



# שובי נפשי

לימוד יומי בנושא תשובה

שובי נפשי

ימי התשובה חוזרים אלינו בסיומה של כל שנה; אבל מה אנחנו מרגישים בפנים? העיסוק בתשובה יוצר אצלנו פעמים רבות תחושת לחץ ומחנק, אם עד עכשיו עשינו מה שבא לנו, אז הנה, 'החגיגה נגמרת' וצריך לשאת בתוצאות, אירוע לא משמח במיוחד.

אבל זאת לא חייבת להיות הגישה. אפשר לבוא לימים האלה ולנשום בהם אוויר אחר. אוויר נקי שיכול להרים לנו את כל השנה. כדי להיפתח להארה של הימים הללו אנחנו צריכים לברר לעצמנו שאלות רבות; מה זאת תשובה ולאן בדיוק שבים? למה העברות מביאות עלינו ייסורים? מה מייחד את התשובה בדור שלנו מן הדורות הקודמים? ועוד ועוד...

על שאלות אלה ורבות אחרות ננסה לענות במהלך הלימוד בחוברת. בתפילה שנזכה לטעום מטעמה המתוק של התשובה. תשובה לחיים.



# שובי נפשי

לימוד יומי בנושא תשובה



לעילוי נשמות הקדושים:

דורון מהרטה  
רוני אהרון רוט  
יונדב חיים הירשפלד  
יוחאי ליפשיץ  
יונתן יצחק אלדר  
אברהם דוד מוזס  
שגב פניאל אביחיל  
נריה כהן




ה' יקום דמום  
נרצחו על קידוש ה'  
באהלה של תורה  
ל' באדר א' ה'תשס"ח



בעזרת ה'  
מערכת: **ליחן עוקשי, ליאור לביא חדה גלילי**  
עורך: **משה שטרנברג**  
דברים שבלב: **ליחן עוקשי וליאור לביא**  
ביאורים: **אופיר פריד ושילה גוטמן**  
עריכה לשונית: **יערה פריד - 02-6515786**  
**אלישבע טוויק - 050-674-1966**  
עיצוב גרפי: **יצחק למפרט - 054-804-6613**  
הוצאה לאור: **עטרת' 02-6519520**  
הפצה והוצאה לאור: בשביל הנשמה (ע"ר)

תודה למכון הר ברכה בראשות הרב אליעזר מלמד על קטעי ההלכה.  
תודה לרב משה הררי על קטעי ההלכה לסליחות.  
תודה לרב אלישע אבינר על הייעוץ וההכוונה במהלך כתיבת הדברים.  
תודה לחברים מיישבת מרכז-הרב על עזרתם הרבה.

© כל הזכויות שמורות. מותר להעתיק ולצלם לצרכי לימוד פרטי בלבד.  
לפרטים ולהזמנות מרוכזות:  
דוא"ל: [b.haneshama@gmail.com](mailto:b.haneshama@gmail.com)  
טלפון: 053-831-5644 (שלומי)

רוצים להיות מעודכנים ראשוניים?  
שלחו לנו מייל "רוצה להצטרף לקבוצת העדכונים"  
או חפשו אותנו ב  : בשביל הנשמה

"נר ה' נשמת אדם"

לעילוי נשמת  
יונה גוטמן ע"ה  
בת יוסף מנחם זיסהולץ ז"ל

לעילוי נשמת  
לאה יפה גרוהר ע"ה  
בת יוסף מנחם זיסהולץ ז"ל



"נר ה' נשמת אדם"

הלימוד מוקדש לעילוי נשמת  
מורי ורבי, איש התורה והנועם  
הרב דניאל בן מרים חיה רות ובן מרדכי  
זצ"ל

נלב"ע י"ד ניסן תשע"ו  
ת.נ.צ.ב.ה



## אני לדודי ודודי לי

2:00 בלילה. התקדמתי לאט לכיוון הבית. מיליוני מחשבות מתרוצצות אצלי בראש אחרי תקופה כל כך ארוכה. הבגדים קרועים ומאובקים. כולי ספוג עשן סיגריות וריחות אלוהול. מי היה מאמין? רועי הדוס, ירד לחוף דוגית לשבועיים וזרוק כמעט את הכל. היה כל כך קשה לאסוף מחדש את השברים, להשליך מאחור את המחשבות שמכאן כבר אין דרך חזרה. הבכי בלילות, השיחות עד אור הבוקר עם החברה בחוף, הסמים, השתייה. השיחות הקצרות עם ההורים שרק הגבירו את הדאגה, הגעגועים. הכל התנקז לדקות האלה, לצעדים השקטים שפסעתי בהם על השביל שממנו יצאתי כמעט לפני שבועיים, בערך באותה שעה. הזיכרון העמום של הטנדר שחיה ובתוכו החברה. המכתב שהשארתי על השידה בחדר. והנה אני שוב כאן. מי היה מאמין?

אימא, אבא, נורית, מיטל. באמת התגעגעת כל כך לכולם. פתאום הבנתי כמה הם יקרים ללבי. אבל בטח כבר נמאס להם לכעוס עליי. הם ויתרו מזמן. שיגעתי אותם. מסכנים.

חמקתי דרך החלון של האמבטיה והגעתי לחדר שלי. הכל כאן נשאר אותו הדבר, רק אני מרגיש שונה כל כך. כולם ישנו את שנתם, דממה וחושך בבית. אמרתי להם לא לחכות ערים והם הקשיבו לי. פתאום שמתי לב שעל המיטה שלי מונח איזה דף שכתוב בו משהו...

\*\*\*

לכל אחד יש תלאות ומסעות שמהם הוא שב לחודש אלול. כל אחד ואחת וה'תיק' שלו, כל אחד והמשברים שעברו עליו. המסלול שעליו אנו עולים כדי לשוב הביתה לא פשוט בכלל. הוא מלווה בקשיים גדולים ולעתים אף בייאוש מהאפשרות לשוב. חודש אלול ממתין לנו בסופה של שנה ממש כמו בית. בית שאלינו אנו רוצים ויכולים לשוב. בית שבו תמיד ישמחו לקבל אותנו, וזה לא משנה איך אנחנו נראים כרגע וכמה התרחקנו. שם, בבית, ממתין לנו מכתב אישי שמתאר את כל הקושי והגעגועים, את החוסר הגדול שהיה בהיעדרנו.

פתאום אנו מבנים שהתנועה הזאת שלנו לשוב הביתה הייתה מלווה כבר במישהו שהמתין לשובנו בבית, מישהו שחיה ממש רק לנו.

\*\*\*

יש מישהו שסולח על כל הטעויות, מישהו כזה ששולח עוד הזדמנויות, שרואה שלא התכוונו ככה לקלקל, שאוהב את מי שעושה, ויותר את זה ששואל.

במילות השיר המקסים הזה שכתבה ירדן בר כוכבא גנזה האמת הגדולה של חודשי התשובה. הקב"ה סולח באמת על כל טעויותינו ושולח לנו הזדמנויות נוספות לעלות על דרך הישר "כי טוב וישר ה' על כן יורה חטאים בדרך". הוא מעניק לנו את חודשי התשובה בידיעה שלא באמת התכוונו ככה לקלקל, שלא באמת רצינו להיכשל וליפול לאן שנפלנו. היד שמושטת אלינו יכולה להעלות אותנו לגבהים שעדיין לא הכרנו. אם רק נשאל באמת ונדע גם לענות ולהיענות.

\*\*\*

**בשבוע הראשון** נלמד מהי תשובה על ההיבטים השונים שלה. **השבוע השני** יעסוק ברצון - השפעתו עלינו וחיובותו בתהליך התשובה. **בשבוע השלישי** ניגע ביחסים בין דרגות שונות בתשובה - האהבה והיראה - וההבדלים ביניהן. **השבוע הרביעי** יעסוק בייסורים שאנו חשים בתהליך התשובה, סיבתם ותפקידם. **בשבוע החמישי** נתמודד עם גורמים שונים שמעכבים אותנו מלשוב בתשובה, ובשבוע השישי ניתן עצות שיעזרו לנו בע"ה במסלול התלול של דרך התשובה. **בשבוע השביעי** ניגע ביחסים בין התשובה הפרטית ללז הכללית. **בשבוע השמיני** נקבל כיוונים שונים של סוגי תשובה.

\*\*\*

אנו תפילה שהלימוד בחוברת יסייע לכולנו לקלוט את האור הנפלא של הימים הללו - ימים נוראים ומאירים, ושנזכה להיכתב ולהיחתם עם כל בית ישראל בספר החיים, למענך אלוקים חיים.

מערכת 'בשביל הנשמה'

מתיא כמאליה

על התשובה, משמעותה והשפעתה

## אדון הסליחות

אדון הסליחות, בוחן לבבות  
גולה עמוקות, דובר צדקות  
חטאנו לפניך  
רחם עלינו

**חודש אלול הוא חודש התשובה.** בימים אלו אנו מתכוננים לקראת הימים הנוראים שבהם אנו פותחים את השנה. לקראת השנה החדשה אנו חוזרים בתשובה על החטאים שחטאנו בשנה שעברה, ופותחים 'דף חדש'. המקור למנהג הקדום לעסוק בתשובה בימים האלה מופיע במדרש:

**"ארבעים יום עשה משה בהר, קורא במקרא ביום ושונו במשנה בלילה. לאחר ארבעים יום לקח את הלוחות וירד אל המחנה, ובשבעה עשר בתמוז שבר את הלוחות... ובראש חודש אלול אמר הקב"ה למשה 'עלה אלי הרהר' והעבירו שופר בכל המחנה שהרי משה עלה להר, שלא יטעו עוד אחו העבודה זהה, והקב"ה נתעלה אותו היום בשופר שנאמר 'עלה אלוקים בתרועה'".**

בראש חודש אלול עלה משה להר סיני כדי לקבל את הלוחות השניים מאת ה' לאחר שסלח לעם ישראל על חטא העגל. בזמן שהיה משה בהר סיני התכונן עם ישראל כולו למעמד קבלת הלוחות השניים שניתנו ביום הכיפורים, על ידי חזרה בתשובה ממעשה העגל. לכן קבעו חז"ל לדורות הבאים את הימים האלה בתור ימי תשובה וחשבון נפש לקראת הימים הנוראים. **ימים אלו הם ימי רצון ורחמים, ימים ששולט בהם היצר הטוב והם מסוגלים ביותר לחזרה בתשובה ולתיקון המידות.**

**מצוות התשובה | הלכות**

"והיה כי יבאו עליך כל הדברים האלה, הברכה והקללה אשר נתתי לפניך [...] ושבת עדי ה' אלקיך ושמעת בקולו [...] כי תשמע בקול ה' אלקיך לשמר מצותיו וחקותיו וגו', כי תשוב אל ה' אלקיך בכל לבבך ובכל נפשך. כי המצוה הזאת וגו' לא נפלאה הוא ממך [...] כי קרוב אליך הדבר מאד, בפניך ובלבבך לעשותו".

כאן נכתבה בתורה מצוות התשובה: "ושבת", "כי תשוב אל ה' אלקיך", וכששב אדם מעברות שבידו הרי עשה 'תשובה', והיא המצווה שעליה רמזה תורה שלא נפלאה היא ולא רחוקה, אלא בפניו ובלבו היא מסורה לעשותה, כלומר: ההחלטה בלב שלא לשוב לאותו חטא, ויודי דברים בפה.

שאלו לחכמה, חוטא מה עונשו? אמרה להם: "חטאים תִּרְדָּף רעה". שאלו לנבואה חוטא מה עונשו? אמרה להם "הנפש החטאת היא תמות". שאלו להקב"ה, חוטא מה עונשו? אמר להם, יעשה תשובה ויתכפר לו. מכאן שאין התשובה ממידת הדין אלא ממידת הרחמים. ('מקור חיים' השלם, ח"ד עמ' 243).

**דברים שבלב | לחזור הביתה**

- תשמעו 'סקופ'. אתה מכיר את הרב יעקב? אתה יודע שהוא חזר בתשובה?  
 - אתה רציני? הוא כזה צדיק... אני לא מאמין שהצדיק הזה יכול לעבור על איזו עברה כלשהי!... איזו תגלית!  
 - כן, אבא שלי סיפר לי שהוא עוד זוכר שקראו לו קובי, והוא היה יושב על הברזלים בשכונה.  
 - הוא היה פעם דתי?  
 - לא, למה אתה שואל?  
 - כי אם לא - למה אנחנו קוראים לו 'חוזר בתשובה'? לאן הוא בדיוק חזר, הרי הוא מעולם לא היה שומר מצוות?  
 - פעם הרב שלי הסביר לי שלכל יהודי יש נשמה קדושה, שהיא מגיעה מריבונו של עולם. הנשמה היא תמיד טהורה. כמו שאנחנו אומרים בתפילה בבוקר: 'נשמה שנתת בי - טהורה היא'. ולכן כשאנחנו עושים מעשים טובים וטהורים, אנחנו נשארים קרובים אליה. אך כשאנו עושים עברות, מעשים שלא מתאימים לנשמה, אנחנו מתרחקים ממנה ומתרחקים מהקב"ה.  
 כשאנחנו רוצים לשנות את דרכינו, לעזוב את העברות ולדבוק בתורה ובמצוות, אנחנו עושים את הדרך ההפוכה. אנחנו מתחילים במסע חזור אל הנשמה שלנו. אנו חוזרים אל המקור הטבעי שלנו.

- מדהים. עכשיו אני מבין למה המילה 'תשובה' נקראת כך. עד עכשיו הבנתי שהמילה תשובה היא כמו המילה answer באנגלית. כאילו מישוה שאל שאלה וענו לו תשובה. אבל זה לא הפירוש המדויק. המילה תשובה באה מהשורש **לשוב**. לחזור. כמו המילה return באנגלית. התשובה, לפי זה, היא **תהליך שבו אני חוזר להיות מי שאני**. זה מעניין לראות שהתורה מחנכת אותנו להבין שקיום תורה ומצוות הוא הביטוי למי שאנחנו. זה לא רק אוסף של מעשים שה' ציווה אותנו לעשות, אלא גם עולם הדעות והמעשים, **שהכי מבטאים והכי מגלים את מי שאנחנו**.

- לפי זה המושג 'חוזר בשאלה' הוא בכלל לא נכון, ואפילו מנוחך. יש אנשים שחושבים שחוזר בתשובה הוא אדם שגילו לו את כל התשובות, ולכן מי שעזב את הדת הוא 'חוזר בשאלה'. כאילו הוא התחיל לשאול ואף אחד לא ענה לו... גם לדתיים ולחוזרים בתשובה יכולות להיות שאלות, אך זה לא גורם להם לעזוב את המקור, את החיים על פי הנשמה, שהם חיי תורה ומצוות, אלא להמשיך לברר ולהעמיק את אמונתם.

\*\*\*

הרמב"ם מונה ארבעה חלקים לתשובה: עזיבת החטא, חרטה, וידוי וקבלה לעתיד. אלו ארבעה שלבים בשיבה אל עצמנו. בימים הבאים ננסה ללמוד מהי המשמעות והחשיבות של כל אחד מהשלבים.

דברים שבלב | עזוב שטויות

"השלב הראשון בטיפול האדם שהתחשמל", אמר המדריך בקורס מד"א, וסקר את התלמידים במבטו, "הוא להפריד בין האדם לזרם החשמל. לנתק את הזרם, או בדרך כלשהי להפרידו מנתך החשמל הפוגע בו. העיקר שיפסיק להתחשמל".

\*\*\*

"השלב הראשון בטיפול באדם שחוטא", אמר הרב בשיעור בחודש אלול, וסקר את הבחורים במבטו, "הוא להפריד בין האדם לחטא. פשוט להפסיק לחטוא. לא לתת לחטא 'לחשמל', להמס אותך, ולהכניס בך 'זרמים' זרים".

\*\*\*

השלב הראשון של החזרה בתשובה, החזרה לעצמנו, הוא **עזיבת החטא**. קודם כל צריך להפסיק לחטוא. להפסיק להרעיל את עצמנו. אחר כך מרפאים את הסימפטומים. את הנזק שהרעל עשה בתוכנו. בשלב הראשון צריך למנוע מרעל החטא להמשיך ולחדור לתוך הגוף.

עזיבת החטא משמעותה לעזוב את כל מה שגורם לנו לחטוא. לא רק את העבירה עצמה, אלא גם את מה שדחף אותנו לחטוא.

למשל, אם נפל באינטרנט ונכנס לאתרים לא צנועים - לא רק שהוא צריך להיזהר שלא לחטוא יותר, אלא הוא צריך גם להתרחק מכל מה שגורם לו לעשות זאת. אם הוא נפל כי לא היה לו סינון - הוא צריך להתקין מיידית סינון. גם במחשב וגם בטלפון הסלולרי, כמובן. אם נפל כי סתם שוטט ברשת בלא שום מטרה - מכאן ואילך לא ייכנס אלא אם כן יש לו משימה מוגדרת לבצע, ולאחר מכן יפסיק את הגלישה. אם נפל כי הייתה זו שעה מאוחרת בלילה ואף אחד לא היה בסביבה - יקבע לעצמו שהוא לא גולש יותר בלילה לאחר שעת חצות, וגם לא יגולש כשהוא לבדו. אך עזיבת עשיית החטא לא מספיקה: ישנו שלב נוסף.

הרמב"ם אומר שלא מספיק 'שיעזוב החוטא חטאו' אלא גם ש'**יסירו ממחשבתו**'. לפעמים החטא ממשיך להפיל אותנו גם כאשר עזבנו אותו. חוזרים בתשובה רבים מתארים שההתמודדות שלהם עם החטאים לא נגמרה עם חזרתם בתשובה. היצר הרע, והעבר הרחוק שלהם, עדיין מאיימים. הם עדיין מנסים ללפות אותם ולמשוך אותם חזרה אליהם. כמו אדם שהיה מכור לסמים. גם כאשר כבר התנתק מהם, יש לו יכולת ליפול שוב. סם המוות עדיין קורא לו.

כדי להתמודד מול החטא האדם צריך לא רק להתנתק מהחטא, אלא גם להשתדל להסיר אותו ממחשבתו. לחשוב שמעולם הוא לא חטא. שהעבר שלו היה מין חלום רחוק, והוא בעצם נקי וטהור. שכיום הוא אהוב ונחמד ורצוי לפני ה', ומעולם לא היה במצב אחר. כאשר האדם ירגיל את עצמו לחשוב כך, יסיר את מחשבת החטא מתוכו, מובטח לו שהחטא לא ירדוף אחריו ותהיה לו התנתקות שלמה מהחטא, והתנתקות גדולה.

למדנו בעבר, בחוברות על הגאולה של פסח ועל קבלת התורה של שבועות, שהזמן אצל עם ישראל שונה מהזמן אצל כל אומה ולשון. **אצל עם ישראל הזמן הוא חי, ויש לו תכונה מיוחדת - "לכל זמן ועת לכל חפץ"**. בפסח איננו רק זוכרים את יציאת מצרים, אלא יוצאים ממצרים בכל שנה ושנה מחדש. גם בשבועות איננו רק זוכרים את המעמד הגדול של קבלת התורה בהר סיני, אלא מקבלים את התורה מחדש בכל שנה ושנה בזמן הגדול של חג השבועות. אם כן, כך גם בחודש נפלא זה שעומד לפנינו, חודש אלול.

**"המלך בשדה"**. בימים אלו הקב"ה ממש קרוב אלינו ומסייע בידינו להיכנס לתוך תהליך התשובה ולתקן את דרכינו. **"דרשו ה' בהמצאו, קראוהו בהיותו קרוב"**. כל השנה אפשר לשוב בתשובה, אך כעת יש לנו הזדמנות מצוינת לנצל את הזמן המיוחד הזה שיש לו תכונה מיוחדת לתשובה. האווירה בחודש זה היא אוירה אחרת, אווירה של כובד ראש ואחריות גדולה, ועם זאת של שמחה עצומה וזכות הגדולה שניתנה לנו לשוב בתשובה.

מעלת התשובה | הלכות

גדולה תשובה שמקרבת את האדם לשכינה, שנאמר: "שובה ישראל עד ה' אלקיך" (הושע יד, ב). ונאמר: "ולא שבתם עדי, נאם ה'" (עמוס ד, ו), ונאמר: "אם תשוב ישראל נאם ה' אלי תשוב" (ירמיה ד, א). כלומר אם תחזור בתשובה בי תדבק. התשובה מקרבת את הרחוקים, אמש היה זה שנאו לפני המקום, משוקץ ומרוחק ותועבה, והיום הוא אהוב ונחמד וקרוב וידיד. וכן אתה מוצא שלשון שהקב"ה מרחיק החוטאים, בה מקרב את השבים בין יחיד בין רבים, שנאמר: "והיה במקום אשר יאמר להם לא עמי אתם, יאמר להם בני א-ל חי" (הושע ב, א). ונאמר ביכניהו ברשתעו: "כתבו את האיש הזה עריירי גבר לא יצלח בימיו", "אם יהיה כניהו בן יהויקים מלך יהודה **חותם** על יד ימיני וגו'" (ירמיה כב, ל-כד), וכיון ששב בגלותו, נאמר בזובבל בנו: "ביום ההוא נאם ה' צבאות אקח זרבל בן שאלתיאל עבדי נאם ה' ושמתיך **כחותם**" (חגי ב, כג). (רמב"ם הלכות תשובה ז, ו).



## ביאורים | הכנה לחודש אלול – המשך

**"הארי" ז"ל כתב: 'ואשר לא צדה והאלוקים אנה לידו ושמתי לך מקום אשר ינוס שמה' - ראשי תיבות 'אלול', לומר כי חודש זה הוא עת רצון לקבל תשובה על החטאים שעשה בכל השנה" (קיצור שולחן ערוך)**

פסוק זה שממנו הביא הארי"ז ז"ל רמז לחודש אלול, עוסק בעונשו של רוצח בשגגה. עונשו של אדם שירצח את חברו בשגגה הוא לגלות לעיר מקלט ולחיות שם עד מותו של הכהן הגדול. לכאורה זה נראה כמו העונש המקובל כיום - 'בית סוהר'. אך אם זה כך, מדוע רוצח בשגגה מקבל עונש זה, הרי הוא רצח בטעות ובלו כל כוונה. מדוע בכלל מגיע לו עונש?

מהשוואה שעושים חז"ל בין עיר המקלט לחודש אלול אנו יכולים ללמוד שהגלות לעיר המקלט כלל איננה עונש של מאסר. עיר המקלט היא מקום של מנוחה וריכוז נפשי של הרוצח בשגגה, שעושה חשבון נפש גדול על חייו ובודק כיצד הגיע למצב זה שבו הרג נפש בשגגה. כך גם דאגה לנו התורה **לזמן עם תכונה של מקלט**. חודש אלול הוא זמן של ריכוז וחשבון נפש כדי לבדוק כיצד הגענו לכל החטאות שהתרגלנו אליהן. **זמן של תיקון**. וכמו בעיר מקלט - **ונס אל אחת הערים האלו**. אדם שעוסק בימים אלה בתיקון, במחשבה ובהרהורי חרטה על מעשיו, **הרי הוא חוזר לחיים**.

### מצוות הוידי | הלכות

כל מצוות שבתורה, בין עשה בין לא תעשה, אם עבר אדם על אחת מהן, בין בזדון בין בשגגה, כשיעשה תשובה וישוב מחטאו חייב להתוודות לפני האל-ברוך הוא, שנאמר: "איש או אישה כי יעשו וגו', והתוודו את חטאתם אשר עשו" (במדבר ה, ז), זה יודי דברים, ויודי זה הוא מצוות עשה.

כיצד מתוודים? אומר: "אנא השם, חטאתי, עויתי, פשעתי לפניך, ועשיתי כך וכך, והרי נחמתי ובושתתי במעשי ולעולם איני חוזר לדבר זה". וזהו עיקרו של יודי, וכל המרבה להתוודות ומאריך בעניין זה - הרי זה משובח.

וכן אדם שחָבַל בחברו או הזיק ממונו, אף על פי ששילם לו מה שהוא חייב לו, **אינו מתכפר עד שיתוודה וישוב מלעשות מעשה זה לעולם**, שנאמר: "מכל חטאת האדם". (רמב"ם א, א).

## דברים שבלב | חרטה

"בית המשפט!!" שתי דפיקות נשמעו על שולחן הדיונים. ככול בשלשלאות הובא העציר אל האולם שבו יתיקיים משפטו. שעה ארוכה הוטחו בו עובדות וראיות. הכל מצביע על דבר אחד. הנאשם הרג שלושה אנשים בדם קר. "מה יש לך לומר להגנתך?" אמר השופט.

"אני מודה במעשים שעשיתי", אמר בקול מבייש. "רצייתי לבקש בקשה קצת מוזרה... אני מבקש לוותר ולמחול לי על המעשים שעשיתי, מכיוון שאני מתחרט..."  
השופט, ואתו כל הנוכחים באולם, פרצו בצחוק גדול...

\*\*\*

סיפור זה נכון בבית משפט של בשר ודם. שם ההודאה של האדם מפלילה אותו אפילו אם הוא מתחרט בלב שלם. הוא צריך להתחמק ולכפור באשמה כדי לא לקבל עונש. אם הודה והתחרט - הוא זוכה למבטי רחמים במקרה הטוב, או נתקל בצחוק מתגלגל במקרה הרע.

לא כן במשפטו של מלך מלכי המלכים. לפניו הכל גלוי וידוע. האדם לא יכול "לטייח" או לטשטש את העובדות. פעולות כאלו רק זוכות לתגובה חריפה יותר. הסיבה לכך היא שכאשר האדם לא מבין שהוא חטא הוא ממשיך להיות קשור לחטא, והחטא מוסיף להפיל אותו למטה.

השלב השני בתהליך התשובה וההתנקות הוא **החרטה**. אדם שמתחרט מבין שמה שעשה הוא לא בסדר, ומתנער מהחטא. חרטה היא שלב נוסף אחרי עזיבת החטא. כשאדם עוזב את החטא, הוא מבין שהחטא שלילי ולא טוב ולכן עוזב אותו. אך ייתכן שבתוך תוכו הוא עדיין מתגעגע אליו. שהוא בסופו של דבר שמח שעשה את העברה, אלא שיכנסיו הוא לא מתכוון לעשות כן. הוא מתרפק על הימים שבהם עבר עברות, ורואה בהם איזה עֵבֶר נעים.

חשיבה כזאת מעידה שהוא אמנם כבר לא עושה חטאים, אך החטא עדיין משפיע עליו. לא ייתכן שהאדם יראה בחטאים שעשה דבר טוב. החטאים הם מעשים שמנוגדים לנשמה שלנו. מנוגדים לאישיות שלנו. אם כן, מה עושים כדי להתנתק מהם?

כאן מגיעה **החרטה**. כשהאדם מבין עד כמה החטא הוא שלילי, הוא לא רוצה אתו שום קשר. הוא לא רוצה לזכור אותו. הוא מתנער מהחטא. החטא **חָרַט** בתוכו שריטה שלילית. כשהאדם **מתחרט**, הוא בעצם אומר: "החטא לא חרוט בי. לא חקוק בתוכי. הוא איזה מן לכלוך שדבק בי שצריך רק לנקותו". לכן החרטה היא כל כך חשובה בתהליך השיבה לעצמנו. היא מנקה את הצלקות שהחטא הותיר.

לכל אדם מישראל **החטא הוא חיצוני**. לא חלק מאישיותו. שבביל לנער אותו וכדי שיוכל לעמוד נקי במשפט לפני ה' - צריך פשוט מאוד להתחרט. לומר שהוא לא רוצה בכלל את החטא. שלא ישאיר בו שום כתם או לכלוך. רוצה להישאר טהור.

דברים שבלב | דבר אליו

**"מאי דכתיב 'על כן יאמרו המושלים בואו חשבון?' המושלים אלו המושלים ביצרו. בואו חשבון - בואו ונחשב חשבוננו של עולם: הפסד מצוה כנגד שכרה ושכר עברה כנגד הפסדה."**

בימים אלו יש להתחיל לחשב את חשבונות נפשנו. הביטוי 'מושל' לקוח מענייני המדינה. לכל מדינה יש מושל שהוא האחראי על כל ענייני המדינה וקובע מה כל אחד יעשה ויקבל. כל אדם במדינה נתון למרותו של המושל. **כך גם בענייני הנפש של האדם הפרטי.** אדם שמושל ביצרו הוא אדם שיודע לשלוט על כל כוחות החיים שלו ולהגדיר לכל כוח את תפקידו. אדם שמושל בנפשו הוא אדם אחראי ורציני שלא עושה דברים 'סתם' ללא כל סיבה. גם כאשר הוא עושה טעויות הוא יודע לחשב את דרכיו ולתקן את מעשיו על פי החשבון שעשה.

על ה**הפחץ חיים** מסופר שבצעירותו היה יושב בכל לילה וכותב את כל העברות שעבר במהלך היום, ואף היה מתכנן כיצד יתקן זאת ביום המחרת. זוהי דוגמה ל'מושל ביצרו'. הוא קובע ומכוון את החיים ולא נותן לחיים לבלבל אותו ולהוביל אותו למקומות שליליים. **זהו תפקידנו בחודש אלול.** עלינו לחשב את דרכנו ועל ידי כך להפוך להיות אנשים בוגרים ואחראיים, שמובילים את עצמם להתקדמות ולצמיחה רוחנית.

תשובה מכפרת | הלכות

בזמן הזה, שאין בית המקדש קיים ואין לנו מזבח כפרה - אין שם אלא תשובה. התשובה מכפרת על כל העברות, אפילו אם האדם היה רשע כל ימיו ועשה תשובה באחרונה, אין מזכירים לו שום דבר מרשעו, שנאמר: "רשעת הרשע לא יכשל בה ביום שובו מרשעו" (יחזקאל לג, יב). **ועצמו של יום הכיפורים מכפר לשבים,** שנאמר: "כי ביום הזה יכפר עליכם".

אף על פי שהתשובה מכפרת על העברות ועצמו של יום הכיפורים מכפר, יש עברות שהן מתכפרות לשעתן ויש עבירות שאין מתכפרות אלא לאחר זמן. לדוגמה: אדם המחלל את השם, אף על פי שעשה תשובה והגיע יום הכיפורים והוא עומד בתשובתו ובאו עליו ייסורי, אינו מתכפר לו כפרה גמורה עד שימות. (רמב"ם א, ג-ד).

- תודה הרב, ממש עזרת לי!  
- בשמחה, אבל לא עשיתי הרבה. בסך הכל הקשבתי לך.  
- זה עזר לי המון! לפני שדיברתי אתך, המחשבות שבתוכי התרוצצו ולא היו מסודרות. חשבתי על דבר מסוים ולא קפצה מחשבה אחרת. בלגן גדול, ולא ידעתי איך אני יכול לפתור את הדילמה שהייתה לי. כשדיברתי אתך הייתי חייב לנסח את הדברים. זה סידר לי את המחשבות בראש. הדיבור חייב אותי להגדיר את המחשבות שלי, וכך גם הגעתי לפתרון בכוחות עצמי!

\*\*\*

לאחר עזיבת החטא והחרטה, מגיע השלב הבא בחזרה בתשובה: ה**וודוי**. למה חשוב הוודוי כל כך ומדוע הוא משמעותי בחזרה לעצמנו? לפעמים ישנם הרבה הרהורי תשובה שמתרוצצים בקרבנו, אך הם עדיין לא מוגדרים וברורים. בוודוי - אני אומר באופן ברור כמה חטאתי ומה עויתי. אני מוציא את המחשבה שכתת מעורפלת ולא ברורה, ומביא אותה למציאות מוגדרת. חטאתי. אני מפרט את החטא. יודע להצביע בוודאות על נקודת הכשל. אני מדבר עם ה', וזה מסדר לי את הדבר בראש. רק כאשר התשובה מתגלה באמצעות וידוי - אנו יודעים שהיא רצינית, מסודרת ומשמעותית. כך יש סיכוי שתשפיע גם על המעשים החיצוניים.

יתרה מכך. לעתים, **כשאדם מדבר על משהו, זה חוקק בקרבו את ידיעת אותו הדבר.** כמו מדרך שמדבר בלהט עם חניכיו על חשיבות התפילה. לעתים, יתרו ממה שהוא משפיע על חניכיו, הוא **משנה את עצמו.** הדיבור חודר אל נפשו שלו ומבעירה באש אהבת ה' וברצון להתפלל אליו.

כשאדם מתוודה, ואומר את הדברים בפיו, הוא חוקק בקרבו את סלידתו מהחטא. הוא מבין שאי עשיית רצון ה' היא דבר שלילי. המילה **חטא** היא מלשון **להחטיא את המטרה.** לפספס. אדם שמתוודה קובע בנפשו שכאשר הוא חוטא - הוא מפספס את אישיותו ומונע אותה מלפרוץ ומלהתגלות. אדם שמתוודה באופן יומיומי פועל רבות על נפשו. אך צריך להשתדל לומר את הוודוי בכוונה ומתוך רצון מתמיד לתקן, ולא רק בגלל שכתוב בסידור את הוודוי. וידוי כזה מטרה את האדם כל יום, ולא נותן לרשעה לקונן בלבד ולהכביד על ראשו. הוא מטפס לעצמו כל יום את ההבנה שחטא עושה לו רע. טיפה ועוד טיפה נהיות לים. ים גדול של רצון לחיות חיים בריאים, בלי לפספס אף כוח, אף נקודה בנפש.

הרהורי תשובה הם הם מגלים את עומק הרצון, והגבורה של הנשמה מתגלה על ידם בכל מילוי הודה.  
(אורות התשובה ד, ו)



על פי חז"ל גם בפסוק זה, הלקוח ממגילת שיר השירים, יש רמז לחודש אלול - **"אני לדודי ודודי לי**, הרועה בשושנים". לפי מפרשי התנ"ך, פסוק זה בא לבטא את תשוקתה של כנסת ישראל לקב"ה. כנסת ישראל יודעת במעמקי לבה שכשם שהיא משתוקקת לה' יתברך, כך הוא יתברך אוהב אותה ומשתוקק אליה. הקשר בין הקב"ה לכנסת ישראל הוא קשר עצמי וחיוני שלא יכול להשתנות על ידי שום גורם בעולם.

דווקא בזכות הקשר הנפלא הזה שיש לנו עם בורא עולם, אפשר ללמוד מפסוק זה גם את דרך התשובה הפרטית של אדם מישראל. **עיקר התשובה הוא ההשתדלות והרצון לתקן ולהתעלות**. זהו ה"אני לדודי", כאשר כבר קיימת ההתחלה הזאת, הרצון הזה, הקב"ה ממשיך את התהליך ומסייע בידינו, וזהו ה"דודי לי". **"הבא ליטרה מסייעין בידו"**.

**"פתחו לי פתח כחודו של מחט ואני אפתח לכם פתח כפתחו של אולם"**. הקב"ה לא עושה לנו 'טובה' בכך שהוא פותח לנו אולם רחב. זהו התליך טבעי. אדם שרוצה לתקן את דרכיו ולשפר את מעשיו, לאט לאט הולך ונכנס לתוך מערכת של קדושה וטהרה. זה מתחיל בקטן, אך הולך ומתקדם ונהיה גדול יותר ויותר. זהו אופיו של החודש הקדוש הזה. ככל שמתקדמים בו ומתקרבים לימי הטהרה של ראשית השנה, הולכים ונכנסים לתוך עולם של קדוש ושל טוב.

**מהי תשובה גמורה? | הלכות**

איזו היא תשובה גמורה? זה שבא לידו דבר שעבר בו **ואפשר בידו לעשות, ופירש ולא עשה מפני התשובה**, לא מיראה ולא מכישלון כוח. כיצד? הרי שבא על אישה בעבירה, ולאחר זמן נתייחד עמה והוא עומד באהבתו בה ובכוח גופו ובמדינה שעבר בה, ואף על פי כן הוא התגבר ולא נכשל בעברה, **זהו בעל תשובה גמורה**. הוא ששלמה אמר: "זכר את בוראך בימי בחורתיך" (קהלת יב, א). ואם לא שב אל אלא בימי זקנותו ובעת שאי אפשר לו לעשות מה שהיה עושה, אף על פי שאינה תשובה מעולה, מועלת היא ובעל תשובה הוא. אפילו עבר כל ימיו, ועשה תשובה ביום מיתתו ומת בתשובתו, כל עונותיו נמחלין, שנאמר: "עד אשר לא תחשך השמש האור והירח והכוכבים, ושבו העבים אחר הגשם" (שם, ב), שהוא יום המיתה, **מכלל שאם זכר בוראו ושב קודם שימות - נסלח לו**. (רמב"ם ב, ב).

"בשביל מה צריך לנסוע להפגנה על הגולן?" פנה הגאון הרב שאול ישראלי לגאון הרב אברהם שפירא, עמיתו בהנהגת ישיבת 'מרכז הרב'. 'הרי בכל מקרה אף אחד למעלה בממשלה לא מקשיב'.  
 "אנחנו לא עושים הפגנה רק כלפי הממשלה", ענה לו הרב שפירא. "זו הפגנה שמיועדת גבוה יותר. כלפי ריבונו של עולם. אנו זועקים לו ואומרים קבל עם ועולם: 'אנחנו נגד עקירת יישובים! אנחנו לא רוצים את זה!' אנחנו מוחים. ישמע ה' ויעשה הטוב בעינינו..."

\*\*\*

יש לוידוי מטרה נוספת בשיבה אל עצמנו. כשאני מתוודה בפה אני לא רק מפרט את חטאיי אלא אני גם זועק זעקה גדולה: "ריבונו של עולם! אתה יודע שאני בשר ודם, קרוץ חומר, נפלתי בעברה חמורה של חילול שבת, חוסר צניעות או זלזול בהר"י. אני מתחרט בכל לב על עברה זו. הייתי רוצה לומר לך שלא אעשה זאת שוב, אך אני מכיר את עצמי, כבר חזרתי בתשובה על כך בעבר, ושוב נפלתי. התחרטתי ושבתי, ושוב נפלתי. אני רוצה בכל מאודי שלא לחטוא, אבל ייתכן שאפול שוב. דע לך ריבונו של עולם - **אני לא רוצה את זה!**" אני רוצה להיות נקי וטהור, זך וישר. אני מוחה נגד הנפילות שהיו ושיהיו לי!" "שבע יפול צדיק וקם". אל תדאג. בסוף תנצח. אל תיכנע ליצר הרע שמתגנב, זורע יאוש, ואומר לך: "איך לך סיכוי. כבר ניסית ונפלת. נראה לך שהפעם תצליח!?"

"כן!!" וידוי ועוד וידוי, אמירה ועוד אמירה, משפיעות על נפשך ועל הקשר שלך עם ה'.  
 לקחת אחריות. אתה בתהליך של שינוי, של תנועה, של עזיבת החטא. עשה פעולות בכיוון עד לניתוק כליל מהחטא.  
 אל תדאג. זה לא 'האומר אחטא ואשוב ואשוב - אין מספיקין בידו לעשות תשובה'. זה נאמר על אדם שבאופן שיטתי אומר לעצמו כחוטא - שישוּב בתשובה. הוא מתיר לעצמו לחטוא ונשען על התשובה שיעשה אחר כך. לעומת זאת כשאתה חוטא, זו חולשה זמנית. כשאתה שב בתשובה אתה מתכוון **באמת** לא ליפול שוב.  
 המחאה תעזור. הרוח שבקרבך תגבר על גלגלי היצר האימתניים. הרוח תנצח.

כשכוחים את מהות הנשמה העצמית [...] הכל נעשה מעורבב ומסופק. והתשובה הראשית, שהיא מאירה את המחשכים מיד, היא שישוּב האדם אל עצמו, אל שורש נשמתו, ומיד ישוב אל האלהים, אל נשמת כל הנשמות. (אורות התשובה טו, י)



למדנו אתמול שבתהליך התשובה **העיקר הוא הרצון לתקן את המעשים ולהתעלות בקדושה**. כאשר יש כבר רצון להתקדם ולשוב בתשובה, הקב"ה מסייע בידינו ועוזר לנו להתקדם הלאה.

זו בדיקת הסיבה שאין להתיימשך כלל כאשר האדם ניגש לעבודת התשובה. לעתים נדמה שהחטא הוא גדול וחמור כל כך עד שכלל אי אפשר לתקן אותו, ואף בלב האדם מורכבת וארוכה כל כך. מחשבה כזאת ודאי מכניסה בלב האדם הרוצה לשוב חולשה ורפיון, ומונעת ממנו להתקדם הלאה בעבודת התשובה.

בדיקת לשם כך הדריכנונו חז"ל בהדרכה זו: **"לא עליך המלאכה לגמור, ולא אתה בן חורין להיבטל ממנה"**. אנחנו אף פעם לא מסיימים את המלאכה, אלא רק מתחילים אותה. הדרכה זו חשובה לכל דבר בחיים ובפרט לתהליך התשובה. ההתחלה צריכה להיעשות בצורה רצינית ואחראית, ואל לנו לדאוג לגבי המשך התהליך. ככל שנהיה מרוכזים בתיקון שאנו מסוגלים לתקן כעת, עד כמה שידנו משגת, כך נלך ונתקדם עוד ועוד, ואסור לנו לתת לחשש מפני העתיד להפריע לנו במלאכתנו כעת. הקב"ה ישלים את הפעולה ויפתח לנו את הפתח לאולם הרחב, שם מצויים עולם ומלואו של תשובה ומעשים טובים. **"דודי לי"**.

**תקיעת שופר ואמירת "לדוד ה'" | הלכות**

מנהג קהילות ישראל לתקוע בשופר החל מיום א' באלול. מנהג האשכנזים לתקוע לאחר תפילת שחרית, ומנהג הספרדים לתקוע בעת אמירת הסליחות. מקורו של מנהג זה מובא במדרש; בראש חודש אלול אמר הקב"ה למשה "עלה אלי ההרה" שאז עלה לקבל לוחות אחרונים. והעבירו שופר במחנה "משה עולה להר", כדי שלא יטעו כמו שטעו בראשונים במעשה העגל. והקב"ה נתעלה באותו שופר שנאמר: "עלה אלקים בתרועה ד' בקול שופר". **טעם נוסף** נאמר לתקיעת השופר בימים אלו משום שהשופר מסוגל לתשובה כמו שנאמר: "אם יתקע שופר בעיר והעם לא יחרדו". ותוקעין תשר"ת.

עוד נוהגין מיום ב' של ראש חודש אלול עד שמיני עצרת לומר לאחר התפילה מזמור כז בתהילים: **"לדוד ה' אורי וישעי"**, על פי המדרש ה' אורי - בראש השנה, וישעי - ביום הכיפורים. **מנהג הספרדים** לומר את המזמור לאחר תפילת שחרית בלבד. **ומנהג האשכנזים** לאומרו בשחרית ובמנחה, ויש מהם הנוהגים לאומרו לאחר תפילות שחרית וערבית. ("ילקוט יוסף", מועדים עמ' 16).

**דברים שבלב | בחזרה לעתיד**

"אם יאמרו לי בעולם האמת: זושא, למה לא היית כמו משה רבנו? לא אתיירא כלל, וכי אפשר לדמות אותי למשה רבנו? ממה אני כן מתיירא - כשיאמרו לי זושא, למה לא היית זושא?"

\*\*\*

ר' זושא הוא שם דבר בעולם החסידות. דמותו היא של עובד ה' בשמחה ובתמימות. במשפט הקצר שאמר טמונה אמת גדולה. **כל אחד צריך לשאוף להיות מה שהוא**. לא לעשות דברים שלא שייכים לנפשו. לכל אדם יש כישרונות ויכולות. אין לו שום מטרה להיות חכם כמו משה רבנו או מהיר כמו האצן באולימפיאדה. האדם צריך לזהות את אישיותו. לבדוק מהם כוחותיו וכישרונותיו, ואותם לממש בצורה השלמה ביותר. להיות 'אני'.

הקומה הבסיסית ביותר של הרצון להיות 'אני' היא לעשות את הדברים שמתאימים לנשמתו. החטאים הם המעשים שהכי לא מתאימים לי. כשאדם עובר עברה הוא הופך לכמה רגעים להיות אדם אחר. זה לא הוא. אדם שרוצה להיות נאמן לעצמו, צריך לשמור כל הזמן על הדרך הנכונה. על דרך ה'.

השלב האחרון של התשובה שאותו מונה הרמב"ם הוא **'שיגמור בליבו שלא יעשהו עוד'**. **החלטה על העתיד**. מכאן ולהבא לא אחטא עוד. הבנתו שהחטא מונע בעדי מלהיות 'אני'. השאיפה לעתיד - לא לעשות אותו עוד.

אבל ביננו, גם אחרי שהחלטנו לא לעבור שוב עברה, לפעמים אנחנו יכולים שוב ליפול. אז מה הערך של החלטה הזאת? מה היא שווה בכלל?

הרמב"ם מוסיף דבר מעניין. הקבלה לעתיד צריכה להיות כל כך חזקה עד כדי **'שיעיד עליו יודע תעלומות שלא ישוב לזה החטא לעולם'**. הקב"ה, שהוא הרואה לתוך הלב, יכול להיעיד שהאדם לא יחטא שוב. אבל אין האדם יודע שה' מעיד עליו? האם היצר הרע לא ממשיך בניסיונותיו להכשיל את האדם? הרמב"ם מלמד אותנו שהאדם צריך לקבל החלטה חזקה שלא לעבור יותר על החטא. הוא כל כך רוצה להתרחק ולהתנתק מהחטא, עד כדי כך שהוא יכול 'למנות' את הקב"ה לעד על רצינות כוונותיו. ואכן, לאחר קבלה כזו חזקה הוא לעולם לא ייפול באותו חטא. החטא שעבר נעלם. נמחק.

ולכן, גם אם לאחר מכן קרה שנפל, זהו לא אותו החטא. זה חטא חדש. עם יצר הרע חדש. הקבלה שקיבלתי עזרה לי נגד החטא ההוא. מהעבר. זה לא המשך של אותו החטא. לכן אסור לנו ליפול לייאוש. הקבלה שלנו לא התבטלה. היא קיימת. ה' מעיד שאתה אדם אחר. **שחרות להיות אתה**.

אמר ריש לקיש: גדולה תשובה שזדונות נעשות לו כשגגות. (יומא פו:)



**לב הדברים**

חזרה בתשובה היא החזרה לנקודה האלוקית שבתוכי. החטאים לא מתאימים לנשמה שלי, ולכן החזרה בתשובה היא התהליך שבו אני חוזר להיות מי שאני.



**עזיבת החטא** היא השלב הראשון בחזרה לעצמי. לא מספיק לעזוב את החטא ולא להמשיך להיות מושפע ממנו, אלא גם להסירו ממחשבתנו ולחשוב שמעולם לא היה.



**החרטה** היא השלב השני. כשאני מתחרט אני לא מתרפק על העבר שלי עם החטאים, אלא מנסה למחוק כל זכר לחריטה שהחטא הטביע בנשמת, ולהתנקות ממנה.



**הווידוי** הוא השלב השלישי. בווידוי אני אומר באופן ברור ומסודר מה הכישלון שעשיתי, ובכך יש לי כוח לזהות מהו שורש הכישלון ולטפל בו.



**הווידוי** הוא גם קבלת האחריות על מעשי ומחאה נמרצת על חטאיי.



השלב האחרון הוא **קבלה לעתיד** - שלא אעשה שוב את החטא. קבלה זו נובעת מהרצון העמוק שלי להיות נאמן לעצמי, ולא לעשות דברים שלא מתאימים לאישיות.

בהלכות קידושין מורים חז"ל הלכה מעניינת. אדם שאמר לאישה "הרי את מקודשת לי על מנת שאני צדיק, אפילו הוא רשע גמור - מקודשת, שמא הרהר תשובה בדעתו".

לכאורה זו הלכה תמוהה. כיצד קידושין אלו יכולים להתקיים, הרי הוא התנה את הקידושין בדבר שקרי? הוא לא באמת צדיק, הרי הוא רשע גמור. אם כן, מה החשיבות של הרהור התשובה? האם יש בכוחו של הרהור אחד להפוך את האדם להיות צדיק גמור?

אכן כן. אנו מגלים כאן יסוד גדול בעניין התשובה. **הרהור תשובה הוא כבר תשובה.** תהליך התשובה עם כל אורכו וסיבוכיו הרבים, מתחיל בדבר פשוט ביותר, אך גדול וחשוב מאוד. המשמעות של הרהור התשובה היא שהאדם מבין שמה שעשה עד עתה הוא רע. עצם היות האדם שקוע בחטא ובטומאה בלי מחשבות לשוב ולתקן דרכיו, זה מפני שהוא איננו מבין את גודל הרוע והכיעור שיש בחטא. המחשבה על התשובה, אפילו שהיא רק מחשבה התחלתית, מכניסה את האדם לתוך עולם אחר, עולם של טוב. **אדם כזה כבר נחשב צדיק, הוא בכיוון הנכון.** הוא מבין מה טוב ומה רע, ומעתה הוא מנסה כל הזמן להתעלות אל מדרגות התשובה הגבוהות יותר. לכן אפילו בשלב זה כבר נחשב התנאי שלו, שהוא צדיק, לתנאי אמת, וקידושיו קידושין.

**מנהג הספרדים באמירת סליחות | הלכות**

מנהג קהילות הספרדים לומר סליחות החל מתחילת חודש אלול עד יום הכיפורים. הסיבה לכך היא שמסורת בידינו שמשנה רבנו עלה להביא את הלוחות השניים בראש חודש אלול וירד ביום הכיפורים, **וכל ארבעים יום הללו היו ימי רחמים ורצון לעם ישראל**, וביום הכיפורים נתרצה הקב"ה לישראל בשמחה, ואמר למשה "סלחתי כדברך", ולכן נקבע יום הכיפורים ליום מחילה, סליחה וכפרה. ביום ר"ח אלול עצמו אין אומרים סליחות.

מנהג האשכנזים לומר סליחות רק מיום ראשון שלפני ראש השנה. **הזמן הראוי** לאמירת סליחות בימים אלה הוא מחצות הלילה ואילך, שאז הוא עת רצון, אך בחצי הראשון של הלילה לפי רוב הפוסקים אין לומר סליחות וי"ג מידות משום שתחילת הלילה זהו זמן של דין. אם אין לציבור אפשרות להשכים לסליחות בעוד לילה, יכולים לומר סליחות בשעות הבוקר המוקדמות, או לפני תפילת מנחה, אחר חצות היום ועד צאת הכוכבים. (מתוך "ילקוט יוסף", מועדים, עמ' 9-10).

שבת בערב. שוב פעם כמו תמיד נפגשים כל החברה בניגון למטה, יושבים, מדברים וצוחקים.

יוני צועד לו לבד באוויר הקריר, ממחר שלא לאחר. רק הרגע הם גמרו את סעודת השבת, והיה כ"כ טוב ומרומם, הוא אפילו זכר פירוש מעניין שהיה לו על הפרשה וכולם אמרו לו 'שכוייח'.

ועכשיו, ועכשיו הוא פוסע לו ליגניה, לכל החברה. לרדת שם למטה, לשקוע עוד ועוד בכמויות של לשון הרע וזבל. לצחוק על הרב שהוא שהזקן שלו כבר מזמן עבר את גבולות הנורמה, ועל השכן הדוס שתמיד מעיר להם לשתוק בזמן התפילה.

והם, 'שכוייח' הם אמרו לו, 'שכוייח'... באמת מגיע לו, למה לא?! 'צבוע, זה מה שאתה!' קול צועק אליו. 'מה אתה כבר?! חתיכת אפס. כלום!'

גוש עולה לו בגרון, בא לו להקיא ולהקיא...

ואז פתאום, הוא התחיל לדבר אליו, ככה מלב אל לב כמו שהוא מדבר עם חבר.

"אוף ה', אני לא רוצה את זה" הוא לחש לתוך החושך, "לא רוצה לשמוע את כל הלשון הרע הזה, לצחוק על כולם, לא רוצה! באמת שלא רוצה. אבל אתה יודע כמה זה קשה לי שלא ללכת, פשוט קשה... אני לא מסוגל, זה... זה בלתי אפשרי!" כשגמר לדבר הוא הביט על השמיים, הכוכבים הביטו בו נצנצו, כאילו, כאילו ניסו לומר שהוא יכול, שהוא מסוגל! למרות הכל...

הוא המשיך להביט בכוכבים, הם היפנטו אותו. הוא היסס... הרגליים נעצרו, רעדו, הוא התלבט... הביט לשני הכיוונים שוב ושוב, ולבסוף בדחף פתאומי הוא התחיל ללכת. בהתחלה צעדים קטנים ומהססים ואח"כ יותר גדולים וכבר בטוחים, בדרך המוכרת בחזרה לביתו.

כשעמד בפתח הבית הוא הביט מעלה אל השמיים, ונדמה היה לו שהכוכבים זוהרים לכבודו יותר מתמיד.

(תודה רבה לקוראת תמר על שליחת הסיפור)

כוח היציבות

על חשיבותו של כוח הרצון והשפעתו על התשובה

שואף כמו עבד/ ר' שלמה אבן גבירול

שואף כמו עבד ישאף ליד רבו,  
 חסדך פרוש עליו,  
 וקרע שטר חובו  
 לולא אמירתך, שובו ואשובה,  
 היה כרב חובל, נכנע במצבו  
 משעול תשובתך, תפתח לעבד קם,  
 טרם להתפלל, לך יערוך ניבו...

