



רבינו תם	צאת השבת	הדלקת נרות
20:19	19:32	18:42
20:16	19:30	18:40
20:18	19:32	18:42
20:18	19:31	18:41

\*לנוהגים 40 דקות: 18:22  
הזמנים עפ"י לוח 'אור החיים'

דיבורים מתוך שיעוריו השבועיים של הרה"ג עופר ארז שליט"א

## הכנה לראש השנה ולטיסה לציון באומן

ברסלב נוהגים ללמוד בחודש אלול את תורה ו' בליקוטי מוהר"ן חלק א', בתורה הזאת יש הרבה מאוד עצות ויסודות של תשובה והכנה לקראת ראש השנה, לכן המנהג בברסלב ללמוד את התורה הזאת בחודש אלול כהכנה לראש השנה. רבינו מתחיל את התורה כך: 'כי צריך כל אדם למעט בכבוד עצמו ולהרבות בכבוד המקום. כי מי שרודף אחר הכבוד, אינו זוכה לכבוד א-לקים, אלא לכבוד של מלכים, שנאמר בו 'כבוד מלכים חקר דבר' אבל מי שבורח מן הכבוד, שממעט בכבוד עצמו ומרבה בכבוד המקום, אזי הוא זוכה לכבוד א-לקים..'

## כשישמע בזיונו ידום וישתוק

רבינו ממשיך ואומר 'ואז אין בני אדם חוקרים על כבודו אם הוא ראוי אם לאו, ועליו נאמר (שם): 'כבוד א-לקים הסתר דבר', כי אסור לחקר על הכבוד הזה. - יש יסוד שנקרא 'כבוד מלכים' ו'כבוד א-לקים'. אדם צריך לזכות להשיג ולהגיע לכבוד א-לקים ולא לכבוד מלכים, ומי זוכה לכבוד א-לקים? מי שבורח מהכבוד, אבל ממשיך רבינו ואומר שאי-אפשר לזכות לכבוד הזה אלא על-ידי שאדם חוזר בתשובה - רבינו אומר לנו פה חידוש שהוא קצת שונה מספרים אחרים: עיקר התשובה כשישמע בזיונו, ידום וישתוק. הכוונה שאדם ישתוק גם כשהוא יכול להחזיר לשני. ברגע שמקבלים את הביזיונות זה קשה ומצער אבל צריך לדעת שהדבר החזק ביותר שהכי פועל למחילת עוונות זה כשאדם מקיים ישמע בזיונו ידום וישתוק - מי שלא יכול לשתוק יכול לעשות תשובה בדרך של רבינו האר"י הקדוש, על כל עבירה לעשות תעניות. אם אדם חילל שבת הוא צריך לעשות שמונים וארבע תעניות, אז יש כאלה בדור שלנו שצריכים לבוא בארבע גלגולים בשביל שהם יוכלו לאכול באמצע השבוע. אבל יש דרך אחרת של תשובה: עיקר התשובה כשישמע בזיונו, ידום וישתוק. קשה לנו לקבל את זה אבל צריך לדעת שאין דבר שיותר פועל למחילת עוונות עבורנו מאשר כשאנחנו זוכים לקיים 'כשישמע בזיונו, ידום וישתוק'. צריך לדעת שבכל פעם שמבזים אותנו ואנחנו שותקים מוחלים לנו אין-ספור עוונות

## עיקר התשובה שלנו תלויה במישהו אחר

יש ספר שמפרש את הליקו"מ ונקרא 'ביאור הליקוטים' של ר' אברהם בר' נחמן, הוא שואל שאלה על מה שאומר רבינו: אם עיקר התשובה זה ישמע בזיונו ידום וישתוק, אז עד שלא נמצא מתנדב שיבזה אותנו, לכאורה אני לא יכול לחזור בתשובה. אם נגיע למצב שלא מבזים אותנו עכשיו אז אנחנו לא יכולים לחזור בתשובה? יוצא מזה שעיקר התשובה שלנו תלויה במישהו אחר שצריך לבוא ולבזות אותנו - מסביר ר' אברהם יסוד מאוד גדול: מה שאמר רבינו זה לא דווקא אם מישהו אחר מבזה אותנו..

## גורם לעוד בעיות

מסביר ר' אברהם בר נחמן שלפעמים יש גם אחרים. לפעמים מי שמבזה אותנו זה בעצמו. יש כזאת הנהגה כלפינו שבעצם הקב"ה הוא הרבה פעמים רואים שאנחנו רוצים, משתדלים ומוסרים נפש לדברים ביזיונות. ברוחניות אבל אין לנו שום סיעתא דשמיא להצליח ולא רק זה אלא לפעמים אדם הופך עולמות בהשתדלות ובמסירות נפש לעשות משהו בקדושה כגון התחזקות בלימוד התורה, בתפילה, בעשיית חסדים וכן הלאה, אבל יש כאלה מצבים שאחרי כל ההשתדלות שאנחנו עושים אז במקרה הטוב אנחנו לא מצליחים, אבל הרבה פעמים אנחנו רואים שכל מה שאנחנו עושים גורם לעוד ועוד בעיות

## לענות, לבעוט ולבוא בטענות

לא רק שאנחנו לא מצליחים אלא אנחנו עוד שוברים כלים עם כל מה שאנחנו מנסים לעשות - אומר ר' אברהם בר' נחמן שגם זה נקרא ביזיון. זה ביזיון שהקב"ה שולח לך. ישמע בזיונו ידום וישתוק הולך גם על מצבים שאתה בעצמך נמצא בכישלון. היום אין מצב שאין לאדם בעיות, אבל צריך לדעת שגם זה שיש לאדם כישלונות ובעיות, זה גם נקרא בגדר ביזיונות ואומר לנו רבינו שגם על זה צריך לקיים ישמע בזיונו ידום וישתוק, הכוונה לקבל את זה באהבה, באמונה ובשמחה, בוודאי שזה מאוד-מאוד קשה - בכלליות יש בזה 3 דרגות: דרגה אחת זה כשאדם שותק, הוא רוצה לענות, לבעוט ולבוא בטענות כלפי מישהו אבל הוא שותק - זה דרגה אחת. יש דרגה יותר גבוהה שגם כאשר מבזים את האדם אזי הוא כבר מקבל את זה באהבה. הכי גבוה שזה גם השלמות היא כשאדם יקבל את זה בשמחה. כשאדם מקבל את הביזיונות שלו בשמחה זה הדבר הכי גבוה. אין דרך יותר גבוה לזיכך הנפש מאשר

..אם עיקר התשובה זה  
ישמע בזיונו ידום וישתוק.  
אז עד שלא נמצא  
מתנדב שיבזה אותנו,  
לכאורה אני לא יכול  
לחזור בתשובה. אם נגיע  
למצב שלא מבזים אותנו  
עכשיו אז אנחנו לא  
יכולים לחזור בתשובה?  
יוצא מזה שעיקר  
התשובה שלנו תלויה  
במישהו אחר שצריך  
לבוא ולבזות אותנו..

## לקיים ישמע בזיונו ידום וישתוק. הגמרא מספרת על דוד המלך שהוא היה מלך חסיד

אבשלום סחף אחריו כמעט את כל עמ"י דוד המלך כמעט לא ישן, הוא כל היום היה עסוק בתורה, תפילה, מלחמות השם ולזכות את עמ"י, דוד המלך זה רק מציאות של מסירות נפש. אומרים חז"ל שעם כל זה דוד המלך עדיין לא זכה לתקן את הרגל הרביעית שבמרכבה. כתוב בזוהר הקדוש שהניסיון הכי קשה של דוד המלך היה המרד של אבשלום מכיוון שדוד המלך אהב אותו ואבשלום מרד בו בצורה נוראית. אבשלום סחף אחריו כמעט את כל עמ"י. בעקבות מרד אבשלום דוד המלך היה צריך לברוח מירושלים. בשעת הבריחה רדפו אחריו ורצו להרוג אותו אז הוא היה עייף, צמא ורעב, זאת היתה שעה מאוד קשה ובשעה הזאת הוא עבר דרך איזור שבו גר שמעי בן-גרא שלא כל-כך אהב אותו

העלון מוקדש להצלחת כוחות הביטחון והחיילים היקרים שלנו,

ולרפואת הגוף והנפש של כל הפצועים ולחזרה

של כל החטופים, השבויים והנעדרים במהרה בבריאות הגוף והנפש.

ולהבדיל לעילוי נשמת כל הנופלים במלחמת חרבות ברזל - השם יקום דמם!

בעזרת השם, רק ביחד ננצח !!!

# באותה שעה מסתכלים בחוכמה עליונה נתן לס"מ להריח והוא הפיל אותו לשאול

יש סיפור נורא מאוד: היה פעם מקובל עצום ונורא שהחליט להביא את הגאולה. הוא ידע קבלה מעשית אז הוא עשה תעניות וסיגופים, הוא הוריד מלאך מהשמיים והמלאך הזה גילה לו את כל הסדר של הגאולה. אותו מקובל עשה את כל הסדר הזה עם עשרה תלמידים, אחרי 40 יום הוא תפס את הס"מ. הוא תפס את הס"מ ועכשיו כל מה שנשאר לו זה להביא את הס"מ לבית דין של מעלה. ברגע שהוא מביא את הס"מ לבית דין של מעלה נגמר התיקון, מגיעה הגאולה ומתגלה משיח צדקנו. בדרך לבית דין הס"מ אמר לו: תן לי לאכול, אין לי כוח. אותו מקובל אמר לו: אני לא נותן לך שום דבר. הם הלכו עוד קצת ואז הס"מ אמר לו: אני אגיד לך את האמת, אין לי כוח יותר. אם אתה לא נותן לי עכשיו משהו אני מתמוטט, תן לי רק להריח משהו כדי שיהיה לי כוח להגיע לבית דין של מעלה. אותו מקובל אמר לו: אני מוכן לתת לך להריח. הוא נתן לו להריח ואז הס"מ התיר את כל השלשלאות והפיל את אותו מקובל לשאול תחתיות - כך נגמר הסיפור הזה. אחד מתלמידי הבעש"ט אמר שהטעות שלו היתה שבאותו רגע שהס"מ אמר לו: אם אתה לא נותן לי להריח אני לא יכול להגיע לבית דין של מעלה - באותו הרגע עברה בתוכו מחשבה והוא אמר:

**צריך לדעת שזה יצר הרע שיש לכל אחד**

- אם הוא לא יגיע לבית דין של מעלה אז מי יספר שאני הכנעתי אותו?? זאת הסיבה שהוא נתן לו להריח - בגלל הנקודה הזאת הכל נכשל. אנחנו תמיד אומרים לעצמנו: מי יספר שעשינו את זה? הרבה פעמים אנחנו עושים לאנשים טובות רק כדי שיספרו מי עשה את המעשה הזה - זה נקרא 'כבוד מלכים' וצריך לדעת שזה יצר הרע שיש לכל אחד מאתנו. באנו לעולם הזה עם מתנה טובה: יש לנו יצר הרע כדי שכל העולם ידע על הדברים המוצלחים שאנחנו עושים, ואם אנחנו נכשלים אנחנו לא מוכנים שמישהו ידע מזה. יש אנשים שהולכים עם אין-ספור הכחשות: אני לא עשיתי את זה, אני לא הייתי וכן הלאה - זאת התאוה של כבוד מלכים וזה צד אחד של הדברים, וכל אחד צריך לשאוף להגיע לכבוד א-לקים..

## זה הדבר היחיד שיכול לנצח

כשם שיש תאוה גדולה לכבוד החיצוני שזה כבוד של בני-אדם, כך צריך לדעת שיש כוח יותר חזק ויותר פנימי וזה לזכות לחיבור ולדביקות עם הקב"ה שזה נקרא כבוד א-לקים. כבוד א-לקים זה כשאנחנו זוכים שהשכינה תשרה בתוכנו, והתענוג והקשר עם הקב"ה זה הדבר היחיד שיכול לנצח בתוכנו את הכבוד מלכים. הדבר היחיד שיכול להתמודד כנגד התאוה של הכבוד זה כשאנחנו זוכים ללכת בדרך של חיפוש הכבוד א-לקים, יש במושג הזה אין-ספור דרגות, אבל כבוד א-לקים זה התחברות של הלב והמוח (המחשבה וההרגשה) עם הקב"ה

## שכל יהודי יהיה מקום להשראת השכינה

כל תכלית בריאת העולם ומתן תורה זה 'ועשו לי מקדש ושכנתי בתוכם' - שהלב של כל יהודי יהיה מקום להשראת השכינה בתוכנו, הכוונה לזכות להרגשה וחיבור עם הקב"ה. כל תכלית בריאת העולם זה שכל יהודי יגיע להתחברות עם הקב"ה וכל מה שאנחנו מתפללים ומצפים ומחכים שיהיה בימ"ק זה כדי שנוכל להגיע לנקודה הזאת: שנוכל להשראת השכינה בתוכנו. בהשראת השכינה יש 2 בחינות כלליות: להרגיש את אהבת השם בלב. ברגע שאדם מרגיש את אהבת השם בלב הוא לא מרגיש שהוא צריך או רוצה משהו מהעולם הזה, כל העולם הזה מאוס בעיניו. כל התאוות וכל הדימויות והבלבולים זה כשיש מסך בינו לבין הקב"ה, ברגע שיש איזה בקיעה במסך הזה והקב"ה מאיר לנו מהאור שלו, אנחנו מקבלים אור מהאין סוף שזה אהבת השם ויראת השם, ובאותו רגע שאדם מרגיש את זה אזי מתבטלות על תאוות העולם הזה, ולא רק זה אלא באותו רגע אדם מרגיש שהוא לא יכול לסבול את העולם הזה.

שמעי בן גרא מצאצאי שאול המלך. כתוב בספר שמואל ב': 'שמעי בן גרא יצא יצוא ומקלל, ויסקל באבנים את דוד ואת כל עבדי המלך דוד'. על זה אמר דוד המלך: 'והוא קללני קללה נמרצת' אומרים חז"ל שנמרצת זה ראשי תיבות: נואף-ממזר-רוצח-צר-תועבה. יש הלכה שאומרת שמלך דין יחיד. מותר למלך לדון מורד במלכות גם בלי בית-דין. למלך מותר לדון את המורד למלכות למיתה בלי שום יועצים - זה נקרא מלך דין יחיד. באותו זמן היה איתו שר הצבא שלו, אבישי בן צוריה. אבישי היה אחיין של דוד המלך וידוע מחז"ל שהבנים של צוריה היו גיבורים בצורה נוראית. אין מי שיעמוד כנגד הבנים של צוריה. אבישי אמר לדוד המלך: כבוד המלך, רק תגיד לי מילה ואני מבער את שמעי מהעולם במכה אחת - באותו רגע דוד המלך אמר ליואב בן צוריה: השם אמר לו קל - אומר הזוהר הקדוש שבאותה שעה דוד המלך הסתכל בחוכמה העליונה. כשאדם מקבל ביזיון והוא אומר שמשמיים נשלח לו הביזיון הזה, אז אומר הזוהר הקדוש שזה נקרא שבאותה שעה אנחנו מסתכלים בחוכמה העליונה.

## תורה, תפילה, מלחמות השם וזיכוי עמ"י

אין דבר יותר גבוה מזה שאדם יודע שהקב"ה שולח לו את הביזיונות. ברגע שדוד המלך אמר לאבישי בן צוריה: השם אמר לו קל - אומרים חז"ל שיצאה בת-קול ואמרה: זכית להיות רגל רביעית של המרכבה. ז"א שדוד המלך זכה לתקן את

הבחינה של המשיח כאשר הוא קיים את העצה הזאת ישמע בזיונו ידום וישתוק. ברגע שדוד המלך שתק על הקללה של שמעי בן גרא הוא קיים את העצה הזאת והוא זכה להיות מלך המשיח - זה דבר נורא: כל העבודה של דוד המלך בתורה, תפילה, מלחמות השם וזיכוי עמ"י, כל זה לא זיכה אותו והוא עדיין לא יכול היה להגיע למדרגה של מלך המשיח, אבל בזה שהוא קיים ישמע בזיונו ידום וישתוק באותו רגע הוא זכה להיות רגל רביעית במרכבה - הדבר הזה זה ראייה וחיזוק גדול מאוד עד כמה הדבר הזה פועל..

## בדרך שאדם רוצה.. מוליכין!!

אנחנו צריכים לדעת שזה אחד הדברים שהכי קשה לקיים ועל זה צריך להתפלל להקב"ה שיזכה אותנו לא לכעוס ואנחנו צריכים גם לעשות הרבה שיחות-חברים כדי לחזק אחד את השני, מכיוון שכאשר מתחילים לעשות את העבודה הזאת אז אנחנו 50 פעם נכשלים ואז אנחנו זוכים לשתוק פעם אחת. אחרי 15 שנה זוכים להגיע למדרגה שנופלים 40 פעם ושותקים פעם אחת - צריך לדעת שזו דרך קשה אבל יש לנו יסוד מאוד גדול: בדרך שאדם רוצה לילך מוליכין אותו - אם אדם רוצה אז משמיים נותנים לו סיוע ועוזרים לו לקיים את זה. ברגע שאדם זוכה לשתוק על הביזיונות שלו שידע שהוא נקי מכל הדמים העכורים - רבינו אומר שמנקים לאדם את כל הדמים העכורים שזה כל התאוות והמידות הלא טובות ברגע שהוא זוכה לקיים את העצה של עיקר התשובה. רבינו אומר בהתחלת התורה: 'כי צריך כל אדם למעט בכבוד עצמו ולהרבות בכבוד המקום' - יש מושג שנקרא 'כבוד מלכים'

## בלב האדם יש השתוקקות וצימאון עצום

ויש מושג שנקרא 'כבוד א-לקים' - התכלית והתיקון של כל העולם שנוזכה לכבוד א-לקים ושנותרח מקבד מלכים. בלב של כל אחד מאתנו יש רצון מאוד-מאוד גדול שהוא יותר גדול מכל התאוות וזה נקרא תאוות הכבוד. בלב האדם יש השתוקקות וצימאון עצום ונורא שכל אחד יכבד אותו. צריך לדעת שבשעה שאדם עושה מעשה טוב, באותו רגע עוברים לו בערך 80 מחשבות: מי רואה את זה? מי שם לב לזה? וכן הלאה, ועיקר החיות שלנו מהנקודה הזאת - זה נקרא כבוד, שאנשים יכבדו אותנו, יעריכו אותנו ויאהבו אותנו. זה בסדר אנחנו צריכים שיהיה אהבת ישראל אבל הרבה פעמים זה בא מתוך חשבון. אדם עושה חסד והוא כבר עושה חשבון מה כולם יגידו..



**קחו חלק בהפצה**

**הפצה חובקת עולם**

**של הרה"ג צופר ארז שליט"א**

**02-650-29-29**

OFFERETZ.CO.IL

**לקבלת העלון במייל:** [Orhadaat148@gmail.com](mailto:Orhadaat148@gmail.com)

**מוקדש לעילוי נשמת החייל היקר והאהוב רואי ששון הי"ד בן אסנת ודוד הי"ו ולע"נ החייל היקר והאהוב סמל אפיק טרי הי"ד בן אבשלום ואושרית הי"ו**

**2 אור הדעת | כי תצא**

\_\_\_\_\_

# תדע לך שאתה בכלל לא עשית את זה. בשעה 9 הוא למעלה, בתשע וחצי למטה

במדרגת התשובה השנייה מתחילים לגלות לאדם משמייים יסודות אחרים לגמרי, פתאום נפקחות לו העיניים והוא מקבל הבנות חדשות לגמרי, לזה זוכים ע"י תשובה. במדרגה השנייה של התשובה האדם מקבל הבנות והוא מתחיל לראות בפנימיות שלו שהוא בעצם מעולם לא עשה שום עבירה - איפה שהייתי ומה שעשיתי זה בעצם הקב"ה עשה את כל זה - פתאום אדם מקבל עיניים, הכוונה שהוא מקבל השגה והבנה לראות שכל מה שהוא עשה זה לא הוא - זה נקרא התשובה העליונה שזה תשובה מאהבה. אדם עשה דבר לא טוב והוא כל יום מרגיש חרטה ובא ואומר להשם מעומק הלב: תסלח לי - אחרי שנה פתאום פותחים לו שכל חדש לראות דבר חדש ואז משמייים מראים לו: תדע לך, העבירה הזאת שאתה כבר שנה עושה עליה תשובה, אתה בכלל לא עשית את זה. הקב"ה אומר לאדם: תדע לך כל העבירות שעשית זה אני בכלל עשיתי וזה נקרא תשובה מאהבה ובאותו רגע שאדם משיג את ההשגה זאת אז צריך לדעת שכל העוונות שלו וכל העבירות שלו מתהפכים לזכויות, זה הסוד שהגמרא אומרת שמי שעושה תשובה מאהבה העוונות מתהפכים לו לזכויות - אין קושיות מהדרגה הראשונה של התשובה לדרגה השנייה של התשובה, זה שתי דרגות שונות.

**אבא כעסתי, אני עושה תשובה, תסלח לי**  
אנחנו צריכים ללכת בדרך הפשוטה, לעשות תשובה ולהתחרט, להגיד להשם: אבא, אתמול כעסתי, אני עושה תשובה, תסלח לי. לא שמרתי את העיניים, תסלח לי. היתה לי מחשבה לא טובה, תסלח לי - אנחנו צריכים להגיד את זה בפשטות אבל צריך להתמיד בזה. אם אין לאדם התעוררות בלב שיצא לשדה, חודש אלול זה חודש מאוד-מאוד גבוה, יש בו אורות של תשובה, הכוונה שיש בחודש הזה הרבה סיעתא דשמיא לחזור בתשובה. משמייים מסייעים בחודש אלול לחזור בתשובה, אז כל יום צריך לבוא לשיחה עם הקב"ה ולהתחרט, עד שבשלב מסויים הקב"ה בעצמו יפתח לנו את זה - פתאום פותחים לנו צוהר ואז האדם רואה: רגע, העבירה הזאת שאני כבר 5 שנים עושה עליה תשובה, בכלל לא אני עשיתי את זה. זה הקב"ה הביא אותי למצב הזה, לא ידעתי, לקחו לי את השכל וכו' **עוד עצה זה להיות בקי ברצוא ובקי בשוב**

**מישהו הגיע איתך, אתה אף פעם לא לבד**  
דבר ראשון צריך לדעת איך להתנהג בזמני העלייה. בזמני העלייה נותנים לאדם שפע רוחני וכל מה שהוא יעשה יפתח לו באותו זמן, אם זה לימוד תורה אם זה תפילה ואם זה מלאכה - כל מה שאדם עושה בזמני העלייה הוא מצליח. בדרך השם זה דבר גדול ודבר נפלא אבל אומר לנו רבינו שצריך לדעת איך לעבור נכון את זמני העלייה מכיוון שברגע שאתה נמצא בעלייה צריך לדעת כלל מאוד גדול: ברגע שהגעת לעלייה, מישהו הגיע איתך, אתה אף פעם לא לבד - היצר הרע בא אתנו לעלייה הזאת והוא יושב לידנו. היצר הרע שמח מאוד בעלייה שלנו, הוא גם כן אוהב לעלות ואז לאט-לאט הוא בא ורוצה להאיר בנו את הנקודה הזאת: במאה שנים האחרונות לא היתה נשמה כמו שלך בעולם. ככל שאדם נמצא יותר זמן בעלייה כך היצר הרע מעמיק בדעת הזאת ובלי הדעת של הצדיק אין אדם שיכול להינצל ממנו. בקי ברצוא זה לדעת: ברגע שאתה בעלייה יש עכשיו יצר רע שרוצה להכניס בך מחשבות של גאווה **לא ליפול בשום פנים ואופן לעצבות ויאוש**

כשזוכים לתשובה מאהבה שזה תשובה עילאה, אזי כל העוונות שאדם עשה בכל הגילגולים מתהפכים להיות זכויות. כל התכלית זה להגיע להשגה הזאת שנקראת תשובה עילאה, הכוונה שאדם יזכה לראות שהוא מעולם לא עשה שום-דבר. הכל היה רוח-השם, השם הזיז אותו, השם הביא אותו וכן הלאה. בדור שלנו אין בכלל עוונות. רבינו אומר שאין רשעים בעמ"י, זה הכל שוגג ואונס, רק שצריך לזכות לראות ולהשיג את זה. רבינו אומר תעשה תשובה כל יום ואז משמייים יפתחו לך לראות שמעולם לא עשית שום-דבר ואז כל העוונות שלך יתהפכו לזכויות. תשובה עילאה, שאדם מעלה את כל עולם הבחירה לעולם הידיעה וזה התכלית ותיקון העולם. רבינו נותן לנו עצה מעשית נוספת כיצד לזכות לתשובה: וכשרוצה אדם לילך בדרכי התשובה, צריך להיות בקי בהלכה, הינו בקי ברצוא, בקי בשוב, כמו שכתוב (בזוהר ויקהל ריג, האזינו רצב): 'זכאה מאן דעיל ונפיק', הכוונה מי שעולה ויורד. רבינו אומר לנו שבקי ברצוא זה להיות בקי ולהבין איך להעלות את סוד העליות. בקי בשוב זה לדעת איך לרדת, הכוונה לדעת איך לעלות ולדעת איך לרדת. רבינו אומר לנו שהסוד של חודש אלול זה שאדם יודע איך לעלות ואיך לרדת

צריך לדעת שיש כזה יצר הרע ובזמן שאדם בעלייה הוא צריך לדעת שהאויב שלו זה מחשבות של גאווה - זה נקרא בקי ברצוא. ברגע שיש לאדם גאווה אז התולדה של זה היא הקפדה, אנחנו מקפידים על השני בגלל שיש לנו גאווה. אז צריך לדעת בעלייה לא להתגאות ולא להקפיד על אף אדם. בקי בשוב זה הבקיות בירידות: ברגע שאדם עובר ירידות, נפילות והתרסקויות, אזי הניסיון הוא ניסיון אחר. בעלייה הוא אומר לנו אין עוד אחד כמוך בכל העולמות, בירידה הוא גם אומר לנו אין כמוך בכל העולמות. הוא אומר לנו אין נשמה גרועה, מקולקלת ומושחתת כמוך בכל העולמות - זה בדיוק הפוך. בקי בשוב זה לדעת: לא ליפול בשום-פנים ואופן לעצבות ולייאוש. ברגע הירידה אדם רוצה להגיד לך: אין לך שום תקווה, אולי בעולם הבא אחרי שישרפו אותך 7000 שנה בגיהנום ועוד 7000 שנה, תזכה להיות אפר באיזה פינה בגן-עדן. צריך לדעת לא להאמין בשום פנים ואופן ליצר הרע בזמן הירידה והסתרת פנים. רבי נתן אומר שהתורה הכי גבוהה בעולם זה התורה של בקי בשוב. כשאדם בירידה הוא צריך לדעת שהיסוד הכי גדול בעולם הוא שהקב"ה אף פעם לא יעזוב אותך.

יהי רצון  
שנוכה...  
שבת שלום  
ומבורך!

## פינת ההתחדשות

**לגמרי. מספר גם על שמואל הנביא**  
שפשראה את דוד המלך טעה בו ואמר: אוי ואבוי, מי מגיע אלי? אדמוני קטן, בחינת עשו. והקב"ה אמר לו: "קום על רגליך, משיחי מגיע ואתה יושב!" כי האדם יראה לעינים וה' רואה ללב, והעצה של הפך זכות היא שפשראתה רואה מישהו יושב ברחוב, אתה לא יכול לדעת מי זאת הנשמה הזאת. זו הסתפלות של ענוה, וכפי מה שהאדם זוכה לענוה הוא זוכה שהנשמה מאירה בו יותר. (מתוך ספרי הרה"ג עופר אה שליט"א)

**לענוה ומעלים יותר את הנשמות...**  
רבו חיים ויטל, התלמיד של האר"י ז"ל, מעיד ששנים היה לו קשה ללמד גמרא בעיון, ובזמנו חיו גדולי עולם בצפת, והוא הרגיש הכי מבוזה וספל, עד שהגיע רבו האר"י הקדוש וגלה לו שהוא הנשמה הכי גבוהה בצפת, ורבי חיים ויטל לא האמין לו, והאר"י הקדוש נסה לשכנע אותו, עד שלבסוף גלה לו שנסמתו היא גלגול של חזקיהו המלך הצדיק, וכבר תקן את כל הבחינה של הגמרא בעיון, ובגלגול הזה הגיע לענין אחר

**העצות בתקון המדות:**  
**ח**  
**סוד הגלגול:**

עד הגאולה, שאז משיח בן דוד יגיע בע"ה, ויספר לכל אדם ואדם בפרטיות את כל מה שעבר בכל הגלגולים, ומה הקב"ה רצה ממנו ולמה העביר אותו את מה שהעביר, עד אז צריך ללכת כל יום עם התורה הזאת של כף הזכות על נשמות ישראל, של "אני לא מבין כלום" גם על עצמי. וככל שמשיגים את זה יותר בעומק הדבר, מגיעים יותר

מוקדש לע"נ אבדן מורי בן מלכה הי"ו  
ולעילוי נשמת שרונה בת חיים ת.נ.צ.ב.ה