

הרמב"ם מו"נ (ח"ג פל"ו): "אבל עם הסברה בתשובה יחזור למוטב, וישוב למצב מתוקן ביותר, וליותר שלם ממה שהיה קודם שיחטא, ולפיכך רבו המעשים המחזקים את ההשקפה הנכונה הזו המועילה מאד, כלומר הויזוים והקרבות על השגות, וכן גם על זדון מקצת העברות, והתעניות, והצווי הכללי לשוב מכל חטא היא ההתנקות ממנו, וזו תכלית זה ההשקפה הזו".

רמב"ם פרטי המצוות ריש הלכות תעניות. "מצות עשה אחת והיא לזעוק לפני ה' בכל עת צרה גדולה שלא תבא על הצבור. וביאור מצוה זו בפרקים אלו".

רמב"ם פרטי המצוות הקדמה למשנה תורה: "הלכות תעניות: מצות עשה אחת והיא להתענות ולזעוק לפני י"י בעת כל צרה גדולה שתבוא על הציבור".

הקדמה למשנה תורה אחרי מנין המצוות הקצר: "שהנביאים עם בית דין תקנו וצוו לקרות המגלה בעונתה כדי להזכיר שבחיו של הקדוש ברוך הוא ותשועות שעשה לנו והיה קרוב לשועינו, כדי לברכו ולהללו וכדי להודיע לדורות הבאים שאמת מה שהבטיחנו בתורה כי מי גוי גדול אשר לו אלהים קרובים אליו כי"י אלהינו בכל קראנו אליו".

רמב"ם הלכות תשובה (פ"ב ה"ד) "מדרכי התשובה להיות השב צועק תמיד לפני השם בבכי ובתחנונים ועושה צדקה כפי כחו ומתרחק הרבה מן הדבר שחטא בו ומשנה שמו כלומר אני אחר ואיני אותו האיש שעשה אותן המעשים ומשנה מעשיו כולן לטובה ולדרך ישרה וגולה ממקומו, שגלות מכפרת עון מפני שגורמת לו להכנע ולהיות עניו ושפל רוח. וכו' אף על פי שהתשובה והצעקה יפה לעולם, בעשרה הימים שבין ראש השנה ויום הכפורים היא יפה ביותר ומתקבלת היא מיד שנאמר דרשו ה' בהמצאו, במה דברים אמורים ביחיד אבל צבור כל זמן שעושים תשובה וצועקין בלב שלם הם נענין שנאמר כה' אלהינו בכל קראנו אליו".

(אסתר ז, טז) 'לך כנוס את כל היהודים הנמצאים בשושן וצומו עלי ואל תאכלו ואל תשתו שלשת ימים לילה ויום'.

(אסתר ט, לא) 'לקים את ימי הפרים האלה בזמניהם כאשר קים עליהם מרדכי היהודי ואסתר המלכה וכאשר קימו על נפשם ועל זרעם דברי הצמות וזעקתם'.

ספר כד הקמח 'לולב' שכתב: "והנה העבירה חולי הנפש כמו חולי הגוף שאינו מתרפא כי אם בהפכו והרופא הבקי ירפאנו בשכנגדו".

מצודת דוד (דברי הימים ב, לו טז) ד"ה עד לאין מרפא – "עד שלא רצה לכפר עוד ועל שהחטא הוא חולי הנפש אמר לשון רפואה על הכפרה וכן ושב ורפא לו (ישעיה ו)".

רמב"ם הלכות תשובה (פ"ז ה"ו ז') "גדולה תשובה שמקרבת את האדם לשכינה שנאמר שובה ישראל עד ה' אלהיך, 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 כתבו את האיש הזה ערירי גבר לא יצלח 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. 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".

ספר מורה הנבוכים (ח"ג פנ"א) "ויראה לי כי אשר חייב היות אלו הארבעה עומדים על תכלית זה השלמות אצל השם, והשגחתו עליהם מתמדת ואפילו בעת התעסקם להרבות הממון, ר"ל בעת המרעה ועבודת האדמה והנהגת הבית, היה מפני שתכלית כונתם היתה בכל המעשים ההם להתקרב אל הש"י קרבה גדול, כי תכלית כונתם כל ימי חייהם להמציא אומה שתדע השם ותעבדהו, כי ידעתיו למען אשר יצוה את בניו ואת ביתו אחריו".

רמב"ם הלכות תשובה (פ"ה ה"ב) "ואין לו מי שיכפהו ולא גוזר עליו ולא מי שמושכו לאחד משני הדרכים אלא הוא מעצמו ומדעתו נוטה לאי זו דרך שירצה, הוא שירמיהו אמר מפי עליון לא תצא הרעות והטוב, כלומר אין הבורא גוזר על האדם להיות טוב ולא להיות רע, וכיון שכן הוא נמצא זה החוטא הוא הפסיד את עצמו, ולפיכך ראוי לו לבכות ולקונן על חטאיו ועל מה שעשה לנפשו וגמלה רעה, הוא שכתוב אחריו מה יתאונן אדם חי וגו', וחזר ואמר הואיל ורשותנו בידינו

ומדעתנו עשינו כל הרעות ראוי לנו לחזור בתשובה ולעזוב רשענו שהרשות עתה בידינו הוא שכתוב אחריו נחפשה דרכינו ונחקרה ונשובה וגו'".

ספר מורה הנבוכים (ח"ג פל"ו) "המצות אשר כלל אותם הכלל הראשון, והם השקפות אשר מנינום בהלכות יסודי התורה, כלם טעמא ברור התבונן בהם אחת אחת תמצא אימות השקפה ההוא ושהוא דבר שהוכח, וכו', ופשוט הוא שהתשובה ג"כ מזה הכלל, ר"ל מן ההשקפות אשר לא יסודר מציאות אנשי התורה כי אם בסבירתם, שאי אפשר לאדם שלא יחטא ויטעה, אם שטעותו בהחשיבו השקפה או מדה שאינם חשובים באמת או בהתגברות תאוה או כעס, ואם יהיה האדם בדעה שלא שאין מרפא לשבר זה לעולם, יתמיד על טעותו, ושמא גם מוסיף במריו אם לא תהיה לו עצה, אבל עם הסברא בתשובה יחזור למוטב, וישוב למצב מתוקן ביותר, וליותר שלם ממה שהיה קודם שיחטא, ולפיכך רבו המעשים המחזקים את ההשקפה הנכונה הזו המועילה מאד, כלומר הויזוים והקרבות על השגגות, וכן גם על זדון מקצת העברות, והתעניות, והצווי הכללי לשוב מכל חטא היא ההתנקות ממנו, וזו תכלית זה ההשקפה הזו".

רמב"ם הלכות תשובה (פ"ג ה"ד) "דאף על פי שתקיעת שופר בראש השנה גזירת הכתוב רמז יש בו כלומר עורו ישינים משנתכם ונרדמים הקיצו מתרדמתכם וחפשו במעשיכם וחזרו בתשובה וזכרו בוראכם, אלו השוכחים את האמת בהבלי הזמן ושוגים כל שנתם בהבל וריק אשר לא יועיל ולא יציל הביטו לנפשותיכם והטיבו דרכיכם ומעלליכם ויעזבו כל אחד מכם דרכו הרעה ומחשבתו אשר לא טובה, לפיכך צריך כל אדם שיראה עצמו כל השנה כולה כאילו חציו זכאי וחציו חייב, וכן כל העולם חציו זכאי וחציו חייב, חטא חטא אחד הרי הכריע את עצמו ואת כל העולם כולו לכף חובה וגרם לו השחתה, עשה מצוה אחת הרי הכריע את עצמו ואת כל העולם כולו לכף זכות וגרם לו ולהם תשועה והצלה שנאמר וצדיק יסוד עולם זה שצדק הכריע את כל העולם לזכות והצילו, ומפני ענין זה נהגו כל בית ישראל להרבות בצדקה ובמעשים טובים ולעסוק במצות מראש השנה ועד יום הכפורים יתר מכל השנה, ונהגו כולם לקום בלילה בעשרה ימים אלו ולהתפלל בבתי כנסיות בדברי תחנונים ובכיבושין עד שיאור היום".

רמב"ם הלכות תעניות (פ"א ה"א ב'): "מצות עשה מן התורה לזעוק ולהריע בחצוצרות על כל צרה שתבא על הצבור, שנאמר על הצר הצורר אתכם והרעותם בחצוצרות, כלומר כל דבר שייצר לכם כגון בצורת ודבר וארבה וכיוצא בהן זעקו עליהן והריעו. ודבר זה מדרכי התשובה הוא, שבזמן שתבוא צרה ויזעקו עליה ויריעו ידעו הכל שבגלל מעשיהם הרעים הורע להן"

'ואיש או אשה כי יעשו מכל חטאת האדם וגו' והתודו את חטאתם אשר עשו וגו'
(נשא ה ו,ז), 'בצר לך ומצאוך כל הדברים האלה וכו' ושבת עד ה' אלקיך' (ואתחנן
ד ל)

ספר מורה הנבוכים (ח"ג פמ"ג) "כן ראש השנה יום אחד, מפני שהוא יום תשובה
והערת בני אדם משכחתם, ומפני זה יתקע בו בשופר כמו שבארנו במשנה תורה,
וכאלו הוא הצעה ופתיחה ליום הצום, כמו שהוא מפורסם בקבלת האומה מענין
עשרת ימים שבין ראש השנה ויום הכפורים".

**רמב"ם הל' תשובה (פ"ב ה"ד) "מדרכי התשובה להיות השב צועק תמיד לפני
השם בבכי ובתחנונים ועושה צדקה כפי כחו ומתרחק הרבה מן הדבר שחטא
בו ומשנה שמו כלומר אני אחר ואיני אותו האיש שעשה אותן המעשים ומשנה
מעשיו כולן לטובה ולדרך ישרה וגולה ממקומו, שגלות מכפרת עון מפני שגורמת
לו להכנע ולהיות עניו ושפל רוח".**

רמב"ם הל' תשובה (פ"ז ה"ג): "אל תאמר שאין תשובה אלא מעבירות שיש בהן
מעשה כגון זנות וגזל וגניבה, אלא כשם שצריך אדם לשוב מאלו כך הוא צריך
לחפש בדעות רעות שיש לו ולשוב מן הכעס ומן האיבה 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'".