

בעזה"ת

מאמר

# דרך תשובה

## לנשים ונערות

הקבלה לעתיד

עפ"י דברי הגר"י סלנטר

- הבנת הקושי שבקבלה להבא
- דרך קבלת "הבחירות הקלות" של הגר"י ס
- הדרכה מעשית
- הקבלה משנה את האדם

## "הן יסוד ימי התשובה קבלת עזיבת החטא, והיא הקשה מכל העבודות שביוה"כ"

אור ישראל אגרת ט"ו.

"אכן גם המעט טוב מאוד אין ערוך לה בעניני התבל...  
ובכל בחינה קטנה שבקטנות, אשר יכין האדם את עצמו להגדיל בחינת  
יום הכיפורים שלו, אין ערוך ואין די באר הצלחת נפשו, להנצל מצרות  
רבות ונצורות, ואין לנו רווח גדול מזה"

אגרת ז'.

"אכן כשיתבונן האדם היטב בכל פרטיהם, בגדר הקלות והכבדות, נקל  
לפניו לקבל על עצמו קבלה של קיימא, ולשמור אותו בגדר הקלות  
לפניו... ובזה ינזר כמעט מרוב עוונותיו בנקל..."

אגרת ח'.

ניתן להשיג את המאמר בפנייה למייל הני"ל,

וכן ניתן להשיג את הקונטרס **מעשה התשובה** - בהירות במצות התשובה  
ואת הקונטרס **הריני מוחל** - בהירות במצוות פיוס ומחילה

**נודה** מאוד למסייעים בהוצאות בתרומה בכ.א. דרך קופת נדרים פלוס ע"ש מעשה התשובה,  
או דרך נדרים פלוס בטלפון 03-7630543 שלוחה 2309 ויהיו בכלל מזכי הרבים.

# דרך תשובה לנשים ולנערות

## קבלה לעתיד עפ"י דברי הגר"י סלנטר

מקורות הדברים ראה בתקציר בסוף, ובהרחבה בקונטרס מעשה התשובה. ניתן לקבל במייל הנ"ל.

### הקדמה

כבר מגיל צעיר מאד ידועים לנו שלושת עיקרי התשובה המעכבים את כפרת התשובה: חרטה, עזיבת החטא המסתיימת בקבלה לעתיד, והיודוי. החלקים הקלים יותר הם החרטה והיודוי. שהרי כל אחת שיש לה קצת יראת שמיים מרגישה צער וחרטה על עבירות שנכשלה בהן במזיד, גם היודוי הוא חלק מעשי שקל לקיימו.

אבל עיקר הקושי מצוי דווקא בקבלה לעתיד, שלא ישוב לחטא זה. וכפי שהתבטא על כך רבי ישראל סלנטר באגרותיו: "הן יסוד ימי התשובה קבלת עזיבת החטא, והיא הקשה מכל העבודות שביום הכפורים..." עלינו לדעת שהקבלה לעתיד מעכבת את הכפרה על העבירות שנעשו, וגם שאין תחליף לחלק זה שבמצות התשובה.

### לדוגמא:

- "לשנה הבאה קיבלתי על עצמי לומר בכל יום שני פרקי תהילים לאחר התפילה"
  - "החלטתי להתחזק בחסד. הכנתי לי טבלת מעקב לסמן בכל יום מעשה חסד שעשיתי"
  - "קבעתי ברצינות עם חברה והתחלנו ללמוד בספר מוסר באופן קבוע"
- מבחינה לשונית, התערבבו אצלנו שני מושגים, הקשורים אמנם לאותו תחום, אך שונים זה מזה מאוד:
- המושג "קבלה" כשהכוונה לאימוץ הנהגה טובה, לעומת המושג "קבלה לעתיד" שמשמעותו חזרה בתשובה ע"י עזיבת החטא הזה לעולם.
- הדוגמאות שהובאו למעלה הן דוגמאות לאימוץ הנהגות יפות וחיוביות, אך לא "קבלה לעתיד" במובנה הפשוט- לחדול מכאן ולהבא ממעשה האיסור.
- קבלות טובות אלו אמנם מוסיפות זכויות ומקרבות את הלב לתשובה, אבל חשוב לדעת כי הוספת מעשים טובים והנהגות טובות עדיין אינה נחשבת קבלה לעתיד לגבי התשובה בעצמה. במצוות התשובה חייבים לקבל את עזיבת מעשה החטא עצמו.
- בשורות הבאות ננסה לעמוד על הקושי, להבינו ולדעת את פתרונו המעשי – כך תוכל לדעת כל אחת לפי כוחה את הנדרש ממנה על פי ההלכה, ונמחיש בדוגמאות מעשיות.

## הקושי

חיוב הקבלה לעתיד הוא להגיע להחלטה חזקה בלב שלא לשוב לחטא הזה לעולם. כלומר: בשעה שאני מתחרטת ומתוודה על החטא, יש בי נכונות למאמץ להתגבר על הפיתוי לעולם, בשעה שידוע לי שזהו אותו פיתוי חזק שלא אזרתי כוח בעבר להתגבר עליו.

- תפסתי את עצמי מדברת דברי לשון הרע פעמים רבות, והייתי רוצה מאוד להחליט שדיבורים כאלו יהיו אצלי מהיום מחוץ לתחום, אבל אני בטוחה שלא תמיד אוכל לעמוד בניסיון ולא לדבר.
- אורך החצאיות שלי אינו לפי ההלכה. ידוע לי חומר האיסור ויש לי נקיפות מצפון, אבל אני גם יודעת שאותו קושי חברתי שגרם לי ללכת כך, יקשה עליי לקבל על עצמי מהפך מוחלט מכאן ואילך.
- השנה נכשלתי הרבה בעניין כיבוד אב ואם, גרמתי להם לצער ולעגמת נפש ממני. כעת אני רוצה לקבל על עצמי לא לצער אותם עוד, אבל די ברור לי שאותם קשיים ורגעי ניסיון יעמדו בפניי גם בהמשך.

## היאוש

המציאות היא, שרבות חושבות: אין מה לעשות, זה לא בשבילי. להחליט על שינוי דרסטי, לחולל מהפך כזה – זה לא ביכולת שלי.

בכל פעם שאני אומרת את הוידוי, אני מבינה כמה רחוקה ממני הקבלה לעתיד. כמובן, באותו זמן הלב מלא צער וחרטה על דיבורים לא ראויים, חילול ה' שגרמתי, כסיסת צפורניים או תלישת שערות בשבת... אבל נראה לי שאין סיכוי שאצליח לקבל על עצמי באופן ודאי ומוחלט שהדברים האלו יהיו מחוץ לתחום מהיום ואילך.

מחשבה כזו מביאה אותנו לייאוש מהחלק של קבלה לעתיד, ולכן אנחנו מסתפקות בחלקים האחרים: חרטה ווידוי, ואילו על חלק הקבלה אנו מרימות ידיים ומוותרות מראש.

בכך אמנם אנחנו מרויחות סיבה שיתחשבו בנו בשמיים לתת לנו עוד שנה של חיים שנוכל לחזור בה בתשובה [אור ישראל איגרת ל'], אבל אנחנו עלולות להפסיד את זכות הכפרה, שהיא תקוותו של כל יהודי ביום הכיפורים!

## עצת הגר"י סלנטר

הגר"י סלנטר זצוק"ל ראה את הקושי שבמצות הקבלה לעתיד, עד כדי שאנשים מתיאשים מקיומה, ו"הניח את האצבע" על הנקודה:

אם אדם במצב שאין בכוחו להישמר לגמרי מאיסור מסוים, העצה היא שלא יתייאש

מכל שמירת האיסור הזה חלילה, אלא יקבל על עצמו לשמור חלק קל יותר שבאיסור, שאותו הוא מסוגל לשמור. הגר"ס קורא לכך "הבחינה הקלה שבחטא".

על ידי קבלה זו, אפשר לזכות לבחינת "בעל תשובה" גמור על החלק הקל בעבירה. זה עיקר הרעיון בחידוש זה: לכל עבירה יש דרגות קלות יותר, וכשאנחנו מקבלות על עצמנו שלא לעבור על חלקים קלים יותר של האיסור – יש לקבלה זו ערך מדהים, היא מצילה אותנו מרוב העונש שיש על איסור זה, ומקרבת אותנו לתשובה מושלמת, כשהמטרה היא להגיע בהמשך להתרחקות מחטא זה באופן מושלם.

- הניסיון לשמור את הפה באיסור לשון הרע משתנה מאוד לפי הנושא; כמה הנושא יחסי ומסעיר, ועד כמה הוא חשוב לי. גם היחס שלי לזו שעליה רציתי לדבר; אם היא אחת מהחברות שלי, או שאני לא כל כך מסמפטת אותה, ואולי זו דווקא מורה או חברה לצוות שלא מסתדרת אתנו במיוחד... ומי היא המאזינה שלי כרגע: סקרנית מאוד לשמוע או אדישה. וכמה אוזניים יש כאן להתפעל מדבריי: אקבל תשומת לב מהרבה מאזינות או ממעט. וכן מצב הרוח שלי באותו זמן: מוחצן ומשוחרר או מכונס ושקט יותר, וכן הלאה... לפי הפרמטרים האלו, משתנה גודל הניסיון שלי, ובכל מצב נתון אוכל לבחור את ההתמודדויות שעליהן כן אוכל להתגבר.
- הקושי הידוע ללבוש חצאית באורך הנדרש לפי ההלכה. קצר מידי הוא כמובן אסור, אבל יש דרגות רבות באיסור, ולכל אחת בדרגה שבה היא מצויה- קיים הקושי להתגבר על הפיתוי. מי שרגילה ללכת באורך קצר מידי, ומרגישה שאינה מסוגלת להוסיף את כל האורך הנדרש לכל החצאיות – תוסיף להן אפילו ס"מ אחד אם רק לזה היא מסוגלת. זוהי 'הבחינה הקלה'. ואם היא מסוגלת להאריך רק בגד אחד מכל הבגדים- זה קל יותר. זוהי 'בחינה קלה יותר'. וללבוש קצת יותר ארוך רק במקום שידוע לה שלא ילגלו עליה שם, וכל שכן אם יעריכו אותה על כך, זו בחינה קלה כבר הרבה יותר.
- לא תמיד קל לי לכבד את ההורים, ובמיוחד זה מתבטא ביכולת לציית להם ולדבר אליהם בצורה מכובדת. לפעמים אמא מבקשת ממני עזרה מעשית, ובזה בדרך כלל קל לי יותר. אבל אם למשל נראה לי שההורים "מתערבים" לי וכדומה, זה קשה לי יותר. וכן לגבי דיבור בצורה מתאימה: יש משפטים שעלולים לצער אותם מאוד ובכוחי להתגבר ולא להשמיע אותם, יש דיבורים שנאמרים בטון קצר רוח, וכן הלאה. גם כאן אוכל לאמוד מהי הדרגה הקלה שבה אני מסוגלת לעמוד.

לפעמים השתרש בנו הרגל רע של מעשה איסור, וקשה מאוד לחדול ממנו :

- בילדותי התרגלתי לכסוס צפריניים. במשך השנים זה הפך אצלי להיות ממש הרגל קבוע שקשה לי בלעדיו. אני יודעת שזה ממש אסור בשבת, אבל למרות הידיעה הברורה, אני לא יודעת איך למעשה לצאת מזה.

העצה המדוברת ישימה גם למצב כזה :

- יש דרגות של קושי בהתאפקות מההרגל הרע, התגברות לזמן קצר זו הדרגה הקלה. אם למשל אקבל על עצמי להתאפק לזמן קצוב יהיה לי יותר קל להצליח, ואז אשתדל להמנע לעוד פרק זמן נוסף. וכבר ספרה בעלת נסיון שלאחר כמה פעמים של התגברות כזו "נשבר" הקושי והיא הצליחה לצאת מזה!

הנה ראינו שיש דרגות שונות באיסור. ולאחר ההתבוננות במציאות המוכרת לי וזיהוי הדרגות הקלות יותר – אוכל לבחור את הקבלה המתאימה ליכולת שלי עכשיו.

כל זה אמור רק לגבי עבירות שנעשו **במזיד**, כלומר : ידעתי את האיסור בשעת המעשה אך לא אזרתי כח להתגבר מול הפיתוי. אבל חטא **בשוגג** שנעשה בלי דעת ובלי בחירה רעה, רק מתוך אי שימת לב, הזנחה או זלזול בזהירות הנדרשת - לא מתאימה לו החלטה כזו שלא לחטוא בשוגג לעולם.

ולכן התיקון לחטא כזה שנעשה מתוך חוסר תשומת לב או זלזול הוא : להוסיף זהירות על מה שפגמתי בחוסר זהירות.

- שמתי לב שיש לי הרבה חובות קטנים : ביצה שלויתי משכנה, כסף קטן שלויתי מחברה, ספר ששכחתי להחזיר ועוד. כמובן לא התכוונתי בשעת ההלוואה שלא להחזיר- להיפך, תכננתי, אך לצערי לא הקפדתי על רישום מסודר של החובות ולכן לבסוף עברתי על גזל בשוגג. התיקון הנצרך לי יהיה לנסות להיזכר ולהחזיר את הנדרש ולהקפיד מהיום והלאה על רישום מדויק של כל העניינים הכספיים.

- לצערי אני נכשלת לעיתים בשכחת ברכה, בברכה לבטלה או ברכה שאינה צריכה, ומתוך כך מזכירה שם שמיים לבטלה. תקלות אלו הן בגדר שוגג, ונובעות משכחה או זלזול אבל הרי- גם השוגג הוא איסור ואם אקבע לי לימוד מסודר של שינון דיני ברכות ואחשוב טיפה לפני כל ברכה- נראה לי שלא אכשל בכך.

יש עוד אופן של חטא שוגג שנעשה מחוסר ידיעה : לא ידעתי את הדין שהדבר אסור, או שידעתי את הדין אבל היתה חסרה ידיעה אחרת.

- כשהכנתי סלט לסעודת השבת וסחטתי עליו לימון, נפל לתוכו גרעין ובאופן טבעי הושטתי יד והוצאתי אותו.  
לא ידעתי את הדין שזה ממש איסור בורר בשבת, וכך נכשלתי באיסור בורר מחוסר ידיעת ההלכה.  
התיקון הנצרך לי יהיה ללמוד הלכות בורר המצויות ואז אדע בס"ד להזהר.
- בשבת ראיתי שסיר החמין עומד על הפלטה במקום שלא חס מספיק, והזזתי אותו למקום יותר חם כמו בכל שבת, אך לא ידעתי שהפעם יש בסיר דבר שעוד לא התבשל כל צרכו, וכך עברתי בשוגג על בישול בשבת מחוסר ידיעת המציאות.  
התיקון הנצרך לי יהיה להזהר מהיום והלאה שלא לקרב לאש סיר שאני לא יודעת בוודאות מה יש בו.

גם בהתגברות על מידות רעות אנו מוצאים רמות שונות של עבודה :

- יש דברים רבים שמרגיזים אותי והאופי שלי הוא להגיב על הכל. אבל את ההרגל שלי לכעוס על הקטנים שמנדנדים לי, אני יכולה לשנות עם קצת מחשבה ומודעות להבין ולקבל שכך מתנהגים ילדים בגילם [ואולי למצוא פתרונות לזמנים המועדים יותר ללחץ] ואז יהיה לי פחות קשה לא לכעוס, ובהמשך אוכל לעבוד על מידת הכעס גם במצבים אחרים.
- כששמעתי שרחל קבלה את הקידום שכל כך רציתי, הרגשתי קנאה נוראה ומצאתי את עצמי מאחלת לה בליבי שלא תצליח. כשתפסתי את עצמי עם קנאה כזו - ניסיתי להרגיע את עצמי במחשבות אמונה : "מה אני מרויחה מהקנאה הזו, חוץ מהרגשה רעה? בכל מקרה אין אדם נוגע במוכן לחברו ואם אני לא קבלתי – זה כנראה לא שלי"

דיבורים אלו יתכן שירגיעו, וגם אם לא ארגיש שמחה בשבילה, לפחות תירגע חלק מהתחושה הקשה של הקנאה.

### **הבחינה הקלה משנה את האדם**

עוד ידוע כלל גדול בחיים, המופיע באיגרתו המפורסמת של הגר"א, ש"ההרגל – על כל דבר שלטון".

כלומר, כל דבר חדש בתחילה הוא קשה לאדם, עד שמתרגל. ולאחר שעושה אותו שוב ושוב, מתבטל הצורך להתאמץ בעבורו, והוא נהפך לטבע. כשההרגל הזה מתבסס, כוחותיו של האדם פנויים לכבוש יעדים חדשים - ואז אפשר להוסיף עוד שלב בעלייה.

- התרגלתי כבר למראה שלי עם האורך הנוכחי, בסך הכל 2 ס"מ יותר מכפי שהייתי רגילה בעבר. השינוי הזה כבר לא גורם לי לניסיון גדול או לסלידה. כעת, כשהתבססתי בדרגה זו- יתכן שאוכל להוסיף עליה בלי לחשוש כל כך מהסביבה.
- בזמנים שאני לא יושבת על הספסל בתוך המעגל החברתי 'הכי נחשב' מבחינתי, אני מרגישה שלא קשה לי מידי להתגבר לא לדבר על אנשים. בזמנים האלו אני מצליחה די יפה לשמור על הלשון. יתכן שאוכל לעלות שלב בהתגברויות טלפוניות וכדומה.

הנה, על ידי שנתרגל להתגבר על הדרגה הקלה, נעלה את עצמנו למקום חדש, שבו קל לנו לשמור את מה שקודם היה קשה לנו. זו דרך העלייה הפשוטה והבטוחה. רעיון זה הוא כוח העידוד הגדול ביותר שיש בעולם! הרי כל הרפיון והייאוש שאחזו בנו נבעו מהכישלון הקבוע! מה יכול לתת לנו עידוד, תקווה ומרץ יותר מאשר להתחיל לראות הצלחה ממשית בעיניים!?

### **תזכורת חשובה**

כמובן, הגר"י סלנטר לא בא חלילה לקצץ בדרישות התורה, ולהסתפק בתשובה רק על הבחינות הקלות! אלא הוא בא ללמדנו את הדרך הפשוטה שבה נצליח להגיע ליכולת לקיים את המצוות בשלמות הנדרשת. מתחילים עם קבלה לעתיד בצורה קלה, אבל לא מסתפקים בזה! לאחר זמן, כאשר נתרגל ויהיה לנו יותר קל- נקבל קבלה לעתיד בדרגה נוספת של שמירת המצווה, וכך הלאה עד לשלמות השמירה.

### **לסיכום**

המסקנה העיקרית: אין מקום ליאוש! גם למי שיודעת בכל שנה שכבר ניסתה אלף פעמים לקבל על עצמה שלא לדבר לשון הרע, או לכבד את הוריה וכו' – ונכשלה בכל פעם מחדש.

הגר"י סלנטר מביא משל לחולה שסבל מייסורים רבים ועדיין לא נמצאה תרופה למחלתו. אבל הוא יכול להשיג תרופה שתקל מאוד על המחלה ותפחית בהרבה את סבלו.

האם ייתכן שאדם בר דעת שנמצא במצב קשה כזה, לא ינסה להשיג את התרופה הזו באופן מיידי?

כך ממש הוא ברוחניות. גם החולה בחלק הרוחני שלו, שאינו מצליח להתגבר ולהימנע מאיסור מסוים, ויש לו מיידיית בהישג ידו את התרופה שתקל על החולי, היתכן שלא ייקח תיכף את תרופת 'הבחינות הקלות'?

ומשהתחלת לעבוד 'בקטן', זהו זה. עכשיו את בעז"ה בכיוון הנכון, חוק הטבע של ההרגל מתחיל לעבוד לטובתך מכאן ואילך. התוצאות הטובות כבר בדרך.

וכמובן, לא לשכוח את התפילה. גם לדברים ה'בטוחים' צריך סיעתא דשמיא. ובפרט שכבר הכינו לנו אנשי כנסת הגדולה את הנוסח לכך בתפילת שמו"ע "והחזירנו בתשובה שלימה לפניך...".



## תקציר למעשה עם מקורות מקונטרס מעשה התשובה

א. עיקרי התשובה המעכבים הם: א. חרטה. ב. וידוי. ג. עזיבת החטא. ועזיבת החטא היא עם הקבלה לעתיד, שאקבל על עצמי לעזוב את חטאי לעולם. ואם קיימתי את השלבים הללו כבר קיימתי מצוות תשובה, ואני זוכה לסליחה ולכפרת העונש על חטאיי [שעי"ת ש"א-ט, י"ט, המבי"ט בית אלקים ריש פ"ב].

ב. חלקי החרטה והוידוי הם קלים לקיום, כיוון שמספיק לחשוב 'הלוואי שלא הייתי חוטאת', ולהתוודות בפה, וכבר יוצאים ידי חובת החרטה והוידוי. שעי"ת (ש"א אותיות י"ב י"ט) וכן משמע ברמב"ם (ב,ב), ברש"י ובמאירי יומא פ"ה: , וכ"כ המנוחה וקדושה והפחד יצחק ועוד, והתבארו דבריהם בקונטרס, ח"א, הטעויות שבחרטה, הע' 30].

ג. עיקר הקושי מצוי בקבלה לעתיד, מכיון שצריך להגיע להחלטה חזקה בלב שלא אשוב לחטא, וזאת מתוך נכונות להתאמץ כל ימי חיי להילחם עם פיתוי היצר החזק, כפי זה שנכשלתי בו [שם, ח"ב תשובת המזיד וראה שם בהע' 11 מש"כ הרס"ג והאור ישראל].

בעבור קבלה זו אין די בהחלטה להוסיף מעשים טובים או גדרים להמנע מהחטא. הקבלה צריכה להיות על מעשה החטא עצמו [סתומת הראשונים והפוסקים שדברו כולם על עזיבת מעשה החטא, כוכבי אור מאמר סי' ע"מ ק', רבינו ירוחם דעת חכמה ומוסר ח"ב ע"מ ש"ח, הו"ד שם ח"א הע' 9].

ד. חיוב הקבלה לעתיד שהוזכר שייך רק לגבי חטא מזיד, שעברתי עבירה בידיעה שאני עוברת כעת עבירה, אבל אם זה חטא שנעשה בשוגג, שלא בחרתי ברע לעבור על ציווי ה' אלא רק לא שמתי לב להזהר- התביעה עליי היא על חוסר יראת שמיים וחוסר זהירות [כ"כ רש"י (יבמות פ"ז: ) והרמב"ם (שגגות ה,ו) והרמב"ן (שער הגמול אות קי"ז ד"ה ולמה) והרבינו יונה (אבות ב,ד) ועוד, הו"ד שם בתשובת השוגג הע' 2] ולכן עליי לקבל על עצמי להוסיף זהירות ושימת לב שלא להיכשל להבא [הר"י (במשלי פ"ד סוף פסוק כ"א), מבי"ט (בית אלקים פ"ב), חזו"א (אגרות ח"ג, קמ"ט)].

וכן אם נכשלתי בשוגג בגלל חוסר ידיעת הדין, עלי לקבל על עצמי ללמוד את ההלכה הזו.

וכן אם ביכולתי לקיים חלק מהדין, כדוגמת כוונה בתפילה, שיכולה לכוון בחלק מהתפילה לפעמים, אינני מחויבת לקבל על עצמי שלעולם לא אשוב לחוסר כוונה בתפילה, אבל חייבת לקבל על עצמי לכוון כפי יכולתי ולא לזלזל במה שבכוחי לעשות. [שם, ח"א הטעות הרביעית].

וכן צריך לבדוק [אצל תלמיד חכם/סמכות תורנית] האם החטא הוא באמת עבירה או רק חיסרון בדברים שהם מדרגות ומעלות יפות אך לא עבירות,

שהחייב באלו הוא רק **להשתדל** להתקרב אל המעלה כל אחת לפי כוחותיה. [שם, הטעות החמישית].

### ה. הקבלה לעתיד בחטאי מזיד

1. מהותה- לקבל על עצמי שלא לחזור לעצם החטא לעולם [רמב"ם תשובה ב,ב, שע"ת א,יא].

2. חוזקה- לקבל על עצמי להתאמץ ולהילחם כל ימיי עם פיתוי היצר החזק, כפי זה שנכשלתי בו [שע"ת א,יא, ר"מ ב,ב, התבאר שם בתשובת המזיד הע' 9].

3. אמיתותה- אם בזמן הקבלה חשבתי באמת שלא לשוב לעולם לחטא, זו קבלה אמיתית. **וגם אם אחר כך היצר ניצח והכשיל וקיבלתי שוב על עצמי באמת- מועילה התשובה בכל פעם, ואפילו פעמים רבות** [רס"ג אמונות ודעות מאמר חמישי פ"ה, מאירי חיבור התשובה מאמר א' פ"ט, מבי"ט בית אלקים פ"ו ועוד, הו"ד שם ח"א, הטעות הראשונה, הע' 5].

אבל אם כבר בזמן הקבלה אני חשה ייאוש וחוסר יכולת להילחם ביצר - חסר באמיתות הקבלה [חובה"ל שער התשובה סופ"ג].

### ו. "הבחינה הקלה"- למי שמתקשה לקבל

אמנם, גם מי שמיואשת שאין ביכולתה לקבל על עצמה קבלה גמורה לפרוש מכל לפני החטא- תתחיל לפרוש מהבחינה הקלה של העבירה, להתרגל לכבוש את היצר בהדרגה, תתקדם עוד ועוד כפי יכולתה, עד שתגיע לקבלה גמורה ותשובה גמורה.

[אור ישראל אגרות ו, ז, ח, ט"ו, וראה עוד בקונטרס ח"ב אות ו' ובהערות שם].