

קונטרס הנהגות מגדולי הדורות

צעטיל קטן

מורבינו הרבי רבי אלימלך מליזענסק זצוק"ל זיע"א



הנהגות האדם

מורבינו הרבי רבי אלימלך מליזענסק זצוק"ל זיע"א



הנהגותיו הקדושות והישרות של
מוהר"ר צבי הירש קאיינדנור זצוק"ל



הנהגות הרד"ק

רבי מרדכי מטשערנאביל זצוקללה"ה



הנהגות הרב הקדוש

רבי מנחם מנדל מזויטבסק זצלה"ה



הנהגות ואזהרות מהרה"ק

רבינו רבי ישראל דוב זצוק"ל מזוילעדניק



קבצתי וערכתי בחמלת ה' עלי

הצב"י רן יוסף חיים מסעוד ס"ט

בן לא"א מו"ר ועט"ר רבי משה ז"ל אביחצירא

עפולה ת"ו ה'תשפ"ו



© כל הזכויות שמורות

כתובת המכון ולהשיג את כל ספרי המכון
הרה"ג רן יוסף חיים מסעוד אביחצירה שליט"א
רח' תאשור 6 ג' עפולה
טלפון: 052-7727591
rantorah@gmail.com
ran0527727591@gmail.com

זִכְרוֹן עוֹלָם בְּהִיכֹל ה' ה'

מוקדש לעילוי נשמת אבי מו"ר ועט"ר

רבי משה בן רבי משה ורבקה אביחצירה זצ"ל

נולד י' שבט ה'תש"ו בעיר תארודאנת מרוקו

נלב"ע ליל כ"ו אב ה'תשפ"ה

בעיה"ק ירושלים תובב"א נטמן בהר המנוחות קהילת ירושלים שער ברוש
"מתים יחיה אל ברוב חסדו ברוך עדי עד שם תהלתו"

תנצב"ה



לזכרון עולם בהיכל ה'

מוקדש לעילוי נשמת

אבי מו"ר ועט"ר

רבי משה

בן רבי משה ורבקה

למשפחת אביחצירא זצ"ל

נולד י' שבט ה'תשי"ז

בעיר תארודאנת מרוקו

נלב"ע ליל כ"ו אב ה'תשפ"ה

בעיה"ק ירושלים תובב"א

נטמן בהר המנוחות - קהילת ירושלים - שער ברוש
"מתים יחיה אל ברוב חסדו ברוך עדי עד שם תהלתו"

תנצב"ה

הקדמה קצרה

בס"ד ובחמלת ה' יתברך עלינו, זכינו להוציא לאורה את הספר "מנהגי ופסקי סופר המלך" של הרה"ק רבי יצחק צבי ברנפלד זיע"א מחדש.

אמרתי לעצמי מה טוב ומה נעים לצרף אליו כמה מהנהגות של גדולי הדורות ומאורי החסידות, ממה שכתבו לעצמם או לסובבים אותם מה שיש לנהוג כל אחד ואחד כפי יכולתו בחיזוק קיום התורה ומצוותיה.

הבאתי כאן כמה וכמה הנהגות מגדולי הדורות ומאורי החסידות, כדי שנקבל איזה תועלת ממה שהם הנחילו לנו לדורות עולם.

דבר זה הוא לימוד גדול בעבורנו, כי כל הנהגות שכתבו גדולי הדורות, מלמד אותנו שגדולי ישראל הצדיקים ותלמידי החכמים חייו כל הזמן, באופן שעושים חשבון נפש ומדקדקים על עצמם יותר ויותר בקיום התורה והמצוות.

בעצם כל מה שכתבו גדולי הדורות "הנהגות", הרי דברים אלו, הם כמורה דרך בעבורנו שנלמד מהם מה היא הדרך או ההנהגה או הדקדוק בתורה ובמצוות שגרמה להם להתקדם תמיד בעבודת ה' יתברך ולעלות בדרך העולה ל"בית אל".

ברור הדבר שאם הייתי רוצה לקבץ עוד מהנהגות של גדולי הדורות ומאורי החסידות, הייתי יכול לקבץ כרך גדול ועצום מאד, והייתה לנו תועלת עצומה מכל זה, והיינו יכולים לקבל יותר הבנה בדרכי הצדיקים, אך אי אפשר ללקט את הכל, וסומך אני על הקורא היקר שבעצמו יתאמץ לחפש ולפשפש ולקרוא וללמוד את ההנהגות של גדולי הדורות.

יהי רצון שנוכה לכל הברכות ולדרך בשבילים הבטוחים של גדולי הדורות שהובילו אותם "בית אל".

מוקדש לעילוי נשמת אבי מו"ר ועט"ר רבי משה בן רבקה זצ"ל למשפחת אביחצירא נלב"ע ליל כ"ו אב ה'תשפ"ה תנצב"ה.

מוקדש לעילוי נשמת גיסי היקר דביר ישראל בן רות תחי' ואליהו מימון הי"ו למשפחת שוקרון נלב"ע ל' סיון א' דר"ח תמוז ה'תשפ"ב תנצב"ה.

הכותב והחותם לכבוד הצדיקים

הצב"י רן יוסף חיים מסעוד אביחצירא ס"ט

מח"ס מריח ניחוח ועושא"ס

ל' סיון א' דר"ח תמוז (ז'כרו תורת מ'שה, ואות ו' כנגד לוחות שארכם ורחבם ו')

ה'תשפ"ו

עפולה ת"ו

צעטיל קטן מרבניו הרבי רבי אלימלך מליזענסק זצוק"ל זיע"א

אלה הדברים אשר יעשה אותם האדם וחי בהם

[א] בכל עת ורגע שהוא פנוי מן התורה, ובפרט שהוא יושב בטל לבדו בחדר או שוכב על מטתו ואינו יכול לישן, יהיה מהרהר במצות עשה זו של ונקדשתי בתוך בני ישראל, וידמה בנפשו ויצויר במחשבתו כאילו אש גדול ונורא בוער לפניו עד לב השמים, והוא בשביל קדושת השם יתברך שובר את טבעו ומפיל את עצמו להאש על קידוש השם יתברך, ומחשבה טובה הקדוש ברוך מצרפה למעשה, ונמצא שאינו שוכב ויושב בטל, רק מקיים מצות עשה דאורייתא.

[ב] בפסוק ראשון של קריאת שמע ובפסוק ראשונה של שמונה עשרה יהרהר בנזכר לעיל, ועוד יכוין אם יענו אותו כל אומות העולם בכל עיניהם קשים ויפשוטו עורו מבשרו להפחיש חס ושלום ביחודו, יסבול כל היסורים ולא יודה להם חס ושלום, ויצויר בדעתו ומחשבתו כאלו עושין לו בנזכר לעיל, ובזה יצא ידי חיוב קריאת שמע ותפלה כדיון.

[ג] גם בשעת אכילה וזיווג יכוין בנזכר לעיל, ובשיתחיל להרגיש תענוג גשמי יצויר במחשבתו בנזכר לעיל, ותיכף ומיד יאמר בפיו ובלבבו שיותר היה לו תענוג ושמחה בעשיית מצות עשה של ונקדשתי באופן הנזכר לעיל מהרגשת תענוג גשמי הזה שהוא מהצרעת משכא דחויא, ופך יאמר. וראיה לדבר שיותר היה לו תענוג ושמחה בעשיית מצות עשה של ונקדשתי באופן הנזכר לעיל שאפילו היו חוטפין אותו רוצחים באמצע אכילה וזיווג לעשות לו העיניהם קשים הייתי משמח את עצמי על קידוש השם יתברך יותר מתענוג גשמי הזה, אך יזהר שיהיה דובר אמת בלבבו ושיהיה אז בשעת מעשה תקוע על לוח לבו בתוכיות ובפנימיות הלב באמת גמור, ולא ישטה את עצמו להיות בגונב דעת עליונה חס ושלום.

[ד] בכל הדברים שפעולם, הן בתורה, הן בתפלה, הן במצות מעשיות, ירגיל את עצמו לומר בזה הלשון.

הריני עושה זאת לשם יחוד קודשא בריך הוא ושכינתיה לעשות נחת רוח להבורא יתברך שמו, וירגיל את עצמו לומר זאת בתוכיות הלב, ובהמשך הזמן ירגיש הארה גדולה באמירה זו.

[ח] כשיתחיל להתעורר בו מדה רעה חס ושלום ממדות רעות שהוא רגיל בהם כגון עקשנות ובושת של גאווה ועצלות ובטלה המביאה לידי שיעמום ופיוצא בהם יאמר תיכף ומיד בזה הלשון ובכל כחו הפנעני החתי הפריזי החיוני והיבוסני והגרגשי, וינצל, וירגיל את עצמו לצמצם ראיתו שלא להסתפל חוץ לד' אמות אפילו בהיותו בביתו ובפרט בבית הפנסת ובחדר שלומד בו ובדרך הלוכו בחוץ, ובהזדמן לפניו אשה אפילו אשתו ובניו הקטנים ופיוצא יצייר לפני עיניו השם אדני".

[ו] כשיבא לו ח"ו מחשבה רעה מניאוף יאמר כמה פעמים. ונשמרת מפל דבר רע, ויהרהר אז בדרשות חז"ל שדרשו עליו שלא יהרהר אדם ביום ויבא לידי קרי בלילה, ולא יניח ח"ו לשהות המחשבה רעה במוחו שלא לטמאות שכל העליון ח"ו.

[ז] כשיבא ח"ו לידו בהזדמנות כנגדו הסתכלות רעה ח"ו כגון בהמה וחייה או עוף שנוקקין זה לזה או טפח מגולה באשה במקום ערוה ופיוצא בהן יאמר תיכף ומיד הפסוק: ולא תתורו אחרי לבבכם, ולא יטמא את שכלו ח"ו.

[ח] ירגיל את עצמו שלא יתחיל לדבר לשום אדם זולת לצורך גדול ההכרח לו ואף ההכרח ידבר בדברים קצרים מאוד מנופה ביי"ג נפה שלא יהיה בדיבורו שום שקר ח"ו ושום חניפה ושום לשון הרע ורכילות ושום הלכנת פנים ולא שום הראות מעשיו לבני אדם, וירגיל את עצמו בכלל שאמרו חז"ל למוד לשונך לומר איני יודע, כשמדברים אליו בני אדם אשר אין נזהרים מלדבר דברים בטלים ישמיט את עצמו מהם בכל כחו ובכל מיני תחבולות, וכשלא אפשר לו להשמיט מהם בשום אופן על כל פנים יקצר מאוד בזה שמוכרח להשיב להם.

[ט] ירגיל את עצמו תיכף ומיד כשיתעורר משינתו יאמר: מודה אני לפניך מלך חי וקים שהחזרת בי נשמת בך מלה רבה אמונתך, ויאמר אפילו בלשון אשכנז בלב שמים: ברוך אל עליון אשר נתן לי מצות ציצית אלה אשר אני מסובב בהן ומצות נטילת ידים שחרית להעביר רוח רעה והקליפה הקשה מעל שתי ידים שלי, ויראה שיהיה לבו מלא שמחה באמרו כנ"ל ויקבל עליו הגדר של מיעוט הדיבור הנזכר לעיל אות ח'.

הנהגות מגדולי הדורות

ה

[י] יזהר מאוד בהתמדת הלימוד שיעורין כסדרן תיכף ומיד אחר קומו משינתו ואחר אמרו תיקון חצות והצטטיל קטן לא יזוז מהספר שלומד בו אפילו שעה אחת, בכל פעם שישב את עצמו ללמוד ואחר שיאמר תפלת השב המתחלת אנא השם וכו' ותפלת הת"ת בש"צ המתחלת הנני רוצה ללמוד יראה בכל כחו שלא לעשות שום הפסק אפילו במחשבה אחת זולת מחשבת הלימוד ומחשבת הצטטיל קטן שהוא לפני עיניו כי המאור שבה יחזירנו למוטב.

[יא] ירגיל את עצמו להתפלל בכל כחו ובקול המעורר הפונה להדבק במחשבה לדיבור ופניו אל הכותל בתוך סידור התפלה בבוקר ובערב ולא יסתכל לצדין מתחלת התפלה עד סופה, ובחזרת הש"ץ השמונה עשרה יעיין בסידור לענות אמן בכל כחו על כל ברכה וברכה ובשעת קריאת התורה להטות אָזְנוֹ על כל דיבור ודיבור מהקורא קורא את המגילה ולעשות עצמו כאלם בבית הפנסת אפילו קודם התפלה ואחריה עד הליכתו לביתו.

[יב] יצייר במחשבתו תמיד ובפרט בשעת קריאת הצטטיל קטן הזה כאלו איש אחד עומד סמוך לו ומעורר אותו בקול רעש גדול לקיים כל הנהגות אלו, ואל יפיל שום דבר ארצה אפילו נקודה קטנה ופשיגיל עצמו כך אזי במשך הזמן יבא עליו התעוררות גדול מצד נשמתו רשפי אש שלהבת י"ה.

[יג] לספר בכל פעם לפני המורה לו דרך השם ואפילו לפני חבר נאמן כל המחשבות והרהורים רעים אשר הם נגד תורתנו הקדושה אשר היצר הרע מעלה אותן על מוחו ולבו הן בשעת תורה ותפלה הן בשכבו על מטתו והן באמצע היום ולא יעלים שום דבר מחמת הבושה, ונמצא על ידי סיפור הדברים שמוציא מכח אל הפועל משר את כח היצר הרע שלא יוכל להתגבר עליו כל כך בפעם אחרת חוץ עצה הטובה אשר יוכל לקבל מחבירו שהוא דרך השם והוא סגולה נפלאה.

[יד] יזהר מאוד ומאוד לחזור לפעמים בכל מעת לעת זה הצטטיל קטן ויפרש כל תיבה ותיבה בלשון אשכנז וזה יהיה לו חוק ולא יעבור מללמוד קודם הזיווג פרק ט"ז בראשית חכמה והנהגות האר"י ז"ל, ואם



א. א"ה ריחמ"א: הת"ת בש"צ ר"ת ה'תלמוד תורה ב'שערי צ'יון.

ישאר לו פנאי ילמוד גם פרק י"ז מראשית חכמה הנזכר לעיל וזה יהיה לו חוק ולא יעבור.

[טו] קודם נטילת ידים לאכילה יאמר תפלת השב של רבינו יונה ז"ל ואחר אכילת המוציא יאמר בזה הלשון: לשם יחוד קודשא בריך הוא ושכינתיה אין אני אוכל להנאת גופי ח"ו רק שיהיה גופי בריא וחזק לעבודתו יתברך שמו ואל יעכב שום חטא ועון והרהור רע ותענוג גשמי את היחוד קודשא בריך הוא על ידי ניצוצות קדושות של האכילה והשתיה הנה, ויכנין כשהוא אוכל דבר מה שהטעם שהוא מרגיש בפיו בשעת לעיסה ובשעת גמיעה היא פנימיות הקדושה וניצוצות הקדושה השורה במאכל או במשקה ההוא ועל ידי האכילה והשתיה בשיניים והאצטמוכא נברר הפנימיות מהמאכל שלא יעשה מותר להשפיע לחיצונים, ואז נפשו נהנית מהפנימיות, והפסולת נעשה מותרות ונדחה אל החיצונים, ויקבל אז במחשבתו שתיכף ומיד כשירגיש שיצטרך לנקביו לא ישהה את הפסולת בקרבו לטמא ח"ו את מוחו ולשקץ את נפשו להשהות את הצואה והשתן בקרבו אפילו רגע אחד, וגם יצייר לפניו בשעת אכילה האותיות "מאכל" בכתב אשורית ויהרהר שעולה צ"א כמנין הוי"ה בשילוב אדנ"י.

[טז] האדם לא נברא בעולם רק לשבר את הטבע לכן יזרז את עצמו לתקן מדותיו בשנת שמונה עשרה דוקא כמו שאבאר כגון מי שנולד בטבע של עקשנות ישבר את טבעו ארבעים יום רצופים לעשות דוקא להיפך ממה שיעלה במחשבתו וכן מי שבטבע עצל ירגיל את עצמו ארבעים יום רצופים לעשות כל דבר בזריזות הן בהולך לשכוב על מטתו הן לקום בבוקר ממשכבו הן בזריזות לבישת בגדים ונטילת ידים ולנקות את גופו ולילך בזריזות לבית הכנסת תיכף אחר קומו מהספר ופיוצא ביהן, וכן מי שטבעו ביישן מהחלק של בושה רעה ירגיל את עצמו ארבעים יום להתפלל דוקא בקול רם וכח תנועת אבריו ולקיים כל עצמותי תאמרה ולברך על התורה בקול רם עד שיעזרוהו מן השמים להסיר הבושה הרע ממנו, וכן מי שאמרי פיו אינם עולים יפה ומסודר מחמת הרגל טבעו וכלי הדיבור שלו ירגיל את עצמו ארבעים יום להטות אָזְנוֹ להדיבורים היוצאים מאִלּוֹ הן במילי דעלמא והן במילי דשמאי הן בשעת לימוד פי הרגל של כל דבר נעשה שלטון, וכן מי שטבעו אינו מתמיד בלימודו ירגיל את עצמו גם כן ארבעים יום וילמוד יותר מהרגל שלו ויסתפל בכל פעם קודם הלימוד בצעטיל קטן שלי ומשם ואילך מן השמים יעזרוהו להיות מוסיף והולך בשבירת מדות הרעות עד תומם.

[יז] בכל עת שהוא פנוי מהתורה ומהתפלה ילמוד את עצמו בעל פה דברים
הצריכים לו כגון תיקון רחל ותיקון לאה ותפלת השב וברכת לבנה
וברוך שמים ועל הכל ומודים דרבנן ויהיה במצות עשה של ונקדשתי וכו'
בפתוב לעיל.

הנהגות האדם מרבנו הרבי רבי אלימלך מליזענסק זצוק"ל זיע"א

אלה הדברים אשר יעשה האדם וחי בהם

א. הראשון צריך האדם ללמוד גמרא ופירש"י ותוס' ומפרשים כל אחד לפי השגתו והפוסקים אחריהם ומתחלה ילמוד ש"ע או"ח וצריך להתפלל להשי"ת שיבא על האמת כי חטאת נעורים של האדם הראשון מסמין עיניו שלא יראה אף שיכול לפלפל ולהגיד לאחרים דינו אבל הוא בעצמו שוכח ולא מקיימם באמת, לכן צריך האדם להתחרט מאוד על עונותיו ולהתבודד עצמו קודם אור היום שאז עת רצון לבכות על גלות השכינה פעמים הרבה עד אין חקר ויבכה בדמעות וגם ביום לפעמים יתבודד ואז יראה בעצמו שעמדו עונותיו נגד עיניו, ויזכור את חטאותיו ועונותיו ופשעיו כהרים וגבעות אשר מעולם לא זכר אותם אם עשה ככה, ככה יעשה לא פעם ולא שתיים ולא מאה פעמים עד אשר ירחמו עליו מן השמים ויתפלל להשי"ת שידריכוהו בדרך, ויורה דרכו שלא יבלה חיי חייו ואז השי"ת ברחמיו וברוב חסדיו יאיר עיניו באור תורתו הקדושה ויבין וישכיל תוכן הדבר לעשותו ולקיימו.

ב. אלה הדברים צריך לזהר מחנופה ומשקרים וליצנות ולה"ר וקנאה ושנאה ותחרות וכעס וגאווה ומלהסתכל בנשים ומלהרבות שיחה עם אשה אפי' עם אשתו אמרו וכו' ובפרט בעת נדתה צריך הרחקה.

ג. ויזכור תמיד יום המיתה וכשילמוד גמרא או שאר ספרים לא יפסיק שלא יעבור על דברי חז"ל שדרשו על הקוטפים וכו', ויתפלל להשי"ת שילמוד תורה לשמה.

ד. ויעסוק באימה וביראה באיזה ספרי מוסר בכל יום בראשית חכמה ושל"ה וחובת הלבבות.

ה. ולפעמים ילמוד באימה במעט איזה כתבים מהאר"י זצלה"ה וכ"ז באימה וביראה ופחד ה', בדורות הראשונים היה נשמותיהם נשמות קדושות והיו נשמרים מנעוריהם מכל חטא ועון והיו נשמותיהם ראויים ומסוגלים ללמוד חכמה זאת, אבל עתה בעו"ה שיש לנו גוף עכור וחומר עב צריך האדם לזכך

ולכבס עצמו מכל חטא ולזכך נשמתו ויבין האדם אם זכך נשמתו כאשר אין יצה"ר מסיתו לשטות והבלים כאשר בתחלה, ואז יוכל ללמוד בכל פעם הכתבים והש"י יזכהו אם יזכך מחשבתו בקדושה באמת ובתמים שיפתח לו שערי החכמה בכתבי האר"י זללה"ה אשר לא כן כ"ז שמלובש בתאות גופניות בהבלי זמן שהלימוד קשה לו מאד ח"ו.

ו. צריך האדם לזכך גופו ונפשו בלימוד כנ"ל בלימוד הגמ' ותוס', גם דברי אגדה שבגמ' המה מסוגלים מאד לזכך נשמתו.

ז. וישמור עצמו מעבירות מהרהורים רעים בכל אופן ואופן.

ח. וישמור עצמו מלשנוא שום אדם מישראל כ"א הרשעים שנודעים לו בבירור שא"א לדונם לכף זכות וכל שאפשר לדונם לזכות מחויב לאהוב כנפשו בכל מאודו בגופו וכנפשו לקיים ואהבת לרעך כמוך.

ט. וישמור את עצמו מלדבר שום דבור קודם התפלה אפי' דבר א' כי זה מבטל כוונת התפלה.

י. ויזהר לנקות א"ע קודם התפלה וקודם סעודה, גם בכל פעם שצריך לנקביו שלא להשהות ויעבור על כל תשקצו.

יא. ויזהר שיהיה בגדיו הכתונת ומכנסים מנוקים מלכלוך וצואה וש"ז ח"ו.

יב. לא יטיל אימה יתירה בתוך ביתו ולא יקפיד שום הקפדה בתוך ביתו ואם יהיה לו שום הקפדה על שום אדם או על דבר אחד, יזכור מיד חטאת נעוריו ויאמר בלבו אין זה כ"א עונותי הביאוני לידי הקפדה זו וכן בכל דבר יזכור חטאותיו ועי"ז יוכנע ויושבר כח היצה"ר.

יג. ויתפלל להשי"ת שיעזרוהו לעשות תשובה שלימה, ושלא ימות בלא תשובה ויכלול א"ע בתוך שאר בעלי תשובה שיעזרוהו שיעשה תשובה שלימה ויתפלל על מחילת עונותיו בכלל מחילת עונות בני ישראל.

יד. ויהיו דבריו בנחת עם בנ"א ואם משבחין אותו ילך בזריזות ויצטער א"ע ויאמר מה זה משבחין אותי ואין בי אלו היו מכירין בשפלותי ושטותי ומעללי ומעשי הרעים ואיך אשא פני לפני הבורא ית"ש שהוא יודע ורואה מעשי בכל עת ורגע אעפ"כ הוא מרחם עלי בכל דברי.

הנהגות מגדולי הדורות

י

טו. ידמה בעיניו כאלו אדם עומד לנגדו תמיד ולא ירף ממנו השגחתו במעשיו תמיד ואלו היה רואה בו דבר מכוער היה מתבייש ונמאס בעיניו והיה מטמין א"ע באמתחת עכבר מגודל הכושה על אחת כמה וכמה ית"ש עומד עליו ורואה במעשיו בכל עת ורגע בלתי אפשר להטמין עצמו ממנו כמ"ש אם יסתר כמ"ש באו"ח.

טז. אם יגנה אותו שום אדם ישמח מאוד שהקרה ה' לפניו איש כזה שמתגנה במעשיו המכוערים וכל אדם יהיה בעיניו טוב ממנו.

יז. ירחיק א"ע מכל דבר שאין בו צורך לתכלית בריאת גופו לעבודת הש"י הן באכילה ושתייה הן בכל תאות והנאות.

יח. ועיקר שישמור את עצמו ממשקה המשכרו כי זה חולי רע ומביא את האדם לשפלות גדול כמאמר התנא לא תרוי ולא תחטא.

יט. וישמור מלהזכיר שם לבטלה.

כ. וישמור עצמו מלדבר ומלחשוב שום דבר קדושה במקום מטונף כי היצר הרע מתגבר דוקא להזכיר דבר קדושה במקום מטונף.

כא. וישמור עצמו מלדבר בבית הכנסת הקדוש אף דברי מוסר שלא יומשך מתוך כן לדבר בטל.

הנהגותיו הקדושות והישרות
של בעל ספר 'קב הישר'
מוהר"ר צבי הירש קאייידנור זצוק"ל
מק"ק פרנקפורט דמיין

[מתוך תולדות המחבר, הובא בספר קב הישר השלם הוצאת הרב אברהם שיינברגר ירושלים ה'תשנ"ג]

א. בהתעורר משנתי אהא נזהר מאד להיות הדבור הראשון שיצא מפי לשם שמים בתורה או בתפלה.

ב. שלא אלך ד' אמות בלי נטילת ידים שחרית.

ג. להיות לי מנעלים מיוחדים ללכת בהם לבית הכסא שלא אזכיר באלו המנעלים שיש חשש דיבוק טינוף שום דבר של תורה.

ד. להיות נזהר אפילו בבית הכסא שבבית שלא אשב בין מזרח למערב כדעת הרמב"ם ז"ל. ולגדולים יהא פני לדרום ולקטנים פני לצפון כדעת הירושלמי. ושלא יהא אצבע אמה שבשמאל מסייעני לקנח, כי ג' כריכות של תפילין עליו נכרכין כמ"ש בשל"ה, ובצניעות גדול כאזהרת חז"ל.

ה. להחביא הציצית תוך הכנפות בכל פעם שאכנס לבית הכסא כדעת ספר חסידים.

ו. להיות נחשב אצלי כל תיבה ותיבה בפסוקי דזמרה וק"ש ותפלת י"ח ממש כאבן טוב ויקר מאד, למען שבאם יצא מפי איזה תיבה במחשבה זרה ח"ו, אהא מצטער ביותר מאשר אבדתי אבן טוב שהוא פסידא דלא הדר. וכבר יש קבלה מקדמונים שעל כל אות ואות ממונה מלאך אחד.

ז. להיות אסור עלי הדבור בבית הכנסת שאינו מתורה ותפלה ויראת שמים ומוסר.

ח. להיות נזהר מאד בהסבת פנים אל הקיר שהוא ענין גדול, ועיני למטה, ולבי למעלה.

ט. שאהא לומד בכל יום ויום הן רב או מעט בתפילין כדי לזכות לנפש רוח ונשמה.

י. גדרים שגדרתי בעדי להתגדל בהם לשם שמים. וראש לכל הגדרים שלא אמלא תאותי במאכלים ומשקים רק כדי חיותי, כי הרבה רעות באים מזה. וכל שכן משכרות ח"ו אפילו בסעודת מצוה, כי אין חפץ ה' יתברך בזה.

יא. למעט הדבור בכל יכולתי. ושלא להוציא שום דבר מפיו כי אם אחד מד' בחינות: דבר חכמה שיש בה תכלית עולם הבא או דבר יראה או מוסר או דרך ארץ. וזולת זה הדבור קרוב להפסד ורחוק משכר.

יב. שלא להסתכל חוץ לד' אמות.

יג. לקבוע בלב שהגאווה הוא עבודת גלולים ממש.

יד. להתרחק מאד לבלתי התקרב אל מדת החנופה.

טו. להזהר מאד במה שאמרו חז"ל (אבות פ"ג מ"ב): שנים שיושבין ואין ביניהם דברי תורה הרי זה מושב לצים, כי הוא מכשול גדול והרוב אינן נזהרים בזה.

טז. להזהר מאד במה שאמרו חז"ל (ברכות יד ע"א): כל המשביע עצמו מדברי תורה אין מבשרין לו בשורות רעות.

יז. שלא אהא מנדר אם לא שמוכן אצלי לשלם מיד או לפחות בתוך מעת לעת.

יח. כשיגיע זמן תפלה מג' תפלות שביום להניח כל עסקי ולהתפלל.

יט. להיות נזהר מאד שלא להוציא ח"ו שום קללה ושום שבועה מפיו.

כ. להתרחק ממדת הכעס ולהתפלל להנצל ממנה בכל יום אחר ברכות שומע תפלה כידוע לי.

כא. לבלתי יחסר ממני וידוי על עוונותי בכל יום ויום ערב ובוקר, וזכרון ציון וירושלים תוב"ב והריגת צאן קדשים ה' יאמר די, בשברון לב ובדאגה ואנחה ובדמעות כל יום ויום.

כב. לזכור כל יום ויום את יום המות אשר הוא שט כנשר פתע פתאום.

כג. לעשות התבודדות גדול בכל חודש פעם א' והתבודדות קטן בכל יום כידוע לי.

הנהגות מגדולי הדורות

יג

כד. להיות נזהר בקריאת שמו"ת בכל ערב שבת ובפירוש רש"י ז"ל כיד ה' הטובה עלי, ולחדש בכל שבת איזה חידוש בפרשה, והם בגדי שבת וקישוט לנשמה יתירה.

כה. שכל לימודי יהיה הכיוון שאלמוד על מנת לשמור ולעשות ולקיים.

כו. לקדש עצמי בעת החיבור בכל יכולתי במחשבות המיוחדים עם כוונות הידועים אצלי, ולהעלות על לבי מה שאמרו חז"ל (נדה יז ע"א): אביי באלו פרוחי (פירוש, היה מגרש הפרעושים מהמטה שלא יהיו שם בשעת החיבור), רבא באלו דודבי (פירוש, מגרש הזבובים).

כז. לזכור תמיד מה שאמרו חז"ל (ברכות ח ע"א): שאמר רבי יהושע בן לוי לבניו אקדימו וחשיכו לעיילו לבי כנישתא כי היכי דתוריכו חיי.

כח. תמיד תחילת עניני אראה תחילתו וסופו. ועל זה הזהירו חז"ל (אבות פ"ב מ"א): הוי מחשב הפסד מצוה כנגד שכרה כו'.

כט. להעלות תמיד על לבי מה שאמרו חז"ל (שבת קכז ע"א): גדולה הכנסת אורחים יותר מקבלת פני השכינה.

ל. להזהר מאד במעשר, כי מצוה זו מקרבת את הגאולה.

לא. להזהר מאד בענין מעשר הימים, לקבוע יום העשור שהיו קודש לה', והחשבון יתחיל מיום ראש השנה.

לב. להעלות על לבי תדיר שלא למלאות פי שחוק מיום שחרב בהמ"ק ומכ"ש שלא ארבה לשמוח, בזכרי כי אני נוצר מעפר ואפר. ואפילו בשמחה של מצוה. וחלילה לי להיות שוכח חורבן בה"מ והריגת צאן קדשים על קדושת השם ה' יאמר די. ותמיד יעלה על לבי מה שאמר המקונן (קינות לתשעה באב): איך יערב אכול ושתות בעת אזכיר כי יסחבו כלבים את כפיריך, ואיך אשמח עוד בחג, איך אעלוז עוד בפור, עד כי יבוא ימי ששון לפוריך.

לג. כלל זה אקבע בלבי מה שכתב הרא"ש ז"ל: אל תעש בסתר מה שתתבייש לעשות בגלוי.

לד. שאראה בכל האפשריות להיות ניזון מיגיע כפי. ולזכור מה שהיונה אומרת לפני הקב"ה: רבונו של עולם, יהיו מזונותי מרורים כזית מידך ולא מתוקים כדבש מיד בשר ודם.

לח. להתרחק ממדת הקנאה, כי על זה העידו הקדמונים ז"ל, שזו היא חולה רעה שאין לה רפואה. ומכל שכן ממדת הניצוח שלא לשם שמים.

לו. להיות נזהר מאד בטבילת קרי אף דהרמב"ם ז"ל פסק דהאידנא בטלו לטבילות קרי, לא כתב כך אלא להלכה כר"י ב"ב, וכבר העיד בעצמו שלא ביטל מימיו אפילו טבילה אחת אם אירע לו קרי.

לז. שלא תשבע עיני לראות שום דבר טמא אפילו הוא דבר חידוש, כי אם בראיה בעלמא וכמו שהזהיר הקדמונים ז"ל.

לח. לזכור תמיד מה שכתוב בזהר תזריע (ח"ג דף מה ע"ב): רבי חייא ורבי יוסי הוו אזלי באורחא וכד מטו ביה חקל חמו חד דפטירא דקיטפא (פירוש, שמן אפרסמון), אמר רבי יוסי עטיפא בקיטרא בעיינין שכיח, לית לון רשו למחמי בחדוותא מיומא דאתחרב בי מקדשא. ופירש הרב מו"ה ישכר בער (תלמיד הרמ"א ובעל מתנות כהונה על המדרש) בס' א"ב, כיסוי עין מחורבן בהמ"ק, ואין רשות לראות בשום שמחה מיום שנחרב בהמ"ק.

לט. להעלות על לבי מה שאמרו חז"ל (ברכות ח ע"א): "על זאת יתפלל כל חסיד לעת מצוא" (תהלים לב, ו) – זה יום המות, ואם כן מזהיר הכתוב לחסיד, כל שכן לאיש כמוני שיש להתפלל כשיגיע הזמן והעת ביום שתצא ממני נשמתו ברצון הקב"ה שתצא ממני בנקל ולא בגסיסה קשה ולא ביסורים קשים, ובדעת צלולה ומיושבת כדי שאוכל לצוות לבני שי' ולבנותי שי' שילכו בדרך הטוב והישר, ולעשות תיקונים ביום ההוא בתורה ובתפלה בוידוים ובתחנונים, שתצא נפשי בקדושה בין ישראל בנקיות ובטהרה ובלי פחד ובלי מורא ויסורים מאימת מלאך המות, ושיהיו המתעסקים בתכריכין שלי ובכל צרכי הקבורה על ידי ישראל יראי שמים וכשרים, ובטהרה ובשם טוב ובשיבה טובה אפטר מן העולם מתוקן מעבירות ומלא מצוות ועד זיבולא בתרייתא תהא שלמא, אמן.

מ. להיות נזהר מאד לבלתי עשות אנגריא, וזהו אלו הרבנים שבדור המטילין כל צרכיהן על הצבור, בשבתם בביתם ובלכתם בדרך מטילין עצמן על הבריות להאכילם ולהשקותם וליתן להם סוס ועגלה וצדה לדרכם ותובעים חלקם בפיהם ואומרים הב הב ועיניהם אינם שבעים עושר והכל על צד החיוב, והוא עון פלילי ומעכב בעוונותינו הרבים ביאת משיחנו.

מא. להיות ממרי חושבנא טרם שכבי בלילה, שלא יהא איזה חטא, ואם ח"ו באתי לידי איזה חטא, אראה לקבל עלי טרם שכבי לתקן עכ"פ למחר, ואם אפשר לתקן מיד מה טוב.

מב. להיות נזהר מאד לישן מתוך הרהור בדברי תורה, באופן שבקומי יהא הדבור הראשון והרהור להקב"ה בתורה ובתפלה או בשיר ושבת. ה' ה' אל רחום וחנון, שמע נא תפלתי ברחמיך הרבים מה שאני מתפלל לפניך, לב טהור ברא לי אלהים ורוח נכון חדש בקרבי בכל בוקר ובוקר, כמה שאמר הכתוב (איכה ג, כג): "חדשים לבקרים רבה אמונתך", אמן סלה.

הנהגות הרה"ק מרדכי מטשערנאביל זצוקללה"ה

[מתוך ספר ליקוטי תורה השלם מהדורת ר' מרדכי ווידער (מאנסי ניו

יורק) ירושלים ה'תשס"א, וציין שם ש'הנהגות' אלו אינם בנדפס אלא

בכת"י]

א. דע את אלהי אביך ועבדהו (דה"א כח, ט), היינו מה שכתוב (אבות פ"ג מ"א) דע מאין באת מטיפה סרוחה, וכיון שהבורא ברוך הוא בראו מאין ליש, לכן צריך לעבוד אותו בלב שלם, ועיקר שתסתכל על השורש שלך שמשם יצאת, וזהו אלהי אבי"ך, ותמיד תהיה בתכלית השפלות כיון ששורשך הוא מדבר מאוס והבורא ברוך הוא כוננך בקומה שלימה. וכח הפועל הוא בנפעל (תולדות יעקב יוסף פ' ויחי בשם הרמב"ן, ובס"י בשם הראב"ד), א"כ כח הבורא ברוך הוא בך, וזהו כל אשר תמצא ידך לעשות בכחך עשה (קהלת ט, י').

ב. תדע שמלא כל הארץ כבודו, היינו שבכל דבר יש כח הפועל, ואם כן הוא הבורא ברוך הוא מלא כל העולם, וכח של הבורא ברוך הוא בך, ואתה שליח מהבורא להביא כל דבר לשורשו.

ג. בעת לימודך ותפלתך, תכוון כי האותיות הם היכלות שהמלך הגדול והנורא שוכן בהם (ע' אור תורה פ' וישב סי' מט), ותכוון לקשר נפשך בהמלך הגדול השוכן בהם, לכן תדבר בדחילו ורחימו.

ד. עיקר סוד מרע ועשה טוב (תהלים לד, טו) היינו שתסיר ממך כל הכחות הרעים שבך, כמו כעס וגאווה וקפדנות, וכיוצא בהן, כי כל זמן שכחות הערלים אלו בך, אשר בהם נאמר (דברים י, טז) ומלתם את ערלת לבבכם כמדובר, אזי אין הבורא ברוך הוא שורה בך ח"ו, כי עליו נאמר (תהלים ה, ה) לא יגורך רע. לכן תשים עיני שכלך להסיר ממך הרע מעט מעט, כמו שכתוב (שמות כג, ל) מעט מעט אגרשנו מפניך.

ה. בכל יום ויום תתבודד בחדר מיוחד או שעה או שתיים, ותחשוב במחשבתך כל מה שעשית כל ימי חייך אפילו בקטנותך דבר שאינו הגון, ותתודה בפירוש לפני הקדוש ברוך הוא כל העונות, ותבקש ממנו מחילה וסליחה וכפרה, ותאמר אלהי עד שלא נוצרתי כו' (ברכות יז ע"א, וידוי יוה"כ).

ו. תהיה ותרן בממונך, כי מדת קמצנות היא מדה רעה מאוד, ומביא לכל המדות רעות רחמנא ליצלן, לכן תאמין בהבורא ברוך הוא ותתן צדקה, כמו שכתבו (תהלים לז, ג) בטח בה' ועשה טוב, זהו צדקה (זח"ג קיא ע"א).

ז. לא תשתה שום משקה המשכר, כי אם מעט מזער, כי זה מביא לכמה מדות רעות רחמנא ליצלן. גם במאכלך תזהר, כמאמר חכמינו ז"ל (גיטין ע ע"א) סעודה שהנאתך ממנה משוך ירך הימנה.

ח. תרגיל עצמך במדות טובות, כי העיקר הם המעשים טובים, כמו שכתוב (דברים יא, כב) ולדבקה בו, וכמאמר חכמינו ז"ל (ע' שבת קלג ע"ב, תנחומא וישלח י, סוטה יד ע"א, ויק"ר כה ג, מכילתא שירה ג, ספרי עקב פיסקא יג) הדבק במדותיו, כי כן דרך הבן לאחוז במדות האב.

ט. תכבד אביך ואמך, כי השווה כבודם לכבוד המקום (קדושין ל ע"ב) לכן הזהר בכבודם, כי הפוגם בכבודם כפוגם בכבוד המלך ח"ו.

י. תלמוד בכל יום תנ"ך משנה וגמרא, הכל לשמו הגדול, כי התורה היא שעשועים של הבורא ברוך הוא (ע' בר"ר א א), ותכוון לעשות נחת להבורא יתברך ולכל העולמות (שערי קדושה ח"ג ש"ב).

יא. לפני כל לימודך תהרהר בתשובה, ובהתורה תדבק נפשך אל שורשך בהבורא ברוך הוא וברוך שמו.

יב. תלמוד בכל יום ראשית חכמה, ועיקר שתקיים מה שאתה לומד, כי גדול התלמוד שמביא לידי מעשה (קידושין מ ע"ב).

יג. אם אפשר לך להתענות יום אחד בחודש מה טוב, ותתבודד באותו יום, ותחשוב כל מה שעשית נגד בוראך כל ימי חיך, ולהתוודות על הכל ולעזוב החטא בלב שלם, ואז יהיה טוב לך.

יד. תתחבר לחכמים ולתלמידיהם ההגונים, ותלמוד ממעשיהם הטובים, ואל תתחבר לרשעים ולאנשים שאינם מהוגנים, ולא תסתכל בפניהם כשאתה מדבר עמהם באקראי.

טו. תתנהג בצניעות עם אשתך, כמו שכתבו בשולחן ערוך אורח חיים סימן ר"מ, ותאמר בפה מלא הריני רוצה לקיים מצות עונה, ודע כי איש ואשה שכינה שרויה ביניהם (ע' סוטה יז ע"א) ובפרט בעת החיבור (אגרת הקדושה להרמב"ן).

טז. לא תתגאה בלבבך לומר כמה מעשי נאים, רק תחשוב תמיד כי אין מעשים כנגד הבורא כל העולמות, אשר אומץ תהילתו הוא בגדודי מעלה (ע' שחרית ליוה"כ חזרת הש"ץ בפיוטים לברכת קדושה).

יז. הזהר בשמירת השבת כהלכתו, ותהיה בקי בהלכותיו, כי הם כהררים התלויים בשערה (חגיגה פ"א מ"ח), ועי"ז תזכה לכמה מדריגות.

יח. תמים תהיה עם ה' אלהיך (דברים יח, יג).



הנהגות הרב הקדוש רבי מנחם מנדל מוויטבסק זצלה"ה

[מספר 'ליקוטי אמרים' הובא בסוף ספר 'פרי הארץ' הוצאת 'מסורה'
ירושלים תשס"ז]

א. ראשית חכמה יראת ה' כתיב (תהלים קיא, י) ובעבור תהיה יראתו על פניכם לבלתי תחטאו, ודרשו חז"ל (נדרים כ ע"א) זהו הבושה והבושה מביאה לידי יראה מלפניו, ולהתבייש תמיד בבושה גדולה ויראה מלפניו ית"ש שמלא כל הארץ כבודו וחוקר כל הנסתר וצופה ומביט על כל התנועות וכל המחשבות, ולהתבונן דבר זה מאד כמ"ש (תהלים טז, ח) שויתי ה' לנגדי תמיד כמ"ש בשו"ע (או"ח א).

ב. לקיים מה שאמרו חז"ל (ברכות סג ע"א) איזהו פרשה קטנה שכל גופי תורה תלויים בה הוי אומר בכל דרכיך דעהו וגו' להיות כל מעשיך אכילה שתיה ושינה ומשגל הכל לעבודת הבורא ית"ש שלא יהיו רק מה שהוא הכרח כמבואר בשו"ע (או"ח סימן רל"א).

ג. להזהר מאד מביטול תורה ולהתמיד בכל מאי דאפשר ולקיים לא ימוש ספר התורה הזה מפיו והגית בו יומם ולילה אך להזהר שיהיה הלימוד לשמה בדחילו ורחימו, כי אורייתא בלא דחילו ורחימו, מיד וישמע ה' ויחר אפו ח"ו.

ד. לידע לפי מי הוא אומר הדברים האלה ואיזה הדברים הוא אומר. אורייתא כולא חד רק שיהיה לשמה.

ה. לידע הדרך אשר ידבק בה האדם בו יתברך.

ו. להזהר מאד מלימוד שלא לשמה שלא יעשה ח"ו סם המוות (יומא עב ע"ב), ולהיות זך ונקי בלי שום מחשבה זרה.

ז. ללמוד בכל יום תנ"ך עד שירגיל בהם.

ח. ללמוד בכל יום משניות ולתקן מה שפגם.

ט. ללמוד גמרא בעיון, שגמרא בעיון משבר הקליפות אך שיהיה לשמה.

י. להזהר מאד ללמוד ספרי מוסר בכל יום ובפרט ספר הקדוש ראשית חכמה מיניה לא תזוע, ולהתבונן המוסר ולחזור ב' פעמים לזכרון.

יא. ללמוד תרי"ג מצות ולהיות בקי בהם ועכ"פ לחזור בכל חודש תרי"ג מצות.

יב. להזהר מאד לשמור שבת כהלכתו בכל החומרות שהחמירו חכמים ז"ל ראשונים ואחרונים ולהיות מחשבתו תמיד אל השבת כמו שאמרו זכור את יום השבת לקדשו, שלא יסיח דעתו ממש מיום השבת.

יג. להזהר מאד להיות ממארי דחושבנא שיעשה בכל לילה קודם השכיבה חשבון על המעשים שעשה כל היום ואם ראה שעבר עבירה ח"ו יתודה תיכף יבקש מחילה ויקנוס א"ע באיזה קנס ממון לצדקה.

יד. שלא לדבר שום שיחת חולין אף מה שצריך לו מעת קומו ממטתו עד שעה אחר התפלה, אף עם אשתו וב"ב, אם לא לצורך גדול, ויראה גם בזה לקצר מה דאפשר.

טו. גם שלא לדבר שיחת בטלה רק בדברים הצריך לפרנסה או ההכרחים כמ"ש רז"ל (יומא יט ע"ב) ודברת בם ולא דברים בטלים, ובעת שיוכל ללמוד פשיטא דאסור רק אפילו בעת שאינו יכול ללמוד יזהר מאד לדבק עצמו בהבורא ית"ש שלא להסיח דעתו ח"ו וכש"כ שלא ידבר ח"ו כזבים וליצנות ולה"ר ורכילות, שהם מד' כתות שאינם מקבלים פני השכינה כמבואר בכמה מקומות.

טז. גם בשעת המנחה יזהר שלא לדבר שיחת חולין עד שעה אחר מעריב.

יז. להזהר מאד לכבד את העניים בכל מה דאפשר ובפרט לעני הגון להיות על שולחנו בכל שבת. ועכ"פ בכל יו"ט ועכ"פ בסוכות לתת מנה יפה חלק אושפיזין לעני הגון ות"ח ולתת קודם כל שבת וקודם כל רגל מתנות לעניים כפי יכולתו.

יח. להזהר בכל מה דאפשר להתבודד יום אחד בשבוע בתענית ובתשובה ובתורה ובתפלה ושלא להשיח שיחת חולין כלל כל היום ולקרות פרשת תשובה ופרשת היראה בכוונה.

יט. להתפלל בכוונה ויראה להתאמץ בכל מה דאפשר שתהא בלי שום מחשבה זרה ומכש"כ פניה ח"ו.

הנהגות מגדולי הדורות

כא

כ. להזהר כל היום שלא יעבור ח"ו על בל תשקצו להשהות נקביו, ומכש"כ קודם כל תפלה. ולהתפלל בנקיות ולקיים (תהלים קג, א) ברכי נפשי את ה' וכל קרבי את שם קדשו וליתן קודם כל תפלה דבר מה לצדקה.

כא. להזהר בעת שיזדמן עונה שלא להתפלל בבגדים אלו אלא יחליף אפילו החלוק והכובע.

כב. להזהר לקרות ק"ש של האריז"ל בכל לילה, ואל יפסיק בין ק"ש להשינה אפילו קודם ברכת המפיל ולישן עכ"פ בטלית קטן תמיד.

כג. ולעשות תיקון חצות בכל יום אף שאין לו פנאי ללמוד שאר שיעורים בין בקיץ בין בחורף ובשבת ויו"ט מה ששייך להם.

כד. לא יעבור מלומר כמה מזמורים של תהלים בכל יום ויום.

כה. לומר לפני כל מצוה ולימוד לשם יחוד קוב"ה ושכינתיה.

כו. להזהר שלא להוציא שם שמים לבטלה, ואם הזכיר ח"ו בשוגג אזי יקבל על עצמו תיכף נידוי, ויראה שיתירו לו ב"ד של ג' אנשים.

כז. לומר בכל יום פרשת היראה ופרשת התשובה, ועכ"פ ביום התענית. ואחר כוונת הלב הן הן הדברים.

כח. להזהר מאד מאד מגאווה שדוחק כביכול רגלי השכינה כמשארז"ל (סוטה ה ע"א) אין אני והוא וכו'. ומכעס שחמור ג"כ כע"ז ומקובלים החמירו שאסור להתקרב בהדיה כי טורפין נשמתו ממנו וע"ז נאמר (תהלים פא, י) לא יהיה בך אל זר, וגם מהקפדה על דבר מצוה ואף בתוך ביתו וכש"כ וח"ו מחלוקת.

כט. להזהר מאוד מהסתכלות נשים ובתולות אף נכריות, כי מביא א"ע ח"ו לידי הרהור.

ל. גם לא יסתכל על בגדי צבעונים של אשה ועל משכב מושב שלהם וגם על אשתו נדה לא יסתכל.

לא. גם לא יסתכל על בהמה וחיה ועוף בשעה שנזקקין זה לזה.

לב. גם לא יסתכל על דבר טמא, ומכש"כ שלא יגע בא"א ח"ו שהוא יותר חמור מבנדה.

לג. גם לא יסתכל על אות ברית קודש. וגם לא יסתכל בבית המרחץ על אנשים ערומים.

לד. להזהר מאד להפריש חומש מקרן, ומעשר מרווחים לא פחות ממעשר.

לה. ולהיות שומר מצות מתי יבוא לידי אקיימנה.

לו. להיות זהיר מאוד מעצבות רק לקיים (תהלים ק, ב) עבדו את ה' בשמחה כי עצבות כמעט כע"ז שמראה שאינו רוצה בגזירת המלך הבורא ית"ש.

ברוך ה' לעולם אמן ואמן

הנהגות ואזהרות

מהרה"ק רבינו רבי ישראל דוב זצוק"ל מווילעדיניק
בעמח"ס שארית ישראל ע"ד הפרד"ס תלמיד מובהק ומוסמך
מהרה"ק האלהי רבינו רבי מרדכי מטשרנאביל זצוק"ל

אלה הדברים שיעשה אותם האדם וחי בהם אשר קבלתי מפי רבותינו כי הם תיקון גדול לטנ"ח (ל'ט'ובת נ'פש ח'פצה) ברוחניות וגשמיות לתקן את מה שעיוות ומן השמים ירחמו עליו בקיומו כל התיקונים האלה והם כמנין א"ך טוב לישראל סלה.

א. לאמור תהלים בכל יום ומעמדות ושע"צ.

ב. ללמוד בכל יום מקרא משנה וגמרא וספרי מוסר.

ג. לאמר בכל יום פרק א' מפרק שירה ופרק אחד מספר יצירה.

ד. בכל לילה קודם השינה יקרא ק"ש של האריז"ל מעומד וד' מזמורי תהלים הראשונים.

ה. בכל לילה השייך ליום שישי יאמר ח"י פרקים משניות ובכל חודש בסדר אחד דהיינו ניסן זרעים אייר מועד.

ו. בכל ששה פרקים ילמוד משנה א' עם פירוש הרע"ב והתיו"ט.

ז. בכל יום שישי יאמר פרק א' ממקואות ושיר השירים כולה ויתן לצדקה פרוטה ולכן נקרא ערב שבת להמתיק בשבת.

ח. בכל עש"ק יתן פת אפוי לעני וב' נרות א' לעני וא' לבית המדרש.

ט. בכל יום שב"ק יאמר תיקוני שב"ק וזמירות והוא תיקון גדול לזמר ולהכרית חטאת הזוהמא והסט"א רח"ל.

י. בכל מוצש"ק יאמר כל הזמירות מסידורים ישנים.

יא. בכל ער"ח יאמר לא פחות מח"י מזמורי תהלים ויתן לצדקה כפי השגת ידו.

יב. בכל ער"ח יאמר ג"כ ח"י פרקים משניות כנ"ל ופרק א' ממקואות ופרק א' ממסכת אבות.

יג. בימי השובבי"ם לפשוטה ות"ת למעוברת יתענה בכל שבוע יום א' דהיינו בשבוע א' יום ב' כולו ויום ה' ויום ו' עש"ק תענית שעות ובשבוע ב' יום ה' כולו ויום ב' ויום עש"ק תענית שעות וחזור חלילה.

יד. בכל ער"ח יתענה לפחות עד אחר חצי היום ואם הוא מבין בדעתו שצריך לכך והימים קצרים יתענה כל היום.

טו. בכל יום התענית של שובבי"ם יאמר ח"י פרקים משניות משבת ואבות ומקואות כסדר וחזור חלילה.

טז. ויאמר ח"י מזמורי תהלים ע"ש שנאמר ח"י יודוך ויתן צדקה.

יז. ביום שאחר הזיווג יטבול עצמו ויאמר ח"י מזמורי תהלים.

יח. יאמר מסכת אבות ג' פעמים ויהיה ג"כ ח"י.

יט. אם נטמא ח"ו בטומאת קרי ר"ל יאמר ג"כ כמו שכתבתי לעיל אחר הזיווג ויתן לצדקה וצדק לפניו יהלך.

כ. לקרות הצעטיל בכל יום ב' וה' אחר התפילה.

כא. בכלל יום שאינו יכול לקיים התיקונים יקרא הצעטיל ותיקון הנ"ל.

כל אלה חברו יחדיו אל עמק השוה הוא ים החכמה יצאו מפה קדוש מאיש ח"י רב פעלים לקיים כל מה דאפשר ובקיימו כל התיקונים יתקן אם ירצה השי"ת הכל.