

# תורת אביגדור

## הגאון ר' אביגדור מילר זצ"ל

שיחות מוסר והדרכה בפרשת השבוע  
מיוסדות על שיעוריו, ספריו, וכתבי תלמידיו

פרשת האזינו

מהדורת דרך החיים  
לזכות

מרדכי וטובה ארמן

ולע"נ ברכה שמחה בת מרדכי צבי ע"ה

פרנס השבוע

תודה למרדכי שטיינהארטר  
על שנות עבודתו הקשה

להנצחות: 054-840-2855

**בשורה משמחת!  
עכשיו בחנויות**



**בירורים אצל המפיץ בלבד:  
קולמוס 072-244-1670**

# מהדורת דרך החיים

לזכות מרדכי וטובה ארמון

ולעילוי נשמת

אליעזר מנחם בן אברהם שמואל  
אלטע דבורה בת אשר

חיים שלמה בן דוב בער  
גיטל בת מנחם מנדל

ניתן להשיג את החוברת בחינם:

058-324-5544	ביתר-A	058-328-5464	עזרת תורה	ירושלים
052-760-2289	ביתר-B	עזרת תורה	ספרים ווינקעל	058-570-7758
055-678-6824	בני ברק	עלי הכהן 15		052-763-2150
054-851-9014	ברכפלד	054-854-0851	עיר העתיקה	054-841-9231
054-853-0541	גבעת זאב	צומת בר אילן	ספרי אור החיים	054-841-7272
052-763-4167	טלוסטון	בר אילן 4		058-324-8175
052-447-4126	מודיעין	052-266-9937	קרית משה	058-321-9933
08-974-3086	קרית ספר	058-324-4112	רוממה-המ"ג	
	<u>בית שמש</u>	052-764-3488	רחביה	054-851-9014
02-995-1203	הקריה	02-586-0088	רמות	052-766-5331
058-324-0374	רמב"ש א'	058-718-5065	רמת אשכול	שער הספר
	רמב"ש ב'	050-412-7721	רמת שלמה	סורוצקין 31
052-767-4151	רמב"ש ג'	<u>ערים אחרות</u>		072-222-3383
054-842-7664	רמב"ש ג'	054-840-2444	אלעד	054-859-3064

לברורים והנצחות: 054-840-2855  
או לקבלת החוברת במייל: ey@torasavigdor.org

נהנים מהחוברות? הפיצם גם לאחרים!

100 עותקים - 50 ש"ח

הנצחת מדור שו"ת - 100 ש"ח

פרנס השבוע (כאלפיים חוברות!) - 1000 ש"ח

להוספת חוברות באזורכם, נא להוסיף בקשה ולציין אזור המבוקש



ניתן לתרום בעמדות נדרים פלוס

או בנדרים פון: 03-763-0585

קרן מס' 2985

OR AT TORASAVIGDOR.ORG/DONATE (SPECIFY "TOWARDS HEBREW EDITION")

חוברת מס' 57

הדפסה - "בית הדפוס" 1155-210-077

נהנים מקונטרסי  
"תורת אביגדור"?

אז זה

**בשבילך!**

תרוז את הצמאון שלכם להדרכה והשקפה  
היחודי של הגאון הרב אביגדור מילר זצ"ל  
עם הספרים שנתחבבו בעולם התורה



### תפילות אביגדור

פירוש וביאור  
על התפילה  
מכתב יד



### ספר לב אביגדור

עבודת האדם  
בקניני השלמות  
מכתב יד



### ספר שערי אורה

מאמרים  
של ועדי מוסר  
על ידי רבינו

להשיג בחנויות ספרי קודש

ואצל המפיצים:

ספר שערי אורה, ספר לב אביגדור: קולמוס 072-244-1670  
תפילות אביגדור: דאמבי 050-864-4422



# תורת אביגדור

פרשת האזינו

## "אוהב את התוכחות"

בפרשת האזינו הקב"ה אומר למשה רבינו שהגיע הרגע שבו עליז להיפטר מן העולם; הגיעה העת שהאדם הענק הזה יתחיל ליהנות מן השלמות שהצליח להשיג בעולם הזה.

ה' ציווה את משה לעלות להר נבו כדי למות שם, ולהיכנס לעולם הבא. והנה אנו רואים, שגם ברגע נורא-הוד זה הקב"ה לא נמנע מלהוכיח את משה רבינו: "על אשר מעלתם בי בתוך בני ישראל במי מריבת קדש מדבר צן על אשר לא קדשתם אותי בתוך בני ישראל" (דברים ל"ב נ"א). כך נהג ה' גם עם אהרן בשעת מיתתו, "אסף אהרן אל עמיו כי לא יבא אל הארץ אשר נתתי לבני ישראל על אשר מריתם את פי למי מריבה" (במדבר כ; כד): משה ואהרן מקבלים תוכחה מה' ברגע הכי חלש ופגיע.

לא נעסוק עכשיו בשאלה מהו החטא הדק שמשה ואהרן חטאו בו, רק נאמר שהמפרשים טרחו רבות להסביר מהו בדיוק החטא. ישנם פירושים רבים בראשונים, וכל אחד מקשה קושיות על הפירושים האחרים; למעשה על כל פירוש יש קושיות חזקות. עכ"פ, החטא היה לפי השגתינו, קטן מאד, וכאן הקב"ה מוכיח את הגדול בענקים; על הקטן שבחטאים; דווקא בשעת מיתתו, במילים קשות - "מריתם את פי", "מעלתם בי".

בעולם. החלק המשובח ביותר בעם ישראל. וצריך לדעת שזה סוג של "אנטישמיות", יש אנטישמיות גם בתוך העם היהודי.

איננו שמים לב כמה מושפעים אנו מהשפעות חיצוניות, מחוץ למחנה. לא נעים לשמוע, אבל יש מבינינו שרק עטופים בקליפה דקה של "חרדיות" אבל בפנים חושבים ממש כמו גויים. הביקורת וההתבטאויות המזלזלות בציבור שומרי התורה, בין על קבוצות ובין על יחידים, ששומעים מאנשים בציבור שלנו, הם בסך הכל תעמולה אנטישמית שהצליחה לחדור אלינו. ולא רק השפעה מהגויים, השפעתם של היהודים שאינם שומרי תו"מ היא הרסנית אף יותר. "משכילים", ציונים, ועוד מרשעי עם ישראל שאין להם אלא שנאה כלפי התורה האמיתית, מצליחים להחדיר את המסרים שלהם גם אל תוכנו, ואנו מתחילים לחשוב כמותם.

### לשבח את הטובים

הדרך היחידה לפעול נגד ההשפעה הזו היא להרעיף דברי שבח והערכה על ציבור שומרי התורה, כמה שיותר. בכל מקום שנהיה נמצא הזדמנויות לדבר בשבחם; ואם לא נקרתה לידינו הזדמנות - ניצור אותה בעצמנו. האמת היא, ששגרת יומנו עמוסה בהזדמנויות שכאלה. בין כה וכה יושבים בחתונה, אז למה לדבר סתם על כל מיני הבלים? אפשר לדבר על הגדלות של ישראל. בכל מקרה עומדים בתור בצרכנייה, אז מדוע לא לנצל את הזמן לומר מילה טובה על הקהילה?

איזו אצילות ורוממות יש בקרב שומרי התורה! כמה עצום הוא דרך החיים ה"רגיל" בציבור שלנו! אמהות הולכות ברחוב עם עגלות, בתוך העגלה יש שני ילדים, ועוד כמה זאטוטים מחזיקים בה מכל הצדדים. האין זה מחזה נפלא? זהו עם ישראל בהדר רוממותו! לא קל לגדל ילדים טהורים בדרך התורה, אבל הנשים הצדקניות שלנו עושות זאת יום ולילה. לא ממוקדות קריירה וקידום אישי אלא כל שאיפותיהן ומשאביהן מוקדשות לגידול משפחה יהודית המסורה להשי"ת. נתבונן כמה שונים הילדים שלנו מהילדים של העולם הכללי, הילדים הקטנים עם כיפות וציציות, הילדות עם בגדים צנועים, איזה עוד ילד בעולם עוצר לרגע לפני שהוא מכניס ממתק נחשק לפיו ומברך לבורא עולם. יש כ"כ הרבה לאהוב, כ"כ הרבה לייקר ולשבח!

זו תופעה לא רגילה בכלל, אנשים שיכולים להתעלם ממה שהסביבה חושבת עליהם ולהמשיך להחזיק באורח חיים שלא נחשב בעיני הסובבים לכלום. להחזיק בעקרונות ובערכים שקיבלו מאבותיהם. וערכים אלו הם פסגת הטוב והאצילות, כי הם ערכיו של הקב"ה. אנו חיים חיי שלמות ועלייה, אך איננו מעריכים זאת מרוב הרגל. לכן במקום לראות את המעלות העצומות,

### התוכחה - "דרך חיים"

אך כל עיקרה של הקושיא הזו - מה מקומה של תוכחה ממש לפני המיתה - בטעות יסודה. תוכחה אינה "כיבוי שריפות" מחוסר ברירה, אלא אדרבא, דרכי הנהגת ה' עם בריותיו מושתתות על היסוד של "וְדֶרֶךְ חַיִּים תּוֹכְחוֹת מוֹסֵר" (משלי ו' כ"ג). הושמנו בעולם הזה לזמן מסוים, כדי לנצל כל רגע - עד הרגע האחרון - לגדל ולהשלים את עצמנו, ולהכין את עצמנו לעולם הבא. זהו "דרך החיים", ורק ע"י "תוכחות מוסר" אפשר להצליח ללכת בה. רק כך נוכל לשפר את עצמנו באופן תמידי ולהפיק מעצמנו את המקסימום. "אִזְן שְׁמֵעַת תּוֹכַחַת חַיִּים בְּקֶרֶב חֲכָמִים תִּלְוֶינָה" (משלי טו, לא).

על כל אחד מוטל לבקר את עצמו באופן תמידי, רוב רובו של הספר מסילת ישרים בנוי על ביקורת עצמית תמידית. אך לא די בכך, האופק של האדם מוגבל לגבי עצמו, והוא זקוק גם לביקורת חיצונית כדי להיות אדם שלם. ואין מנוס מכך למרות שזה לא נעים. לא נעים לנו לשמוע שאנו טועים, שעשינו דברים לא טובים; זהו טבע האדם. אני מתעסק הרבה עם אנשים, וכולם חושבים - לפחות בעומק ליבם - שהם צודקים כל הזמן. הוא צודק תמיד, והיא צודקת תמיד, ובדרך"כ האמת היא ששניהם טועים.

אם כן, "תוכחות מוסר" הן מתנה יקרה לאדם שרוצה ללכת ב"דרך חיים". כי רק זוהי הדרך המובילה לשלמות וקרבת אלוקים.

למשה רבינו, שכל חייו עמל להיות שלם וטוב יותר לפני ה', המתנה היפה ביותר שיכל לקבל לפני מותו הייתה תוכחה מהקב"ה, שתסייע לו להיות עוד קצת יותר טוב. והקב"ה, שמדקדק עם הצדיקים כחוט השערה ובוחן את מעשיהם כמו במיקרוסקופ, כדי למצוא אפילו את הפגמים הקטנים ביותר ולתקן אותם, מילא את רצונו של משה. כל תוכחה, אפילו ברגעיו האחרונים של האדם, היא צעד לקראת שלמות גדולה יותר לפני ה'. לכן, כל תוכחה מכינה את האדם יותר לחיי העולם הבא. "כִּי אֵת אֲשֶׁר יִאָהֵב ה' יִכְיֶיחַ" (משלי ג' י"ב), כי ה' מסייע לאוהביו להגיע לדרגות השלמות הגבוהות ביותר שבאפשרותם להגיע. גם ברגע שלפני מותו הוא יכול לתקן את עצמו ולהתקרב עוד יותר להקב"ה.

### לצאת מאפלה לאור גדול ברגע קטן

נלמד מזה גם אנו, לחבב את התוכחות, ולראות בהם הזדמנות להשתפר. אם נטה אוזן לשמוע דברי מוסר, מתוך החלטה שנתקן את מה שנוכל, נזכה לזכויות עצומות, כדברי רבנו יונה בשערי

תשובה (ש"ב אות י') "כאשר ישמע מוסר החכמים והמוכיחים יקשיב וישמע ויכנע ויחזור בתשובה, ויקבל בלבו כל דברי התוכחות, ושלא יגרע דבר מדבריהם. והנה האיש הזה ברגע קטן יצא מאפלה לאור גדול, כי עת אשר יאזין ויסכית ולבבו יבין ושב ויקבל ביום שמעו דברי המוכיח, ויקיים עליו להיותו עושה ככל אשר יורוהו תופשי התורה מן היום ההוא ומעלה, להזהר כאשר יזהירו יודעי בינה לעתים, עלתה בידו התשובה ונהפך לאיש אחר. ומעת אשר קבל כזאת במחשבתו וגמר עליו ככה בלבבו, קנה לנפשו זכות ושכר על כל המצות והמוסרים. ואשריו! כי צדק נפשו בשעה קלה".

### "כֹּאשֶׁר יִסֵּר אִישׁ אֶת בְּנוֹ ה' אֱלֹהֵיךָ מִיִּסְרֶךָ"

כמו כן, כל התוכחות הקשות והביקורת הנוקבת שאנו מוצאים על עמנו הקדוש בתנ"ך, אינן אלא סימן לשלמות הגדולה של ישראל, ולחביבותם לפני ה'. רק עם ישראל, העם היחיד שמסוגל לשלמות, עומד בראש מעייניו של בורא העולם; ולכן הוא מפעיל הרבה דרכים כדי להביאנו לקרבה גדולה יותר, לשלמות אמיתית יותר ולדרגות גבוהות יותר. אומות העולם אינם מעניינים אותו, ולכן הוא לא מהוכיח אותם. "וַיִּדְעֶתָ עִם לְבָבְךָ כִּי כֹאשֶׁר יִסֵּר אִישׁ אֶת בְּנוֹ ה' אֱלֹהֵיךָ מִיִּסְרֶךָ" (דברים ח, ה), המוסר הוא סימן לאהבת אב את בנו.

למרות כל התוכחות הקשות בפרשיות שקראנו בפרשה זו ובשבועות האחרונים, ויותר נכון לומר בגלל התוכחות, בסוף הקב"ה קורא לנו "עמו": "הֲרַנִּינוּ גוֹיִם עִמּוֹ כִּי דָם עֲבָדְיוּ יְקוּם וְנָקָם וְשִׁיב לְצַרְיָו וְכַפֵּר אֶדְמָתוֹ עִמּוֹ".

חשוב מאד שנבין ונפנים את זה, שעם ישראל הוא העם הטוב ביותר בעולם, לנצח נצחים. אנו חיים בעולם של חושך ושקר, שלא רואה כך את עם ישראל. ואנו עלולים להיות מושפעים מכך. לכן, חייבים להשקיע מאמץ כדי להפנים כמה גדול הוא עם ישראל, וכמה שרק נדבר על זה - לא יהיה בזה די.

אני יודע שאתם חושבים לעצמכם, "חבל על הזמן, למה צריך לדבר על זה בכלל? אנחנו כבר יודעים את זה אנחנו יודעים שישראל הם בניו חביביו של הקב"ה, וכו' וכו'". אבל רק לדעת זה כמעט לא שווה כלום! צריך לדעת את זה יותר מכל ידיעה אחרת בעולם. צריך לחיות עם תחושת רוממות ועליונות. יש תופעה כזו, שנהנים לזלזל ב"ציבור החרדי", הקבוצה הכי קרובה לה'

אנו רגילים לראות רק את החסרונות, ומעבירים ביקורת על הציבור הטוב והמעולה ביותר בעולם.

### מי כעמך ישראל?!

האם יש בעולם ציבור שלם שנותן באופן קבוע עשירית מהכנסתו לצדקה? אין דברים כאלה! שומרים טהרת המשפחה, אוכלים רק כשר. בשר כשר עולה הרבה יותר מבשר לא כשר. מזוזות מהודרות ומהודרות על כל פתח. משלמים אלפים כל חודש על שכר לימוד תורני. אומה שלמה שכל העת מקריבה מעצמה ומנוחיותה למען הערכים הנעלים שלה, כל הזמן עובדים קשה להיות טובים יותר. נאמנים לקב"ה בנאמנות מוחלטת. שלא תהיה לכם טעות, אין כמו הציבור הזה בכל העולם כולו!

צריך להבין, שבשבעים השנים האחרונות הקב"ה עשה לנו נס עצום: קהילות גדולות ואיכותיות של שומרי תורה צמחו יש מאין. אחרי השואה כמעט לא היה כלום, ועכשיו ישנם עשרות אלפי בני תורה, תלמידי חכמים אמיתיים, התפרצות של ממש בידיעת התורה. וגם עשרות אלפי בעלי בתים כשרים, שמקפידים על קלה כבחמורה, וקובעים עתים ללימוד תורה אמיתי ואיכותי.

כמות האנשים ששייכים למחנה "עובדי ה'" גדלה בלי פרופורציות למה שהיה קודם. רק לכת ברחוב צריך לגרום ללבנו להתרחב מגאווה. ומי שלא מרגיש כך, סימן הוא שעבודה רבה עוד לפניו. אתם לא זוכרים, אבל אני זוכר מה היה המצב לפני חמישים-שישים שנה. ואני אומר לכם, שיש הרבה על מה להודות.

לכן, בואו לא נחפש חסרונות בציבור שלנו. נכון, פה ושם יש אנשים לא הגונים, או חסרי דרך ארץ. אפשר גם למצוא אדם שבשם שמירת מצוות יתנהג בצורה לא ראויה, אם בחוסר נימוס, בבין אדם לחברו או אפילו בין אדם למקום. אבל הציבור ככלל הוא הציבור הנפלא ביותר בעולם כולו. אסור לתת למקרים או אנשים בודדים לעשות רושם רע על הציבור כולו. נביט סביב ונאמר, "אֲשֶׁרֵי הָעָם שְׂכָכָה לוֹ אֲשֶׁרֵי הָעָם שֶׁה' אֱלֹקָיו!"

עכשיו, בתחילת השנה החדשה, הוא הזמן המתאים ביותר לקבל על עצמנו: בשנה זו נעלה על נס את גדלותם של ישראל. השנה נביט רק אל הטוב בעמנו הקדוש, כי באמת יש בו כ"כ הרבה טוב.

אבל חייבים לרצות בזה באמת, ולקיים את זה בכל הזדמנות. לדבר טוב על ישראל בפני האשה, הילדים, החברים, השכנים - כל מי שמוכן לשמוע. והחשוב ביותר - לדבר בפני עצמנו!

לפעמים צריך קצת תכנון מראש. נחשוב, "היום אשתדל לדבר על החסד בעם ישראל". אין אף אומה בעולם שמתקרבת לקרסולנו בכמות הצדקה וחסד שאנו עושים. אין לגויים מושג כמה חסד יש אצלנו! אין עם שבו יכול העני להופיע בעצמו מול עשיר גדול ולבקש עזרה. גם עשירים שחומלים ונותנים לנזקקים, יעשו זאת רק דרך ועדות וארגונים, אבל להתייחס בצורה אנושית, ושווה למי שמעמדו הפיננסי נחות? וכך גם בכל שאר תחומי העזרה והחסד, מלבד כמות הנתינה, הרי הגישה והיחס לנתינה שונים לגמרי. אם רק נחשוב על זה נמצא הזדמנויות במהלך היום לדבר על כך.

ולמחרת, נמצא עניין אחר לדבר עליו, כגון הצניעות, או ריבוי לימוד התורה, או מוסדות הקודש שלנו, או המצב הנפלא של הצעירים אצלנו בניגוד לנוער פורק העול וחסר המוסר שבחוץ. עם נעשה מזה "פרויקט", במהלך היום נמצא הזדמנויות רבות. ואחרי שמתחילים בדרך זו, מוצאים עוד ועוד דרכים לגדול בזה.

### העצה להכתב לזכות

## פרושים וביאורים על סדר התפילה

מתוך ספר תפלת אביגדור - פירוש התפילה מאת רבינו זצ"ל

### "וְהַתְּוֹדוֹ אֶת עֲוֹנֵם"

"יום הכפורים הוא זמן תשובה לכל ליחיד ולרבים והוא קץ מחילה וסליחה לישראל, לפיכך חייבים הכל לעשות תשובה ולהתודות ביום הכפורים". (רמב"ם הל' תשובה פ"ב ה"ז). ביום כיפור אנו מצווים לעשות תשובה על כל חטאינו. אנו עומדים ביום כיפור ומנסים להזכר בכל המעשים הלא טובים שעשינו השנה כדי להתודות עליהם. אמנם יש מחלוקת אם צריך גם לפרט חטאו בפיו או אם מספיק לומר בלשון כללי חטאתי, אבל זה ודאי לכולי עלמא שצריך לחזור בתשובה על כל חטא בפני עצמו. זו משימה לא קלה, בלשון המעטה. איך ניתן לזכור כל דבר שנעשה במשך כל השנה? כמעט בלתי אפשרי!

העצה לכך היא לא להתחיל בוידוי רק ביום כיפור. אמנם ביום כיפור יש חיוב מיוחד להתודות, אבל מהנסיון שלנו אנו יודעים שאי אפשר להתחיל רק אז, וגם עשרת ימי תשובה לא מספיקים לכך. צריך לחיות עם תשומת לב למעשינו על ידי חשבון הנפש לאורך כל השנה.

"וחטאתי נגדי תמיד"

אבל לא די בחשבון הנפש. כי פעמים רבות אדם עובר על איזה עבירה רחמנא ליצלן ומהרהר תשובה בלבו ומתחרט ועדיין הוא עלול להחסיר קיום מצות עשה. כי כדי לקיים מצות תשובה חובה גם להתודות, כדברי הרמב"ם בתחילת הלכות תשובה "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 הקל ברוך הוא שנאמר איש או אשה כי יעשו וגו' והתודו את חטאתם אשר עשו". לא די במה שהוא מתחרט בלבו אלא צריך גם להוציא בפיו שזהו וידוי. ולכן, כדי להצליח לשוב על כל עבירה ולקיים מצוות תשובה כנדרש, הטוב ביותר הוא להתודות מיד כשעבר על איזה דבר! ואם לא קיים מיד, צריך בכל עת שיזכר בחטאו להתודות עליו. ככתוב (תהלים נ"א, ה) וְחַטָּאתִי נִגְדִי תָמִיד. רק על עבירות שכבר התוודה עליהם ביום הכיפורים יש מחלוקת בגמרא אם מותר להתודות עוד פעם ופסקינן שמותר. אבל במשך השנה, וכל זמן שלא התוודה, ודאי צריך לקיים וְחַטָּאתִי נִגְדִי תָמִיד.

יש כל כך הרבה דברים שאדם צריך לשים לבו עליהם ולהתודות בפה, ובפרט העבירות שאדם דש בעקביו. כשיצא הספר חפץ חיים שיבחו ר' ישראל סלנטר זצ"ל והוסיף שכמו כן צריך לחבר ספר על הלכות דברים בטלים שהוא גם כן איסור מפורש כמו שדרשו חז"ל (יומא יט:): ממה שנאמר ודברת במ ולא בדברים אחרים. וכן כל מצוה ומצוה בתורה יש לה חיובים והלכות

## פרושים וביאורים על סדר התפילה

עם הרבה פרטים, ורק מתוך שימת לב תמידית למעשינו נוכל לעמוד על מה שחטאנו. אפילו אם עבר על איסור דרבנן צריך להתוודות, ולרוב שיטות יש בזה מצוה דאורייתא של תשובה. לדוגמא, אם שכח להזכיר בראש חודש יעלה ויבוא והוצרך להתפלל שנית או שכח בורא נפשות צריך להזדרז ולקיים מצות וידוי ולכל הפחות לומר חטאתי ולחשוב על חטאו.

היודוי הזה באמצע השנה לא מייתר את יום הכיפורים. גם לאחר היודוי אינו מובטח על הכפרה מיד, יש דברים שיש צורך לכפרה מיוחדת כמבואר בגמרא שיש ארבע חילוקי כפרה (יומא פו) אבל בכל אופן כולם צריך להתוודות.

”סלח לנו”

כאמור, כדאי מאד להתרגל לקיים מצוה זו תמיד ולא רק בחודש אלול ועשרת ימי תשובה. החינוך לזה נעשה על ידי שיתרגל לעקוב אחר מעשיו וחסרונותיו ולהעלותם למודעותו, ואז יוכל לשוב לפני שהמעשים מצטברים. יש מקומות מסויימים בתפילה שהם שעת הכושר מיוחד לזה וכגון בברכת סלח לנו בנוסף לכונתו לבקשת מחילה בדרך כלל כדאי לחשוב אז על איזה דבר מסויים שעליו לבקש סליחה על עשייתו. צריך להתכונן לפני התפילה ולחשוב מה יפרט אז. וכן כל פעם שאומר תחנון שאומר בה חטאתי לפניך ובפרט בימי שני וחמישי שאומרים פעמים רבות שחטאנו, צריך לחשוב אז על דבר מיוחד. ואם קורה שלא חשבנו על המילים שלנו בתפילה, אז כשתופסים את עצמנו אפשר לחשוב ב'חטאנו' על כשלוך זה בעצמו, שעכשיו לא התפלל בכונה כראוי, וכבר השגנו בזה מעלה גדולה.

צריך לנצל כל הזדמנות שמזכירה לנו לשוב בתשובה, לדוגמא, בליל שבת לאחר התפילה, כתוב בגמרא (שבת ק"ט) כל המתפלל בערב שבת ואומר ויכולו, שני מלאכי השרת המלוין לו לאדם מניחין ידיהן על ראשו ואומרים לו וסר עונך וחטאתך תכופר. והיות והכפרה היא רק אחר שעשה תשובה (עי' ט"ז סי' רמ"ב) זו ההזדמנות להרהר בתשובה. וכן יש לנצל כל הזדמנות להתרגל לחשב את מעשיו, ולהחליט על איזה פרט מסוים שבדעתו לתקן.

באופן זה נגיע ליום כיפורים הבא מוכנים, במקום להתחיל לחטט בערמות מעשים של כל השנה כדי למצוא על מה צריך לשוב, ופעמים רבות יוצאים במבוכה ותחושה שלא מצאנו ידים ורגלים, עד כדי יאוש חלילה, על ידי המעקב והתיקון התמידי נוכל להגיע ליום כיפורים הבא מוכנים עם משימות ברורות וברי השגה.