

Rav Yisrael Salanter and The Mussar Movement

1. Controlling and Repairing Traits: *Ohr Yisrael 30*

כיבוש ותיקון המידות:
אור ישראל 5

We find that some individuals have an [inherently] good temperament and naturally pleasant character traits. On the other hand, other people are just the opposite [i.e., they have a negative temperament]. Likewise, even concerning the particular person himself, sometimes his emotional tendencies are at odds with each other. Some of these proclivities proceed on an upright path (with no prompting or guidance), while others stray off on a crooked course. These forces can burst forth in destruction if they are not restrained by the power the intellect.

A person should not say, "What the Almighty propagated cannot be altered! He implanted a negative propensity within me, and I have no hope of uprooting it." Such is not the case, for the forces in a man's soul can be mastered and transformed!

We see this with animals. Man has immense control over them, and can bind them with the force of his will so that they will neither harm nor destroy (cf. *Yesheyahu* 11:9). He can even tame them — change their natures and uproot evil from their temperaments. In a similar way, he has the ability to gain mastery over his *yetzer hara* so that it has no influence over his deeds. Indeed, through study and the force of habit, a person can actually transform his nature [from evil] to good. (One example of a work that gives guidelines in this area is *Cheshbon HaNefesh*.)

In reference to this, our Sages teach (*Avos* 4:1): "Who is strong? He who subdues his personal inclination, as it is said: 'He who is slow to anger is better than a strong man, and a master of his passions is better than a conqueror of a city' (*Mishlei* 16:32)." "Strength" is defined by the capability to vigorously stand up against one's opponent and forcefully prevail over him. ingly submit themselves to the conqueror's rule; they do not find it difficult to fulfill his commands, and they observe his directives with happiness and joy.

In a similar vein, a person who subdues his *yetzer hara* is naught but the *gibor* — one who galvanizes himself to restrain his desires. Doing so establishes him in the category of being "slow to anger" — when someone has a fierce temper but restrains and suppresses it. Starting from this point, a person will eventually reach the level of being a "ruler over his spirit." Then, the passion of his desire will be channeled to the jurisdiction of the objective intellect, so that he will love righteousness and not crave its opposite. The entire purpose of man's existence is to purge every negative trait and character attribute from his heart. As long as he is not cleansed of their taint, then even if he overcomes his *yetzer hara* in numerous instances, he will eventually fall into their net (see *Sha'arei Kedushah* 1:3).¹

נביע נא במעט אמר ודברים בכלל
תכונת דרכי בני האדם פי נפרדים
המה: יש אשר תכונתו טובה.
מדותיו בטבעו רצויות. ויש להפך.
כן גם באדם פרטי לפעמים כחות
נפשו בל ילכו במצעד שוה. איזה
מהם יצעדו (באין מושך ומנהל)
בארח נכוחה. ואיזה מהם ילכו
דרך עקלקלות. יפרצו להשחית אם
לא יעצרו האדם בכח תבונתו:

אל יאמר האדם את אשר עשה
הא-להים אין לשנות והוא יתברך
הטביע בי כח הרע ואיך אקנה
לעקרו משרש. לא כן הדבר. כחות
האדם בני כבישה גם חלופי המה.

כאשר עינינו רואות בטבעי בעלי
חיים. אשר האדם רב חילו לכבשם
במאסר רצונו לבל ירעו ובל
ישחיתו. גם לעשותם בני תרבות
להפך טבעם ולעקר משרש רע
תכונתם. כן האדם בעצמו יש לאל
ידו לכבש טבעו הרע לבל יצא
לפעלה אדם. וגם לשנות טבעו
לטוב על ידי הלמוד וההרגל. (עין
חשבון הנפש... וזה כל האדם
לשרש מלבבו כל תכונה ומדה
רעה. פי כל עוד לא נקה מחלאתם.
אף כי יתגבר על יצרו פעמים
רבות. יפל ברשתם. (עין שיערי
קדשה חלק א' שער ג')...

אכן במצב תקון היצר. גם בחינת
כבישת יצרו. בל ירפה ידו מהחזיק
בה. פי אף שנעקר הרע מקרבו.
עוד מעין נרפש טמון בחבו להקיר
מימיו. על ידי סבה גדולה
המערורתם להתגלות ממחבואם
להתפשט לצאת החוצה
להשחית...

However, in the process of rectification, one should not desist from subduing the *yetzer hara*, for even though he has uprooted the evil that was within him, a sullied spring still lurks within his subconscious, waiting to issue its waters (cf. *Mishlei* 25:26 and *Yirmiyahu* 6:7). All it needs is a single powerful stimulus to arouse it and cause it to burst forth from its hiding place and wreak destruction.³ For example, consider one who has habituated himself to act patiently, so that when something is done against his will or to his detriment, he doesn't lose his temper in even the slightest degree. Nevertheless, if he does not delve down to the very foundations of forbearance, he cannot rest assured that he will maintain his equilibrium when confronted with a serious challenge. Being thrown into such a conflict will weigh upon him like a load of wet sand, and he will require an extra measure of fortitude to triumph over his desire — but he will be unaccustomed to the struggle.⁴

In general, when a person is young and has not yet faced life's tribulations, it is difficult for him to engage in subduing his negative character traits. In contrast, it is relatively easy for him to rectify them. This is alluded to in the *mishnah* (*Avos* 4:25): "One who studies [Torah] while [he is still] a child, to what can he be likened? — to ink written on fresh [clean] paper."¹¹ On the other hand, when one is older and more set in his ways, rectifying his *middos* is an onerous task. As the *mishnah* continues, "And one who studies [Torah] as an old man, to what can he be likened? — to ink written on smudged paper." Because of the vicissitudes of age, he is more set in his ways and his negative traits are more firmly embedded in his heart. Subduing his traits, however, is not so burdensome to him, since he is accustomed to the burden of pursuing a livelihood and fulfilling his needs and desires.

This being so, the appropriate focus of Divine service varies according to one's stage in life. While in his youth, a person should concentrate on rectifying his *middos*, so that he can serve Hashem with ardor and happiness. As he grows older, his Divine service should focus on subduing them, which doesn't require such great fervor and desire. When a person becomes habituated to *middos* rectification during his youth, it prepares a path to help him subdue his *middos* when he becomes old (a time when there are numerous causes for provoking bad character traits, as we mentioned above).

2. Technique 1: Energetic/Emotional Engagement *Ohr Yisrael* 2

So that one become accustomed to this [musar] wisdom, whose ways branch into two, the first being to inflame the souls through the purification of thought, through these sublime studies [the study of musar]; to learn with lips on fire, with correct apprehension, depicting each idea in a broad manner, and bringing it close through familiar imaginings, until the heart gets excited, whether to a great or small extent. And thereby it will be empowered to prepare the limbs, to actualize every good deed on its behalf, whether by desire or by strength of will.

ובכלל להאדם בימי עלומיו, בטרם נסה לסבל על, כבד לפניו בחינת כבישת המדות, ולעמת זה נקל לפניו למוד תקון המדות, כמאמרם (אבות פ'ק ד') הלומד ילד למה הוא דומה לדיו כתובה על ניר חדש, ובימי העמידה והזקנה, אשר כבד להאדם למוד תקון המדות, כמאמרם (שם) והלומד זקן למה הוא דומה לדיו כתובה על ניר מחוק, וביותר לבו בל עמו מטרדות הזמן, אכן הכבישה לא תהיה עליו למעמסה כל כה, בהיותו מרגל לסבל על לבקשת טרפו והצטרכותיו ומאוייו:

אי לזאת עבודתו יתברך שמו בימי הבחירות, בבחינת תקון המדות לעבד בחפץ ושמחה, ובימי הזקנה בבחינת כבישת המדות בלי חפץ ורצון, וכאשר ירגל האדם בימי עלומיו לתקן מדותיו, לעזר ולהועיל לו לימי הזקנה (אשר סבות מוצאות למרבה לחדש רע מדותיו כנזכר לעיל), לפנות לפניו הדרך לכבישת המדות...

גישה א': התפעלות או ישראל ב

להרגיל בחכמה הלזו, אשר דרכיה יפרדו לשני ראשים, האחד להלהיב הנפשות בזכור הרעיון, בלמודים הנשגבים הללו, ללמד בשפתים דולקים, ברעיון נכון, בציר רחב להרחיב כל דבר, ולקרבה בדמיונות קרובים, עד אשר יתלהב הלב אם מעט אם הרבה, אשר תוכל תת כחה להכין האברים, להוציא כל מעשה הטוב למענהו, אם ברצון או בחזקה:

3. Technique 1b: Repetition/Mantra
Shaarei Ohr 9

And therefore it is appropriate to repeat musar sayings many times over. And specifically, when one comes across a saying of the sages or some other words of musar by which he feels he would be affected and that would penetrate into the chambers of his heart, he should review and repeat it with deep affect many, many times, until it becomes engraved upon the tablets of his heart, and as frontlets between his eyes. Then, upon his going outside, and going to rest upon his bed, this teaching will ring in his ears like a bell, and will not depart from his memory.

ועל כן טוב לחזור מאמר מיראה ומוסר כמה פעמים. וביחוד כאשר יגיע לאיזה מאמר חכמינו ז"ל. או שאר דברי מוסר. אשר ירגיש בנפשו כי יתפעל מזה. ויחדר לתוך חדריו לבבו. יחזור וישנה עליו בהתפעלות. כמה וכמה פעמים. עד אשר יהיה חרות על לוח לבבו. וילטוטפות בין עיניו. ואז גם בלכתו בחוץ. ובשכבו על משכבו. יצלל המאמר הזה לתוך אזניו כפעמון. ולא ימוש מזכרונו:

4. Technique 2: Anticipation/Preparation
Ohr Yisrael 2

The second is the wisdom of the world, to have foresight, to look out from the get-go before the days of evil come, to prepare counsel and a plan, of how to conduct oneself and others, and to diminish the matter to make the experience easier, until awe grows greater than desire. For this is the entirety of the person, to strengthen awe and weaken desire with virtue and wisdom...

והשני היא חכמת העולם, להיות רואה את הנולדות, לפקח מראש טרם יבואו ימי הרעה, להכין עצוה ותחבולה, איך לנהל עצמו ואחרים, ולהקטין הדבר להקל הנסיון, עד אשר תגדל היראה מהתאונה, וזה כל האדם להגביר היראה ולהחליש התאונה במוסרי וחכמה...

5. Technique 3: Directed Torah Study
Iggeret HaMussar

power of prayer.' " *HaKadosh Baruch Hu* created the *yetzer hara* as well as its remedy, the Torah.

Based on this encounter, our Sages, of blessed memory, taught us that the remedy of the Torah is the fear that emanates from it. This is derived from the words, "You have denied fear of the Eternal..." This refers to the physical aspect of fear, which is viscerally perceptible. Thus, the healing remedy for all the ills of the soul is for man to focus his heart and soul on the fear of punishment that is taught in the Torah. Whether in general: to know and understand from the Torah that corresponding to each transgression there is a devastating and awesome punishment, and corresponding to each mitzvah there is a reward of unimaginable elevation. Or in particular — and this is the prime factor — to study the laws of Torah that pertain to each transgression. For instance, for arrogance [one should study] the sections of the Torah germane to arrogance; for unethical business practices, the sections of the Torah that treat the ethics of business affairs; and so, too, for each mitzvah and each transgression, [one should study] its appropriate Torah teachings.

ברא הקדוש־ברוך־הוא יצר הרע ברא לו תורה תבלין כול. בזה הורונו חכמינו ז"ל, כי תבלין של תורה, היא היראה הנובעת ממנה, כמאמר הכתוב (הנזכר לעיל) תפיר יראה, והיא בחינה גשמית, מובנת לעיני בשר, סבת רפואתה לחלי הנפש, אם ישים האדם לבו ונפשו אל יראת התורה. אם בכלל, לידע ולהבין מהתורה, כי לכל עברה יש ענש עצום ונורא, ולכל מצוה יש שכר נעלה מאד. אם בפרט, והוא העקר, ללמד תורת כל עברה ועברה לבדה, לגאון תורת הגאון, למשא ומתן באמונה חלקי התורה אשר לענינים שבין אדם לחברו בעסקי העולם וכדומה, וכן לכל מצוה ולכל עברה את תורתה: ...

For an illustration, in our district, praise to the Almighty, the injunction to abstain from non-kosher meat is naturally implanted within the souls of Israel. So strong is this proclivity that no one has to force his nature and desire to abstain from non-kosher meat — it is foreign to him. There is no kosher

כדומה במחוזותינו אלו, תהלה לאל אסורי נבלות וטרפות ודומיהם מטבעים בנפשות הישראל, עד אשר לא יצרך שום איש לאכף טבעו ותאותו להתרחק מהם, כי המה לו לזרא. הלא לא יעלה חלילה על לב שום אחד

butcher who would not consult a competent, halachic authority concerning the status of any questionable meat. Even if his inquiry would cause him a significant loss, the fear of Hashem is within him — in his nature and in his ways. This generates the attitude: “God forbid that I should do evil and deceive my fellow Jews.”

However, in the multitude of our sinful business dealings, we find just the opposite. Most people do not seek advice concerning a suspicion of stealing from their fellow. Oftentimes they oppress victims, even before legal claims are fairly evaluated. Some people, even after legal decisions are made, execute deceptive or strong-arm tactics. Doesn't the Torah view all these things equally? All of them are classified as transgressions, according to the Torah and its judgments. Thus, whether concerning [the Torah injunctions pertaining to non-kosher meat] like: “You shall not eat of the flesh of an animal torn in the field” (*Shemos* 22:30) and “You shall not eat any carcass” (*Devarim* 14:21), or [the Torah injunctions pertaining to monetary rulings] like: “You shall not oppress your fellow and you shall not steal” (*Vayikra* 19:13) — all of these are equally transgressions of the Torah [and must be stringently observed].

It is naturally ingrained in the soul of Israel that all non-kosher meat is forbidden to him; whatever meat is declared non-kosher by a halachic authority — he will distance himself from it and conduct himself only according to the Torah. So, too, in money matters — whatever the Torah classifies as belonging to one's fellow, if someone else besides the owner has it, this is stealing, and he transgresses “you shall not steal.” We see, in the multitude of our transgressions, that even the scholars, as well as nearly the God-fearing people, are not careful to refrain from this sin. And, yet, so serious is this transgression that Yom Kippur, and even death, do not grant atonement.

Yet, if a man will direct his heart and soul to learn in-depth the laws germane to business matters from the Talmud and the halachic authorities — each person according to his ability — a character transformation will take place. If the focus of his study is to internalize the knowledge of the forbidden and the permitted, then his study will be particularly effective to guard him from stealing. Even if at first he is unable to desist from all infringements of stealing, he should not despair — for this is due to the strong desire to steal, as well as the prevalent practices of society. He should know with certainty how great is the power of Mussar, that slowly a vast acquisition of knowledge and new habits will take root in his soul. Eventually, questions concerning kashrus and questions concerning stealing will be equally important in his eyes.

Even if a man has fallen to transgressions that are not generally committed, like adultery and the like — as the Talmud (*Bava Basra* 165a) says: “The majority of people fall to the sin of stealing, the minority fall to the sin of adultery, and all of them fall to the sin of slander” — appropriate study will change him. If the *yetzer hara* has so overcome him that he considered the sin permitted, may Hashem have mercy — the essential remedy (besides the contemplation of the fear of Heaven and Mussar from the *aggados*, the midrashim of Chazal, and the Mussar books that are relevant [to the particular transgression at hand]) is the deep study of the relevant laws, with intention

ממוכרי בשר כשר, להתרפות מלדרש
אצל המורה צדק, במצאו שום דבר
שיש בו חשש טרפות באברים
הפנימים, עם היות לו לפעמים בענין
כזה הפסד מרבה, מורא שמים עליו
בטבעו והרגלו, חלילה לו מרשע,
להכשיל את ישראל:

ואולם בעונותינו הרבים, במשא ומתן
הוא בהפך, רב בני אדם לא ידרשו על
חשש גזל ועשק מעצמם. טרם יתבענו
חברו, ומהם אשר גם אחר התביעה
יעשה תחבולות מרמה או יעז. והלא
בתורה הכל שוה, זה לא תעשה וזה
לא תעשה, כפי ענין התורה ומשפטיה,
ובשר בשדה טרפה לא תאכלו, לא
תאכל כל נבלה, או לא תעשק את
רעה, ולא תגזל, ודומיהם. וכמו
שהטבע בנפש הישראלי, שכל מיני
טרפות שוים אצלו, וכל אשר יורה
המורה כי הוא טרפה מרחק אצלו
וכתורה יעשה, כן בממון, הלא כל מה
שעל פי התורה שיה לחברו הוי גזל
ועובר בלא תגזל. ואנחנו רואים
שבעונותינו הרבים אפלו הלומדים
וכמעט גם היראים, אינם נזהרים
כפאות בלא תעשה הלזו, אשר יום
הכפורים וגם המיתה אינם מכפרים
עליה:

אכן אם ישים האדם לבו ונפשו, ללמד
ההלכות השייכות לממון בעיון, גמרא
ופוסקים איש לפי ערכו, ובפרט אם
המרפז יהיה על תכונת אסור והתר,
לידע איה להשתמר מגזל, (אף אם לא
יקים בתחלה, כי התאזהר רבה בזה,
וגם רחוק הדבר מהרגל המדיני), מה
רב כחה להשריש לאט לאט קנין רב
בנפש, עד אשר יהיה שוה בעיניו
שאלות אסור והתר ושאלות השייכות
לממון. כן אם האדם נכשל רחמנא לצלן
בעברה אשר אין העולם רגילין בה,
כמו בנאוף וכיזא, כמאמרם ז"ל מעוטן
בעריות, ותקף עליו יצרו שנעשה לו
כהתר רחמנא לצלן, עקר רפואתו (לבד
התבוננות היראה והמוסר מאגדות
ומדרשי חכמינו ז"ל וספרי מוסר
השייכים לזה), הוא למוד ההלכות
השייכים לזה בעיון, ובפרט על מנת
לעשות, זאת תיתן פריה לאט לאט,

to fulfill them. This will slowly bear fruits to empower his soul to be on guard against descending to Gehinnom; or at least, he will not brazenly commit the sin.

Ultimately, he will gain strength and resolve through much study of the relevant laws associated with the accustomed transgression. Eventually this will help him acquire a different nature, and the notion to transgress will not arise in his heart, even if the situation is difficult.

6. Technique 4: Sermons and Prayer in a Group

Ohr Yisrael 6; Netivot Ohr p. 121

Ohr Yisrael 6: There are spiritual causes, sins, which harden the heart of the human and make it to stone, God forbid, and the central remedy is Torah study and submissive prayer. Gather, please, in a group of 10, first study some mussar or let one offer a discourse, and then pray together regarding the spiritual desire.

Netivot Ohr p. 121: In addition to public discourses, R Yisrael would also preach in seclusion to his students. The foundation of his homilies was not explanation of verses and resolution of midrashic texts, rather things which were conceived and expressed from his heart. Deep investigations into the ways of service of God, reward and punishment, and character. After expounding for many hours, he would sometimes “clothe” an idea in an expression of a verse or teaching of the Sages ob”m...

At one time, our teacher secluded himself for a lengthy period in Aleksot, a suburb of Kovna, where he remained for the course of the week, returning only on the Sabbath. In Aleksot, he would be visited once a week by his closest students to form an assembly of ten. After we davened Minhah, our teacher would wrap himself in a tallit and begin to expound on the awe of God as he usually did... In the middle of the sermon, he would begin to say words of reproof and spiritual awakening with great excitement, until our hearts melted, and he would weep a great deal. He would repeatedly arouse us to prepare ourselves to beseech mercy from God, may God be blessed, concerning spiritual matters. Then, in the middle of the “awakening,” he would recite a verse in praise of God, and then some verse imploring mercy, such as “Return us to You, O God.” . . . And we prayed together with him in public concerning the spiritual Evil Impulse, to remove the heart of stone from our flesh and to purify our hearts to serve God in truth.

לתת עז בנפש להשמר מעט משאל
תחנית, לכל הפחות מלעשות את
העברה בבחינת להכעיס (*), עד אשר
תוכל תת כחה, על ידי עסק רב
בהלכות השייכים להעברות הרגילות,
לקנות טבע אחר, לבל יעלה על לב
לעבר עליהם גם אם יכבד הדבר:

**גישה ד: דרשה ותפילה בציבור
אור ישראל ו, נתיבות אור עמ' קכא**

אור ישראל ו: כן גם יש סבות רוחניות היא
העברות, המטמטמות לבו של אדם והיה לאבן
חלילה, רפואתה העקרי למוד התורה וגם
התפלה בהכנעה, תתאספו נא בעשרה תלמודי
קדם מוסר או ידרש אחד, ואחר כך להתפלל
ביחד על יצר הרועני:

נתיבות אור עמ' קכא: הנה מלבד אשר היה
דורש ברבים במקהלות עם. היה דורש גם
ביחוד לפני תלמידיו. יסוד דרושיו. לא היה
לפרש פסוקים ולישב מדרשים. כי אם דברים
אשר הרה והגה מלבו. חקירות עמקות בדרכי
עבודת ה' יתברך שמו. ובשכר וענש ודרכי
המדות. וכאשר היה דורש כמה שעות.
לפעמים הליביש איזה רעיון. במליצת הכתוב
או איזה מאמר רבותינו ז"ל...

היה זמן רב אשר אדמו"ר זצוק"ל. היה עצור
בכל ימי השבוע בפרישות והתבודדות. בעיר
אלעקסאט הסמוכה לפה. מעבר לנהר נימען.
ורק בכל שבת קדש היה בא לביתו פה העיר.
ואז מתלמידיו המקרבים אליו ביותר. היו
הולכים פעם אחת בכל שבוע אליו. אל מקום
התבודדותו. עדה שלמה של עשרה. ואחר
אשר התפללנו מנחה. התעטף אדמו"ר זצוק"ל
בטלית. והתחיל לדרש לפנינו ביראת ה'
יתברך שמו כדרכו בקדש... ובאמצע הדרשה
החל להגיד דברי כבושין התעוררות מעניני
רוחנים. בהתפעלות עצומה עד אשר נמס
לבבנו. והוא היה בוכה הרבה מאד. והיה מעיר
ומעורר אותנו להכין את עצמינו לבקש רחמים
מלפניו יתברך שמו. על עניני הרוחנים. ועל כן
באמצע ההתעוררות היה אומר מתחלה איזה
פסוק משבחו של מקום. ואחר כך איזה פסוקי
דרחמי. כמו השיבנו ה' כול לב טהור כו'.
ואנחנו עמו להתפלל ביחד בצבור על יצר הרע
הרוחני. להסיר לב האבן מבשרנו ולטהר
לבבנו לעבדו באמת:

7. Technique 5: Mussar House Shaarei Ohr 11

A building dedicated to Mussar study – Our revered genius pious teacher ob”m expounded and established that to fulfill the benefit of the ways of study of mussar, it was urgent that there be a special place, set aside and distinct, just for this study – the study of mussar. There books of mussar would abound, and its gates would always be open, and many and whole people could gather there. Everyone whose heart moved them to learn books of mussar could divert to this house. According to one’s malady in God’s service one can direct one’s study of books of awe and virtue with great emotion, each person according to one’s heart’s blemish and pain. Our teacher ob”m exerted great effort to build this house here with the help of generous-hearted people, and it stands in its place until today, thank God. Our teacher ob”m himself would come regularly to the Mussar House...

Some would ask, what is the need for a dedicated house for study of Mussar? ...

... Even the person who has heard and learned and whose heart inclines them to this learning, the learning of Mussar, where can they scout a place for this? Especially when the key fruit of the benefit of the learning to learn with emotional engagement as explained above. Could one possibly sit in one’s home, against one’s family adorning them from all sides? Or study in a beit midrash where when studying with emotional engagement of the soul, one will disturb those studying Gemara and Halakhah? And they, in their learning will disturb one’s study of mussar. And what of the fact that sometimes one’s study of mussar arouses them to weeping, and their eyes flow with tears? Won’t they be embarrassed to immerse in it? And sometimes one doesn’t own the books of mussar. Not the case when there is a dedicated house...

8. Selected Sayings of R Yisrael Salanter The Mussar Movement, R Dov Katz pp. 342-352

A person lives with themselves for seventy years and does not know themselves.

The true greatness of the Ariza”l and the Vilna Gaon was that with all their formidable strength in revealed and hidden [Torah], they never strayed from the sections of the Shulhan Arukh even an inch.

בית מיחד ללמוד המוסר — אדמו"ר הגאון החסיד זצוק"ל דרש והתקין. כי למלאות התועלת של דרכי למוד המוסר. נחוץ שיהיה על זה מקום מיחד. מפרש ומבדל רק לשם למוד הלזה. הוא למוד המוסרי. ושמה ימצאו ספרי מוסר למרבה. ושעריו יהיו פתוחים תמיד. ולשם יתקבצו רבים וכן שלמים. וכל איש אשר ידבנו לבו ללמד ספרי מוסר. יסור לתוך הבית הזה. וכפי מצב מחלתו בעבודתו יתברך שמו. כן יתן אל לבו ללמד ספרי יראה ומוסר בהתפעלות הנפש. איש איש כפי אשר ידע נגעו ללבבו ומכאובו. ואדמו"ר זצוק"ל השתדל בעצמו לבנות פה בית המוסר. בעזרת נדיבי לב. והיא עומדת על תלה ברוך ה' עד היום. ואדמו"ר זצוק"ל בעצמו היה בא תמיד לבית המוסר...

והנה יש אשר יעמיקו שאלה. מה צורך בית מיחד ללמוד המוסר...

...אף האיש אשר כבר שמע וידע. ויטהו לבבו ללמוד הלזה הוא למוד המוסרי. אפוא יתור לו מקום. וביחוד כאשר עקר פרי התועלת. הוא ללמד על פי אפן המועיל בהתפעלות הנפש כנזכר לעיל. היתכן כי ישב ללמד בביתו. נגד בני ביתו העוטרם לו מסביב. או ללמד בבית המדרש. אשר הוא בלמודו בהתפעלות הנפש. יפריע את הלומדים גמרא והלכות. והמה בלמודם יפריעו אותו מלמוד המוסר. ומה גם אם לפעמים יעורר אותו למוד המוסר אל הבכי. ועיניו יזלו פלגי מים. הלא יבוש ויעטה כלמה לעסוק בו. וכן לפעמים גם ספרי מוסר אין לו. לא כן כאשר יש על זה בית מיחד...

קובץ מאמרי ר' ישראל סלנטר
תנועת המוסר לר' דב כ"ץ, עמ' 342-352
האדם גר עם עצמו במשך שבעים שנה ואיננו מכיר את עצמו.

עיקר גדולתם של האר"י והגר"א, שעם כל תקיפותם בנגלה ובנסתר, לא זזו מסעיפי שו"ע תזוזה כל שהיא.

In the past, “a person did not transgress unless a spirit of foolishness entered them.” Whereas now, a person does not do a mitzvah unless a spirit of purity enters them.

It is harder to repair even one trait than to review the entire Talmud.

There is no one more dependent than the one who seeks honor.

If only adults would do what children know!

In matters of the self, one must privilege the spiritual over the physical, whereas in matters of another, one cannot forego the physical, for the physical needs of friends are spiritual needs of the self.

Just as one examines a drop of blood in an egg, one should as intensively examine all aspects of the kashrut of one's coin.

It's appropriate for one to study mussar one's whole life, even if it only enables one to restrain from a single expression of lashon hara.

One who learned mussar correctly once, will never forget that moment for eternity.

If lashon hara is spoken in the beit midrash on Kovno, they profane the Shabbat in Paris.

לפנים, אין אדם עובר עבירה אלא אם כן נכנס בו רוח שטות. ואילו היום, אין אדם עושה מצוה אלא עם כן נכנסה בו רוח טהרה.

קשה לתקן מדה אחת - מלעבור על כל הש"ס.

אין לך אדם הנצרך לבריות כמו בעל כבוד.

הלואי והיה עושה הגדול מה שיודע הקטן.

במה שנוגע לעצמו, יש לאדם לבכר את הנשמה על הגוף, ואילו במה שנוגע לזולת, אין לוותר על הגוף, באשר צרכי הגוף של חבירות הם עניני הנשמה של עצמו.

כשם שאדם בודק טיפת דם בביצתו, כן יש לבדוק כל צדדי הכשרות בפרוטתו.

כדאי לאדם ללמוד מוסר כל ימי חייו, אף אם לא יועיל לו רק לחסום פיו מדיבור אחד של לשון הרע.

מי שלמד פעם מוסר כראוי, לא ישכח אותו רגע לעולם.

אם מדברים בביהמ"ד בקובנה לשון הרע - מחללים בפריז את השבת.

8. *R Yisrael Salanter Timeline (from “Rabbi Israel Salanter and the Mussar Movement”, Etkes, p. ix)*

- 1810 Israel Lipkin born in Zager. Known later as Israel Salanter.
- 1822 Sent by his parents to study Torah in Salant.
- 1840 Moved to Vilna, where he was invited to serve as head of Yeshiva.
- 1845 Took first initiative toward establishing the Mussar Movement in Vilna.
- 1848 Fled Vilna for Kovna in order to be free of the pressure of the authorities to serve as a Gemara teacher in the rabbinical seminary then established in Vilna. In Kovna, he actively disseminated the ideas of the Mussar Movement.
- 1851 Began teaching Torah in Nevyozer *Kloiz* in Kovna.
- 1857 Left Lithuania and settled in Prussia, intermittently in Memel, Koenigsberg and Berlin.
- 1861 Began publishing the periodical entitled *Tevunah*.
- 1880 Left for Paris in order to rehabilitate the Jewish community made up of Russian and Polish immigrants.
- 1882 Led a public struggle against the initiative to re-establish the rabbinical seminary in Russia.
- 1883 Died in Koenigsberg.