

לקומי אמרים

והנה בהכנה זו של מסירת נפשו

לה' יתחיל ברכות השחר ברוך אתה כו' וכן בהכנה זו יתחיל ללמוד שיעור קבוע מיד אחר התפלה וכן באמצע היום קודם שיתחיל ללמוד צריכה הכנה זו לפחות כנודע שעיקר ההכנה לשמה לעכב הוא בתחל' הלימוד בבינונים וכמו בגט' וס"ת שצריכים לשמה לעכב ודיו שיאמר בתחלת הכתיבה הריני כותב לשם קדושת ס"ת או לשמו ולשמה כו' וכשלומד שעות הרבה רצופות יש לו להתבונן בהכנה זו הנ"ל בכל שעה ושעה עכ"פ כי בכל שעה ושעה היא המשכה אחרת מעולמות עליונים להחיות התחתונים והמשכת החיות שבשעה שלפניה חוזרת למקורה [בסוד רצוא ושוב שבס' יצירה] עם כל התורה ומעשים טובים של התחתונים כי בכל שעה שולט צירוף אחד מי"ב צירופי שם הוי"ה ב"ה בי"ב שעות היום וצירופי שם אדנ"י בלילה כנודע.