

קונטרס

אִשָּׁה רְגוּעָה

יעודד ויחזק את נשות ישראל להיות
שמחות ועליזות, ולשמר על הלכות
השיכות להן, וזה יביא להן חיים רגועים.



בנוי ומיסד על-פי דברי

רבנו הקדוש והנורא, אור הגנוז והצפון

בוצינא קדישא עלאה, אדוננו, מורנו ורבונו

רבי נחמן מברסלב, זכותו יגן עלינו

ועל-פי דברי תלמידו, מורנו הגאון

הקדוש, אור נפלא, אשר כל רז לא אניס ליה

רבי נתן מברסלב, זכותו יגן עלינו

ומשלב בפסוקי תורה, נביאים, פתובים ומאמרי

חכמינו הקדושים מגמרא ומדרשים וזהר הקדוש



הובא לרפוס על-ידי

חסידי ברסלב

עיה"ק ירושלים תוכב"א

הכתבת להשיג את הספר הזה
וכל ספרי אדמו"ר מוהר"ן מברסלב זי"ע
וספרי תלמידיו הקדושים

* * *

בארץ ישראל
יבנאל
עיר ברסלב בגליל
* * *

בארצות הברית
מתיבתא היכל הקדוש - חסידי ברסלב
1129 42nd st.

Brooklyn N.Y. 11219

* * *

מוסדות "היכל הקדוש" חסידי ברסלב בארץ ובחו"ל
שעל-ידי עממת "ישמח צדיק - קהלת ברסלב בגליל"
בנשיאות כ"ק מוהרא"ש שליט"א - הצדיק מיבנאל
רח' רבי נחמן מברסלב 1, ת.ד. 421 יבנאל, 15225
טלפון רב קוי: 04-6656666 - פקס: 04-6656655
דאר אלקטרוני: info@breslevcity.co.il
אתר אינטרנט: www.breslevcity.co.il



breslevcity.co.il
הר | שדה | בית

קונטרס

אִשָּׁה רְגוּעָה

בנותי היקרות! עליכן לדעת, אשר כְּדֵי לזכות להיות "אִשָּׁה רְגוּעָה", צריכים לקחת את החיים יותר בְּנֶקֶל. וכמו שֶׁהַתַּנָּא הַקְּדוֹשׁ אָמַר (אבות ג, יב): "הָיִי קַל לְרֹאשׁ וְנוֹחַ לְתַשְׁחֻרֶת". אָדָם בּוֹזֵה הָעוֹלָם בְּהַכְרַח שְׂיַעֲבֹרוּ עָלָיו מִשְׁבָּרִים וְגַלִּים, כִּי הִנֵּה הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא מִתְגַּלֶּה אֵלֵינוּ, וְהִנֵּה מִסְתִּיר אֶת עֲצָמוֹ מֵאֲתָנוּ. וְכִמוֹ-כֵן הַצַּדִּיק הִנֵּה מִתְגַּלֶּה אֵלֵינוּ, וְהִנֵּה מִסְתִּיר אֶת עֲצָמוֹ מֵאֲתָנוּ, כַּמּוּבָא בְּדַבְרֵי רַבֵּנוּ ז"ל (לקוטי-מוהר"ן, חלק א', סימן סג): הִנֵּה חוֹשְׁבִים שְׂמֵשִׁיגִים כָּבֵר אֶת הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וְהִנֵּה יֵשׁ קִשְׁיוֹת עַל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא. הִנֵּה אָדָם שָׂמַח עַל הַיְשׁוּעוֹת שֶׁהַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא עָשָׂה לוֹ, וּפְתָאם מִתְהַפֵּךְ וְרוֹאֵה מִשְׁבֵּר, עַד שֵׁשׁ לוֹ קִשְׁיוֹת עַל הַבוֹרָא יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ. כַּמּוֹ-כֵן לְגַבֵּי הַצַּדִּיק, הִנֵּה הַצַּדִּיק מְתַיַחַס אֵלָיָהּ וְכוּ', וְהִנֵּה לְמַחֵר אֹמֵר לָךְ

ההפוך, עד שאינך יודע מה קורה פה, היום אומר לי כן, ולמחר אחרת, ולמחרתים כן וכו'. כן הולכים החיים, שלא כל דבר יכולים להבין, ולא כל דבר מרחמים להבין. אבל דבר אחד ההכרח לדעת, שעוברים על אדם כל יום דברים אחרים, שלא חכה ולא צפה כלל: פעם שמחה, פעם צרה, פעם רוח, פעם הפסד, והעקר מה שצריכים זה אמונה פשוטה בו יתברך, לידע אשר אין לי שכל כלל, ואף שזה נראה קשה מאד לקבל, אבל זו נקראת אמונה, שאני מאמין שכן הוא, ואין לי שכל. כי כל אלו שרוצים להבין בשכל, הם נעשים אחר-כך אפיקורסים גדולים. אנחנו אנשים מצמצמים ומגבלים, לא יכולים להשיג רוחניות אלקות, אבל אנו מאמינים באמונה שלמה, שהקדוש-ברוך-הוא נמצא פה אתנו ואצלנו, ואם נרגיש את הקדוש-ברוך-הוא, על-ידי אמונה, החיים שלנו יהיו אחרים לגמרי. אפלו שעוברת איזו צרה ומשבר, אנו יודעים איך להסתדר, שזה מה שהתנא הקדוש אומר: "הוי קל לראש" — תקח כל דבר בקלות מהתחלה, וממילא כשיבוא הזמן, שתצטרך להשחיר עצמך, חס ושלום, מרב צרות ועגמת נפש, סבל ויסורים שיבואו, חס

וְשָׁלוֹם, אֲזַי "וְנוּחַ לְתַשְׁחֶרֶת", שְׂיִהְיֶה לָּהּ יוֹתֵר נוּחַ
 לְקַבֵּל אֶת הַשָּׁחַר, שְׁנֵה "הַיּוֹי קַל לְרֹאשׁ" — תִּקְחוּ
 אֶת הַחַיִּים בַּהֲתַחֲלָה כְּקַלִּים, וּמִמִּילָא אַחֲר־כֵּן יִהְיֶה
 לָכֶם יוֹתֵר קַל — "וְנוּחַ לְתַשְׁחֶרֶת", בְּבוֹא הַזְּמַן,
 שָׁחַס וְשָׁלוֹם, לֹא יֵלֵךְ כְּפִי שְׂרָצִיתֶם, יִהְיֶה יוֹתֵר קַל
 לְסַבֵּל אֶת הַסָּבֵל.

וּמָה זֹאת אוֹמֶרֶת לְקַחַת אֶת הַחַיִּים בְּנִקְלָה?
 אֲלֹא אָנוּ יְהוּדִים מְאֻמִּינִים בְּנֵי מְאֻמִּינִים בְּבוֹרָא
 עוֹלָם, יֵשׁ לָנוּ שְׁלֶחֶן עָרוּף, סִפֵּר הַלְכוֹת, וְעַל-פִּי
 אָנוּ הוֹלְכִים, וְאֵינָנוּ זָזִים מִמְּנוּ כִּהְיָא זֶה. מָה
 שְׂקוּרָה עִם הָאָדָם, צָרִיךְ לְרֹאוֹת שְׂלֵא יִסְטָה
 מִהַשְׁלֶחֶן עָרוּף, כִּי הָעֶקֶר לְקִימוֹ בְּכָל דְּקְדוּקָיו
 וּפְרָטָיו, אֲשֶׁר הוּא תְּמַצִּית תּוֹרָה שְׂבַע־עַל-פֶּה. וְאִף
 שְׂאֵינָנוּ מְבִינִים, צָרִיכִים לְהַקְפִּיד עַל קִלְה
 כְּבַח־מוֹרָה, כִּי אָנוּ בְּנֵי הַקְּדוּשָׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וּמְקִימִים
 מְצוּוֹתָיו יִתְבָּרַךְ וְעוֹשִׂים רְצוֹנוֹ, וּמְקַפִּידִים עַל כָּל
 קוּצוֹ שֶׁל יוֹד. יִשְׁנֶן הַלְכוֹת חֲמוּרוֹת בְּמֵאֵד מְאֵד,
 וְצָרִיכִים לְהִזְהַר שְׂלֵא לְעַבֵּר עֲלֵיהֶן, חַס וְשָׁלוֹם,
 כְּגוֹן: אֲסוּר נִדְהָ הַחֲמוּר, אֲשֶׁר הוּא בְּכָרִיתוֹת, וּמִי
 שְׂעוֹבֵר עַל זֶה יִפְרֹת בְּמַקְדָּם אוֹ בְּמֵאֲחֵר, כִּי לְבִסוּף
 יִקְבֵּל עֲנָשׁוֹ, אוֹ בְּנֵי וּבְנוֹתָיו יִפְרֹתוּ מִהָעוֹלָם, כִּי

‘פֶּרֶת’ פְּרוּשׁוֹ שִׁיְהִי נִכְרֶת לְגַמְרִי, וְאַסוּר לְקַחַת אֶת
זֶה בְּנֶקֶל.

חֲכָמֵינוּ הַקְדוּשִׁים מְסַפְּרִים (עֵינֵי שַׁבַּת יג:), אֲשֶׁר
פַּעַם בָּאָה אִשָּׁה צְעִירָה לְאִיזוֹ יְשִׁיבָה, אֲשֶׁר לְמַדּוֹ
בָּהּ מֵאוֹת תְּלַמִּידִים, וְהִגִּיעָה עִם הַתְּפִלִּין שֶׁל בַּעֲלָהּ
בְיַדֶּיהָ, וְהַחֲלָה מְמַרְרֶת בְּבִכְיָהּ, שְׂאֵלָה הַתַּנָּא: לְמָה
תִּבְכִּי? עֲנֵתָהּ וְאָמְרָה: בַּעֲלִי יָשַׁב עִם הַתְּפִלִּין הָאֵלּוּ
כָּל הַיּוֹם וְלָמַד תּוֹרָה בְּהַתְמַדָּה רַבָּה: מִקְרָא, מִשְׁנָה,
גְּמָרָא, קַיִם אֶת הַמְצוּוֹת, וּמָה הוּא לֹא עָשָׂה בְּשִׁבְלִי
הַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וְהִנֵּה שָׁבַק חַיִּים לְכָל חַי
בְּהֵיוֹתוֹ עֲדִין צְעִיר לְיָמִים, וּבִכְתָּהּ — מֵדוּעַ זֶה
מִגִּיעַ לָהּ, שְׂאֵבֶדָה אֶת בַּעֲלָהּ? ! הַתַּנָּא לֹא יָדַע מָה
לְהַשִּׁיב לָהּ. וְהִלְכָה לִישִׁיבָה אַחֲרָתָהּ, וְהַתַּנָּא דָּשַׁם
יָשַׁב וְלָמַד עִם מֵאוֹת תְּלַמִּידִים, וּבִכְתָּהּ לְפָנָיו
וְאָמְרָה: הִנֵּה הַתְּפִלִּין שֶׁל בַּעֲלִי, שֶׁהֲלֹךְ עִמָּהֶם כָּל
הַיּוֹם, וְלָמַד תּוֹרָה כָּל הַיּוֹם, וּמָסַר נַפְשׁוֹ בַּעֲבוּרוֹ
יִתְבָּרַךְ, וְהִנֵּה הוּא נִפְטָר, מֵדוּעַ זֶה מִגִּיעַ לִי? ! וְלֹא
יָדַע מָה לְהַשִּׁיב לָהּ. וְכֵן גִּדְּדָה מִישִׁיבָה לִישִׁיבָה,
עַד שֶׁלְתַלְמִידִים נִכְנְסָה קִשְׁיָה עַל הַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-
הוּא — אֵיךְ יִתְכַּן דָּבָר כֵּזֶה, הֲלֹא הָאִשָּׁה מְעִידָה
שֶׁבַעֲלָה צְדִיק הָיָה, יָשַׁב כָּל הַיּוֹם עִם תְּפִלִּין וְלָמַד

תּוֹרָה, וְלָמָּה יִקְרָה לָהּ דָּבָר כְּזֶה, שֶׁתִּהְיֶה אֶלְמָנָה צְעִירָה?! וְנִכְנָסָה לְתַלְמִידִים קִשְׁיָה, כִּי מִי עוֹד יְכוּל לְהַעֲיֵד עַל בְּשָׂרוֹתָו וְצַדִּיקוֹתָו שֶׁל הַבַּעַל כְּמוֹ הָאִשָּׁה [לְמָרוֹת שֶׁבְּאַמֶּת יְכוּלִים גַּם מֵהָאִשָּׁה לְהַסְתִּיר גְּדֻלוֹתָו וְרוֹמְמוֹתָו, וְכִמוֹ שֶׁרַבְּנוּ וְ"ל הַסְתִּיר מֵאִשְׁתּוֹ הַרְבֵּנִית סְאִסְיָא, עָלֶיהָ הַשְּׁלוֹם, שֶׁהוּא צֵם מֵעָרֵב שֶׁבֶת לְעָרֵב שֶׁבֶת, וְכִשְׁהַרְבֵּנִית הִיָּתָה מְבִיאָה לוֹ אֶת הָאֶכֶל, אָמַר רַבְּנוּ וְ"ל לְגַבְּאִי, שְׂיֵאכֹל אֶת הָאֶכֶל בְּזִרְיוֹת, וְאַחֲר־כֵּן נִטְלָה הַרְבֵּנִית אֶת הַכֶּלִים הַרְיָקִים, וְלֹא יָדָעָה כָּלֵל שֶׁהַגַּבְּאִי אָכַל בְּמָקוֹם רַבְּנוּ וְ"ל]. וְאִם-כֵּן נִכְנָסוּ קִשְׁיוֹת בְּלֵב הַתַּלְמִידִים עַל הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא. רָאָה אֱלֹהֵיו הַנָּבִיא שֶׁחֲמוֹר הַדָּבָר, שֶׁהִנֵּה הָאִשָּׁה הַזֹּאת תִּכְנָסִים סְפָקוֹת עָלָיו יִתְבָּרַךְ, אֲשֶׁר אָנוּ יוֹדְעִים, שֶׁכָּל מֵה שֶׁהַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא עוֹשֶׂה, הַכֹּל בְּחֹשֶׁבוֹן צֶדֶק, צְדִיק הַיְיָ"ה בְּכֹל דְרָכָיו, וְחֲסִיד בְּכֹל מַעֲשָׂיו, אֵל אֱמוּנָה וְאֵין עוֹל, וַיִּמָּה שֶׁהַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא עוֹשֶׂה — הַכֹּל לְטוֹבָה, אַף שְׁלֵעִתִים אֵינּוּ מְבִינִים וּמְשִׁיגִים. בָּא אֱלֹהֵיו הַנָּבִיא כְּשֶׁהוּא מְחַפֵּשׁ, וְשָׁאֲלָה: בְּתִי, מָה הָיָה בִּימֵי גְדֻתְךָ וְכוּ', וְעָנְתָה: חֵס וְשְׁלוֹם, בְּעָלֵי צְדִיק, כָּל הַיּוֹם יֹשֵׁב עִם הַתְּפִלִּין וְלָמַד. וְהִמְשִׁיךְ לְשָׂאֵל: וּבִימֵי לְבוֹנִיךָ אֵיךְ הָיָה?

וְעָנְתָה: הַמְטוֹת הָיוּ סְמוּכוֹת זו לְזוֹ, יִשְׁנוּ יַחַד, לֹא שָׁמְרָנוּ עַל הַרְחָקוֹת, אֲךָ לֹא עָשִׂינוּ הַמַּעֲשֶׂה וְכוּ'.
 עָנָה וְאָמַר לָהּ אֵלֶיהָ הַנְּבִיא: בְּרוּךְ הַמְּקוֹם שֶׁהֲרִגוּ!
 זֶה מָה שֶׁעָשָׂה הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, שֶׁנִּטַּל אֶת בְּעַלְךָ,
 כִּי תִדְעִי לָךְ, אֲשֶׁר בֵּימֵי הַלְבוּן, גַּם אַז צְרִיכִים
 לִשְׁמֹר עַל הַהֲרַחְקוֹת וְכוּ'. וְכָךְ הוֹצִיא אֶת כָּל
 הַקְּשִׁיּוֹת שֶׁהָיוּ לַתְּלִמִּידִים עַל הַקְּדוֹשׁ-בְּרוּךְ-הוּא.
 נִמְצָא מְכַל זֶה, אִם לֹא לּוֹמְדִים — לֹא יוֹדְעִים.
 וְלָכֵן חֲשִׁיבוֹת גְּדוּלָּה מְאֹד לְ"אִשָּׁה רְגוּעָה", לִילֵךְ
 פַּעַם בְּשָׂבוֹעַ לְשַׁעוֹר שְׁלוֹמְדִים בּוֹ הַלְכוֹת טְהוֹרֵת
 הַמְּשֻׁפָּחָה, לִידַע שְׂאִסוֹר נָדָה חָמוּר מְאֹד וְהוּא
 בְּכֶרֶת, הֵינּוּ אוֹ הָאִשָּׁה נַחְלִית בְּמַחְלָה מִמְּאֲרֵת,
 רַחֲמָנָא לְצַלֵּן, אוֹ שֶׁהִבְעֵל נִפְטָר בְּאָבוֹ, אוֹ חֵס
 וְשָׁלוֹם, הַיְלָדִים נוֹלָדִים בְּעֲלֵי מוֹמִים, אוֹ שְׂאָר
 עֲנָשִׁים קָשִׁים וּמְרִים.

וְכֵן הַלְכוֹת בְּשָׂר וְחֵלֶב, צְרִיף לְהַזְהֵר בְּזֶה
 מְאֹד, לְדַאֵג שֶׁתִּהְיֶה הַפְּרָדָה מִחֻלָּטָה, שְׁנֵי פִּיּוּרִים,
 כֵּלִים נִפְרָדִים, אִסוּר לְעַרְב אֶת הַכֵּלִים בְּיַחַד וְכוּ'.
 לַמּוֹד הַלָּכָה זֶה הִיִּסוּד בִּיְהוּדוֹת, לְדַעַת בְּכָל דָּבָר
 אֵיךְ לְהִתְנַהֵג. אֵלּוֹ שֶׁנוֹלְדוּ בְּקִדְשָׁה וּבְטַהָרָה אֲצֵל
 הוֹרִים שֶׁהִחְזִיקוּ בְּטְהוֹרֵת הַמְּשֻׁפָּחָה וּבְשְׂאָר הַלְכוֹת

כַּדָּת וְכַדִּין, וְגַם הוֹרִיָּהֶם הִקְפִּידוּ עַל קִלְהַ
 כְּבַח־מוֹרָה, הֵם מְקַבְּלִים אֶת הַחַנוּף מִגִּיל יְלָדוֹת,
 שְׂיֹדְעִים כִּי־צַד לְהַתְנַהֵג בְּכָל צַעַד וְשַׁעַל בְּחַיִּים.
 וּבְרוּר לָהֶם, שֶׁבֶשֶׁר וְחֶלֶב זֶה אֲסוּר חֲמוּר מְאֹד, וְכֵן
 נִזְהָרִים בְּשֶׁאֵר עֲנִינֵי פִשְׁרוֹת, וְלֹא קוֹנִים מוֹצְרִים
 שָׂאִין עֲלֵיהֶם הַכֶּשֶׁר מֵרַבָּנִים יְרָאֵי ה', אֲשֶׁר פִּיּוֹם
 יִשָּׁנֵם הַרְבֵּה בְּתֵי דִינִים יְרָאִים וְשִׁלְמִים, וְלָמָּה
 לְקַנּוֹת מוֹצְרִים מִמְּקַפְּקִים?! כִּי אֶפְלוּ בְּמַמְתְּקִים
 מִכְּנִיסִים הַיּוֹם הַמְּפַעְלִים שׁוֹמֵן חֲזִיר, רַחֲמָנָא
 לִישְׁזַבֵּן, וְאִם אֵין עַל זֶה הַכֶּשֶׁר שֶׁל בֵּית־דִּין
 הַמְּפָרֶסֶם לִירָא שְׂמִים, אֲסוּר לְאַכְלֵם בְּשׁוּם פָּנִים
 וְאַפֹּן, וְאֵין לְזַלֹּזֵל בְּזֶה כָּלֵל וְכָלֵל. "אִשָּׁה רְגוּעָה",
 הַלּוֹקַחַת אֶת הַחַיִּים בְּנֶקֶל, אֵין זֹאת אוֹמֶרֶת לְהִקְלֵ
 בַּהֲלָכוֹת וְדִינִים, חֶסֶד וְשָׁלוֹם, חֶסֶד וְשָׁלוֹם, אֲלֹא
 לְדַעַת, שֶׁכָּל הָעוֹבֵר עָלֶיהָ זֶה מֵאֲתוֹ יִתְבָּרֵךְ, וְהָעֹקֵר
 לְשׁוֹב בְּתִשׁוּבָה עַד הַמַּפְהוּ, וְלִידַע שֶׁהַכֹּל בְּהַשְׁגָּחָה
 פְּרִטֵי פְּרִטֵי מֵאֵת הַבּוֹרָא יִתְבָּרֵךְ שְׂמוֹ, אֲךָ לְבִסּוּף
 הַכֹּל עוֹבֵר, וְגַם הַצָּרָה תִּחְלַף וְכוּ'. אִם זוֹכִים לְהִיּוֹת
 חֲזָקִים בְּאַמוּנָה בְּהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, בְּאַמוּנָה
 בַּתּוֹרָה, בְּאַמוּנָה בְּצַדִּיקִים, חַיִּים חַיִּים טוֹבִים
 וְנִעִימִים, חַיִּים קָלִים וְרְגוּעִים, שְׁלוֹק־חַיִּים הַכֹּל
 בַּקְלוֹת.

על "אשה רגועה" לדעת, שלא צריכים להפגע מכל דבור שהבעל מדבר וכו', למה להיות רגישים כל-כף מכל מלה?! העקר להבליג ולא להשיב חזרה, ולהראות סבר פנים יפות, ולדבר בנעם ובשמחה רבה, ולא במרירות ובדכדוך, פי השמחה היא היא הפתרון לכל הבעיות. ועל-כן ראוי לעשות פעולות, כדי להיות שמחות ועליזות, ולשמע כלי זמר, וכן לשמח אחרות, שכנות וידידות, שמסכנות אין השמחה שרויה בביתן, מפאת רב צרות וסבל, וממילא הן סגורות בתוך עצמן, ואין מי שידרבן אותן לצאת מעט מבדידותן, ולהתידד עמהן ולשמחן, על-כן אשרי מי שמתענינת בשלומן, ומתדקקת קשרי ידידות, וחייה בשלום ובאחדות עם כלן, וראשונה לכל עזרה וסיוע, וגומלת חסדים עם כל קשת יום ומרידת נפש, אשר אין מצוה גדולה מזו. וכן ראינה לעזר ולדאג לפרנסת אחרים גם-כן, פלונית פתחה חנות, אלמונית מוכרת דבר מה בביתה וכו', ראינה לרכש המוצרים דיקא אצלן, כדי שתוכלנה להתפרנס בכבוד. העקר להחזיק במדת האמת והשלום, לאהב ולדאג אחת לשניה, וכמו שאמר דוד המלך (ברכות ד.): לכו והתפרנסו זה מזה, ולא

לְקַפֵּחַ פְּרָנְסַת אֶף אֶחָד. וּמִדַּת אֲמַת צְרִיכָה לְלַכֵּת
 עִם מִדַּת הַשְּׁלוֹם, כְּמוֹ שְׂאוֹמֵר הַנְּבִיא (זְכַרְיָה ח, יט):
 "וְהָאֲמַת וְהַשְּׁלוֹם אֶהְבּוּ". אֲמַת בְּלִי שְׁלוֹם אוֹ
 שְׁלוֹם בְּלִי אֲמַת — אֵינוֹ שׁוֹה מְאוּמָה, כִּי הָעֶקֶר
 שְׂשֻׁנִיָּהֶם עוֹלִים בְּקִנְיָה אֶחָד. הַצְּדִיק הַקְּדוֹשׁ
 מְקוֹבְרִין אָמַר: יוֹם אֶחָד שְׁיִהוּדִי אֵינוֹ עוֹשֶׂה טוֹבָה
 לַיהוּדִי, הַיּוֹם הַזֶּה אֵינוֹ יוֹם. כִּי בְּכָל יוֹם צְרִיכִים
 לְגַמֵּל חֶסֶד עִם יְהוּדֵי אַחֵר, לְהִתְאַחַד עִמּוֹ וּלְעֶזֶר
 לוֹ, וּלְהַחְזִיק בְּמִדַּת הָאֲמַת.

וְכֵן "אִשָּׁה רְגוּעָה" הַחֲפִצָּה בְּחַיִּים נְעִימִים
 וְשְׁלוֹמִים, תִּרְאֶה הָעֶקֶר לְהִתְחַזֵּק בְּאֲמוּנַת חֲכָמִים;
 אִם יֵשׁ אֵיזוֹ שְׂאֵלָה אוֹ בְּעִיָּה וְכַדוּמָה, תִּרְאֶה לְשָׂאֵל
 אֶת הַצְּדִיק, אֲשֶׁר הוּא יֵיטֵב כָּל דְּבָר עַל בּוֹרְיוֹ,
 וַיִּיעֶץ וַיְכַוֵּן בְּעִצָּה וְתוֹשִׁיָּה, וּבְכַרְפַּת ה'. הַצְּדִיק
 הַקְּדוֹשׁ רַבִּי קְלוּנִימוֹס קְלִמֵּן זי"ע, בְּעַל מְחַבֵּר סֵפֶר
 "מְאוּר וְשִׁמְשׁ", הֵיזָה הַתְּלַמִּיד שֶׁל הַרְבֵּי רַבִּי
 אֱלִימֶלֶךְ מְלִיז'עֵנְסְק זי"ע, וְלוֹ כִּפְמָה יְלָדִים: אֶחָד
 הֵיזָה ר' אֶהֱרֵן מְקַרְאָקָא, וְהוּא אַחֵר פְּטִירַת אָבִיו
 נִסְעָ אֶל הַצְּדִיק הַקְּדוֹשׁ מְצַאנֵז זי"ע, [שְׁחַבֵּר סֵפֶר
 "דְּבָרֵי חַיִּים"], וְקָבַל אֶצְלוֹ הַצְּדִיק מְצַאנֵז רוּחַ־
 הַקְּדוֹשׁ, וְכֵן הֵיזָה בֶּן בְּשֵׁם ר' יוֹסֵף מְעִיר גַּיִשְׁטַאט,

שְׁקָרָאוּהוּ: דָּעַר גּוּטְעַר אִיד, וְהָיָה תָּמִיד אוֹמֵר
 תְּהִלִּים, וּפּוֹעֵל יְשׁוּעוֹת. פֶּעַם (לֹא עָלִינוּ וְלֹא
 עָלִיכֶם, וְלֹא עַל כָּל יִשְׂרָאֵל), נִפְטָרָה לְר' יוֹסֵף בֵּת,
 וְנִכְנַס לְדַכְּאוֹן, וְהָיָה בְּצַעַר גָּדוֹל מְאֹד, אָחִיו ר'
 אֶהְרֵן מְקַרְאָקָא בָּא לְנַחֲמוֹ, וּמְצָאוּ מְדַכָּא מְאֹד, עָנָה
 וְאָמַר לוֹ: אַתָּה יוֹדֵעַ, אָחִי הַקְּדוֹשׁ, שְׂאֲנִי נוֹסֵעַ אֶל
 הַצְּדִיק מְצָאנִי זִי"ע, אֶצְלוֹ נִפְטָר בֵּן, וְאַחַר שְׁעָה
 שְׁנֵי עָבָר הַבֵּן, הַצְּדִיק כָּבַר יָשָׁב עַל כֶּסֶאוֹ, וּבָאוּ
 אֲנָשִׁים בְּהִמּוּנֵיהֶם לְשַׁפֵּךְ אֶת שִׁיחַ לְבָבָם וְשִׁבְרוּנָם
 מִכָּל מַה שְׁעוֹבֵר עֲלֵיהֶם, וְקִבַּל מֵהֶם פְּדִיוֹנוֹת,
 וּבְחִינֵיךָ וּבְשִׂמְחָה חֲזָק אוֹתָם, וְאֵיךְ אַתָּה, אָחִי
 הַקְּדוֹשׁ, כָּל-כֶּף נִכְנָסֶת בְּדַכְּאוֹן, שְׂאֵינְךָ יָכוֹל אֶפְלוּ
 לְדַבֵּר עִמִּי? עָנָה וְאָמַר לוֹ הָאֵח: אַתָּה מְדַמֶּה אוֹתִי
 לַצְּדִיק מְצָאנִי? הֲלֹא הָיוּ לוֹ שְׁנֵי מַחוֹת, מִחַ אֶחָד
 הָיָה בְּעוֹלָם הַזֶּה, וּמִחַ אֶחָד בְּעוֹלָם הַבָּא. נִמְצָא,
 שֵׁשׁ צְדִיק קְדוֹשׁ כָּל-כֶּף, שֵׁשׁ לוֹ מִחַ בְּעוֹלָם הַזֶּה
 וּמִחַ בְּעוֹלָם הַבָּא. וְאוֹמֵר רַבֵּנוּ ז"ל (לְקוּטֵי מוֹהֲר"ן,
 חֵלֶק ב', סִימָן סח), שֶׁזוֹ גְּדֻלַּת הַצְּדִיק, שֶׁיָּכוֹל לְהִיּוֹת
 לְמַטָּה וְיָכוֹל לְהִיּוֹת לְמַעְלָה, וּכְשִׁיּוֹדְעִים אֶת זֹאת
 אֵין כָּבַר שׁוֹם קְשִׁיוֹת, כִּי כְּשֶׁהָיָה לְמַטָּה אוֹמֵר כֶּף
 וְכֶף, וּכְשֶׁהָיָה לְמַעְלָה אוֹמֵר כֶּף וְכֶף, וְאֵין זֶה סִתְרִיהָ
 כָּלָל. וּמִי שֶׁטִּפַּשׁ, יֵשׁ לוֹ קְשִׁיוֹת עַל הַצְּדִיק.

ידוע, שהרב רבי אלימלך זי"ע, היה כל-כף קדוש וטהור, שהיה מפשט מהעולם הזה לגמרי ודבוק בהקדוש-ברוך-הוא, התלמידים הנתיקים שהפירוהו היטב היטב לא נשברו, ידעו שפעם אומר כף ופעם כף, כשהוא פה בעולם הזה אומר כף, וכשהוא בעולם הבא אומר כף. אבל התלמידים החדשים לא הבינו את זאת, והיו להם קשיות, והחזוה מלובלין זי"ע, שהיה מהתלמידים הישנים, אסף את כל התלמידים הללו, והסביר להם מה זה צדיק, ומה גדל הענין של אמונת חכמים, שצריכים להתחזק בזה מאד מאד, ולא להשבר אף פעם.

ידוע, שחכמינו הקדושים אומרים (אבות, פרק ה'): "בן הא הא אומר: לפום צערא אגרא", "ובן בג בג אומר: הפך בה והפך בה דכלא בה" וכו'. מי היו שני החכמים הללו, שאחד נקרא בן בג בג, והשני בן הא הא? אלא חכמינו הקדושים מספרים (שבת לא.), שבא גוי אחד אל שמאי, ורצה להתגיר, ואמר שהוא מאמין רק בתורה שבכתב. שמאי שהיה קפדן גרשו מעל פניו. הלל היה סבלן גדול מאד, נוח לבריות, ובא לפניו אותו גוי, ואמר,

שְׂמֵאֲמִין רַק בְּתוֹרָה שְׂבִכְתָּב וְלֹא בְּתוֹרָה שְׂבִעַל-
פֶּה, וְהַחֵל הַלֵּל לְלַמַּד עִמּוֹ אוֹתוֹת הָא"ב
מִהֶתְחִלָּה עַד הַסּוֹף. וְאַחֲר־כֵּן אָמַר לוֹ שְׂבִיבֹא
לְמַחֵר וַיִּמְשִׁיכוֹ לְלַמַּד. לְמַחֲרַת הַמְּשִׁיךְ לְלַמְדוֹ שׁוּב
אֶת הָאוֹתוֹת מִהַסּוֹף לְהֶתְחִלָּה וְכוּ'. שְׁאֵלוֹ הַגּוֹי:
רַבִּי, אֶתְמוּל לְמִדְתָּנִי: א' ב' ג' ד' וְכוּ', וְהַיּוֹם אֶתָּה
מְלַמְּדֵנִי: ד' ג' ב' א' וְכוּ', הַכִּיצַד? וְעֲנֵה לוֹ הַלֵּל:
אֶתְמוּל הָאֲמֵנֶת לִי? אֲזַ גַּם הַיּוֹם תֵּאֲמִין לִי! זֹו
תוֹרָה שְׂבִכְתָּב וְתוֹרָה שְׂבִעַל-פֶּה וּגְיָרוֹ. גּוֹי אַחַר בָּא
לְשִׂמְאִי, וּבִקֵּשׁ לְלַמַּד אֶת כָּל הַתּוֹרָה עַל רֶגֶל אַחַת,
וּגְרָשׁוּ שְׂמֵאִי. וּבָא לְהַלֵּל וּבִקֵּשׁ כֵּן, וְעֲנֵה לוֹ הַלֵּל:
דַּע כָּלֵל זֶה: מַה שְׂשָׁנוּי עֲלֶיךָ אֵל תַּעַשׂ לְחִבְרָךְ,
וְאַהֲבַת לְרַעַף כְּמוֹךְ, אִם תִּקְבַּל זֹאת, זֶה כָּל הַתּוֹרָה
וְכוּ'. וְאוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים, שְׂשָׁנֵי הַגְּרִים
הִלְלוּ נִתְעַלּוּ כָּל-כֵּן וְהָיוּ צְדִיקִים מְאֹד קְדוֹשִׁים.
אֶחָד הָיָה נִקְרָא בֶּן בֶּג, שֶׁהוּא רֵאשִׁי תְבוֹת: בֶּן
גְּרִים, וְאֶחָד הָיָה נִקְרָא בֶּן הָא הָא (עֵין דְּרוֹן סִיִּים
לְמַהֲר"ל עַל אֲבוֹת הַ, כב), שְׁלֵכַל גֵּר שְׁנֵהִיָּה יְהוּדִי
מוֹסִיפִים אֶת הָאוֹת ה"א. כְּמוֹ שְׁלִשְׁרֵי אֲמִנּוֹ הוֹסִיפוּ
ה"א, וְנִקְרָאָה בְּשֵׁם שָׂרָה, וְלֹאֲבָרָם אֲבִינוֹ הוֹסִיפוּ
ה"א, וְנִקְרָא בְּשֵׁם אֲבִרָהִם. לְמִדִּים מְכָאן, שֵׁישׁ
צְדִיק שְׂאִינוֹ יָכוֹל לְסַבֵּל כָּל מִינֵי אֲנָשִׁים וּמְגֻרָשָׁם,

ויש צדיק שיכול לקבל את כלם עם כל השגיונות
 שלהם וכו'. וזאת צריך לדעת, הצדיק אומר פעם
 אחת וכוונתו אחת, אבל אם אדם מתעקש שוב
 ושוב, אז הצדיק אומר שוב, והאדם שומע מה
 שהוא רוצה, ומפרש את דברי הצדיק כרצונו הוא.
 אם היתה לנו אמונת חכמים עד הסוף, היינו חיים
 חיים טובים ורגועים. הצדיק לא רמה אותנו כל
 השנים, ועזר לנו תמיד בגשמיות וברוחניות, ומסר
 נפשו בעבורנו, וממה נובע, שפתאם עוזבים אותו
 וכו'? זה סימן, שאף פעם לא היו מקרבים אליו,
 עד שמסגלים לפל לשפלות נוראה מאד, ולגרם
 סבל וצער לצדיק.

לזאת ראו להתחזק מאד באמונת חכמים. ואל
 תעבדו על עצמכם, כי על הצדיק אינכם יכולים
 לעבד. אמונת חכמים צריכה להיות עד הסוף, ואם
 לא מחזיקים בזה, חבל שבאים, חבל שמסתובבים
 סביב סביב. יש מקומות אחרים, ולא צריכים דיקא
 פה להסתובב, מי שאין לו אמונת חכמים, מה יש
 לו לעשות אצל הצדיק?! אבל מי שעינים טובות
 לו, מי שאזנים נקיות לו, הוא רואה ושומע פבר
 דבורים אחרים. ויודע שהצדיק הזה חתן אותי,

וְדַאג לִי בְמִשְׁךָ כָּל הַשָּׁנִים לְפָרְנֶסָה, הִיוּ זְמַנִּים
 שֶׁלֹּא הָיָה לִי לְשִׁבְתָּ, וְהַצְדִּיק הָיָה דָּאג בְּעִבּוּרֵי לְכָל
 צָרְכֵי הַגְּשָׁמִיִּים וְהַרוֹחֵנִיִּים, וְאִם לֹא דִי בְּזָה, כַּמָּה
 פְּעָמִים הִתְעַרְעַר הַשְּׁלוֹם-בֵּית אֶצֶל בְּנֵי הַזּוּג,
 וְהַצְדִּיק הָיָה מְנַע אֶת הַגְּרוּשִׁין. הַצְדִּיק נִכְנַס בְּתוֹךְ
 תוֹךְ בֵּיתְכֶם הֶעֱקָר לַעֲשׂוֹת שְׁלוֹם בֵּינֵיכֶם. וְהִקְדוּשׁ-
 בְּרוּךְ-הוּא עֲזָר שְׁנוּלְדוּ יְלָדִים, וְהַצְדִּיק חִנְף לְכֶם
 אֶת הַיְלָדִים, וְדַאג בְּעִבּוּרָם, וְגִדְל אוֹתָם, וְחַתָּן
 אוֹתָם גַּם-כֵּן, וְכָבַר זְכִיתֶם וְלָהֶם יֵשׁ יְלָדִים, הִישׁ
 חֶסֶד גָּדוֹל יוֹתֵר מִזֶּה?! וְאִם אַחֵר כָּל זֹאת יְכוּל
 לַהֲיוֹת שְׁיִבּוּאוֹ כַּמָּה וַיִּנְבְּלוּ אֶת הַפֶּה נֶגֶד הַצְדִּיק
 הָיָה, אִזּוֹ בְּהִכָּרַח לֹמֵר לְכֶם, שְׂאֲנָשִׁים כְּאֵלוֹ הֵם
 מְשַׁחֲתִים, רַמָּאִים וְצָבוּעִים, וְאִסּוּר לַעֲמֹד בְּדַ'
 אַמוּתָם, כִּי כִּיֻּצַּד יְכוּלִים לְשַׁלֵּם רָעָה תַּחַת טוֹבָה!!
 זֶה מֵרָאָה שֶׁהֵם רְקוּבִים מִן הַשָּׁרֵשׁ, וְאִף פְּעַם לֹא
 אֶהְבּוּ אֶת הַצְדִּיק, הָיָה זֶה רַק מְשַׁחֵק וְהַצָּגָה, שְׂרָצוּ
 תְּשׁוּמַת לֵב מֵהַצְדִּיק.

לְכֵן הֶעֱקָר לַעֲשׂוֹת הַתְּחִלָּה חֲדָשָׁה מֵעַכְשָׁו,
 וְלַהֲתַחֲזֵק יַחַד בְּאֲמוּנַת חֲכָמִים, וְלַעֲשׂוֹת חֲשׁבוֹן
 הַנַּפְשׁ מֵהַקְּבִלְתֶּם מֵהַצְדִּיק הָיָה בְּמִשְׁךָ הַשָּׁנִים,
 תִּהְיוּ כְּנִים וְרִצְיָנִיִּים עִם עֲצַמְכֶם. אִם לֹא קִבַּלְתֶּם

כלום, אִז תִּלְכוּ, מֵה יֵשׁ לָכֶם לַעֲשׂוֹת פֹּה, אָבֵל אִם
 קִבַּלְתֶּם פֹּה, אִז שׁוּם רִיק וּפּוֹחֵז, נוֹכַל וְתִמְהוּנָה,
 רַמְאֵי וְצָבוּעַ, שְׁלֹא יוֹכַל לַעֲבֹד עֲלֵיכֶם. תִּאֲמִינוּ לִי,
 בְּנוֹתֵי הַיְקָרוֹת! כְּשֶׁאֲנִי הַתְּקַרְבָּתִי לְרַבְּנוּ ו"ל, הִיִּיתִי
 בַּחֹר צָעִיר כִּכֵּן חֲמֵשׁ-עֶשְׂרֵה וְחֲצִי, וּבָאוּ אֵלַי
 רַבָּנִים גְּדוֹלִים וְאָמְרוּ לִי: לֹא כֹדַי לָכֶם לִהְיוֹת
 אֶצֶל רַבְּנוּ ו"ל, וְדַבְּרוּ כֹל דְּבַר אֲסוּר עַל רַבְּנוּ ו"ל,
 וּבִרְחִתִּי מֵהֶם, וְהָיָה לִי נִסְיוֹן קָשָׁה מְאֹד. כִּי אִז רַבְּנוּ
 ו"ל לֹא הָיָה מִפְּרָסָם בְּעוֹלָם, וּבִקְשֵׁי יָדְעוּ מִרַבְּנוּ
 ו"ל. וּפְעַם הִבִּיאוּ אוֹתִי לִיהוּדֵי צַדִּיק, שֶׁבִּאֲמַת הָיָה
 צַדִּיק, וְאָמַר לִי מוֹסֵר וְתוֹכַחָה: תַּעֲזֹב, אֵין זֶה
 בְּשִׁבְלֶךָ, וְסַפֵּר כֹּל מִיַּגֵּי סְפוּרִים לְמִנְעֵנִי. וְעִנִּיתִי לוֹ:
 שְׂמַעְתִּי מֵה שִּׁאֲתֶם אוֹמְרִים, אָבֵל הַהֲכַרְח לִי לוֹמַר
 לָכֶם, אֶפְלוּ אִם תַּצְּלִיחוּ לְהוֹרִיד עֲכָשׁוּ מִן הַשָּׁמַיִם
 מִלְּאֲכִים, חֲתִיכוֹת אֵשׁ, שְׂיֵאמְרוּ לִי: תַּעֲזֹב אֶת
 הַצַּדִּיק, אֶת רַבְּנוּ ו"ל, אִמַּר לָהֶם: לָכוּ תִכְרְף מִהִיכָן
 שֶׁבִּאֲתֶם, אָבֵל אֶת הַצַּדִּיק הַזֶּה אֵינִי עוֹזֵב! זֹו הִיִּתְּהָ
 הָאֲמוּנָת חֲכָמִים שְׁלִי בְּרַבְּנוּ ו"ל. בְּרוּךְ הַשֵּׁם, זֶה
 לִי כִמְעַט אַרְבָּעִים וּשְׁנַיִם שָׁנָה, שֶׁאֲנִי מִפִּיץ אוֹר
 רַבְּנוּ ו"ל בְּעוֹלָם בְּמִסִּירוֹת גִּפְשׁ הַכִּי גְּדוּלָּה. וְאֶף
 שְׁכָלֶם יֵצְאוּ נִגְדֵי, אֵין לִי כִמְעַט אֶף אֶחָד, אֶף אֵינִנִּי
 מִסְתַּכֵּל עַל זֶה, וְכֹל זְמַן שֶׁאֲחִיָּה, כֹּל יוֹם אֶפְרָסָם

את רבנו ז"ל! לכן אבקש אתכם, התחזקו יחד
באמונת חכמים, יש הרבה דברים שאין מבינים
ואי אפשר להבין. הצדיק יש לו שני מחות,
כשמדבר פה מדבר כן, וכשמדבר שם, הרי הוא
מדבר כפי שמדברים שם. ועל כל אחד לזכר מיהו,
ומה עשה, ומה עברו, ולהאמין בצדיק באמונת
חכמים שלמה.

ידוע, שהרב הקדוש מאפ"טא זי"ע, שציונו
הקדוש בתוך אהלו של הבעל-שם-טוב הקדוש
זי"ע, כשהוא אפה מצות, אפה עם כל החמרות,
ולאף אחד הנה אסור לנגע במצות אלו, והשקיע
הון רב בקמח, שהצריך לטחנו לבד, וכל הזמן
השגיח ושמר בעת האפיה, והשקיע כחות לאין
ספר, והזהיר את הרבנית שלא תגע במצות, והניחן
במקום שמור מאד. ופעם אחת ארע, שבא עני
והתדפק על הדלת, ובכה מאד שאין לו מצות
לפסח, והרבנית לא חשבה הרבה, נטלה את
המצות של הרבי ונתנה לעני. ואחר-כך תפסה את
גדל המשגה שעשתה, והלכה תכף-ומיד וקנתה
מצות פשוטות, והניחן במקום המצות המהדרות.
והנה בבוא העת, הצדיק הקדוש פתח את הנילון,

ונוכח לראות שאין אלו המצות שאפה, הרבנית החלה לרעד ולפחד, אימה וחרדה אחוזה. ענה ואמר הצדיק הקדוש: אל תדאגי, לא אהיה בכעס, שהרי משהו חמץ בפסח זה בכרת, אבל פרוור של כעס, זה יותר גרוע ממה שהיו חמץ. למדים מכאן גנות מדת הכעס.

הכפל הדבר, אם יש איזו שאלה או בעיה, יש, ברוך השם, את הצדיק לשאל אותו ולבקשו, ולשטח בפניו כל הבעיות והצרות. ומי שבר דעת, ומצית את הצדיק, חי חיים טובים ונעימים, וזוכה רק לדברים יפים אצל הצדיק הזה. אשרי אלו שיש להם אמונת חכמים שלמה, ואינם זזים ימין ושמאל מכל אשר יאמר להם הצדיק. הצדיק מורה ומכוון בכל תחום בחיים, ואשרי הזוכים לציתו בשלמות, ומשליכים מנגד חכמתם ושכלם המדמה, ואז זוכים לשמחה אמיתית, לרגע ולשלמה ונחת, אשרי להם בזה ובבא כל הימים. פי הצדיק מכניס באשה שתהיה "אשה רגועה", אשר אין עוד ברכה יותר גדולה מזו, פי בדרך כלל אשה עצבנית מרב הלחץ זה הדחק שעובר עליה, וכן מהילדים סובלת מה שסובלת, ויש נשים שסובלות

מִבְּעַלֵּיהֶן, אָבֵל הַצַּדִּיק מִחֲדִיר אַמוֹנָה פְּשׁוּטָה, שָׁזָה
 מִכְּנִיס בְּאִשָּׁה שֶׁתְּהִיָּה רְגוּעָה וְשִׁמְחָה וְעֲלִיזָה. וְלִכֵּן
 אֲשֶׁרִי הָאִשָּׁה שְׂזוּכָה לְהִתְקַרֵּב אֶל הַצַּדִּיק הַאֲמֵת,
 שָׂאז בּוֹדָאֵי הִיא תִזְכֶּה כְּבָר לְהִיּוֹת "אִשָּׁה רְגוּעָה"
 כָּל יְמֵי חַיֶּיהָ, וְתִקַּח אֶת עֲצָמָהּ בְּיַדֶּיהָ, וְכָל הַחַיִּים
 שָׁלָה יִהְיוּ חַיִּים קָלִים וְנוֹחִים וּמְיֻשָּׁבִים, אֲשֶׁרִיָּה
 וְאֲשֶׁרִי חֻלְקָה!

תָּם וְנִשְׁלָם, שִׁבַּח לְאֵל בּוֹרֵא עוֹלָם!

מוֹהֲרָא ש"נ"י אָמַר: עֵקֶר חֲכָמַת הָאִשָּׁה,
 שֶׁתְּהִיָּה תָמִיד רְגוּעָה, וְאֵף פַּעַם שְׁלֹא
 תִּכְנַס בְּלַחֲץ וּבְעֲצָבִים, וְאִפְלוּ שֶׁהִלְדִּים
 שׁוֹבְבִים צְרִיכָה לַעֲשׂוֹת כָּל מִינֵי פְעֻלוֹת
 שֶׁבְּעוֹלָם לְהִיּוֹת אִשָּׁה רְגוּעָה, וְזוֹ בְּרָכָה
 לְבֵית.

(אמרי-מוהרא"ש. חלק ב'. סימן תתקלח)

הקונטרס הקדוש הזה נדפס לזכות
אורי בן אליס נ"י, לבריאות ופרנסה טובה
אביגיל בת עזל תחי', לבריאות ופרנסה טובה
אפי מורתי אליס בת יהודית תחי', לרפואה שלמה
עתן יוסף, מאור, נועם, ואדיר יעקב
בני אביגיל לבריאות, ברכה והצלחה
ולרפואת נדבר בן סוזי נ"י

הקונטרס הקדוש הזה נדפס לזכות
עשה בן פאני נ"י
דלiah בת אסתר תחי'
לפרנסה טובה והצלחה בכל פעשי ידיהם
עיכאל, נתנאל דניאל ודן בניעין בני דלiah
לחזרה בתשובה, רפואה שלמה וזיווג הגון

הקונטרס הקדוש הזה נדפס
לרפואת

עשה חיים בן לאה הי"ו

שהקדוש ברוך הוא
ישלח לו רפואה שלמה
ואריכות ימים



הקונטרס הקדוש הזה נדפס

לעילוי נשמת

אלכסוי בן יעקב ז"ל

נלב"ע כ"ג חשוון תשי"ט

רחל בת יחיא ע"ה

ת.נ.צ.ב.ה.

ולזכות

לודעילה בת חוה תחי

לבריות ואריכות ימים

יעקב בן אלכסוי נ"י

ליליאה (לאת) בת אלכסוי תחי

מרינה בת אלכסוי תחי

לפרנסה טובה וכל הישועות

אליהו בן אלכסוי נ"י

לזיווג הגון עשורש נשמתו



גיפת צדקה "קרן הצדיק"



"על ידי צדקה
בא ישועה:

על ידי צדקה
זוכין לפרנסה:

גדולה צדקה
שמקרבת את
הגאולה:

יתן לצדקה
בשתי ידים,
ויהיה תפלתו
נשמעת:

על ידי צדקה
זוכה אדם לחן:"
(ספר המידות)

לקבלת הקופה
נא ליצור קשר
בטלפון:

04-6708356

ונציג יגיע אליכם
הביתה

בשנה.

אקבע אלמך שצבורי אקנות
אלהיחיד אה הקפידה בקדשה
שקניתי היצודים היבנאל
ההתנסות של פי דעות רבני.
ומפנית את קופת הצדקה
שמפני אה אנשים, ומתבוס
הכל יאם גיזן יאם אפיון
נפש. ויהא אלוהי אה הקושר
כך היה ותקרא אל צד קדוה.
ואבנות הצדקה שמתבוס הכל
יאם ויחזקו אהן כל הדינים
וואשר אהן ואל כל הדינים
חסדים ורחמים אלוהים אל
יהי פלא אלוהים
החייך אלמך
אלהים אלמך שית

באפשרותכם להכניס את הברכה אל בתיכם ולקבל את קופת
מוסדותינו "קרן הצדיק" לפדיון נפש, אשר בכל פרוטה ופרוטה
שאדם מכניס בקופה זו הוא ממתיק מעליו ומעל בני משפחתו
את כל הדינים, וממשיך על עצמו ישועות מפי עליון.

מוסדות ברסלב "היכל הקודש" יבנאל עמותת "ישמה צדיק" ע.ר. 580390136

רח' ר' נחמן מברסלב 1 ת.ד. 421 יבנאל מיקוד 15225 טלפון: 04-6708356 פקס: 04-6708359

דוא"ל: info@breslevcity.co.il בקרו באתרנו: breslevcity.co.il

לתרומות: בנק הדואר, מס' חשבון: 3397375

לעמותה אישור מס הכנסה לענין תרומות לפי סעיף 46 לפקודת מס הכנסה

סוד ה' לִירָאִיו וּבְרִיתוֹ לְהוֹדִיעֵם
זֶה שְׁמוֹ נָאָה לוֹ

תְּקוּן הַכֶּלֶלִי

תְּקוּן נוֹרָא וְנִפְלָא מְאֹד מְאֹד לְכֻלְלִיּוֹת הַחֻטָּאִים
וְהוּא פָּגַם הַבְּרִית, רַחֲמָנָא לִיצְלָן

*

וּמִסְגָּל מְאֹד גַּם לְפִרְנָסָה וּלְהַצְלָחָה בְּכָל
הָעֲנִינִים בְּגִשְׁמִיּוֹת וּבְרוּחָנִיּוֹת
אֲשֶׁרֵי מִי שְׂיֵאמְרֵם בְּכָל יוֹם

*

יְסֹדוֹ, תְּקֵנוּ, גְלוּ וְצִוְהָ לְפִרְסְמוֹ לְכָל יִשְׂרָאֵל,
רְבִנּוּ הַקְדוֹשׁ וְהַנוֹרָא, אֹר הַגְּנוּז וְהַצֶּפּוּן,
בוֹצִינָא קְדִישָׁא עֲלָאָה, אֲדוּנָנוּ, מוֹרְנוּ וּרְבִנּוּ
רְבִי נַחֲמָן מְבָרְסָלָב, זְכוּתוֹ יִגַן עֲלֵינוּ

*

הוֹבָא לְדְפוּס עַל-יְדֵי
חֲסִידֵי בְּרִסְלָב
עִיה"ק יְרוּשָׁלַיִם תּוֹכֵב"א

טוב לומר לפני אמירת העשרה מזמורים:

הריני מקשר עצמי באמירת העשרה מזמורים אלו לכל
הצדיקים האמתיים שבדורנו, ולכל הצדיקים האמתיים
שוכני עפר, קדושים אשר בארץ המה, ובפרט לרבנו הקדוש,
צדיק יסוד עולם, נחל נובע מקור חכמה, רבנו נחמן בן פיגא,
זכותו יגן עלינו, שגלה תקון זה.

לכו נרננה ליי נריעה לצור ישענו: נקדמה פניו בתודה,
בזמרות נריע לו: פי אל גדול יי, ומלך גדול על כל אלהים:

קודם שיתחיל תהלים יאמר:

הריני מזמן את פי להודות ולהלל ולשבח את בוראי, לשם
יחוד קודשא בריך הוא ושכינתה בדחילו ורחימו על ידי
ההוא טמיר ונעלם בשם כל ישראל:

טז א מכתם לדוד, שמרני אל כי חסיתי בך: ב אמרת ליי
אדני אתה, טובתי בל עליך: ג לקדושים אשר בארץ המה,
ואדירי כל חפצי-בם: ד ירבו עצבותם אחר מהרו בל אסיף
נספיהם מדם, ובל אשא את שמותם על שפתי: ה יי מנת
חלקי וכוסי, אתה תומיך גורלי: ו חבלים נפלו-לי בנעמים,
אף נחלת שפרה עלי: ז אברך את יי אשר יעצני, אף לילות
יסרוני כליותי: ח שויתי יי לנגדי תמיד, כי מימיני בל אמוט:
ט לכן שמח לבי ויגל כבודי, אף בשרי ישכן לבטח: י כי לא
תעזב נפשי לשאול, לא תתן חסידך לראות שחת: יא תודיעני
ארח חיים שבע שמחות את פניך, נעמות בימינך נצח:

לב א לְדוֹד מִשְׁכִּיל אֲשֶׁרִי נָשׁוּי פִּשְׁעַ כְּסוּי חֲטָאָה: ב אֲשֶׁרִי אָדָם לֹא יִחְשַׁב יְיָ לוֹ עוֹן, וְאִין בְּרוּחוֹ רַמְיָה: ג כִּי הִחַרְשֵׁתִי בְּלוֹ עֲצָמִי, בְּשֹׂאֲגָתִי כָּל הַיּוֹם: ד כִּי יוֹמָם וְלַיְלָה תִּכְבַּד עָלַי יְיָךְ נִהְפֵךְ לְשֹׁדִי, בְּחִרְבְּנֵי קִיץ סָלָה: ה חֲטָאתִי אֹדִיעֶךָ וְעוֹנֵי לֹא כִסִּיתִי, אָמַרְתִּי אֹדְהָ עָלַי פִּשְׁעֵי לִי, וְאַתָּה נִשְׂאתָ עוֹן חֲטָאתִי סָלָה: ו עַל זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל חֹסֵיד אֱלֹהֶיךָ לְעַת מְצוּא רַק לְשִׁטְף מִיָּם רַבִּים, אֱלֹיו לֹא יִגִּיעוּ: ז אַתָּה סֹתֵר לִי מִצָּר תִּצְרַנִּי רַנִּי פִּלְט תִּסּוּבְּבֵנִי סָלָה: ח אֲשַׁכִּילְךָ וְאוֹרְךָ בְּדֶרֶךְ זֶה תִּלְךָ, אִיעֲצֶה עֲלֶיךָ עֵינַי: ט אַל תִּהְיוּ כְּסוּס כְּפָרֵד אִין הַבֵּין בְּמַתְג וְרִסָן עֲדִיו לְבָלוֹם, בַּל קָרַב אֱלֹהֶיךָ: י רַבִּים מְכֹאֹבִים לְרָשָׁע וְהַבּוֹטֵחַ בֵּינִי, חֶסֶד יִסּוּבְּבֵנוּ: יא שְׁמַחוּ בֵּינִי וְגִילוּ צְדִיקִים וְהִרְנִינוּ כָּל יִשְׂרָאֵל:
לב:

מא א לְמַנְצַח מְזִמּוֹר לְדוֹד: ב אֲשֶׁרִי מִשְׁכִּיל אֶל דָּל, בְּיוֹם רָעָה יִמְלֹטְהוּ יְיָ: ג יְיָ יִשְׁמְרֵהוּ וַיִּחַיְהוּ וְאֲשֶׁר בְּאָרֶץ, וְאֵל תִּתְּנֵהוּ בְּנַפְשׁ אִיבִיו: ד יְיָ יִסְעֲדֵנוּ עַל עֵרֶשׁ דָּוִי, כָּל מִשְׁכְּבוֹ הִפְכָתָּ בְּחֵלְיוֹ: ה אֲנִי אָמַרְתִּי יְיָ חֲנֻנִי, רַפְּאָה נַפְשִׁי כִּי חֲטָאתִי לָךְ: ו אוֹיְבֵי יֹאמְרוּ רַע לִי, מִתִּי יָמוּת וְאָבֵד שְׁמוֹ: ז וְאִם בָּא לְרֹאוֹת שׁוֹא יְדַבֵּר, לְבוֹ יִקְבֹּץ-אֶן לוֹ יֵצֵא לַחוּץ יְדַבֵּר: ח יַחַד עָלַי יִתְלַחֲשׁוּ כָּל שֹׁנְאֵי, עָלַי יִחְשְׁבוּ רָעָה לִי: ט דָּבַר בְּלִיעַל יִצּוֹק בּוֹ, וְאֲשֶׁר שָׁכַב לֹא יוֹסִיף לָקוּם: י גַּם אִישׁ שְׁלוֹמִי אֲשֶׁר בְּסַחְתִּי בּוֹ אוֹכַל לַחֲמִי, הִגְדִּיל עָלַי עֵקֶב: יא וְאַתָּה יְיָ חֲנֻנִי וְהַקִּימֵנִי, וְאֲשַׁלְּמָה לָּהֶם: יב בְּזֹאת יִדְעֵתִי כִּי חִפְצָתָּ בִּי, כִּי לֹא יִרִיעַ אִיבֵי עָלַי: יג וְאֲנִי בְּתַמִּי תִּמְכַּתָּ בִּי, וְתִצִּיבֵנִי לְפָנֶיךָ

לְעוֹלָם: יד בְּרוּךְ יי אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל מִהָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם אָמֵן
וְאָמֵן:

מב א לְמַנְצַח מִשְׁפִּיל לְבַנֵּי קִרְח: ב כָּאֵיל תַּעְרַג עַל אֲפִיקֵי
מַיִם, כֵּן נִפְשֵׁי תַעְרַג אֵלֶיךָ אֱלֹהִים: ג צָמְאָה נִפְשֵׁי לְאֱלֹהִים
לֹאֵל חַי מִתֵּי אָבוּא, וְאֶרְאָה פָּנֵי אֱלֹהִים: ד הִיְתָה לִי דְמַעְתִּי
לְחַם יוֹמָם וְלַיְלָה, בְּאָמַר אֵלַי כֹּל הַיּוֹם אֵיךְ אֱלֹהֶיךָ: ה אֵלֶּה
אֲזַכְרָה וְאֲשַׁפְּכָה עָלַי נִפְשֵׁי כִּי אֶעְבֵּר בְּסֶף אֲדָדִים עַד בֵּית אֱלֹהִים
בְּקוֹל רְנָה וְתוֹדָה הַמּוֹן חוּגֵג: ו מֵה תִשְׁתַּוְּחַחֵי נִפְשֵׁי וְתִהְיֶינָה
עָלַי הוֹחִילֵי לְאֱלֹהִים כִּי עוֹד אֲוֹדְנֹו יִשׁוּעוֹת פָּנָיו: ז אֱלֹהֵי
עָלַי נִפְשֵׁי תִשְׁתַּוְּחַח עַל כֵּן אֲזַכְרָךְ מֵאֶרֶץ יִרְדֵּן, וְחֶרְמוֹנִים מֵהַר
מִצְעָר: ח תְּהוֹם אֶל תְּהוֹם קוֹרָא לְקוֹל צְנוּרֶיךָ כֹּל מִשְׁבְּרֶיךָ
וְגִלְיָךְ עָלַי עָבְרוּ: ט יוֹמָם יִצְוָה יי חֲסֵדוֹ וּבְלִילָה שִׁירָה עָמִי,
תִּפְלָה לֹאֵל חַיִּי: י אֲוִמְרָה לֹאֵל סִלְעֵי לְמָה שִׁכַּחְתָּנִי לְמָה קָדַר
אֵלֶיךָ בְּלַחֵץ אוֹיֵב: יא בְּרַצַּח בְּעַצְמוֹתַי חֶרְפוֹנֵי צוּרֵי, בְּאֶמְרָם
אֵלַי כֹּל הַיּוֹם אֵיךְ אֱלֹהֶיךָ: יב מֵה תִשְׁתַּוְּחַחֵי נִפְשֵׁי וּמֵה תִהְיֶינָה
עָלַי הוֹחִילֵי לְאֱלֹהִים כִּי עוֹד אֲוֹדְנֹו יִשׁוּעַת פָּנָי וְאֱלֹהֵי:

נט א לְמַנְצַח אֵל תִּשְׁחַת לְדוֹד מִכְתָּם בְּשִׁלַּח שָׂאוֹל וַיִּשְׁמְרוּ
אֶת הַבַּיִת לְהַמִּיתוֹ: ב הִצִּילֵנִי מֵאוֹיֵב אֱלֹהֵי מִמֶּתְקוֹמֵמִי
תִּשְׁגַּבֵּנִי: ג הִצִּילֵנִי מִפְּעֵלֵי אֹן, וּמֵאֲנָשֵׁי דְמַיִם הוֹשִׁיעֵנִי: ד
כִּי הִנֵּה אֶרְבּוּ לְנִפְשֵׁי יִגְוֵרוּ עָלַי עֵזִים, לֹא פִשְׁעֵי וְלֹא חֲטָאתֵי
יי: ה בְּלֵי עוֹן יִרְצוּן וַיִּכּוֹנְנֹו עוֹנָה לְקִרְאתִי וְרָאָה: ו וְאַתָּה יי
אֱלֹהִים צְבָאוֹת אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל הִקִּיצָה לְפָקֵד כֹּל הַגּוֹיִם אֵל תַּחֵן
כֹּל בְּגַדֵי אֹן סִלָּה: ז יִשׁוּבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כְּכֹלֵב וַיִּסּוּבְבוּ עִיר:
ח הִנֵּה יִבְעוּן בְּפִיהֶם חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם, כִּי מִי שְׁמַע: ט

ואתה יי תשחק למו תלעג לכל גוים: י עזו אליך אשמרה פי
 אלהים משגבי: יא אלהי חסדי יקדמני, אלהים יראני בשררי:
 יב אל תהרגם פן ישכחו עמי הניעמו בחילך והורידמו, מגננו
 אדני: יג חטאת פִּימו דבר שפתימו וילכדו בגאונם ומאלה
 ומכחש יספרו: יד כלה בחמה כלה ואינמו וידעו כי אלהים
 משל ביעקב לאפסי הארץ סלה: טו וישבו לערב יהמו ככלב
 ויסובבו עיר: טז המה יניעון לאכל, אם לא ישבעו וילינו: יז
 ואני אשיר עזך וארנן לבקר חסדך כי היית משגב לי ומנוס
 ביום צר לי: יח עזי אליך אשמרה, כי אלהים משגבי אלהי
 חסדי:

עז א למנצח על ידותון לאסף מזמור: ב קולי אלהים
 ואצעקה, קולי אל אלהים והאזין אלי: ג ביום צרתי אדני
 דרשתי ידי לילה נגרה ולא תפוג, מאנה הנחם נפשי: ד
 אזכרה אלהים ואהמיה, אשיחה ותתעטף רוחי סלה: ה אחזת
 שמרות עיני, נפעמתי ולא אדבר: ו חשבתי ימים מקדם,
 שנות עולמים: ז אזכרה נגינתי בלילה עם לבבי אשיחה,
 ויחפש רוחי: ח הלעולמים ינח אדני, ולא יסיף לרצות עוד:
 ט האפס לנצח חסדו, גמר אמר לדר ודר: י השכח חנות
 אל אם קפץ באף רחמיו סלה: יא ואמר חלותי היא שנות
 ימין עליון: יב אזכור מעללי יה כי אזכרה מקדם פלאך: יג
 והגיתי בכל פעלך, ובעלילותיך אשיחה: יד אלהים בקדש
 דרכך מי אל גדול כאלהים: טו אתה האל עשה פלא, הודעת
 בעמים עזך: טז גאלת בזרוע עמך בני יעקב ויוסף סלה: יז

2 באמרו אל אלהים תכוון המילוי כזה: אל"ף למ"ד אל"ף למ"ד ה"י יו"ד
 מ"ם

ראוּף מִים אֱלֹהִים רְאוּף מִים יַחִילוּ, אָף יִרְגְּזוּ תַהֲמוֹת: יח
 זָרְמוּ מִים עֲבוֹת קוֹל נִתְּנוּ שְׁחָקִים, אָף חֲצֹצְרִיךְ יִתְהַלְכוּ: יט
 קוֹל רַעְמָךְ בְּגִלְגֹּל הַאִירוּ בְּרָקִים תִּבֵּל, רְגֵזָה וּתְרַעַשׂ הָאָרֶץ: כ
 בָּיִם דְּרָכָךְ וּשְׂבִילֶךָ בְּמַיִם רַבִּים וְעַקְבוֹתֶיךָ לֹא נִדְּעוּ: כא נְחִית
 כְּצֹאן עֲמָךְ בְּיַד מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן:

צ א תִּפְלֶה לְמֹשֶׁה אִישׁ הָאֱלֹהִים אֲדַנִּי מֵעוֹן אֶתָּה הָיִיתָ לָנוּ
 בְּדַר וְדַר: ב בְּטָרִם הָרִים יִלְדוּ וּתְחַוֵּל אָרֶץ וּתִבֵּל, וּמַעוֹלָם
 עַד עוֹלָם אֶתָּה אֵל: ג תִּשָּׁב אָנוּשׁ עַד דִּפְא, וּתֹאמֶר שׁוּבוּ בְנֵי
 אָדָם: ד כִּי אֶלֶף שָׁנִים בְּעֵינֶיךָ כְּיוֹם אֶתְמוֹל כִּי יַעֲבֹר וְאַשְׁמֹרֶה
 בְּלִילָה: ה זָרְמָתָם שָׁנָה יִהְיוּ, בְּבִקֵּר כְּחֹצֵיר יַחֲלֶף: ו בְּבִקֵּר
 יִצִּיץ וְחֲלֶף, לְעָרֵב יְמוֹלֵל וְיִבֵּשׁ: ז כִּי כְּלִינוּ בְּאַפֶּךָ, וּבַחֲמַתְךָ
 נִבְהַלְנוּ: ח שְׁתֵּה עֲוֹנֹתֵינוּ לְנִגְדֶךָ, עֲלַמְנוּ לְמֵאוֹר פְּנִיֶךָ: ט כִּי
 כָּל יְמֵינוּ פָּנוּ בְּעִבְרַתְךָ, כְּלִינוּ שְׁנִינוּ כְּמוֹ הֶגֶה: י יְמֵי שְׁנוֹתֵינוּ
 בָּהֶם שְׁבָעִים שָׁנָה וְאִם בְּגִבּוֹרֵת שְׁמוֹנִים שָׁנָה וְרַהֲבָם עָמַל
 וְאֶזֶן, כִּי גִז חִישׁ וְנִעְפָּה: יא מִי יוֹדַע עַז אַפֶּךָ, וּכְיִרְאָתְךָ
 עֲבַרְתְּךָ: יב לְמַנּוֹת יְמֵינוּ פֶּן הוֹדַע, וְנִבְא לְבַב חֲכָמָה: יג
 שׁוֹבָה יִי עַד מָתִי, וְהִנַּחֵם עַל עֲבֹדֶיךָ: יד שְׁבַעְנוּ בְּבִקֵּר חֲסִדֶךָ,
 וְנִרְנְנָה וְנִשְׁמַחָה בְּכָל יְמֵינוּ: טו שְׁמַחְנוּ כִּימוֹת עֲנִיתָנוּ, שְׁנוֹת
 רְאִינוּ רַעָה: טז יִרְאֶה אֵל עֲבֹדֶיךָ פְּעֻלָּךְ, וְהִדְרֶךְ עַל בְּנֵיהֶם:
 יז וַיְהִי נֶעַם אֲדַנִּי אֱלֹהֵינוּ עֲלֵינוּ, וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָה עֲלֵינוּ
 וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָהוּ:

קה א הוֹדוּ לַיִי קְרָאוּ בְשֵׁמוֹ, הוֹדִיעוּ בְּעַמִּים עֲלִילוֹתַי: ב
 שִׁירוּ לוֹ זָמְרוּ לוֹ, שִׁיחוּ בְּכָל נַפְלְאוֹתַי: ג הִתְהַלְלוּ בְּשֵׁם
 קְדְשׁוֹ, יִשְׂמַח לֵב מְבַקְשֵׁי יִי: ד דְּרִשׁוּ יִי וְעִזּוּ, בְּקִשׁוּ פָּנָיו

תמיד: ה זכרו נפלאותיו אשר עשה, מפתיו ומשפטי פיו: ו
 זרע אברהם עבדו, בני יעקב בחיריו: ז הוא יי אלהינו בכל
 הארץ משפטיו: ח זכר לעולם בריתו, דבר צוה לאלף דור: ט
 אשר כרת את אברהם, ושבועתו לישחק: י ויעמידה ליעקב
 לחק, לישראל ברית עולם: יא לאמר לך אתן את ארץ פנען,
 חבל נחלתכם: יב בהיותם מתי מספר, כמעט וגרים בה: יג
 ויתהלכו מגוי אל גוי, מממלכה אל עם אחר: יד לא הניח
 אדם לעשקם, ויוכח עליהם מלכים: טו אל תגעו במשיחי,
 ולנביאי אל תרעו: טז ויקרא רעב על הארץ, כל מטה-לחם
 שבר: יז שלח לפניכם איש, לעבד נמכר יוסף: יח ענו
 בכבל רגלו, ברזל באה נפשו: יט עד עת בא דברו, אמרת יי
 צרפתהו: כ שלח מלך ויתירהו, משל עמים ויפתחהו: כא
 שמו אדון לביתו, ומשל בכל קנינו: כב לאסר שריו בנפשו,
 וזקניו יחכם: כג ויבא ישראל מצרים, ויעקב גר בארץ חם:
 כד ויפר את עמו מאד ויעצמהו מצריו: כה הפך לבם לשנא
 עמו, להתנפל בעבדיו: כו שלח משה עבדו, אהרן אשר בחר
 בו: כז שמו כם דברי אתותיו, ומפתים בארץ חם: כח שלח
 חשף ויחשף, ולא מרו את דברו: כט הפך את מימיהם לדם,
 וימת את דגתם: ל שרץ ארצם צפרדעים, בחדרי מלכיהם:
 לא אמר ויבא ערב, כנים בכל גבולם: לב נתן גשמייהם ברד,
 אש להבות בארצם: לג ויך גפנם ותאנתם, וישבר עץ גבולם:
 לד אמר ויבא ארבה, וילק ואין מספר: לה ויאכל כל עשב
 בארצם, ויאכל פרי אדמתם: לו ויך כל בכור בארצם, ראשית
 לכל אונם: לז ויוציאם בכסף וזהב, ואין בשבטיו כושל: לח
 שמח מצרים בצאתם, כי נפל פחדם עליהם: לט פרש ענן

לְמִסְךָ, וְאֵשׁ לְהָאִיר לְיִלְיָהּ: מ שָׁאֵל וַיָּבֵא שְׁלוֹ, וְלַחֵם שְׁמִים
 יִשְׁבִּיעֵם: מא פָּתַח צוֹר וַיִּזְוְבוּ מַיִם, הֶלְכוּ בְּצִיּוֹת נָהָר: מב כִּי
 זָכַר אֶת דְּבַר קִדְשׁוֹ, אֶת אֲבֹתָהֶם עֲבָדוּ: מג וַיּוֹצֵא עִמּוֹ בְּשִׁשּׁוֹן
 בְּרִנָּה אֶת בַּחֲרִירוֹ: מד וַיִּתֵּן לָהֶם אֲרָצוֹת גּוֹיִם, וַעֲמַל לְאֲמִים
 יִירָשׁוּ: מה בַּעֲבוּר יִשְׁמְרוּ חֻקֵּי, וְתוֹרֹתָיו יִנְצְרוּ הַלְלוּיָהּ:

קלז א על נהרות בכל שם ישבנו גם בכינו, בזכרנו את
 ציון: ב על ערבים בתוכה תלינו כנרותינו: ג כי שם שאלונו
 שובינו דברי שיר ותוללינו שמחה, שירו לנו משיר ציון: ד
 איך נשיר את שיר יי על אדמת נכר: ה אם אשכחך ירושלם
 תשכח ימיני: ו תדבק לשוני לחפי אם לא אזכרכי אם לא
 אעלה את ירושלם על ראש שמחתי: ז זכר יי לבני אדום את
 יום ירושלם האמרים ערו ערו, עד היסוד בה: ח בת בכל
 השדודה אשרי שישלם לך, את גמולך שגמלת לנו: ט אשרי
 שיאחז ונפץ את עלליך אל הסלע:

קנ א הללו יה הללו אל בקדשו, הללוהו ברקיע עזו: ב
 הללוהו בגבורתיו, הללוהו כרב גדלו: ג הללוהו בתקע
 שופר, הללוהו בנבל וכנור: ד הללוהו בתוף ומחול, הללוהו
 במנים ועגב: ה הללוהו בצלצלי שמע, הללוהו בצלצלי
 תרועה: ו כל הנשמה תהלל יה הללויה:

אחר שסיים תהלים יאמר זה:

מי יתן מציון ישועת ישראל בשוב יי שבות עמו יגל יעקב
 ישמח ישראל: ותשועת צדיקים מיי מעוזם בעת צרה: ויעזרם
 יי ויפלטם יפלטם מרשעים ויושיעם כי חסו בו: