

ישראל בטח בה'



SELECTED LETTERS
WRITTEN BY
THE LUBAVITCHER REBBE זצ"ל

IN RESPONSE TO PEOPLE
DEALING WITH ILLNESS,
ANXIETY AND FEAR

B"H



INTRODUCTION

As a new and dangerous virus sweeps through our world, our lives have been turned upside down.

Young fathers are hospitalized, on respirators, rachmona litzlan; tears flow with no comfort. Our dear bubbies and Zeidies are suffering; adults and children are in distress and agonizing pain. The brokenness, loneliness, anxiety and panic grips our hearts, threatening to overwhelm us.

The Lubavitcher Rebbe זצ"ל wrote many thousands of letters that are printed in over thirty volumes of אגרות קודש. In this publication, we present a translation of selected letters that the Rebbe wrote to people dealing with illness, anxiety and fear.

We are sharing this with you because we know that studying these letters will enable you to cross the bridge from hopeless despair to calm strength; from suffocating darkness to refreshing light.

As you read these letters, you will be lifted up to a window, where you can view your life through the lens of trust in Hashem.

Trust in Hashem brings us deep relief and peace of mind.

More importantly, trust in Hashem directly brings about the healing and salvation we so desperately need.

Each of these letters pulsates with encouragement and direction. Take it to heart, act on it - and share with your family and friends. May our united, combined efforts be a z'chus for a complete and immediate refuah b'gashmius to every individual who needs it!

May we merit to see the fulfillment of בנין נגאלו ובנין עתידין להגאל with the coming of Moshiach now!

Mechon Ohr Hachassidus



***Printed by Mechon Ohr Hachassidus
L'Zchus a complete and speedy recovery
for all cholei Yisroel***

Info@energizedliving.org

CHAPTER ONE

THE TRUE HEALER

We tend to blur the lines between the Healer and the means of healing. The Healer is only Hashem. The means of healing... they are simply Hashem's means.

The Torah instructs us to guard our health and follow the advice of medical professionals. In doing so, it is easy to think that the natural order of science and medicine wields power in our lives.

It doesn't. Not in the slightest form.

Hashem is always our One and only Power.

In the following letters, we will explore a unique, four-point plan for ideal health.

- 1) Follow medical advice
- 2) Turn your mind away from overthinking
- 3) Cultivate your trust in Hashem
- 4) Learn Chassidus, which strengthens your awareness and trust in Hashem

Doctors were given permission to heal - not to predict the future and not to direct our moods.

Our future is completely, securely in Hashem's Good Hands.

This awareness helps us maintain a peaceful heart.

THE FOUR-POINT PLAN
FOR IDEAL HEALTH

B"H, 23 Teves, 5711

Greetings and blessings,

In response to your letter of Thursday, *Parshas Vayechi*, where you inform me that you underwent several operations.

In general, it is a pity that you take an interest and contemplate medical texts regarding what appears to you to be your ailment. According to my opinion, you should not do anything other

than act according to the Torah's command, i.e., to actually carry out the doctors' instructions and for you to focus your mind and your heart — i.e., your thoughts regarding your condition — on the firm trust in Hashem that He is the Healer of all the sick and that He works wonders. You should not involve yourself in matters concerning medical knowledge because this is not relevant to you, and in particular, it disturbs your peace of mind and arouses despair. There is a well-known saying from several of the *Chabad* Rebbeim that was repeated several times:¹ *Tracht gut, vet zain gut*; "Think good; think positively, and the outcome will be good."

With regard to your recovery:

- a) Surely you are following the instructions of the doctors;
- b) Divert your attention from deep contemplation about your health;
- c) Have strong trust in Hashem, for there is nothing that can stop Him -- and who can tell Him what to do?;
- d) Develop an even stronger bond with the Tree of Life, the teachings of *Chassidus*, "the words of the living Aibershter." [In practice,] with regard to yourself, you should establish a fixed time for the study of *Chassidus* and increase your study of it to the greatest degree possible in addition to this fixed time...

May Hashem grant you long and good years. May you increase strength and power in the study of the Torah and the careful observance of *mitzvos*, and may you convey good news with regard to all the matters mentioned above.

(Igros Kodesh Vol 4 / letter #872)

STICK TO THE PLAN - AND STOP ANALYZING, WONDERING AND PREDICTING YOUR HEALTH

Tammuz 18, 5715

... In regard to his health, I already told many people in similar situations, that one must do as the doctor recommends. So visit the doctor, who will then advise you what to do.

But do not invest your deep thinking and even your [regular] thought in your health. And what is specifically relevant to you – do not think about it so much.

From your letter, it seems that you are doing the opposite of this: You are delving deeply and investing your thoughts, "What is the status today? Yesterday? Tomorrow? The day after tomorrow?" And you have strange assessments about this, and [on the other hand, in practical terms,] you're not even visiting the doctor, so it's not possible to follow the doctor's

recommendations.

Since you've been doing this for many months, maybe try from now on to follow my above mentioned advice.

DON'T CAUSE YOURSELF DAMAGE... FOLLOW THE PLAN!

B"H, 27 Teves, 5712
Greetings and Blessings!

I read your letter of 24 Teves in which you write about your situation and that you saw the doctor's reports and [you write about] the impact it had on you – how you envision the future [based on the medical report,] how you are saying Tehillim and making requests of Hashem. You are asking for my opinion about all of this.

Answer:

The fact that you are saying Tehillim and making requests of Hashem is certainly good, because He is the Master of the entire world, and of every person, including each and every detail.

But what you write about becoming absorbed in the doctor's report and envisioning the future [based on that report,] I am not in agreement with you about this, because it is completely irrelevant for you; it is not part of your life's purpose.

HoRav Dov Yehuda Schochet writes to me that you are a Yid who keeps Torah and Mitzvos. Therefore, you certainly believe that Hashem is the Master of the world. We see that even with human behavior, when one is a good homemaker, everything is organized and things are not mixed up. Every detail serves a specific, intentional purpose.

If this is how it is with a person who is limited in everything and can sometimes make mistakes, how much more so is Hashem's "נעל הבת'שקייט" – Hashem's "management." Every single detail, whatever and wherever it is, needs to fulfill its own specific purpose, in a complete way. And when a person does something that is different from his purpose, there are two disadvantages:

- 1) Since he is not equipped for that task, he can only cause damage.

2) [This involvement] takes away – diverts [energy] – from fulfilling the real purpose that is designated for you.

All of the above directly applies to you, for a number of reasons that are surely hashgocha protis: your profession is not medical, and you were raised as a Yid who keeps Torah and mitzvos. From this, we know two things:

1) Medicine is not your unique purpose in this world; it is not what Hashem wants from you.

2) Keeping Torah and mitzvos, including Ahavas Yisroel; including הוֹנֵחַ תּוֹכִיחַ וְכִי – “you shall surely warn / teach [others]”; and also as it says in the sefer Tana Dvei Eliyohu, “When you see someone unclothed, cover him,” that when you see a Yid who is without Torah and mitzvos, try to clothe him with Torah and mitzvos – this is your purpose; this is the mission for which you were created.

From this it is clear that when you express your evaluations and opinions in matters of medical science, firstly, this distracts you from fulfilling **your** mission which is designated for you. Secondly, in matters of your healing, you could only chas v’sholom cause damage and you can absolutely not improve things. You can chas v’sholom cause damage, because when you’re upset, you will think and imagine things that **will never happen** – and automatically, this weakens [the conduit of] your blessings and it weakens your trust in Hashem Yisboreich, through absorbing and delving into what this doctor says and what the other professor thinks, etc.

And if you’re asking my opinion, I’m telling you: You need to conduct yourself as the holy Torah requires you to do.

And the Torah says that the Torah gives [a doctor] permission to **heal**. (Bava Kama 85a, on Shmos 21:19) This means that the Torah gives us permission to consult with doctors and gives doctors permission and the possibility only to heal people and rectify them. And this is why people commonly go to a doctor and we follow their medical advice. There is nothing else for you to do in this matter – leave that to the doctor.

What you [do] need to do, is be confident in Hashem that you will have אריכות ימים ושנים – a long life. The possuk (in Mishlei 21:21) says: “ראתה” – “Awe of Hashem [leads] to life.”

Accordingly, the stronger your trust in Hashem is, and the less doubts you have in this; and the more you will invest yourself in fulfilling your mission in this world – as mentioned before – to keep Torah and mitzvos and also to have a positive impact on others in this regard, the more אריכות ימים, long years, you will have. This is [to be understood] literally, with no “פשטילעך”, with no alternative, creative interpretations.

Completely forget about the report and about what you have been reading in the medical books, because this is not your mission in this world – it does not belong to you at all. And since it doesn’t belong to you, it cannot make things better for you and in general it can only cause the opposite chas v’sholom.

Make sure to say the daily Tehillim every day after davening in the morning, (as the Tehillim is divided according to the days of the month,) and every day, learn Chumash with Rashi [according to the Parsha of the week.] You should also take part in the available shiurim, sessions of Torah study; and at least one of the shiurim should be in Chassidus.

And it is self-understood, that you should make it your goal, as the possuk says and the Baal Shem Tov haKodosh expected of Chassidim, “עבדו את ה’” “Serve Hashem with joy.” This applies to your davening and learning and also to your eating, drinking and everything else that people do – even sleep, as the Rambam writes in Hilchos De’os. And when you will do this, you will start to feel better and even better; and you will become healthier and healthier and you will be able to share good news with me about this.

עס וואלט אויך גלייך, געווען, that every day before davening in the morning and before mincha, you should give a few cents to tzedoka, (except, of course, on Shabbos and Yom Tov.)

I hope, and I am sure that you will accept my suggestions and directives and that you will let me know about all of this as soon as possible.

With blessings for good health and a רפואה קרובה, a speedy healing, and for many long and good years, may you be able to fulfill your mission in this world with מנוחת הנפש, a peaceful spirit, and מנוחת הגוף, a peaceful body, and may you be a real Chossid.

CHAPTER TWO

A DOCTOR IS HASHEM'S MESSENGER

Trust in Hashem never means disregarding medical advice.

The Torah does not give a doctor permission to predict the future.

The Torah does not give a doctor permission to make assumptions or create despair.

The Torah gives a doctor permission to heal.

That's why, when a doctor makes recommendations, those recommendations are invested with the authority of Torah itself!

We must follow our doctor's advice with the same stringency and acceptance with which we follow the Torah.

FOLLOW YOUR DOCTOR'S RECOMMENDATIONS!

...You write regarding the report from the doctors:

It is a known principle that Yidden conduct themselves in accordance with the guidance of the Torah. Since Chazal tell us that the Torah gives doctors permission to heal, it is clear that the doctor is merely a Shliach [of Hashem]. And though the Shliach, the doctor, does not always know the deeper intention, [even when he doesn't know that he is Hashem's messenger,] that which he says to do in practice is from the Meshaleyach (the One Who sent him, Hashem). In this sense, [the doctor's instructions] are related to Torah.

Therefore, even if you don't understand completely, or if you have questions regarding what the doctor says, like you write in your letter, that should not have an effect on your doing what he advises you to do.

I'm therefore certain that upon receiving this

letter, you will start to follow what the doctor says, and may Hashem grant that the listening and following his advice, will be with much success in all areas.

It is also clear that the behavior of not eating on time, or eating only once a day, etc. is not in accordance with the teachings of the Bal Shem Tov about which we heard many times from our holy Rabe'im, that "Azov ta'azov imo", we must surely help the body, and not [put it] through fasts and self-inflicted pains.

I hope to receive a prompt response that you started to conduct yourself as stated above, and may it be Hashem's will that this will be with much success.

(Igros Kodesh Vol 14/ P. 505)

EVEN WHEN YOU DON'T UNDERSTAND

[...] I was happy to receive your letter, in which you also write about your habits, including your

eating habits. In matters that are connected with your health, our holy Torah - Hashem's living Torah - instructs us to follow all that the doctor recommends, for the Torah gives the doctor permission to heal, and the doctor is the messenger.

Certainly, you could discuss with your doctor your different ideas and your reasoning, including the line of reasoning that you wrote to me. But after your doctor hears you out, you need to follow whatever he guides you to do, regardless of whether or not he agrees with your line of reasoning. Do this because the doctor is no more than Hashem's Messenger, who does his work with the empowerment and permission given to him by the Torah. And since this [approach] is derived from Torah, it is good for your body and your soul alike.

If you don't understand this, or you have a different opinion about this, it is no wonder, because Torah is Hashem's wisdom and it is no wonder when a person does not understand everything in the Torah. Still, a person must fulfill everything that is stated in the Torah, even without understanding, and in the end, understanding will come.

I hope that you will do this completely and do it with simcha, with joy and gladness of heart.

With blessings for good news in all of the above,

(Igros Kodesh Vol 15/ P. 160)

HASHEM HOLDS YOUR HAND, EVEN WHEN YOU ARE IN THE HOSPITAL

B"H, 16 Elul, 5710

[..] In response to his letter in which he writes that his wife was told by her doctor that she has to stay in the hospital for a few days in order to undergo an examination, and that she is afraid

and frightened of the hospital for various reasons (that have no basis in facts).

It is his responsibility to explain to her with suitable words, according to her present emotional state, that:

Hashem created the world and He controls the world, both in the lower hemisphere where we are found and in the upper hemisphere where ... and his wife are found. [Hashem] "spoke and [existence] came into being. He commanded and it endured." Everything that happens in the world does not happen without Hashem's involvement, and everything that Hashem wants, happens. It is only that Hashem wants us to utilize natural mediums; meaning, to achieve things within the natural order.

When a Jew, whether man or woman, does not feel well and must call a doctor, that does not mean that the doctor will do whatever he wants to do. Instead, Hashem has chosen this doctor as His emissary to carry out the mission [of healing the individual; the patient].

When we have faith in Hashem, without any doubts, that He controls the world, we then merit to see with our physical eyes in every step of our way: How Hashem is holding us, each and every one of us, by the hand and is leading us in the way that is better for us in both material and spiritual things.

As such, if she enters the hospital according to the directives of the doctor, she is still in Hashem's domain. Hashem will protect her and see that things will proceed in the way that is better for her, both for the health of her body and for the health of her soul.

She must only be strong in her faith and trust, that certainly the blessings which my revered father-in-law, the Rebbe, מ"ה, blessed her with, and blesses her now, and will continue to bless her, will be fulfilled. May she have a recovery, and you and her should speedily be able to convey good news that she feels healthy.

(Igros Kodesh Vol 3 / P. 441)

CHAPTER THREE

THINK GOOD - IT WILL BE GOOD!

Bitachon is a verb. It is the act of turning our minds to thoughts that reflect our trust in Hashem. Hashem has the Power to do anything! He can save us, heal us, sustain us - He can do it all, and He can do it now. Turning our minds to this truth doesn't just bring us relief in the moment. It is the spiritual catalyst, the energizing force, that creates the goodness we want and need.

When unpleasant things happen, it is natural for our minds to wander into all kinds of unpleasantness. Never entertain such thoughts! They make things worse. Learn how to move away from these thoughts.

A million sticks cannot chase away the smallest amount of darkness.

But even one tiny light dispels **all** the darkness. So too, with our angry, fearful, dark thoughts we cannot improve even one detail of the unpleasant situation. But with one moment in which we fill our minds with thoughts of trust in Hashem's goodness,
we improve the entire situation.

Easy work? Not at all. Possible? Absolutely.
 For each and every one of us.

Start now. For just this moment.

Think good.

And it will be good.

YOUR THOUGHTS MAKE A DIFFERENCE!

It is surprising that we talk and talk and when it comes to action - every individual thinks that this is talking about someone else and not him!

Many, many times we brought the saying - a **directive** of our Rabbeim - "Think good and it will be good." These words mean that *thought impacts reality*.

Instead, you are coming up with thoughts that are in the opposite direction, despite the fact that we are in the month of Adar, in which we are commanded to increase in joy; and you're sitting in sadness, (see what it says in Tanya about this,) etc.

I will conclude with the words of our Rabbeim: Think good and it will be good - clearly and in a revealed way.

(Igros Kodesh Vol 20 / P. 195)

JOY HASTENS THE HEALING

B"H, 1 Shevat, 5718
Greetings and Blessings!

I have received your letter ... in which you write about your present situation.

You have certainly heard of the saying of the Rebbe Maharash (the grandfather of the Previous Rebbe), "The world says that when you cannot go under [when you cannot proceed in the natural order,] you should go over, [proceed in the spiritual order,] but I say, that to begin with you should go over!"

The same is in this case. Even though it seems that to express visible joy, you have to wait until the situation of your health actually improves, there is room to say, as learned from the above mentioned expression, that you can be joyous before the improvement of your health, even though at the moment this [improved health] isn't a visible reality -- and doing this, in itself, will bring about the improvement sooner.

Doing this is in line with the expression that was taught a number of times by the Chabad Rebbeim, "Think good, and it will be good!" It is a simple fact, that when this [behavior of positive thinking] is brought into joyful speech or joyful action, and especially when this concerns such a respectable person whose pen is the pen of a writer, and who is able to influence many people about this, the reward for one who brings joy to another is known (Taanis, 22,1).

(Igros Kodesh, Vol 16, p. 252)

**NEGATIVE THOUGHTS ARE
DANGEROUS! DON'T DO IT TO
YOURSELF OR TO OTHERS.**

**WHEN YOU CAN'T THINK OF
ANYTHING GOOD TO FILL**

YOUR MIND, FILL YOUR MIND WITH TORAH.

B"H, 27 Menachem Av, 5712
Greetings and Blessings!

This¹ comes in response to your letter, from which it appears that I have not yet managed to raise your spirits.

I think I have already told you a few times that which is brought in seforim, and not necessarily only in Sifrei Chassidus: One should not initiate -- and introduce into the world -- depressing lines of thought. Vigilance in this area is a *segula*² (spiritual assurance) that the [unpleasant] matter in question will not happen.

This is not a warning only against initiating such ideas in the realm of speech. (It is cited in sifrei *Chassidus* -- and I think it is appended to *Siddur Meah She'arim* -- concerning the Maggid of Mezritch, that whenever a *sevara* (line of reasoning) fell into his mind, he would articulate it in speech, in order to draw it down into this world.)

A depressing concept should not be initiated [not only your speech, but] even in your thought, for the reason stated above. This also follows naturally from the teaching of our Rebbeim of earlier generations that was handed down to us by my revered father-in-law, the Rebbe [Rayatz]: "Think positively, and things will be good." [In the original Yiddish, *Tracht gut, vet zain gut.*]

It no doubt **appears** to you that it is very difficult to discipline your power of thought in the above direction. Hence, if you have no other option, [if you cannot bring your mind to think positively], you should invest your power of thought in a Torah concept. And this spiritual goodness will also generate physical goodness.

From all of the above it follows that the more you strengthen your trust in Hashem, the more your trust also impacts your thoughts, words and actions, the more that trust will materialize in actual, physical form, bringing you an abundance of parnossah, prosperity, physically and also spiritually [...].

(Igros Kodesh, Vol 6, P. 286-287)

A BITTER MOOD CREATES A BITTER REALITY... THANK HASHEM FOR THE GOOD AND YOUR GOOD WILL BECOME EVEN BETTER!

B"H, 10 Menachem Av, 5715

Greetings and Blessings!

In response to what you write about your work, that you have no enjoyment and that the work is hard, etc.

Contrary to logic, there are individuals who are convinced that they don't need to be pleased and happy with the way Hashem conducts the world in general, and their affairs, in particular, because [if they would be pleased,] it may be interpreted to mean that they are satisfied with whatever good they have, when in reality, as much as there is good, things could be even better. Therefore they [feel that they] need to constantly complain and bitterly bemoan their hardship, at every step and in every matter.

Clearly, this is the very opposite of the direction of our holy Torah, and especially [it is opposite from] what our Chazal teach us on the posuk "כל הנשמה" - that for every *neshima*, breath of life, we must praise and thank Hashem. How much more [you must thank Hashem] when you are successful in your work...

In addition to all of the above, the holy Zohar rules that when we exhibit a sad appearance, this arouses chas veshalom a reflection of that appearance from On High, and it impacts the flow [of brochos] from Above. By contrast, when a person stands with joy and a satisfied spirit, regardless of his [unpleasant] circumstances, this in itself improves the situation, and from 'good' it becomes much better (see zohar ch.2, 184/2) [...].

(Igros Kodesh, Vol 11, P. 321)

It is well known that the best advice for being free of worries is to [cultivate] the quality of *bitachon*. This is explained in numerous works,

including *Chovos HaLevavos*, *Shaar HaBitachon*. In fact, trust in Hashem is a direct result of the *fundamentals* of Bney Yisroel's emuna, since all of Bney Yisroel are "believers, the descendants of believers."

And this emuna means that Hashem Himself watches over every single person with hashgocha protis, and that He is the essence of good. In the language of Chazal: "All that the Merciful One does, He does for the good."

If so, how is there any space for worrying? There isn't. Only when one forgets the *fundamentals* of emuna - that's when worry can arise.

In light of this, there should be no worrying about matters that are in the Hands of Heaven. And Chazal teach us that, "Everything is in the Hands of Heaven apart from the fear of Heaven." In matters of Torah and *mitzvos*, therefore, a person *should* be concerned about how to improve his ways so that they will be aligned with the purpose for which he was created. In the words of the *Mishnah*,^[3] "I was created to serve my Maker."

15 Iyar, 5718 [1958]

STRENGTHEN YOUR SENSE OF SECURITY BY THINKING ABOUT HASHEM AND HIS GOODNESS

You write that you are worried and so on, and you request advice about this.

The best advice, and the simplest, is to strengthen your trust in Hashem, Who is the Creator and director of the world; the One Who watches over every single one of us with hashgachah protis. And reflect deeply on the words of Dovid HaMelech, "the sweet singer of Yisroel," [whose words are said] in the name of every member of the Jewish people: "Hashem is my shepherd, I shall not lack"^[1] and "Hashem is with me; I shall not fear." Learn this perek in Tehillim well, a number of times, until you know

the content well. And from time to time, think deeply about these words. The enemy mentioned in this perek of Tehillim^[2] includes the Yetzer Horah, which is the inner enemy of every Jewish man or woman.

This subject is especially understandable in light of what is explained in Chassidus — that Hashem is the very essence of good, and “it is the nature of One Who is good, to make things good,” and He watches over every man and woman with personal attention.

And about what you wrote regarding the past, there is nothing that could stand in the way of Teshuva. But teshuva also needs to be done with a strong sense of trust in Hashem and not, chas v’sholom, from despair.

4 Teves, 5722 [1961]

STOP SEEING NATURE AS A POWER, AND YOU WILL NOT

BE NEGATIVELY IMPACTED BY NATURE

In truth, having the attribute of trust means that even if according to the laws of nature one sees no way out, in one’s mind it is beyond all doubt that everything will be good, in a way that is actually visible and manifest to fleshly eyes, with regard to having an ample livelihood, sound health, and so on. From the perspective of the world Above, considerations of nature are quite immaterial. Accordingly, once a person raises himself up and adopts a stance that is even slightly above the ground — that is, he brings himself to the realization that since he is a believing Jew, [he is] utterly certain that there is no master over him but Hashem alone — he can draw down [and actualize this certainty] here, too, so that in this physical world, considerations of nature will actually not affect him adversely chas v’sholom.

25 Sivan, 5712 [1952]



CHAPTER FOUR

HASHEM IS GOOD!

Hashem is Good. Always.
 We don't always see the good.
 After all, our understanding is so limited.
 We would never expect a toddler to understand
 the profound teachings of a brilliant scientist.
 Yet the difference between a toddler and the scientist is nothing but
 limited time and capabilities.
 The difference between us and our creator is limitless.
 We are mere creations; He is our Creator.
 Every ounce of goodness that we experience as good is
 nothing but Hashem's kindness -- a miracle to be grateful for.
 Stuck in a dark moment? Zoom out the lens of your mind's eye.
 Notice the sprinklings of Hashem's goodness everywhere.
 Recall moments of joy. Invite memories of
 miracles into your heart.

Repeat!
 Thank Hashem for the good.
 And watch the good become even gooder.

LET YOUR HEART TRULY FEEL SECURE IN HASHEM'S GOODNESS. IN THIS Z'CHUS, HASHEM WILL SHOW YOU THE GOODNESS!

It happens in some instances that this [belief in Hashem] remains limited to a person's faith and understanding, and unfortunately, it does not reach the feelings in his heart. For this person, [for whom his faith is intellectual and not emotional] particular events are a reason for brokenness and sadness, chas v'sholom.

And since he demonstrates this attitude, while his true intentional belief that all is for the good remains hidden in his mind, it could happen that the true [positive] intent — the ultimate good — of the event that had such a negative impact on

him remains hidden from the person's eyes and it will not shine forth.

If, however, a person works on himself to change the way he feels in his heart to the point that he doesn't experience the event in any way other than "everything that the Merciful One does is for the good," good in an open and revealed way -- when a person feels this in his heart, that person will also see the good in a revealed manner.

Hashem will reward him "measure for measure." The [outcome will be of] the same nature as the person's avoda. Hashem will reveal to everyone, particularly for the person himself, the good that is hidden in that event to the extent that it will be seen with one's physical eyes. It is definitely difficult for a person to bring himself to such a place. [..].

I wish you that very soon Hashem will show you — together with your husband and your son — the ultimate good contained in the various

events in your life that you have not been able to appreciate until now. May you all be happy together, both materially and spiritually.

(Igros Kodesh, Vol 4, P. 220-221)

IS THERE A DOUBT ABOUT HASHEM'S GOODNESS?!

B"H, 1 Elul, 5714

I was distressed to hear that your health isn't as it should be, and more essentially, that your spirits are down. It is surprising that you, and in general any individual in our generation, who Hashem guarded and you survived and were rescued from the fires [of the Holocaust,] that after you saw hashgocha protis with your own eyes, you still have doubts. (Even though this doubt is not chas v'shalom negatively affecting your general emunah in Hashem, it is affecting how you feel in your heart.) And this is the very same Hashem Yisboreych, Who is the essence and epitome of good, [the One about Whom we say that] the nature of good, is to do good -- He is organizing your life, in all its details and the details of every detail.

If only you would absorb this faith and this understanding on an emotional level, certainly you would be happy with what you have, and this would cause your health to be as it should be; this would add strength to your fulfillment of your mission in this world.

Even though everything needs to be done in a way that it could be contained within nature, as it says, "In all that you will do," ... and therefore you need to make sure to follow the doctors' recommendations, this needs to be without a heavy heart. And if you will follow my advice, take vacation for a week or two to calm yourself down, through resting and peacefulness - this will strengthen your health. After this break - and with a complete resolution to serve Hashem with simcha, joy - you will be able to continue your affairs and your business in good health and with success.

(Igros Kodesh, Vol 9, P. 264)

HASHEM IS WITH YOU - DO NOT BE AFRAID!

B"H, 1st day of Rosh Chodesh Adar, 5712

Blessings and Greetings!

I received the *pidyon nefesh* written on your behalf by the esteemed R. Yehudah Zvi Fogelman, who mentions that you suffer from a certain anxiety.

In these lines I would like to stress once more that every Jew, both woman and man, should be strong in his trust in Hashem. Just as every Jew believes with perfect faith that HaKodosh Boruch Hu is the Master of the universe, so too is He the master over the life of every individual Jew, both man or woman. And since it is certain that He is good, it is also certain that He will lead things towards goodness.

When we find ourselves in Hashem's care, with His hashgocha protis, there is nothing to be afraid of. As David HaMelech says in *Tehillim*,² "I will fear no evil, for You are with me." And the [fact that] "You are with me" applies to every Jew.

I hope that Hashem will also clearly show you an improvement in your situation, and that you will be able to relate good news.

(Igros Kodesh, Vol 5, P. 242)

TRUST THAT YOU WILL SEE THE GOOD

After a pause that was too long, I was pleased to receive your letter... you wrote it with a much more peaceful heart than your previous letter.

And may it be Hashem's will, that you will learn from this also for the future. If it ever seems to you that there is something in your life that is not as you want it to be, trust in the Creator of the world, Who carefully watches over each and every person with hashgocha protis, to fulfill the well-known saying of Chazal, "All that the Merciful One does, He does for the good." And in the end, it will be good that is clearly seen and revealed.

(אגרות קודש חט"ז ע' פה)



CHAPTER FIVE

NO TEARS ARE SHED IN VAIN

We can never understand Hashem's reasons for the events that happen in our lives. Yet one thing is certain: there IS a reason that is always in our best interest.

When we don't see the good, we pray for the day when the goodness will be revealed.

When we have unpleasant experiences involving other people, let's remember not to judge them. We have no idea what their struggles are; we are clueless about what they deal with every day.

This chapter includes one long letter with precious nuggets of timely wisdom and practical guidance.

B"H

13 Sivan, 5716 [1956]

I¹ received the letter in which you briefly describe what you have been through in the course of your life — the wanderings, the experiences and the anxieties — until recently, when you arrived in [...]. In addition, your letter points out things that are incomprehensible.

Since the secretariat has no Russian typewriter I am replying in Yiddish, but obviously you can continue writing to me in the language in which you are most at ease.²

According to what you write, you find it strange that you can see no explanation for the incidents that have taken place in your family and in your home.

Now, if you think about this a little, you won't have to find it strange, because a human being sees only a limited part of what goes on in his life and in his surroundings, and that is why he cannot correctly assess the meaning of what he sees.

THE SURGEONS ARE DOING THE GREATEST KINDNESS!



To make this concept transparently clear, let me offer an analogy. Imagine someone walking into an operating theater. He sees a man on the operating table surrounded by people with a variety of scalpels, who ignore his groans and continue cutting away. Not knowing the patient's full medical history, this chance observer will no doubt run out and raise an alarm: "They've taken hold of someone! They're cutting him up! He's groaning in pain, but he can't free himself from these kidnappers and murderers!"

Suppose, however, that someone explains to the chance observer that this very operation is necessary in order to enable the patient to survive for decades ahead, and that is why the surgeons are disregarding his several hours of pain. In such a case the bypasser will heartily agree not only that these scalpel-wielders are

neither kidnappers nor murderers, but that they are in fact the patient's greatest benefactors. This is true even when one does not consider that these surgeons cannot give a 100% guarantee that the operation will be successful, nor can they guarantee how long the patient is going to live after the operation, even if it is successful.

From this we can understand that in the course of a man's life in this world, something may happen that for a period may entail pain — real pain, not imagined. And nevertheless he knows, and also perceives, *hashgocha protis*. This means that he knows that the world is not random. It is conducted with a certain order, which encompasses not only himself but also his family. And *far* beyond this, one's plain healthy sense dictates that these incidents are certainly in no contradiction to the order that reigns in the world all around. It is only that we don't hear an explanation from the Surgical Specialist of the great benefit that one receives though the temporary pain.

THIS ROOM MUST BE ORGANIZED IN A WAY THAT'S BEYOND MY UNDERSTANDING

There are people who raise questions or who say that they are in doubt as to whether there is order and purpose in the world. However, everyone knows — from physicists, chemists, astronomers, and so on (and this is recognized not only by Jews, and not only by believers in Hashem, but even by nonbelievers) — that every tiniest atom in the universe has its precise laws, and everything transpires according to those laws that have been discovered to date. So, too, the earth and its stones and the vegetative and animal kingdoms, and likewise whatever surrounds us, all have fixed laws and established characteristics — even though all of this is of immensely wider scope than one man and his family.

Now, picture someone walking through an immense building with thousands of rooms. He observes that every item in every room is arranged in an orderly manner; in fact, he can tell

that there is order everywhere. There is only one little room about which he has his doubts as to whether here, too, all the furnishings and other objects are correctly placed. At this point every straightforward person would no doubt consider: Since the thousands of rooms in this huge edifice are all in the best of order, then also this solitary room — whose orderliness he has not yet grasped, but it is, after all, part of the edifice at large — surely has a planned order to it, even though he does not understand it.

MAY YOUR "ZIG-ZAGGING" BE SMALLER AND LESS FREQUENT...

It would be superfluous, I believe, to further analyze and explain the analogy, but I would like to add one more detail.

If every one of us, and that includes you yourself, would ponder upon the way in which his years have passed, the places he has been, and the things that have happened, and if one would think about this objectively, he would see tens and thousands of instances in which he has been led in a certain direction — starting from ten years ago, and since then everything is moving in one direction, forward.

However, since Hashem wants a man to do things by his own free will, every individual — and that includes yourself — is permitted and enabled to choose his path for himself. It is therefore not surprising that since a human being is no more than a human being, one sometimes makes mistakes and strays off the path, and instead of following a uniformly straight path, one sometimes zigzags. But if a person thinks deeply into all the above, and if he does not want to delude oneself, he sets his heart on making the zigzags smaller and less frequent. By doing this, he arrives at the goal that Hashem has set for every human being, and especially for every Jew — that he should be truly happy, together with his family, in this world, too. A person can arrive at this when he conducts himself in the way that we are taught by the Torah, which is called *Toras chayim* — a living Torah.

YOU HAVE NO IDEA WHAT THE OTHER PERSON IS WORKING THROUGH

A person only has to preempt the argument often used by the Yetzer Horah, who points to a person who is considered to conduct himself according to the Torah, and he also points out this person's faults. From there, the Yetzer Horah seeks to convince his debating partner [the person,] that since the said individual conducts himself according to the Torah and nevertheless has these faults, this proves that the Torah (chas v'sholom) is at fault — for look, the person has done this wrong and that wrong and yet another wrong.

The falsehood here lies in the fact that the Yetzer Horah shows only part of this person, and not the whole picture. Let me throw light on this by using an analogy.

Walking down the street, one sees a man on crutches coming out of the office of a medical specialist. The bypasser may think, or even say, "That specialist isn't worth much! This man just visited him and paid him well, and he follows his orders exactly. Yet he's using crutches and can't take a step without them!"

Suppose, however, that someone explained to the bypasser that before this patient ever visited the specialist, he was completely paralyzed and couldn't even move his feet. The specialist not only mitigated the paralysis, but also strengthened the patient. Now, not only can he move his feet: he can even walk, and is gradually walking better and more easily, though he still needs his crutches. It is thus possible that as he continues to follow the specialist's orders, he will eventually be able to dispense with the crutches and he will be completely healed.

In the same way, people have various qualities from birth. Some have more good ones, some have more negative ones. However, as a result of education at the hands of good teachers, and above all as a result of self-education — if it is done correctly — then even the innate negative qualities become ever weaker and less influential. Now, since a man has to teach himself and train himself throughout his entire lifetime, it is no wonder that one may encounter a particular

person in the *midst* of his labors of self-education. It is no wonder if one finds in him part of his unpleasant aspects too (and the reason is not that in his self-education he does not obey the directives of the Specialist) — but on the other hand, the extent of his faults is now much weaker than it was earlier.

TRUST HASHEM - AND LOOK KINDLY ON OTHERS

I would like to conclude by spelling out the intent underlying this letter of mine. It was written not for the sake of philosophizing, but in order to present you with the thought — that if you want to make use of objective and healthy reason, it should bring you to strengthen your trust in Hashem. It should bring you to look with a kindly eye upon the people around you in general, and upon the people of [...] in particular. It should bring you to see their positive qualities, which were mostly attained by toil, and to consider their faults, if they exist, in the spirit of the above analogy of the temporary crutches. Above all, what should be known is that *you* ought to do *your* part to light up your environment, and not only your family's environment, but also a wider circle of people. This can be achieved by being steeped in *ahavas Yisrael*, a love of fellow Jews, and by a desire to benefit them. And this is *certainly* good and does good for yourself, too, and for your family.

I hope that you will read this letter with all due attentiveness. It goes without saying that if you have any questions or if something is not clear enough, I would be happy if you would write me about this. I will make a point of replying, to whatever extent is possible, even if numerous preoccupations should delay the reply somewhat.

Such occasional delays should also indicate to you that you are being given more time, so that on your own, you will change the way you perceive the people around you, and you will continue to grow; and may Hashem bless you with success in all of this.

With blessings,

(אגרות קודש חיי"ג ע' קע ואילך)

CHAPTER SIX

WHEN THE YETZER HORAH SAYS, "MAYBE NOT."

Trusting in Hashem would be straightforward and simple - except that it isn't...

It's a challenge, because we have a Yetzer Horah.

The word "Nisayon" means challenge and it also means to uplift. The

Rebbe explains that these two meanings are connected.

To overcome a challenge, we must tap into our innermost strengths.

And when we do, Hashem uplifts us and energizes in a way that we could never do on our own.

Every time we defy our Yetzer Horah, we invite Hashem's blessings into our lives - and into the world.

This moment, choose bitachon over fear.

May our moments of choice add up, a rising force amidst the darkness - a force of blessing, a force of healing and a final push for the ultimate goodness - the geula.

HASHEM WANTS TO CONVINCE THE MALOCHIM ON HIGH

I have heard about the branches of business; how they aren't succeeding as they have been expected to succeed.

Certainly we must view this is a test, which Hashem wants to test Yidden. Although Hashem knows that the Jewish heart is always open and at all times ready to heed the call of Torah and mitzvos, still, He tests us in order to satisfy the reluctant-to-believe Malochim of the Heavenly Court.

Hashem therefore shows them:

"See, although the Yetzer Horah [attempts to] deceive a Yid, convincing him that he must now give less *tzedakah*, being that the business is not as it once was, Yidden outsmart [the Yetzer]; they understand that this is only an attempt to test them.

And when you will withstand the test and you

will understand the real intent of it all, not only will your business be as prosperous as before this challenge; it will be even better than before.

For a father loves when his son understands the true intention of his father's actions; and the more the child reveals wisdom which lies within, so much greater are the gifts that he receives from his father.

People in business say that the longer one is in the field, the better he grasps the concepts of business. Therefore, as you are already in business for a long time, you will certainly understand Hashem's intention in the situation mentioned above.

And just as with any good investment, whether in a hotel or another business, not only should we not decrease Hashem's share of it, to the contrary, we should give even more on His account. Then, Hashem will fulfill His assurance stated in Torah: *Aser bishvil shetisasher* - "Give a tenth [to *tzedoka*] in order that you become wealthy" - and He will give you, His "partner," an even greater income than before.

(From *Igros Kodesh* vol. 7 p. 337)

ריצוי מלאכי בית הדין של מעלה

איך הער אז עס זיינען פאראן געוויסע צווייגען פון מסחר וועלכע גייען ניט יעצט לויט ווי די סוחרים האבען געהאפט.

און זיכער אז מען דארף קוקען אויף דעם ווי אויף א טעסט (נסיון) וואס השי"ת וויל פרובען אידען, און האטש ער ברוך הוא ווייס אז א אידישע הארץ איז שטענדיג אפען און רופט זיך אפ צו תורה ומצות דאך בכדי צופרידענשטעלן בית דין מלאכים וועלכע ווילען ניט גלויבען, אז א איד וועט ביישטיין דעם נסיון (טעסט) ווייזט זיי דעריבער השי"ת, זעהט, אז האטש דער יצר הרע קען איינריידן א אידן אז מען דארף פארקלענערען די צדקה, וויילע די געשעפטען זיינען ניט ווי פריער, דאך זיינען אידען גאנץ קלוג פארשטייען זיי אז דאס וויל מען נאר פרובען זיי.

און ווען ער וועט ביישטיין דעם נסיון און וועט פארשטיין דעם אמת'ן מיין אין דעם, איז ניט נאר אז דער געשעפט וועט ווערען גוט ווי פריער נאר אדרבה עס וועט ווערען נאך בעסער ווי פריער, וויילע א פאטער האט האלט אז דער זון פארשטייט דעם אמת'ן מיין (כוונה) פון דעם פאטערס מעשים, און וואס מער דער קינד ווייזט ארויס זיין חכמה אין דעם, אלץ גרעסער זיינען די מתנות וואס ער באקומט פון פאטער.

סוחרים זאגען אז וואס מען איז עלטער פארשטייט מען מער דעם ענין פון מסחר, און דעריבער זייענדיג א לאנגע צייט אין מסחר וועט איר פארשטיין די

כוונה פון השי"ת אין דעם אויבען דערמאנטען מצב, און אז ווי בא א גוטען אינוועסטמענט צי דאס איז א האטעל אדער ביזנעס, איז ניט נאר וואס מען דארף ניט פארקלענערען דעם טייל פון השי"ת אין דעם נאר אדרבה געבען נאך א גרעסערען אן אקאונט אויף זיין טייל, וואס דענסטמאל איז השי"ת מקיים זיין צוזאג אין דער תורה עשר בשביל שתתעשר צו געבען זיין שותף נאך א מער גרעסערע הכנסה ווי פריער.

התועלת מהנסיון - גילוי הכחות הנעלמים

הנתיי לראות במכתבו, שמכיר הוא, אשר [...] הרי זה אינו אלא ענין של נסיון אשר מובא בכמה ספרים בביאור דבר זה, שלכאורה כיון שכלפי שמיא גליא, מהו הכוונה בהנסיון, אלא שהתועלת הוא בהאדם הבא לידי נסיון, שמה שהי' אצלו רק בכח, הנה בא זה בפועל, ועוד זאת שמתגלים אצלו כחות הנעלמים לגמרי, מן ההעלם אל הגילוי, ועל ידי זה מתוסף גם כן תוספת חיות ואור בכל עניניו בתורה ומצוות, נוסף על הענין שבו נתנסה. והאריכות בזה לדכוותי' אך למותר.

ובלי ספק יעמוד חזק על משמרתו משמרת הקדש לנהוג עין טובה בכל תלמידיו ולהעניק להם ממאור שבתורה, המביאה לאהבתו וליראתו ית', ולבכל דרכיך דעהו, וכפי הוראת הבעל שם טוב - באופן דעבדו את ה' בשמחה'.

(אגרות קודש ח"ז ע' רפד)

(6 משלי ג, ו.)

(7 תהלים ק, ב.)

CONTINUED FROM PREVIOUS PAGE:

REVEALING YOUR HIDDEN STRENGTHS

I was pleased to see from his letter that he realizes that ... this is merely a Nisayon, a test, which many Seforim explain the concept of a Nisayon. Seemingly, being that Hashem knows everything, what is the benefit of Him testing us?

The benefit is for the person who encounters a Nisayon, for the strength which was within him in a form of potential, now comes into actuality.

And even more than this: he reveals within himself strengths that were completely hidden. Now, [these strengths move] from hiddenness to being exposed, and with this, he also attains greater empowerment and light in all of his endeavors in Torah and Mitzvos, in addition to - the greater strength and energy in - what he has been tested in.

And explaining this at length to someone of your virtue, is merely redundant.

Without a doubt, you will stand strong ... Be aware of Hashem in all that you do, and as the Ba'al Shem Tov instructs - in a manner of "Ivdu es Hashem b'simcha" - serve Hashem with Joy.

(From Igros Kodesh vol. 7 p. 284)

גוט און טוט גוטעס אויך פאר זיך אליין און אייערע בני בית שיחיו.

איך האף אז איהר וועט ליינענען דעם בריף מיט דער געהעריקער וונימאניע [אופמערקזאמקייט], און זעלבסט פארשטענדליך, אויב איהר האט וועלכע פראגעס אדער עפעס ניט גענוג קלארקייט, וועל איך זיין צופרידען, אז איהר וועט מיר שרייבען אין דעם און איך וועל זעהן צו ענטפערן אייך לויט די מעגליכקייט, אויב אפילו צוליב פיל טרדות, וועט זיך דער ענטפער פארהאלטן א געוויסע צייט.

איך רעכען אויך אז דאס פון צייט צו צייט אפלייגן איז אויך א באווייז, אז מען גיט אייך נאך צייט, אז פא סוואיעי דאבראי וואלעי [בבחירתו החפשית] זאלט איר ענדערן אייער השקפה אויף די מענטשען ארום אייך, און אויך ווי מען דארף צו אויפפירען זיך וואס אמאל בעסער און בעסער, און השם יתברך זאל אייך מצליח זיין.

רופט זיך תורת חיים - א לעבעדיקע תורה - לערנט אונדז.

פארשטארקען דעם בטחון אין השם

..איך וויל פארענדיקען און ארויסזאגען מיין כוונה מיט דעם - מיין בריף, עס איז ניט צוליב "פילאסאפיע" אליין, נאר אום צו געבען אייך דעם געדאנק, אז אויב איהר וועט וועלען ניצען זיך מיט דעם אביעקטיווען און מיטן געזונטען שכל, דארף דאס אייך בריינגען צו פארשטארקען אייער בטחון אין השם יתברך . . און איבער הויפט צו וויסען, אז איהר דארפט טאן אייער חלק, צו מאכען ליכטיג און באלייכטן אייער סביבה, ניט נאר פון אייער פאמיליע, נאר אויף א גרעסערן קרייז מענטשן, און דאס קען געטאן ווערען, דורך זיין דורכגענומען מיט אהבת ישראל, און וועלען זיי נוצען בריינגען, וואס זיכער איז דאס

פרק שישי

כי מנסה ה' אלוקיכם אתכם

רבים הנסיונות העומדים בפני איש יהודי - כל הנסיונות כולם הם כדי לגלות באדם כחות נעלמים, ולכשיתגבר עליהם - יזכר שאין בהם ממש, ויבוא לעלי' ולהתנשאות

כשעומדים בנסיון מצליחים יותר מהרגיל

במענה על מכתבו . . בו כותב אודות הקישויים בלימודו.

והנה אל יפול חס ושלום ברוחו מזה, כי כל אחד ואחד נצטוה בלימוד תורתנו תורת חיים ולקיים כל מצותי, ולכל אחד ואחד מישראל ניתנו הכחות למלאות זה, והקישויים שפוגשים בלימוד או בקיום המצות הרי הוא כמה שכתוב "כי מנסה ה' אלקיכם אתכם לדעת הישכם אוהבים את ה' אלקיכם", וכשעומדים בנסיון מצליחים באופן יותר מהרגיל, וכבר ידוע פסק חז"ל "יגעת ומצאת"¹, והוספתו בלימוד התורה ובקיום המצות יוסיף גם כן בבריאות אמו שתליט"א אותה מזכיר במכתבו.

(אגרות קודש חב"א ע' שכה)

מלשון הגבהה והתנשאות

...מבואר בענין הנסיונות, שכשאין שמים לב לנסיון רואים שלא הי' בזה אלא נסיון ולא דבר שבמציאות, ורק נשאר התועלת כמה שנאמר¹ "כי מנסה ה' אלקיכם אתכם גו'" - דפירושו² גם מנסה מלשון 'ארים נסי' על ההרים⁴ - הגבהה והתנשאות.

(אגרות קודש חב"א ע' שכה-ו)

(1) דברים יג, ד.

(2) תורה אור ע, ד.

(3) ישעי' מט, כב.

(4) ע"פ ישעי' ל, יז.

(5) מגילה ו, ב.

טראכטן בא זיך, וויבאלד אז די אלע טויזענטער קאמנאטעס [צימערן] פון דער ריזיקער געביידע, זיינען אין דער בעסטער ארדענונג, איז דאך קיין צווייפל, אז אויך אט דער איינצעלער חדר, וואס ער פארשטייט נאך ניט דעם סדר אין דעם, אבער ער איז דאך א טייל פון דעם גרויסן בנין, איז אויך ער מיט א געפלאנטער ארדענונג, כאטש פאר עס איז דאס ניט פארשטענדליך.

די צאל זיג-זאגען זאל ווערן קלענער און זעלטענער

דעם נמשל פון דעם, רעכן איך איז איבעריק נאך מער צונעמען און ערקלערן - איך וויל נאר צוגעבן נאך איין פרט - אז יעדערער פון אונז און אויך בכלל, איר אליין, ווען מען זאל אריינטראכטן ווי עס זיינען דורך די יארן, בא עס, אין וועלכע ערטער ער איז געווען, און וואס עס האט פאסירט, און טראכטן אין דעם אביעקטיוו וועט ער זעהן צענדליקער און טויזענטער פאלן ווי מען האט געפירט עס אין א באשטימטער נאפראווליעניע [ריכטונג], אנהויבנדיק פון צען יאר פריער, און פון דענסטמאל אן גייט דאס אלץ פון לינקס צו רעכטס, אלץ אין דער ריכטונג,

וויסענדיק אבער אז השם יתברך וויל אז דער מענטש זאל טאן זאכן מיט זיין אייגענע בחירה ווי מען זאגט אין רוסיש, פא דאבראי וואלעי [בבחירה חפשית], לאזט מען יעדערן, און אויך עס אריינגערעכנט, און מען גיט די מעגליכקייט, צו אויסקלייבן אליין די וועג, און דעריבער איז קיין וואונדער ניט וואס זייענדיק ניט מער ווי א מענטש, מאכט מען טייל מאל פעלערן און מען גייט אראפ פון וועג, און אנשטאט דעם, אז די וועג זאל זיין שטענדיק א גלייכע, מאכט מען אמאל זיג-זאגען,

אבער ווען מען טראכט זיך אריין אין דאס אלץ אויבען געזאגטע, און מען וויל ניט זיך אליין אפנארן, פארלייגט מען זיך אויף דעם, אז די צאל זיג-זאגען זאל ווערן קלענער און זעלטענער, וואס דענסטמאל - קומט מען צו צום ציל וואס השם יתברך האט געשטעלט פאר יעדער מענטשן, און פאר יעדן אידן ספיציעל, אז ער זאל זיין אמת גליקלאך מיט זיין פאמיליע, און אויך בעולם הזה, וואס צו דעם קען מען צוקומען, ווען מען פירט זיך ווי די תורה, וועלכע

אבער וויסענדיק און אויך זעהענדיק השגחה פרטית, דאס הייסט אז די וועלט איז ניט הפקר, און אז זי פירט זיך מיט א געוויסער סיסטעם, און דער סיסטעם נעמט ארום ניט נאר עס אליין, נאר אויך זיין פאמיליע, און נאך פילע מער און מער, איז דער נארמאלער געזונטער שכל דיקטירט אז זיכער זיינען די פאסירונגען ניט פראטיווארעטשיווע [אין קעגנזאץ] צו דעם סיסטעם וואס אופראווליאט [פירט זיך] אין דער וועלט ארום עס, עס איז מער ניט וואס מען הערט ניט פון דעם "פראפעסער און חירורג", דעם גרויסן נוצען וועלכען מען באקומט דורך דעם צייטווייליקען ווייטאג.

זיכער איז אויך אט דער איינצעלער חדר מיט א געפלאנטער ארדענונג

עס זיינען פאראן וואס פרעגן קשיות אדער זאגען אז, זיי זיינען אין סאמניעניע [ספק] אויב די וועלט האט א סיסטעם און א ציל - אבער אלע ווייסן פון פיזיקע, כימיע, אסטראנאמיע, א.א.וו. (וואס איז אנערקענט ניט נאר פון אידן, און ניט נאר פון ג-ט גלויביקע, נאר אפילו פון נייע-ווערעשציע [ניט גלויביקע]) אז יעדער קלענסטער אטאם אין דער וועלט האט זיינע טאטשנע פראוויילעס [דייטליכע געזעצן], און אלץ ווערט געטאן לויט די אין דעם געפונענע פראוויילעס [געזעצן], אויך דער ערד, שטיינער, ראסטיעניעס, און זשיוואטנע [צומח און חי], און אזוי וואס עס אקרוזשאיעט [מקיף] אונדז נאר, האט אלץ באשטימטע געזעצן און איינשטעלונג איינגעשאפטן, כאטש דאס אלץ איז פיל פאכיג גרעסער אין פארנעם ווי איין מענטש און זיין פאמיליע.

שטעלט אייך פאר א קארטינע [בילד], ווי מען גייט אריין אין א גרויסער גראמאדנער זדאניע [ריזיקער געביידע], וועלכע האט טויזענטער קאמנאטעס [צימערן], און זעהט ווי אין יעדער קאמנאטע [צימער] איז יעדער זאך מיט א פאריאדאק [ארדענונג] איינגעשטעלט, וואס אפילו ער אויך פארשטייט אז עס איז ריכטיג גוט אויסגעשטעלט, נאר אין איין צימער, גאר א קליינער, אויף דעם איז בא אים א סאמניעניע [ספק], אויב אויך דא איז אלץ ריכטיג אויף דעם ארט, די מעבל און די אנדערע זאכען וועלכע געפינען זיך אין עס.

- איז יעדער נאר נארמאלער מענטש, וועט געוויס

פרק חמישי

הכל לתכלית מכוון

מכתב ליהודי שעבר מאורעות קשים בחייו והעלה תהיות על התרחשויות חייו; משל
מחדר ניתוחים, ומבנין בעל אלפי חדרים

די וואנדערונגען איבערלעבונגען און
ערגערונגען זיינען ניט פארשטענדליך

איך האב באקומען אייער בריוו אין וועלכען
איר באשרייבט אין קורצען, דאס וואס איר זייט
אדורך געגאנגען אין אייער לעבען, די וואנדערונגען
איבערלעבונגען און ערגערונגען, ביז דער לעצטער
צייט אנקומענדיק אין... און באמערקט אויף זאכען
וועלכע זיינען ניט פארשטענדליך.

אזוי ווי אין סעקראטאריאט איז ניטא קיין רוסישע
שרייב מאשינקע, ענטפער איך דעריבער אין אידיש,
אבער זעלבסט פארשטענדליך אז איר קענט מיר אויך
אויף ווייטער שרייבען אין דער שפראך וועלכע איז
איין מער אודאבנער [באקוועם].

עס וואונדערט אייך - לויט אייער שרייבען - וואס
איר זעהט ניט קיין אביסניעניע [ערקעלערונג] אויף די
סלוטשאיינען [פאסירונגען] פארגעקומענע אין אייער
פאמיליע און בא אייך אין הויז.

איז, ווען איר וועט זיך אביסעל אריינטראכטען אין
דעם, וועט דאס אייך ניט דארפן וואונדערן, ווארום
א מענטש זעהט נאר א באגרעניצטען טייל פון דעם
וואס עס טוהעט זיך מיט אים, און ארום אים, און
דעריבער קען ער ניט אפשאצען אמת ריכטיג דעם
אינהאלט פון דעם וואס ער זעהט.

די מעסער שניידער זיינען
די גרעסטע טובה טוערס דעם
מענטשן וועלכע זיי שניידען

אויף צו מאכען דורכזיכטיג קלאר דעם געדאנק,
וועל איך בריינגען א פרימער [ביישפיל]:

- ווען איינער זאל אריינגיין אין א אפיראציע

קאמנאטע [צימער] פון א האספּיטל און וועט זעהן
ווי עס ליגט א מענטש אויף דעם אפיראציע טיש,
און ארום אים שטייען מענטשן מיט פארשידענע
מעסערלאך און שניידען, און דער מענטש קרעכצעט
פון יסורים, און דאך פראדאלזשאיען [פארזעצן] זיי
מיט דעם שניידען, ניט וויסענדיק די פולע היסטאריע
פון דעם אפערירטען מענטשען, וועט אט דער
צופעליגער נאבליודאטעל [באזוכער] ארויסלויפן
מיט א געוואלד, אז מען האט גענומען א מענטש און
מען שנייט עס און דער מענטש קרעכצט פון יסורים
און קען זיך ניט העלפן צו באפרייען זיך פון גזלנים
און רוצחים,

אבער ווען מען וועט דעם צופעליגען באזוכער
ערקלערן, אז די אפיראציע איז נויטיג אום ער זאל
קענען לעבן נאך צענדליקער יארן, און דעריבער
נעמט מען ניט אין אכט די ווייטאגען פון עטליכע
שעה פון דעם אפערירטען, וועט דער גאסט אויך
פולשטענדיק איינשטימען אז ניט נאר זיינען זיי - די
מעסער שניידער - ניט קיין גזלנים און רוצחים, נאר
פארקערט, דאס זיינען די גרעסטע טובה טוערס דעם
מענטשן וועלכע זיי שניידען.

און דאס ניט קוקענדיק אויף דעם, וואס די שניידער
- אדער אויף דער היינטיקער שפראך, חירוגען -
קענען ניט גאראנטירן אויף הונדערט פראצענט, אז
די אפיראציע וועט זיין א געלונגענע, און וויפיל צייט
ער וועט לעבן נאך דער אפיראציע, ווען די אפיראציע
זאל אפילו זיין א געלונגענע.

פון דעם איז אויך פארשטענדליך אז בא א מענטשן
אין זיין לעבן אויף דער וועלט, טרעפט זיך א זאך
וועלכעס איז פארבונדן מיט ווייטאגען א שטיק צייט,
און א אמת, ער ווייטאג, ניט קיין געדאכטער, - איז

ווי יעדער איד גלויבט באמונה שלימה אז הקדוש ברוך הוא איז דער בעל הבית פון דער וועלט, אזוי אויך איז ער ברוך הוא דער בעל הבית אויף דעם לעבען פון יעדער איינצעלנעם איד, סיי א מאן און סיי א פרוי, און וויבאלד עס איז זיכער אז השם יתברך איז א גוטער, וועט ער געוויס פירען צום גוטען, און ווען מען געפינט זיך אונטער דער אויפפאסונג - השגחה פרטית - פון השם יתברך, איז ניטא פון וואס צו שרעקען זיך, און ווי דוד המלך זאגט אין תהלים, לא אירא רע כי אתה עמדי, און דער אתה עמדי איז בא יעדער אידען.

איך האף, אז השם יתברך וועט אייך אויך ווייזען דייטליך א פארבעסערונג אין אייער לאגע און וועט קענען אנזאגען גוטע בשורות.

(אגרות קודש ח"ה ע' רמב)

במה שכותבת אודות העצבים שלה שנעשית רגישה ביותר וכו', ומהנכון הי' שתקרא וגם תלמוד במקומות המתאימים על דבר הענין דהשגחה פרטית על פי תורת הבעש"ט והחסידות (אשר נקודות מזה נמצא באגרת הקדש לרבנו הזקן סימן כ"ה), ויהיה ענין זה חקוק בזכרונה ע"י שתלמוד אותו כמה פעמים, שבקל תזכור על הענין וגם בפרטיו, ויפעול בזה גם על הנהגה בפועל, שכמובן השגחה פרטית שולל ענין הכעס ואפילו ענין ההתרגזות [מלבד בעניני יראת שמים, כמבואר באגרת הקדש].

ולא נפלאה היא ולא רחוקה היא, כי מובן הענין די צרכו, ולא עוד אלא שבהתבוננות קלה רואים איך שזהו תוצאה ישרה מהאמונה הפשוטה אשר "לית' אתר פנוי מיני'".

(אגרות קודש ח"ה ע' רמב)

לאחרי הפסק הכי ארוך נעם לי לקבל מכתבו . . כתוב במנוחת נפש הרבה יותר מאשר מכתבו הקודם, ויהי רצון שמזה ילמוד גם על להבא, שבאם ידמה לו שאיזה ענין בחייו הוא לא כפי רצונו - בטוח יהי' בבוא עולם המשגיה על כל אחד ואחד בהשגחה פרטית שיקוים בו מרז"ל הידוע "כל מה דעביד רחמנא לטב עביד", וסוף סוף יהי' גם בטוב הנראה והנגלה.

(אגרות קודש ח"ה ע' פו)

שי' און אייער זון שי' דעם תכלית הטוב וואס איז דא אין די פארשידענע פאסירונגען אין אייער לעבן, וואס ביז איצט האט איר דאס ניט געזען, און איר זאלט זיין צופרידן אלע צוזאמען בגשמיות וברוחניות.

(אגרות קודש ח"ד ע' רב-רבא)

היש ספק אם השי"ת הוא עצם הטוב?!

נצטערתי לשמוע אשר מצב בריאותו אינו כדבעי, והעיקר אשר יש אצלו איזה נפילת רוח, ולפלא עליו ובכלל על כל אחד ואחד מדורנו זה ששמרם השי"ת ונשארו אודים מוצלים מאש, אשר לאחר שראו השגחה הפרטית הלזו בעיני בשר עוד יש ספק אצלם (ואף כי לא ח"ו בכח האמונה בדרך מקיף, אלא בהנוגע להרגש הלב) אם כן הוא אשר השי"ת שהוא עצם הטוב ומטבע הטוב להיטיב מסדר את חיי האדם לפרטיו ופרטי פרטיו.

כי אם היתה אמונה זו והבנה זו חודרת גם לההרגש של האדם - הרי בודאי שהי' שמח בחלקו, ובמילא היתה גם בריאותו כדבעי, והי' מוסיף אומץ בעבודתו במילוי שליחותו של האדם העליון בעלמא דין.

ואף שבכל ענין צריכה להיות אחיזה בדרכי הטבע וכמ"ש בכל אשר תעשה (והטעם בזה מבואר בכ"מ ומהם בקונטרס ומעין קרוב לסופו) ולכן צריך לשמור למלאות הוראת הרופאים, הרי ההנהגה בזה צריכה להיות בלא לב ולב וכידוע, ואם לעצתי ישמע הרי יקח לו חופש לשבוע או שבועיים למען הרגיע את מצב רוחו, וע"י השביתה והמנוחה - לחזק את בריאותו. ואחרי הפסקה זו - ובהחלטה גמורה לעבוד את השי"ת מתוך שמחה - יוכל להמשיך עניניו ועסקנותו מתוך בריאות הנכונה ובהצלחה.

(אגרות קודש ח"ה ע' רסד)

התבוננות בהשגחה מחזקת הבטחון

זיינער צייט האב איך ערהאלטען דעם פדיון נפש . אין וועלכער ער האט געשריבען אז איר ליידיט פון א געוויסע שרעק:

איך וויל דערמיט באטאנען נאך אמאל, אז יעדער איד סיי א פרוי און סיי א מאן דארפען זיין שטארק אין בטחון אין דעם אויבערשטען ברוך הוא, און אזוי

פרק רביעי

כל מה דעביד רחמנא
לטב עביד

ההשגחה הפרטית שעל כל מאורע, יש לנצל כל מצב לעבודת השי"ת

ביים מענטשן אין גלויבן און פארשטאנד, און דערגרייכט ליידער ניט צום געפיל אין הארצן. במילא, קומט בא עם אויס בגלוי אז באשטימטע פאסירונגען זיינען א סיבה אף צובראכנקייט און עצבות ח"ו.

און וויבאלד, אז בא עם איז דאס בגלוי אזוי, און די אמתע כוונה אז דאס איז צום גוטן בלייבט באהאלטן אין שכל, קען אויך אמאל זיין, אז די פאסירונג וועלכע האט אויף אים געמאכט דעם ניט-גוטן איינדרוק, בלייבט אויך איר אמת'ע כוונה - דער תכלית הטוב - באהאלטן פון מענטשליכער אויג און ווערט ניט באלויכטן.

אויב אבער מ'ארבעט אויף זיך, אראפצוברענגען די אמונה און פארשטאנד אויך אין געפיל פון הארצן, אז עס קאן גאר אנדערש ניט זיין, נאר אז כל מאן דעביד רחמנא - אלץ וואס דער אויבערשטער טוט, איז לטב עביד - צום גוטן בגלוי, ביז דאס הארץ פילט דאס אויך, זעט יענער דעם טוב אויך בגלוי, דעם אויבערשטנס שכר איז דאך מידה כנגד מידה - פון דעם זעלבן סארט: אז דער אויבערשטער אנטפלעקט פאר אלעמען, ובפרט פאר עם אליין, דאס גוטע וואס איז באהאלטן אין דער פאסירונג, און מ'זעט דאס אפילו מיט פליישיקע אויגן.

זעלבסטפארשטענדליך איז דאס א שווערע ארבעט צו פועלן בא זיך. די ארבעט איז אבער לייכטער פאר די וואס זיינען אויפגעוואקסן בא חסידישע עלטערן, פאר די וועלכע האבן חתונה געהאט פאר חסידים, און פאר די וועלכע האבן איינגעשטעלט זייער הויז אויף א חסידישן שטייגער עס זאל זיין דורכגעדרונגען מיט דעם רוח החסידות ומנהגי החסידים.

איך ווינש אייך, אז גאר אינגיכן זאל דער אויבערשטער באווייזן אייך צוזאמען מיט אייער מאן

יעדער איד איז טייער ביים אויבערשטן
ווי א בן יחיד

מיר האט מצער געווען צו הערן פון אייער מאן . אז איר פילט זיך צובראכן און אייך איז שווער צו קומען צו זיך פון דער סיבה וואס האט געטראפן ל"ע.

בכלל זיינען דאך אלע אידן, סיי מענער סיי פרויען, מאמינים בני מאמינים, דאס הייסט, אז אלע גלויבן און פארשטייען אויך מיטן קאפ, אז דער אויבערשטער, און נאר ער אליין, פירט די וועלט.

אויך גלויבן אלע אידן באמונה שלימה, אז דער אויבערשטער איז תכלית הטוב, גוטסקייט אליין.

אויך האט איר זיכער געהערט דעם ווארט פון שווער כ"ק מו"ח אדמו"ר זצוקללה"ה נבג"מ זי"ע, וואס ער האט איבערגעגעבן אין נאמען פון בעל שם טוב, אז יעדער איד, סיי מאן סיי פרוי, איז טייער ביים אויבערשטן ווי א בן יחיד ביים פאטער (באמת מערער, נאר מיר באנוצן דעם ביישפיל ווייל מיר קענען זיך ניט פארשטעלן א גרעסערע ליבשאפט ווי צו א בן יחיד).

דערפון אלץ קומט דאך ארויס במילא, אז אלץ וואס דער אויבערשטער טוט איז לטוב, צום גוטן. און אזוי ווי דער אויבערשטער וויל אז אידן זאל זיין גוט ניט נאר ברוחניות נאר אויך בגשמיות, איז דער טוב אויך זיכער ניט נאר ברוחניות נאר אויך בגשמיות.

אראפצוברענגען די אמונה און
פארשטאנד אויך אין געפיל פון הארצן

ווי שוין געזאגט, גלויבן אלע אידן אין דעם און מען פארשטייט דאס אויך מיטן קאפ.

ס'טרעפט אבער אין מאנכע פאלן, אז דאס בלייבט

מהאופן שהשי"ת מנהיג את העולם בכלל ועניניהם בפרט, כיון שהרי אפשר שיתפרש הדבר שהם מסתפקים במה שיש להם, וככל שהוא טוב הרי אפשר שיהי' טוב עוד יותר, ולכן צריך לעמוד בטענות תמידיות מהקושי ובמרירות על כל צעד וענין.

והנה מובן שזהו היפך הוראת תורתנו הק', ומכל שכן וקל וחומר ממאמר רבותינו ז"ל⁵ על הפסוק⁶ "כל הנשמה תהלל י"ה", שעל כל נשימה ונשימה צריך להלל, על אחת כמה וכמה כשבאה הצלחה בהעבודה . . ונוסף על כל זה הרי פסקו בזהר הק' שכשמראים פנים עצובות מעוררים ח"ו עד"ז גם מלמעלה ובההשפעה שמלמעלה, מה שאין כן כשהאדם עומד בשמחה ובשביעת רצון איך שיהי' מצבו, הרי זה עצמו מטיב המצב ובא פון גוט, צו נאך בעסער [מטוב, לטוב גדול יותר] (יעוין בזה"ב קפ"ד ע"ב).

ואין רצוני להאריך, כי מסופקני אם ישנה זה את ההרגל בהנהגה שלו הנ"ל (אף שתקותי שעדיין לא נהפך לטבע שני אצלו), ובפרט שגם שורות אלו מספיקות להבהיר את המצב כמו שהוא, והשי"ת יזכהו לראות את אשרו שהעמידוהו בקרן אורה, וצריך להודות ולהלל על מה שמצליח . . בהשתדלות שעד עתה.

(אגרות קודש חי"א ע' שכא)

בדא"ח (כמדומה שנדפס בסוף סידור מאה שערים⁴) שהרב המגיד כשהי' נופל לו סברא הי' אומרה בדבור כדי להמשיכה בעולם – אלא שאפילו במחשבה אין לחדש סברא כזו והטעם כנ"ל, והוא מובן גם כן מפתגמי כ"ק נשיאינו רבוה"ק שסיפר כ"ק מו"ח אדמו"ר שהיו אומרים "טראכט גוט וועט זיין גוט" [תחשוב טוב יהיה טוב].

בטח נדמה לו שקשה במאד לפעול על כח המחשבה בהנ"ל, ובלית ברירה ילביש כח המחשבה במחשבה דתורה, ומהטוב ברוחניות יומשך גם כן טוב בגשמיות.

והמורם מכל הנ"ל, אשר ככל מה שיתחזק בבטחונו עד שיפעול גם על המחשבה דיבור ומעשה שלו, הרי יתגשם הדבר במוחש יותר לפרנסה בהרחבה בגשמיות וגם ברוחניות.

(אגרות קודש ח"ו ע' רפ"ז)

עצם השמחה מטיבה את המצב

מה שכותב אשר מעבודתו אין לו נחת וכו' ועבודה קשה היא וכו'.

הנה היפך השכל ישנם כמה אנשים שהונח אצלם שאין צריך להראות פנים שוחקות ושביעת רצון

(5) בראשית רבה יד, א.

(6) תהלים קנ, ו.

(4) כח, א.

פרק שלישי

טראכט גוט – וועט זיין גוט!

הפתגם הנודע "טראכט גוט – וועט זיין גוט" והאופנים השונים בחיי האדם בהם מוכרחים לקיים הוראה זו

בפרק ראשון הובאה ההוראה שעל האדם להעסיק מוחו ולבו בבטחון גמור בהשי"ת. בפרק הבא נראה שענין זה אינו רק בגלל שנצוינו לבטוח בה' בכל מצב ובכל עת, אלא בטחון זו היא עצמה המביאה והגורמת לישועה לבוא. ואם האדם אינו דואג ח"ו ומלא שמחה ובטחון – הרי זה עצמו הדרך והכלי לקבל ברכות השי"ת ולהוושע בכל דבר ומצב שבו צריך ישועה.

המחשבה תועיל!

לפלא שמדברים ומדברים וכשמגיע לפועל – כל אחד ואחד חושב שהכוונה למישהו אחר לא אליו!

כמה וכמה פעמים מובא פתגם – הוראת רבותינו נשיאנו¹ "תחשוב טוב ויהי טוב" ("טראכט גוט, וועט זיין גוט") (שהכוונה שהמחשבה תועיל בזה) – ובהיפך מזה "ממציא" מחשבות באופן הפכי, ולמרות שנמצאים בחודש אדר שנצטוונו להרבות בשמחה², שרוי בעצבות (עיי' תניא בזה³) וכו'.

וחותמים בדבר מלכות: טראכט גוט וועט זיין גוט [תחשוב טוב ויהי טוב] – בנראה ובנגלה.

(אגרות קודש ח"כ ע' קצה)

השמחה ממחרת את הרפואה

זה עתה נתקבל מכתבו . . בו כותב אודות מצבו עתה.

והנה בטח שמע פתגם כ"ק אדמו"ר מוהר"ש (אביו-זקנו של כ"ק מו"ח אדמו"ר): די וועלט זאגט אז מען קען ניט ארונטער דארף מען אריבער און איך האלט אז מען דארף לכתחלה אריבער [העולם אומרים שאם

אין ביכולת לעבור מלמטה, אזי יש לעבור מלמעלה, אבל אני סבור שמלכתחילה יש לעבור מלמעלה].

והוא הדין בנדון זה, שאף על פי שלכאורה צריך לחכות בהשמחה גלוי עד שיוטב מצב הבריאות בפועל, הנה יש מקום לומר על פי נוסח הנ"ל להקדים השמחה על הטבת הבריאות אף שלעת עתה אינה בגלוי, וזה עצמו ימהר הענין.

והוא על דרך הפתגם שנשמע כמה פעמים מנשיאי חב"ד "טראכט גוט וועט זיין גוט" [תחשוב טוב ויהיה טוב], ופשיטא שכשמביאים זה בדבור של שמחה ובמעשה של שמחה, וביחוד בהנוגע לכבוד תורתו אשר על ידי עטו עט סופרים יש בידו להשפיע על הרבים בהאמור, הרי ידוע שכר הני בדוחי (תענית כב, א).

(אגרות קודש חפ"ז ע' רנב)

סגולה שלא יבוא הדבר לידי פועל

במענה על מכתבו, שבו נראה שעדיין לא פעלתי עליו רוממות הרוח, וכמדומה שכבר אמרתי לו כמה פעמים, שעל פי המבואר בספרים – לאו דוקא בספרי חסידות – הנה אין לחדש סברות של מרה שחורה בעולם, שזהו סגולה שלא יבוא הדבר לידי פועל, ולא רק שאין לחדש בדבור – ועל דרך המובא

(1) ספר המאמרים תרפ"ז ע' רלו, בשם כ"ק אדמו"ר הצמח צדק נ"ע.

(2) תענית כט, א.

(3) פרק כז ואילך.

האט אויסגעקליבן דעם דאקטאר פאר זיין שליח אויסצופירן דורך עם די שליחות.

און אז מ'האט בטחון אין דעם אויבערשטן, אן ספיקות, אז ער פירט די וועלט, איז מען דאן זוכה אז מ'זעט דאס אויך מיט די פליישיקע אויגן, אויף יעדן טריט און שריט: ווי אזוי דער אויבערשטער האלט אונז יעדן איינעם פארן האנד און פירט אונז ווי עס איז פאר אונז בעסער, סיי אין גשמיות און סיי אין רוחניות.

במילא, אויב זי וועט גיין אין האספיטאל לויט די הוראות פון דאקטאר, בלייבט זי נאך אלץ אונטער דעם אויבערשטנס רשות. און דער אויבערשטער וועט זי היטן און זען, אז עס זאל גיין ווי עס איז בעסער פאר איר הן פאר בריאת הגוף און הן פאר בריאת הנפש.

זי דארף נאר זיין שטארק אין דער אמונה און בטחון, אז עס וועט זיכער מקויים ווערן דאס וואס דער רבי, הוא כ"ק מו"ח אדמו"ר הכ"מ האט איר געבענשט, בענטשט איצטער און וועט אויך ווייטער בענטשן זי זאל האבן א רפואה, און איר און זי זאלט קאנען אין גיכן אנזאגן בשורות טובות, אז זי פילט זיך געזונט.

סברות, דארפמען אויספאלגען זיינע אנווייזונגען, אן אונטערשייד אויב זיי שטימען מיט דיינע סברות אדער ניט, וואס ווי געזאגט אויבען אז דער דאקטאר איז ניט מער ווי א שליח וועלכער טוט דאס מיט דעם כח און רשות וואס תורה האט עם געגעבען, און וויבאלד אז דאס נעמט זיך פון תורה איז דאס א טובה פאר דעם גוף און דער נשמה צוגלייך.

אויב אפילו מען פארשטייט דאס ניט, אדער עס דאכט זיך אנדערש, איז דאס אויך ניט קיין וואונדער, ווארום תורה איז דאך חכמתו ורצונו של הקדוש ברוך הוא איז קיין וואונדער ניט, אז ניט אלץ וואס שטייט אין דער תורה פארשטייט א מענטש, אבער דער מענטש דארף מקיים זיין אלץ וואס אין תורה שטייט אפילו ניט פארשטייענדיק וסוף ההבנה לבוא.

איך האף אז דו וועסט אויספאלגען דאס אלץ אויבען געזאגטע, און טאן דאס מיט שמחה ובטוב לבב.

בברכה לבשורות טובות בכל האמור.

דער אויבערשטער האלט יעדן איינעם פאר'ן האנד אויך אין שפיטאל

במענה על מכתבו בו כותב שהרופא הורה לזוגתו תחי' שעליה להיות כמה ימים בבית רפואה כדי לעשות חקירה ודרישה, וזוגתו שתחי' יראה וחרדה מבית רפואה מפני חששות שונות (שאין להם יסוד), הנה עליו להסביר לה באותיות המתאימות לפי מצב רוחה עתה, אשר:

דער אויבערשטער האט באשאפן די וועלט און ער פירט די וועלט, סיי אין חצי הכדור התחתון וואו מיר געפינען זיך, סיי אין חצי הכדור העליון וואו... און איר געפינט זיך. ו"הוא אמר ויהי, הוא ציוה ויעמוד", אז אלץ וואס עס טוט זיך אין דער וועלט טוט זיך ניט אן דעם אויבערשטן, און אלץ וואס דער אויבערשטער וויל טוט זיך. נאר דער אויבערשטער וויל, אז מ'זאל מאכן א כלי אין טבע, דאס הייסט, אז ענינים זאלן זיך אפטאן בדרך הטבע.

בשעת א איד, מאן אדער פרוי, פילט זיך עפעס ניט גוט און מ'דארף רופן א דאקטאר, איז דאס ניט דער פשט, אז דער דאקטאר וועט טאן ווי עס וועט זיך עם פארוועלן, נאר דער אינהאלט דערפון איז, אז השי"ת

פרק שני

הרופא - שליח ה'!

הצורך לקיים דברי הרופא, להיותו שליח ה' וניתנה לו הרשות לרפא

בפרק הקודם נתבאר שקיום דברי הרופא הוא בנוגע למעשה בלבד. בפרק זה נראה שהוראות אלו של הרופא אין לקיימם רק מפני שכך צריך לנהוג ע"פ דרכי הטבע, אלא הוראות אלו הם הדרך בה ישלח ה' דברו וירפאהו. הרופא אינו יכול לרפא ח"ו בכח עצמו בלבד, אלא השי"ת הוא הנותן לו כח ורשות לרפאות ע"י סממני הרפואה וכיו"ב.

ונמצא, שקיום הוראות הרופא היא היא קיום הוראות הקב"ה אשר שלח דברו ע"י שלוחיו הרופאים – לצוות לאדם ולהדריך בדרך אשר בו ימצא מזור ותרופה לתחלואיו.

דברי הרופא בנוגע לפועל
- מהמשלח השי"ת

...דאס וואס איר שרייבט בנוגע צו די רייד פון די דאקטוירים.

עס איז באוואוסט דער כלל און די הנהגה פון יעדער אידן, אז מען דארף אויפפירען זיך לויט די אנווייזונגען פון תורתנו הק', און וויבאלד רבותינו ז"ל זאגען אונז, אז התורה נתנה רשות לרופא לרפאות, איז דאס א קלארע אנדייטונג אז דער רופא איז א שליח, און אויב אפילו ניט שטענדיג ווייס דער שליח די כוונה פנימית, אבער דאס וואס דער שליח זאגט בהנוגע לפועל, איז דאס פון דעם משלח, און אין אזא אופן איז דאס א תורה זאך, איז פון דעם פארשטענדליך, אז אויב אפילו מען פארשטייט ניט אינגאנצען אדער עס איז פאראן קשיות אויף דעם שליח, על דרך ווי איר שרייבט אין אייער בריף, דארף דאס אבער ניט האבען קיין השפעה אויף דעם אויספאלגען צו טאן דאס וואס דער דאקטאר זאגט, און דעריבער בין איך בטוח אז באקומעדיג דעם בריף וועט איר אנהויבען אויספאלגען צו טאן וואס דער דאקטאר זאגט, און השם יתברך זאל געבען, אז דער פאלגען און טאן לויט זייער אנווייזונג זאל זיין בהצלחה מופלגה אין אלע ענינים.

און אויך זעלבסטפארשטענדליך, אז די הנהגה פון ניט עסען אין צייט, עסען נאר איין מאל א טאג וכיוצא בזה, איז דורכאויס ניט דער דרך הבעל שם טוב וועגען וועלכען מיר האבען געהערט מערערע מאל פון רבותינו נשיאנו הק', אז עס דארף זיין עזב תעזב עמו, מיטן גוף, אבער ניט דורך תעניות וסיגופים.

איך האף צו באקומען פון אייך א שנעלען ענטפער אז איר הויבט אן טאן ווי געזאגט אויבען, ויהי רצון שיהי' בהצלחה.

(אגרות קודש ח"ד ע' תקה)

להקשיב לרופא גם כשלא מבינים

איך בין געווען צופרידען צו באקומען דיין בריף, אין וועלכען דו שרייבסט אויך וועגען דיין הנהגה, און בפרט די הנהגה בנוגע צום עסען, און אין די ענינים וועלכע זיינען פארבונדען מיט בריאות הגוף, זאגט אן תורתנו הקדושה תורת אלקים חיים, אז מען דארף אויספאלגען אלץ וואס דער דאקטאר זאגט, שהתורה נתנה רשות לרופא, און ער איז ניט מער ווי א שליח.

פארשטענדליך אז מען קען זאגען דעם דאקטאר די טענות און סברות וועלכע זיינען פאראן אין דעם, און אויך די סברא וועלכע דו שרייבסט צו מיר, אבער נאכדעם ווי דער דאקטאר הערט אויס די

צו היטען תורה ומצות און אויך ווירקען אין דעם זין אויף אנדערע, אלץ מער אריכות ימים ושנים וועט איר האבען, כפשוטו אן פשט'לעך אין דעם, און פארגעסט אין גאנצען אויף דעם רעפארט און וואס איר האט געלייענט אין מעדיצינישע ביכער, וויילע דאס איז ניט אייער שליחות און עס געהערט אינגאנצען ניט צו אייך, און וויבאלד דאס געהערט ניט צו אייך, קען דאס אייך ניט בעסער מאכען און בדרך כלל מאכט דאס גאר ח"ו פארקערט.

איר זאלט זעהען צו זאגען אלע טאג א יום תהלים (ווי דער תהלים איז פאנאנדערגעטיילט אויף די טעג פון חודש) נאך דעם דאוונען אין דער פרי, און לערנען אלע טאג חומש מיט פרש"י, און אויך איינטייל נעמען אין די שיעורים וועלכע מען לערנט ברבים, וואס איינער פון די שיעורים לכל הפחות זאל זיין דער לימוד החסידות,

און זעלבסטפארשטענדליך צו שטעלען זיך דעם ציעל (מטרה) ווי עס שטייט אין פסוק, און ווי דער בעל שם טוב הקדוש האט דאס געפאדערט פון חסידים "עבדו את ה' בשמחה" עבדו איז דער טייטש, סיי אין דאוונען און לערנען און סיי אין עסען און טרינקען און די אלע אנדערע זאכען וואס א מענש טוט און אפילו מיטן שלאפען, ווי דער רמב"ם שרייבט אין הלכות דיעות, און ווען איר וועט אזוי טאן, וועט איר אנהויבען פילען בעסער און נאך בעסער און וועט ווערען געזינטער און געזינטער און וועט קענען אנזאגען מיר בשורות טובות אין דעם.

עס וואלט אויך גלייך געווען, אז יעדער טאג פארן דאוונען אין דער פרי און פאר מנחה, זאלט איר געבען א פאר פענים אויף צדקה (זעלבסטפארשטענדליך אויסער שבת און יום טוב).

איך האף און בין זיכער, אז איר וועט אננעמען מיין פארשלאג און אנווייזונגען ווי געזאגט, און וועט מיר לאזען וויסען וועגען דאס אלעס ווי אמגיכסטן.

פון דעם איז פארשטענדליך, אז ווען איר וועט זאגען השערות און דיעות אין חכמת הרפואה, איז ערשטענס ווענדעט דאס אייך אפ פון צו אויספירען אייער שליחות צו וועלכער איר זייט באשטימט, (2) אין די זאכען פון אייער רפואה, קאנט איר ח"ו נאר איבערפירען (קלקול) אבער בשום אופן ניט פארריכטען, דער איבערפירען אין דעם קאן זיין ח"ו, וויילע פון אויפגענונג, דאכט זיך אייך אויס זאכען וואס וועלען ניט זיין, במילא שוואכט דאס אייער מזל, און עס שוואכט אפ אייער בטחון אין השם יתברך, דורך אייער אריינטראכטן און אריינטיפען זיך, וואס דער דאקטאר זאגט, און וואס וועט יענער פראפעסאר צוטראכטען, א.ז.וו.

פארגעסט אין גאנצען אויף דעם רעפארט און וואס איר האט געלייענט אין מעדיצינישע ביכער

און אז איר פרעגט מיין מיינונג, זאג איך אייך, אז איר דארפט זיך פירען, ווי די תורה הקדושה פאדערט, און די תורה זאגט, אז זי - די תורה - האט געגעבען רשות אויף צו היילען, ד.ה. די תורה האט געגעבען רשות מענשען צו ווענדען זיך צו דאקטוירים, און האט געגעבען רשות און מעגליכקייט צו די דאקטוירים, נאר אויף אויסצוהיילען און פארריכטען דעם מענשן, און דערפאר פירט זיך די וועלט, אז מען גייט צו א דאקטאר און דערנאך טוט מען דאס וואס זיי ווייזען אן טאן, און איר האט מער ניט וואס צו טאן אין דעם, און דארפט דאס איבערלאזען צום דאקטאר,

און וואס איר דארפט טאן איז, זיין זיכער בהשם יתברך אז איר וועט האבען אריכות ימים ושנים, און לויט ווי עס שטייט אין פסוק יראת ה' לחיים, איז וואס אלעס שטארקער אייער בטחון וועט זיין בהשם יתברך, און וואס ווייניגער ספיקות אין דעם, און וואס מער איר וועט זיך אוועקגעבען אויף אויסצופירען אייער שליחות אין דער וועלט - ווי פריער געזאגט -

אין דעם רעפארט פון דעם ד"ר, און מאלט זיך אויס די צוקונפט, בין איך ניט איינפארשטאנען מיט אייך, וויילע דאס געהערט ניט אן צו אייך לגמרי, און ניט אויף דעם זייט איר באשאפען געווארען.

הרה"ג וכו' . . שרייבט מיר, אז איר זייט א איד א בעל תורה ומצות, במילא איז דאך זיכער, אז איר גלויבט, אז השם יתברך איז דער אדון עולם - דער בעל הבית פון דער וועלט - און מיר זעהען אפילו אין מענטשליכע בעל'בתי'שקייט, ווען מען איז א גוטער בעל הבית, אז אלעס איז בא עם פאנאנדערגעטיילט, אז איינס זאל ניט מישען דאס אנדערע, און יעדער טייל פון דער בעל'בתי'שקייט זאל דינען צו דעם צוועק, אויף וואס דאס איז געמאכט געווארען.

און אויב עס איז ריכטיג אזוי בא א מענשן וועלכער איז באגרעניצט אין אלע זיינע ענינים, און קאן במילא צייטענווייז מאכען אויך א טעות, איז מכל שכן וקל וחומר אז עס איז זיכער אזוי אין דעם רבש"ע בעל הבתי'שקייט, אז יעדער זאך וואו עס געפינט זיך, דארף ערפילען איר ציעל און שלימות - פארפאלקאמונג - אין איר שליחות, און אז מען כאפט אן צו טאן א אנדער ענין, איז פאראן אין דעם צוויי חסרונות (א) ווי באלד דאס איז ניט צוגעפאסט צו איר ענין, מאכט דאס נאר קאליע - מקלקל - (ב) דאס ציט אפ - ווענדעט אפ - פון צו ערפילען די שליחות אויף וועלכע זי איז באמת באשטימט.

און דאס אלעס אויבען געזאגטע, איז אויך אנגעמבאר אין אייער ענין, צוליב פילע אורזאכען, וועלכע זיינען געוויס בהשגחה פרטית, איז אייער פראפעסיע, ניט קיין מעדיקער, און זייט ערצויגען געווארען אלס איד א שומר תורה ומצוה, ווייסען מיר פון דעם צוויי זאכען, אז (א) מעדיצין זאכען, איז ניט אייער שליחות פון השי"ת אויף דער וועלט, (ב) אז אפהיטען תורה ומצות, וואס אין דעם איז אויך אריינגענומען די מצוה פון ואהבת לרעך כמוך, הוכח תוכיח וכו' און אויך ווי עס שטייט אין דעם ספר תנא דבי אליהו, כי תראה ערום וכסיתו, אז מען זעהט א אידען א נאקעטען פון תורה ומצות, דארפמען זיך משתדל זיין צו באקליידען אים מיט תורה ומצות, אז אט דאס איז אייער ציעל, און שליחות צו וועלכער איר זייט באשאפען געווארען.

הנה בכלל חבל על אשר התענין ומתבונן בספרי הרפואה בענין מה שנדמה לו שזהו מחלתו, ולפי דעתי, הוא אין לו אלא לעשות מה שציוותה התורה, היינו לעשות בפועל כפי הוראת הרופאים, ולהעסיק מוחו ולבו, היינו כח המחשבה שלו בנוגע למצבו בבטחון חזק בהשי"ת שהוא רופא כל חולים ומפליא לעשות, ואין לו להתערב בעניני חכמת הרפואה, כי אין זה שייך אליו, ובפרט אם זהו מבלבל למנוחת הנפש שלו ומעורר בו ענינים של מרה שחורה. וידוע המאמר שאמרו כמה מנשיאי חב"ד, ואמרו זה כמה פעמים, "תחשוב טוב - יהי טוב!" ("טראכט גוט וועט זיין גוט").

ובנוגע לרפואתו, הנה (א) בטח ממלא אחרי הוראת הרופאים, (ב) יסיח דעתו כפי האפשרי מהתעמקות בענין בריאותו, (ג) יהי בטחונו חזק בהשי"ת אשר אין מעצור לפניו ומי יאמר לו מה תעשה, (ד) יתקשר בתוספות התקשרות לאילנא דחיי היא תורת החסידות, דברי אלקים חיים, היינו: בנוגע לו לעצמו, יקבע עתים ללימוד תורת החסידות וירבה בזה כפי האפשרי נוסף על הקביעות עתים שלו...

והשי"ת יאריך ימיו ושנותיו בטוב ויוסיף כח ועצמה בלימוד התורה וקיום המצוות בהידור ויבשר בשורות טובות בכל הנ"ל.

(אגרות קודש ח"ד מכתב תתעב)

השערות און דיעות אין חכמת הרפואה קענען ח"ו נאר איבערפירען

איך האב ערהאלטען אייער בריף . . אין וועלכען איר באשרייבט אייער לאגע, און אז איר האט געזעהען דעם רעפארט פון דעם דאקטאר און ווי דאס האט געוויקט אויף אייך, און ווי איר מאלט זיך אויס די צוקונפט און דערפאר זאגט איר תהלים און בעט בא השי"ת, און פרעגט מיין מיינונג:

ענטפער:

דאס וואס איר זאגט תהלים און בעט דעם רבונן של עולם, דאס איז געוויס גוט, וויילע ער ברוך הוא איז דער בעל הבית אויף דער גאנצער וועלט און אויף יעדער מענשן מיט אלע זיינע איינצעלהייטען. אבער דאס וואס איר שרייבט אז איר האט זיך אריינגעטראכט

פרק ראשון

המתרפא אינו רופא!

הצורך להקשיב להוראות הרופא למעשה,
אמנם בלי דאגות וספיקות והתרגשות בלב – שיכול ח"ו רק להזיק

רבים הם אלו המערבים בין קודש לחול. נצטוונו "ונשמרתם מאוד לנפשותיכם", והורנו רבותינו לשמוע ולציית לדברי הרופאים, וזה יכול להביא את האדם למחשבה שאכן יש שליטה וממשלה לדרכי הטבע ולרופאים על האדם, ואם הרופאים מחמירים ח"ו בסכנת החולי, נעשה האדם מודאג ומוטרד ח"ו.

במכתבים הבאים סולל רבינו דרך מיוחדת להתרפא, בה קובע שהגם שחיוב גמור הוא להקשיב ולציית לכל דברי הרופאים, אך זהו רק בנוגע למעשה בלבד. ואסור לאדם להעסיק מוחו ולבו במצבו הרפואי, כי אין זה תפקיד המתרפא, אלא תפקידו של הרופא בלבד.

על האדם להיות תמיד בשמחה, לזכור שלרופא נתנה רשות לרפאות בלבד, ואין לו שליטה על הטבע ח"ו, ולחיות תמיד בבטחון גמור בה' שירפאהו ויצילו. והעיסוק בעניני רפואה והדאגה התמידית – לא רק שאינה מועילה למצב, אלא ח"ו יכולה להחמיר ולגרוע ח"ו. ועל כן הציות לרופא הוא במעשה בלבד, אך במחשבה ורגש – יש להיות תמיד מלא שמחה ובטחון.

האם להתעמק במצב הרפואי?

...בהנוגע לבריאותו הוא, כבר אמרתי מאז לכמה מאנשי שלומנו בכגון דא, אשר במעשה צריך למלא הוראות הרופא ובמילא צריך להתבקר על ידו שאז יורהו [הרופא את שעליו לעשות],

אבל כח העיון ואפילו המחשבה אין צריכים להיות כלל על דבר בריאותו. ובפרט בהנוגע אליו – שאין מה לחשוב יתר על המידה.

וכנראה ממכתבו עושה ההיפך מזה:

מתעמק ומשקיע מחשבה "מהו מצב הבריאות היום? אתמול? מחר ומחרתיים?", ובהשערות

משונות דוקא, ו[לאידך בפועל ממש] אינו מבקר אצל רופא, ובמילא אי אפשר לו למלא הוראותיו.

– וכיון שכבר נהג באופן שלו כמה וכמה חדשים, אפשר ינסה מכאן ולהבא לנהוג כהצעתי הנ"ל, ובשני הפרטים גם יחד?

(ממכתב י"ח תמוז, תשפ"ו)

להעסיק מוחו ולבו בבטחון חזק בהש"ת!

במענה על מכתבו מיום ה', לסדר ויחי, המודיע שעשו לו איזה פעמים ניתוח וכו',

פתח דבר

לרגל המצב הנוכחי השורר בעולם, ורבים מישראל שרויים במבוכה וחרדה, והאי-וודאות והפחד מתגברים בלב כל, הננו מוציאים לאור לקט "ישקאל ב"ח ב"ה", ובו מכתבי חיזוק והדרכה מאת כ"ק אדמו"ר מליובאוויטש.

רבינו זי"ע, רוען של ישראל, הי' עונה לכל הפונים אליו וכותב מכתבי הדרכה לכל איש ואישה לעזור ולהושיע ולהורות את הנבוכים להאיר נתיבותם ואורחותם. אנשים ונשים מחוגים ומסוגי נפש שונים קיבלו מענה במכתבים ארוכים ומפורטים או בקצירת האומר.

בעת צרה זו אשר העולם כולו שורה בו, ליקטנו מכתבים על תכליתם של הנסיונות, הרופא כשליחו של הקב"ה; חומרת ההתרגשות בלב והעיסוק במוח בעניני רפואה כי המוח והלב צריכים להיות מלאים שמחה ובלתי לה' לבדו, ועוד ועוד.

במכתבים אלו סולל רבינו דרך סלולה להרוצה לעלות בדרך העולה בית א-ל גם במצב מסובך כזה, מחד לשמוע ולציית לדברי הרופאים, אך לאיך להרחיק הפחד והבהלה, ולהכיר באמת הפשוטה והנכונה, שכל נסיונות אלו – מאת ה' באו, ולתכלית מכוון, למען הביא את האדם ולהרימו מעלה מעלה.

*

נסיים בתפלה שבמהרה יסתיים מצב זה, וירפא השי"ת את כל חולי עמו בית ישראל, ויביא תשועה והצלה לעולם כולו, בחודש גאולה זה, ונזכה לראות במהרה בקיום מה שאמרו "בניסן נגאלו ובניסן עתידין להגאל", בעגלא דידן.

מכון אור החסידות



נדפס לזכות

אהרן יעקב בן בוניא, רפאל דן יואל בן תמר מלכה
לרפואה שלימה וקרובה
ולזכות רפואה שלימה וקרובה לכל חולי ישראל

יִשְׂרָאֵל בְּטַח בֵּה'

- ליקוט מכתבי חיזוק -

מכ"ק אדמו"ר מליובאוויטש זצוק"ל
בעניני בטחון בהשי"ת,
והוראות והדרכות
לפונים אליו בעת צרה ר"ל,
במיוחד בעניני בריאות ורפואה