



פקסל  
לדברך

# תפילת הדרך

יהי רצון מלפניך יי אלהינו ואלהי אבותינו  
שתוליכנו לשלום, ותצעידינו לשלום,  
ותדריכנו לשלום, ותגיענו למחוז חפצנו  
לחיים ולשמחה ולשלום, (ואם דעתו לחזור  
באותו יום: ותחזירנו לשלום) ותצילנו מכף  
כל אויב ואורב בדרך. ומכל מיני פורענויות  
המתרגשות ובאות לעולם. ותשלח ברכה  
בכל מעשה ידינו ותתננו לחן ולחסד  
ולרחמים בעיניך ובעיני כל ראינו. ותשמע  
קול תחנונינו כי אכל שומע תפלה ותחנן  
אתה. ברוך אתה יי שומע תפילה:

מוקדש לעילוי שכינת עוזנו  
ולעילוי כל נשמות חייכי ישראל  
שנהרגו על קידוש ה' בכל הדורות

יצא לאור בהסכמתו ובעידודו של הגה"צ הרב דב קוק שליט"א  
להזמנה והפצה חינם: 050-4113653

"וְאָמַר אֱלֹהִים שְׁמַע יִשְׂרָאֵל אֶתֶם קְרֹבִים  
הַיּוֹם לְמַלְחָמָה עַל אִי־בֵיכֶם אֶל-יֵרֶךְ  
לְבַבְכֶם אֶל תִּירְאוּ וְאֶל תִּחַזְפוּ וְאֶל תִּעַרְצוּ  
מִפְנֵיהֶם: כִּי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם הֵהָלַךְ עִמָּכֶם  
לְהִלָּחֵם לָכֶם עִם אִי־בֵיכֶם לְהוֹשִׁיעַ אֶתְכֶם:  
(דברים כ', ג'-ד')



מסר מהגאון הצדיק, הרב דב קוק שליט"א:  
"כל חייל ותאמץ בכל כחו בקריאת שמע ולא  
להתגלח בסכין גילוח ידני, כי אם במכונת  
חשמלית בלבד."

# ברכות השחר

כשיעור משנתו יאמר מודה אני.

מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ מֶלֶךְ חַי וְקַיִם שֶׁהַחֲזַרְתָּ בִּי  
נִשְׁמַתִּי בְּחֻמְלָה. רַבָּה אֲמוּנָתְךָ:

יטול ידיו תיכף ומיד, לאחר שיטול ידיו קודם הניגוב יברך.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל נְטִילַת יָדַיִם:  
כֹּל פֶּעַם, שְׁעוֹשֵׂה צְרִכֵּי, בֵּין גְּדוּלִים, בֵּין קִטְנִים, אַחַר שִׁיטוֹל יָדָיו, וַיִּגְבַּם,  
יִבְרֹךְ. אִם שָׂכַח לִבְרֹךְ מִיָּד, וְנִזְכַּר תּוֹךְ שִׁבְעִים וּשְׁתַּיִם דְּקוֹת יִבְרֹךְ, וְאִם לֹא  
לֹא יִבְרֹךְ, וְאִם הוּא מְסוּפֵק אִם בֵּרֵךְ לֹא יִבְרֹךְ.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
אֲשֶׁר יֵצֵר אֶת הָאָדָם בְּחֻמְכָּה. וּבָרָא בּוֹ נְקָבִים  
נְקָבִים. חֲלוּלִים חֲלוּלִים. גְּלוּי וַיְדוּעַ לְפָנֶיךָ כֹּסֵא  
כְּבוֹדְךָ שָׂאם יִסְתַּם אֶחָד מֵהֶם אוֹ אִם יִפְתַּח  
אֶחָד מֵהֶם אִי אֶפְשָׁר לְהִתְקַיֵּם אֶפִּילוּ שְׁעָה  
אַחַת. בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ רּוֹפֵא כָּל-בָּשָׂר  
וּמְפַלֵּיא לַעֲשׂוֹת:

צריך לסמוך ברכת "אלהי נשמה" לברכת "אשר יצר".

אֱלֹהֵי. (יפסיק מעט.) נִשְׁמָה שְׁנַתַּתָּ בִּי טְהוֹרָה.  
אַתָּה בְּרָאתָהּ. אַתָּה יִצַּרְתָּהּ. אַתָּה נִפְחַתָּהּ בִּי.  
וְאַתָּה מְשַׁמְרָהּ בְּקַרְבִּי. וְאַתָּה עֲתִיד לְטַלְּהָ

מִמְּנֵי וּלְהַחְזִירָהּ בִּי לְעֵתִיד לְבָא. כָּל־זְמַן  
שֶׁהַנְּשָׁמָה בְּקֶרְבִי מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי  
אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי רַבּוֹן כָּל־הַמַּעֲשִׂים. אֲדוֹן  
כָּל הַנְּשָׁמוֹת. בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי הַמַּחְזִיר  
נְשָׁמוֹת לְפָגְרִים מֵתִים :

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
הַנוֹתֵן לְשָׁכֹוֵי בֵּינָה לְהִבְחִין בֵּין יוֹם וּבֵין  
לַיְלָה :

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
פוֹקֵחַ עוֹרִים :

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
מִתִּיר אֲסוּרִים :

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
זוֹקֵף כְּפוּפִים :

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
מְלַבֵּשׁ עָרוּמִים :

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֲדֹנָי יֵהוּוֹהֵי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
הַנוֹתֵן לַיַּעַף כֹּחַ :

כָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
רוֹקֵעַ הָאָרֶץ עַל הַמַּיִם :

כָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
הַמְכִיז מִצְעָדֵי גֹבַר :

כתשעה כאב וביום הכפורים אין מברכים ברכה זו, והאבל מברך ברכה זו.

כָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
שֶׁעָשָׂה לִי כָּל צָרָפִי :

כָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
אוֹזֵר יִשְׂרָאֵל בַּגְּבוּרָה :

כָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
עוֹטֵר יִשְׂרָאֵל בְּתַפְאָרָה :

כָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
שֶׁלֹּא עָשִׂי גוֹי :

(האשה אומרת בשם ומלכות) שֶׁלֹּא עָשִׂי גוֹיָה :

כָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
שֶׁלֹּא עָשִׂי עֶבֶד :

(האשה אומרת בשם ומלכות) שֶׁלֹּא עָשִׂי שִׁפְחָה :

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
שֶׁלֹא עָשִׂי אִשָּׁה :

(האשה אומרת בלי שם ומלכות בְּרוּךְ שֶׁעָשִׂי כְּרָצוֹנוֹ :)

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
הַמַּעֲבִיר חֻבְלֵי שָׁנָה מֵעֵינַי וּתְנוּמָה מֵעַפְעָפִי :  
אֵין עוֹנִים אִמֵּן אַחַר בְּרַכַּת הַמַּעֲבִיר חֻבְלֵי שָׁנָה אֵלֶּא אַחַר גּוּמַל חֲסָדִים  
טוֹבִים וְכוּ'.

וְיִהְיֶה רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי  
אֲבוֹתַי שְׁתַּרְגְּלֵנִי בְּתוֹרָתְךָ. וְתַדְבִּיקֵנִי בְּמִצְוֹתֶיךָ,  
וְאֵל תְּבִיאֵנִי לַיְדֵי חָטָא. וְלֹא לַיְדֵי עֹזֶן. וְלֹא  
לַיְדֵי נְסִיוֹן. וְלֹא לַיְדֵי בְזִיוֹן. וְתַרְחִיקֵנִי מֵיֵצֵר  
הָרַע. וְתַדְבִּיקֵנִי בְּיֵצֵר הַטּוֹב. וְכוּף אֶת יְצָרֵי  
לְהַשְׁתַּעֲבֹד לָךְ. וְתַנְגֵּנִי הַיּוֹם וּבְכָל יוֹם לְחֵן  
וּלְחֶסֶד וּלְרַחֲמִים בְּעֵינֶיךָ וּבְעֵינַי כָּל-רְוֵאֵי.  
וְגַמְלֵנִי חֲסָדִים טוֹבִים. בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ  
גּוּמַל חֲסָדִים טוֹבִים לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל :

יְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְהוָה יְהוָה אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי  
אֲבוֹתַי שְׁתַּצִּילֵנִי הַיּוֹם וּבְכָל יוֹם וְיּוֹם מֵעַזֵּי  
פְּנִים. וּמַעֲזוֹת פְּנִים. מֵאָדָם רָע. מֵיֵצֵר רָע.  
מִחֶבֶר רָע. מִשְׁכֵּן רָע. מִפְּגַע רָע. מֵעֵין הָרַע.

וּמִלְשׁוֹן הָרַע. מִדִּין קָשָׁה. וּמִבְּעַל דִּין קָשָׁה.  
בֵּין שֶׁהוּא בֶן בְּרִית. וּבֵין שְׂאִינוּ בֶן בְּרִית:  
בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל דְּבַרֵי תוֹרָה:  
וְהֵעֵרַב נָא יְהוָה אֱלֹהֵינוּ אֶת דְּבַרֵי  
תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ וּבְכַפֵּיפִיּוֹת עִמָּךְ בֵּית יִשְׂרָאֵל.  
וְנִהְיֶה אֲנַחְנוּ וְצִאֲצָאֵינוּ וְצִאֲצָאֵינוּ צִאֲצָאֵינוּ  
וְצִאֲצָאֵינוּ עִמָּךְ בֵּית יִשְׂרָאֵל כְּלָנוּ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ  
וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ לְשִׁמְהָ. בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ  
הַמְּלַמֵּד תוֹרָה לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל: בָּרוּךְ אַתָּה  
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר בָּחַר  
בָּנוּ מִכָּל־הָעַמִּים וְנָתַן לָנוּ אֶת תּוֹרָתוֹ. בָּרוּךְ  
אַתָּה יְהוָה נוֹתֵן הַתּוֹרָה:

וַיִּדְבֵר יְהוָה אֶל מֹשֶׁה לֵאמֹר: דַּבֵּר  
אֶל־אַהֲרֹן וְאֶל־בָּנָיו לֵאמֹר כֹּה תִּבְרְכוּ אֶת־בְּנֵי  
יִשְׂרָאֵל אָמֹר לָהֶם: יְבָרְכֶךָ יְהוָה וַיִּחַנְּךָ  
וַיִּשְׁמְרֶךָ: יָאֵר יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיִּחַנְּךָ:  
יִשָּׂא יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיִּשֶׂם לְךָ שָׁלוֹם:  
וְשָׂמוּ אֶת־שְׁמִי עַל־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאָנִי אֲבָרְכֶם:



# קריאת שמע

להקפיד כל בוקר וכל ערב לקרוא "שמע ישראל". בלילה – לא חשוב באיזו שעה בלא קשר לשינה, בקיצור: שלא יעבור לילה אחד בלא "שמע ישראל".  
(הגה"צ הרב רב קוק שליט"א)

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, אֱלֹהֵינוּ

יְהוָה אֶחָד: | יאהדונהי

בלחש: בְּרוּךְ, שֵׁם כְּבוֹד מְלָכוּתוֹ, לְעוֹלָם וָעֶד.

וְאֶהְיֶה אִתְּךָ יְהוָה אֱלֹהֶיךָ בְּכָל-לְבָבְךָ  
וּבְכָל-נַפְשְׁךָ וּבְכָל-מְאֹדְךָ: וְהָיוּ הַדְּבָרִים  
הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוְּךָ הַיּוֹם יִפְסִיק מֵעַתָּה-  
לְבָבְךָ: וְשִׁנַּנְתָּם לְבִיָּיךָ וְדַבַּרְתָּ בָּם בְּשִׂבְתְּךָ  
בְּבֵיתְךָ וּבְלֶכְתְּךָ בְּדֶרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ:  
וּקְשַׁרְתָּם לְאוֹת עַל-יָדְךָ וְהָיוּ לְטָטְפֹת בֵּין  
עֵינֶיךָ: וּכְתַבְתָּם עַל-מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ:

וְהָיָה אִם-שָׁמַעַתְּ תִשְׁמְעוּ אֶל-מִצְוֹתַי אֲשֶׁר אֲנֹכִי  
מְצַוְּךָ אֶתְכֶם הַיּוֹם יִפְסִיק מֵעַתָּה לְאֶהְיֶה אִתְּךָ  
יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם יִבְטַא הַיּוֹם אֶת הָעֵינַיִן וְלַעֲבֹדוֹ  
בְּכָל-לְבָבְכֶם וּבְכָל-נַפְשְׁכֶם: וְנָתַתִּי מִטְר-

אֲרֻצְכֶם בְּעֵתוֹ יוֹרָה וּמִלְקֹושׁ וְאִסְפֹתָ דְגַנְךָ  
וְתִירֹשֶׁךָ וַיִּצְהַרְךָ: וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשִׂדְךָ לְבַהֲמֹתֶיךָ  
וְאֶכְלָתָ וּשְׂבַעְתָּ: הַשְּׁמְרוּ לָכֶם פֶּן־יִפְתָּה  
לְבַבְכֶם וְסִרְתֶּם וַעֲבַדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים  
וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם לָהֶם: וְחָרָה יִפְסִיק מֵעַט אֶרֶץ־  
יְהוּדָה<sup>יֵהוּדָה יֵהוּדָה</sup> בְּכֶם וְעָצַר אֶת־הַשָּׁמַיִם וְלֹא־  
יִהְיֶה מָטָר וְהִיאֲדָמָה לֹא תִתֵּן אֶת־יְבוּלָהּ  
וְאֶבְדַּתֶּם מִהָרָה מֵעַל הָאָרֶץ הַטְּבָה אֲשֶׁר  
יְהוָה אֱדַיִן יֵהוּדָה<sup>יֵהוּדָה יֵהוּדָה</sup> נָתַן לָכֶם: וְשִׁמְתֶם אֶת־דְּבָרֵי  
אֱלֹהֵי עַל־לְבַבְכֶם וְעַל־נַפְשֵׁכֶם וּקְשַׁרְתֶּם אֹתָם  
לְאוֹת עַל־יַדְכֶם וְהָיוּ לְטוֹטְפֹת בֵּין עֵינֵיכֶם:  
וּלְמַדְתֶּם אֹתָם אֶת־בְּנֵיכֶם לְדַבֵּר בָּם בְּשִׁבְתְּךָ  
בְּבֵיתְךָ וּבְלִכְתֶּךָ בְּדֶרֶךְ וּבְשֹׁכְבְךָ וּבְקוּמְךָ:  
וּכְתַבְתֶּם עַל־מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ: לְמַעַן  
יִרְבּוּ יְמֵיכֶם וַיְמִי בְנֵיכֶם עַל הָאֲדָמָה אֲשֶׁר יִבְטֹא  
הֵיטֵב אֶת הַעֵיִן נִשְׁבַּע יְהוָה אֱדַיִן יֵהוּדָה<sup>יֵהוּדָה יֵהוּדָה</sup> לְאַכְתִּיכֶם לְתַת

לָהֶם כִּימֵי הַשָּׁמַיִם עַל־הָאָרֶץ:

וַיֹּאמֶר יְהוָה אֱדַיִן יֵהוּדָה<sup>יֵהוּדָה יֵהוּדָה</sup> אֶל־מֹשֶׁה לֵאמֹר: דַּבֵּר  
אֶל־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם וַעֲשׂוּ לָהֶם

צִיצַת עַל-כַּנְפֵי בְּגָדֵיהֶם לְדֹרְתָם וּנְתָנוּ עַל-  
 צִיצַת הַכַּנֵּף פְּתִיל תְּכֵלֶת: וְהָיָה לָכֶם לְצִיצַת  
 וּרְאִיתֶם אֹתוֹ וּזְכַרְתֶּם אֶת-כָּל-מִצְוֹת יְהוָה אֱלֹהֵי  
 יִשְׂרָאֵל וַעֲשִׂיתֶם אֹתָם וְלֹא-תִתְּרוּ אַחֲרַי לְבַבְכֶם  
 וְאַחֲרַי עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר-אִתֶּם זָנִים אַחֲרֵיהֶם:  
 לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֶת-כָּל-מִצְוֹתַי וְהֵייתֶם  
 קְדוֹשִׁים לְאֱלֹהֵיכֶם: אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם יִשְׂרָאֵל  
 אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם לְהִיּוֹת  
 לָכֶם לְאֱלֹהִים אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם:  
 צריך לחזור ג' תיבות אלו "ה' אלהיכם אמת" כדי להשלים מנין רמ"ח  
 תיבות שבקריאת שמע כמנין רמ"ח איבריו.

יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם אֱמֶת.

## נשמת כל חי

ראוי לומר זה השבח בשמחה עצומה וירוע שצדיקים התעלפו מהתרגשות בקטע הנפלא  
 הזה. (הגה"צ הרב רב קוק שליט"א) והוא מסוגל על כל צרה שאדם עומד בה, לקבל האדם  
 על עצמו שכשינצל ממנה לאומרו בתורה ובקול זמרה. (קבלה מרבי יהודה החסיד)

נְשַׁמַּת כָּל חַי תְּבָרַךְ אֶת שְׁמֶךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ  
 אֱלֹהֵינוּ וְרוּחַ כָּל-בֶּשֶׂר תְּפָאֵר וּתְרוֹמֵם וְזָכְרָךְ  
 מְלַכְנוּ תָּמִיד. מִן-הָעוֹלָם וְעַד-הָעוֹלָם אַתָּה

אל. ומבלעדיך אין לנו מלך גואל ומושיע.  
פודה ומציל. ועונה ומרחם. בכל-עת צרה  
וצוקה. אין לנו מלך עוזר וסומך אלא אתה:

אלהי הראשונים והאחרונים. אלוה כל  
בריות. אדון כל-תולדות. המהלל בכל-  
התשבחות. המנהג עולמו בחסד ובריותיו  
ברחמים. ויהוה<sup>יאהרונה</sup> אלהים אמת לא ינום  
ולא ישן. המעורר ישנים והמקיץ נרדמים.  
מחיה מתים. ורופא חולים. פוקח עורים.  
וזוקף כפופים. המשיח אלמים. והמפענח  
נעלמים. ולך לבדך אנחנו מודים:

ואלו פינו מלא שירה כים. ולשוננו רנה  
בהמון גליו. ושפתותינו שבח כמרחבי רקיע.  
ועינינו מאירות כשמש וכירח. וידינו פרושות  
כנשרי שמים. ורגלינו קלות כאילות. אין  
אנחנו מספיקין להודות לך יהוה<sup>יאהרונה</sup>  
אלהינו. ולברך את-שמך מלפנו. על אחת  
מאלף אלפי אלפים ורוב רבי רבבות פעמים.

הטובות נסים ונפלאות שעשית עמנו ועם  
אבותינו. מלפנים ממצרים גאלתנו יהוה אלהינו  
יהוה אלהינו. אלהינו. מבית עבדים פדיתנו. ברעב  
ונתנו. ובשבע כלכלתנו. מחרב הצלתנו.  
מדבר מלטתנו. ומחלאים רעים ורבים  
דליתנו. עד הנה עזרנו רחמיה ולא עזבונו  
חסדיה. על כן אברים שפלגת בנו. ורוח  
ונשמה שנפחת באפינו. ולשון אשר שמת  
בפינו. הן הם, יודו ויברכו. וישבחו. ויפארו.  
את שמך מלפנו תמיד. כי כל-פה לך יודה.  
וכל-לשון לך תשבח. וכל-עין לך תצפה.  
וכל-כרח לך תכרע. וכל-קומה לפניה  
תשתחוה. והלבבות יראוך והקרוב והכליות  
יזמרו לשמך. כדבר שנאמר כל עצמתי  
תאמרנה יהוה אלהינו יהוה אלהינו. מי כמוך מציל עני  
מחזק מפנו. ועני ואביון מגזלו: שועת עניים  
אתה תשמע. צעקת הדל תקשיב ותושיע.  
וכתוב רננו צדיקים ביהוה אלהינו יהוה אלהינו. לישרים  
נאווה תהלה:

בְּפִי י' שָׁרִים תַּתּוּ ר' וּמָם :  
 וּבְשִׁפְתַי צ' דִּיקִים תַּתּוּ ב' רָף :  
 וּבְלִשׁוֹן ח' סִידִים תַּתּוּ ק' דָּשׁ :  
 וּבְקָרֶב ק' דוֹשִׁים תַּתּוּ ה' לָל :

בְּמִקְהֵלוֹת רַבּוֹת עִמָּךְ בֵּית יִשְׂרָאֵל. שְׁפָן  
 חוֹבֵת כָּל הַיְצוּרִים לְפָנֶיךָ יְהוָה יֵאָהֲדוּנָהּ  
 אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ לְהוֹדוֹת. לְהִלָּל.  
 לְשַׁבַּח. לְפָאֵר. לְרוֹמֵם. לְהַדְרֵה. וּלְנַצַּח. עַל כָּל  
 דְּבָרֵי שִׁירוֹת וְתִשְׁבַּחוֹת דָּוִד בֶּן יִשִׁי עַבְדְּךָ  
 מְשִׁיחֶךָ : וּבְכֵן

יִשְׁתַּבַּח שְׁמֶךָ לְעַד מְלַכְנוּ הָאֵל הַמְּלֶךְ הַגָּדוֹל  
 וְהַקְּדוֹשׁ בְּשָׁמַיִם וּבָאָרֶץ כִּי־לָךְ נָאֵה יְהוָה  
 יֵאָהֲדוּנָהּ אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ לְעוֹלָם וָעֶד.  
 א שִׁיר ב וּשְׁבַחָה. ג הִלָּל ד וּזְמַרָה. ה עֲזֹ.  
 ו וּמְשַׁלָּה. ז נַצַּח. ח גְּדוּלָה. ט גְּבוּרָה. י תְּהִלָּה.  
 יא וְתִפְאָרֶת. יב קְדוּשָׁה. יג וּמְלָכוּת. בְּרָכוֹת  
 וְהוֹדָאוֹת לְשְׁמֶךָ הַגָּדוֹל וְהַקְּדוֹשׁ. וּמְעוֹלָם  
 וָעֶד-עוֹלָם אֶתָּה אֵל.

## אגרת הרמב"ן

כל מי שרגיל לומר האגרת, בודאי יחא ניצול מכל צרה ומוכח לו שהוא בן העולם הבא.  
(מתוך "מעולפת ספירים")

שמע בני מוסר אביך, ואל תטוש תורת אפיך. תתנהג תמיד  
לדבר כל דבריך בנחת לכל אדם ובכל עת, ובזה תנצל מן  
הפעם, שהיא מדה רעה להחטיא בני אדם. וכן אמרו רבותינו  
זכרונם לברכה, כל הנועם כל מיני גיהנם שולטין בו שנאמר  
והסר פעם מלפך, והעבר רעה מבשרך, ואין רעה אלא גיהנם,  
שנאמר וגם רשע ליום רעה. וכאשר תנצל מן הפעם תעלה על  
לבך מדת הענוה שהיא מדה טובה מכל המדות טובות, שנאמר  
עקב ענוה יראת ה'. ובעבור הענוה תעלה על לבך מדת היראה,  
כי תתן אל לבך תמיד, מאין באת, ולאן אתה הולך, ושאתה  
רמה ותולעה בחיך, ואף כי כמותך, ולפני מי אתה עתיד ליתן  
דין וחשבון, לפני מלך הכבוד, שנאמר הנה השמים ושמי  
השמים לא יכלכלוך, אף כי לבות בני אדם, ונאמר הלא את  
השמים ואת הארץ אני מלא נאם ה'. וכאשר תחשוב את כל  
אלה, תירא מבוראך ותשמר מן החטא, ובמדות אלה תהיה  
שמח בחלקך, וכאשר תתנהג במדת הענוה להתבושש מכל  
אדם ולהתפחד ממנו ומן החטא, אז תשרה עליך רוח השכינה,  
וזיו כבודה, וחיי עולם הבא. ועתה בני דע ויראה, כי המתגאה  
בלבו על הבריות, מורד הוא במלכות שמים, כי מתפאר הוא  
בלבוש מלכות שמים, שנאמר ה' מלך גאות לבש וגו'. ובמה  
יתגאה לב האדם, אם בעשר — ה' מוריש ומעשיר. ואם  
בכבוד — הלא לאלקים הוא, שנאמר והעושר והעושר מלפניך,  
ואיך מתפאר בכבוד קונו. ואם מתפאר בחכמה — מסיר שפה  
לנאמנים וטעם זקנים יקח. נמצא הכל שוה לפני המקום, כי

כאפו משפיל גאים, וברצונו מגביה שפלים, לכן השפל עצמו  
וינשאף המקום. על פן אפשר לה איה תתנהג במדת הענוה  
ללכת בה תמיד, כל דבריה יהיו בנחת, וראשך פנוי, ועיניך  
יביטו למטה לארץ, ולבך למעלה, ואל תביט בפני אדם בדרך  
עמו, וכל אדם יהיה גדול ממך בעיניך, ואם חכם או עשיר  
הוא, עליך לכבדו. ואם רש הוא, ואתה עשיר או חכם ממנו,  
חשוב בלבך כי אתה חייב ממנו והוא זכאי ממך, שאם הוא  
חוטא הוא שוגג ואתה מזיד. בכל דבריה ומעשיה ומחשבותיה  
ובכל עת, חשוב בלבך כאלו אתה עומד לפני קדשא בריך הוא,  
ושכינתו עליך, פי כבודו מלא העולם, ודבריה יהיו באימה  
וביראה כעבד לפני רבו, ותתבייש מכל אדם, ואם יקרא איש  
אל תענהו בקול רם, רק בנחת כעומד לפני רבו. והוי זהיר  
לקרות בתורה תמיד אשר תוכל לקימה, וכאשר תקום מן  
הספר, תחפש באשר למדת אם יש בו דבר אשר תוכל לקימו,  
ותפשפש במעשיך בבקר ובערב, וכזה יהיו כל ימיה בתשובה.  
והסר כל דברי העולם מלבך בעת התפלה, והבן לבך לפני  
המקום ברוך הוא, וטהר רעיוניך, וחשוב הדבור לפני  
שתוציאנו מפיך, וכן תעשה כל ימי חיי הבלך בכל דבר ודבר  
ולא תחטא. וכזה יהיו דבריה ומעשיה ומחשבותיה ישרים,  
ותפלתה תהיה זכה וברכה ונקיה ומכוננת ומקבלת לפני המקום  
ברוך הוא, שנאמר תכין לבם תקשיב אזנך. תקרא האגרת הזאת  
פעם אחת בשבוע ולא תפחות, לקימה וללכת בה תמיד אחר  
ה' ותברך, למען תצליח בכל דרכיה ותזכה לעולם הבא הצפון  
לצדיקים. ובכל יום שתקראנה יענוף מן השמים כאשר יעלה  
על לבך לשאול עד עולם אמן סלה:



## שלשה עשר עיקרים

כל ירא שמים יאמר בכל יום י"ג עיקרים. (מתוך "יסודי התורה")

הרי אני מאמין באמונה שלמה בשלשה עשר עקרין של התורה הקדושה: א שהקדוש ברוך הוא מצוי ומשגיח, ב והוא אחד, ג ואין לו גוף ואין לו דמות הגוף, ד ושהוא קדמון לכל קדומים, ה ואין עבודה לזולתו, ו ויודע מחשבות בני אדם, ז ונבואת משה רבנו עליו השלום אמת, ח ושהוא אדון לכל-הנביאים, ט ושהתורה נתונה מן השמים, י ושלא תשתנה בשום זמן חס ושלום, יא ושהקדוש ברוך הוא מעניש לרשעים, ומשלים שכר טוב לצדיקים, יב ושיבא מלך המשיח, יג ושהמתים עתידים להחיות. יהי רצון מלפניך יהוה<sup>יהוה</sup> אלהינו ואלהי אבותינו שתכוף יצרנו לעבודתך כל ימי חיינו תמיד, אמן. כן יהי רצון.

## עשר זכירות

כל האומר עשר זכירות בכל יום, מקיים כמה מצוות "עשה" מהתורה ברגעים אחרים. לשם יחוד קדשא בריך הוא ושכינתה. הרי אני מקיים מצוות עשר זכירות שחייב כל-אדם לזכור בכל-יום, ואלו הם: א יציאת מצרים, ב והשבת, ג והמן, ד ומעשה עמלק, ה ומעמד הר-סיני, ו ומה שהקציפו אבותינו להקדוש ברוך הוא במדבר ובפרט בעגל, ז ומה שיעצו בלק ובלעם לעשות לאבותינו למען נעת צדקות יהוה<sup>יהוה</sup> יאהרונם, ח ומעשה מרים הנביאה, ט ומצות וזכרת את-יהוה<sup>יהוה</sup> יאהרונם, י אלהיך כי הוא הנתן לך כח לעשות חיל, י וזכירת ירושלים תבנה ותכונן במהרה בימינו, אמן.

**צא** <sup>א</sup> **יֵשֶׁב בְּסֶתֶר עֲלִיּוֹן כַּצֵּל שְׁדֵי יִתְלוֹנָן:**  
**ב** אָמַר לַיהוָה מַחְסֵי וּמְצוֹדֹתַי אֱלֹהֵי  
אֲבֹטְחֵהֶם: <sup>ג</sup> כִּי הוּא יַצִּילֶךָ מִפֶּחַ יָקוֹשׁ  
מִדְּבַר הַדּוֹת: <sup>ד</sup> בְּאַבְרָתוֹ | יִסֹּף לְךָ וְתַחַת־  
כַּנְפָיו תִּחְסֶה צְנֹה וְסַחְרָה אֲמַתּוֹ: <sup>ה</sup> לֹא־  
תִירָא מִפֶּחַד לַיְלָה מִחֶיץ יַעֲוֶף יוֹמָם:  
ו מִדְּבַר בְּאִפְלֵ יַהֲלֶךְ מִקֶּטֶב וְיִשׁוּד צַהֲרִים:  
ז יִפֹּל מִצִּדָּךְ | אֶלֶף וּרְבֹבָה מִימִינֶךָ אֵלֶיךָ  
לֹא יִגָּשׁ: <sup>ח</sup> רַק בְּעֵינֶיךָ תִּבְיֹט וְשַׁלְמַת  
רְשָׁעִים תִּרְאֶה: <sup>ט</sup> כִּי־אַתָּה יְהוָה מַחְסֵי  
עֲלִיּוֹן שָׁמַת מְעוֹנֶךָ: <sup>י</sup> לֹא־תֵאָנֶה אֵלֶיךָ רַעַה  
וְנָגַע לֹא־יִקְרַב בְּאַהֲלֶךָ: <sup>יא</sup> כִּי מִלֶּאכָבִיו  
יִצְוֶה־לֶךָ לְשֹׁמְרֶךָ כְּכִלְדָּרְכֶיךָ: <sup>יב</sup> עַל־פְּפִים  
יִשְׁאוּנֶךָ פֶּן־תִּגָּף בְּאֶבֶן רִגְלֶךָ: <sup>יג</sup> עַל־שַׁחַל  
וּפְתָן תִּדְרֹךְ תִּרְמֹס כְּפִיר וְתַנִּין: <sup>יד</sup> כִּי בִי  
חָשַׁק וְאַפְלַטְהוּ אֲשַׁגְבְּהוּ כִּי־יִרְדַּע שָׁמַי:  
טו יִקְרָאֵנִי | וְאַעֲנֶהוּ עֲמוּ־אֲנֹכִי בְּצָרָה  
אַחֲלֶצְהוּ וְאַכְבֶּדְהוּ: <sup>טז</sup> אֲרֹךְ יָמִים  
אֲשַׁבֵּיעֶהוּ וְאַרְאֶהוּ כִּישׁוּעָתִי:

# עַד אֵין קֵץ

החן והיופי  
העומק והמתיקות  
היראה והטהרה  
האהבה והשמוחה  
הדבקות והקרובה  
להגיד בכל יום חסדך

התורה והמצוות  
הנצחים והנפלאות  
הנצטר והנצלה  
המוני מעלה וקבוצי מטה  
לתת לך כתר מלוכה

התשובה והגאולה  
העליה והקבוץ  
ההר והבית  
הטוב והנצח  
להטות שכם אחר לעבדך

האמת והתכלית  
הזיו והעונג  
עד אין קץ עד אין חקר  
יתגדל ויתקדש שביה רבא

מתוך "בוזגוי הסלע"



עיקר התפילה  
הוא לבקש  
שישלוט העון  
המלך בעולם

הגר צ'הפב רב יודו-ישראל