

## הרב אהרן ליכטנשטיין

### מן המצר קראתי י-ה\*

### על תשובה של נורמה ותשובה של משבר

בדברים שלהלן אני מבקש לבחון שני דגמים של תשובה, על מקורותיהם, אופיים, והיחס שביניהם.

לדגם הראשון, "התשובה הנורמטיבית", יש קונוטציה כפולה, בהיותו בה בעת גם תשובה שגרתית, תשובה "נורמאלית", וגם תשובה נורמטיבית. במישור אחד, תשובה זו יכולה להיות מתוארת כמעין תחזוקה רוחנית מתמשכת. כאשר אדם מבקר אצל רופאו לבדיקה שגרתית, או מביא את מכוניתו למוסך לצורך טיפול שוטף, האם יוכל להתאמץ פחות ולנהוג אחרת כאשר הדבר נוגע לעולמו הרוחני? האלמנט השני הוא רב משקל הרבה יותר, ומתנגש בחיי הנצח. למעלה מכך, הוא הרבה יותר קרוב לנקודת השבירה: "כי אין אדם צדיק בארץ אשר יעשה טוב ולא יחטא" (קהלת ז, כ).

לנוכח שבירותם, רפיונם ותשישותם של הגוף והנפש כאחת, החטא הוא בלתי נמנע. הצורך בהתמודדות עמו אחוז ושלוב בישותנו הזמנית ובת החלוף. הדבקות בחטא הקדמון אינה רעיון נוצרי. אחרי הכל, הקביעה שלפיה "יצר לב האדם רע מנעוריו" (בראשית ח, כא) היא פסוק מפסוקי התורה. חז"ל (בראשית רבה לד, י) פירשו מקרא זה כמכוון לכך שיצר הרע נברא עם האדם, "משעה שננער לצאת ממעי אמו", בעוד שיצר הטוב נברא בו רק בהגיעו לגיל מצוות, בהיותו בן שלוש עשרה, וקשה לגשר על פער זה. ביטוי חריף יותר לכך נמצא בדברי חז"ל שאמרו כי "יצרו של אדם מתגבר בכל יום" (סוכה נב, ע"ב; קידושין ל, ע"ב), ובהצהירם שאלמלא סייעתא דשמיא, לאלה

\* הרצאה זו ניתנה במקורה באנגלית, במכון גרוס של ישיבה-אוניברסיטה, ירושלים, בליל ז' בתשרי תשס"ו, 9.10.05. שכתבו: משה הרמן, דוד רפאל והרב דב קרול, ערך: הרב ראובן ציגלר. תרגם לעברית: אביעד הכהן.

הראויים לה, לא היה יכול אדם להתגבר על יצר הרע שבקרבו, המתחדש בקרבו בכל יום.

במישור זה, התשובה היא נורמאלית, חלק שגרתי בתחזוק הרוחני שלנו. ועם זאת, היא גם נורמטיבית, בהיותה בו זמנית הן על-זמנית הן תלויה בזמן. היא על זמנית במובן זה שמצפים מאדם כי יפשפש במעשיו, והוא נדרש לעשות כן מכוח הווייתו כיצור רוחני, שנברא בצלם אלוקיו: "נוח לו לאדם שלא נברא משנברא, ועכשיו שנברא – יפשפש במעשיו, ויש אומרים ימשמש במעשיו" (עירובין יג, ע"ב). בד בבד, תשובה זו כרוכה בזמן, ומשתנה בהתאם למעגל השנה. קיים יסוד תמידי של אחריות רוחנית, אך לצדו ועל גביו קיימות פסגות שדורשות מן האדם יותר מאשר מאמץ רגיל.

עשרת ימי תשובה הם אחת מאותן פסגות. הגמרא (יבמות מט, ע"ב) מסבירה שאף על פי שהקב"ה קרוב אלינו "בכל קראנו אליו" (דברים ד, ז), על היחיד לדרוש את ה' בהמצאו, כמאמר הנביא: "דרשו ה' בהמצאו, קראוהו בהיותו קרוב" (ישעיהו נה, ו), היינו: בעשרת הימים שבין ראש השנה ליום הכיפורים. את מה שהגמרא רואה כחלון הזדמנויות, מתאר הרמב"ם (הלכות תשובה ב, ו-ז) כחיוב וכמצווה. בהיות ימים אלה "עת רצון", חלה בהם חובת תשובה מוגברת<sup>1</sup>.

## התמקדות במעשים מסוימים

דומני שהתבוננות בדמותה של התשובה במישור הנורמטיבי, מלמדת שהיא נושאת בכנפיה דפוס מוסרי יותר מאשר דתי. כוונתי היא לכך שהתשובה מתמקדת בעוולה אשר נעשתה זה כבר, ולא לנזק שנגרם למערכת יחסיו של האדם עם אלוקיו. כדי להבין זאת, הבה נמנה את חמשת מרכיביו והשלכותיו של מעשה החטא.

1. בעוד שהרמב"ם מתייחס ליום כיפור (ב, ז), הגיונם של דבריו עשוי להתאים לכל עשרת ימי תשובה (ב, ו): אם זוהי "עת רצון" שבה הקב"ה "קרוב", עליך לנצל הזדמנות זו ולהפיק ממנה את מרב התועלת.

ראשית, באמצעות החטא אדם משתבש, סוטה מדרך הישר, ויהא זה שיבוש מוסרי או דתי; שנית, החטא משפיע על החוטא. בהקשרים שונים, מדברים חז"ל על כך שהחטא "מטמטם", החטא מכתים את הנשמה, מזהם, מטנף ומלכלך אותה. שלישית, החטא גורר עמו עונש.

שלושה מרכיבים אלה מתייחסים הן למעשה החטא, הן לאדם החוטא. המרכיבים האחרים מתייחסים לחטא ביחס לקב"ה. המרכיב הרביעי, רואה את החטא כעלבון כלפי שמיא. לבד מהרוע הטמון בחטא, שלוב ושזור במעשה העבירה, יש בחטא, כביכול, מעין סטירה בפרצופו של הקב"ה. והמרכיב החמישי, החטא מרחיק את האדם מהקב"ה.

בדברנו על הפן המוסרי – בשונה מהפן הדתי – של התשובה, אני מתכוון לשימוש במונח "מוסרי" כמשהו שמתייחס לסטייה מדרך הישר, לרוע שבמעשה ולרוע שבעושה העבירה. יש להתעמת עם נוכחותו של הרוע ולתעב אותו.

המימד הדתי של התשובה מתייחס יותר למערכת יחסיו של האדם עם הקב"ה, אם ברמה של העלבון כלפי שמיא, ואם בעקבות ה"גירושין" והנתק שנוצרו בין האדם וקונו בעקבות החטא. בעיסוקנו ברעיון התשובה כנורמה, אנו מוצאים את עצמנו מתמקדים בעימות עם הרוע כשהוא לעצמו; בתיקון החטא והחוטא, יותר מאשר בהשלכות שיש לחטא על מערכת יחסיו של האדם עם הקב"ה.

דבר זה מודגש ומובלט בהלכה שפותחת את הלכות תשובה לרמב"ם, שמתמקדת בחטא המסוים שצריך כפרה, ובאמצעים טכניים-משהו, שנועדו לתקנו:

כל מצות שכתורה בין עשה בין לא תעשה אם עבר אדם על אחת מהן בין בזדון בין בשגגה כשיעשה תשובה וישוב מחטאו חייב להתוודות לפני האל ברוך הוא..

בפרקים הראשונים של הלכות תשובה, דן הרמב"ם במצוות התשובה, וככזו, הוא מתמקד ברוע ובדרכים להתמודד עמו. רק מאוחר יותר, בפרק השביעי, מתייחס הרמב"ם למערכת היחסים שבין החוטא לבין הקב"ה.

יתר על כן: בהלכה הפותחת את הלכות תשובה, מדבר הרמב"ם על תשובה אקראית, מזדמנת, במובן זה שייתכנו אינסוף רגעים לא צפויים שבהם תידרש תשובה בשל חטא שנחטא. כל חטא דורש תשובה משלו. כל חטא נתפס בבידודותו, כמין אי ארכיפלגולאגי, מבלי להתייחס למכלול. יום כיפור, הזמן שבו מתחייבת התשובה, דורש מאתנו, כמובן, תהליך משולב וכולל כל של היטהרות, זיכוך וכפרה. ועדיין, בהחלט ייתכן שתחת הרושם של קטלוג החטאים המפורט של "על חטא" – אותו וידוי ארוך הנאמר ביום הכיפורים – אנו נוטים להתמקד לרוב בפעולות ומעשים מסוימים, בחטאינו הרבים, שכל אחד מהם דורש תשובה מיוחדת כשלעצמו.

לאופיו של תהליך תשובה מקוטע ומוגבל זה, הנעשה קמעא קמעא, יש השפעה גם על עוצמתו. חוששני, שעוצמתה של תשובה נורמאלית זו היא נמוכה, מרוככת ומעודנת למדי. אכן, אין לכחד: אצל אדם בעל רגישות מוסרית ודתית ראויה, שחטא במעשה שפל מסוים, אפילו כישלון יחיד עשוי להביא עמו חורבן. כך, למשל, פרק נ"א בתהלים מתייחס למעשה עבירה בודד, מסוים, ולמרות זאת אנו חשים היטב שתוכנו ואופיו השפיעו עמוקות על דוד המלך:

בְּבוֹא אֵלַי נִתֵּן הַנְּבִיא כְּאִשֶׁר בָּא אֶל בֵּית שָׁבַע. חֲנִנִי אֱלֹהִים כְּחֹסֶדְךָ כְּרֹב רַחֲמֶיךָ מִחַה  
פְּשָׁעִי. הֶרֶב כְּבֹסְנֵי מַעֲוֵנֵי וּמַחֲטָאֵי טְהַרְנִי. כִּי פֶשַׁעִי אָנִי אֲדַע וְחַטָּאתִי נִגְדִי תָמִיד. לָךְ  
לְבַדְּךָ חֲטָאתִי וְהִרַע בְּעֵינֶיךָ עֲשִׂיתִי לְמַעַן תִּצְדַּק בְּדַבְרֶךָ תִּזְכֶּה בְּשִׁפְטֶיךָ. הֵן בְּעֵוֹן  
חֹלְלֵתִי וּבְחַטָּא יִחַמְתֵּנִי אֱמִי. (תהלים נא, ב-ז)

כאשר התחושה הרוחנית היא חדה וחרیפה, אפילו חטא יחיד עשוי להיות הרסני. חוץ מתוכנו הספציפי של החטא והקשרו, כל מעשה עבירה נושא עמו את ההעדפה המשמעותית של רצונו של אדם על פני רצון הקב"ה. זהו מרד, חד וחלק, וממילא כל חטא צריך לנער את האדם עד היסוד. ולמרות זאת, בדרך כלל אדם אינו חווה זאת.

אפילו כאשר אנו מבקשים תשובה למעשה עבירה מסוים, גם כאשר אנו חותרים לתקנו, ומפנים את כל כוחותינו ליישום כל מרכיביה של התשובה (הכרת החטא, חרטה, וידוי וקבלה לעתיד), רק לעתים רחוקות אנו חווים זאת על דרך של שיטפון גורף; לבה מתפרצת המתרוממת לגובהי עד.

## משבר כזרז לתשובה

מנגד, התפרצות ורוממות מצויים ביסוד ומוקד המודל השני של תהליך התשובה, תשובת המשבר. היחס שבין משבר ותשובה הוא, כשלעצמו, רב פנים. במישור אחד, התשובה מונעת וממרצת מכוחו של משבר, והיא עשויה להוות תגובה לו. המשבר שבו מדובר כאן עשוי ללבוש צורות שונות. הוא יכול להעיד או לרמוז על מודעות לכישלון: "שובה, ישראל, עד ה' אלוקיך, כי כשלת בעוונך" (הושע יד, ב), אך הוא יכול לעלות ולבקוע גם מתוך ייסורים של כאב, ויהיו אלה ייסורי היחיד או ייסורי הרבים<sup>2</sup>.

אכן, אפשר שזו אמת פסיכולוגית או סוציולוגית שחויית המשבר נוטה להוות זרז לתשובה, הרי שמשבר עשוי לחייב תשובה גם במישור ההלכתי הצרוף. חיוב זה מקביל לגישתו של הרמב"ן בעניין התפילה. לדעת הרמב"ם, אדם מישראל מצווה מן התורה להתפלל לפחות תפילה אחת בכל יום (הלכות תפילה א, א). הרמב"ן חולק עליו, ומציע שתי גישות אחרות. לפי גישה אחת, החיוב להתפלל הוא מדרבנן, אם כי מקורו, כקיום מעשה דתי, הוא מן התורה; לפי הגישה השנייה, תפילה שנאמרת בשעת משבר היא מן

2. במישור האישי, הגמרא בברכות (ה, ע"א) מטילה חיוב הדומה לזה של הגמרא בעירובין, שנוכרה לעיל, אך מתנה אותו בקיומו של מצב מסוים ואינדיבידואלי: "רבא, ואיתימא רב חסדא: אם רואה אדם שייסורין באין עליו, יפשפש במעשיו". וכי על אדם לפשפש במעשיו רק כאשר ייסורין באין עליו? כמובן, התשובה היא שכל אדם חייב לפשפש במעשיו ולבחון את דרכיו, אך כאשר ייסורין באין עליו, זהו סוג שונה של תשובה, סוג שונה של חיפוש ומשמוש במעשים, השזור ושלוב במצבו הרוחני. בדומה לכך, כמה פרשיות בתורה מדברות על תשובה בהקשר של סבל ותלאה קיבוציים, קולקטיביים. כך, למשל (דברים פרק ד, כה-ל): "כי תוליד בנים ובני בנים ונושנתם בארץ והשחתם ונעשיתם פסל תמונת כל נעשיתם הרע בעיני ה' א-להיך להכעיסו. העידתי בכם היום את השמים ואת הארץ כי אבד תאבדון מהר מעל הארץ אשר אתם עברים את הירדן שמה לרשתה לא תאריכון ימים עליה כי השמד תשמדון. והפיץ ה' אתכם בעמים ונשאתם מתי מספר בגוים אשר ינהג ה' אתכם שמה. ועבדתם שם אלהים מעשה ידי אדם עץ וקבץ אשר לא יראו ולא ישמעו ולא יאכלו ולא יריחו. ובקשתם משם את ה' א-להיך ומצאתם כי תדרשנו בכל לבבך ובכל נפשך. בצר לך ומצאוך כל הדברים האלה באחרית הימים ושבבת עד ה' א-להיך ושמעת בקלו"; וכיוצא בו (דברים ל, א-ב): "והיה כי יבאו עליך כל הדברים האלה הברכה והקללה אשר נתתי לפניך והשבבת אל לבבך בכל הגוים אשר הדיחת ה' א-להיך שמה. ושבבת עד ה' א-להיך ושמעת בקלו ככל אשר אנכי מצוה היום אתה ובניך בכל לבבך ובכל נפשך".

התורה, אך בזמנים אחרים חיובה הוא רק מדרבנן, מדברי סופרים<sup>3</sup>. לפי הדעה האחרונה, בשעת משבר, צריך אדם לחוש תחושה של תלות בקב"ה. בשעת משבר, לא ייתכן להמשיך ולחשוב במונחים של ביטחון עצמי, של שחצנות, גאווה ויהירות. ממילא, על האדם לפנות לקונו, לקב"ה, שהוא לבדו יכול לספק את צרכיו ולהביא מזון לייסוריו.

הוא הדין בנוגע לתשובה. הפסוק "בצר לך ומצאוך כל הדברים האלה באחרית הימים, ושבת עד ה' אלוקיך ושמעת בקולו" (דברים ד, ל) עשוי להיות מובן בשני מישורים שונים. במישור האחד, יש בו צפיית פני עתיד, והבטחה. מעין דבריו הראויים לציון של הרמב"ם (הלכות תשובה ז, ה):

כל הנביאים כולן ציוו על התשובה, ואין ישראל נגאלין אלא בתשובה. וכבר הבטיחה תורה שסוף ישראל לעשות תשובה בסוף גלותן ומיד הן נגאלין שנאמר (דברים ל, א-ג) "והיה כי יבאו עליך כל הדברים האלה... ושבת עד ה' אלהיך, ושב ה' אלהיך את שבותך ורחמך".

במישור שני, פסוק זה יכול להיות מובן כציווי, המשלב בתוכו בקשה, ביטחון וציווי.

## אופייה של תשובת המשבר

תשובת המשבר מתמקדת פחות בחטא שצריך תיקון ויותר בהשלכותיו של החטא על מערכת יחסיו של החוטא עם הקב"ה. במונחים שבהם השתמשנו לעיל, זוהי תשובה יותר "דתית" מאשר "מוסרית". ממילא, היא מתוארת במונחים תיאולוגיים יותר מאשר במונחים של תיקון. יש פסוקים שמדברים על "תשובה מ...", דוגמת "שובו שובו מדרכיכם הרעים" (יחזקאל לג, יא), ופסוקים אחרים המדברים על "שיבה ל...", דוגמת "שובו אלי ואשובה אליכם" (מלאכי ג, ז); "שובה ישראל עד ה' אלוקיך" (הושע יד, ב), או "ושבת עד ה' אלוקיך ושמעת בקולו" (דברים ל, ב). הפסוקים מן הסוג הראשון

3. ראה השגותיו לספר המצוות של הרמב"ם, מצוות עשה ה, ד"ה כתב.

מתייחסים לתשובה הנורמאלית, הנורמטיבית, ואילו הפסוקים האחרונים מתייחסים ומבטאים את אופייה של "תשובת המשבר", התשובה הדתית. הרמב"ם, בשונה מדבריו הקודמים ביחס לתשובה, מתמקד בפרק השביעי בהלכות תשובה (ז, ז) בהשבת הקשר שבין האדם ואלוקיו על כנו:

כמה מעולה מעלת התשובה, אמש היה זה מובדל מה' אלהי 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".

בנסיבות של משבר אמיתי, אדם אינו מרגיש את הצורך, או חסר את האנרגיות הדרושות לנסות וליישם את כל פרטיה ופרטי פרטיה של התשובה המתקנת. הוא מחפש נואשות אחר עוגן שבו יוכל להיאחז. הוא חש עצמו כמי שנזרק לחלל החיצון, צף אי שם במרומים, מייחל ומצפה לראות את ה', וחותר לקראת המפגש עמו. אפשר שמאוחר יותר יהא בידו די זמן לדאוג על חטאיו ולהתוודות עליהם, אך בשעת המשבר, בעיצומה של הסערה, הוא מונע פחות באמצעות המוסר ויותר באמצעות הרוח. כאשר משווים זאת לתהליך התשובה הרגיל, הנורמאלי, הרי ש"תשובת המשבר" היא גם יותר כוללת, גם יותר אינטנסיבית.

תכונות אלה באות לידי ביטוי ומשתקפות במקור ההלכתי של מצוות התשובה. אף על פי שחז"ל תיארו את התשובה כהזדמנות נפלאה וכחובה גדולה, הם לא הצביעו על מקור ברור למצוות התשובה. הרמב"ם והרמב"ן, בהתאם, בחרו פסוקים שונים כמקור למצווה זו, וכמה שונים הם זה מזה!

לדעת הרמב"ם, מקור מצוות התשובה הוא הוידוי. הוא נותן ביטוי לכך בכותרת המבוא להלכות תשובה ב"משנה תורה": "הלכות תשובה. מצוות עשה אחת, והוא שישוב החוטא מחטאו לפני ה', ויתודה". את המקור לכך, הוא מציין בהלכה הפותחת את הלכות תשובה:

כשיעשה תשובה וישוב מחטאו חייב להתודות לפני האל ברוך הוא שנאמר (במדבר ה, ו-ז) "איש או אשה כי יעשו מכל חטאת האדם... והתודו את חטאתם אשר עשו", זה וידוי דברים, וידוי זה מצות עשה.

פסוק זה מופיע בפרשת נשא, בקשר לאדם שגזל נכס כלשהו וכאשר נתפס, הוא נשבע לשקר כי הוא חף מפשע. כאשר, לבסוף, הוא מודה באשמתו, התורה מצווה עליו להביא קורבן ולפצות את קורבן העבירה, הנגזל, באמצעות תשלום שווי הנכס הגזול בתוספת קנס<sup>4</sup>.

הרמב"ן, מצד שני, מוצא את מקור מצוות התשובה בפרשת ניצבים (דברים ל, ח-ו), בקטע שמובן על ידו הן כמצווה, הן כהבטחה:

ואתה תשוב ושמעת בקול ה' ועשית את כל מצותיו אשר אנכי מצוה היום. והויתן ה' א-להיך בכל מעשה ידך בפרי בטןך ובפרי בהמתך ובפרי אדמתך לטבה כי ישוב ה' לשוש עליך לטוב כאשר שש על אבותיך. כי תשמע בקול ה' א-להיך לשמור מצותיו וחקותיו הקתובה בספר התורה הזוה כי תשוב אל ה' א-להיך בכל לבבך ובכל נפשך.

4. דין זה כבר הופיע בפרשת ויקרא, וחוזרים עליו כאן כדי להוסיף לו כמה פרטים. בקטע הרלוונטי בפרשת נשא (במדבר ה, ו-ח) נאמר: "דבר אל בני ישראל איש או אשה כי יעשו מכל חטאת האדם למעל מעל בה' ואשמה הנפש ההוא. והתנדו את חטאתם אשר עשו והשיב את אשמו בראשו וחמישתו יסף עליו ונתן לאשר אשם לו. ואם אין לאיש גאל להשיב האשם אליו האשם המושב לה' לכהן מלבד איל הפרים אשר יכפר בו עליו". בעוד שפרשה זו נראית כפותחת בהצהרה כללית, "כי יעשו מכל חטאת האדם", צמצומה למקרה ספציפי כמעט מתבקש מאליו, הן לנוכח המונח "מעל" המשמש כאן כמינוח טכני, כמו בסוף פרשת ויקרא (ה, כא), הן בשל הביטוי "והשיב את אשמו בראשו", המהווה חזרה ברורה על ההנחה שניתנה בוויקרא ה, כ-כו.



לאחר מכן ממשיך הכתוב (דברים ל, י-יד):

כִּי תִשְׁמַע בְּקוֹל ה' אֱ-לֹהֶיךָ לְשִׁמּוֹר מִצְוֹתָיו וְחֻקֹּתָיו הַכְּתוּבָה בְּסֵפֶר הַתּוֹרָה הַזֶּה כִּי תָשׁוּב אֶל ה' אֱ-לֹהֶיךָ בְּכָל לִבְכֶךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ. כִּי הַמִּצְוָה הַזֹּאת אֲשֶׁר אָנֹכִי מְצַוְךָ הַיּוֹם לֹא נִפְלְאת הוּא מִמֶּךָ וְלֹא רַחֲקָה הוּא. לֹא בְשָׁמַיִם הוּא לֵאמֹר מִי יַעֲלֶה לְנֹו הַשָּׁמַיִמָּה וְיִקְחֶהָ לְנֹו וְיִשְׁמַעְנֹו אֶתְהָ וְנַעֲשֶׂנָּה. וְלֹא מֵעֵבֶר לַיָּם הוּא לֵאמֹר מִי יַעֲבֹר לְנֹו אֶל עֵבֶר הַיָּם וְיִקְחֶהָ לְנֹו וְיִשְׁמַעְנֹו אֶתְהָ וְנַעֲשֶׂנָּה. כִּי קְרוֹב אֵלֶיךָ הַדְּבָר מְאֹד בְּפִיךָ וּבְלִבְכֶךָ לַעֲשׂוֹו.

מהי אותה "המצוה הזאת אשר אנכי מצוך היום"? הרמב"ן (בפירושו לתורה, דברים ל, יא ד"ה כ) מעיר ש"המצוה הזאת" עשויה להתייחס או לתורה כולה או למצווה אחת. לאחר מכן הוא מוסיף ומעיר – באמצעות אבחנה לשונית דקה – שכאשר המונח "מצווה" בא לתאר את התורה כולה, הוא מופיע דרך כלל בביטוי "כל המצווה" (כך, למשל, בדברים ח, א). ומכל מקום, הביטוי שבו נוקט התורה כאן, "המצוה הזאת", מתייחס למצווה אחת, ספציפית, דהיינו:

אבל "המצוה הזאת" על התשובה הנזכרת, כי "והשבות אל לבבך" (בפסוק א) "ושבת עד ה' אלהיך" (בפסוק ב) מצווה שיצווה אותנו לעשות כן. ונאמרה בלשון הבינוני לרמז בהבטחה כי עתיד הדבר להיות כן. והטעם, לאמר "כי אם יהיה נדחך בקצה השמים ואתה ביד העמים תוכל לשוב אל ה' ולעשות ככל אשר אנכי מצוך היום", כי אין הדבר נפלא ורחוק ממך אבל קרוב אליך מאד לעשותו בכל עת ובכל מקום.

כמה שונה גישה זו מזו של הרמב"ם! הרמב"ם מדבר על אדם שכל סגנון חייו, אישיותו וסולם ערכיו אינם נתונים בסימן שאלה. ההפך מזה. המקור שהוא מביא למצוות התשובה מכון לאדם שאמנם טעה טעות גדולה, חמורה, אבל כשל באופן חד פעמי. חטא זה הוא כתם שחור על חייו, מכתים את אישיותו, אבל אין הוא מעמיד בספק את זהותו, את מחויבותו הדתית, את מערכת יחסיו הבסיסית עם הקב"ה, את אמונותיו ואת מעשיו, או את מידת קיומו את המצוות באופן כללי. כמובן, אפילו במקרה זה

תהליך התשובה כרוך במאמץ. איש אינו אוהב להתוודות על חטאיו, מכיוון שהדבר פוגע בתחושת הגאווה של האדם; איש אינו נהנה לשלם את גולתו בתוספת קנס, אבל עדיין הדבר בר ביצוע. התשובה במקרה זה אינה תשובה כוללת, גם לא אינטנסיבית. ההקשר שלה הוא העימות שבין האדם לבין חטא אחד ויחיד שחטא.

לעומת זאת, גישתו של הרמב"ן שלפיה הפסוק "כי המצוה הזאת" מתייחס לתשובה, צריכה להיבחן לאור רקעה הכולל של פרשת ניצבים (דברים ל, א-ב; י):

וְהָיָה כִּי יָבֹאוּ עֲלֵיךָ כָּל הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה הַבְּרָכָה וְהַקְּלָלָה אֲשֶׁר נִתְּתִי לְפָנֶיךָ וְהִשְׁבַּחְתָּ אֶל לְבָבְךָ בְּכָל הַגּוֹיִם אֲשֶׁר הִדִּיחְךָ ה' אֱ-לֹהֶיךָ שָׁמָּה. וְשִׁבַּחְתָּ עַד ה' אֱ-לֹהֶיךָ וְשָׁמַעְתָּ בְּקוֹל ה' כָּל אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוֶּךָ הַיּוֹם וּבְנִיךָ בְּכָל לְבָבְךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ... כִּי תִשְׁמַע בְּקוֹל ה' אֱ-לֹהֶיךָ לְשִׁמּוֹר מִצְוֹתָיו וְחֻקֹּתָיו הַכְּתוּבָה בְּסֵפֶר הַתּוֹרָה הַזֶּה כִּי תָשׁוּב אֵל ה' אֱ-לֹהֶיךָ בְּכָל לְבָבְךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ.

התשובה כאן היא תשובה כוללת – "כי תשמע בקול ה' אֱ-לֹהֶיךָ לְשִׁמּוֹר מִצְוֹתָיו וְחֻקֹּתָיו", מחויבות כללית, ובמלוא עוצמתה: "בכל לבבך ובכל נפשך", מחויבות מוחלטת, טוטאלית. ואף על פי ש"המצוה הזאת" היא "לא בשמים" ולא "מעבר לים", הגמרא (עירובין נה, ע"א) מצביעה על כך שמשמע מפסוק זה, שלו הייתה התורה בשמים או מעבר לים, הייתה מוטלת עליך חובה למצוא את הדרך כדי להגיע עדיה<sup>5</sup>.

בשונה מכך, בהתייחס למקור שמביא הרמב"ם למצוות התשובה, המשנה (בבא קמא ט, ה) אומרת שאם אדם גזל את חברו, והכחיש זאת באמצעות שבועת שקר, עליו לתור ולחפש את הנגזל "אפילו למדי" כדי להשיב לו את גולתו, אך מן הסתם אין עליו לעלות עד השמים או להגיע אל "מעבר לים".

5. הגמרא בעירובין מבינה את "המצווה הזאת" כמתייחסת לתלמוד תורה ולא לתשובה, אך ההשלכה על הבנת הפסוק נותרה בעינה.

## משבר התשובה

דיברנו על היחס שבין משבר לתשובה בשני מישורים: ראשית, תשובה כנובעת ומונעת מתוך משבר; ושנית, תשובה המתחייבת מכוחו של משבר. מעבר לשרטוט הכללי שלעיל, עלינו להכיר בכך שתשובה אינה רק תוצאה של משבר, אך היא עצמה משקפת משבר. אין ספק, מנקודת מבט פסיכולוגית מסוימת, החטא מהווה הצהרת כוונות דעתנית, מעין אותה רברבנות מרומזת של השטן בחיבורו של מילטון, והמוטו שלו: "מוטב למשול בגיהנום מאשר להיות משרת בשמים" (גן העדן האבוד, ספר 1). ומכל מקום, אצל בעל רגישות דתית, החטא – שתואר באופן כה חי אצל ספנסר כ"זוחל בקירבה בין העור ולשד העצמות" (*The Faerie Queene, Book 1, Canto X*) – הוא סרטן מתפשט. ההתרפקות והגעגועים לחטא, הכמיהה לו, לצד הכניעה לו, מסמלים ויוצרים את השבר, אם לא את הדרדור וההתמוטטות המוחלטים, של אישיותו הרוחנית של אדם.

מכאן, שבתהליך התשובה עצמו עשוי להיות משבר. הכרת החטא עשויה להביא עמה הרס, בושה ולהחריב את ה"אני". המשנה (אבות ב, א) מייעצת לנו: "הסתכל בשלושה דברים ואין אתה בא לידי עבירה: דע מה למעלה ממך, עין רואה, ואוזן שומעת, וכל מעשיך בספר נכתבים". משמע מכאן שההכרה בחטא תעורר פחד, אשמה ובושה. רגשות אלה עשויים לנפץ את עצמיותו של אדם, בדיוק ברגע שבו הצורך להתעשת, ליצור ולבנות מחדש הוא דחוף וחיוני ביותר.

בהקשר זה, של החטא והתשובה, אדם עשוי למצוא את עצמו שבוי ולכוד במשבר משולש: משבר זהות, משבר יכולת ומשבר יכולתו לעמוד לפני ה'. תהליך התשובה בהקשר זה עשוי להוות גורם מרפה ידיים.

בנסיבות אלה, בשעת משבר, כאשר מניית תחושת ההכרה בערך העצמי והביטחון העצמי ביכולותיו האישיות של אדם נמצאות בשפל המדרגה, התשובה השגרתית, ה"נורמאלית", נראית כפתרון קוסמטי בלבד, שלא יצלח למאום. אדם עשוי לתקן עוולה כאן, ולמחות נקודה שחורה שם. אך באותה שעה לא די בכך. בשעה זו אדם זקוק לבריאה מחדש, ללידה מחודשת, להיווצר מחדש. האמנם יגיע לכך רק באמצעות

התמקדות, כתוצאה מזכרון כישלונותיו, בנושא זה או אחר הטעון שיפור? בוודאי שלא! כדי להיברא מחדש, אדם צריך ליצור כוחות חדשים וזהויות רוחניות מחודשות, בשעה שמנסה לרתום כוחות וזהויות אלו. יכולתו של אדם הושמדה, הושפלה ועורערה, וכלים אלה חיוניים לשם בנייתם מחדש, אבל הם בדיוק אותם כלים שנשברו.

אנו מוצאים עצמנו פעם נוספת עומדים אל מול אותה דיילמה שנוסחה ביד האמן של חכמינו זכרם לברכה: "אין חבוש מתיר עצמו מבית האסורים" (ברכות ה, ע"ב). ועם זאת, זהו בדיוק התוכן של "תשובת המשבר": הצורך והאתגר שניצב בפני האסיר לשחרר את עצמו מכבלי הכלא. כמובן, אין הוא עושה זאת לבד. השכינה ניצבת לידו, מסייעת לו, הן באמצעות המחילה הגואלת, אותה מחילה של "שובו אלי ואשובה אליכם" (מלאכי ג, ו), והן באמצעות אותה "סייעתא דשמיא", שמעניקה לשב בתשובה כוחות מחודשים, בבחינת "הבא ליטהר – מסייעין אותו" (שבת קד, ע"א). יש כאן "מסייע", ולא סתם אלא "מסייע שיש בו ממש" (ראה שבת צג, ע"א), אבל ברמה הבסיסית הכדור נמצא במגרש שלנו. כפי שהצהיר רבי אלעזר בן דורדיא, "אין הדבר תלוי אלא ביי" (עבודה זרה יז, ע"א). ועדיין, כאשר המשבר נמצא בשיאו, ומאיים להמיט פורענות על החוטא, הבריאה מחדש משתהה, ממתנה.

## בכי ותחנונים

בהפטרת היום השני של ראש השנה, אנו קוראים (ירמיהו לא, ח): "בְּכִי יָבֹאוּ וּבְתַחֲנוּנִים אוֹבִילִם אוֹבִילִים אֶל נַחְלֵי מַיִם בְּדֶרֶךְ יִשְׂרָאֵל לֹא יִכְשְׁלוּ בָהּ, כִּי הִיְתִי לְיִשְׂרָאֵל לְאָב וְאֶפְרַיִם כְּכֹרֵי הוּא". הנביא אומר דברי נבואה אלה בהתייחס לשיבת העם לארצו, ארץ ישראל. אך הרמב"ם מדבר על אותם גורמים בדיוק בהתייחסו לתהליך התשובה אל הקב"ה. בפרק השני מהלכות תשובה, בהלכה ד', משרטט הרמב"ם את מרכיביה השונים של התשובה, ומתאר את פעילותו ההתנהגותית של השב: "מדרכי התשובה להיות השב צועק תמיד לפני השם **בבכי ובתחנונים**". אותו ביטוי, "בבכי ובתחנונים", מופיע בהלכת הרמב"ם כמו גם דברי הנביא ירמיהו.

בהתייחס למימד הבכי, יש מדרש ראוי לציון בפרשת תצווה (שמות רבה לח, ד). בהפטרת שבת שובה אנו קוראים את הפסוק "קחו עמכם דברים ושובו אל ה' " (הושע יד, ג), והמדרש מסביר:

"קחו עמכם דברים", זהו שאמר הכתוב (תהלים כו, ו-ז) "ארחץ בנקיון כפי ... לשמע בקול תודה", יכול אף להקריב פרים ואילים? תלמוד לומר "לשמע בקול תודה", לפי שישראל אומרים: ריבון העולם, הנשיאים חוטאים ומביאים קרבן ומתכפר להם, משיח חוטא ומביא קרבן ומתכפר לו, אנו אין לנו קרבן.

אמר להם: "ואם כל עדת ישראל ישגו" וגו'. אמרו לו: עניינים אנו ואין לנו להביא קרבנות; אמר להם: דברים אני מבקש, שנאמר "קחו עמכם דברים ושובו אל ה'", ואני מוחל על כל עונותיכם, ואין דברים אלא דברי תורה שנאמר (דברים א) "אלה הדברים אשר דבר משה".

אמרו לו: אין אנו יודעין. אמר להם: בכו והתפללו לפני ואני מקבל. אבותיכם כשנשתעבדו במצרים לא בתפלה פדיתי אותם, שנאמר (שמות ב) "ויאנחו בני ישראל מן העבודה ויזעקו", בימי יהושע, לא בתפלה עשיתי להם נסים, שנאמר (יהושע ז) "ויקרא יהושע שמלותיו", ומה אמרתי לו? נטה בכידון; בימי השופטים, בבכייה שמעתי צעקתם, שנאמר (שופטים ו) "ויהי כי זעקו בני ישראל אל ה'"; בימי שמואל, לא בתפלה שמעתי להם, שנאמר (שמואל א, ז) "ויזעק שמואל אל ה' בעד ישראל ויענהו ה'", וכן אנשי ירושלים, אף על פי שהכעיסוני, בשביל שבכו לפני ריחמתי עליהם, שנאמר (ירמיה לא) "כה אמר ה' רנו ליעקב שמחה" וגו', הוי איני מבקש מכם לא זבחים ולא קרבנות, אלא דברים, שנאמר "קחו עמכם דברים ושובו אל ה' ". לכך אמר דוד (תהלים כו) "ארחץ בנקיון כפי", איני אומר להקריב לך, אלא "לשמע בקול תודה", שאני מודה לך על דברי תורה.

התורה חשובה, והקורבנות חשובים, ובשביל בעלי היכולת – הם יכולים לסייע בתהליך התשובה. אבל חסר להם אותו מימד אקזיסטנציאלי, אותו כוח משיכה, אותן עוצמה וחשיבות שטמונות ב"תשובת המשבר". "מדרכי התשובה", כותב הרמב"ם, "להיות השב צועק תמיד לפני השם **בבכי ובתחנונים**". הבכי מגיע כאשר כל ההגנות האחרות של האדם מצויות בשפל המדרגה, וכאשר ההגנה מצויה בשפל המדרגה, מגיעה העת להתקפה.

## תשובה של תחנונים ותשובה של משאוי

הזכרנו קודם את ההקבלה האפשרית שבין תפילה ותשובה במשנת הרמב"ם. בשעות משבר, החיוב של כל אחת מהן הנו חיוב מוגבר ומואץ. בדומה לכך, גם ביחס לתחנונים אפשר שקיימים קווים מקבילים בין התשובה לבין התפילה. המשנה משרטטת קו ניגוד חד בין תפילה של "תחנונים" ובין תפילה של "קבע"<sup>6</sup>. הגמרא (ברכות כט, ע"ב) מסבירה: "מאי קבע? אמר רבי יעקב בר אידי אמר רבי אושעיא: כל שתפלתו דומה עליו כמשאוי". רש"י (ד"ה והיינו) מפתח רעיון זה: "והיינו לשון קבע, תפילתו עליו חוק קבוע לצאת ידי חובה". כוונתו היא לאותו אדם שמתפלל מתוך כורח, מתוך חובה, אבל אינו מזדהה עם תפילתו. אין הוא מעניק לתפילתו קדימות, אין הוא מקבלה כערך, התפילה אינה חלק מעולמו הרוחני, אינה חלק מאישיותו או מהווייתו.

כשם שיכולה להיות תפילה של קבע, כך גם עשויה להיות תשובה של קבע. "דומה עליו כמשאוי". יום הכיפורים מציץ אחר כותלנו, ואם כן, סובר האדם הגיע זמן תשובה! כך כתוב בספרים. שמעת זאת כילד, נתקלת בתשובה כשבגרת מעט והגעת לגיל הנעורים, הסבירו לך זאת כשהיית מבוגר, ועליך לעשות תשובה. אך זו אינה תשובה של תחנונים. תפילה צריכה תחנונים, וגם תשובה צריכה תחנונים. עבודת ה' כולה זקוקה להיות תחנונים, לא קבע.

כמובן, אנו פועלים מכוח תחושה של חובה ומצווה, וזהו ערך יסוד ביהדות: "גדול המצווה ועושה יותר ממי שאינו מצווה ועושה" (בבא קמא לח, ע"א; פז, ע"א; עבודה זרה ג, ע"א). אבל אין זאת אומרת, חס ושלום, שהמצווה ועושה מצפה ומייחל לכך שלא היה עליו לקיים מצווה זאת. להפך, הוא היה מקיים את המצווה אפילו לא היה מצווה עליה, אך מכוח הציווי הוא מקיים אותה בצורה מלאה יותר. תחושת ההזדהות, העומדת בניגוד לתחושת "דומה עליו כמשאוי", חיונית לגישתו כלפי החיים הדתיים בכלל, ולגישתו כלפי רעיון התשובה בפרט.

6. משנת ברכות (ד, ד) מציינת, כמסקנה תיאורית, ש"העושה תפילתו קבע, אין תפילתו תחנונים". אבל דומה שיש לקרוא אותה ברוח משנת אבות (ב, יג) שמורה לאדם לדאוג לכך שתפילתו תהא תפילת תחנונים, לא תפילת "קבע".

יש הסבר נוסף למונח "קבע" בגמרא על אתר: "רבנן אמרי: כל מי שאינו אומר בלשון תחנונים". יש שפה של תחנונים. והיא לא בהכרח משהו שניתן לתאר במובן הלינגוויסטי, הלשוני; היא מבטאת את איכות החוויה שאדם חווה. שפת התחנונים עשויה להתבטא בשפת הגוף; והיא עשויה להיות שפה ללא שפה. בחסידות נוהגים לומר שקיימות שלוש רמות של "ניגונים": ניגונים ומנגינה עם מילים, ניגונים בלי מילים, וניגונים בלי ניגון – ניגון כה פנימי עד שאינו יכול למצוא ביטוי במונחים מוזיקאליים. זוהי שפת ה"תחנונים" – בקשה, תחנונים, הפצרה, העתרה, חיפוש, דרישה, תביעה, ובכי.

## שילוב שני סוגי התשובה

לסיכום, נקודה קריטית אחת צריכה הדגשה. לכל אחד משני יובלי התשובה – המשבר והנורמה – מקום משלו. "לכל זמן, ועת לכל חפץ תחת השמים" (קהלת ג, א). ישנם מצבים ונסיבות שבהם המוקד צריך להיות על התשובה הנורמטיבית, ומצבים אחרים שבהם צו השעה הוא תשובת המשבר. יש רגעים שבהם היסוד המוסרי של התשובה, העימות עם החטא וההתמודדות עמו, עומד במרכז ומושל בכיפה, ורגעים אחרים שבהם היסוד הדתי של התשובה, היצירה המחודשת והבריאה המחודשת של העצמי ויחסיו עם הקב"ה חיוניים ביותר.

מכאן, שאל לנו ולו לרגע לנסות ולהחליט איזה מסוגי התשובה הוא בר תוקף ואיזה לא. בהתחשב בכליותה של החוויה הדתית שלנו, המבקשת לשרטט את קווי המתאר של עבודת ה' שלנו בכללותה, ובהתחשב ביום הכיפורים הממשמש ובא, עלינו לסרב לבחור בין שני סוגי התשובה. להפך, עלינו לשאוף לא רק להחזיק בכל אחד מהם באופן עצמאי, אלא לנסות ולהגיע להיזון חוזר ושילוב ביניהם.

היהדות מעולם לא נפלה לפח היקוש של הויכוח בין הפרוטסטנטים והקתולים בקשר לשאלה האם אמונה או מעשים מביאים לאדם את הישועה. אנו מכירים בשוני ביניהם שבין אמונה למעשים, אך איננו מכירים בניגוד שביניהם. במוקד עולמה של הלכה ניצב החיבור והצירוף, ההיזון החוזר שבין מרכיביו השונים של החיים הדתיים. עולם

ההלכה רווי בפרטי פרטים, קטנים וקטנטנים. יש אנשים שקשה להם לקבל זאת, והם מעדיפים לדבר במונחים של הכללות רוחניות והעדפות ערכיות. כיצד מתייחסת לכך התורה? "ועתה ישראל, מה ה' אלוקיך שואל מעמך?" – התורה מציעה הגדרה לחיים הדתיים – "כי אם ליראה את ה' אלוקיך, ללכת בכל דרכיו, ולאהבה אותו, ולעבוד את ה' אלוקיך בכל לבבך ובכל נפשך" (דברים י, יב). והפסוק הבא ממשיך: "לשמור את מצוות ה' ואת חוקותיו אשר אנכי מצווך היום לטוב לך". פסוק אחד מדבר בערכים דתיים מוחלטים, המשולבים בערכים אוניברסאליים: יראת אלוקים, "הליכה בדרכיו", *imitatio Dei*; אהבת ה', עבודת ה' בכל לבבך ובכל נפשך. ושמה יחשוב אדם שזה כל מה שהוא צריך, שההלכה היא דבר משני בלבד, בא הפסוק השני ומדגיש את הצורך בקיום המצוות, שמירתן ופיתוח עולם ההלכה כולו, "את מצוות ה' ואת חוקותיו".

צירוף זה מצוי גם בפרשת כי תבא, המדברת, כביכול, על "האמרת" הקב"ה ו"האמרתם" של ישראל, כלומר, המלכת הקב"ה והעלאתם של ישראל לגבהי גבהים של רוממות: "היום הזה ה' אלקיך מצוך לעשות את החוקים האלה ואת המשפטים, ושמרת ועשית אותם בכל לבבך ובכל נפשך" (דברים כו, טז). כאן, המונח "בכל לבבך ובכל נפשך", אינו מתאר כיצד על אדם לאהוב את ה' או לירא הימנו, ללכת בדרכיו או לעבדו, אלא להפך: הפסוק מתאר כיצד על אדם לשמור "את החוקים ואת המשפטים". ובפסוק העוקב, מיד בהמשך: "את ה' האמרת היום להיות לך לא-להים וללכת בדרכיו, ולשמור חוקיו ומצוותיו ומשפטיו ולשמוע בקולו" – זוהי הדרך לקבלת עול מלכות שמים, ואותה "הליכה בדרכיו" המלווה עם "לשמור חוקיו ומצוותיו ומשפטיו ולשמוע בקולו".

חיבור זה, העובר כחוט השני בתורה כולה, ובספר דברים בפרט, מהווה את תמצית התורה. הוא נכון בעבודת ה' בכלל, ובעבודת התשובה בפרט.

בתיאור התשובה שבפרשת ניצבים, אנו נפגשים עם חיבור דומה: "כי תשמע בקול ה' א-לוהיך, לשמור מצוותיו וחוקותיו הכתובה בספר התורה הזה" ומיד "כי תשוב אל ה' א-להיך בכל לבבך ובכל נפשך" (דברים ל, י). כוונת הכתוב לומר שחלק ממצוות



התשובה הוא לשמוע "בקול ה' א-לוהיך, לשמור מצוותיו וחוקותיו". מוטלת עליך חובה לפתח רגישות דתית שמסוגלת בו זמנית גם לתת את הדעת לפרטים הקטנים ביותר – ההכרה בחטא ותיקונו – ובד בבד גם לבנות את אישיותך ולתקן את מערכת יחסים עם הקב"ה. עלינו לשאוף לכך שנוכל להטעין את קיום המצוות הפורמאלי שלנו במטען של חוויות וכוונות, לתת בהן חיות, ובד בבד עלינו לשאוף להעניק משקל ממשי לרצוננו ומחויבותנו לעשות תשובה, להיות מודרכים ומונחים, מקבלי השראה מקיום המצוות ההלכתיות.

אנו נושאים עמנו שאיפה נלווית לקבל משהו מתהליך התשובה. יום הכיפורים הוא יום של "רחמים בדין", כפי שהרמב"ן כותב (ויקרא כג, כד ד"ה יחיה), יום של י"ג מידות הרחמים. כוחה של התשובה הוא כוח משולב: מלאכת "תחזוקה רוחנית", המתמקדת בתיקון החטא, ובריאה רוחנית מחודשת, הנובעת מתוך משבר רוחני. אנו פונים לקב"ה בתקווה ומייחלים שגם הוא, יתייחס אלינו בשני מישורים. במובן אחד, יום הכיפורים הוא יום מחילת עוונות, כפי שאנו אומרים בתפילת העמידה של היום: "מלך מוחל וסולח לעוונותינו ולעוונות עמו בית ישראל ומעביר אשמותינו בכל שנה ושנה". אך בה בעת, יום הכיפורים הוא גם יום של בריאה מחדש, של פיוס, של מחילה, גם בלי להתייחס למימד הכפרה על החטאים. אם נלכדנו בטיט היוון של החטא, ומצאנו עצמנו לכודים ושקועים בו, על כל ההשלכות שיש לכך ופורטו לעיל, אנו מקווים ומתפללים "ביום הקדוש והנורא" לסליחה ומחילה באמצעות עתירה ותחנונים, למחילת עוון ומחיקת העונש, ובו בזמן אנו מצפים להתחדשות, לתהליך של שיקום שהנו כל כך חיוני.

בפרק נפלא שבתהלים, מבקש דוד המלך את ה' תוך התבוננות בשני מרכיבי התשובה. מצד אחד, הוא מתחנן אליו שימחל לו על חטאו (תהלים נא, ד-ה):

הָרַב כְּבִסְנֵי מַעֲוֵנֵי וּמַחְטָאֵי טְהַרְנִי. כִּי פָשַׁעִי אָנִי אֲדַע וְחַטָּאתִי נֶגְדֵי תָמִיד.

אך הוא אינו מסתפק בכך. הוא מבקש גם לחדש את הקשר שלו עם הקב"ה. הוא מתפלל לבריאה מחודשת, להיטהרות הנפש, שתושג בעקבות יחסי הגומלין שבין חסדו של הקב"ה לבין מאמציו-שלו (שם, יב-יג):

לב טהור בְּרָא לִי אֱ-לֹהִים וְרוּחַ נְכוֹן חִדַּשׁ בְּקִרְבִּי. אֵל תְּשַׁלְּכֵנִי מִלְּפָנֶיךָ וְרוּחַ קִדְשְׁךָ  
אֵל תִּקַּח מִמֶּנִּי.