

קונטרס

אַל תִּדְאָג

יעורר ויחזק את האדם, איך שצריך להרחיק ממנו את
הדאגות, כי זה יכלה לו את בריאותו, ויפילו לבאר שחת,
ואיך שהדאגות אינן מביאות את האדם אל שום מקום, רק
אל סף היאוש.



בְּנוֹי וּמִיֶּסֶד עַל־פִּי דְבָרֵי

רַבְּנֵי הַקְּדוֹשׁ וְהַנּוֹרָא, אֹר הַגְּנוּז וְהַצֶּפֶן,
בּוֹצִינָא קְדִישָׁא עֲלָאָה, אֲדוֹנָנוּ, מוֹרְנוּ וְרַבְּנֵנוּ

רַבֵּי נַחֲמָן מִבְּרֶסְלָב, זְכוּתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ.

וְעַל־פִּי דְבָרֵי תַלְמִידוֹ, מוֹרְנוּ

הַגָּאוֹן הַקְּדוֹשׁ, אֹר נִפְלָא, אֲשֶׁר כָּל רַז לֹא אָנִיס לִיה

רַבֵּי נֵתָן מִבְּרֶסְלָב, זְכוּתוֹ יִגַּן עָלֵינוּ,

וּמִשְׁלָב בְּפֶסְקֵי תוֹרָה, נְבִיאִים, כְּתוּבִים וּמֵאַמְרֵי חֻכְמֵינוּ
הַקְּדוֹשִׁים מִגְּמָרָא וּמִדְרָשִׁים וְזֶהר הַקְּדוֹשׁ



הּוֹבָא לְדָפוּס עַל־יְדֵי

חֲסִידֵי בְּרֶסְלָב

עִיה"ק יְרוּשָׁלַיִם תּוֹכֵב"א

הַכְּתָבָת לְהַשִּׁיג אֶת הַסֵּפֶר הַזֶּה
וְכָל סֵפֶרֵי אֲדָמוֹר מוֹהֲרָן מְבַרְסֵלָב זי"ע
וְסֵפֶרֵי תַלְמִידָיו הַקְּדוּשִׁים

* * *

בְּאֶרֶץ יִשְׂרָאֵל

יְבִנְאֵל

עִיר בְּרֶסֶלָב

גָּלִיל

* * *

בְּאַרְצוֹת הַבְּרִית

מִתִּיבְתָא הַיְכַל הַקֹּדֶשׁ – חֲסִידֵי בְרֶסֶלָב

1129-42nd St.

Brooklyn N.Y. 11219

* * *

מוֹסְדוֹת "הַיְכַל הַקֹּדֶשׁ" חֲסִידֵי בְרֶסֶלָב בְּאֶרֶץ וּבְחוּ"ל

שַׁע"י עֲמַתַת "יִשְׁמַח צְדִיק - קִהְלַת בְּרֶסֶלָב בְּגָלִיל"

בְּנִשְׂיאוֹת כ"ק מוֹהֲרָא ש' שְׁלִיט"א – הַצְּדִיק מִיְבִנְאֵל

רַח' רַבִּי נַחֲמָן מְבַרְסֵלָב 1, ת.ד. 421 יְבִנְאֵל, 15225

טֶלְפוֹן רַב קוּי: 04-6708356 – פֶּקֶס: 04-6708359

E-Mail: info@breslevcity.co.il

Web site: www.breslevcity.co.il



breslevcity.co.il
הר | שדה | בית

קונטרס

אֵל תְּדַאֵג

.א

אחי היקר! עליך לדעת, כי הדאגה מכלה את האדם לגמרי, ולא תביאו אל שום מקום, רק אל סף היאוש, ועל-כן ראה לעשות כל מיני פעולות שבעולם לשמח עצמך, ולברח מכל מיני דאגות המכלות את בריאותך, כמו שאמרו חכמינו הקדושים (סנהדרין ק): אל תכניס בעצמך את הדאגה, כי הרבה אנשים גבורים הרגה הדאגה, ותשתדל בכל מיני אפנים לבוא אל שמחה אמיתית, ועקר העצה לזה הוא

שְׁתַּרְגִּיל אֶת עֲצֻמָּךְ לְדַבֵּר רַק עִמוֹ יִתְבַּרְךָ, אֲשֶׁר מְלֵא
 כָּל הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ, וְחִסְפּוֹ לְפָנָיו יִתְבַּרְךָ אֶת כָּל אֲשֶׁר
 עִם לִבְבְּךָ, וְכָל מֵה שְׁמַעִיק לְךָ. עָלֶיךָ לְזַכֵּר, כִּי אֵין מִי
 שְׂיִבִין אוֹתְךָ רַק הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא בְּעֲצָמוֹ, וְעַל-כֵּן
 מְדוּעַ תְּרוּץ אַחֲרֵי בְּנֵי אָדָם, שְׁעוּד יִשְׁבְּרוּ אוֹתְךָ. רְאֵה
 יוֹתֵר טוֹב לְכַרַח אֱלֹהֵי יִתְבַּרְךָ, וְתִדְבֵּר עִמוֹ בְּלִשׁוֹן
 שְׂאֵתָה רְגִיל בָּהּ, וְאֵת כָּל הַדְּאָגוֹת שְׁלֶךְ תּוֹצִיא מִלִּבְּךָ
 אֶל תּוֹךְ פִּיךָ, וּמִפִּיךָ אֱלֹהֵי יִתְבַּרְךָ, וְאִזּוּ יִקַּל עָלֶיךָ,
 וְתִרְגִּישׁ עֲצֻמָּךְ אָדָם אַחֵר לְגַמְרֵי.

ב

אָחִי הַיְקָר! לָמָּה לְךָ לְדַאֵג עַל עוֹלָם שְׂאִינוֹ שְׁלֶךְ,
 הֲלֹא בֵּין כֶּף יַעֲבֹר לְךָ הַיּוֹם, בֵּין אִם תִּדְאֵג, וּבֵין שְׁלֵא
 תִּדְאֵג, וְעַל-כֵּן רְאֵה לְחֻטֵּף בְּזֵה הַיּוֹם דִּיקָא אֵיזָה
 שְׂמָחָה וְרַקוּד — שְׂתִשְׂמַח וְתִרְקַד, וְכֵן תִּשְׂמַח אֶת כָּל
 מִשְׂפַּחְתְּךָ, וְכָל שְׂכֵנֶיךָ, וְתִדְבֵּר עִמָּהֶם בְּצוּרָה יָפָה עַד
 מָאֵד, הֲלֹא עִם הַדְּאָגוֹת שְׁלֶךְ לֹא תִפְעַל כְּלוּם, רַק
 תִּהְרַס אֶת הַחַיִּים שְׁלֶךְ, וְכֵן תִּהְרַס אֶת חַיֵּי זְלַתְךָ, וְעַל-
 כֵּן רְאֵה לְזֹרֵק מִמֶּךָ עֲכָשׁוּ כָּל מֵינֵי דְאָגוֹת, וְאֵל תִּדְאֵג
 כְּלָל, וְאִזּוּ תִתְעַנֵּג בְּעַנְג זִיו וְשִׂמְחַת הַחַיִּים, וְאֵל כָּל זֶה

תזכה דיקא כשתכניס עצמך בתוך האמונה הקדושה — להאמין באלקים חיים, ותדע כי אין העולם הפקר, חס ושלום, רק יש מנהיג — מי שמנהיג את העולם בהשגחה פרטי פרטית, וכל הדאגות שבאות עליך הם רק מחמת הכפירות והאפיקורסות שנכנסו בך, מחמת רבוי עוונותיך וחטאיך, מה שאין כן באם תזכה לשוב בתשובה אמיתית אליו יתברך, ותמשיך בעצמך את האמונה הקדושה בו יתברך, ותרגישו עליך, אז ממילא תזרק ותרחיק ממך כל מיני דאגות, ותתענג בזיו שכינת עזו יתברך.

ג.

אחי היקר! מה ולמה לך לדאג כל-כך? הלא ממילא לא יעזרו לך הדאגות להגיע אל מחוז חפצך, אדרבה עוד תתרחק ממה שאתה חפץ, כי הדאגה מכנסת יאוש והתרשלות באדם, עד שעוזב את עצמו לגמרי, ואז מאומה לא ישא בעמלו; ועל-כן ראה, אהובי, אחי היקר, להכניס בך רק את האמונה הקדושה בו יתברך, ותדע כי רבים רחמיו, והשליך עליו יהבך, והוא בודאי לא יעזב אותך, אם לא

תתיאש עצמך מלדבר עמו יתברך בלשון שאתה רגיל בה. כי בזה שתהיה רגיל לדבר עמו יתברך, יכנס בך בטחון חזק ואמונה ברורה, עד שתראה כי אין מה לדאג, הלא אנו ממילא נמצאים בידו יתברך כחמר ביד היוצר, ברצותו מאריך וברצותו מקצר, ועל-כן טוב לך יותר לבטח בו יתברך, ולהיות רגיל להתחבא רק אצלו יתברך וזה יבטל ממך את כל הדאגות.

ד.

אחי היקר! עליך לדעת, כי הדאגות שהאדם דואג מיום לחברו, ואפלו משעה לשעה הורסות את העצבים שלו (שקורין זיינע גערוויין), וגם מכניסות בהאדם איש ודכאון ועצבון פנימי ונכנס במתח חזק, ועל-כן מדוע לך לדאג על עולם שאינו שלך, מה אתה יודע של מי המחר, ואולי לא יבוא לגמרי, הרגל עצמך לחשב תמיד רק ממנו יתברך, ובטח רק בו יתברך, כי רק הוא יכול לעזור לך, ובלי רשותו יתברך אף ברעה אינה יכולה להזיק לך כלל, וכשתכניס בדעתך תמיד אמתת מציאותו יתברך, ותדע אשר אין בלעדיו יתברך כלל, ותדבר עמו

יתברך בלשון שאתה רגיל בה, אז תראה שאין מה
 לדאג, כי הדאגה בלב טפשים ומחסרי אמונה,
 והבטחון בלב חכמים המאמינים בו יתברך בשלמות;
 אשרי המאמין ובוטח, ואינו דואג.

ה.

אחי היקר! כבר אמר החכם: הדאגה העצורה
 בלב, ממהרת את הזקנה, ועל-כן מדוע אתה דואג
 והורס את בריאות גופך, והורס את עצביך, כי
 הדאגה לא תביא אותך אל שום דבר, רק אל כליון,
 רחמנא לצלך, ועל-כן ראה להרגיל עצמך לבטח רק
 בו יתברך, אשר בודאי לא יעזב אותך, וכמו שעזר
 לך עד עכשו, כמו-כן יעזר לך כל ימי חייך. זכר,
 זכר! באיזה צרות ויסורים כבר היית, והוציא אותך
 הקדוש ברוך הוא משם, ועל-כן ראה לבטח בו
 יתברך, שגם עכשו יוציא אותך מכל מרירותך, ואף
 שעתה אתה מאד שבור, ונדמה לך כאלו אפסה
 תקנה, חס ושלום, גם על זה ראוי לך להזכיר עצמך
 איך שבעת צרותיך, הדאגות לא עזרו לך כלל, רק
 מררו יותר את חייך, והכניסו בך יותר מתח ופחדים

שֶׁל הַבֵּל; וְעַל-כֵּן רָאָה לְזֶרֶק מִמֶּךָ הַדְּאָגוֹת, וּבִטַח בּוֹ יִתְבַרֵךְ, כִּי בּוֹדָאֵי לֹא יַעֲזֹב אוֹתְךָ, אֶפְלוּ שְׂאֵתָה כְּמוֹ שְׂאֵתָה, עֲלִיךָ לְדַעַת, כִּי הוּא יִתְבַרֵךְ אֲב הֶרְחַמֵּן, וְאִם מוֹסֵר אֶת עֲצָמוֹ לְגַמְרֵי אֱלֹוֵי יִתְבַרֵךְ, וּמַדְבֵּר עִמוֹ יִתְבַרֵךְ בְּלִשׁוֹן שְׂרָגִיל בָּהּ, וּמִסְפָּר לוֹ יִתְבַרֵךְ אֶת כָּל לְבוֹ וְכָל מָה שְׁעוֹבֵר עָלָיו בְּפִרְטֵי פִרְטֵיּוֹת, כַּאֲשֶׁר יִדְבֹּר אִישׁ עִם רֵעֵהוּ, אִזּוּ בּוֹדָאֵי לֹא עוֹזֵב אוֹתוֹ הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא, וְעַל-כֵּן רָאָה רַק לְבָרַח אֱלֹוֵי יִתְבַרֵךְ, וְאֵל תְּדַאֵג כָּלֵל, וְאִזּוּ תִרְאֶה נִפְלְאוֹת.

ו.

אָחֵי הַיְקָר! עֲלִיךָ לְדַעַת, כִּי הַדְּאָגָה מְבִיאָה אֶת הָאָדָם לְעֲנִיּוֹת וּלְקִטְנוֹת הַדַּעַת, וְכַמְעַט שְׂאִין אָדָם שְׂלֵא יִפֹּל בְּכַשְׁלוֹנוֹת בְּחִיּוֹ — אִם הוּא דוֹאֵג עַל מַצְבוֹ, כִּי כָּל אֱלוֹ שְׂמַצְלִיחִים בְּחִיּוּתָם זֶה בָּא לָהֶם רַק מֵרַב בְּטַחֲוֹן בּוֹ יִתְבַרֵךְ, וּבִטַחֲוֹן עֲצָמֵי, וְאִינֵם דוֹאֲגִים כָּלֵל עַל הָעֵתִיד, וְעֲלִיךָ לִידַע, כִּי הַדְּאָגָה עַל הָעֵתִיד הִיא אֲוֶלֶת, כִּי מִי יוֹדֵעַ אִם יֵשׁ לָךְ עֵתִיד, וְכַמָּה בְּנֵי אָדָם הֵלְכוּ לִשְׁן וְלֹא קָמוּ, וְכַמָּה בְּנֵי אָדָם חָשְׁבוּ וְדַאֲגוּ מִחֲשָׁבוֹת וְדַאֲגוֹת עַל אֵיזָה עֲנִיָּן מְסִים, וּלְבִסוּף

שנה הקדוש ברוך הוא את כל התכניות שלהם ובאה להם ישועה כזו. שלא תארו לעצמם, וכן באה הישועה ממקום כזה, שלא חשבו עליו; ועל-כן מה לך לדאג ולחשב, יותר טוב לך לבטח בו יתברך, ותכניס בעצמך אמונה חזקה בך — שיש ביכלתך להצליח בכל מה שרק תקח בידך — בעזרתו יתברך, ואז תראה איך שתצליח, כי עקר הצלחת האדם תלוי רק כפי שמרחיק ממנו את המחשבות הטורדות והדאגות של חנם.

ז.

צריך שתדע, אהובי, אחי היקר, כי על-פי רב הדאגות של האדם, הוא בעצמו מושך אותן על עצמו, כי אמרו חכמינו הקדושים (מדרש קהלת פרק א', סימן ל"ד): מי שיש לו מנה, רוצה מאתים על-פי רב, האדם יש לו משכורת די דלה, והוא מאשר בזה וחי חייו בנעימים, אבל תכף-ומיד כשרק מכניס בדעתו איזו מחשבה יתרה, ומקנא את חברו, ורוצה לחיות בתקציב יותר מכחו, ונכנס בעל החובות, על-ידי-זה מתחיל לדאג דאגות רבות — ביום הוא מטרד

בטְרָדוֹת, וּבְלִיָּהּ הוּא מְתַהַפֵּף עַל מִטָּתוֹ, וְאֵינּוּ יָכוֹל לִישֵׁן מְרֹב דְּאֲגוּתָיו, וְעַכְשָׁו אֲשָׁאֵל אוֹתְךָ — הָאֵם לֹא הִיָּה יוֹתֵר טוֹב לְחַיּוֹת בְּמָה שֶׁהִיָּה לָּךְ, מִלְּהַפְנֵס בְּעַל הַחוּבוֹת הַגְּדוֹלִים, עַד שֶׁבְּכָל פַּעַם מַחְפֵּשׁ אוֹתְךָ בְּעַל חוֹב אַחֵר, וְדוֹפֵק עַל דְּלֹתוֹת בֵּיתְךָ, וְנוֹגֵשׁ אוֹתְךָ שֶׁתִּשְׁלַם לוֹ, וְאַתָּה כְּכֹר מְפַחַד לְצִאת בְּתוֹךְ הַחֲבֵרָה מְרֹב הַמִּתַּח וְהַעֲצוּבֹן, וְכָל זֶה בָּא לָּךְ, כִּי אֵינְךָ רוֹצֵה לְהִיּוֹת שְׂמֵחַ בְּחֻלְקֶךָ, וְעַל־כֵּן אַתָּה נוֹפֵל בְּכָל פַּעַם בְּדְאֲגוֹת יוֹתֵר גְּדוֹלוֹת; עַל־כֵּן אֶהוּבִי אַחֵי הַיְקָר! רְאֵה לְהַרְגִיל עֲצֻמְךָ לְהִיּוֹת שְׂמֵחַ בְּחֻלְקֶךָ תָּמִיד, וְזֶה יִכְנִיס בְּךָ תַקְוָה וּבִטְחוֹן עֲצִמִי, עַד שֶׁלֹּא תִצְטָרֵךְ לְדָאֵג כָּלֵל, וְתוּכַל לְהִתְעַלּוֹת בְּלִי דְאֲגוֹת כָּלֵל.

.ח.

אַחֵי הַיְקָר! עָלֶיךָ לְדַעַת, כִּי הַדְּאָגָה שֶׁל הָאָדָם מְבִיאָה אוֹתוֹ אֶל מִתַּח וְעֲצָבִים חֲזָקִים, עַד שֶׁמְרֹב מִתַּח כְּמַעַט שִׁיאֲבֹד עֲצָמוֹ לְדַעַת, וְעַל־כֵּן מְדוּעַ לֹא תִכְנִיס בְּדַעַתְךָ שְׂאֵלָה זֹאת שֶׁתִּשְׁאֵל לְעֲצֻמְךָ — מַה וְלָמָּה לִי לְדָאֵג דְּאֲגַת מְחָר שְׂמָא הַמְּחָר אֵינְנוּ, וְנִמְצָא שֶׁדְּאֲגַתִּי עַל עוֹלָם שְׂאֵינּוּ שְׁלִי, וְדְאֲגַתִּי בְּחִנְסִי, הַרְגֵּל

אל תדאג

יא

עצמך לחיות רק עם היום הזה, ואז לעולם יהיו
לך שום דאגות, ותרגיש נעימות החיים, עקר
המרירות והדפאון שנכנסים בהאדם, הם רק מפני
שדואג מה יהיה עמו למחר או למחרתיך, מה מכניס
בו מתח ועצבים חזקים, עד שכמעט ייע, ומרים
לו החיים מאד, והוא מלא פחדים גי ים, ואין לו
מנוח לנפשו, אבל אם ירגיל עצמו לחיות רק עם
היום הזה, וידע שאין לו רק היום הזה, אז חזיו
ישתנו לגמרי, וירגיש נעימות החיים, עד שמרב
שמחה יזכה להרגיש את גשמיית הארץ שהיא ארץ
קדושה, ארץ החיים, כי על-פי רב כשאדם מתוח
במתח חזק, אז בוערת הארץ תחתיו, ורועד מרב
פחדים — מה יהיה למחר או אחר זמן, והוא כלו
מלא דאגות, ואינו נהנה מהחיים, ולהפוך כשזוכה
רק לחשב מהיום הזה, אז כל החיים שלו משתנים
לגמרי, ומרגיש ערכות נעימות החיים, אשרי לו!

ט.

אהובי, אחי היקר! עליך לדעת, כי כל הדאגות
ואי האשר בחיים, הם באים מרב פחדים יתרים,

שִׁמְכָנִים בְּדַעְתּוֹ לַפְּחַד מִבְּנֵי אָדָם, וְזֶה בָּא לָךְ עַל-יְדֵי
 אִי אֲמוּנָה עֲצֻמִּית — שְׂאִינְךָ מֵאֲמִין בְּךָ בְּעֲצֻמְךָ,
 שְׁעֵדִין אֶתָּה יְכוּל לְהַתְּעֵלוֹת בְּתַכְלִית הָעֲלִיָּה, וְלְהוֹצִיא
 אֶת כַּחוֹת הַנֶּפֶשׁ הַגְּנוּזִים בְּךָ מֵהַפֶּחַח אֶל הַפֶּעַל, וּמֵאַחַר
 שְׂאִינְךָ מֵאֲמִין בְּעֲצֻמְךָ, וְאֶתָּה אוֹחֵז עֲצֻמְךָ לְהַכִּי אִמְלֵל
 בַּחֲרֶךְ, עַל-יְדֵי-זֶה אֶתָּה מְלֵא פְּחָדִים וּמְלֵא דְאָגוֹת,
 וּבִקְאֻמַּת הַכֹּל טְעוֹת עֲצוּמָה, כִּי עֲלֶיךָ לְצִאת מִנְּגַע
 הַצָּרַעַת הַזֶּה שֶׁל אִי אֲמוּנָה בְּעֲצֻמְךָ וּפְחָדִים יִתְרִים
 מִבְּנֵי אָדָם, אֲשֶׁר כָּל זֶה גּוֹרֵם לָךְ דְּאָגוֹת לְדָאג בִּיּוֹם
 וּבַלִּילָהּ. וְאִיךָ תִּזְכֶּה לְצִאת מִכָּל זֶה? עַל-יְדֵי שְׁתַּרְגִּיל
 עֲצֻמְךָ לְדַבֵּר דִּיקָא כָּל הַטְּמוֹן בְּלִבְךָ, וְלֹא תִתְבַּיֵּשׁ
 מִשׁוּם בְּרִיָּה שֶׁבְּעוֹלָם, כִּי רַק מִי שֵׁיכוּל לַעֲמֹד נֶגֶד קְהֵל
 גָּדוֹל, וַיְדַבֵּר אֶת אֲשֶׁר בְּלִבּוֹ בְּלִי שׁוּם פְּחָדִים, הוּא
 דִּיקָא יִזְכֶּה לַעֲטֹרָה שֶׁל מְנַהִיגוֹת וְלְהַתְּעֵלוֹת בְּרוּחָנִיּוֹת
 וּבְגִשְׁמִיּוֹת, וַיִּבְטַל אֶת כָּל מִינֵי הַדְּאָגוֹת וְהַפְּחָדִים
 הַיִּתְרִים מִמֶּנּוּ, וַיִּצְלִיחַ בַּחַיִּיו, וְכָל זֶמַן שְׂאִינְךָ מְגַלֶּה
 לְכֻלָּם מִצְּפוּנֵי לִבְךָ וְדַעְתְּךָ וּמַחְשַׁבְתְּךָ שְׂאֶתָּה חוֹשֵׁב,
 וְאֶתָּה מְפַחֵד לֹוֹמֵר דַּעְתְּךָ, עַל-יְדֵי-זֶה יִתְגַּבְּרוּ עֲלֶיךָ
 הַפְּחָדִים הַיִּתְרִים מִבְּנֵי אָדָם, וַיִּתְרַבּוּ לָךְ הַדְּאָגוֹת. עַל-
 כֵּן, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר! רְאֵה לֹא לְהִיּוֹת בְּטֻלָּן, וְתִגְלֶה
 לְכֻלָּם אֶת נִקְדַּת לִבְבְּךָ, וְאַפְלוּ שֵׁיִצְחָקוֹ מִמֶּךָ תִּהְיֶה חֶזֶק

לגלות מצפוני לבך ומה שאתה אוֹחז לְצַדֵּק וַיִּשֶׁר, וְאִז
 דִּיקָא תְצַלִּיחַ לְהַתְעַלּוֹת בְּמַעֲלַת הַמְּנַהֲיָגוֹת, וַיִּתְבַּטְּלוּ
 מִמֶּךָ הַפְּחָדִים וְהַדְּאָגוֹת הַיְתָרוֹת, וְתַצְלִיחַ בְּחַיִּיךָ בֵּין
 בְּרוּחָנִי וּבֵין בְּגִשְׁמִי.

י.

צְרִיף שְׂתַדַּע, אֶהוּבִי, אַחֵי הַיָּקָר, כִּי בְּזֶה שְׂתַהַיֶּה
 חֲזֵק לְדַבֵּר עִם אַחֲרִים דְּבָרֵי בְטָחוֹן וְחִזּוּק, וְתִכְנִיֵס בְּהֵם
 אֲמוּנָה בְּעֵצְמָם — שֶׁלֹּא יִתְיַאֲשׁוּ וְלֹא יִדְאֲגוּ כָּלֵל, דְּבָר
 זֶה יוֹצִיא אֶצְלֶךָ מֵהַכַּח אֶל הַפֶּעַל שְׂגַם אֶתָּה לֹא תִדְאָג
 וְלֹא תִפְחָד, כִּי הַדְּבוּר עִם זְלַתְךָ יִכְנִיֵס בְּךָ אֲשֶׁר וְשְׁלוֹת
 נַפְשׁ עֲצָמִית, וּבְזֶה שְׂתַעֲזֹר לְאַחֲרִים, תַּעֲזֹר גַּם לְעֵצְמֶךָ;
 עַל־כֵּן הַרְגַל עֲצָמֶךָ לְדַבֵּר תָּמִיד עִם זְלַתְךָ דְּבוּרֵי חִזּוּק
 וְעִדּוּד וּבְטָחוֹן וְדְבוּרֵי אֲמוּנָה בְּהַשְׁגָּחְתּוֹ יִתְבַּרְךָ הַפְּרָטִי
 פְּרָטִית, וְזֶה יִגְבִּיֶה וַיַּעֲלֶה אֶת רוּחְךָ, וַיִּרְחִיב אֶת לִבְךָ
 וְדַעְתְּךָ, וְתִרְגִּישׁ כָּל מִינֵי אֲשֶׁר בְּחַיִּיךָ, כִּי זֶה יַעֲזֹר גַּם
 לְךָ, כִּי בְּזֶה שְׂעוֹזְרִים לְזַלְתָּם, נַעֲזְרִים בְּעֵצְמָם, וְאִם הִיָּה
 הָאָדָם יוֹדֵעַ דְּבָר זֶה, אִז אֵף פַּעַם לֹא הִיָּה דוֹאָג, וְאֵף
 פַּעַם לֹא הִיָּה שׁוֹרֶה בְּמִרְרוֹת וְדְכָאוֹן, רַק הִיָּה מְדַבֵּר
 עִם אַחֲרִים וּמְחַזֵּק וּמְאַמֵּץ אוֹתָם, וְאִז הִיָּה מְצַלִּיחַ
 בְּחַיּוֹ הַפְּרָטִיִּים.

יא.

אחי היקר! ראה לחזק את עצמך בכל מיני אפנים שבעולם, ואל תדאג כלל, כי הדאגות מכלות את כח ומח האדם ומכריתות אותו מתכליתו הנצחית, עד שאין לו ישוב הדעת כלל, וזה מעקם את לבבו, ושברו לגמרי, עד שאי אפשר לו לחשב ישר. עליך לחשב תמיד מה יש לך לעשות עכשו, תסתפל על המציאות, ואל תדאג דאגת המחר, שמה יום המחר לא יבוא, ומה גם אותם הבעיות והצרות והעננים השחורים, שאתה רואה על העתיד לבוא אליך, שמה לגמרי לא יבואו ולא יהיו, ועל-כן מה לך לדאג על דאגות חנם, יותר טוב לך לחיות עם המציאות, ולחשב רק מהעכשו — מה עומד עכשו לנגד עיניך, וזה דבר מציאותי, מה שאין בן — העתיד, שהוא רק דמיון, ועל-כן למה לך לדמות לעצמך שיהיה רע וחשף, יותר טוב לך שתדמה לעצמך שיהיה טוב ואור, ואז תחיה חייך בלא דאגות ובלא טרדות ובלבולים, ותרגיש נעם בחיך, ותהיה שאנן ורענן וכטוח, ולא תפחד משום דבר שבעולם.

יב.

אחי היקר! עליך לדעת, כי כל הפחדים והדאגות העולים תמיד על לבך ודעתך באים מאי אמון בעצמך — שאתה נעשה חלש, וזה גורם לך שתפחד מכל דבר, ותדאג דאגות חנם. לא כן אם תאמין בעצמך, שגם אתה חלק אלוה ממעל ממש, וגם אתה יכול לפעל אצלו יתברך כל מה שאתה צריך — אם רק תבקש ממנו יתברך, אז לא היית דואג ומפחד כלל משום דבר ומשום בריה שבעולם, כי אז היית דבוק תמיד בחי החיים בו יתברך; על-כן הרגל עצמך לדבר עמו יתברך תמיד, כאשר ידבר איש עם רעהו, ותספר לפניו יתברך את כל לבך וכל מה שלוחץ לך, וכל מה שעובר עליך בפרטי פרטיות, ותהיה חזק בזה מאד, כי כל דבור ודבור שאתה מדבר עמו יתברך נשמע ונתקבל, כי הוא יתברך מלא כל הארץ כבודו, והכל לכל אלקות גמור, והוא קרוב וסמוך אצלך, ואז — אם תהיה רגיל בדבור אליו יתברך, יפגס בך אמון עצמי, ותאמין בך — שיש לך גם-כן כחות עצומים לפעל אצלו יתברך כל מה שאתה רק צריך וזה יבטל ממך כל מיני פחדים של הבל, וכל מיני דאגות של

חנם, וְכַל מִינֵי דְמִיּוֹנוֹת שֶׁל שְׁטוֹת, וְתַהֲיֶה מְלֵא בְּטַחֲוֹן,
מְלֵא חַיִּים וְרַעְנָנוּת, וְתִצְלִיחַ לְעֵבֶר עַל הַכֹּל.

יג.

צָרִיף שְׁתַּדַּע, אֱהוּבִי, אַחֵי הַיְקָר, כִּי כָּל הַדְּאָגוֹת
וְהַעֲצוֹנוֹת וְהַדְּכָאוֹנוֹת שְׁאֵדָם סוֹכֵל הֵם רַק מִפְּנֵי שְׂאִין
לוֹ יֵשׁוּב הַדַּעַת הָאֲמִתִּי, וְחוֹשֵׁב שְׁצָרִיף לַעֲשׂוֹת הַכֹּל
בְּכַת אַחַת, וְכִשְׁנֹצֵטְבֵר אֲצֵלוֹ הַמּוֹן עֲנִינִים וְעֶסְקִים בְּכַת
אַחַת, הוּא מְאֻבָּד עֲצָמוֹ, וּמִתְחִיל לְדַאֵג וּלְפַחֵד מֵה
יְהִיָּה, וְאִיךָ יוֹכֵל לְגַמֵּר וּלְסַיֵּם אֶת כָּל עֲבוֹדָתוֹ בְּפַעַם
אַחַת, וְהַדְּאָגוֹת הָאֵלוֹ גּוֹרְמוֹת לוֹ בַּלְבוּל וְחִלְשׁוֹת
הַדַּעַת גְּדוֹל, עַד שֶׁנִּשְׁכַּר לְגַמְרֵי, וְנוֹפֵל תַּחַת מִשָּׂא כְּבֹד
שֶׁל דְּאָגוֹת, אֲבָל אִם תִּכְנִיֵס בְּדַעְתְּךָ, כִּי אֵין לְךָ רַק עֲנִיֵן
אַחַד לַעֲשׂוֹת בְּפַעַם אַחַת, וְכִשְׁתַּגְּמַר אֶת הָעֲנִיֵן, תֹּאמַר
לְעֲצָמְךָ לַעֲשׂוֹת עוֹד עֲנִיֵן אַחַד, וְכֵן אַחַד לְאַחַד, וְאִז
דִּיקָא תִצְלִיחַ וְלֹא תִדְאֵג כָּלֵל, כִּי בְּאֲמַת עֲלִיף לְדַעַת,
אֲשֶׁר אֵי אֲפֹשֶׁר בְּשׁוּם אֲפֵן לַעֲשׂוֹת הַכֹּל בְּכַת אַחַת,
וְהַחַיִּים שֶׁל כָּל אָדָם הֵם שְׂרִשְׁרַת גְּדוֹלָה עִם הַרְבֵּה
חִלּוּת, וְאֵי אֲפֹשֶׁר שְׁתַּעֲשֶׂה שְׂרִשְׁרַת רַק עַל-יַדֵי חֲבוּר
חִלְיָה בְּחִלְיָה, עַד שֶׁנַּעֲשִׂית שְׂרִשְׁרַת שְׁלָמָה, וְכֵן אֵי

אפשר לפתח שרשרת ארכה רק אם פותח חליה אחת ואחר-כך עוד חליה. כמו-כן העסקים של האדם הם בדגמא של שרשרת ארכה, וצריכים לידע, כי ההכרח ללכת לאט לאט, חליה אחר חליה, ואז דיקא יצלית. וזה יוריד ממנו את המתח והדאגות המכלים את בריאות גופו, ומבלבלים את דעתו, ומאבדים את מחשבותיו, ומעצבנים אותו לגמרי, כי כשיתודע לה, שאי אפשר לעשות שום דבר בבת אחת, וההכרח לחפות ולעשות דבר אחד בפעם אחת, אז דיקא תזכה להצלית בחייה, ויתבטלו הדאגות ממך לגמרי, מלא רעננות וחיים ושמחה אמיתית, וכל חייה ככר יהיו בצורה אחרת לגמרי.

יד.

אהובי, אחי היקר! ראה לחזק את עצמך באמונה פשוטה בו יתברך, ואל תדאג כלל, כי בזה שאדם מכניס את עצמו בתוך האמונה הקדושה, ויודע ועד שהכל רק ממנו יתברך, על-ידי-זה באמת נצול מכל מיני דאגות ומרירות, וזוכה להגיע לישועה מן השמים, כי עקר הדאגות בא רק מחסרון אמונה, שאז

הוא נופל בדעתו כל־כף, עד שיכול לפל בדכאון ועצבון, אשר יִהרסו לו את כל החיים; על־כן ראה, אחי היקר, לחזק עצמך באמונה פשוטה, ותכף ומיד כשרק תתחיל להכנס אצלך איזו דאגה, ראה לרחקה ולהבריחה ממך לגמרי, ותאמין בו יתברך, אשר הוא לא יעזב אותך כלל, כי אמונה ובטחון תלויים זה בזה, וכן להפוך — כפירות ודאגה תלויים זה בזה, ועל־כן מי שדואג בידוע שנכנסה בו איזו כפירה, רחמנא לצלן, ולהפוך מי שבוטח בידוע שיש לו אמונה בו יתברך; אשרי המאמין והבוטח, ואינו דואג כלל, ואז לרב טוב הצפון והגנוז יזכה.

טו.

אחי היקר! ראה לחזק עצמך באמונה פשוטה בו יתברך, ותמיד תכניס בדעתך אמתת מציאותו יתברך, וזה יכניס בך בטחון חזק, ולא תפחד משום בריה שבעולם, ועל־ידי־זה לא תדאג כלל, כי עקר הדאגות לאדם באות רק על־ידי חסרון אמונה ובטחון בו יתברך, שזה מכניס באדם פחדים יתרים ודאגות גדולות, על־כן ראה לחזק את עצמך באמונה פשוטה,

אל תדאג

יט

ותרגיל את עצמך לדבר הרבה עמו יתברך, כאשר
ידבר איש עם רעהו, וזה יחזק את לבך באמונה
ובטחון, ולא תדאג כלל.

טז.

אהובי, אחי היקר! עליך לדעת, אשר בדרך כלל
כל המחלות שבני אדם סובלים הם רק מסבת
הדאגות. כי הדאגה ורק הדאגה מפילה את האדם
למשכב, עד שמרב דאגות הוא נופל תחת כחותיו,
ונשבר לגמרי, וחזיו אינם שוים לו כלל, כי אינו יכול
לאכל, ואינו יכול לישן, ואינו יכול לדבר עם בני
אדם מרב דאגותיו, ושוכב כך על ערש דוי, כפגר מת
ממש, רחמנא לצלן, ועל-כן אם כבר עבר עליך
משבר כזה מרב דאגותיך, עליך לדעת — באם אתה
רוצה לצאת מזה, עליך להתחיל לחיות עם ההוה
הזה שהוא ודאי, כי כמו שהמים בנהר ובמעין
חולפים והולכים להם, כן חיי האדם — ימיו,
ושעותיו, ורגעיו חולפים ועוברים לו, ועל-כן ראה
להתחיל לחיות רק עם ההוה, ותדע כי אין לך רק
ההוה, אשר זהו — ודאות, כי הודאות היחידה היא

ההוה הזה, שאתה נמצא בו, ולכן מה ולמה לך לדאג? ! ראה להתחיל לחיות מעכשיו, תנסה את מזלך וגורלך מעכשיו, מההוה הזה ולמה לך לדאג דאגת חנם, אשר תכלה את כל עתידך ואת כל חייה, ואם תתחיל להתנהג באופן הזה, אז ישתנו כל חייה ולא תדאג כבר כלל, כי עקר הדאגות הן רק מה יהיה למחר, או מה יהיה אתמול, אבל בזה שתתחיל עם ההוה הזה, על-ידי-זה תשתנה כל דמות חייה, ותתחיל להתרפא לאט לאט, ותוכל לאכל ולישן ולדבר עם בני אדם, ולעסק בעסקיה, וכל חייה ישתנו; על-פני ראה, אהובי, אחי היקר, לא להיות בטלן, ואל תדאג כלל, ואל תניח אצלך הדאגות פרגע, חיה עם ההוה ורק עם ההוה הזה, ואז תרגיש נעימות בחייה.

יז.

אהובי, אחי היקר! ראה איך שעובר לך יום אחר יום, ועדין אתה דואג דאגת חנם על עולם שאינו שלך, עד מתי תדאג כל-כך? ! האם אתה פועל משהו עם הדאגות שאתה דואג? ! האם עוזרות לך משהו הדאגות שאינה דואג? ! על-כן אשאל אותך, מדוע

אל תדאג

כא

אתה דואג כל-כך דאגת חנם, ומחסל את בריאות גופך, ומה גם שאתה נופל על-ידי-זה ביאוש ודכאון, עד שמה בא שאתה מתרשל עצמך מקיום מצוותיו יתברך, ואתה מקרר עצמך לגמרי ממנו יתברך, ולאט לאט מתרחק ממנו יתברך, וכל זה בא לך מדאגת חנם, אשר על-פי רב באה מרבוי עוונות, כי הדאגות הן מעוונות, כמו שאמר דוד המלך: אדאג מחטאתי, כל הדאגות באות מחטאים, ועל-כן ראה לחזור בתשובה אמתית אליו יתברך, והרגל עצמך לדבר עמו יתברך, ותספר לפניו יתברך את כל מה שעובר עליך בפרטי פרטיות, כאשר ידבר איש עם רעהו, וזה יוריד ממך את כל המתחים והפחדים והדאגות של חנם, ותזכה להגיע אל אמונה ובטחון ושמחה, וחייה ישתנו לגמרי.

יח.

אהובי, אחי היקר! ראה לחזק את עצמך בכל מיני אפנים ואל תדאג כלל, כי הדאגות באות לאדם רק מחסרון הדעת, כי באמת אם היה יודע, אשר ימינו כצל עובר, והנה יום והנה לילה והכל כצל

פּוֹרַח, לֹא הִיָּה דוֹאֵג כָּלֵל, כִּי מֵה לּוֹ לְדֹאֵג עַל עוֹלָם
 עוֹבֵר. וְעַקֵּר הַדְּאָגוֹת בְּאוֹת אֶל הָאָדָם רַק מַחֲמַת
 קִטְנוֹת הַדַּעַת וְחֶסְרוֹן אֲמוּנָה, כִּי הַמֵּאֲמִין הָאֲמִתִּי,
 שְׂמֵאֲמִין בּוֹ יִתְבַּרֵּךְ, וַיִּוֹדַע שֶׁהַכֹּל מִמֶּנּוּ יִתְבַּרֵּךְ, וְאִין
 אָדָם נוֹקֵף אֲצַבְעוֹ מִלְמַטָּה אֲלֵא אִם מַכְרִיזִין מִלְמַעְלָה
 (חֲלִין ז.), וְאִין אָדָם נוֹגֵעַ בְּמָה שְׂמוּכֵן לְחַבְרוֹ (יִמָּא
 לח.), וְאִפְלוּ רִישׁ גְּרָגוּתָא (זֶה שְׂמֵמְנָה עַל הַבּוֹרוֹת
 וְהַזְּבָלִים, שֶׁהִיא מְשֻׁרָה קִטְנָה וּפְחוּתָה) מִן הַשָּׁמַיִם
 הוּא (בְּרַכּוֹת נח.), וְאִז — כְּשִׁיּוֹדַע יְדִיעוֹת אֱלֹהֵי אִינוּ
 דוֹאֵג כָּלֵל, כִּי הוּא שָׁם מִבְּטַחוֹ בּוֹ יִתְבַּרֵּךְ; עַל-כֵּן
 רָאָה, אֲהוּבֵי אַחֵי הַיְקָר, לְהַכְנִים עֲצֻמָּךְ אֶל תּוֹף
 הָאֲמוּנָה הַקְּדוּשָׁה, וְאֵל תְּדֹאֵג כָּלֵל, וְאִז תִּרְאֶה
 נִפְלְאוֹת מֵה שִׁיקְרָה עִמָּךְ, כִּי הַקְּדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא יַעֲשֶׂה
 עִמָּךְ נִסִּים נִגְלִים שְׂדוּד הַטֶּבַע מִמֶּשׁ — אִם תִּבְטַח בּוֹ
 וְלֹא תְדֹאֵג כָּלֵל.

תם ונשלם, שבח לאל עולם!



מוֹהֲרָא"ש נ"י אָמַר, שְׁכַל בַּר יִשְׂרָאֵל צָרִיף
לְהַרְגִיל אֶת עַצְמוֹ לֹא לְדַאֵג כָּלֵל, כִּי הַדְּאָגוֹת
הוֹרְסוֹת אֶת הָאָדָם בֵּין בְּגַשְׁמִיּוֹת וּבֵין
בְּרוּחָנִיּוֹת, כִּי הַדְּאָגוֹת שֶׁל הָאָדָם מַחְלִישׁוֹת
אֶת עַצְבּוֹ וְאֶת כּוֹחוֹ, וְהוּא תָּמִיד שְׂרׁוּי
בַּפְּחָדִים — מָה יִהְיֶה וְאִיךָ יִהְיֶה, וְעַל-כֵּן
צָרִיף לְהַרְגִיל אֶת עַצְמוֹ לֹא לְדַאֵג כָּלֵל, וְרַק
לְשִׁים מִבְּטָחוֹ בּוֹ יִתְבַּרֵּךְ, וְאִז טוֹב לוֹ כֹּל
הַחַיִּים.

(אמרי מוהרא"ש, חלק ב', סימן תקנ)

הקונטרס הקדוש הזה נדפס

להצלחת

יוסף חיים בן יפה נ"י

ומוריה ברכה בת הילה רבקה תחי'

וילדיהם **מרים ואליעזר שלמה** שיחיו

להצלחה ושפע בגשמיות ורוחניות והתחזקות ביר"ש,

בריאות איתנה, ונחת יהודי חסידי מהילדים

ולהצלחת

ב"ק אדמו"ר מזהרא"ש

רבי אליעזר שלמה בן מלכה שליט"א

שיאריך ימים בבריאות איתנה

ויזכה להוציא מן הכח אל הפועל

את כל רצונותיו הקדושים,

וכל אויביו יפלו תחתיו

ולהצלחת כל עם ישראל

וקרוב הגאולה השלמה בב"א

סוד ה' לִירָאִיו וּבְרִיתוֹ לְהוֹדִיעֵם
זֶה שְׁמוֹ נֶאֱמָה לוֹ

תְּקוּן הַכֶּלֶי

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

*

וּמִסְגָּל מְאֹד גַּם לְפִרְנָסָה וּלְהַצְלָחָה
בְּכֹל הָעֲנִינִים בְּגִשְׁמִיּוֹת וּבְרוּחֵי חַיִּים
אֲשֶׁרֵי מִי שְׂיֵאמְרֵם בְּכֹל יוֹם

*

יְסֹדוֹ, תְּקִנּוּ, גִּלּוֹ וְצִנּוּה לְפִרְסָמוֹ לְכֹל יִשְׂרָאֵל.
רַבְּנּוּ הַקְּדוֹשׁ וְהַנּוֹרָא אֹר הַגְּנוּז וְהַצִּפּוֹן
בוֹצִינָא קְדִישָׁא עֲלָאָה, אֲדוֹנֵנוּ, מוֹרְנוּ וְרַבְּנּוּ

רַבֵּי נַחֲמָן מִבְּרֶסְלַב, זְכוּתוֹ יִגַּן עֲלֵינוּ

*

הוֹבָא לְדָפוּס עַל-יְדֵי
חֲסִידֵי בְּרֶסְלַב
עִיה"ק יְרוּשָׁלַיִם תּוֹכֵב"א

תקון הפללי

טוב לומר זאת לפני אמירת העשרה מזמורים:

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

לכו ברגלה ליהנה נריעה לצור ישענו: נקדמה פניו בתודה בזמירות נריע לו: כי אל גדול יהנה ומלך גדול על כל אלהים:

קודם שיתחיל תהלים יאמר זה:

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

טז א מכתם לדוד שמרני אל כייחסיתי בך: ב אמרת ליהנה אדני אתה טובתי בלעליך: ג לקדושים אשר בארץ הקדושה ואדירי כל-חפצי-בם: ד ירבו עצבותם אחר מהרו בל-אסוף נספיהם מדם ובל-אשא את-שמותם על-שפתיה: ה יהנה מנת-חלקי וכוסי אתה תומיך גורלי: ו חבלים נפלו-לי בנעמים אף-נחלת שפחה עלי: ז אברך את-יהנה אשר יעצני אף-לילות יסרוני כליותי: ח שויתי יהנה לנגדי תמיד כי מימיני בל-אמוט: ט לבן א 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 בימיך נצח:

לב א לְרוֹד מִשְׁכִּיל אֲשֶׁרִי נְשׁוּי־פֶשַׁע כְּסוּי חֲטָאָה: ב אֲשֶׁרִי־
אָדָם לֹא יִחַשֵׁב יְהוָה לוֹ עוֹן וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָּה: ג כִּי־
הַחַרְשֵׁתִי בְּלוֹ עֲצָמִי בְּשֹׁאֲנֵתִי כָּל־הַיּוֹם: ד כִּי א יוֹמָם וְלַיְלָה
תִּכְבַּד עָלַי יְרֵךְ נְהַפֵּךְ לְשׂדֵי בְּחֶרְבְּנֵי קוֹץ סֵלָה: ה חֲטָאֵתִי
אוֹדִיעֶךָ וְעוֹנֵי לֹא־כִסִּיתִי אֲמַרְתִּי אוֹדָה עָלַי פֶּשַׁעִי לִיהוָה
וְאַתָּה נִשְׂאֵת עוֹן חֲטָאֵתִי סֵלָה: ו עַל־זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל־חֹסֵד א
אֱלֹהֵי לְעַת מְצֵא רַק לְשֹׁטֵף מִיָּם רַבִּים אֱלֹהֵי לֹא יִגִּיעוּ: ז אַתָּה א
סֹתֵר לִי * מַצַּר תַּצְרֵנִי רְנִי פִלַט תְּסוּבְּבֵנִי סֵלָה: ח אֲשַׁכִּילְךָ א
וְאוֹרֶךְ בְּדַרְדְּרוֹ תִלְךָ אִיעֲצָה עָלֶיךָ עֵינָי: ט אֶל־תִּהְיֶה א כְּסוּם
כְּפָרֵד אִין הַבַּיִן בְּמַתְגַּוְרָסָן עֲדִיו לְבָלוּם בַּל קָרַב אֱלֹהֵי:
י רַבִּים מִכְּאוֹבִים לְרָשָׁע וְהַבּוֹטָח בִּיהוָה חֹסֵד יְסוּבְּבֵנִי:
יא שְׂמַחוּ בִיהוָה וְגִילוּ צְדִיקִים וְהֲרִנֵּנוּ כָּל־יִשְׂרָאֵל־לֵב:

מא א לְמַנְצָח מְזוֹמֵר לְרוֹד: ב אֲשֶׁרִי מִשְׁכִּיל אֶל־דָּל בְּיוֹם
רָעָה וְמִלְטָהוּ יְהוָה: ג יְהוָה א יִשְׁמְרֵהוּ וַיַּחֲיֵהוּ וְאֲשֶׁר
בְּאֶרֶץ וְאֶל־תִּתְּנֵהוּ בְּנַפְשׁ אֵיבָיו: ד יְהוָה יִסְעֲדֵנוּ עַל־עַרְשׂ דָּוִי
כָּל־מִשְׁכָּבוֹ הַפְּכֵת בְּחִלּוֹ: ה אֲנִי־אֲמַרְתִּי יְהוָה חֲנּוּנִי רַפְּאָה
נַפְשִׁי כִּי־חֲטָאֵתִי לָךְ: ו אוֹיְבֵי יֹאמְרוּ רַע לִי מִתִּי יְמוֹת וְאָבֵד
שְׂמוֹ: ז וְאִם־כָּא לְרֹאוֹת א שׂוֹא יְדַבֵּר לְבוֹ יִקְבֹּץ־אֹנָן לוֹ יֵצֵא
לְחוּץ יְדַבֵּר: ח יַחַד עָלַי יִתְלַחֲשׁוּ כָּל־שֹׁאֵי עָלַי א יִחַשְׁבוּ רָעָה
לִי: ט דַּבֵּר־בְּלִיעַל יֵצוּק בּוֹ וְאֲשֶׁר שָׁכַב לֹא־יוֹסִיף לְקוֹם:
י גַּם־אִישׁ שְׁלוֹמִי א אֲשֶׁר־בְּסַחְתִּי כּוֹ אוֹכֵל לְחֵמֵי הַגְּדִיל עָלַי
עֲקָב: יא וְאַתָּה יְהוָה חֲנּוּנִי וְהַקִּימֵנִי וְאֲשַׁלְּמָה לָּהֶם: יב בּוֹזֵאת

* אחר אתה סתר לי — צריך להפסיק מעט (עיין בלקו"מ ח"א סי' ריג)

ידעתי כִּי־חַפְצַת בִּי כִי לֹא־יָרִיעַ אִיבִי עָלַי: יג וְאֲנִי בְּתַמִּי
תִּמְכַת בִּי וּתְצִיבֵנִי לִפְנֵיךָ לְעוֹלָם: יד בְּרוּךְ יְהוָה | אֱלֹהֵי
יִשְׂרָאֵל מִהָעוֹלָם וְעַד־הָעוֹלָם אָמֵן | וְאָמֵן:

מב * לִמְנַצַּח מִשְׁבִּיל לְבַנְי־קֶרַח: ב כְּאֵיל תִּעְרַג עַל־אֶפְיִקֵי־
מִים בֶּן נִפְשֵׁי תִעְרַג אֱלִיד אֱלֹהִים: ג עֲמָאָה נִפְשֵׁי |
לֵאלֹהִים לֹאל חֵי מְתֵי אָבּוּא וְאַרְאָה פְּנֵי אֱלֹהִים: ד הֵי־תֵהֱלִי
דְּמַעְתִּי לְחֵם יוֹמָם וְלִילָה בְּאִמְרַ אֵלֵי כָּל־הַיּוֹם אִיהָ אֱלֹהֵיךָ:
ה אֱלֹהֵי אֲזַכְּרָה | וְאַשְׁפֹּכָה עָלַי | נִפְשֵׁי כִי אֶעְבֵּר | בִּסְפָד אֲדָדָם
עַד־בֵּית אֱלֹהִים בְּקוֹל־רִנָּה וְתוֹדָה הַמּוֹן חוֹנֵג:
ו מַה־תִּשְׁתַּחֲוִי | נִפְשֵׁי וּתְהַמִּי עָלַי הוֹחֲלִי לֵאלֹהִים כִּי־עוֹד
אוֹדְנוּ יְשׁוּעוֹת פְּנִי: ז אֱלֹהֵי עָלַי נִפְשֵׁי תִשְׁתַּחֲוִי עַל־בֶּן אֲזַכְּרֶךָ
מֵאֲרִץ יִרְדֵן וְחַרְמוֹנִים מֵהַר מִצְעֵר: ח תְּהוֹם־אֶל־תְּהוֹם קוֹרָא
לְקוֹל צְנוּרִיד כָּל־מִשְׁבְּרִיד וְנִלְיָךְ עָלַי עֲבָרוּ: ט יוֹמָם | י צְנִיָה
יְהוָה | חֲסָדוֹ וּבִלְיָה שִׁירָה עִמִּי תִפְלָה לֹאל חֵי: י אוֹמְרָה |
לֹאל סְלַעֵי לְמָה שְׂכַחְתֵּנִי לְמַה־קִּדְרַ אֵלֶךְ בְּלַחֲץ אוֹיֵב:
יא בְּרִצָּח | בְּעֲצֻמוֹתֵי חֲרָפוֹנֵי צוֹרְרֵי בְּאִמְרָם אֵלֵי כָּל־הַיּוֹם אִיהָ
אֱלֹהֵיךָ: יב מַה־תִּשְׁתַּחֲוִי | נִפְשֵׁי וּמַה־תְּהַמִּי עָלַי הוֹחֲלִי
לֵאלֹהִים כִּי־עוֹד אוֹדְנוּ יְשׁוּעַת פְּנֵי וְאַלְהֵי:

נט * לִמְנַצַּח אֶל־תִּשְׁחַת לְדוֹד מִכְתָּם בְּשִׁלַּח שְׂאוּל וַיִּשְׁמְרוּ
אֶת־הַבַּיִת לְהַמִּיתוֹ: ב הַצִּילֵנִי מֵאִיבִי | אֱלֹהֵי מִמְתְּקוֹסְמִי
תִּשְׁבְּבֵנִי: ג הַצִּילֵנִי מִפְּעֵלֵי אֹן וּמֵאֲנָשֵׁי דְמִים הוֹשִׁיעֵנִי: ד כִּי
הִנֵּה אָרְבוּ לְנִפְשֵׁי יְגוּרוֹ עָלַי עֲזִים לֹא־פִשְׁעֵי וְלֹא־חַטָּאתֵי
יְהוָה: ה בְּלִי־עוֹן יִרְצוֹן וַיְכַוְּנוּ עוֹרָה לְקַרְאתִי וְרָאָה: ו וְאַתָּה
יְהוָה־אֱלֹהִים | צְבָאוֹת אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל הַקִּיְצָה לְפָקֶד כָּל־הַגּוֹיִם
אֶל־תַּחַן כָּל־בְּנֵי אֹן סְלָה: ז יִשׁוּבוּ לְעָרֵב יְהִמּוּ כִּפְלָב

ויסובבו עיר: ה הנה | וביעון בפיהם חרבות בשפתותיהם
 כִּי־מִי שָׁמַע: ט ואתה יהוה תשחק־למו תלעג לכל־גוים: י עזו
 אליך אשְׁמְרָה כִּי־אֱלֹהִים מִשְׁגָּבִי: יא אֱלֹהֵי חֲסָדֵי יְקַדְּמֵנִי
 אֱלֹהִים יְרַאֲנִי בְּשַׁרְרֵי: יב אֶל־תַּהַרְגֵם | פֶּן־יִשְׁכַּחוּ עַמִּי הַנִּיעַמוּ
 בַּחֲלִידָה וְהוֹרִידֵמוּ מִגִּנְנוּ אֲדָנִי: יג חֲטֹאת־פִּימוּ דַבְר־שְׁפָתֵימוּ
 וְיִלְכְּדוּ בְּגֹאוֹנָם וּמֵאֵלָה וּמִכַּחַשׁ יִסְפְּרוּ: יד כִּלָּה בַחֲמָה כִּלָּה
 וְאִיגְמוּ וְיָדְעוּ כִּי־אֱלֹהִים מִשַׁל בְּיַעֲקֹב לְאַפְסֵי הָאָרֶץ סְלָה:
 טו וַיִּשְׁבוּ לְעָרֵב יִהְיוּ כַכֶּלֶב וַיִּסּוּבְבוּ עִיר: טז הֲמָה יַנִּיעוּן
 לְאֶכָל אֶס־לֹא יִשְׁבְּעוּ וַיְלִינוּ: יז וְאֲנִי | אֲשִׁיר עֲזָךְ וְאֲרַנֶּן לְבַקֵּךְ
 חֲסִדְךָ כִּי־הֵייתָ מִשְׁגָּב לִי וּמְנוּס בְּיוֹם צָר־לִי: יח עֲזִי אֵלֶיךָ
 אֲזַמְרָה כִּי־אֱלֹהִים מִשְׁגָּבִי אֱלֹהֵי חֲסָדֵי:

עז א למנצח על־ ידותון לאסף מזמור: ב קולי (* אֶל־
 אֱלֹהִים וְאֶעֱקֶה קוֹלִי אֶל־אֱלֹהִים וְהֶאֱזִין אֵלַי: ג בְּיוֹם
 צָרָתִי אֲדָנִי דַרְשֵׁתִי יָדִי | לִילָה נִגְרָה וְלֹא תִפּוּג מֵאֲנָה הִנַּחַם
 נַפְשִׁי: ד אֲזַכְּרָה אֱלֹהִים וְאֶהְמִיָּה אֲשִׁיחָה | וְתַתְּעַפֵּף רוּחִי
 סְלָה: ה אַחֲזֹת שְׁמֵרוֹת עֵינַי נִפְעַמְתִּי וְלֹא אֲדַבֵּר: ו חֲשַׁבְתִּי
 יָמִים מִקֶּדֶם שְׁנוֹת עוֹלָמִים: ז אֲזַכְּרָה נְגִינָתִי בְּלִילָה עִם־לִבִּי
 אֲשִׁיחָה וַיַּחַפֵּשׁ רוּחִי: ח הֲלַעוֹלָמִים יִזְנֹת | אֲדָנִי וְלֹא־יִסֹּף
 לְרִצּוֹת עוֹד: ט הָאָפֶס לְנִצַּח חֲסִדוֹ נָמַר אֲמַר לְדָר וְדָר:
 י הַשְׁכַּח חַנוּת אֵל אֶס־קַפֵּן בְּאֵף רַחֲמָיו סְלָה: יא וְאֲמַר חֲלוּתִי
 הִיא שְׁנוֹת יָמַינ עֲלוּן: יב אֲזַכּוֹר מַעַלְלֵי־יְהוָה כִּי־אֲזַכְּרָה מִקֶּדֶם
 פְּלֹאֵד: יג וְהִגִּיתִי בְּכָל־פִּעֲלֶךָ וּבַעֲלִילוֹתֶיךָ אֲשִׁיחָה: יד אֱלֹהִים
 בַּקֶּדֶשׁ דִּרְכֶךָ מִי־אֵל גָּדוֹל בְּאֱלֹהִים: טו אַתָּה הָאֵל

(* כאמרך אל אלהים תכווין המילוי כזה אל"ף למ"ד אל"ף למ"ד ה"י יו"ד מ"ם

תקון הפללי

עשה פלא הודעת בעמים עז: טו גאלת בזרוע עמך בני-
 יעקב ויוסף סלה: יז ראוך מים | אלהים ראוך מים יחילו אף
 ירגזו תהמות: יח זרמו מים | עבות קול נתנו שחקים אף-
 חצציד יתהלכו: יט קול רעמד | בגלגל האירו כרקים תבל
 רגזה ותרעש הארץ: כ בים דרךך ושבילך במים רבים
 ועקבותיך לא נדעו: כא נחית כצאן עמך ביד-משה ואהרן:

צ א תפלה למשה איש-האלהים אדני מעון אתה היית לנו
 בדר ודר: ב בטרם | הרים ילדו ותחולל ארץ ותבל
 ומעולם עד-עולם אתה אל: ג תשב אנוש עד-דבא ותאמר
 שובו בני-אדם: ד כי אלף שנים בעיניך כיום אתמול כי יעבר
 ואשמורה בקלח: ה זרמתם שנה יהיו בבקר כחציר יחלף:
 ו בבקר יציץ וחלף לערב ימולל ויבש: ז פירכלינו באפך
 ובחמתך נבהלנו: ח שתה עונתינו לנגדך עלמנו למאור
 פניך: ט כי כל-ימינו פנו בעברתך פלינו שנינו כמור-הנה:
 י ימי-שנותינו כהם שבעים שנה ואם בגבורת | שמונים שנה
 ורהבם עמל ואון פירגז חיש ונעפה: יא מי-יודע עז אפך
 וכיראתך עברתך: יב למנות ימינו בן הודע ונבא לבב חכמה:
 יג שובה יהוה עד-מתי והנחם על-עבדיך: יד שבענו בבקר
 חסדך ונרגנה ונשמחה בכל-ימינו: טו שמתנו פמות עניתנו
 שנות ראינו רעה: טז יראה אל-עבדיך פעלך ותדרך על-
 בניהם: יז יהי | נעם אדני אלהינו עלינו ומעשה ידנו בוננה
 עלינו ומעשה ידנו בוננהו:

קה א הודו ליהוה קראו בשמו הודיעו בעמים עלילותיו:
 ב שירו-לו זמרו-לו שיחו בכל-נפלאותיו: ג התהללו
 בשם קדשו ישמח לב | מבקשי יהוה: ד דרשו יהוה ועזו

בְּקִשׁוֹ פָּנָיו תִּמְדוּ: ה זָכְרוּ נִפְלְאוֹתָיו אֲשֶׁר-עָשָׂה מִפְתּוֹ
 וּמִשְׁפָּטֵי-פִיו: ו זָרַע אֲבָרָהֶם עֲבָדוּ בְּנֵי יַעֲקֹב בְּחִירָיו: ז הוּא
 יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בְּכָל-הָאָרֶץ מִשְׁפָּטָיו: ח זָכַר לְעוֹלָם בְּרִיתוֹ דְּבַר
 צִוָּה לְאַלְף דּוֹר: ט אֲשֶׁר כָּרַת אֶת-אֲבָרָהֶם וּשְׁבוּעָתוֹ לְיִשְׁחָק:
 י וַיַּעֲמִידָהּ לְיַעֲקֹב לְחַק לְיִשְׂרָאֵל בְּרִית עוֹלָם: יא לֵאמֹר לְךָ
 אֲתָן אֶת-אָרֶץ-כְּנָעַן חֹבֵל נְחֻלְתְּכֶם: יב בְּהִיוֹתֶם מְתֵי מִסְפָּר
 כְּמַעַט וְנָרִים בָּהֶ: יג וַיִּתְהַלְכוּ מִגּוֹי אֶל-גּוֹי מִמַּמְלָכָה אֶל-עַם
 אֲחֵר: יד לֹא-הִנִּיחַ אָדָם לַעֲשֹׂקֶם וַיּוֹכַח עֲלֵיהֶם מַלְכִים:
 טו אֶל-תִּנְעוּ בְּמִשְׁיַחֵי וּלְנִבְיָאֵי אֶל-תִּרְעוּ: טז וַיִּקְרָא רַעֲב
 עַל-הָאָרֶץ כָּל-מַטְהַרְלָחִים שָׁבָר: יז שְׁלַח לְפָנֵיהֶם אִישׁ לְעֹבֵד
 נִמְכָּר יוֹסֵף: יח עָנָו בַּכָּבֵל רָגְלוֹ בְּרוֹזַל בָּאָה נִפְשׁוֹ: יט עַד-עַתָּה
 בֹּא-דְבַרְוֹ אִמְרַת יְהוָה צְרַפְתָּהּ: כ שְׁלַח מַלְאָךְ וַיִּתִּירָהּ מִשָּׁל
 עַמִּים וַיּוֹפְתָהּ: כא שָׁמוֹ אֲדוֹן לְבֵיתוֹ וּמִשָּׁל בְּכָל-קַנְיָנוֹ:
 כב לֵאמֹר שָׁרְיוֹ בְּנִפְשׁוֹ וּזְקָנָיו יַחֲבֹם: כג וַיָּבֵא יִשְׂרָאֵל מִצְרַיִם
 וַיַּעֲקֹב גַּר בְּאָרֶץ-חָם: כד וַיִּפַּר אֶת-עַמּוֹ מֵאֵד וַיַּעֲצֵמְהוּ מִצְרַיִם:
 כה הִפְךָ לֶבָם לְשֵׁנָא עִמּוֹ לְהַתְנַפֵּל בְּעַבְדָּיו: כו שְׁלַח מֹשֶׁה
 עֲבָדוֹ אֶהְרֹן אֲשֶׁר בְּחָר-בוֹ: כז שְׁמוֹ כֶּם דְּבָרֵי אֲתוֹתָיו וּמִפְתִּים
 בְּאָרֶץ חָם: כח שְׁלַח חֹשֶׁךְ וַיַּחֲשֹׁךְ וְלֹא-מָרוּ אֶת-דְּבָרוֹ: כט הִפְךָ
 אֶת-מִימֵיהֶם לְדָם וַיָּמַת אֶת-דְּנָתָם: ל שָׂרִץ אֲרָצָם צִפְרַדְדֵּים
 בְּחֻדְרֵי מַלְכֵיהֶם: לא אָמַר וַיָּבֵא עֲרֹב בְּנִים בְּכָל-גְּבוּלָם: לב נָתַן
 גִּשְׁמֵיהֶם כָּרָד אֵשׁ לְהַכּוֹת בְּאֲרָצָם: לג וַיִּדַּךְ גִּפְנָם וַתֵּאֱמַתֶּם
 וַיִּשְׁבַּר עֵץ גְּבוּלָם: לד אָמַר וַיָּבֵא אַרְבֶּה וַיִּלַּק וַאֲיִן מִסְפָּר:
 לה וַיֵּאכַל כָּל-עֵשֶׂב בְּאֲרָצָם וַיֵּאכַל פְּרִי אֲדָמָתָם: לו וַיִּדַּךְ
 כָּל-בְּכוֹר בְּאֲרָצָם רֵאשִׁית לְכָל-אוֹנָם: לו וַיּוֹצִיאֵם בְּכֶסֶף
 וַזָּהַב וַאֲיִן בְּשִׁבְטָיו פּוֹשֵׁל: לח שָׁמַח מִצְרַיִם בְּצֵאתָם מִיִּגְפוֹל
 פְּחָדָם עֲלֵיהֶם: לט פָּרַשׁ עֲנָן לְמִסְדָּ וְאֵשׁ לְהֵאִיר לְיִלְהֶ:

תקון הפללי

מ שאל ויבא שלו ולחם שמים ישביעם: מא פתח צור ויזובו מים הלכו בציות נהר: מב כי זכר את דבר קדשו את אברהם עבדו: מג ויוצא עמו בששון ברנה את בחיריו: מד ויתן לחם ארצות גוים ועמל לאמים יירשו: מה בעבור | ישמרו חקיו ותורתיו ינצרו הללויה:

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

קנ א הללויה | הללו-אל בקדשו הללוהו ברקיע עזו: ב הללוהו בגבורתיו הללוהו ברב גדלו: ג הללוהו בתקע שופר הללוהו בנבל וכנור: ד הללוהו בתוף ומהול הללוהו במנים וענב: ה הללוהו בצלצלי-שמע הללוהו בצלצלי תרועה: ו כל הנשמה תהלל יה הללויה:

אחר שסיים תהלים יאמר זה:

מי יתן מציון ישועת ישראל בשוכ ביהוה שכוח עמו יגל יעקב ישמח ישראל: ותשועת צדיקים מיהוה מעוזם בעת צרה: ויעזרם יהוה ויפלטם ויפלטם מרשעים ויושיעם כי חסו בו: