

## צעטיל קטן - מרבינו הרב 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 איש 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 וברכה ראשונה של שמונה עשרה יהרהר כנזכר לעיל, ועוד כגון אם יענו אותו כל אומות העולם בכל עינים קשים ויפשוטו עורו מבשרו להכחיש חס ושלום ביחודו, יסבול כל היסורים ולא יודה להם חס ושלום, ויצויר בדעתו ומחשבתו כאלו עושין לו כנזכר לעיל, ובזה יצא ידי חיוב קריאת שמע ותפלה כדון.

ג

גם בשעת אכילה וזיווג כגון כנזכר לעיל, וכשיתחיל להרגיש תענוג גשמי יצויר במחשבתו כנזכר 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 דחונא, וכך 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 העינים 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 שטה את עצמו להיות כגונב 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.**

ה

כשיתחיל להתעורר בו מדה רעה חס ושלום ממדות רעות שהוא רגיל בהם כגון עקשנות ובושת של גאנה ועצלות ובטלה המביאה לידי שיגעום וכיוצא בהם יאמר תיכף ומיד בזה הלשון ובכל כחו: **הפנעני החתי הפריזי החיוי והיבוסיי והגרנשי, וינצל, וירגיל את עצמו לצמצם ראיתו שלא להסתכל חוץ לד' אמות אפילו בהיותו בביתו ובפרט בבית הכנסת ובחדר שלומד בו ובדרך הילוכו בחוץ, ובהזדמן לפניו אשה אפילו אשתו ובניו הקטנים וכיוצא יצויר לפניו 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 בליגה, 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 וכיוצא 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 בייג נפה שלא יהיה בדיבורו שום שקר ח"ו ושום חניפה ושום לשון הרע ורכילות ושום הלבנת 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 ישמית 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 נשמתני בחמלה רבה אמונתך, ויאמר אפילו בלשון אשפנו בלב שמח: 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'.**

י

יזהר מאוד בהתמדת הלימוד שיעורין כסדרן תיכף ומיד אחר קומו משינתו ואחר אמרו תיקון חצות והצעטיל 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 אחרת זולת מחשבת הלימוד ומחשבת הצעטיל קטן שהוא לפני עיניו כי המאור שבה יחזירנו למוטב.

ירגיל את עצמו להתפלל בכל כחו ובקול המעורר הכונה להדבק המחשבה לדיבור ופניו אל הכותל בתוך סידור התפלה בבוקר ובערב ולא יסתכל לצדדיו מתחלת התפלה עד סופה, ובחזרת הש"ץ השמונה עשרה יענין בסידור לענות אמן בכל כחו על כל ברכה וברכה ובשעת קריאת התורה להטות אזנו על כל דיבור ודיבור מהקורא בקורא את המגילה ולעשות עצמו כאלם בבית הכנסת אפילו קודם התפלה ואחריה עד הלכתו לביתו.

יב

יצויר במחשבתו תמיד ובפרט בשעת קריאת הצעטיל 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 הוצר הרע מעלה אותנו 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 משבר את כח הוצר 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 הצעטיל 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 ישאר לו פנאי ללמוד 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 ותברך שמו ואל יעב שום חטא ועון והרהור רע ותענוג גשמי את היחוד קודשא בריך הוא על ידי ניצוצות קדושות של האכילה והשתיה הזה, ויכוין כשהוא אוכל דבר מה שהטעם שהוא מרגיש בפיו בשעת לעיסה ובשעת גמיעה היא פנימיות הקדושה וניצוצות הקדושה השורה במאכל או במשקה שהוא ועל ידי האכילה והטחינה בשניניים והאצטמוקא נברר הפנימיות מהמאכל שלא יעשה מותר להשפיע לחיצונים, ואז נפשו נהנית מהפנימיות, והפסולת נעשה מותרות ונדחה אל החיצונים, ויקבל אז במחשבתו שתיתך ומיד כשיצטרך לנקביו לא ישהה את הפסולת בקרבו לטמא ח"ו את מוחו ולשקץ את נפשו להשהות את הצואה והשתן בקרבו אפילו רגע אחד, וגם יצויר לפניו בשעת אכילה האותיות "מאכל" בכתב אשורית ויהרהר שעולה צ"א כמנן הוי"ה בשילוב אדני"י.

טז

האדם לא נברא בעולם רק לשבר את הטבע לכן יזרז את עצמו לתקן מדותיו בשנת שמונה עשרה דוקא כמו שאבאר כגון מי שנוול 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 לשפוב על מטתו הן לקום בבוקר ממשכבו הן בזריזות לבישת בגדים ונטילת ידים ולנקות את גופו ולילך בזריזות לבית הכנסת תיתך אחר קומו מהספר ופיוצא בהו, וכן מי שטבעו ביישן מהחלק של בושה רעה ירגיל את עצמו ארבעים יום להתפלל דוקא בקול רם ופח תנועת אבריו ולקיים כל עצמותי תאמרנה 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 אזנו להדיבורים היוצאים מאליו הן במילי דעלמא והן במילי דשמיא הן בשעת לימוד כי הרגל של כל דבר נעשה שלטון, וכן מי שטבעו אינו מתמיד בלימודו ירגיל את עצמו גם כן ארבעים יום וילמוד יותר מהרגל שלו ויסתכל 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 וברית שמיה ועל הכל ומודים דרבנן ויהרהר במצות עשה של ונקדשתי וכו' כפתוב לעיל.