

## של רבי נחמן מברסלב

לזכרון נצח מורינו ר' ישראל דב בער אדסר בן ר' אייזיק שלמה, זיע"א.  
טוב להגיד ולשיר **גַּנְחַ גַּנְחַ גַּנְחַ נְחֲמֵן מְאוֹמֵן** לזכות לכל הישועות

כי בודאי כל מה שיעשה איזה דבר בבקדושה בשביל השם יתברך אפילו נקודה קטנה בעלמא, בודאי לא יאבד לעתיד שום דבר אפילו דיבור אחד בתורה או תפילה או פרוטה אחת לצדקה וכיוצא בזה ולא די שזה לא יאבד בודאי בשום אופן אפילו יהי מי שיהיה, אפילו אם חס ושלוש עבר על כל התורה כולה כמה פעמים, אף על פי כן אין הקדוש ברוך הוא מקפח שכר כל בריה. וכל מה שפעל ועשה בשביל השם יתברך דבר גדול ודבר קטן לא יאבד דבר לעתיד.

כי אף על פי שכתוב בספרים שמי שהוא רשע הוא מוסיף כח בקליפה חס ושלוש על ידי מעשיו הטובים כבר יש על זה כמה תירוצים. כי אם היה כן בפשיטות כבר אבדה התקוה של כל בעלי תשובה. כי בודאי אי אפשר שישוב בפעם אחד להשם יתברך.

ואם כן מהיכן יתחיל לעשות תשובה? כי הלא בהתחלה עדיין אינו צדיק, ואם כן מהיכן יזכה לשוב ואין להאריך בזה. וגם אם היה חס ושלוש כך כמו שכתוב שם בפשיטות אם כן היו צריכים כל הרשעים להמיר דתם לגמרי חס ושלוש. ואם כן חס ושלוש, יהיה המומר חשוב יותר מן הרשע שהוא עדיין בכלל ישראל; ובודאי לא כן הדבר, כי אדרבא אפילו פושעי ישראל כל זמן ששם ישראל נקרא עליו כל זמן שיש בו איזה נקודה טובה עדיין, ואינו פורק עול לגמרי ועושה לפעמים איזה דבר שבקדושה בודאי הוא יקר מאד בעיני השם יתברך. ואי אפשר להאריך בזה שלא לצאת חוץ מן הענין.

והכלל, כי כל מי שרוצה לחוס על עצמו שלא יאבד את עולמו לגמרי ומתגעגע לשוב להשם יתברך, אף על פי שאינו זוכה לשוב כראוי לו, אף על פי כן כל מה שיעשה איזה דבר שבקדושה יהיה איך שיהיה בודאי לא יהיה נאבד דבר, אפילו אם לא יזכה לתשובה שלימה באמת, על כל פנים הדבר שבקדושה שיעשה לא יהיה נאבד כלל חס ושלוש, מכל שכן שעל פי הרוב כשיהיה חזק בדעתו וירגיל עצמו מעט מעט בתוך דרכי הקדושה סוף כל סוף יזכה לשוב בתשובה שלימה להשם יתברך כראוי, כי אין שום ייאוש בעולם כלל, כמבואר אצלנו כמה פעמים.

גמרא או ליתן פרוטה לצדקה או לילך לטבול במקוה וכיוצא בזה מדברים המקדשין את האדם, בודאי ישוב בפה מלא הן. כי בודאי אני מרוצה לעשות בכפלים מהנייל. ובלבד שיועיל לי כי אני יודע שכל זה אינו מועיל לי לפי עוצם ריבוי הפגמים והחטאים שפגמתי נגדו יתברך, ומחמת זה שנדמה לו שכל זה לא יועיל לו.

על כן אינו עושה כלל. נמצא שמחמת ריבוי תבערת לבבו מחמת שלפי מה שמשער בלביה גדולתו יתברך, ואיך פגם נגדו יתברך, אשר לפי זה הוא צריך להתקדש בקדושה יתירה מאד מאד. ולסלק עצמו לגמרי מהעולם הזה, ולהשליך כל תאוות עולם הזה אחרי גוו, ולהתקדש בכל הקדושות ולהתענות הרבה, ולסגף עצמו בכל הסיגופים שבעולם, וגם כל זה אינו מספיק לו לפי עוצם חטאיו. ומחמת שאינו יכול להתגבר על גופו



לעשות כל אלה, מחמת זה אינו עושה כלל אפילו מה שיכול, ויש שנפלו כל כך בדעתם, עד שאינם יכולים אפילו ללמוד דף גמרא או פרק משניות, מחמת שיודעים שצריכים לעשות הרבה מאד. ומחמת זה אינם עושים כלל.

ועל זה כבר הזהיר אותנו מאד שלמה המלך עליו השלום, אל תצדק הרבה ואל תרשע הרבה. כי מחמת שרוצה להיות צדיק הרבה כנייל. על כן הוא רשע הרבה חס ושלוש כנייל.

כי באמת בודאי היה ראוי שיהיה כך כמו שבושר בלבו כנייל. ולקדש עצמו בכל הקדושות ולהפוך פניו מהעולם הזה לגמרי וכו' וכו', ויותר ויותר. אבל אף על פי כן וכי מאן דלא יכול למיעבד כולא מצוה פלגא מצוה נמי לא ליעבד (וכי מי שלא יכול לעשות מצוה שלימה, חצי מצוה גם כן לא יעשה?). וכי מפני שאינו יכול להרויח כל מה שיכולין להרויח בזה העולם, אם כן לא ירויח כלל? וגם יפסיד חס ושלוש מה שיפסיד רחמנא לצלן רחמנא לשזבן.

פן תאכל ושבעת... על ידי האכילה, נתחזק הלב, היינו שמתגבר תבערת הלב כנראה בחוש, שעיקר חיזוק תבערת הלב הוא על ידי האכילה שמביא חמימות וחיזוק הלב.

ועל כן, כשאין האכילה בקדושה על פי התורה, אזי מתגבר חס ושלוש תבערת הלב על ידי האכילה חס ושלוש, כמו שכתוב וישמן ישורון ויבעט וכו'. ולפעמים יכול לבעור ביותר חוץ מהמידה להשם יתברך, על ידי אכילה ושתייה, שזהו בחינת ואל אצילי בני ישראל לא שלח ידו. מכלל שהיו ראויים להשתלח בהם יד כמו שפירש רש"י שם. כי ויחזו את האלקים ויאכלו וישתו שהסתכלו בו בלב גס מתוך אכילה ושתייה ונתלהבו להשם יתברך חוץ מהמידה, והסתכלו והציצו חוץ מהגבול בזה שאין להם רשות, שזהו בחינת פגם נדב ואביהוא, בחינת שתויי יין נכנסו למקדש, שהפגם שלהם היה שנתלהבו חוץ מהשיעור, כמו שכתוב בקרבנות לפני ה' וימותו.

וזהו בחינת פן תאכל ושבעת ורם לבבך ושכחת את ה' אלקיך. כי זה שנתלהבו ובווערין להשם יתברך חוץ מהמדה, זה בחינת רום לבב וגסות, שעל ידי זה יכולין להכשל לגמרי, חס ושלוש, ולהתרחק מהשם יתברך, בחינת ורם לבבך ושכחת את ה' אלקיך.

ורוב בני אדם נכשלין בזה, כי באמת על פי רוב, העיקר מה שאין האדם מתקרב להשם יתברך ואינו חוזר בתשובה להשם יתברך. אף על פי שהמניעה מחמת התגברות תאוות הגוף.

אבל גם זה הוא מניעה גדולה מלהתקרב להשם יתברך, היינו ריבוי תבערת הלב להשם יתברך שבושר חוץ מהמדה, כי בודאי אם נתפוס איזה אדם שהוא בכלל ישראל שלא נזקרה בו אפיקורסות ומינות אם נשאל אותו אם הוא חפץ בתשובה לחזור להשם, בודאי הכל ישובו פה אחד שרוצים מאד מאד לשוב להשם יתברך, ומתגעגעים לזה מאד מאד ימים ושנים.

וגם אם נשאל אותו אם רוצה לעשות איזה דבר בשביל השם יתברך, כדי לשוב אליו יתברך, כגון ללמוד דף

אחינו בית ישראל  
על מנת להמשיך ולקיים  
הוצאת העלוה. נא להפקיד  
צדקה על השבוע בנק הדואר  
מספר 7-2255-89  
"אין צדקה נחשבת כמו צדקת הדפוס"  
"אצלי לא מפסידים, למי שאני לוקח, אני נותני"  
תזכו למצוות...

אומץ. אומץ... ראש השנה.  
אצל הראש בני ישראל.

© מן יום לדתו עד שנתגדל ונעשה בר מצוה עד כניסתו לחופה, הכל היה בקהלת קודש מעזבו. וכבר מבואר קצת פחות מטיפה מן הים מעניין עבודתו, שגם באלו הימים בימי קטנותו ממש, התעורר לעבודתו יתברך וכו' והנשואין שלו היו במעודועדיווקע, כי משם נשתדך עם בת הרבני הנגיד המפורסם בתורה וביראה מורנו רבי אפרים זכרוננו לברכה.

© וחזרתו היה איש נכבד מאד ומיוחס מקור חצבו היה בזאסלאב. אך אחר כך, נתגלגל הדבר עד שקבע ישיבתו בכפר אוסיאטין ובשאר כפרים שהם מהישוב של מעדועדווקע, והיה מחזיק כפרים הנ"ל, והיה מפורסם בשם טוב בין כל הצדיקים המפורסמים, שכולם נתאכסנו אצלו, כי היה איש חשוב מאד. גם אשתו היא חמותו של רבינו זכרוננו לברכה הייתה אשה כשרה מאד, וזכה להתחתן עם רבינו זכרוננו לברכה.

© ותכף ביום החופה אחר יציאתו מהחופה, היה משתוקק ומתגעגע להשם יתברך וכו', ונתחבר תכף עם רבי שמעון ברבי בער, ומאז היה עוסק בעבודת השם בכפרים הנ"ל, ויגע וטרח בעבודת ה' ביגיעה גדולה ובמסירת נפש וכו'.

© והיה נוסע משם לפרקים למזבוז, וחזר ונסע ממזבוז לשם; וגם היה דרכו לדבר לפרקים עם אנשים, בעבודת השם. והיה מעוררם מאד, והמשיך את לבם להשם יתברך בהשתוקקות נמרץ מאד, וברבות הימים ושנים שהיה מתענה ומתייגע מאד בעבודת השם ובהתבודדות, בלי שיעור ונסיונות אין מספר, והוא עדיין היה יושב בכפר הנ"ל, על שולחן חותנו.

© בתוך כך, התחילו קצת אנשים להתקרב אליו קצת, גם בהיותו יושב על שולחן חותנו בכפר הנ"ל, והכל היה בימי נעוריו ממש, קודם היותו בן עשרים שנה, כי היה זריז גדול בעבודתו, וגם התחיל בקטנותו ממש, כנזכר לעיל.

[מספר חיי מוהר"ן - מקום לידתו וישיבתו ונסיעותיו וסלטוליו. ק"ה]

תחיית המתים, שיהיה נחיה וייקום בתחייה, הענוה והשפלות של משה רבינו, המלוּבש אצל כל אחד ואחד בכל אבר ואבר.

● אדון יחיד הענו באמת, זכנו לענוה אמתיית כרצונך הטוב, שנזכה לענוה בתכלית השלמות, שענוה כזאת היא בחינת חיי עולם הבא, בחינת תחיית המתים, בחינת חיים אמתיים ונצחיים של כל אבר ואבר, בחינת בטול באמת אל האין סוף ברוך הוא, עד שנזכה לטעום גם בעולם הזה בחינת חיי עולם הבא, בחינת עונג שבת באמת, לא **אמות כי אחיה - ואספר מעשי י-ה**.

● רבונו של עולם, לעוצם גשמיותי ורוב עוונותי ופשעי העצומים, אין מילה בלשוני לסדר תפילה לפניך על זה לזכות לענוה אמתיית, כי ענוה גדולה מכולם, ובעוונותי הרבים איני יודע שום דרך מדרכי הענוה האמתיית, כי כבר גלית לנו שאין רצונך בענוה פסולה, ואין רצונך שיהיה האדם נבזה וחלש בדעתו בדרכי עבודתו, מכל שכן שאסור להיות בעצבות ומרה שחורה, חס ושלום, רק אדרבא כל אחד צריך להחיות את עצמו, ולשמח את עצמו, ולחזק את עצמו בכל פעם בכל מיני התחזקות לבלי לפול בדעתו כלל, כדי שלא לייאש את עצמו, חס ושלום, ועל פי רוב צריכין להתחזק את עצמו כנגד כל העולם כולו, לבל יוכל למנוע אותו שום מונע ומעכב.

● ועתה איך יזכה נבער מדעת כמוני, להפיק דרכי הענוה באמת, כי שניהם היו בעוכרי, הן מדת הגאווה וגסות הרוח הן ענוה פסולה, כי שניהם מזיקים הרבה, ואיך זוכין להנצל משני דרכים הרעים הפגומים האלה, ולזכות לענוה אמתיית, לענוה של משה רבינו ושל כל הצדיקים הגדולים האמתיים, שענוה הזאת היא חיים נצחיים של עולם הבא, בחינת תחיית המתים...

את life... את life...

לרופאה שלימה: אביה לאה בת אסתר לעילוי נשמת מרדכי זכריה בן פנחס, ז"ל

תפילה

לקוטי תפילות ב' שצ-שצא. ת-תב

● אבינו שבשמים, אלקים חיים ומלך עולם, מחיה מתים ברחמים רבים, זכני ברחמיך הרבים לתחיית המתים, ועזרני מעתה שאזכה שיהיה נחיה שפלותי האמתי המושרש בי בכל אבר ואבר, שהוא שפלות וענוה אמתיית של משה רבינו עליו השלום המושרש בכל אחד ואחד מישראל, בכל אבר ואבר, שזאת השפלות והענוה הוא עיקר החיים האמתיים, חיים הנצחיים של עולם הבא אבל עתה בעוונותי הרבים, השפלות הזאת הוא בבחינת מיתה אצלי, ואיני זוכה להרגיש זאת השפלות האמתי ומחמת זה אני רחוק ממך כמו שאני רחוק.

● רבונו של עולם, זכני לכל העצות והתחבולות והדרכים האמתיים, באופן שאזכה לעורר ולהקיץ ולהחיות השפלות והענוה האמתיית הזאת המושרש בי, כי אתה יודע כמה אני רחוק משפלות וענוה אמתיית שהוא עיקר הכל, ובעוונותי הרבים איני יודע כלל מהו שפלות וענוה שהוא עיקר החיים האמתיים של כל אבר ואבר, כי כבר גלית לנו שאין זה רצונך להיות חס ושלום נבזה ועצל (שקורין שלימזלניק) שהיא ענוה פסולה, כי אדרבא הזהרתנו בכמה אוהרות להיות **עז כנמר** וכו', אבל באמת לא ידעתי כלל שום דרך לזה, כי אם על רחמיך לבד אני בוטה, שאתה תעזרני ותושיעני ותורני ותלמדני דרכי הענוה באמת, ותחיה אותי בחיך הנצחיים תמיד, ותזכני לענוה אמתיית באמת...

● זכנו ברחמיך הרבים בזכות הצדיקים האמתיים, שנזכה לחיים נצחיים, שיהיה נחיה אצלנו השפלות של משה רבינו עליו השלום, המלוּבש אצל כל אחד ואחד מישראל בכל אבר ואבר, כי בעוונותינו הרבים עתה השפלות והענוה הזאת נעלם ונסתר אצלנו בבחינת מיתה, ועל כן אין לנו זוכים לענוה אמתיית להרגיש שפלותנו באמת לאמתו כראוי. זכנו ברחמיך הרבים לחיים אמתיים חיים נצחיים, שיהיה נמשך עלינו גם עתה בחינת

לקוטי עצות גאווה וננוה, כז-לא

עצות

● עיקר כבוד וגדולת המלכות או מנהיג ומושל הוא על ידי ענוה. וכל מה שיש להמלך והמושל ענוה ביותר, מתפשט מלכותו וממשלתו ביותר.

● בענין הכנעה, טועים העולם הרבה (ועיין בפנים). וצריכים לשמור את עצמו מאד מענוה פסולה ולהתפלל להשם יתברך על זה הרבה, שיזכה לענוה אמתיית כרצונו יתברך (לקוטי-מוהר"ן תנינא סימן כב).

● עיקר התחיה לעתיד, שיחיו וייקומו בתחיה, יהיה רק להשפלות של כל אחד ואחד, היינו שרק השפלות של כל אחד ואחד יהיה נחיה וייקום בתחיה לעתיד. כי עיקר התענוג הנפלא שהם חיים נצחיים של עולם הבא, אי אפשר לאדם לקבל, כי אם השפלות והענוה האמתיית של כל אחד, הוא לבדו יזכה לחיות ולקבל התענוג והחיים של העולם הבא (שם עב).

● בכל אחד ואחד מישראל, מוקשר השפלות והענוה של משה רבינו, עליו השלום, בכל איבר ואיבר, אבל זאת הענוה והשפלות נעלם אצל כל אחד בבחינת מיתה, ועל כן אינו מרגיש בעצמו זאת השפלות, ועל כן הוא רחוק מענוה ושפלות הזה. אבל על ידי שמתקרב את עצמו לצדיק האמתי ורואה אותו, מכל שכן כשזוכה לשמוע מפיו תורה, על ידי זה זוכה לבושה ותשובה, ועל ידי זה זוכה שיהיה נחיה אצל השפלות והענוה הזאת, ואז זוכה לענוה אמתיית, שהוא בחינת חיים נצחיים של עולם הבא כנ"ל (שם).

● צריכין להתפלל ולבקש מאד מהשם יתברך, לזכות לשפלות וענוה באמת. כי אין לנו יודעים כלל מה הוא ענוה ושפלות אמתי, כי בודאי אין זה התכלית שיהיה נבזה ועצל, שקורין "שלימזלניק", כי הענוה היא עיקר החיים של כל איבר ואיבר והיא כל תענוג עולם הבא. על כן צריכין רק לבקש מהשם יתברך שיעזור לו לזכות לענוה ושפלות אמתי, שהוא עיקר החיים ועיקר התענוג של העולם הבא כנ"ל (שם).