

# די זומער טעג

חיזוק און עצות ווי אזוי זיך צו האלטן ערליך  
דורךאויס די נסיונות פון די 'זומער טעג'!

## ווער נישט פארברענט

יעצט אין 'די זומער טעג' ווערט שרעקליכע נסיונות אין שמירת עינים, אויף א גאנץ יאר דארף מען האבן א שמירה אויף די אויגן, מען זאל זיין אפגעהיטן נישט צו קוקן קיין שלעכטס, אבער ווען עס קומט זומער - ווערט גאר שווער, עס ווערט א שרעקליכע פריצות, די גאסן ווערן זייער געפערליך, עס ברענט א פייער פון פריצות און מען קען פארברענט ווערן ביי די קליפות השם ישמרינו, און מיט איין שלעכטע קוק, קען מען פארלירן אזויפיל קדושה און אזויפיל יראת שמים, מען מוז זיך זייער היטן די אויגן מען זאל נישט פארלירן די קדושה און יראת שמים פון אלע יארן עבודת השם, ווייל אין שמירת עינים ליגט אלעס, אויב מען היט די אויגן קען מען זוכה זיין צו ווערן זייער הייליג, אזוי ווי די הייליגע צדיקים טייטשן, עס שטייט אין פסוק (בראשית לח, כא): "איה הקדשה הוא בעינים על הדרך", טייטשן זיי: "איה הקדשה", ווי אזוי ווערט מען הייליג? און וואס דארף מען טון זוכה זיין צו ווערן הייליג? "הוא בעינים על הדרך", עס ליגט אין די אויגן, ווען מען גייט אין די וועגן; מען זאל זיך היטן די אויגן אין גאס, מען זאל נישט גיין אין פלעצער וואו מען קען חס ושלום פאלן.

אז מען היט די אויגן - איז מען זוכה צו א שטארקע אמונה, מען איז זוכה צו שפירן שטענדיג דעם אייבערשטן, אזוי ווי מיר זאגן יעדן טאג ביי קריאת שמע (במדבר טו, לט): "ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם", און די הייליגע חכמים זאגן (ברכות יב): "אחרי לבבכם דאס מיינט מען מינות", און 'אחרי עיניכם' דאס מיינט מען 'טראכטן פון עבירות'; די צוויי זאכן גייען אינאיינעם, דער וואס היט נישט די אויגן פאלט אריין אין מינות ואפיקורסות, די אמונה ווערט ביי אים פארלאשן, מען שפירט נישט דעם אייבערשטן, מען איז פול מיט מחשבות פון ספיקות און בלבולים, קשיות אויף די אמונה רחמנא לצלן, אבער דער וואס היט די אויגן - דער איז זוכה צו האבן א ריינע אמונה, א קלארע אמונה, און מיט אמונה איז

## צווישן די גראז

יעצט אין 'די זומער טעג' קען מען זייער מצליח זיין אין עבודת השם, עס איז א גוטע צייט זיך צו באנייען, ווייל די גאנצע בריאה טוט זיך יעצט באנייען, אלע ביימער, אלע גראזן הייבן אן צו שפראצן; נאכן זיין א גאנץ ווינטער טויט, נאכן זיין א גאנץ ווינטער טריקן - הייבן אלע אן מיט א פרישקייט ארויסצוגעבן שיינע פרוכט און שיינע בלעטלעך; איז דאס א צייט פאר אונז אלע זיך צו אויפפרישן, זיך באנייען צו דינען דעם אייבערשטן. דערפאר בעט איה דיר טייערער ליבער ברודער, יעצט אין 'די זומער טעג' זאלסטו זיך באנייען מיט תפלה והתבודדות, טראכט נישט אויף צוריק, טראכט נישט פון די פריערדיגע זמן, פון די ווינטער זמן, קוק נישט אויף צוריק, ווייל דאס צוריק קוקן לאזט נישט דעם מענטש מצליח זיין, און אזוי ווי אלע ביימער און אלע פעלדער הייבן אן מיט א פרישקייט צו וואקסן, צו שפראצן, ארויס צו געבן די גוטע פרוכט און די שיינע בלומעלעך - אזוי אויף זאלסטו אנהייבן מיט א נייע התחלה דינען דעם אייבערשטן; מאך זיך א קביעות יעדן טאג צו שמועסן און אויסרעדן דיין הארץ צום אייבערשטן, און אז דו האסט א פעלד - זאלסטו גיין א שפאציר אין פעלד, זיי זיך דארט מתבודד, ווייל עס איז אזוי געשמאק זיך צו מתבודד זיין צווישן די ביימער און גראז, דער הייליגער רבי זאגט (שיחות הר"ן, סימן קסג), ווי געשמאק איז צו גיין צווישן די גראז הערן ווי זיי זינגען שירות ותשבחות צום אייבערשטן, יעדע גראז זינגט א ניגון צום אייבערשטן אן קיין פניות, אן קיין מחשבות זרות, ווי גוט און ווי שיינ איז צו זיין צווישן זיי; און אויף אז מען האט נישט קיין פעלד קען מען גיין א שפאציר אין א שטילע גאס און דארט שמועסן מיטן אייבערשטן, אים דערציילן ווי שטארק מען וויל זיין גוט און ווי מען האלט אין איין צוריק פאלן, זיך אויסגיטן דאס הארץ פארן אייבערשטן, אזוי זאלסטו טון יעדן טאג ביז דו וועסט זוכה זיין נאנט צו ווערן צום אייבערשטן.

באקומען זיי שוין שלעכטע מחשבות, דעק איבער די זייגער מיט א צווייטע זאך; "טראכט אריין, וואס וואלט דער רבי געזאגט אויף האבן א טעלעפאן, טעבלעט, קאמפיוטער - די כלים וואס מען קען זען דערויף עבירות? אויב א טיכל האט דער רבי נישט געוואלט מען זאל לייגן אויפן וואנט, ווייל דאס קען ברענגען נישט ריינע מחשבות, איז דאך זיכער אז האבן א סמארטפאון, וואס נעמט ארועק די מח, קאפ און הארץ, עס נעמט ארועק די יראת שמים, עס נעמט ארועק די תמימות - איז דאך זיכער אז דאס טאר מען נישט האבן.

### תפלה והתבודדות

אפילו מיט א פילטער אויפן טעלעפאן, טעבלעט וכו' - וואס לאזט נישט אריבער גיין די גאר שלעכטע זאכן - איז מען נאכאלץ אין א גרויסע סכנה, ווייל עס קילט אפ די אמונה, עס קילט אפ די יראת שמים, די וואס האבן דאס - זיי ווייסן גאר גוט, טיף אין הארצן ווייסן זיי אז דאס איז נישט קיין גוטע זאך, נאר די נסיון איז זייער שטארק, עס ציט זייער, און עס איז זייער באקוועם, און אז מען געוואוינט זיך צו צו דעם - קען מען זיך זייער שווער שיידן דערפון; נאר איין עצה בלייבט איבער צו קענען ארויסגיין פון דעם, דורך 'תפלה והתבודדות', מען זאל בעטן דעם אייבערשטן: "הייליגער באשעפער איך וויל צוריק מיין ריינקייט און מיין איידלקייט, איך בין פארקראכן, איך האב א טעלעפאן וואס ציט מיך צו דברים בטלים און ליצנות, עס ציט מיך צו נישט גוטע זאכן, הייליגער באשעפער איך אליינס ווייס גוט אז איך האב זיך אפגעקילט פון דיר, איך האב שוין נישט די תמימות פון אמאל ביים לערנען און דאווענען, איך האב פארלוירן מיין חשק ביים טון מצות, אמאל איז דאס געווען מיט שמחה און התלהבות; איך בין געווארן קאלט, איך פאל, איך בין נישט אין א גוטע פלאץ, איך בעט דיר הייליגער באשעפער, געב מיר כח איך זאל זיך קענען שטארקן עס ארועק צו ווארפן און זיך פירן ווי די ערליכע אידן, העלף מיר זיך שטארקן איך זאל זיין אן ערליכער איד, זיך פירן מיט תמימות ופשיטות, און נישט הערן קיין דרשות של דפי, נישט הערן אינטערוויוס פון מענטשן וואס האלטן זיך קליגער פון די ערליכע רבנים"; נאר די עצה בלייבט איבער, צו בעטן דעם אייבערשטן טאג נאך טאג מיט הייסע טרערן מען זאל זוכה זיין צו קענען בלייבן מיט די ערליכקייט, מיט די תמימות.

### טויזנט אויגן

יעצט ווען מיר זענען אריין אין 'די זומער טעג' דארף מען א שמירה עליונה נישט נכשל צו ווערן אין ראיות אסורות, ווייל אין די אויגן איז אנגעהאנגען אלעס, די גאנצע הצלחה פונעם מענטש

די לעבן זיס און געשמאק; ווייל ווען עס גייט גוט ווייסט מען אז עס איז פונעם אייבערשטן, און אויך חס ושלום ווען עס גייט פארקערט ווי מען וויל - ווייסט מען אז דאס איז אויך אלעס פונעם אייבערשטן, און אז עס קומט פונעם אייבערשטן קען נישט זיין אז עס איז שלעכט.

### א גערוועזענער...

יעצט אין 'די זומער טעג' ווערן די נסיונות זייער גרויס, מען דארף א שמירה עליונה, מען קען נישט גיין אין גאס, מען קען פארברענט ווערן מיט ראיות אסורות; אז מען היט נישט די אויגן איז זייער ביטער, מען ווערט א גערוועזענער, די גערווען ווערן אפגעשוואכט, מען קען נישט דערהייבן און פארנעמען די לעבן, מען רעגט זיך, מען שרייט, מען ווערט א שלעכטער, דאס איז גורם אז מען זאל זוכן וואו מען קען ארועק לויפן פון די לעבן; עס זענען דא וואס אנטלויפן צו אלקאהאל, זיי קענען נישט אויסהאלטן זייער לעבן, זיי טרינקען זיך אן, זיי שיכור'ן אפ זייער טעג און יארן. עס זענען דא וואס אנטלויפן צו נעמען שעדליכע קעמיקלס, מען פארדראגט זיך, מען קען נישט נעמען די יאך פון דאס לעבן, און אלעס קומט פון פאלן אין מידת היסוד, דורך מפקיר זיין די אויגן, קוקן עבירות, דאס רייסט אויס די מח, די גערווען ווערן אפגעשוואכט, מען קען נישט נעמען די לעבן, און אמאל איז שוין אזוי שלעכט אז מען טראכט שוין דאס ערגסטע, פון ענדיגן מיט די לעבן, מען וויל אינגאנצן אנטלויפן השם ישמרינו.

אז מען היט די אויגן איז מען פול מיט חן, מען איז א פרייליכער מענטש, מען האט א חיות אינעם לעבן, מען איז זוכה צו שפירן א טעם אינעם דאווענען און לערנען, ווייל אז מען איז אפגעהיטן בקדושה רוט ביי מענטש די שכניה, און אז עס איז דא השראת השכינה - איז דא אלע ליכטיגקייטן; זאלסטו זיך שטארקן נישט צו גיין אין גאס וואו מען קען חס ושלום נכשל ווערן מיט א שלעכט קוק.

### סמארטפאון

ביים רבי'ן איז געווען א מעשה, די צדיקת אדל, די טאכטער פון רבי'ן - האט אמאל געהאלפן מסדר זיין די דירה, מען האט איבער געפארבט דעם רבי'נס שטוב, און זי האט איבער געדעקט די מעבל אז עס זאל נישט ווערן שמוציג, און אויפן וואנט האט געהאנגען א טייערע זייגער, האט זי גענומען א טיכל וואס פרויען בינדן זיך די קאפ און מיט דעם איבער געדעקט דעם זייגער, אז די זייגער זאל נישט שמוציג ווערן, האט איר דער רבי געזאגט: "מיט דעם דעקסטו איבער די זייגער? דו ווייסט נישט אז עס איז היינט דא אנעלכע שוואכע מחות, און ווען זיי זעען נאר א טיכל

אז אפילו מען איז זוכה צו שפירן די ליכטיגקייט פון עולם אצילות - קומט ליצנות און פארלעשט עס, מען ווערט אפגעקילט, מען פארלירט עס; און דאס אלעס קומט פון קוקן עבירות, ביז מען פאלט אין פגם הברית רחמנא לצלן.

### תורה תבלין

יעצט אין די זומער טעג, אז מען ניצט אויס די טעג - קען מען ווערן א גרויסער ערליכער איד; די טעג זענען לאנגע טעג, מען קען זיך נישט לייגן פרי שלאפן, מען דארף ווארטן צו דאווענען מעריב; קען מען אין די צייט אריינכאפן לערנען פלייסיג שיעורים בכל התורה כולה, און אז מען מאכט זיך א סדר וואס מען וויל לערנען און וויפיל מען וויל אנקומען - קען מען זייער מצליח זיין.

מאך זיך א קביעות יעדן טאג צו לערנען די פרשה פון די וואך, טייל איין די פרשה לויט די טעג פון די וואך, די הייליגע חכמים זאגן (ברכות ה), ווער עס איז מעביר סדרה יעדע וואך - וועט זוכה זיין צו אריכות ימים ושנים, אויך איז דאס א סגולה פאר יראת שמים; דערפאר זאלסטו אנהייבן די וואך מיט לערנען חומש רש"י, זונטאג ביז שני, מאנטאג ביז שלישי, און אזוי ווייטער; נאכדעם זאלסטו זיך מאכן א שיעור אין משניות, די הייליגע חכמים זאגן (יבמות ד, א): "אין כל הגליות הללו מתכנסות אלא בזכות משניות", 'משנה' איז די אותיות 'נשמה', דורך לערנען משניות ווערט די נשמה ריין, מען נעמט אראפ אלע פלעקן וואס מען האט גורם געווען דורך עבירות, דער מענטש איז זוכה ארויס צו גיין פון זיין אייגענע גלות דורך לערנען משניות, און דורך לערנען אסאך פרקים משניות איז מען זוכה צו פטר'ן דעם יצר הרע, אויך זאלסטו זיך מאכן א שיעור אין לערנען ש"ס פסדרן, הייב אן מסכת ברכות, און ווען דו ביסט מסיים - זאלסטו גיין צו מסכת שבת, און אזוי ווייטער, ביז דו וועסט ענדיגן גאנץ ש"ס.

ליבער ברודע, הארציגער חבה, נאר אז מען לערנט תורה קען מען זיך שטארקן אויף די ברענעדיגע נסיונות פון די זומער טעג; עס ברענט א פייער, די נסיונות ווערן מער און מער, שטערקער און שטערקער, און אידישע קינדער פאלן נעבעך אין עבירות, מען ווערט נכשל אין ראיות אסורות, מען קוקט עבירות, ביז מען פארלירט די גאנצע אמונה, מען פארלירט די גאנצע לעבן, און נאר אז מען לערנט תורה קען מען זיך שטארקן און זיך ראטעווען. אזוי ווי די הייליגע חכמים זאגן (קידושין ל), דער אייבערשטער זאגט, איך האב באשאפן דעם יצר הרע, "ובראתי לו תורה תבלין", און אויך האב איך באשאפן א היילונג פארן יצר הרע, די הייליגע תורה; און אז מען לערנט תורה - קען מען זיך ראטעווען פון אים, און

ליגט אין די אויגן, און חס ושלום אז מען איז מפקיר די אויגן - רייסט מען זיך אינגאנצן אפ פונעם אייבערשטן, מען קומט צו פוגם זיין בברית רחמנא לצלן; וויי און ביטער איז אז מען היט נישט די אויגן, עס ווערן באשאפן פון יעדע שלעכטע קוק קליפות און מזיקים וואס טוען זיך נוקם זיין אינעם מענטש, אויך דער מלאך המות איז זיך נוקם, אזוי ווי חכמינו זכרונם לברכה זאגן (עבודה זרה כ): "מלאך המות כלו מלא עינים", דער מלאך המות איז אינגאנצן אנגעפילט מיט אויגן; ווען עס קומט די צייט דער מענטש זאל נפטר ווערן, קומט דער מלאך המות, ער ציט זיך אויס פון דער ערד ביזן הימל און ער איז איין שטיק אויגן, פול מיט אויגעלעה, און ווען דער מענטש זעט אים ווערט ער זייער דערשראקן און פון דעם שטארבט מען; און דער הייליגער חתם סופר זכותו יגן עלינו זאגט בשם זיין רבי'ן, דער גאון וקדוש רבי נתן אדלער זכר צדיק לברכה (חתם סופר בראשית, הקדמה) אז די טויזנטער אויגעלעה - דאס זענען פון די אלע הסתכלות אסורות וואס דער מענטש האט געקוקט זיין גאנץ לעבן, די אלע אויגן נעמט דער מלאך המות און ער קומט צום מענטש און ער הרגעט אים, ווייל עס איז נישטא נאך א זאך וואס זאל הרגענען דעם מענטש ווי נישט היטן די אויגן. מיט דעם טייטשט ער וואס מיר בעטן דעם אייבערשטן פרייטאג צו נאכטס: "וישזביננא מעינא בישא, ומחרבא דמלאך המות, ומדינא של גיהנם", היט אונז פון א שלעכט אויג, און פונעם מלאך המות, און פון גיהנם; אז דאס גייט אינאיינעם, אז מיר וועלן נישט האבן קיין 'עינא בישא' מיר וועלן היטן די אויגן, וועלן מיר נישט מורא האבן פונעם שווערד פונעם מלאך המות, און מיר וועלן נישט אנקומען אין גיהנם.

אז מען היט נישט די אויגן, מען קוקט שלעכטע זאכן, סיי אין גאס, סיי אין א טעלעפאן, אין קאמפיוטער, טעבלעט וכדומה - פאלט אוועק די תמימות. די הייליגע חכמים זאגן (סוטה ט): "שמשון הלך אחר עיניו", שמשון איז נאך געגאנגען נאך זיינע אויגן, "לפיקך נקרו פלשתים את עיניו", זענען געקומען די פלשתים און אויסגעשטאכן די אויגן, מדה כנגד מדה; דאס איז ביי יעדן איינעם, אז מען היט נישט די אויגן קומען די פלשתים, דאס זענען די קליפות, און זיי רייסן אויס די אויגן פון זען אלקות, פון שפירן דעם אייבערשטן; די פלשתים דאס זענען די לצים, מיט ליצנות ווערט אויסגעריסן די אויגן, מען זעט מער נישט און מען שפירט נישט דעם אייבערשטן. אזוי ווי די הייליגע חכמים זאגן (סוטה מב), עס איז דא פיר כיתות וואס: "אין מקבלים פני שכניה", איינע פון די כיתות איז די פת לצים, און דער הייליגער אריז"ל זאגט (שער מאמרי חז"ל, סוטה מב), די פיר כיתות זענען אנטקעגן די פיר וועלטן, און די פת לצים איז אנטקעגן עולם אצילות, ווייל ליצנות איז אזוי געפערליך

דיר און פאר כלל ישראל, עננו ה' עננו, העלה מיר איה זאל מער נישט האבן קיין איין שלעכטע קוק, איה זאל ניצן מיינע אויגן נאר צו לערנען תורה, אמן סלה".

גוטע חברים

חבר זיך נאר מיט גוטע חברים, ערליכע חברים, ווייל יעצט אין 'די זומער טעג' זענען די נסיונות גרויס, און נאר אז מען האט גוטע חברים, איידעלע און ערליכע חברים - קען מען זיך האלטן שטארק. די סימן צו וויסן ווער איז א גוטער חבר און פון וועם מען דארף זיך דערווייטערן - איז די מויל; דער וואס רעדט איידל און פירט זיך מיט תמימות - דער איז א גוטער חבר, און חס ושלום אויב מען הערט איינעם רעדן נישט איידל - דארף מען זיך זייער אכטונג געבן פון אים, און אפילו יענער זעט אויס ווי אן ערליכער, דארף מען וויסן אז דאס איז נאר פון אינדרויסן, ער איז נישט תוכו כבוד, פון אינעווייניג איז פול מיט שלענג און עגדיסן און מען קען געביסן ווערן פון אים.

גיי נישט אין לידיגע שטילע פלעצער, אין לידיגע שולן וכדומה, דריי זיך נאר אין פלעצער וואו עס זענען דא מענטשן, וואו מען קען זען אלעס וואס טוט זיך דארט, ווייל אין די לידיגע שולן קען מען אריינפאלן מיט נישט גוטע זאכן, מען קען אנקומען צו ווערן אומגליקליך דורך בעלי עבירות, די בעלי עבירות זוכן שטילע פלעצער, לידיגע מקוואות, לידיגע שטיבלעך, זיי לאקערן אויף בחורים זיי צו פאנגען אין זייער ביטערע נעץ, און אז א פרעמדער מענטש רופט דיך אין א שטילע פלאץ - זאלסטו נישט גיין, און אז חלילה וחס איינער וויל דיך מטמא זיין, איינער וויל דיך אנרייך... - זאלסטו בעטן פאר הילף, שעם זיך נישט און האב נישט מורא, געב אכטונג אויף דיין לעבן, אויף דיין עתיד.

קיינמאל זאלסטו נישט אריינקוקן אין א חבר'ס טעלעפאן, אמאל קען מען מיט איין שלעכטע קוק פארלירן די גאנצע יראת שמים, און מען דארף זיך נאכדעם מוטשען די גאנצע לעבן, ניץ אויס דיין צייט צו טון חסד, צו העלפן אין שטוב, העלפן די עלטערן, און העלפן אין שול, אין ישיבה וכדומה.



אפילו מען איז אריינגעפאלן אין נישט גוטע זאכן, מען האט געטון עבירות, מען געפינט זיך אין די טונקל, "במחשכים הושיבני" (איכה ג, ח), מען שפירט ווי מען וועט שוין בלייבן אין די פינסטערניש, "זה תלמודה של בבל" (סנהדרין כד), איז די עצה צו לערנען גמרא, לערנען בבל.

טרערן

טייערער ברודער, הארציגער חבר, יעצט אין 'די זומער טעג' זאלסטו זיך מקבל זיין מיט א פעסטע אפמאך אפצוהיטן דייע אויגן, און אז דו ביסט נכשל געווארן מיט ראיות אסורות - זאלסטו זיך אויסוויינען פארן אייבערשטן ער זאל דיר מוחל זיין, ווייל נאר דורך טרערן פון תשובה וואס מען וויינט זיך אויס צום אייבערשטן קען מען אויסוואשן די אויגן, און מען קען פאררעכטן די שרעקליכע פגם; מען דארף פארגיסן טייכן טרערן צום אייבערשטן אז מיר זאל זיך קענען היטן די אויגן, ווייל אלע צרות וואס קומען אויפן מענטש איז נאר ווייל מען היט זיך נישט די אויגן; מען פארלירט אזויפיל גוטס דורך זיך נישט היטן די אויגן, מען פארלירט די שידוך, מען פארלירט די שלום בית און מען פארלירט די פרנסה.

די הייליגע חכמים דערציילן (ספר חסידים, סימן שפז), א איד איז געקומען מיט א טענה צום הייליגן רבי יהודא החסיד היתכן ער האט אסאך געפאסט און מתפלל געווען אויף א געוויסע שידוך, און מען האט נישט אנגענומען זיינע תפלות, "אמר החכם", האט אים דער צדיק געענטפערט: "זה הצער הבא עליך בשביל שהיית צופה בנשים, וזמן לך מה שלא מצאה חן בעיניך", דיין גאנצע צער וואס דו גייסט אריבער איז ווייל דו היטסט נישט דייע אויגן.

ליבער ברודער, הארציגער חבר, מאך זיך א קביעות צו גיין התבודדות, זוף א פלאץ; א שטילע פלאץ, א לידיגע פלאץ, און דארט זאלסטו זיך מתבודד זיין, זאלסט זיך אויסגיסן דיין הארץ צום אייבערשטן, וויין זיך אויס און בעט: "הייליגער באשעפער זיי מיר מוחל אז איה האב ביז אהער נישט געהיטן מיינע אויגן, איה שעם זיך אזוי שטארק, פון אינדרויסן שפיל איה א שיינע שפיל, איה שטעל זיך אהער ווי אן ערליכער און פרומער, אלע קענען מיר ווי א טייערער און אן איידעלער, אבער פון דיר הייליגער באשעפער קען איה זיך נישט באהאלטן, דו ווייסט דאך אלעס, דו זעסט אלעס, אנה השם איה בעט דיר אייבערשטער, העלה מיר איה זאל קענען ארויס גיין פון מיינ בלאטע, איה זאל זוכה זיין צו הייליגע אויגן, איה זאל זוכה זיין צו ריינע אויגן, העלה מיר בזכות די הייליגע צדיקים וואס האבן זיך מוסר נפש געווען פאר