הרוחניות של השני

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת בהעלותך, ט"ו סיון, שנת ה'תשפ"ה  
לכבוד ... גרו יאיר

עזב כבר את הרוחניות של השני, מי שאל אותך? מי בקש ממך לחפש  
חסרונות אצל אחרים? אנשי שלומינו אומרים: "אם אתה רוצה לעזור לשני, תעזור  
לו בגשמיות, תחפש לו פרנסה, תחפש לו דירה, ותהיה עסוק עם החסרונות שלך".  
יש כבר מלאך המות שממית והורג את כל העולם, לא צריכים עוד אחד;  
במקום לשרף אנשים - תסתכל במבט טוב על כל אחד. אתה מגיע לבית הכנסת -  
תסתכל בעין טובה על כולם, ובמקום לספור מי כבר עזב את היכל הקודש ומי  
עומד לעזוב היום את היכל הקודש - תבדוק את עצמך אם אתה כן מקרב...

מה אכפת לך מי עזב את היכל הקודש ומי עוזב את הקריה? וכי אתה כן  
נמצא בהיכל הקודש? מה השיכות שלך עם היכל הקודש, שאתה יודע את השלום  
בית של כל אחד? זה היכל הקודש? שאתה יודע מי קרוב ומי רחוק, זה היכל  
הקודש? חכמינו הקדושים זכרונם לברכה אומרים (בבא בתרא טו:): "טול קורה מבין  
עיניך", קודם כל תקרב את עצמך אל הצדיק לפני שאתה מדבר נגד פלוני ואלמוני.  
ביום השני של חג השבועות בקריאת הפתובה, בנעילת החג - דברנו על מה  
שרבנו אומר (שיחות הר"ן, סימן צא): "סגולה להתמדה" - לא לדבר רע על אף יהודי,  
שלא תהיה שייכות עם מחלקת, עם מריבות, עם כעס, גם בבית שלא יהיו שום

פעם וקפידות. דברנו על מה שמוהרא"ש אומר, שאדם חייב להסתפל בעין טובה על עצמו, הוא חייב להחשיב את עצמו; רק כך אפשר להסתפל בעין טובה על השני, להחשיב את השני; כי כשאדם ממרר, הוא לא מעריך את עצמו, הוא לא מאמין בעצמו - אזי הוא מזלזל בכל אחד ופוסל את כל אחד, וכך היה בכל הזמנים אצל מוהרא"ש, הממררים - הם עשו את המחלקת, עד שהם בעצמם עזבו. אתה רוצה לעזור לי לבנות את הקהלה? אז תספר לי רק דברים יפים על אנשי שלומינו, ותחפש איך אתה יכול לעזור ליהודי עם פרנסה, עם טרמפ, לעזור לו לסחב, להסיע, להחזיר, ולא לחקור את הרוחניות של השני.

אני צריך לקצר.

השם יעזור שתצליח בכל העניינים.

...



### לשאול ולציית

בעזרת ה' יתברך - יום ג' פרשת במדבר, ערב ראש חודש סיון, מ"ד לעמר, שנת ה'תשפ"ה לכבוד החתן ... גרו יאיר

תלמד ותשנן את ההלכות של בית יהודי, כי רק כששומרים את ההלכות זוכים לדורות בריאים.

כמו כן אבקש ממך שתקח לך מורה דרך ומורה הוראה ותשא לציית, כי חייבים לבנות את הבית על פי התורה, רק כך הבית מתקיים.

אני מאחל לך חיים מתוקים.

...



### האם זה נחשב לימוד?

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת במדבר, ראש חודש סיון, מ"ה לעמר, שנת ה'תשפ"ה יקירי ... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

אשר יהי שאתה לומד בהתמדה את התורה הקדושה על פי סדר דרך הלמוד של רבנו ז"ל, שאמר לנו ללמוד בסדרן ובזריזות, לא לדקדק ולא לעמוד על מקום אחד, וכך זוכים ללמוד ולהבין ולסיים את כל התורה כולה (כמבאר בשיחות הר"ן, סימן עו), כבר זכית ללמוד ששה סדרי משנה תשע פעמים ויש לך גם שיעור בתלמוד בבלי, סימפת מסכת ערובין; מי שטועם את הטעם של דרך הלמוד של רבנו - נהיה כל כך דבוק לזה, כבר לא רוצים כלום, רוצים רק ללמוד תורה.

מה שאתה אומר שיש לך יותר רגש בסדר דרך הלמוד מאשר בשיעורים אצלך בשייבה; זו לא בעיה, תזהר להתנהג בדרך ארץ למגידי השיעורים ולמשגיחים שלך, אל תתחצף, כך לא יפריעו לך, ירשו לך ללכת בדרךך ותוכל ללמוד בדרך המתוקה שרבנו ז"ל נתן לנו.

תזהר לא להפגס לוויכוחים עם אף אחד, כי כל אלו שנכנסים בוכוחים, מתנפחים 'האם זה בן נקרא ללמוד, זה לא נקרא ללמוד' - הם עוזבים את הדרך הקדושה, ואם עוזבים את דרך הלמוד, אין שמירה נגד הנסיונות הקשים. מה שבאזני שמעתי, כשהייתי עכשו בארץ ישראל בל"ג בעומר מבחורים יקרים שפעם היו להם רגש בדרך הלמוד, היתה להם שמירה, וכשהם הקשיבו ללצנות הם עזבו את זה, ומסכנים לאיזה עבירות מרות הם נפלו, מבחוח הם נראים כמו בחורים חסידים עם לבוש חסידי, ורק הקדוש ברוך הוא יודע מה הם עושים רחמנא לצלן, על כן אל תתנפח עם אף אחד. מוהרא"ש כבר כותב בצוואה (צוואת מוהרא"ש, אות יג): "וכשתגיעו לעולם האמת אז תוכחו צדקת 'סדר דרך הלמוד' של רבנו ז"ל. ועל כן, מה ולמה לכם להתנפח? ! טעמו וראו כי טוב ה'! הרגילו עצמכם לזה, ואז תראו ותרגישו כל מיני טעמים בחייכם, כי התורה היא חיותנו בעולם הזה ובעולם הבא - חיות גשמי וחיות רוחני, אשרי מי שאינו מטעה עצמו בזה העולם כלל, ויודע אשר עקר הלמוד הוא רק לעשות רצונו יתברך, ולומד על מנת לקיים מצוותיו יתברך, ולעשות נחת רוח לו יתברך, ואז כל הלמוד שלו הוא רק למען השם יתברך לשמה דיקא, ולא לשם שום בריה שבעולם, להקראות רב או למדן צדיק ומקבל, אלא לומד בתמימות ופשיטות לפניו יתברך, אשר אין ערוף לכונה זו. אקוה שתצייתו אותי בזה, ולא תתחרטו כלל, לא בזה ולא בבא".

השם יעזור שתצליח בכל הענינים.  
חודש טוב.

...



### חלוקה נפרדת לגברים ולנשים

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעומר, שנת ה'תשפ"ה  
... גרו יאיר

תודה שאתה פועל עבור בית התבשיל, אבל אני רוצה לבקש, ואני מאד  
מבקש - שיעשו חלוקה נפרדת לגברים ולנשים, או עם מחיצה. אני רוצה שהקריה  
תהיה קדושה, חס ושלוש אם זה מתנהל בתערובות - לא כדאי כל הדבר הזה.  
השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



### עכשו אתה לא יכול לבקש, אתה צריך רק להודות

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעומר, שנת ה'תשפ"ה  
לקבוד יקירי ... גרו יאיר

אני עושה אתה עסקה, שתקבל על עצמך בכל יום למשך דקה להודות להשם  
יתברך, ואני אקדיש בכל יום דקה להתפלל עליך, ואני בטוח שתוך זמן קצר יהיה  
נס גדול. כי כפי שאני מבין לא שיה עכשו אצלה הענין של לבקש, אתה כל כך  
מנח ביאוש, אתה לא מאמין שיש דרך לצאת מהצרה שלך, אז אני אתפלל עבורך.  
אני מאמין שהשם יתברך יכול לעזור לך, יואר לך בחיים וכו', אבל אתה צריך  
לקבל על עצמך להודות להשם יתברך.  
השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



## לא לדבר עם נשים ובנות, אפילו בשביל יהדות

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעומר, שנת ה'תשפ"ה  
יקירי ... גרו יאיר

אבקש ממך ברחמים ובתחנונים, שלא תדבר עם נשים ובנות אפילו כדי לקרב  
אל רבנו ואל השם יתברך; היצר הרע מגיע אל האדם בתחפשות, הוא רוצה להרוג  
את האדם, לקחת ממנו את העולם הזה ואת העולם הבא.

כתבת לי שחזקת בנסיעה שלך על המטוס שתי בנות שהן באמצע להתקרב  
ליהדות, רצית לקרב אותן אל רבנו; אני מבקש ממך ברחמים, תרחם על עצמך,  
על המשפחה שלך וגם עלי, כי אם אתה אצלי במוסד מה יהיה כאן, הרי עלול  
להיות בזיון גם על המוסד, על הקהלה.

תכתב לי בחזרה ותבטיח לי שיותר אתה לא מדבר עם נשים ונרות, לא כדי  
לקרב ולא כדי לעשות שלום בית.  
השם יעזר שתצליח בכל הענינים.

...



## שלוש דקות להודות להשם יתברך יביא נס

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעומר, שנת ה'תשפ"ה  
לקבד ... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

יעזר השם יתברך שתהיה לאשתך רפואה שלמה, שהדברים שמצאו אצלך  
יתהפכו לטובה, שהיא תהיה בריאה ושלמה.

תקבל על עצמך קבלה טובה כדי שתהיה לה רפואה, הקבלה הכי טובה  
שאפשר לקבל היא להודות להשם יתברך בכל יום למשך שלוש דקות. תחפש לך  
מקום שקט שאין שם אף אחד ותסגר את הטלפון שלך, תתנתק מכולם ותודה  
להשם יתברך במשך שלוש דקות, שאתה יהודי, שאתה נשוי, על הילדים ועל  
הבריאות, תפרט כמה שיותר דברים ותגיד תודה על כל דבר, תשוחח על זה בשפת  
האם שלך ותראה נס גדול.

השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



אי אפשר לרמות את נשות ישראל

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעמר, שנת ה'תשפ"ה

לכבוד ... נרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

אם הפרנסה שלך היא נהג מונית - תזהר מאד כשיש לך אשה לבדה ברכב, לא לדבר אף מילה מיתרת, ולא להסתפל אפילו הסתכלות אחת.

מה שאתה אומר שאתה מרגיש כמו טפש כשאתה לא מסתפל ולא מתנהג בנימוס, ואתה מתחזק בדברי חכמנו הקדושים (עדות ה, ו): "מוטב לי להקרא שוטה כל ימי, ולא לעשות שעה אחת רשע לפני המקום", אז אני רוצה להגיד לך שאני מאד מתפעל מהיראת שמים שלך, איך אתה נלחם עם היצר הרע, אבל דע לך שזה בדיוק להפך, כשנלקעים לנסיעה עם נהג מונית שמדבר ומסתפל וכו' וכו' - הנשים מסתכלות עליו כשוטה, את נשות ישראל אי אפשר להטעות ולרמות, הן מרגישות מאד רגועות ובטוחות כשהנהג לא מסתפל, לא שואל, עושה מה שעליו לעשות, ואלו שעושים את עצמם נימוסיים, מסתכלים מחיכים, שם הנשים לא רגועות.

השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



לשבת בצניעות בשלחן השבת

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעמר, שנת ה'תשפ"ה

לכבוד ... נרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

טוב מאד אתה עושה שכשאתה הולך לחמותך אתה מסתפל כלפי מטה, אתה

מתנהג ביראת שמים. לא סותר את החלק של לכבד, לכבד פרושו לדבר יפה, להודות, לעזור; זה לא סותר את שמירת העינים, את ההתנהגות העדינה.

בענין שיושבים הילדים הנשואים, בעל ואשה - אחד ליד השני, וזה לא נעים כשזוג אחר יושב מולך ואתה צריך להסתפל כלפי מטה; מה אתה יכול לעשות? אתה לא יכול להפך את היוצרות בבית חמיד וכו', אם ירצה ה' כשאתה תחתן את הילדים ותזמין אותם לסעודות תעשה שהגברים ישבו בראש השלחן, והפנות והפלות ישבו בקצה השני של השלחן, ליד האמא.

תהיה בשמחה, צא ברקוד כמה פעמים ביום, ותקשיב לנגונים שמחים, כי זה שומר על האדם מנאוף. רבנו אומר (לקוטי מוהר"ן חלק א', סימן קסט), שמחה היא שמירה לפגם הברית, כמו שכתוב (תהילים קד, לד-לה): "אנכי אשמח בה", יתמו חטאים מן הארץ, ורשעים עוד אינם", כשאני שמח עם השם יתברך, אזי יתמו חטאים מן הארץ - אין יותר עבירות.

השם יעזר שתצליח בכל הענינים.

...



### תחפש מקנה ריק

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעומר, שנת ה'תשפ"ה  
לקבוד ... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

אני כל כך מזועזע מלקרא מה שעברת בתור בחור מרוצחים שטמאו אותך במקנה; איך יכול לקרות דבר כזה, ועוד בקהלה הכי יפה והכי שמרנית? מה פשר הדבר?! אף אחד לא רואה? אין בלן? אין גבאים? הכל הפקר?! איך יתכן שבמקנה במרכז העיר שאלפי יהודים הולכים שם בכל יום יקרה שמטמאים בחורים בריש גלי.

עכשו כשהמטפל שלך אומר לך שלא תלך למקנה, כי מסכן אתה חולה במחלה של (דברים כח, לד): "והיית משגע ממראה עיניך אשר תראה", אתה מסתפל

כמו משגֶע רחמנא לצלן, אתה רוצה לדעת אם זה מסתדר עם דברי רבנו; עדיף שכן תלך למקנה, רק תחפש מקנה ריק, תחפש זמן שהמקנה ריק, כך יהיה לך קל יותר.

אם אתה רוצה להתרפא מהטומאה, תקבע לך שיעור ללמוד בכל יום ח"י פרקים משניות. כי כשפוגמים בפגם הברית הוצאת זרע לבטלה רחמנא לצלן הפגם מגיע עד המז. כפי שהזוהר אומר (משפטים ק'): "סליקא דיסודא עד אבא ואמא", מאבדים את המוחין, ואפשר לקבל את זה בחזרה על ידי לימוד משניות. כפי שרבנו אומר (שיחות הר"ן, סימן יט): "שאפילו אותן האנשים הרחוקים מן הקדשה מאד, שנלקדו במצודה רעה, עד שרגילין בעברות חס ושלום רחמנא לצלן, אף על פי כן, הכח של התורה גדול כל כך, עד שיכולה להוציא אותם מן העברות שרגילין בהם חס ושלום, ואם יעשו להם חק קבוע וחיוב חזק ללמד בכל יום ויום כך וכך - יהיה איך שיהיה, בודאי יזכו לצאת ממצודתם הרעה על ידי התורה, כי כח התורה גדול מאד"; אפילו אדם שרחוק מאד מקדשה - הוא עושה עברות רחמנא לצלן, הוא כבר נפל לשאול תחתית, אם הוא יעשה לעצמו קביעות ללמוד כל יום 'כך וכך', סוף כל סוף הוא יצא מהבוץ שלו, כי כח התורה גדול כל כך עד שהיא מוציאה את האדם מהרע שלו, ורבי נתן מספר (חיי מוהר"ן, סימן תקעג): "כשרבנו אמר את השיחה הזו, שאלתי את רבנו 'האם התורה יכולה לעזור לאחד שנפל לעברה של פגם הברית - הוצאת זרע לבטלה רחמנא לצלן?' צעק עלי רבנו ואמר: 'וכי אתה יודע גדל מעלת התורה הקדושה? הלא עסק התורה הוא גדול במעלה מהכל'; אפילו אדם שמסכן מנח בעברה המגעילה של פגם הברית, הוצאת זרע לבטלה רחמנא לצלן, אם הוא ילמד כל יום 'כך וכך' הוא יתפן ליהודי פשוט, ומהרא"ש אומר שקבלה בידו מאנשי שלומינו שפאשר רבנו אמר את השיחה הזו הוא התפון בזה ללמוד ח"י פרקים משניות.

השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



## כל אחד רוצה זכות במצוה של כתיבת ספר תורה

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעומר, שנת ה'תשפ"ה  
יקירי ... גרו יאיר

חבל שהפסקת לאסוף מאנשי שלומינו זכויות לספר התורה שהתחלנו לכתב בשביל אומן ראש השנה לזכות רבנו. יש מקרבים חדשים, גם אברכים חדשים שרוצים זכות במצוה של כתיבת ספר תורה, ולבד הם לכאורה לא יגיעו לכתב ספר תורה, ואיך הם יכולים לקיים את המצוה של כתיבת ספר תורה? רק כשפותבים ביחד כל הצבור, יכול כל אחד לקבל את הזכויות והסגולות שזוכים להן.

תבקש מכל אחד מאנשי שלומנו, הן הבחורים, הן האברכים, תשא ללך אחד אם הוא רוצה לקחת חלק במצוה של כתיבת ספר תורה לזכות רבנו ז"ל. יקראו בזה באומן אצל ראש השנה של רבנו, וגם במשך כל השנה אצלנו בבית הכנסת בקריה. זו גם סגולה לעשירות. רבנו אומר (ספר המדות אות ממוז, סימן לו): "לכתב ספר תורה מסגל לפרנסה".

כמו כן תבוא לבית הכנסת לשחרית מנחה וערבית עם כובע וחליפה. אפילו בשחרית כשמתעטפים בטלית, אדם יכול לחשב 'מה חסר להסחב לבית הכנסת עם כל הלבוש, עם כובע וחליפה?' אל תעשה את זה כל כך קשה, זה לא שוקל כל כך הרבה, הטלפון הגדול - זה מה שמכביד, בא לבית הכנסת בדרך ארץ ויראת שמים. השם יעזר שתצליח בכל הענינים.

...



## אני רוצה מלמדים יראי שמים

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת במדבר, ב' סיון, מ"ו לעומר, שנת ה'תשפ"ה  
יקירי ... גרו יאיר

אתה מלמד, יש לך אחריות לבוא לבית הכנסת להתפלל שחרית במנין, ואם אתה מגיע אחרי הצהרים יום אחר יום להתפלל אחרי הלמודים, ההורים שואלים: 'זה המלמד של בני? איך אנחנו צריכים לחשב על הענין הזה?'

אני מאד רוצה שתתפלל בבקר, ואם אתה לא מספיק בבקר תתפלל כמה שיותר מקדם. קח אתך את הטלית והתפליין, תתפלל בתלמוד תורה בהפסקה, לא אחרי הצהרים; כי אחרי חצות אי אפשר להתפלל, אחרי חצות זה ברכה לבטלה, אחרי חצות זה חלול השם.

אני לא רוצה להעליב אותך, אבל אני רוצה מלמדים יראי שמים. אני מבקש עכשו עוד יותר מהשם יתברך: "השם תן לי מלמדים יראי שמים, השם אני כבר לא צריך ממחים, אני צריך מלמדים שישי להם יראת שמים, שתתפללים ולומדים ומפחדים מהשם יתברך".  
השם יעזור שתצליח בכל הענינים.

...



רבנו של עולם, תן לי כח ותעשה גם  
בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה  
מרת ... תחי'

קבלתי את המכתב.

אני לא יודע מה להגיד לכם, מצד אחד איך אפשר לחיות עם בעל שמשפיל ומבזה וכו' וכו', ומצד שני איך אפשר לשבור בית כשיש ילדים טהורים, ילדים מתוקים; אני מבלבל, אני לא יודע מה לענות.

נשארת העצה של משיח צדקנו, העצה של לשוחח עם השם יתברך בשפה פשוטה, לבקש ממנו: "רבנו של עולם תעזור לי, תעשה לי גם, תנחה אותי בדרך הנכונה, תן לי שלום בית, תן לי שכל לדעת איך לדבר יפה ורך אל בעלי, ובמקביל להיות חזקה כארי שהבית לא יסטה מהמסורת, מהיהדות, מצניעות. רבנו של עולם אני כל כך שבורה, אין לי כבר כח, תן לי כח ותעשה גם שיחזורי החן והאהבה"; כך תבקשו מהשם יתברך, ותוסיפו גם עוד מילים מהלב, עד שהשם יתברך יעזור לכם, החן והאהבה יחזרו, והבית ישאר שלם.  
השם יעזור שתצליחו בכל הענינים.

...



## לא מתעוררים בלילה כשצריכים לצאת

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה

יקירי ... גרו יאיר

קבלתי את מכתבך.

אני שמח לשמוע שסימת משניות בפעם הראשונה, עכשו תתחיל עוד פעם לגרס משניות, וכשאתה זוכה לסיום עוד פעם - תתחיל עוד הפעם, כך תעשה כל ימי חייך. כפי שרבענו אומר (שיחות הר"ן, סימן כג): "אשרי מי שזוכה לאכול כמה פרקים משניות"; רבענו קורא לזה 'אוכל', זה אוכל לנשמה, מזונא דנשמתא.

אל תשבר מזה שבליילה אתה לא מתעורר כשאתה צריך לצאת וכו' וקורה וכו'; כך זה אצל הרבה ילדים וגם אצל בחורים, שישנים מאד עמוק ולא מרגישים כשצריכים לצאת וכו'. אל תשבר את עצמך בזה, תהיה שמח, תהיה חזק, בכל כחה יש רבע מהילדים שעוברים את זה ועד החתונה זה עובר. השם יעזר שתצליח בכל הענינים.

...



תחשוב שאתה טוב, כך אשתך גם תהיה טובה אליך

בעזרת ה' יתברך - יום ד' פרשת נשא, ח' סיון, אסרו חג, שנת ה'תשפ"ה

... גרו יאיר

אל תשבר, אל תשפיל את עצמך, אתה אדם טוב, אתה לא כל כך רע כפי שאתה חושב על עצמך.

כשהיית אצלי עם אשתך ובכית שהחיים שלך הולכים מטה מטה, הכל לא טוב; לדעתי זה לא אשתך שמשפילה אותך, לא היא הבעיה, אתה צריך ללכת קצת לטיל ולשוחח עם השם יתברך על ההרגשה שאתה מרגיש, שאתה כלום, שאתה כשלון; אתה צריך להתחיל להאמין בעצמך, להאמין שהשם יתברך אוהב אותך, להאמין שאתה חשוב ויקר אצל השם יתברך.

תקבע לך ללמוד במשך תקופה את התורה של אומרה בלקוטי מוהר"ן (חלק

א', סימן רפ"ב), וְתֹאמַר אֶת הַתְּפִלָּה עַל הַתּוֹרָה (ליקוטי תפילות, תפילה ז) - וַיִּפְתַּח לָךְ עוֹלָם  
חֵדֶשׁ, אֶתָּה תִּתְחִיל לְהַרְגִּישׁ שְׂאֵתָה אָדָם טוֹב, עִם לֵב טוֹב; מִמִּילָא אֲשֶׁתָּךְ גַּם תִּהְיֶה  
טוֹבָה, אֶתָּה תִּהְיֶה שְׂמֵחַ מְאֹד.

הַשֵּׁם יַעֲזֹר שְׂתַצְלִיחַ בְּכָל הָעֲנָנִים.

...



### שְׁהֵתִנְהֻגוֹת שְׁלֹךְ תִּהְיֶה הַפָּעָה

בְּעֶזְרַת ה' יִתְבָּרֵךְ - יוֹם ד' פָּרַשַׁת נִשְׂא, ח' סִינן, אֶסְרוּ חַג, שְׁנַת ה'תשפ"ה

... נִרוּ יָאִיר

אֲנִי רוֹצֶה לַחֲזֹק אוֹתָךְ שְׁתִּתְחִיל לַעֲסֹק בְּהַפָּעָה, חוּץ מִלְּחַלֵּק אֶת הַסְּפָרִים;  
כְּלוּמֹר, חוּץ מִמָּה שְׂאֵתָה מְחַלֵּק סְפָרִים וְקוֹנְטְרָסִים שְׁמוֹהֶרָא"ש כְּתַב - תִּהְיֶה  
בְּעֶצְמָךְ מִפִּיץ, שְׁהֵתִנְהֻגוֹת שְׁלֹךְ תִּהְיֶה הַפָּעָה, שְׂכּוּלָם יֹאמְרוּ 'אֲנַחְנוּ גַּם רוֹצִים  
שֶׁהֵילִידִים שְׁלָנוּ יִהְיוּ חִסִּידֵי בְּרִסְלָב', כְּשֶׁמִּתְנַהֲגִים בְּעֲדֵינוֹת וּבִדְרוֹךְ אֶרֶץ, מְכַבְּדִים  
אֶת הַמְּבַגָּרִים, מְכַבְּדִים אֶת בֵּית הַמִּדְרָשׁ, מְכַבְּדִים הוֹרִים - זֶה הַהַפָּעָה הַכִּי גְדוֹלָה.

כְּשֶׁאֶתָּה הוֹלֵךְ אֶל הוֹרֵיךְ וְגַם אֶל חֲמִיד וְחִמּוֹתָךְ - תִּתְנַהֵּג בְּמִדָּה הַכִּי גְדוֹלָה שֶׁל  
דְּרוֹךְ אֶרֶץ. שְׁהִפֵּה שְׁלֹךְ יִהְיֶה סְגוּר, אֵל תִּדְבֹּר וְאֵל תִּגִּיד לָהֶם דְּעוֹת אִיךְ לִנְהַל אֶת  
הַבֵּית שְׁלָהֶם, דְּבַר אֶחָד תַּעֲשֶׂה, רַק לַהוֹדוֹת וְרַק לְכַבֵּד, כִּךְ כּוֹלָם יֹאמְרוּ: "אֲשֶׁרִי  
רַבּוֹ שְׁלִמְדוֹ תוֹרָה", כִּךְ יִתְאַהֵב הַשֵּׁם יִתְבָּרֵךְ אֶצֶל כּוֹלָם.

חֲמִיד כּוֹתֵב לִי שֶׁהוּא לֹא רוֹצֶה לָרִיב אִתָּךְ, הוּא לֹא אוֹמֵר לָךְ כְּלוּם, אֲבָל מְאֹד  
קָשָׁה לוֹ. הַשְׁתַּלְטֵט עַל הַבֵּית, אֶתָּה יוֹשֵׁב בְּשִׁלְחָן, אֶתָּה עוֹשֶׂה צְחוּק מִכָּל יִהוּדֵי כָּשֶׁר,  
אֶתָּה מְבַטֵּל אֶת כּוֹלָם, רַק הֵיכַל הַקּוֹדֶשׁ הוּא כָּשֶׁר, וּכְשֶׁהוּא מְדַבֵּר מִיַּהוּדִים יִרְאִי  
שְׂמִים אֶתָּה עוֹשֶׂה לְצָנוּת; אֶת זֶה לֹא לְמִדַּת אֶצְלִי, וְזֶה לֹא הַפָּעָה, זֶה גּוֹרֵם שִׁיתְרַחֲקוּ  
מִרַּבְּנוּ ו"ל. אִם אֶתָּה רוֹצֶה לִקְרֹב אֶת הַמְּשַׁפָּחָה שְׁלֹךְ תִּתְנַהֵּג בְּדְרוֹךְ אֶרֶץ, כִּךְ כּוֹלָם  
יָבוֹאוּ אֶל רַבְּנוּ מֵאֲלֵיהֶם, כְּפִי שְׂרַבְּנוּ אָמַר: "אִם קִיסְרִים וּמַלְכִּים הָיוּ יוֹדְעִים אֶת  
הַדְּרוֹךְ אֶרֶץ שְׂאֵנִי מִלְּמַד אֶת תַּלְמִידִי, הֵם הָיוּ שׁוֹלְחִים אֶת יְלָדֵיהֶם לְלַמּוֹד אֶצְלִי".

מַעֲכָשׁוּ כְּשֶׁאֶתָּה הוֹלֵךְ אֶל חֲמִיד אוֹ אֲבִיךָ - תִּשָּׁב בְּשִׁלְחָן בְּדְרוֹךְ אֶרֶץ. אֵל תִּפְסֹל

אף אחד, רק תודה, כך תקרב את כולם. כפי שתכמינו זכרונם לברכה אומרים (יומא פו.) על הפסוק (דברים ו, ה): "וְאֶהְבֶּתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ", שיהא שם שמים מתאהב על ידך, אדם צריך לדאג שעל ידו אנשים יאהבו את השם יתברך; כשאדם לומד את התורה הקדושה ומשמש תלמידי חכמים, אם הוא מתנהג בדרך ארץ, מה אומרים אנשים? "אשרי אביו שלמדו תורה, אשרי רבו שלמדו תורה". ולהפך, כשרואים אדם שלא לומד, אומרים "אוי להם לבירות שלא למדו תורה". תראו כמה יפה מתנהג האדם שלומד תורה מתנהג, עליו נאמר הפסוק (ישעיה מט, ג): "ויאמר לי עבדי אתה, ישראל אשר בך אתפאר", הקדוש ברוך הוא אומר: "אני מתפאר בך", אבל אדם שלא מתנהג בדרך ארץ, מה אומרים האנשים? "אוי לו לפלוני שלמד תורה, אוי לו לאביו ולרבו שלמדו תורה", עיין שם.

השם יעזר שתצליח בכל הענינים.

...



### שתי תרופות וויטמין, לרפוי הנפש

בעזרת ה' יתברך - יום ה' פרשת בהעלותך, ט"ז סיון, שנת ה'תשפ"ה  
לכבוד ... גרו יאיר

הייתי אצל פרופסור גדול, רופא מאד גדול לנפש שלי, בשביל שהעצבים שלי לא יקרעו. הרופא רשם לי שתי תרופות וויטמין, ותודה להשם שלאט לאט העצבים הולכים ומתחזקים. אני חושב, היות וגם אתה עובר עכשו ימים קשים והעצבים שלך הולכים ונחלשים, נראה שהם עומדים להקרע - כדאי שתקח את שני הפדורים האלו ואת הוויטמין.

השם של הרופא הוא מוהרא"ש, ושם של שני הפדורים הם 'אמונה' ו'שמחה', והוויטמין הוא 'תודה והודאה', הדברים האלו מחזקים את העצבים, נהיים אדם בריא; בריא נפשית, בריא פיזית, אפשר לסבול ולהכיל.

אל תצחק, תצחק מזה שמדבר אליך על עשבים ותבלינים, מגנטים, אנרגיה, ספורי סבתא, לא דברים ולא יער. עכשו הגיעה אלי משפחה, הם כל כך בכו אצלי

במשך, האשה היתה נראית שהיא עומדת לצאת מדעתה, היא לא מסתדרת עם הילדים וכו' וכו', והאשה הזאת היא מטפלת גדולה, היא מדברת עם נשים, היא לוקחת שלוש מאות דולר לחצי שעה, כולם מדברים עליה שהיא יודעת לרפא וכו' וכו', והיא מגיעה עם בעלה לבכות שהעצבים שלה קרועים; אז אתה כבר רואה שהכל דמיון, כל זמן שלא מדברים מהשם יתברך, לא מדברים על אמונה, שמחה, תודה והודאה - זהו שקר גדול.

התרופה של רבנו - זה עוזר, זה עושה את האדם חזק; הדבור אל השם יתברך מרפא. רבנו אומר (לקוטי מוהר"ן חלק ב', סימן ה): "העקר הוא האמונה, וצריך כל אחד לחפש את עצמו ולחזק את עצמו באמונה. כי יש סובלי חלאים, שיש להם מכות מפלאות, והם סובלים החלאים רק בשביל נפילת האמונה", עיקר החיים הוא אמונה, להאמין בהשם יתברך, להאמין שהוא הכל, הוא עושה הכל, וצריכים להתחזק מאד באמונה, להאמין שהכל הוא השם יתברך. כי יש כאלו שסובלים יש להם יסורים גדולים מאד, היסורים האלו מגיעים רק מחסרון אמונה.

פה מדבר רבנו על כל סוגי הבעיות הנפשיות, הכל מגיע מזה שלא חזקים באמונה, "כי על ידי נפילת האמונה, באים מכות מפלאות, שאין מועיל להם לא רפואות, ולא תפלה, ולא זכות אבות", כי כשנופלים מהאמונה מגיעים היסורים החזקים, ושום דבר לא יכול לרפא את היסורים והצער; לא תרופות, לא תפילות, ולא זכות אבות, רפואה אחת יש - אמונה.

אמונה היא עקר ויסוד כל היהדות, כי האמונה היא הדבקות בו יתברך, כשאדם מכניס בדעתו אמתת מציאותו יתברך, ומציר לעצמו אורו האין סוף ברוך הוא שמסבב אותו והוא עומד באמצע, זה עקר התענוג והשעשוע והדבקות והחיות של הצדיק, והוא מרגיש את עצמו עוד בחיים חיותו כדגמת היותו בעולם הבא, משעשע עצמו בשעשוע דמלכא, ואל כל זה זוכים רק על ידי אמונה פשוטה בו יתברך, ולדבר הרבה עמו יתברך בתמימות ובפשיטות גמורה, כאשר ידבר איש אל רעהו, והבן אל אביו.

השם יעזור שתצליח בכל העניינים.







בְּעֵזְרַת הַשֵּׁם יִתְכַּד



# עֲצָתוֹ אֶמוּנָה

כְּלִיבִי

## אֲנִי לֹא מַפְחֵד

”אָבָא כְּשֶׁמִּגִּיעַ הַלֵּילָה אֲנִי מְאֹד מַפְחֵד, אוֹלֵי אֶפְשָׁר לְשִׁים מְנַעוֹל חֲזָק עַל הַדֵּלֶת? כִּי אֲנִי לֹא אַפְחֵד.”

בְּנֵי הַיָּקָר, אֲסַפֵּר לָךְ סִפּוּר יָפֶה, הַגִּמְרָא מְסַפֶּרֶת (ירושלמי תְּרוּמוֹת ח, ג), הָאֲמוּרָא הַקְּדוֹשׁ רַבִּי יֵנָאי מְאֹד פָּחַד מִנֶּחָשִׁים, הוּא פָּחַד לָלֶכֶת לִישׁוֹן כִּי אוֹלֵי יְבוֹא נָחֵשׁ וַיִּטַּפֵּס עַל מִטָּתוֹ, הוּא חָשַׁב עַל כָּל סוּגֵי הַעֲצוֹת אֵיךְ הוּא יְכוּל לְבַטֵּחַ אֶת עַצְמוֹ שֶׁנֶּחֱשׁ לֹא יִגִּיעַ עַל מִטָּתוֹ, וְעָלָה בְּדַעְתּוֹ רַעֲיוֹן, הוּא יַעֲמִיד אֶת אַרְבַּעַת רַגְלֵי הַמִּטָּה בְּתוֹךְ אַרְבָּעָה דָּלָיִי מַיִם, כִּי הַנֶּחָשִׁים לֹא יוּכְלוּ לְהִגִּיעַ אֵלָיו.

לֵילָה אֶחָד מִתְעוֹרֵר הַצַּדִּיק הַקְּדוֹשׁ רַבִּי יֵנָאי כְּשֶׁנֶּחֱשׁ בְּיָדוֹ, הוּא אָמַר לְעַצְמוֹ: ‘עֲכָשׁוּ אֲנִי רוּאָה שֶׁפִּטְנָטִים לֹא עוֹזְרִים, רַק דָּבָר אֶחָד עוֹזֵר, תְּפִילָּה, תְּפִילָּה וְעוֹד פַּעַם



וואו, נחש על המטה שלי!

תפילה; הצדיק בקש מהשם יתברך: "רבנו של עולם  
תעזר לי שהנחשים לא יבואו למטה שלי", וכך אכן  
היה, הנחשים כבר לא הגיעו אליו.

בני היקר, הבה נבקש בכל יום את התפילה הזו:  
"רבנו של עולם תעזר לי שלא אפחד מהלילה, שלא  
אפחד מכלבים, מדבים, מנחשים, שלא אפחד מכלום,  
שתהיה לי אמונה חזקה שאתה אתי, אתה שומר עלי,  
אתה מגן עלי".

"אבא, עכשו אתה כבר לא צריך לשים מנעול על  
הדלת, אני כבר לא אפחד משום דבר, כי אני מדבר  
אל השם יתברך ואני מבקש ממנו שישלך ממני את  
הפחדים".

