

תפילה לחולה



תפילה לחולה

בסייעתא דשמיא

לרפואתם של כל חולי ישראל
רפואת הגוף והנפש,
החלמה מהירה לכל הפצועים,
שמחה וישועה לכל המדוכאים,
להצלחה כללית לכולנו
ולגאולה ברחמים.

ורפואה שלמה בפרט ל:

”כִּי־שָׁמַע יְהוָה^{אֱלֹהֵינוּ} קוֹל בְּכִיִּי

שָׁמַע יְהוָה^{אֱלֹהֵינוּ} תַחֲנֹנֵי יְהוָה^{אֱלֹהֵינוּ} תַפְלְתֵי יִקְחָ:” (תהלים, ו', ט'-י')

”קוֹלֵי אֶל־אֱלֹהִים וְאַצְעֻקָה קוֹלֵי אֶל־אֱלֹהִים וְהֶאֱזִין אֵלַי:”

(תהלים, ע"ז, ב')

תַּפְלֵת מִסְפָּדֵי קָמְחוֹל לִי פִתְחֵת שִׁקְי וְתֹאזְנֵי שְׂמֵחָה:

(תהלים, ל', י"ב)

יהי רצון שלפני אמירת תהלים:

יהי רצון מלפניך יהוה אלהינו ואלהי אבותינו, הבוחר בְּדָוִד עַבְדּוֹ וּבְזָרְעוֹ אַחֲרָיו, וְהַבּוֹחֵר בְּשִׁירוֹת וּתְשׁוּבָחוֹת, שֶׁתִּפְּנֶן בְּרַחֲמִים אֶל קְרִיאַת מְזֻמְרֵי תְהִלָּים שֶׁאֶקְרָא בְּאֵלֵי אִמְרָם דָּוִד הַמֶּלֶךְ עָלֵינוּ הַשְּׁלֹם בְּעַצְמוֹ, זְכוּתוֹ יִגַן עָלֵינוּ. וַיַּעֲמֵד לָנוּ זְכוּת פְּסוּקֵי תְהִלָּים וּזְכוּת תְּבוּתֵיהֶם וְאוֹתִיּוֹתֵיהֶם וּנְקֻדּוֹתֵיהֶם וְטַעֲמֵיהֶם וְהַשְּׁמוֹת הַיּוֹצֵאִים מֵהֶם מֵרָאשֵׁי-תְבוּת וּמִסּוֹפֵי-תְבוּת, לְכַפֵּר פְּשָׁעֵינוּ וְעֲוֹנוֹתֵינוּ וְחַטָּאתֵינוּ, וְלִזְמַר עֲרִיצִים וּלְהַכְרִיחַ כָּל הַחוֹחִים וְהַקּוֹצִים הַסּוֹבְבִים < אֶת הַשּׁוֹשְׁנָה הָעֲלִיוֹנָה, וְלְחַפֵּר אֶשֶׁת נְעוּרִים עִם דוֹדָהּ בְּאַהֲבָה וְאַחוּה וְרַעוּת. וּמִשָּׁם יִמְשֹׁךְ לָנוּ שִׁפְעַת לְנַפְשׁ רֹחַ וּנְשָׁמָה לְטַהֲרֵנוּ מֵעֲוֹנוֹתֵינוּ וְלְסַלֵּחַ חַטָּאתֵינוּ וְלְכַפֵּר פְּשָׁעֵינוּ - כְּמוֹ שֶׁסֻּלְּחַת לְדָוִד שֶׁאָמַר מְזֻמְרִים אֵלָיו לְפָנֶיךָ, כְּמוֹ שֶׁנֶּאֱמַר: "גַּם יְהוָה הֵעֲבִיר חַטָּאתְךָ לֹא תָמוּת". וְאֵל תִּקְחֵנוּ מִהַעוֹלָם הַזֶּה קֶדֶם זְמַנָּנוּ עַד מְלֵאֵת שְׁנוֹתֵינוּ בָּהֶם שְׁבַעִים שָׁנָה בְּאוֹפֶן שְׁנוֹכַח לְתַקַּן אֶת אֲשֶׁר שִׁחַתְנוּ. וּזְכוּת דָּוִד הַמֶּלֶךְ עָלֵינוּ הַשְּׁלֹם, יִגַן עָלֵינוּ וּבַעֲדָנוּ שֶׁתֹּארִיד אַפְּךָ עַד שׁוֹבְנוּ אֵלֶיךָ בְּתִשׁוּבָה שְׁלָמָה לְפָנֶיךָ, וּמֵאוֹצֵר מִתַּנַּת חֲנָם חֲנֵנוּ כְּדַכְתִּיב: "וַחֲנַתִּי אֶת-אֲשֶׁר אֲחִין וְרַחֲמַתִּי אֶת-אֲשֶׁר אֲרַחֵם:" וּכְשֶׁם שֶׁאֲנִי אוֹמְרִים לְפָנֶיךָ שִׁירָה בְּעוֹלָם הַזֶּה כָּךְ נִזְכָּה לִזְמַר לְפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ שִׁיר וְשִׁבְחָה לְעוֹלָם הַבָּא.

וְעַל יְדֵי אֲמִירַת תְּהִלָּים תִּתְעוֹרֵר חֲבַצְלַת הַשָּׁרוֹן וְלִשִׁיר בְּקוֹל נְעִים בְּגִילַת וְרִנָּן, כְּבוֹד הַלְּבָנוֹן גִּתָּן לָהּ, הוֹד וְהַדָּר בְּבֵית אֱלֹהֵינוּ, בְּמַהֲרָה בְּיָמֵינוּ, אָמֵן סְלָה:

לְכוּ נִרְנְנָה לִיהוָה לִיְהוָה נְרִיעָה לְצוּר יִשְׁעֵנוּ: נִקְדָּמָה פָּנֵינוּ בְּתוֹדָהּ בְּזִמְרוֹת נְרִיעַ לֵוִי: כִּי אֵל גְּדוֹל יְהוָה וּמֶלֶךְ גְּדוֹל עַל-כָּל-אֱלֹהִים: וְאַתָּה קָדוֹשׁ יוֹשֵׁב תְּהִלּוֹת יִשְׂרָאֵל:

פרק ב

רק הקב"ה עונה לאדם ביום צרה, ועונה לאדם בכל ענין וענין. לכן לאדם לפנות לה' בתפילה ולהרוויח ישועה והתעלות בעבודת ה', וזה שווה לאין ערוך משיהיה לאדם רכב ויקרה או כל מיני שעשועים שהעולם רוצה למכור לו. ועל כך צריך לקרוא ולהתפלל לה' שיציל אותנו בכל יום.

(א) לְמַנְצֶחַ מְזֻמֹּר לְדָוִד: (ב) יַעֲנֶנּוּ יְהוָה^{יאהרונם} בְּיוֹם צָרָה
 יִשְׁבְּעֶנּוּ שֵׁם | אֱלֹהֵי יַעֲקֹב: (ג) יִשְׁלַח-עֲזָרָךְ מִקֹּדֶשׁ
 וּמִצִּיּוֹן יִסְעֶדְךָ: (ד) יִזְכֹּר כָּל-מַנְחָתֶךָ וְעֹלֹתֶיךָ
 וְדִשְׁנָה סֶלָה: (ה) יִתֵּן-לְךָ כָּל־כֶּבֶד וְכָל-עֲצָתֶךָ
 יִמְלֵא: (ו) נִרְנְנָה | בְּיִשׁוּעַתֶּךָ וּבְשֵׁם-אֱלֹהֵינוּ נִדְגַל
 יִמְלֵא יְהוָה^{יאהרונם} כָּל-מִשְׁאֲלוֹתֶיךָ: (ז) עֲתָה יְדַעְתִּי
 כִּי הוֹשִׁיעַ | יְהוָה^{יאהרונם} מִשִּׁיחוֹ יַעֲנֶהוּ מִשְׁמֵי קֹדֶשׁוֹ
 בְּגִבּוֹרֹת יֵשַׁע יְמִינוֹ: (ח) אֱלֹהֵי בָּרָכְבָּ וְאֱלֹהֵי בַסּוּסִים
 וְאֲנַחְנוּ בְּשֵׁם-יְהוָה^{יאהרונם} אֱלֹהֵינוּ נִזְפִיר: (ט) הִפָּה כָּרְעוּ
 וְנִפְּלוּ וְאֲנַחְנוּ קָמְנוּ וַנִּתְעוֹדֵד: (י) יְהוָה^{יאהרונם} הוֹשִׁיעָה
 הַפֶּלֶךְ יַעֲנֵנוּ בְּיוֹם-קָרְאֵנוּ:

פרק ו

הכעס מזיק מאוד לרצאה וגורם לשיבושים בדעת ובתבונה. לכן יש להתחנן אל ה' שיציל אותנו מכעסים, ולפני התפילות והתחנונים הללו, על האדם להרגיש אומלל וחסר ישע וחסר כוחות, ומתוך כך הוא בוכה אל ה' וצועק אליו בתפילות להשגת דבר נשגב זה: שלא לכעוס עוד לעולם.

(א) לְמַנְצֶחַ בְּנִינֹת עַל-הַשְּׁמִינִית מְזֻמֹּר לְדָוִד:
 (ב) יְהוָה^{יאהרונם} אֶל-בְּאֶפְסָךְ תֹּכִיחֵנִי וְאֶל-בְּחִמָּתֶךָ
 תִּיַסְרֵנִי: (ג) חַנּוּנֵי יְהוָה^{יאהרונם} כִּי אִמְלֵל אָנֹכִי רַפְּאֵנִי
 יְהוָה^{יאהרונם} כִּי נִבְהַלְוּ עַצְמִי: (ד) וְנִפְּשִׁי נִבְהַלָּה מֵאֵד

וְאֵתָהּ יְהוָה^{יאחזנובי} עֲרַמְתִּי: (ה) שׁוּבָה יְהוָה^{יאחזנובי} חֲלָצָה

נַפְשִׁי הוֹשִׁיעֲנִי לְמַעַן חֲסֹדְךָ: (ו) כִּי אֵין בַּמּוֹת

זְכָרְךָ בְּשֵׂאוֹל מִי יוֹדֵה-לָּךְ: (ז) יַגִּיעֲתִי | בְּאַנְחָתִי

אֲשַׁחַה בְּכַל-לַיְלָה מִפְּתֵי בְּדַמְעֹתַי עֲרִשִׁי אִמָּסָה:

(ח) עֲשֵׂשָׁה מִבְּעַם עֵינַי עֲתָקָה בְּכַל-צוּרָי:

(ט) סוּרוּ מִפְּנֵי כָל-פְּעֵלֵי אֹן כִּי-שָׁמַע יְהוָה^{יאחזנובי} קוֹל

בְּכִי: (י) שָׁמַע יְהוָה^{יאחזנובי} תַּחֲנֻתִי יְהוָה^{יאחזנובי} תַּפְּלֹתִי יִקַּח:

(יא) יִבְשׁוּן וַיִּפְּהֻוּ מֵאֵד כָּל-אִיבֵי יִשְׂרָאֵל יִבְשׁוּ רִגְעַ:

פרק ט בפרק מרטיט זה דוד המלך משבח את ה' ומזמר וְשָׁמַח בַּאֲמוּנָה עַל שֶׁה' שִׁפְט אֹתוֹ בְּעוֹלָם הַעוֹבֵר וְהַחֹלֵף הַזֶּה, וְכֵן שִׁבְחוּ שֶׁל דוֹד הַמֶּלֶךְ לֵה' הוּא עַל כֵּךְ שֶׁה' לָקַח לוֹ אֶת בְּנוֹ. וְכַאֲן יִמְצְאוּ אַבְלֵים שֶׁאִיבְדוּ אֶת יְקִירֵיהֶם חִיּוֹק הוּא: לְדַעַת שֶׁגַם בְּמִקְרָה כֹּזֵה אִפְשָׁר לְהוֹדוֹת לֵה' שֶׁהוּא מִמִּית וְגַם מַחִיָּה.

(א) לְמַנְצַח עֲלָמוֹת לִפְנֵי מִזְמוֹר לְדָוִד: (ב) אֹדָה יְהוָה^{יאחזנובי}

בְּכַל-לַיְלָה אֲסַפְּרָה כָּל-נִפְלְאוֹתֶיךָ: (ג) אֲשַׁמְחָה

וְאֶעֱלָצָה בְּךָ בְּאֲזַמְרָה שִׁמְךָ עַל-יּוֹן: (ד) בְּשׁוּב-אֹיְבֵי

אֲחֹזֵר וּבְשִׁלּוֹ וַיֵּאבְדוּ מִפְּנֶיךָ: (ה) כִּי-עֲשִׂיתָ מִשְׁפָּטֵי

וְדִינֵי יִשְׂרָאֵל לְכִפָּא שׁוֹפֵט צְדָק: (ו) גָּעַרְתָּ גוֹיִם

אֲבֹדְתָ רָשָׁע שָׁמַע שָׁמַע מְחִיתָ לְעוֹלָם וָעֶד: (ז) הָאֵלֵינוּ

תַּמּוּ חַרְבוֹת לְנִצָּח וְעָרִים נְתַשְׁתָּ אָבֵד זְכָרָם הִפָּתָה:

(ח) וַיְהִי וְאֵתָהּ לְעוֹלָם יֵשֵׁב כּוֹנֵן לְמִשְׁפַּט כְּסָאוֹ: (ט) וְהוּא

יִשְׁפֹּט־תִּבְלֶ בְּצַדִּיק בְּצַדִּיק יִדִּין לְאֲפִים בְּמִישָׁרִים: (י) וַיְהִי
 יְהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי מְשֻׁבֵּב לְדָד מְשֻׁבֵּב לְעֵתוֹת בַּצָּרָה: (יא) וַיִּבְטְחוּ
 בְּךָ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ כִּי לֹא־עֲזַבְתָּ דֹרְשֶׁיךָ יְהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי:
 (יב) זַמְרוּ לַיהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי יֵשֵׁב צִיּוֹן הַגִּידוּ בְּעַמִּים עֲלֵילוֹתֵינוּ:
 (יג) כִּי־דַרְשׁ דְּמִים אוֹתָם זָכַר לֹא־שָׁכַח צַעֲקַת (עֲנִיִּים)
 עֲנִיִּים: (יד) חֲנַנִּי יְהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי רֵא אֵה עֲנִי מִשְׁנֵאֵי מְרוֹמָי
 מִשְׁעָרֵי מוֹת: (טו) לְמַעַן אֲסַפְּרָה כִּלְתֵּה־לְתִיךָ
 בְּשַׁעֲרֵי בַת־צִיּוֹן אֲגִידָה בִישׁוּעֶתְךָ: (טז) טִבְעוּ
 גוֹיִם בְּשַׁחַת עָשׂוּ בְּרִשְׁתָּזוּ טָמְנוּ נִלְכְּדָה רַגְלָם:
 (יז) נוֹדַע | יְהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי מִשְׁפֹּט עָשָׂה בְּכַעַר בְּפִיו נוֹקֵשׁ
 רָשָׁע הַגִּיּוֹן סָלָה: (יח) יִשׁוּבוּ רָשָׁעִים לְשִׂאוֹלָה כִּלְ־
 גוֹיִם שְׁכַחֵי אֱלֹהִים: (יט) כִּי לֹא לְנֶצַח יִשְׁכַּח אֲבִיוֹן
 תִּקְוַת (עֲנִיִּים) עֲנִיִּים תֵּאבֵד לְעַד: (כ) קוֹמָה יְהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי
 אֶל־יַעַז אֲנוֹשׁ יִשְׁפֹּטוּ גוֹיִם עַל־פְּנֵיךָ: (כא) שִׂיתָה
 יְהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי | מוֹרָה לָהֶם יִדְעוּ גוֹיִם אֲנוֹשׁ הֵמָּה סָלָה:

מפרק זה נולדה מהדורה זו. הנה זה פלא עצום וכאן נלמד את דרך ה' האמיתית והכנה ביותר:
 דוד המלך שָׁר ומשבח את ה' אף על פי שנראה לו שכביכול ה' זנח אותו ועזב אותו... והנה הוא
 מלמד אותנו את העצה העמוקה והיא: למצוא עוד ועוד עצות על גנת להתקרב ולהתחזק בה!

פרק יג

(א) לְמַנְצַח מְזִמּוֹר לְדוֹד: (ב) עַד־אֵנָה יְהוָה^{יֵאוֹדוֹנִי} אֲדֹנָי תִּשְׁכַּחֲנִי

נִצַּח עַד-אֲנָהּ | תִּסְתִּיר אֶת-פְּנֵיךָ מִפְּנֵי: (ג) עַד-אֲנָהּ
 אִשִּׁית עֵצוֹת בְּנִפְשֵׁי יָגוֹן בְּלִבִּי יוֹמָם עַד-אֲנָהּ |
 ירום אֵיבֵי עָלַי: (ד) הִפִּיטָה עֵינַי יְהוָה^{יְהוָה} אֱלֹהֵי הָאִירָה
 עֵינַי פֶּן-אִישָׁן הַמּוֹת: (ה) פֶּן-יֹאמֵר אֵיבֵי יְכַלְתִּיו
 צָרִי יִגְלוּ כִּי אֶמוּט: (ו) וְאֲנִי | בְּחֶסֶדְךָ בְּטַחְתִּי
 יִגְלֶה לְפִי בִישׁוּעָתְךָ אֲשִׁירָה לַיהוָה^{יְהוָה} כִּי גִמַּל עָלַי:

כשאדם רואה את ה' יתברך לנגד עיניו אז אין לו פחד ממתנגדיו והוא אפילו לא מזכיר את שמו, כי הוא כלל לא שומע אותם ואת מה שהם מדברים עליו. אותו אדם שרואה רק את ה' הוא אדם שמח תמיד ובעל ביטחון וְשִׁמּוֹר מכל צרה, כי הוא רואה מולו רק את טובות ה'.

פרק טז

(א) מִכֹּתֶם לְדוֹד שְׁמֵרְנֵי אֵל כִּי-חֲסִיתִי בְךָ:
 (ב) אִמַּרְתָּ לַיהוָה^{יְהוָה} <> אֲדַנִּי אֵתָה טוֹבָתִי בְלִ-עֲלֶיךָ:
 (ג) לְקְדוֹשִׁים אֲשֶׁר-בְּאָרֶץ הַפֶּה וְאֲדִירֵי כָל-חִפְצֵי-
 בָם: (ד) יִרְבוּ עֲצָבוֹתֶם אַחַר מָחָר בְּלִ-אֶפְיֶךָ:
 נִסְכֵּיהֶם מִדָּם וּבִלִ-אֶשָׁא אֶת-שְׁמוֹתֶם עַל-שִׁפְתַי:
 (ה) יְהוָה^{יְהוָה} אֲדַנִּי וְכֹסִי אֵתָה תוֹמִיךָ גּוֹרְלִי:
 (ו) חֲבָלִים נִפְלְאוּ לִי בְנַעֲמִים אֶף-נִחַלְתָּ שִׁפְרָה עָלַי:
 (ז) אֲבָרְךָ אֶת-יְהוָה^{יְהוָה} אֲשֶׁר יַעֲצֵנִי אֶף-לִילוֹת יִסְרוּנִי
 כְּלִיֹּתִי: (ח) שְׁוִיתִי יְהוָה^{יְהוָה} לְנַגְדִּי תָמִיד כִּי מִימֵנִי
 בְלִ-אֶמוּט: (ט) לָכֵן | שָׂמַח לְפִי וַיִּגְלֶה כְבוֹדִי אֶף-

בְּשָׂרֵי יִשְׁכֵּן לְבַטַּח: (י) כִּי לֹא־תַעֲזֹב נַפְשִׁי לְשֹׂאֵל
לֹא־תִתֵּן חֶסֶדְךָ לְרֵאוֹת שָׁחַת: (יא) תֹּדִיעֵנִי אֲרַח
חַיִּים שֹׁבַע שְׂמֵחוֹת אֶת־פְּנֶיךָ נְעֻמוֹת בִּימִינְךָ נֹצַח:

אדם אמיתי שמביט ומתבונן רק על דרך ה' וחכמיו, ומסתכל ומהרהר על הליכותיו, וחולם להשתפר ולקיים כל מצוותיו, אז במידה כנגד מידה: ה' שומר עליו כאילו היה אישון עינו. וכל זאת מכיוון שאותו אדם מכוון את אישוני עיניו להסתכל בדרך ה' ובמצוותיו ומתפלל לקיימם.

פרק יז

(א) תִּפְלֶה לְדָוִד שְׂמֵעָה יְהוָה^{יְהוָה} צֶדֶק הַקְּשִׁיבָה רִנָּתִי
הֲאֲזִינָה תִּפְלֶתִי בָּלֹא שִׁפְתַי מִרְמָה: (ב) מִלִּפְנֵיךָ
מִשְׁפָּטֵי יֵצֵא עֵינֶיךָ תִּחְזִינָה מִיִּשְׂרָאֵל: (ג) בָּחַנְתָּ לְבַיִן
פְּקֻדָּתְךָ לְיָדָה צָרַפְתָּנִי בַל־תִּמְצָא זִמְתִּי בַל־יַעֲבֹר־
פִּי: (ד) לִפְעֻלֹת אָדָם בִּדְבַר שִׁפְתֶיךָ אָנֹכִי שֹׁמְרֵתִי
אֲרַחֹת פְּרִיץ: (ה) תִּמְךָ אֲשֶׁרִי בְּמַעֲגְלוֹתֶיךָ בַל־
נִמְוָפוּ פְּעָמַי: (ו) אָנֹכִי־קָרָאתֶיךָ כִּי־תַעֲנֵנִי אֵל הַט־
אָזְנְךָ לִי שָׁמַע אִמְרָתִי: (ז) הַפְּלֶה חֶסְדֶיךָ מוֹשִׁיעַ
חוֹסִים מִמַּתְקוֹמָמִים בִּימִינְךָ: (ח) שָׁמְרֵנִי כָּאִישׁוֹן
בַּת־עַיִן בְּצַל כְּנָפֶיךָ תִּסְתִּירֵנִי: (ט) מִפְּנֵי רְשָׁעִים זֶו
שָׁדוּנִי אִיבִי בְּנֶפֶשׁ יִקִּיפוּ עָלָי: (י) חֲלַבְמוֹ סָגְרוּ פִּימוֹ
דִּבְרוּ בְּגֵאוֹת: (יא) אֲשֶׁרִינוּ עֲתָה (סבבנו) סָבְבוּנוּ עֵינֵיהֶם
יִשִּׁיתוּ לְנִטּוֹת בְּאָרְצֶיךָ: (יב) דְּמִינוּ כְּאֲרִיָּה יְכַסּוּךָ לְטָרוּף

וְכִכְפִּיר יִשָּׁב בְּמִסְתָּרִים: (יג) קוֹמָה יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} קַדְמָה פָּנָיו
 הַכְרִיעָהוּ פִּלְטָה נִפְשֵׁי מְרֻשָּׁע חֲרָבָה: (יד) מִמֹּתֵי
 יָדָךְ יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} מִמֹּתֵי מַחֲלָד חֲלָקָם בַּחַיִּים (יציפנד) וְצַפּוּנְךָ
 תִּמְלֵא בְטָנָם יִשְׁבְּעוּ בָנִים וְהַעֲיִחוּ יְתָרָם לְעוֹלָלֵיהֶם:
 (טו) אֲנִי בְצַדֵּק אֶחְזָה פָּנֶיךָ אֲשַׁבְּעָה בְּהַקְיִץ תִּמְוֹנַתְךָ:

פרק יח
 יש עלינו אינספור אויביו הסובבים אותנו בכל רגע. ובכל רגע שבו לא פוגעים ביהודי חס ושלום זהו נס גלוי של ה' והוכחה לרחמי המרובים. ורק אדם שכל מהותו ועניינו בעולם זה להתפלל לה' ולעורר את רחמי - הוא גם מבין בחושיו את הנס הגלוי שבזכותו הוא נשאר חי עד עכשיו.

(א) לִמְנַצְחָן לְעַבְדֵי יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} לְדָוִד אֲשֶׁר דִּבֶּר לִיהוָה^{יֵאָדָרְנִי}
 אֶת־דִּבְרֵי הַשִּׁירָה הַזֹּאת בַּיּוֹם הַצֵּל־יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} אוֹתוֹ
 מִפַּרְץ כַּף־אֹיְבָיו וּמִיַּד שָׂאוֹל: (ב) וַיֹּאמֶר אֶרְחַמְךָ
 יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} חֲזָקִי: (ג) יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} סִלְעֵי וּמַצּוֹדָתִי וּמַפְלְטֵי אֵלָי
 צוּרֵי אֶחָסֶה־בּוֹ מִגִּבֵּי וְקַרְן־יִשְׁעֵי מִשְׁגַּבַּי: (ד) מִהֲדָל
 אֶקְרָא יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} וּמִן־אֹיְבֵי אֲיֹשָׁע: (ה) אֶפְפוּנֵי חֶבְלֵי־
 מוֹת וְנַחֲלֵי בְלִיעַל יִבְעַתּוּנִי: (ו) חֶבְלֵי שָׂאוֹל סָבְבוּנִי
 קְדַמוּנֵי מוֹקְשֵׁי מוֹת: (ז) בְּצַר־לִי אֶקְרָא יְהוָה^{יֵאָדָרְנִי} וְאֶל־
 אֱלֹהֵי אֲשׁוּעַ יִשְׁמַע מֵהִיכָלוֹ קוֹלִי וְשׁוּעָתִי לְפָנָיו
 תִּבּוֹא בְּאָזְנוֹ: (ח) וּתְגַעֵשׂ וּתְרַעֵשׂ | הָאָרֶץ וּמוֹסְדֵי
 הָרִים יִרְגְּזוּ וַיִּתְגַּעֵשׂוּ כִּי־תָרָה לָּו: (ט) עֲלָה עֲשָׂן

בְּאִפּוֹ וְאִשְׁמֻרְיָו תֹּאכַל גְּחָלִים בְּעֵרוֹ מִמֶּנּוּ: (א) וַיֵּט
שָׁמַיִם וַיֵּרֶד וְעָרְפֶל תַּחַת רַגְלָיו: (א) וַיִּרְכַּב עַל־
כְּרוֹב וַיַּעֲף וַיָּבֵא עַל־כַּנְּפֵי־רוּחַ: (ב) וַיֵּשֶׁת חֲשׂוֹן
סִתְרוֹ סְבִיבוֹתָיו סָפְתוּ חֲשֻׁכַת־מַיִם עָבִי שְׁחָקִים:
(ג) מִנְּגִה נִגְדוּ עָבָיו עָבְרוּ בָרֹד וְגַחְלֵי־אֵשׁ: (ד) וַיִּרְעֵם
בְּשָׁמַיִם | יְהוָה^{יְהוָה} וְעֲלִיזוֹן יִתֵּן קִלְוֹ בָרֹד וְגַחְלֵי־אֵשׁ:
(ט) וַיִּשְׁלַח חֲצִיו וַיִּפְיֵצֵם וּבְרָקִים רַב וַיַּהַמֵּם:
(ט) וַיִּרְאוּ אֲפִיקֵי מַיִם וַיִּגְדְּלוּ מוֹסְדוֹת תִּבְלָה מִגְּעַרְתָּהּ
יְהוָה^{יְהוָה} מִנְּשִׁמַת רוּחַ אֲפָדָה: (י) וַיִּשְׁלַח מִמָּרוֹם יִקְחֵנִי
וּמִשְׁנֵי מַמְיִם רַבִּים: (י) יִצִּילֵנִי מֵאֵיבֵי עֹז וּמִשְׁנֵאֵי
כִּי־אֶמְצֵוּ מִמֶּנּוּ: (י) יִקְדֵּמוּנִי בְיוֹם־אִיֵּדִי וַיְהִי־יְהוָה^{יְהוָה}
לְמִנְשֵׁעַן לִי: (כ) וַיּוֹצִיאֵנִי לְמִרְחַב יְחֻלְצֵנִי כִּי חֲפִיץ
כִּי: (כ) וַיְגַמְלֵנִי יְהוָה^{יְהוָה} כְּצַדִּיקִי כְכֹר יָדַי יִשְׁיב לִי:
(כ) כִּי־שִׁמְרָתִי דַרְכֵי יְהוָה^{יְהוָה} וְלֹא־רָשַׁעְתִּי מֵאֲלֹהֵי:
(כ) כִּי כָל־מִשְׁפָּטָיו לִנְגִדִי וְחֻקֹּתָיו לֹא־אֶסִיר מִנֵּי:
(כ) וְאֵהִי תָמִים עִמּוֹ וְאֲשַׁתְּפֹר מֵעוֹנֵי: (כ) וַיִּשְׁב־
יְהוָה^{יְהוָה} לִי כְצַדִּיקִי כְכֹר יָדַי לִנְגִדִי עֵינָיו: (כ) עִם־

חָסִיד תִּתְחַפֵּד עִם־גִּבּוֹר תָּמִים תִּתַּמּוּם: (כז) עִם־גִּבּוֹר
תִּתְבַּרַר וְעִם־עֲקוֹשׁ תִּתְפַּתֵּל: (כח) כִּי־אַתָּה עִם־עֲנִי
תוֹשִׁיעַ וְעֵינַיִם רַמּוֹת תִּשְׁפִּיל: (כט) כִּי־אַתָּה תֹאמַר
יְהוָה יְהוָה ^{יִאחָזְנֵנִי} אֱלֹהֵי יְגִיָּה חֲשׁוּבִי: (ל) כִּי־בָךְ אֲרִץ גְּדוּד
וּבְאֱלֹהֵי אֲדָרְג־שׁוֹר: (לא) הֲאֵל תָּמִים וְרַכּוֹ אִמְרַת־
יְהוָה ^{יִאחָזְנֵנִי} צְרוּפָה מִגֵּן הוּא לְכֹל | הַחֲסִים בּוֹ: (לב) כִּי
מִי אֵלֹהִים מִבְּלַעֲדֵי יְהוָה ^{יִאחָזְנֵנִי} וּמִי צֹר זוֹלָתִי אֱלֹהֵינוּ:
(לג) הֲאֵל הַמְּאַזְרֵנִי חֵיל וַיִּתֵּן תָּמִים וְרַכִּי: (לד) מִשְׁנֵה
רַגְלֵי כְּאֵילֹת וְעַל כַּמְתֵי יַעֲמִידֵנִי: (לה) מִלֶּמֶד יְדֵי
לְמַלְחָמָה וְנִחַתָּה קְשֶׁת־נְחוּשָׁה זְרוּעַתִּי: (לו) וַתִּתֵּן־
לִי מִגֵּן יִשְׁעֶךָ וַיְמַיְנֶךָ תִּסְעָדֵנִי וְעֲנוּתֶךָ תִּרְבֵּנִי:
(לז) תִּרְחִיב צַעֲדֵי תַחְתֵּי וְלֹא מְעֹדוֹ קָרַסְלִי:
(לח) אֲרִדּוֹף אוֹיְבֵי וְאִשְׁיָגֶם וְלֹא־אָשׁוּב עַד־כְּלוֹתָם:
(לט) אֶמְחָצֵם וְלֹא־יִכְלוּ קוּם יִפְּלוּ תַחַת רַגְלֵי:
(מ) וַתִּאֲזָרֵנִי חֵיל לְמַלְחָמָה תִּכְרִיעַ קַמִּי תַחְתֵּי:
(מא) וְאוֹיְבֵי נִתְּתָה לִי עַרְף וּמִשְׁנָאֵי אֲצַמִּיתָם:
(מב) יִשְׁוּעוֹ וְאִין־מוֹשִׁיעַ עַל־יְהוָה ^{יִאחָזְנֵנִי} וְלֹא עָנָם:

(מג) וְאַשְׁחֶקֶם בְּעַפְרָא עַל־פְּנֵי־רוּחַ כְּטִיט חוּצוֹת
 אַרְיָקָם: (מד) תִּפְלְטֵנִי מִרִיבֵי עָם תִּשְׁיַמְנֵי לְרֹאשׁ
 גוֹיִם עִם לֹא־יַדְעֵתִי יַעֲבֹדוּנִי: (מה) לְשִׁמְעֵ אֶזֶן יִשְׁמָעוּ
 לִי בְּנֵי־נֶזֶר יִבְחָשׁוּ־לִי: (מו) בְּנֵי־נֶזֶר יִבְלֹוּ וַיִּחְרְגוּ
 מִמִּסְגָּרוֹתֵיהֶם: (מז) חִי־יְהוָה^{אֱלֹהֵינוּ} וּבָרוּךְ צוּרֵי יִירוּשָׁלַם
 אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל: (מח) הָאֵל הַגּוֹתֵן נִקְמוֹת לִי וַיִּדְבֹר עַמּוּס
 תַּחֲתַי: (מט) מִפְּלִטֵי מֵאֵיבֵי אֶף מִן־קִמִּי תִרְוַמְנֵי
 מֵאִישׁ חָמָס תַּצִּילֵנִי: (נ) עַל־כֵּן אֹדֶךָ בְּגוֹיִם | יְהוָה^{אֱלֹהֵינוּ}
 וּלְשִׁמְךָ אֲזַמְרָה: (נא) (מגדל) מִגְדִּיל יְשׁוּעוֹת מִלְכּוֹ
 וְעֹשֶׂה חֶסֶד | לְמַשִּׁיחוֹ לְדָוִד וּלְזָרְעוֹ עַד־עוֹלָם:

התפרקתי וקרסתי ונשברתי והרסתי ונהרסתי והתמוטטתי והושפלתי והתעקם לי הגוף והשתבשה
 עלי דעתי וקיבלתי כאב לב וסחרחורות וקוללתי ולקחתי לי את רכושי ואין לי בכלל על מה
 לעמוד... ועם כל אלו שמחתי מאוד כששמעתי שמהללים את ה' בבתי המדרש ובבתי הכנסת.

פרק כב

(א) לְמַנְצֵחַ עַל־אֵילָת הַנְּשָׁחַר מִזְמוֹר לְדָוִד: (ב) אֵלֵי
 אֵלֵי לָמָּה עֲזַבְתָּנִי רְחוּק מִיִּשׁוּעָתִי הִבְרִי שְׂאֲגָתִי:
 (ג) אֱלֹהֵי אֶקְרָא יוֹמָם וְלֹא תַעֲנֶנּוּ וְלַיְלָה וְלֹא־דוֹמִיָּה
 לִי: (ד) וְאַתָּה קָדוֹשׁ יוֹשֵׁב תְּהַלְלוֹת יִשְׂרָאֵל: (ה) בָּךְ
 בְּטַחֲוֹ אֲבַתֵּינוּ בְּטַחֲוֹ וְתִפְלְטֵמוֹ: (ו) אֵלֶיךָ זָעֲקוּ
 וְנִמְלָטוּ בָךְ בְּטַחֲוֹ וְלֹא־בוֹשׁוּ: (ז) וְאַנְכִי תוֹלַעַת וְלֹא־

אִישׁ חֲרַפְתָּ אָדָם וּבְזִי עָם: (ח) כָּל־רְאִי יִלְעָגוּ
לִי יִפְטִירוּ בְשָׁפָה יִנְעוּ רֹאשׁ: (ט) גַּל אֶל־יְהוָה^{אֲדוֹנָי}
יִפְלָטֶהוּ יַצִּילֵהוּ כִּי חָפֵץ בּוֹ: (י) כִּי־אֲתָה גַחִי מִבֶּטֶן
מִבְטִיחִי עַל־שִׁדְי אֲמִי: (יא) עָלֶיךָ הִשְׁלַכְתִּי מֵרַחֵם
מִבֶּטֶן אֲמִי אֵלַי אָתָּה: (יב) אֶל־תִּרְחַק מִמְּנִי כִּי־
צָרָה קְרוּבָה כִּי־אֵין עֹזֶר: (יג) סָבְבוּנִי פָרִים רַבִּים
אֲבִירֵי בָשָׁן כְּתֹרֵנַי: (יד) פָּצוּ עָלַי פִּיהֶם אֲרִיָּה מִרְקַע
וְשֹׁאֵג: (טו) כַּמִּים נִשְׁפַּכְתִּי וְהִתְפָּרְדוּ כָּל־עַצְמוֹתַי
הִיָּה לִבִּי כַּדּוֹנֵג נָמַם בְּתוֹךְ מַעֵי: (טז) יָבֵשׁ כַּחֲרָשׁ
כַּחִי וְלִשׁוֹנִי מִדְּבַק מִלִּקְוֹחִי וְלַעֲפַר־מֹות תִּשְׁפָּתַנִּי:
(יז) כִּי סָבְבוּנִי כְּלָבִים עֵדֶת מִרְעִים הִקִּיפוּנִי כְּאֲרִי
יָדַי וְרַגְלָי: (יח) אֲסַפֵּר כָּל־עַצְמוֹתַי הִפָּחָה וְיָפִיטוּ
יְרֵאוּ־בִי: (יט) יִחַלְקוּ בְּגַדִי לָהֶם וְעַל־לְבוּשֵׁי יַפִּילוּ
גֹזְרֵל: (כ) וְאֲתָה יְהוָה^{אֲדוֹנָי} אֶל־תִּרְחַק אֵילֹוֹתַי לְעֹזְרֹתַי
חַוָּשָׁה: (כא) הִצִּילָה מִחֶרֶב נַפְשִׁי מִיַּד־כָּלֵב יַחִידָתִי:
(כב) הוֹשִׁיעַנִי מִפִּי אֲרִיָּה וּמִקְרָנֵי רַמִּים עֲנִיתַנִּי:
(כג) אֲסַפְּרָה שִׁמְךָ לְאָחִי בְּתוֹךְ קָהֵל אֲהַלְלֶךָ:
(כד) יְרֵאִי יְהוָה^{אֲדוֹנָי} | הִלְלוּהוּ כָּל־זֶרַע יַעֲקֹב כַּבְּרוּהוּ

וְגִּוְרוֹ מִמֶּנּוּ כָּל־זֶרַע יִשְׂרָאֵל: (כה) כִּי לֹא־בָזָה וְלֹא
שָׁקַץ עַנּוּת עָנִי וְלֹא־הִסְתִּיר פָּנָיו מִמֶּנּוּ וּבִשְׂוֵעוֹ
אָלְיוֹ שָׁמַע: (כו) מֵאֵתֶךָ תְּהַלֶּתִי בְּקֹהֶל רַב נְדָרֵי
אֲשֶׁלָּם נֶגֶד יִרְאִיו: (כז) יֹאכְלוּ עַנּוּיִם וַיִּשְׂבְּעוּ יַהֲלִקוּ
יְהוֹדֵנוּ יְרֻשׁוּ יְחִי לְבַבְכֶם לָעַד: (כח) יִזְכְּרוּ וַיֵּשְׁבוּ
אֶל־יְהוָה יִתְּנוּ כָּל־אֶפְסֵי־אָרֶץ וַיִּשְׁתַּחֲוּוּ לְפָנֶיךָ כָּל־
מִשְׁפַּחֹת גּוֹיִם: (כט) כִּי לִיהוָה יִתְּנוּ הַמְּלוּכָה וּמִשְׁלַל
בְּגוֹיִם: (ל) אֲכָלוּ וַיִּשְׁתַּחֲוּוּ | כָּל־דְּשֵׁי־אָרֶץ לְפָנָיו
יִכָּרְעוּ כָּל־יִזְרְדֵי עֵפֶר וְנִבְשׂוּ לֹא חֵיהָ: (לא) זֶרַע
יַעֲבֹדֵנוּ יִסַּפֵּר לְאֹדְנֵי לְדוֹר: (לב) יִבְאוּ וַיִּגִּידוּ צְדָקָתוֹ
לְעַם נוֹלָד כִּי עָשָׂה:

העולם כולו נברא באמצעות האותיות וכך גם האדם בעצמו נברא על ידי האותיות, כי המילה
"אתי" (בכתיב חסר) בהיפוך אותיות היא המילה "תאי", ואז אדם מבין שכל תא בגופו הוא
בעצם את שנמצאת בתוכו. ואדם יכול לשנות את כל עולמו לטובה על ידי לימוד כל פרק זה.

פרק קיט

(א) אֲשֶׁרֵי תְּמִימֵי־דָרֶךְ תְּהַלְכִים בְּתוֹרַת יְהוָה
(ב) אֲשֶׁרֵי נִצְרֵי עֲדוֹתָיו בְּכָל־לֵב יְדַרְשׁוּהוּ: (ג) אִם
לֹא־פָעֲלוּ עוֹלָה בְּדַרְכָּיו הִלְכוּ: (ד) אֵתָה צִוִּיתָה
בְּקִלְיָךְ לְשִׁמּוֹר מְאֹד: (ה) אֲחֲלִי יִפְנּוּ דַרְכֵי לְשִׁמּוֹר
חֲקִיךָ: (ו) אֵי לֹא־אֲבוֹשׁ בְּהַפִּיטִי אֶל־כָּל־מִצּוֹתֶיךָ:

(ו) אֹדֶךָ בְּיִשְׂרָאֵל לֵבַב בְּלִמְדֵי מוֹשֶׁה מִשְׁפָּטֵי צְדָקָה:

(ז) אֶת־חֻקֶיךָ אֲשֶׁמֶר אֶל־תַּעֲזֹבֵנִי עַד־מָאד:

(ח) בַּמָּה יִזְכֶּה־נַעַר אֶת־אַרְחוֹ לְשֹׁמֵר כְּדַבְּרֶךָ:

(ט) בְּכֹל־לִבִּי דָרַשְׁתִּיךָ אֶל־תִּשְׁגֵנִי מִמִּצְוֹתֶיךָ:

(י) בְּלִבִּי צַפַּנְתִּי אִמְרֹתֶיךָ לְמַעַן לֹא אֶחְטֵא־לָךְ:

(יא) בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה ^{יְהוָה אֱלֹהֵינוּ} לְמִדְּבַר חֻקֶיךָ: (יב) בְּשִׁפְתַי

סִפַּרְתִּי כֹל מוֹשֶׁה־פִּיךָ: (יג) בְּדַרְךָ עִדּוּתֶיךָ

שִׁשְׁתִּי כָעֵל כֹּל־הוֹן: (יד) בְּכַסְרֶיךָ אֲשִׁיחָה

וְאֶפְיֹטָה אֲרַחֲתֶיךָ: (טו) בְּחֻקֶיךָ אֲשִׁתַּעֲשֶׂע לֹא

אֲשַׁכַּח דְּבָרֶךָ:

(טז) זָמַר עַל־עַבְדְּךָ אֶחְיֶה וְאֲשַׁמְרָה דְּבָרֶךָ:

(יז) גַּל־עֵינַי וְאֶפְיֹטָה נִפְלְאוֹת מִתּוֹרָתֶךָ:

(יח) גֵּר אָנֹכִי בְּאֶרֶץ אֶל־תִּסָּתֵר מִפְּנֵי מִצְוֹתֶיךָ:

(יט) גִּרְסָה נַפְשִׁי לְתַאֲבָה אֶל־מוֹשֶׁה־פִּיךָ בְּכֹל־עֵת:

(כ) גִּעְרַת זָדִים אֲרוּרִים הַשֹּׁגִים מִמִּצְוֹתֶיךָ:

(כא) גַּל מֵעַלִּי חֲרָפָה וּבּוֹז כִּי עִדְתֶיךָ נִצַּרְתִּי:

(כג) גַּם יִשְׁבוּ שָׂרִים בִּי נִדְבְּרוּ עֲבָדֶיךָ יִשִׁיחַ בְּחֻקֶיךָ:

(כד) גַּם-עֲדוֹתֶיךָ שִׁעֲשֵׂעֵי אַנְשֵׁי עֲצָתִי:

(כה) דְּבַקָּה לְעֵפֶר נַפְשֵׁי חַיִּי בְּדַבְּרֶךָ: (כו) דְּרָכֵי

סִפְרֹתַי וְתַעֲנֵנִי לְמִדְּנֵי חֻקֶיךָ: (כז) דְּרֹךְ-פְּקוּדֶיךָ

הִבִּינֵנִי וְאֲשִׁיחָה בְּנִפְלְאוֹתֶיךָ: (כח) דָּלֶפָה נַפְשִׁי

מִתּוֹנָה קִיַּמְנֵי בְּדַבְּרֶךָ: (כט) דְּרֹךְ-שֹׁקֶר הָסֵר מִפְּנֵי

וְתוֹרַתְךָ חֲנִינִי: (ל) דְּרֹךְ-אֱמוּנָה בְּחַרְתִּי מִשְׁפָּטֶיךָ

שְׁפִיתִי: (לא) דְּבַקְתִּי בְּעֲדוֹתֶיךָ יְהוָה^{יְהוָה} אֶל-תְּבִישָׁנִי:

(לב) דְּרֹךְ-מִצּוֹתֶיךָ אֲרוּץ כִּי תִרְחִיב לִפְנֵי:

(לג) הוֹרֵנִי יְהוָה^{יְהוָה} דְּרֹךְ חֻקֶיךָ וְאֲצַרְנָה עֵקֶב:

(לד) הִבִּינֵנִי וְאֲצַרְהָ תוֹרַתְךָ וְאֲשַׁמְרֶנָּה בְּכָל-לֵב:

(לה) הִדְרִיכֵנִי בְּנִתִיב מִצּוֹתֶיךָ כִּי-כֹ חֲפָצְתִּי:

(לו) הִט־לִפִּי אֶל-עֲדוֹתֶיךָ וְאֶל אֶל-בְּצַע:

(לז) הֶעֱבֵר עֵינַי מִרְאוֹת שָׁוָא בְּדַרְכֶךָ חֲנִינִי:

(לח) הָקָם לְעֲבָדֶךָ אִמְרַתְךָ אֲשֶׁר לִירְאָתֶךָ:

(לט) הֶעֱבֵר חֲרָפְתִּי אֲשֶׁר יָגַרְתִּי כִּי מִשְׁפָּטֶיךָ טוֹבִים:

(מ) הִנֵּה תֹאבְתִי לְפָקֶדֶיךָ בְּצַדִּיקְתֶךָ חֲנִינִי:

(מא) וַיִּבְאֵנִי חֲסַדְךָ יְהוָה^{יְהוָה אֱלֹהֵינוּ} יְתִשׁוּעַתְךָ כְּאִמְרַתְךָ׃
 (מב) וְאֵעֲנֶה חֶרְפִּי דָבָר כִּי־בִטְחֹתִי בְּדַבְרְךָ׃
 (מג) וְאֶל־תִּצְלַח מִפִּי דְבַר־אֱמֶת עַד־מָאד כִּי
 לְמִשְׁפָּטְךָ יִחְלָתִי׃ (מד) וְאִשְׁמְרָה תּוֹרַתְךָ תְּמִיד
 לְעוֹלָם וָעֶד׃ (מה) וְאֶתְהַלְכָה בְּרַחֲבָה כִּי פִקְדֶיךָ
 דָּרָשְׁתִּי׃ (מו) וְאִדְבַּרְהָ בְּעִדּוֹתֶיךָ נֶגֶד מְלָכִים וְלֹא
 אֲבוֹשׁ׃ (מז) וְאִשְׁתַּעֲשַׁע בְּמִצְוֹתֶיךָ אֲשֶׁר אֶהְבַּתִּי׃
 (מח) וְאִשְׂאֵל־כִּפִּי אֶל־מִצְוֹתֶיךָ אֲשֶׁר אֶהְבַּתִּי
 וְאִשְׁיַחָה בְּחֻקֶיךָ׃

(מט) זְכַר־דְּבָר לְעֵבְדֶיךָ עַל אֲשֶׁר יִחְלָתֵנִי׃
 (נ) זֹאת נִחַמְתִּי בְּעֵנֵי כִּי אִמְרַתְךָ חִיתֵנִי׃
 (נא) זְדִים הִלִּיצְנִי עַד־מָאד מִתּוֹרַתְךָ לֹא נָטִיתִי׃
 (נב) זְכַרְתִּי מִשְׁפָּטֶיךָ מֵעוֹלָם | יְהוָה^{יְהוָה אֱלֹהֵינוּ} וְאֶתְנַחֵם׃
 (נג) זִלְעַפָּה אֶחֱזַתֵנִי מִרְשָׁעִים עֲזֹבֵי תּוֹרַתְךָ׃
 (נד) זְמֵרוֹת הַיַּי־לִי חֻקֶיךָ בְּבַיִת מְגוֹרֵי׃
 (נה) זְכַרְתִּי בְּלִילָה שִׂמְךָ יְהוָה^{יְהוָה אֱלֹהֵינוּ} וְאִשְׁמְרָה תּוֹרַתְךָ׃
 (נו) זֹאת הִיְתָה־לִּי כִּי פִקְדֶיךָ נִצַּרְתִּי׃

^{יְהוָה}

^{וְאָדָנִי}

(נב) חֲלָקֵי יְהוָה אָמַרְתִּי לְשֹׁמֵר דְּבָרָיֶךָ: (נא) חֲלָקֵי יְהוָה

פָּנֶיךָ בְּכָל־לֵב חֲנֻנִי כְּאִמְרָתְךָ: (נט) חֲשִׁבְתִּי

דַּרְכֵי וְאָשִׁיבָה רַגְלִי אֶל־עֲדוּתֶיךָ: (ס) חֲשָׁתִּי וְלֹא

הִתְמַהֵמְהֵתִי לְשֹׁמֵר מִצְוֹתֶיךָ: (סא) חֲבַלֵּי רַשָּׁעִים

עֲנֻדְנִי תִזְרַתְךָ לֹא שָׁכַחְתִּי: (סב) חֲצוֹת־לַיְלָה

אֶקוּם לְהוֹדוֹת לָךְ עַל מִשְׁפָּטֵי צְדָקָתְךָ: (סג) חֶבֶר אָנֹכִי

לְכָל־אִשָּׁר יֵרְאוּךָ וְלְשֹׁמְרֵי פְקוּדֶיךָ: (סד) חֶסְדְּךָ

יְהוָה ^{יְהוָה} מִלְּאָה הָאָרֶץ חֲקִיךָ לְמִדְנִי:

טוֹב עֲשִׂיתָ עִם־עַבְדְּךָ יְהוָה ^{וְאָדָנִי} כְּדַבַּרְךָ:

(סו) טוֹב טַעַם וְדַעַת לְמִדְנִי כִּי בְּמִצְוֹתֶיךָ

הֵאֱמַנְתִּי: (סז) טָרַם אֶעֱנֶה אָנֹכִי שִׁגְג וְעַתָּה אִמְרָתְךָ

שָׁמַרְתִּי: (סח) טוֹב־אֵתָהּ וּמְטִיב לְמִדְנִי חֲקִיךָ:

(סט) טָפְלוּ עָלַי שִׁקָּר זֵדִים אָנֹכִי בְּכָל־לֵב | אֶצַּר

פְּקוּדֶיךָ: (ע) טָפַשׁ כַּחֲלָב לֶבָם אָנֹכִי תִזְרַתְךָ

שָׁעֲשַׁעְתִּי: (עא) טוֹב־לִי כִּי־עֲנִיתִי לְמַעַן אֶלְמַד

חֲקִיךָ: (עב) טוֹב־לִי תִזְרַת־פִּיךָ מֵאֲלֹפֵי זָהָב וְכֶסֶף:

(עג) יָדִיךָ עָשׂוֹנִי וַיְכַוְנֵנִי הִבִּינִי וְאֶלְמְדָה
מִצֹּתֶיךָ: (עד) יֵרְאֶיךָ יִרְאוּנִי וַיִּשְׁמְחוּ כִּי לְדַבְרְךָ
יִחַלְתִּי: (עה) יִדְעֵתִי יְהוָה אֱלֹהֵינוּ כִּי־צָדֵק מִשְׁפָּטֶיךָ
וְאֱמוּנָה עֲבִיתָנִי: (עו) יְהִי־נָא חֶסֶדְךָ לְנַחֲמֵנִי
כְּאִמְרֹתֶךָ לְעַבְדְּךָ: (עז) יְבֹאוּנִי רַחֲמֶיךָ וְאֶחִיָּה
כִּי־תוֹרַתְךָ שִׁעֲשֵׂעִי: (עח) יִבְשׂוּ זַדִּים כִּי־שָׁקַר
עֲוֹתוֹנִי אֲנִי אֲשִׁיחַ בְּפִקּוּדֶיךָ: (עט) יָשׁוּבוּ לִי יֵרְאֶיךָ
וַיְדַעִי עֲדוֹתֶיךָ: (פ) יְהִי־לִפִּי תָמִים בְּחֻקֶיךָ
לְמַעַן לֹא אֲבוֹשׁ:

(פא) כְּלָתָה לְתַשׁוּעָתֶךָ נִפְשִׁי לְדַבְרְךָ יִחַלְתִּי:
(פב) כָּלֵו עֵינַי לְאִמְרֹתֶךָ לֵאמֹר מָתִי תִנְחַמֵּנִי:
(פג) כִּי־הִיִּיתִי כְּנֹאד בְּקִיטּוֹר חֲקִיךָ לֹא שָׁכַחְתִּי:
(פד) כִּפְּמָה יִמִּי־עַבְדְּךָ מָתִי תַעֲשֶׂה בְּרֹדְפִי מִשְׁפָּט:
(פה) כְּרוּלֵי זַדִּים שִׁיחֹת אֲשֶׁר לֹא כְּתוֹרַתְךָ:
(פו) כָּל־מִצֹּתֶיךָ אֱמוּנָה שָׁקַר רְדַפוּנִי עֲזַרְנִי:
(פז) בְּמַעַט כְּלֹוֹנִי בְּאַרְץ וְאֲנִי לֹא־עֲזַבְתִּי פִקּוּדֶיךָ:
(פח) בְּחֶסֶדְךָ חִינִי וְאֶשְׁמְרָה עֲדוֹת פִּיךָ:

(פט) לְעוֹלָם יְהוָה וְדַבַּרְךָ נִצָּב בַּשָּׁמַיִם: (צ) לְדָר וְדָר אֲמוֹנַתְךָ פּוֹנֵנַת אֶרֶץ וַתַּעֲמֹד: (צא) לְמִשְׁפַּטֶּיךָ עָמְדוּ הַיּוֹם כִּי הִפֵּל עֲבָדֶיךָ: (צב) לֹאֵלֵי תוֹרַתְךָ שִׁעֲשִׂי אֹז אֲבָדְתִי בְּעַנְיִי: (צג) לְעוֹלָם לֹא־אֲשַׁכַּח בְּקוֹדֶיךָ כִּי בָם חִיֵּיתָנִי: (צד) לָךְ־אֲנִי הוֹשִׁיעֵנִי כִּי בְּקוֹדֶיךָ דַּרְשֵׁתִי: (צה) לִי קִוּוּ רְשָׁעִים לְאֲבָדְנִי עֲדוֹתֶיךָ אֶתְבוֹנֵן: (צו) לְכָל־תְּכַלֶּה רְאִיתִי קִין רָחֶבָה מִצּוֹתֶיךָ מְאֹד:

(צז) מִה־אֶתְבַּתִּי תוֹרַתְךָ כָּל־הַיּוֹם הִיא שִׁיחָתִי: (צח) מֵאֵיבֵי תַחֲכַמְנִי מִצּוֹתֶיךָ כִּי לְעוֹלָם הִיא־לִי: (צט) מִכָּל־מְלַמְדֵי הַשִּׁבְלֹתִי כִּי עֲדוֹתֶיךָ שִׁיחָה לִי: (ק) מִזְקֵנִים אֶתְבוֹנֵן כִּי בְּקוֹדֶיךָ נִצַּרְתִּי: (קא) מִכָּל־אֲרָח רָע כָּל־אֲתִי רִגְלִי לְמַעַן אֲשַׁמֵּר וְדַבַּרְךָ: (קב) מִמִּשְׁפַּטֶּיךָ לֹא־סָרְתִי כִּי־אַתָּה הוֹרַתָּנִי: (קג) מִה־נִּמְלָצוּ לְחַפֵּי אִמְרַתְךָ מִדְּבַשׁ לְפִי: (קד) מִבְּקוֹדֶיךָ אֶתְבוֹנֵן עַל־כֵּן שָׁנֵאתִי| כָּל־אֲרָח שֹׁקֵר:

יִרְ-לְרַגְלֵי דְבַרְךָ וְאֹזֶר לְנֹתֵיבָתִי: (קה)

נִשְׁבַּעְתִּי וְאֶקְיָמָה לְשֹׁמֵר מִשְׁפָּטַי צְדִיקְךָ:

נַעֲנִיתִי עַד-מָאֵד יְהוָה^{יִאחָדְנִי} אֲדַבֵּר תִּינִי כְדַבַּרְךָ:

נְדָבוֹת פִּי רָצָה-נָא יְהוָה^{יִאחָדְנִי} וּמִשְׁפָּטֶיךָ לַמַּדְנִי:

נִפְשֵׁי בְכַפִּי תָמִיד וְתוֹרַתְךָ לֹא שָׁכַחְתִּי:

נָתַנּוּ רִשְׁעִים פֶּחַ לִי וּמִפְקוּדֶיךָ לֹא תָעִיתִי:

נָחַלְתִּי עֵדוּתֶיךָ לְעוֹלָם כִּי-שִׁשּׁוֹן לְבִי הִמָּחָה:

נָטִיתִי לְבִי לַעֲשׂוֹת חֲקֶיךָ לְעוֹלָם עֵקֶב:

בַּעֲפִים שָׁנְאַתִּי וְתוֹרַתְךָ אָהַבְתִּי: (קיג)

סִתְרִי וּמָגְנִי אֶתָּה לְדַבַּרְךָ יִחַלְתִּי: (קטו) סֹרֹדִי-

מִפְּנֵי מְרַעִים וְאֶצְרָה מִצְנוֹת אֱלֹהֵי: (קטז) סְמִכְנִי

כְּאִמְרַתְךָ וְאֶחִיָּה וְאֶל-תְּבִישָׁנִי מִשְׁבְּרִי: (קיז) סְעָדֵנִי

וְאִוְשָׁה וְאִשְׁעָה בְּחֲקֶיךָ תָמִיד: (קיח) סְלִית פְּלִי-

שׁוֹגִים מִחֲקֶיךָ כִּי-שֹׁקֵר תִּרְמִיתָם: (קיט) סְגִים

הַשְׁבַּת כָּל-רִשְׁעֵי-אָרֶץ לָכֵן אָהַבְתִּי עֵדוּתֶיךָ:

סָמַר מִפִּתְחֶיךָ בְּשָׂרִי וּמִמִּשְׁפָּטֶיךָ יִרְאֵתִי:

עֲשִׂיתִי מִנְשַׁפֵּט וְצַדִּיק בְּלִי תַנְיַחֲנִי לְעֹשֵׂקָי׃ (קכא)

עֲרַב עֲבֹדָךְ לְטוֹב אֶל־יַעֲשֻׁקָי יוֹדִים׃ (קכב)

עֵינַי כָּלֹו לִישׁוּעָתָךְ וְלֹא מִרַת צַדִּיקָךְ׃ (קכג)

עֲשֵׂה עִם־עֲבֹדָךְ כַּחֲסֹדָךְ וְחַקִּיךָ לְמִדְּנִי׃ (קכד)

עֲבֹדָךְ־אֲנִי הִבִּינִי וְאֲדַעַה עֲדֹתֶיךָ׃ (קכה)

עַתָּה לַעֲשׂוֹת לִיהוָה ^{אֱלֹהֵינוּ} הַפְּרוּ תוֹרָתָךְ׃ (קכו) עַל־

בֶּן אֲהַבְתִּי מִצֹּתֶיךָ מִזֶּהָב וּמַפָּז׃ (קכז) עַל־כֵּן

כָּל־פִּקּוּדֵי כָל יִשְׂרָאֵל כָּל־אַרְחַ שִׁקָּר שְׁנֵאתִי׃

כִּלְאוֹת עֲדוֹתֶיךָ עַל־כֵּן נִצַּרְתֶּם נַפְשֵׁי׃ (קכט)

כִּתְחַלְחַל־דְּבָרֶיךָ יָאִיר מִבֵּין פְּתָיִים׃ (קל)

כִּי־פַעַרְתִּי וְאֲשַׁאֲפָה כִּי לְמִצֹּתֶיךָ יֵאָבְדִי׃ (קלא)

כִּנְהַ־אֲלֵי וְחִנֵּנִי כְּמִנְשַׁפֵּט לְאֹהֲבֵי שִׁמְךָ׃ (קלב)

כַּעֲמִי הֲבֵן בְּאִמְרָתָךְ וְאֶל־תִּשְׁלַט־כִּי כָל־אֹן׃ (קלג)

כִּדְנִי מִעֵשֶׂק אָדָם וְאֲשַׁמְרָה פִּקּוּדֶיךָ׃ (קלד)

כִּנְיֶךָ הָאֵר בְּעֲבֹדָךְ וְלִמְדֵנִי אֶת־חֻקֶיךָ׃ (קלה)

כִּלְגֵי־מִים יִרְדּוּ עֵינַי עַל לֹא־שִׁמְרוּ תוֹרָתָךְ׃ (קלו)

צַדִּיק אֶתָּה יְהוָה וְיִשָּׁר מִשְׁפָּטֶיךָ: (קלו)

צְדִיִּת צְדָק עֲדוֹתֶיךָ וְאַמוּנָה מְאֹד:

צַמְתַּתְנִי קִנְיַתִּי כִּי־שָׁכַחוּ דְבָרֶיךָ צָרִי:

צְרוּפָה אִמְרַתְךָ מְאֹד וְעַבְדְּךָ אֶהְבֶּה:

צַעִיר אֲנִכִּי וְנִבְוָה פִּקְדוֹיֶךָ לֹא שָׁכַחְתִּי:

צַדִּיקְתָּךְ צְדָק לְעוֹלָם וְתוֹרַתְךָ אֱמֶת:

צִרְוִמְצוּק מִצְאוֹנִי מִצְוֹתֶיךָ נִשְׁעַשְׁעִי:

צְדָק עֲדוֹתֶיךָ לְעוֹלָם הִבִּינֵנִי וְאַחִיָּה:

קָרָאתִי בְּכָל־לֵב עֲנֵנִי יְהוָה^{יְהוָה} חַקֶּיךָ אֶצְרֶה:

קָרָאתֶיךָ הוֹשִׁיעֵנִי וְאַשְׁמְרֶה עֲדוֹתֶיךָ:

קִהַמְתִּי בַּנֶּשֶׁף וְאַשְׁוֹעָה (לדבור) לְדַבְרֶךָ יַחֲלֶתִי:

קִהְמוּ עֵינַי אֲשֶׁמְרוֹת לְשִׁיחַ בְּאִמְרַתְךָ:

קוֹלִי שָׁמְעָה כַּחֲסֹדְךָ יְהוָה^{יְהוָה} כְּמִשְׁפָּטְךָ חִינֵי:

קָרְבוּ רִדְפֵי זָמָה מִתּוֹרַתְךָ רַחֲקוּ:

קָרֹב אֶתָּה יְהוָה^{יְהוָה} וְכָל־מִצְוֹתֶיךָ אֱמֶת:

קָדַם יַדְעֵתִי מֵעֲדוֹתֶיךָ כִּי לְעוֹלָם יִסְדָּתָם:

(קנז) רֵאֵה-עֵינַי וְחַלְצֵנִי כִּי-תוֹרַתְךָ לֹא שָׁכַחְתִּי:

(קנד) רִיבָה רִיבִי וּגְאַלְלֵנִי לְאִמְרַתְךָ חַיִּינִי: (קנה) רַחֲמוּךְ מִרְשָׁעִים יִשׁוּעָה כִּי-חֲקִיךָ לֹא דָרְשׁוּ: (קנו) רַחֲמֶיךָ רַבִּים | יְהוָה אֱלֹהֵינוּ ^{יִחְוָה אֱלֹהֵינוּ} כְּמוֹשָׁפְטֶיךָ חַיִּינִי: (קנז) רַבִּים רִדְפֵי וְצָרִי מֵעֲדוּתֶיךָ לֹא נָטִיתִי: (קנח) רְאִיתִי בְּגָדִים וְאֶת-קוֹטְמָה אֲשֶׁר אִמְרַתְךָ לֹא שָׁמְרוּ: (קנט) רֵאֵה כִּי-בְקוֹדֶיךָ אֶהְבֵּתִי יְהוָה ^{יִחְוָה אֱלֹהֵינוּ} כְּחֶסֶדְךָ חַיִּינִי:

(קס) רֵאֵשׁ-דְּבָרְךָ אֱמֶת וְלֹעֲלוֹם כָּל-מוֹשֶׁפֶט צְדָקָה:

(קסא) שָׁרִים רִדְפוּנִי חַנּוּם (ומדבריו) וּמִדְּבָרְךָ פָּתַד לְבָבִי:

(קסב) שֵׁשׁ אֲנֹכִי עַל-אִמְרַתְךָ כְּמוֹצֵא שֶׁלֶל רָב:

(קסג) שִׁקָּר שָׁנֵאתִי וְאֶת-עֲבָה תוֹרַתְךָ אֶהְבֵּתִי:

(קסד) שִׁבַע בַּיּוֹם הִדְלַתִּיךָ עַל מוֹשָׁפְטֵי צְדָקָה:

(קסה) שָׁלוֹם רַב לְאֶהְבֵי תוֹרַתְךָ וְאֵין-לָמוֹ מְכַשׁוֹל:

(קסו) שִׁבְרַתִי לִישׁוּעָתְךָ יְהוָה ^{יִחְוָה אֱלֹהֵינוּ} וּמִצֹּתֶיךָ עָשִׂיתִי:

(קסז) שָׁמְרָה גִבְשִׁי עֲדוּתֶיךָ וְאֶהְבֶם מְאֹד:

(קסח) שָׁמְרַתִי בְּקוֹדֶיךָ וְעֲדוּתֶיךָ כִּי כָל-דָּרְכֵי נִגְדָה:

(קסט) תִּקְרַב רַעְתִּי לְפָנַי יְהוָה^{יְהוָה} וְדַבַּרְתָּ הַבִּינָנִי:
 (קע) תָּבוֹא תִּחַנַּתִּי לְפָנַי כְּאִמְרַתְךָ הַצִּילָנִי:
 (קעא) תִּבְעַנָּה שִׁפְתַי תִּהְיֶה כִּי תִלְמַדְנִי חֲקִיךָ:
 (קעב) תֵּעַן לְשׁוֹנֵי אִמְרַתְךָ כִּי כָל־מִצְוֹתֶיךָ צָדִק:
 (קעג) תִּהְיֶיךָ לְעֲזָרָנִי כִּי פִקּוּדֶיךָ בַּחֲרַתִּי:
 (קעד) תֵּאֲבֹתִי לִישׁוּעָתְךָ יְהוָה^{יְהוָה} וְתוֹרַתְךָ שִׁעֲשֵׂי:
 (קעה) תִּחִי־נַפְשִׁי וְתִהְלָלְךָ וּמִשְׁפָּטְךָ יֵעֲזָרָנִי:
 (קעו) תַּעֲלֵיתִי כְּשֶׁה אֲבִד בְּקֶשׁ עֲבָדְךָ כִּי מִצְוֹתֶיךָ
 לֹא שָׁכַחְתִּי:

יש שנוהגים להוסיף ולומר לרפואה ולפני כל הליך רפואי את הנוסח הבא:

אדם שמתפלל לה' שישלח לו עצה מדויקת ושמתאימה
 במיוחד לו, ושלא מקשיב לדעות או לרעיונות חיצוניים -
 זוכה לפירות ההצלחה המיוחדים שאין לשום אדם אחר.

ספר ראשון - פרק א

(א) אֲשֶׁר־יְהִי אִישׁ אֶשֶׁר | לֹא הָלַךְ בַּעֲצַת רְשָׁעִים
 וּבְדַרְךְ חַטָּאִים לֹא עָמַד וּבְמוֹשֵׁב לְצִדִּים לֹא יֵשֵׁב:
 (ב) כִּי אִם בְּתוֹרַת יְהוָה^{יְהוָה} חָפְצוֹ וּבְתוֹרָתוֹ יִהְיֶה יוֹמָם
 וְלַיְלָה: (ג) וְהָיָה כְּעֵין שְׁתוֹר עַל־פְּלָגֵי מַיִם אֲשֶׁר
 פָּרִיזוּ יִתֵּן בְּעֵתוֹ וְעָלָהוּ לֹא־יִבּוֹל וְכֹל אֲשֶׁר־יַעֲשֶׂה

וְצַדִּיקִיתָ: (ו) לֹא-כֵן הָרָשָׁעִים כִּי אִם-כַּפְּזִין אֲשֶׁר-
 תִּדְבְּרֵנוּ רוּחַ: (ז) עַל-כֵּן לֹא-יִקְמוּ רָשָׁעִים בַּמִּשְׁפָּט
 וְחַטָּאִים בַּעֲדַת צְדִיקִים: (ח) כִּי-יִזְדַּע יְהוָה^{יִחְזָק} וְדָרַךְ
 צְדִיקִים וְדָרַךְ רָשָׁעִים תֵּאבֵד:

הכעס מוזיק מאוד לְרִאִיָּה וגורם לשיבושים בדעת ובתבונה. לכן יש להתחנן אל ה' שיציל אותנו מכעסים, ולפני התפילות והתחנונים הללו, על האדם להרגיש אומלל וחסר ישע וחסר כוחות, ומתוך כך הוא בוכה אל ה' וצועק אליו בתפילות להשגת דבר נשגב זה: שלא לכעוס עוד לעולם.

פרק ו

(א) לְמַנְצֵחַ בְּנִינֹת עַל-הַשָּׁמַיִת מְזֻמֹּר לְדָוִד:
 (ב) יְהוָה^{יִחְזָק} אֱלֹהֵי אֲפֹרָת תֹּכִיחֵנִי וְאֵל-בְּחֻמָּתֶךָ
 תִּיְסָרֵנִי: (ג) חַנּוּנֵי יְהוָה^{יִחְזָק} כִּי אֲמַלֵּךְ אֲנִי רַפְּאֵנִי
 יְהוָה^{יִחְזָק} כִּי נִבְהָלֹו עֲצָמָי: (ד) וְנִפְשִׁי נִבְהָלָה מְאֹד
 (ואת) וְאַתָּה יְהוָה^{יִחְזָק} עַד-מָתַי: (ה) שׁוּבָה יְהוָה^{יִחְזָק} חֲלָצָה
 נַפְשִׁי הוֹשִׁיעֵנִי לְמַעַן חֲסֹדֶךָ: (ו) כִּי אֵין בַּמּוֹת
 זְכָרְךָ בְּשֵׁאוֹל מִי יוֹדֵה-לָּךְ: (ז) יִגְעַתִּי | בְּאַנְחָתִי
 אֲשַׁחָה בְּכַל-לֵילָה מִטָּתִי בְּדַמְעָתִי עַרְשֵׁי אֲמֹסָה:
 (ח) עֲשֵׂשָׁה מִפְּעַם עֵינַי עָתְקָה בְּכַל-צוּרָי:
 (ט) סוּרוּ מִמֶּנִּי כָל-פְּעֻלֵי אֹזֶן כִּי-שָׁמַע יְהוָה^{יִחְזָק} קוֹל
 בְּכִי: (י) שָׁמַע יְהוָה^{יִחְזָק} תַּחֲנֻנֹתַי יְהוָה^{יִחְזָק} תִּפְלֹתַי יִקָּח:
 (יא) יִבְשׁוּ וְיִפְהָלֹו מְאֹד כָּל-אִיבֵי יִשְׂרָאֵל יִבְשׁוּ רַגְעַ:

פרק יג

מפרק זה נולדה מהדורה זו. הנה זה פלא עצום וכאן נלמד את דרך ה' האמיתית והנכונה ביותר: דוד המלך שָׁר ומשבח את ה' אף על פי שנראה לו שכביכול ה' זנח אותו ועזב אותו... והנה הוא מלמד אותנו את העצה העמוקה והיא: למצוא עוד ועוד עצות על מנת להתקרב ולהתחזק בה'!

(א) לִמְנַצֵּחַ מִזְמוֹר לְדָוִד: (ב) עַד-אֵנָה יְהוָה^{יְהוָה} אֵלֵינוּ תִשְׁפָּחֵנִי

נִצַּח עַד-אֵנָה| תִּסְתִּיר אֶת-פְּנֵיךָ מִפְּנֵי: (ג) עַד-אֵנָה

אִשִּׁית עֵצוֹת פְּנֵיפְשִׁי יִגֹּן בְּלִבִּי יוֹמָם עַד-אֵנָה|

יְרוֹם אִיבֵי עָלָי: (ד) הַפִּיטָה עֵנְנֵי יְהוָה^{יְהוָה} אֱלֹהֵי הָאִירָה

עֵינֵי פֶן-אִישָׁן הַמּוֹת: (ה) פֶן-יֹאמֶר אִיבֵי יִכְלֹתֵנוּ

צָרֵי יִגְלֵנוּ כִּי אֶמוֹט: (ו) וְאֲנִי | בְּחֶסֶדְךָ בָטַחְתִּי

יִגְלֵ לִפִּי בִישׁוּעָתְךָ אֲשִׁירָה לִיהוָה^{יְהוָה} כִּי גִמַּל עָלָי:

רק הקב"ה עונה לאדם ביום צרה, ועונה לאדם בכל ענין וענין. לכן כדאי לאדם לפנות לה' בתפילה ולהרוויח ישועה והתעלות בעבודת ה', וזה שווה לאין ערוך משיהיה לאדם רכב ויקרה או כל מיני שעשועים שהעולם רוצה למכור לו. ועל כך צריך לקרוא ולהתפלל לה' שיציל אותנו בכל יום.

פרק כ

(א) לִמְנַצֵּחַ מִזְמוֹר לְדָוִד: (ב) יַעֲנֶךָ יְהוָה^{יְהוָה} בְּיוֹם צָרָה

יִשְׁגָּבְךָ שֵׁם | אֱלֹהֵי יַעֲקֹב: (ג) יִשְׁלַח-עֲזָרְךָ מִקִּדְשׁ

וּמִצִּיּוֹן יִסְעָדְךָ: (ד) יִזְכֹּר כָּל-מִנְחֹתֶךָ וְעוֹלֹתֶיךָ

יִדְשָׁנָה סֶלָה: (ה) יִתֵּן-לְךָ כָּל־בָּבֶךָ וְכָל-עֲצָתְךָ

יִמְלֵא: (ו) נִרְנְנָה | בִישׁוּעָתְךָ וּבְשֵׁם-אֱלֹהֵינוּ נִדְגַל

יִמְלֵא יְהוָה^{יְהוָה} כָּל-מִשְׁאֲלוֹתֶיךָ: (ז) עֲתָה יִדְעֵתִי

כִּי הוֹשִׁיעַ | יְהוָה^{יְהוָה} מְשִׁיחוֹ יַעֲנֵהוּ מִשְׁמֵי קִדְשׁוֹ

בְּגִבּוֹרֹת יִשַׁע יִמְיָנוּ: (ח) אֱלֹהֵי בָרֶכֶב וְאֱלֹהֵי בַסּוּסִים

וְאֶנְחַנוּ בְּשֵׁם־יְהוָה^{אֲדֹנָיִם} אֲלֵהֵינוּ נִזְכִּיר: (ט) הִמָּה כָּרְעוּ
וְנִפְלוּ וְאֶנְחַנוּ קָמְנוּ וְנִתְעוֹדַד: (י) יְהוָה^{אֲדֹנָיִם} הוֹשִׁיעָה

הַפֶּלֶךְ יַעֲנֵנוּ בְּיוֹם־קָרְאֵנוּ:

פרק קב

לפסוק י"ב מתקשרת הגמרא במסכת עירובין, ג"ד-א', ואומרת: "בני אדם דומים לעשבי השדה, הללו נוצצין והללו נובלין". וכשאדם מגלה שבני אדם אחרים עושים הרבה יותר טוב ממנו והם מכובדים ממנו וכו', ולעומתם הוא עצמו רק הולך ומתדרדר - אז הוא מבין שנחמתו היא רק בה'.

(א) תִּפְלֶה לְעַנִּי כִּי־יַעֲטֹף וְלִפְנֵי יְהוָה^{אֲדֹנָיִם} יִשְׁפֹּךְ

שִׁיחוֹ: (ב) יְהוָה^{אֲדֹנָיִם} שְׁמַעְהָ תִּפְלֶתִי וְשׁוּעָתִי אֲלֶיךָ

תְּבוֹא: (ג) אֶל־תִּסְתֵּר פָּנֶיךָ | מִפְּנֵי בְּיוֹם צָר לִי

הַפִּי־אֲלֵי אֲזַנְךָ בְּיוֹם אֶקְרָא מִתֵּר עֲנֵנִי: (ד) כִּי־

כָּלוּ בְּעֵשֶׂן יַמִּי וְעַצְמוֹתַי כְּמוֹקֵד נִחְרוּ: (ה) הוֹפֵחַ־

בְּעֵשֶׂב וַיִּבֶשׁ לִבִּי כִּי־שָׁכַחְתִּי מֵאֲכֹל לֶחֶמִי:

(ו) מִקּוֹל אֲנַחְתִּי וְדִבְקָה עֲצָמֵי לִבְשָׁרַי: (ז) דְּמִיתִי

לְקֶאֱת מִדְּבַר הָיִתִּי כְּכּוֹס חֲרָבוֹת: (ח) שָׁקַדְתִּי

וְאֶהְיֶה כְּצַפּוֹר בּוֹדֵד עַל־גַּג: (ט) כָּל־הַיּוֹם חָרַפּוּנִי

אֹיְבֵי מְהוֹלְלֵי בִּי נִשְׁבְּעוּ: (י) כִּי־אֶפֶר כְּלָחִם

אֶכְלֶתִּי וְשִׁקְנִי בִּבְכֵי מִסְכָּתִי: (יא) מִפְּנֵי־זַעַמְךָ

וְקִצְפֶּךָ כִּי נִשְׂאתַנִּי וַתִּשְׁלִיכֵנִי: (יב) יַמִּי כִּצֹּל

נִטְוִי וְאֲנִי כְּעֵשֶׂב אִיבֵשׁ: (יג) יְהוָה^{אֲדֹנָיִם} וְאַתָּה

לְעוֹלָם תִּשָּׁב וְזִכְרֶךָ לְדָר וָדָר: (יד) אֶתָּה תִּקּוּם

תִּרְחַם צִיּוֹן כִּי־עַתָּה לְחַנְּנָהּ כִּי־בָא מוֹעֵד: (טו) כִּי־
רָצוּ עֲבָדֶיךָ אֶת־אֲבִינָהּ וְאֶת־עַפְרָהּ יַחֲנְנוּ:
(טז) וַיִּירָאוּ גוֹיִם < אֶת־שֵׁם יְהוָה ^{יֵהוָה} וְכָל־מַלְכֵי
הָאָרֶץ אֶת־כְּבוֹדְךָ: (יז) כִּי־בָנָה יְהוָה ^{יֵהוָה} צִיּוֹן נִרְאָה
בְּכְבוֹדוֹ: (יח) פָּנָה אֶל־תְּפִלַּת הָעֲרֵעַר וְלֹא־בֹזָה
אֶת־תְּפִלָּתָם: (יט) תִּפְתָּב זֹאת לְדוֹר אַחֲרוֹן וְעַם
נִבְרָא יִהְיֶה־לָּיָהּ: (כ) כִּי־הִשְׁקִיף מִמְּרוֹם קִדְשׁוֹ
יְהוָה ^{יֵהוָה} מִשָּׁמַיִם | אֶל־אֶרֶץ הַבַּיִט: (כא) לְשִׁמְעַ
אֲנִקְתָּ אָסִיר לְפִתַּח בְּנֵי תְמוֹתָהּ: (כב) לְסַפֵּר
בְּצִיּוֹן שֵׁם יְהוָה ^{יֵהוָה} וְתִהְיֶה־לָּנוּ בִירוּשָׁלַיִם:
(כג) בְּהַקְבִּיץ עַמִּים יַחְדָּו וּמִמְלָכוֹת לְעַבְדֹת אֶת־יְהוָה ^{יֵהוָה}:
(כד) עֲנֵה בִּקְרָךְ (כח) כַּחַי קַצֵּר יָמָי: (כה) אֹמֵר אֵלָי
אֶל־תַּעֲלֵנִי בַּחַצֵי יָמֵי בְּדוֹר דּוֹרִים שְׁנוֹתֶיךָ:
(כו) לְפָנַי הָאָרֶץ יִסְדָּתָ וּמַעֲשֵׂה יְדֶיךָ שָׁמַיִם:
(כז) הִמָּה | יֵאבְדוּ וְאִתָּה תִעַמֵד וְכָל־כַּפְּגַד
יִבָּלְוּ כַּלְבוּשׁ תַּחֲלִיפִם וַיִּחַלְפוּ: (כח) וְאִתָּה־הוּא
וְשְׁנוֹתֶיךָ לֹא יִתָּמוּ: (כט) בְּנֵי־עֲבָדֶיךָ יִשְׁכְּנוּ
וְזָרְעֵם לְפָנֶיךָ יִפּוּן:

פרק קל

אם ה' יקפיד על עונותי - אז אין לי סיכוי לעמוד אפילו רגע אחד בחיי. ואם חלילה יקפיד על סוכבי ועל עם ישראל - אז אין סיכוי לכל העולם כולו לעמוד. לכן אם ברצוני לעמוד ולבקש מול ה' - עלי לעמוד מולו כמו עני ולכוון שכל מה שאבקש יהיה בלשון חסד בלבד.

(א) שִׁיר הַמַּעֲלוֹת מִמַּעַמְקִים קָרָאתִיךָ יְהוָה^{אֲהַדְנֶנּוּ}: <>

(ב) אֲדַנִּי שְׁמַעָה בְּקוֹלִי תַּהֲיִינָה אֲזַנֶּיךָ קִשְׁבוֹת

לְקוֹל תַּחֲנוּנָי: (ג) אִם-עֲוֹנוֹת תִּשְׁמַר-יְהוָה אֲדַנִּי

מִי יַעֲמֶד: (ד) כִּי-עָמַד הַסְּלִיחָה לְמַעַן תִּתְּרָא:

(ה) קִנִּיתִי יְהוָה^{אֲהַדְנֶנּוּ} לְאֵלֵי קִוְיָתָה נַפְשִׁי וְלִדְבָרוֹ הוֹחֵלְתִּי:

(ו) נַפְשִׁי לְאֲדֹנָי מִשְׁמָרִים לְבַקֵּר שֹׁמְרִים לְבַקֵּר:

(ז) יִחַל יִשְׂרָאֵל אֶל-יְהוָה^{אֲהַדְנֶנּוּ} כִּי-עַם-יְהוָה^{אֲהַדְנֶנּוּ} הִתְּסַד

וְהִרְבָּה עַמּוֹ פְּדוֹת: (ח) וְהוּא יַפְדֶּה אֶת-יִשְׂרָאֵל

מִכָּל עֲוֹנוֹתָיו:

חזק

מִי יִתֵּן מִצִּיּוֹן יְשׁוּעָתָה יִשְׂרָאֵל בְּשׁוּב יְהוָה^{אֲהַדְנֶנּוּ} לְשָׁבוֹת

עַמּוֹ יִגַּל יַעֲקֹב יִשְׂמַח יִשְׂרָאֵל: וְתִשׁוּעָתָה צְדִיקִים

מִיְהוָה^{אֲהַדְנֶנּוּ} מְעוֹזָם בָּעֵת צָרָה: וַיַּעֲזְרֵם יְהוָה^{אֲהַדְנֶנּוּ} וַיַּפְּקֵם

יַפְּקֵם מִרְשָׁעִים וַיּוֹשִׁיעֵם כִּי-חָסוּ בּוֹ:

יהי רצון שלאחר אמירת תהלים:

יהי רצון מלפניך יהוה ^{אמרינו} אלהינו ואלהי אבותינו, בזכות:
ספר ראשון שפתהלים שקראנו לפניך שהוא כנגד ספר
בראשית. ספר שני שקראנו לפניך שהוא כנגד ספר
שמות. ספר שלישי שקראנו לפניך שהוא כנגד ספר
ויקרא. ספר רביעי שקראנו לפניך שהוא כנגד ספר
במדבר. ספר חמישי שקראנו לפניך שהוא כנגד ספר
דברים. בזכות מזמורי ובזכות פסוקיו ובזכות תבותיו
ובזכות נקודותיו ובזכות שמותיו הקדושים והטהורים
היוצאים ממנו, שתכפר לנו על כל חטאתינו ותסלח
לנו על כל עונותינו ותמחל לנו על כל פשעינו
שחטאנו ושעונו ושפשענו לפניך. ותחזירנו בתשובה
שלמה לפניך, ותדריךנו לעבודתך ותפתח לפנינו בתלמוד
תורתך. ותשלח רפואה שלמה לחולי עמך (ובפרט לחולה).
ותקרא לשבויים דרור ולגסורים פקח קוח ולכל הולכי
דרךים ועוברי ימים ונהרות מעמך ישראל תצילם
מכל צער ונזק, ותגיעם למחוז חפצם לחיים ולשלום.
ותפקד לכל חשוכי בנים בזרע של קיימא לעבודתך
וליראתך. ועפרות של עמך בית ישראל תצילן שלא
תפלגנה ולדותיהן. והיושבות על המשבר ברחמיך
הרבים תצילן מכל רע. ואל המניקות תשפיע שלא
יחסר חלב מדיהן. ואל ימשל אסכרה ושידן וכל

פְּגָעִים וּמַרְעִין בִּישׁוּן לְכָל יְלָדֵי עַמּוֹךְ בַּיִת יִשְׂרָאֵל,
 וְתַגְדְּלֵם לְתוֹרָה לְלַמֵּד תּוֹרָה לְשִׁמְחָה, וְתַצִּילֵם מֵעֵין הָרַע
 וּמִדְּבַר וּמִמַּגֵּפָה וּמִשִּׁטָּן וּמִיַּצָּר הָרַע. וְתַבְטִיל מֵעַלְיָנוּ
 וּמִכָּל עַמּוֹךְ בַּיִת יִשְׂרָאֵל בְּכָל מְקוֹם שֶׁהֵם כָּל גְּזֵרוֹת
 קָשׁוֹת וְרַעוּת. וְתַטֶּה לָּב הַפְּלִכוֹת עָלֵינוּ לְטוֹבָה.
 וְתַגְזֹר עָלֵינוּ גְּזֵרוֹת טוֹבוֹת. וְתִשְׁלַח בְּרָכָה וְהִצְלָחָה בְּכָל
 מַעֲשֵׂה יָדֵינוּ. וְהִכֵּן פִּרְנָסְתָּנוּ מִיַּד הָרַחֲבָה וְהַמְּלֵאָה.
 וְלֹא יִצְטָרְכוּ עַמּוֹךְ בַּיִת יִשְׂרָאֵל זֶה לָּזֶה וְלֹא לָעַם אַחֵר,
 וְתֵן לְכָל אִישׁ וְאִישׁ דֵּי פִּרְנָסָתוֹ, וְלְכָל גְּיּוּיָהּ וְגְיּוּיָהּ דֵּי
 מַחְסוּרָהּ. וְתַמְהַר וְתַחֲיֵשׁ לְגַאֲלָנוּ וְתַבְנֶה בַּיִת מְקַדְּשָׁנוּ
 וְתַפְאֲרֵתָנוּ. וּבְזִכּוֹת שְׁלֹשׁ עֶשְׂרֵה מִדּוֹתֶיךָ שֶׁל רַחֲמִים
 הַפְּתוּבִים בְּתוֹרָתְךָ כְּמוֹ שֶׁנֶּאֱמַר: ^{אֲדֹרְתִי} "יְהוָה אֲדֹרְתִי" ^{אֲדֹרְתִי} < > יְהוָה אֵל
² רַחוּם ³ וְחַנּוּן ⁴ אַרְךְ ⁵ אַפִּים ⁶ וְרַב־חֶסֶד ⁷ וְאֱמֶת: ⁸ נִצַּר
 חֶסֶד ⁹ לְאֱלֹפִים ¹⁰ נִשְׂא עֵינָי ¹¹ וּפִשַׁע ¹² וְחַטָּאָה ¹³ וְנִקְהָ":
 שְׂאִינָן חוֹזְרוֹת רִיקָם מִלְּפָנֶיךָ. עֲזָרְנוּ אֱלֹהֵי יִשְׁעָנוּ עַל
 דְּבַר כְּבוֹד שְׁמֶךָ וְהִצִּילָנוּ וְכַפֵּר עַל חַטֹּאתֵינוּ לְמַעַן שְׁמֶךָ.
 בְּרוּךְ יְהוָה ^{אֲדֹרְתִי} לְעוֹלָם אָמֵן וְאָמֵן:

עצות לרפואה מספר ליקוטי עצות לרבי נחמן מברסלב:

- א. סגלה לחולה להסתפל על הציצית.
- ג. לפי הגדלת הדעת פו נתרבה השלום, וכן זוכיו לרפואה. על־פיו עקר הרפואה על־ידי עסק התורה שעל־ידי זה זוכיו לדעת.
- ט. צדקה היא רפואה לכל המנות.

ברכת הרפואה לחולי עמו ישראל:

מי שברך את אבותינו אברהם יצחק ויעקב משה ואהרן דוד ושלמה, הוא יברך את החולה (שם החולה). הקדוש ברוך הוא יפלא רחמים עלינו, להחלימו, ולרפאתו, ולהחזיקו, ולהחיותו, וישלח לו מהרה רפואה שלמה מן השמים, לכל אבריו ולכל גידיו, בתוך שאר כל חולי עמו ישראל. וישלח לו האל רפואת הנפש ורפואת הגוף.

בשבת מוסיפים: שבת היא מלועזק ורפואה קרובה לבוא.

ביום טוב: יום טוב הוא מלועזק ורפואה קרובה לבוא.

השָׁתָא בַּעֲגָלָא וּבְזִמְן קָרִיב, וְנֹאמַר אָמֵן:

ברכת הרפואה לחולות עמו ישראל:

מי שברך את אבותינו הקדושות והטהורות, שרה, רבקה, רחל ולאה, מרים הנביאה ואביגיל ואסתר המלכה בת אביחיל, הוא יברך את החולה (שם החולה). הקדוש ברוך הוא יפלא רחמים עליה, להחלימה, ולרפאתה, ולהחזיקה, ולהחיותה, וישלח לה, מהרה רפואה שלמה מן השמים, לכל אבריה, ולכל גידיה, בתוך שאר כל חולות עמו ישראל. וישלח לה האל רפואת הנפש ורפואת הגוף.

בשבת מוסיפים: שבת היא מלועזק ורפואה קרובה לבוא.

ביום טוב: יום טוב הוא מלועזק ורפואה קרובה לבוא.

השָׁתָא בַּעֲגָלָא וּבְזִמְן קָרִיב, וְנֹאמַר אָמֵן:

סידורי שיר ציון

וספרים נוספים בהוצאת יודקה: yodke.co.il

סידור שיר ציון

הסידור החדשני הצבעוני והמיוחד בנוסח הספרדים ועדות המזרח עם כוונות ה' עם תוספות רבות, עם דיוקים רבים וכל מה שמתפלל צריך בכל יום.



הזמינו כעת: 054-2576038

יש לנו סידורים בנוסחי אשכנז וספרד על פי מנהגי ארץ ישראל וסידורים ללא כוונות ה' המותאמים להוראת תלמידים וספרים נוספים ומאירים עוד ועוד בחסדי ה' יתברך! - בואו לראות באתר שלנו.

