

# נעשה אדם

עניני תשובה ויום כיפור

משנה תענית ד'ח'

אמר רבן שמעון בן גמליאל, לא היו ימים טובים לישראל בחמשה עשר באב וכיום הכפורים  
There were no happier days for the Jews than the Fifteenth of Av and Yom Kippur.

רע"ב שם

יום הכפורים – שבו נתנו לוחות האחרונות, והוא יום מחילה וסליחה:

ויקרא ט"ז:כ"ט-ל"א

והייתה לכם לזקת עולם בחדש השביעי בעשור לחדש תענו את נפשותיכם וכל מלאכה לא תעשו האזרח והגר הגר בתוכם: כי ביום הזה יכפר עליכם לטהר אתכם מכל זמאתיכם לפני ה' תטהרו: שבת שבתון היא לכם ועציתם את נפשותיכם זקת עולם:

And [all this] shall be as an eternal statute for you; in the seventh month, on the tenth of the month, you shall afflict yourselves, and you shall not do any work neither the native nor the stranger who dwells among you. For on this day He shall effect atonement for you to cleanse you. Before the L-rd, you shall be cleansed from all your sins. It is a Sabbath of rest for you, and you shall afflict yourselves. It is an eternal statute.

אבן עזרא ויקרא ט"ז:ל"א

שבת שבתון – יש אומרים שציתה לנפש ולגוף ואחרים אמרו שהוא שבתת השבתה שאין למעלה ממנה וסנייהם שמת פעם יבא זה קודם זה והם שוים ואינו רחוק:

רמב"ם הלכות שביתת עשור פרק א

(א) מצות עשה לשבות ממלאכה בעשור לחדש השביעי שנאמר (ויקרא ט"ז ויקרא כ"ג) שבת שבתון הוא לכם וכל העושה בו מלאכה ביטל מצות עשה ועבר על לא תעשה שנאמר (במדבר כ"ט) ובעשור וגו' כל מלאכה לא תעשו ומה הוא חייב על עשיית מלאכה ביום זה אם עשה ברצונו בזדון חייב כרת ואם עשה בשגגה חייב קרבן חטאת קבועה:

It is a positive commandment<sup>1</sup> to refrain from all work on the tenth [day] of the seventh month, as [Leviticus 16:31] states: "It shall be a Sabbath of Sabbaths for you." Anyone who performs a [forbidden] labour negates the observance of [this] positive commandment and violates a negative commandment, as [Numbers 29:7] states, "You shall not perform any labour." What liability does a person incur for performing a [forbidden] labour on this day? If he performs [the forbidden labour] willfully, as a conscious act of defiance, he is liable for karet. If he performs [the forbidden labour] inadvertently, he is liable to bring a sin offering whose nature is fixed.

(ד) מצות עשה אחרת יש ביום הכפורים והיא לשבות בו מאכילה ושתייה שנאמר (ויקרא ט"ז) תענו את נפשותיכם מפי השמועה למדו ענוי שהוא לנפש זה הצום וכל הצם בו קיים מצות עשה וכל האוכל ושותה בו ביטל מצות עשה ועבר על לא תעשה שנאמר (ויקרא כ"ג) כי כל הנפש אשר לא תענה בעצם היום הזה ונכרתה מאחר שענש הכתוב כרת למי שלא נתענה למדנו שמוזהרין אנו בו על אכילה ושתייה וכל האוכל או השותה בו בשוגג חייב קרבן חטאת קבועה:

There is another positive commandment on Yom Kippur, to refrain from eating and drinking, as [Leviticus 16:29] states: "You shall afflict your souls." According to the Oral Tradition, it has been taught: What is meant by afflicting one's soul? Fasting. Whoever fasts on this day fulfils a positive commandment. Whoever eats or drinks on this day negates the observance of [this] positive commandment and violates a negative commandment, as [ibid. 23:29] states, "Any soul that does not afflict itself will be cut off." Since the Torah punishes a person who does not fast with karet, we can derive from this that we are forbidden to eat and drink on this day.

A person who eats or drinks inadvertently on this day is liable to bring a sin offering of a fixed nature.

שו"ע אורח חיים תרי"ט:ב'  
בליל יוה"כ ומחרתו אומרים ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד בקול רם:

משנה ברורה  
(ח) בקול רם – להוא שירת המלאכים וזיוה"כ גם ישראל דומין למלאכים:

שו"ע אורח חיים תרכ"ג:ו'  
בסוף הסליחות אומרים ז' פעמים ה' הוא האלקים (ופ"א שמע ישראל וג' פעמים ברוך שם כבוד מל"ו (מנהגים) (וע"ל סימן ס"א) ותוקעים תשר"ת: הגה וי"א שאין לתקוע רק תקיעה אחת (מרדכי) והגה"מ סוף הלכות י"ב ואגור) וכן נוהגין במדינות אלו ותוקעין לאחר שאמר קדיש לאחר נעילה וקצת מקומות נהגו לתקוע קודם קדיש:

משנה ברורה  
(יא) ז' פעמים – הטעם ללות השכינה שמתעלה לעלות למעלה משבעה רקיעים:  
(יב) ותוקעין וכו' – הטעם שהוא סימן לסילוק שכינה למעלה שנאמר עלה חלקים בתרועה

רמב"ם הלכות תשובה ז':ו'  
גדולה תשובה שמקרב את האדם לשכינה שנאמר שובה ישראל עד ה' אלקיך ונאמר ולא שבתם עדי נאם ה' ונאמר אם תשוב ישראל נאם ה' אלי תשוב כלומר אם תחזור בתשובה בי תדבק התשובה מקרבת את הרחוקים אמש היה זה שנאוי לפני המקום משוקץ ומרוחק ותועבה והיום הוא אהוב ונחמד קרוב וידיד וכן אתה מוצא שבלשון שהקב"ה מרחיק החוטאים בה מקרב את השבים בין יחיד בין רבים שנאמר והיה במקום אשר יאמר להם לא עמי אתם יאמר להם בני אל חי ונאמר ביכניהו ברשעתו כתוב את האיש הזה ערירי גבר לא יצלה בימיו אם יהיה כניהו בן יהויקים מלך יהודה חותם על יד ימיני וגו' וכיון ששב בגלותו נאמר בזרובבל בנו ביום ההוא נאם ה' צבאות אקחך זרובבל בן שאלתיאל עבדי נאם ה' ושמתיך כחותם:

Teshuvah is great for it draws a man close to the Shechinah as [Hoshea 14:2] states: "Return, O Israel, to G-d, your L-rd;" [Amos 4:6] states: "'You have not returned to Me,' declares G-d;" and [Jeremiah 4:1] states: "'If, you will return, O Israel,' declares G-d, 'You will return to Me.'" Implied is that if you will return in Teshuvah, you will cling to Me.

Teshuvah brings near those who were far removed. Previously, this person was hated by G-d, disgusting, far removed, and abominable. Now, he is beloved and desirable, close, and dear. Similarly, we find G-d employs the same expression with which He separates [Himself] from the sinners to draw close those who repent. [Hoshea 2:1] states: "Instead of saying to you: 'You are not My nation,' He will tell you: 'You are the children of the living G-d.'"

[Also, Jeremiah] speaks of Yecheniah while he was wicked [with the expression (22:30)]: "Write down this man as childless, a man who shall never prosper in his days," and [22:24]: "Would Cheniah, the son of Yehoyakim, king of Judah, be the signet ring on My right hand, I would tear him off." However, after he repented when in exile, [Chaggaï 2:23] said concerning Zerubavel, his son: "'On that day,' declares the G-d of Hosts, 'I will take you, Zerubavel, the son of Shaltiel, My servant,' declares G-d, 'and I will place you as a signet ring.'"

רמב"ם הלכות תשובה ז':ז'  
כמה מעולה מעלת התשובה אמש היה זה מובדל מה' אלקי ישראל שנאמר עונותיכם היו מבדילים ביניכם לבין אלהיכם צועק ואינו נענה שנאמר כי תרבו תפלה וגו' ועושה מצות וטורפין אותן בפניו שנאמר מי בקש זאת מידכם רמוס חצרי מי גם בכם ויסגר דלתים וגו' והיום הוא מודבק בשכינה שנאמר ואתם הדבקים בה' אלהיכם צועק ונענה מיד שנאמר והיה טרם יקראו ואני אענה ועושה מצות ומקבלין אותן בנחת ושמחה שנאמר כי כבר רצה האלהים את מעשיך ולא עוד אלא שמתאווים להם שנאמר וערבה לה' מנחת יהודה וירושלם כימי עולם וכשנים קדמוניות:

How exalted is the level of Teshuvah! Previously, the [transgressor] was separate from G-d, the L-rd of Israel, as [Isaiah 59:2] states: "Your sins separate between you and your G-d." He would call out [to G-d] without being answered as [Isaiah 1:15] states: "Even if you pray many times, I will not hear."

He would fulfill mitzvot, only to have them crushed before him as [Isaiah 1:12] states: "Who asked this from you, to trample in My courts," and [Malachi 1:10] states: "'O were there one among you who would shut the doors that you might not kindle fire on My altar for no reason! I have no pleasure in you,' says the G-d of Hosts, 'nor will I accept an offering from your hand.'"

Now, he is clinging to the Shechinah as [Deuteronomy 4:4] states: "And you who cling to G-d, your L-rd." He calls out [to G-d] and is answered immediately as [Isaiah 65:24] states: "Before, you will call out, I will answer." He fulfills mitzvot and they are

accepted with pleasure and joy as [Ecclesiastes 9:7] states, "G-d has already accepted your works," and [Malachi 3:4] states: "Then, shall the offering of Judah and Jerusalem be pleasing to G-d as in days of old and as in the former years."

### רמב"ם הלכות תשובה ב:ב'

ומה היא התשובה הוא שיעזוב החוטא חטאו ויסירו ממחשבתו ויגמור בלבו שלא יעשהו עוד שנאמר יעזוב רשע דרכו וגו' וכן יתנחם על שעבר שנאמר כי אחרי שובי נחמתי ויעיד עליו יודע תעלומות שלא ישוב לזה החטא לעולם שנאמר ולא נאמר עוד אלהינו למעשה ידינו וגו' וצריך להתודות בשפתיו ולומר עניינות אלו שגמר בלבו:

What constitutes Teshuvah? That a sinner should abandon his sins and remove them from his thoughts, resolving in his heart, never to commit them again as [Isaiah 55:7] states "May the wicked abandon his ways...." Similarly, he must regret the past as [Jeremiah 31:18] states: "After I returned, I regretted."

[He must reach the level where] He who knows the hidden will testify concerning him that he will never return to this sin again as [Hoshea 14:4] states: "We will no longer say to the work of our hands: 'You are our G-ds.'" He must verbally confess and state these matters which he resolved in his heart.

### רמב"ם הלכות תשובה ב:ג'

כל המתודה בדברים ולא גמר בלבו לעזוב הרי זה דומה לטובל ושרץ בידו שאין הטבילה מועלת לו עד שישליך השרץ וכן הוא אומר ומודה ועוזב ירוחם וצריך לפרוט את החטא שנאמר אנא חטא העם הזה חטאה גדולה ויעשו להם אלהי זהב

Anyone who verbalizes his confession without resolving in his heart to abandon [sin] can be compared to [a person] who immerses himself [in a mikvah] while [holding the carcass of] a lizard in his hand. His immersion will not be of avail until he casts away the carcass.

This principle is implied by the statement, [Proverbs 28:13], "He who confesses and forsakes [his sins] will be treated with mercy."

It is necessary to mention particularly one's sins as evidenced by [Moses' confession, Exodus 32:31]: "I appeal to You. The people have committed a terrible sin by making a golden idol."

### רמב"ם הלכות תשובה א:א'

כל מצות שבתורה בין עשה בין לא תעשה אם עבר אדם על אחת מהן בין בזדון בין בשגגה כשיעשה תשובה וישוב מחטאו חייב להתודות לפני האל ברוך הוא שנאמר איש או אשה כי יעשו וגו' והתודו את חטאתם אשר עשו זה וידוי דברים וידוי זה מצות עשה כיצד מתודין אומר אנא השם חטאתי עויתי פשעתי לפניך ועשיתי כך וכך והרי נחמתי ובושתי במעשי ולעולם איני חוזר לדבר זה וזהו עיקרו של וידוי וכל המרבה להתודות ומאריך בענין זה הרי זה משובח וכן בעלי חטאות ואשמות בעת שמביאין קרבנותיהן על שגגתן או על זדונן אין מתכפר להן בקרבנם עד שיעשו תשובה ויתודו וידוי דברים שנאמר והתודה אשר חטא עליה וכן כל מחוייבי מיתות בית דין ומחוייבי מלקות אין מתכפר להן במיתתן או בלקייתן עד שיעשו תשובה ויתודו וכן החובל בחבירו והמזיק ממנו אף על פי ששילם לו מה שהוא חייב לו אינו מתכפר עד שיתודה וישוב מלעשות כזה לעולם שנאמר מכל חטאות האדם:

If a person transgresses any of the mitzvot of the Torah, whether a positive command or a negative command - whether willingly or inadvertently - when he repents, and returns from his sin, he must confess before G-d, blessed be, He as [Numbers 5:6-7] states: "If a man or a woman commit any of the sins of man... they must confess the sin that they committed."

This refers to a verbal confession. This confession is a positive command.

How does one confess: He states: "I implore You, G-d, I sinned, I transgressed, I committed iniquity before You by doing the following. Behold, I regret and am embarrassed for my deeds. I promise never to repeat this act again."

These are the essential elements of the confessional prayer. Whoever confesses profusely and elaborates on these matters is worthy of praise.

Those who bring sin offerings or guilt offerings must also [confess their sins] when they bring their sacrifices for their inadvertent or willful transgressions. Their sacrifices will not atone for their sins until they repent and make a verbal confession as [Leviticus 5:5] states: "He shall confess the sin he has committed upon it."

Similarly, those obligated to be executed or lashed by the court do not attain atonement through their death or lashing unless they repent and confess. Similarly, someone who injures a colleague or damages his property, does not attain atonement, even though he pays him what he owes until he confesses and makes a commitment never to do such a thing again as implied by the phrase [Numbers, loc. cit.], "any of the sins of man."

### שו"ע אורח חיים תר"ז:ב'

אין צריך לפרט החטא ואם רצה לפרט הרשות בידו ואם מתודה בלחש נכון לפרט החטא: הגה אצל כשמתפלל בקול רם או ש"כ כשהחזר התפלה אין לפרט החטא ומה שאומרים על חטא כסדר א' ב' ג' לא מקרי פורט הואיל והכל אומרים בקול רם אין לא כנוסח תפלה (ד"ע):

## רמב"ם הלכות תשובה ז'ג'

אל תאמר שאין תשובה אלא מעבירות שיש בהן מעשה כגון זנות וגזל וגניבה אלא כשם שצריך אדם לשוב מאלו כן הוא צריך לחפש בדעות רעות שיש לו ולשוב מן הכעס ומן האהבה ומן הקנאה ומן ההתול ומרדיפת הממון והכבוד ומרדיפת המאכלות וכיוצא בהן מן הכל צריך לחזור בתשובה ואלו העונות קשים מאותן שיש בהן מעשה שבזמן שאדם נשקע באלו קשה הוא לפרוש מהם וכן הוא אומר יעזוב רשע וגו':

A person should not think that repentance is only necessary for those sins that involve deed such as promiscuity, robbery, or theft. Rather, just as a person is obligated to repent from these, similarly, he must search after the evil character traits he has. He must repent from anger, hatred, envy, frivolity, the pursuit of money and honor, the pursuit of gluttony, and the like. He must repent for all [of the above].

These sins are more difficult than those that involve deed. If a person is attached to these, it is more difficult for him to separate himself. In this context, [Isaiah 55:7] exhorts: "May the wicked abandon his path and the crooked man, his designs."

## דברים ו'ה'

וְאָהַבְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל לִבְבְּךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ וּבְכָל מֵאָדָּךְ:

And you shall love Hashem, your G-d, with all your heart and with all your soul, and with all your means.

## רש"י

**ואהבת – עשה דבריו מאהבה אינו דומה עושה מאהבה לעושה מיראה העושה חלל רבו מיראה כשהוא מטריח עליו מניחו והולך לו:**

And you shall love [the L-rd]: Perform His commandments out of love. The one who acts out of love cannot be compared to the one who acts out of fear. If one serves his master out of fear, when the master sets a great burden upon him, this servant will leave him and go away [whereas if out of love he will serve him even under great burden] (Sifrei 6:5).

## בכל לבבך – צנני יצריך ד"א בכל לבבך שלא יהיה לבך חלוק על המקום:

with all your heart: Heb. בְּכָל-לִבְבְּךָ [The double "veth" in לִבְבְּךָ, instead of the usual form לִבְךָ, suggests:] Love Him with your two inclinations [the good and the evil]. (Sifrei; Ber. 54a) Another explanation; "with all your heart," is that your heart should not be divided [i.e., at variance] with the Omnipresent (Sifrei).

## גמ' ברכות ה.

**אמר רבי לוי בר חמא אמר רבי שמעון בן לקיש לעולם ירגיז אדם יצר טוב על יצר הרע שנאמר רגזו ואל תחטאו**

R. Levi b. Hama says in the name of R. Simeon b. Lakish: A man should always incite the good impulse [in his soul] to fight against the evil impulse. For it is written: Tremble and sin not.

## עלי שור עמ' קצ"ז

תורת המידות היא עבודתם של בני עליה ישנם בני עליה בדורינו כמו בכל דור, והמה מועטים כהיום אתמול. בני העליה בדור זה מתחילים ממדרגה יותר נמוכה מאשר בדורות קודמים, והקשיים מקובים מאשר עד כה. מיעוט הדורות וטמטום הלב אינם ענין של ענין לויכות עיוני אלא הם מציאות רוחנית, השואף לעליה חש אותם בעצמו ביהם לזקני הדור ועובדים קדמונים, ומי שאינו עובד בעצמו אינו רואה לא מיעוט ולא טמטום, אך גם עליה ותיקון הם ממנו והלאה.

תורת המידות נצחית היא והלכות והלכות דעות לא נופלות מהלכות שבת ולא עוד אלא הן הן קיום מצות ההליכה בדרכי ית'.

## פי' הגר"א משלי ד'י"ג

**כי מה שהאדם חי הוא כדי לשבור מה שלא שבר עד הנה אותו המידה לכן צריך תמיד להתחזק ואם לא יתחזק למה לו חיים!**

## נתיבות שלום ח"א עמ' ע"ה

עניני טהרת המידות הם שרשי ועיקרי היהדות ומיסודות עבודת ה' ... כי אמנם המידות, כמאמר בעלי המוסר אינן מצוות אלא הם האדם עצמו, והם היסוד לקיום כל התורה והמצוות, ושיגיע לתכלית חובתו לעולמו. וכבר כתב הגה"ק ר"ח ויטאל זי"ע בספרו שערי קדושה (ח"א ש"ב) "שאין המידות מכלל תרי"ג המצוות, כי הן הכנות עיקריות אל תרי"ג מצוות בקיומם או בביטולם, ולפיכך ענין המידות הרעות קשים מן העבירות עצמם מאד מאד, ולהיותם

עיקרים ויסודות לא נמנו בכלל תרי"ג המצוות, ונמצא כי יותר צריך ליזהר ממדות הרעות יותר מן קיום המצוות" וכו'. והיינו שמידות הם המרכבה לתורה ולכן לא נכתבו עניני המידות בתורה.

**אבות ג'י"ז**

**רבי אלעזר בן עזריה אומר, אם אין תורה, אין דרך ארץ. אם אין דרך ארץ, אין תורה...**

**פי' רבינו יונה שם**

ר"ל שצריך תחלה לתקן את עצמו במידות ובוזה תשכון התורה עליו, שאינה שוכנת לעולם בגוף שאינו בעל מידות טובות

**נתיבות שלום שם**

המדות המה כנפי רוח העבודה. כשם שאין בעלדי הכנף יכולים להתרומם ולעופף בלעדי כנפיהם, כמ"כ אדם העוסק בתורה ומצוות אינו מסוגל להתעלות, כי אם ע"י טהרת המידותיו שהם כנפי הרוח הרוחניים.

... ע"פ דרך החסידות בעיקר עבודת המידות לא מספיק מה שהאדם מתנהג במידול טובות, אלא שישרש הרע מעצמו וישנה את מהותו לטוב, עד שתהיינה מדותיו הטובות מוטבעות בו בעצם.

**גמ' יומא פו:**

**אמר ריש לקיש גדולה תשובה שזדונות נעשות לו כשגגות שנאמר שובה ישראל עד ה' אלהיך כי כשלת בעונך הא עון מזיד הוא וקא קרי ליה מכשול איני והאמר ריש לקיש גדולה תשובה שזדונות נעשות לו כזכויות שנאמר ובשוב רשע מרשעתו ועשה משפט וצדקה עליהם (חיה) [הוא] יחיה לא קשיא כאן מאהבה כאן מיראה**

Resh Lakish said: Great is repentance, for because of it premeditated sins are accounted as errors, as it is said: Return, O Israel, unto the L-rd, your G-d, for you have stumbled in you iniquity. 'Iniquity' is premeditated, and yet he calls it 'stumbling' But that is not so! For Resh Lakish said that repentance is so great that premeditated sins are accounted as though they were merits, as it is said: And when the wicked turns from his wickedness, and does that which is lawful and right, he shall live! That is no contradiction: One refers to a case [of repentance] derived from love, the other to one due to fear.