

קונטרס

רגע חושבים

יגלה את מעלת האדם הזוכה לישוב דעתו בזה העולם, ודבר זה מביא את האדם לכל הטובות והישועות, וזוכה לחזות בנעם הוי"ה ולבקר בהיכלו.



בנוי ומיסד על-פי דברי

רבנו הקדוש והנורא, אור הגנוז והצפון

בוצינא קדישא עלאה, אדונינו, מורנו ורבנו

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, כתובים ומאמרי

חקמינו הקדושים מגמרא ומדרשים וזהר הקדוש



הובא לדפוס על-ידי

חסידי ברסלב

עיה"ק ירושלים תובכ"א

הַפְתַּכְתָּ לְהַשִּׁיג אֶת הַסֵּפֶר הַקָּדוֹשׁ הַזֶּה
וְכָל סֵפֶרֵי אֲדַמוֹ"ר מוֹהַר"ן מְבַרְסֶלֶב זי"ע
וְסֵפֶרֵי תַלְמִידָיו הַקָּדוֹשִׁים

* * *

בְּאֶרֶץ יִשְׂרָאֵל
יְבִנְאֵל עִיר בְּרֶסֶלֶב
גָּלִיל

* * *

בְּאֶרְצוֹת הַבְּרִית
מְתִיבְתָא הַיְכַל-הַקָּדֹשׁ — חֲסִידֵי בְרֶסֶלֶב

Mesifita Heichal Hakodesh
Chasidei Breslov
1129-42nd street
Brooklyn N.Y 11219

* * *

באמצעות הדואר לפי הכתובת:

"קרן הדפסה והפצה"

ת.ד. 8065 אשדוד

ובמספר טלפון: 03/6765235

קוּנְטָרַם

רְגַע חוֹשְׁבִים

.א

בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים! עֲלֵיכֶם לְהִתְחַזֵּק בְּאַמוּנָה
בְּהַקְדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא, וְאֵת זֹאת עֲלֵינוּ לְחַקֵּק בְּדַעַתְנוּ
בְּכָל יוֹם, בְּכָל שְׁעָה וּבְכָל רְגַע, כִּי הַאֲמוּנָה — זֶה
הַיְסוּד שֶׁל כָּל הַיְהוּדוֹת, כְּמוֹ שֶׁפָּתוּב (תְּהִלִּים קיט, פו):
”כָּל מַצּוּוֹתַי אֲמוּנָה”; כָּל הַמַּצּוּוֹת צְרִיכוֹת לְהֵבִיא
אֶת הָאָדָם לְאַמוּנָה. וּכְשֵׁי לְאָדָם אֲמוּנָה, הוּא
מְבָרֵךְ בְּכָל הַבְּרָכוֹת, כְּמוֹ שֶׁאֹמֵר הַחֶכֶם מִכָּל הָאָדָם
(מִשְׁלֵי כח, ט): ”אִישׁ אֲמוּנוֹת רַב בְּרָכוֹת”. אֲבָל
לְצַעֲרֵנוּ הַרְבֵּה, בְּנֵי-אָדָם כָּל-כָּף טְרוּדִים, עֲסוּקִים, עַד
שֶׁאֵין לָהֶם אִפְלוּ רְגַע לְחַשֵּׁב הֵיכֵן אֲנַחְנוּ, מֵאִין
בָּאנוּ, לָאֵן אָנוּ הוֹלְכִים? ! וְלָכֵן, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים!
”רְגַע חוֹשְׁבִים” מַה תְּפַקִּידְנוּ בַחַיִּים? ! אֹמֵר רַבְּנוּ

ו"ל (לקוטי מוהר"ן, חלק ב', סימן י'): למה אנו רואים
 בני-אדם כל-כף רחוקים מהקדוש-ברוך-הוא? הלא
 אנו יודעים שנשמות ישראל הן נשמות קדושות,
 שכלן באות מעולם האצילות, וירדו אל זה העולם
 הגשמי והחמרי, התלבשו בגוף גשמי וחמרי עב
 וגס, המלא שקר, כפירות ואפיקורסות, המלא
 שקוץ, תעוב וזהום, המלא שחיתות, המלא עול,
 ושוכחים לגמרי — מה קורה פה?! מי מנהיג את
 העולם?! אין לאדם רגע לחשב — האם בשביל
 זה ירדה נשמתי מרום גבהי מרומים, מעולם
 האצילות, שהיתה שם, וזכתה לחזות בנעם הני"ה
 ולבקר בהיכלו, ועכשו אני נמצא פה במדור
 הקלפות והסטרא אחרא, וחושב רק דמיונות
 והרהורים רעים, רחמנא לישזבן, מסתפל על כל
 מיני תועבות רעות, אשר חכמינו הקדושים אומרים
 (סנהדרין מה): אין יצר הרע שולט אלא במה שעניו
 רואות; אני נמצא בכעס ורציחה, עצבני, מוציא
 עצבי על זולתי, מדבר כל דבר אסור: לשון הרע,
 רכילות וליצנות, מרכל מזה על זה ומזה על זה,
 עושה תבלים, שונא את הזולת, רב עם כל אחד,
 מה קורה פה?! בשביל זה ירדה נשמתי לזה
 העולם?! "רגע חושבים" ! מה זה צריך להיות?!

מה אנו עושים פה? ! האייננו רואים את השחיתות שקורית פה, אשר 'כל דאלים גבר'? ! את הגזענות הארוורה שאחד שונא את השני מאיזו סבה שלא תהיה, אשר שנאה זה אבי אבות הטמאה, ומקורה בסמ"ד-מ"ם בעצמו, שכל פחו 'הפרד ומשל'. ואנו נמצאים פה בעולם הגשמי והחמרי, המלא זהמה של נאוף, שאי אפשר לעבר כביש בלא להכשיל בראיות אסורות, שומעים כל מיני נבול פה ושקרים, כל מיני הסתות, אנו עצובים בעצבות ובמרירות ובדכאון, כל אחד מצרותיו, ומלאי רגז ומכאובות, מוציאים את הכעס על הזולת, מדברים רע, עושים רע, מה זה צריך להיות? ! מה אנו עושים פה? ! מהי התכלית אחר כל הצרות שעוברות על האדם, ולמה הוא רחוק מהקדוש-ברוך-הוא? אומר רבנו ז"ל: מפני שאין לו ישוב הדעת, אין לו "רגע חושבים" מה התכלית מהכל. ולמה אין ישוב הדעת? כי הוא שרוי בעצבות ובדכאון. כי השמחה מישבת את הדעת. אם היינו שמחים ועליזים, היינו זוכים לישוב הדעת, ורואים ומבינים ומשכילים מה אנו עושים בזה העולם. אבל במה יש לנו לשמח, החסרות צרות בזה העולם? ! הלא אין אדם שלא תעברנה עליו צרות — זה מעצמו, זה מאשתו, זה

מילדיו, זה מהשכנים — קרובים ורחוקים, זה מהמעביד וכו', ושאר יסורים, ובמה יש לשמח! אומר רבנו ז"ל: עקר השמחה שיהודי צריך לשמח בדבר אחד: "שלא עשני גוי". וזה לא תלוי בבחירה שלנו, כל דבר תלוי בבחירתנו — כן להיות צדיק, לא להיות צדיק, כן להיות מקבל או לאו, כן להיות למדן או לאו וכו'. אבל בזה שזכינו להברא מזרע ישראל, ואנחנו יהודים, ולא עשני גוי, זו השמחה העולה על כל השמחות. ואם יהודי ישמח בכל יום רק עם נקדת היהדות שבו, זה יחדיר בו ישוב הדעת אמתי, "רגע חושבים" — מה אתנו? הקדוש ברוך הוא גתן לנו תורה ומצוות, האם אנחנו לומדים תורה בכל יום?! האם אנו הולכים לחכמי התורה לשמע בקולם?! האם אנו מקיימים מצוותיו ותברך?! בו ברגע שיהודי מתחיל לשמח עם נקדת היהדות שבו, שהוא יהודי ולא עשני גוי, זו השמחה הגדולה ביותר. כי נקדת היהדות שיש בכל יהודי, זה עצם הנשמה שלו, עצם האלקות. וזה אף אחד אינו יכול לבטל, וכמאמר ז"ל (סנהדרין מד.): ישראל, אף-על-פי שחטא — ישראל הוא; וזו השמחה שלנו. ומה היינו עושים, אם היינו נבראים סינים, אפריקנים, תאילנדים או אנגלים וכו',

וכדומה כשאר אמות העולם הרוצחים המתעבים, שְׁהָרְגוּ וְשָׁחְטוּ וְחָנְקוּ וְשָׂרְפוּ אֶת אֶחָיו בְּנֵי יִשְׂרָאֵל בְּמִיתוֹת מְשֻׁנוֹת, מִיתוֹת אֲכֻזָּיוֹת, בְּלִי שׁוֹם רָגֶשׁ וְרַחֲמָנוּת, אֲנָשִׁים, נָשִׁים וְטַף חֲפִים מְפֹשְׁע. וְכָרוּךְ הוּא וְכָרוּךְ שְׁמוֹ "שְׁלֹא עֲשֵׂנִי גוֹי", וְנִבְרָאנוּ מְזֻרְע יִשְׂרָאֵל, וְזוֹ הַשְּׂמִיחָה הַגְּדוּלָּה בְּיוֹתֵר. וְאִף שְׂאִין לָנוּ כְּלוּם, אֲבָל יֵשׁ לָנוּ נִקְדַּת הַיְהוּדוּת. וְלִכֵּן צְרִיכִים לִיָּקָר וְלִכְבֵּד כָּל יְהוּדֵי בְּאֶשֶׁר הוּא, כִּי כָּל יְהוּדֵי הוּא בְּנוֹ יִתְבָּרֵךְ, וְכִמוֹ שְׂפָתוֹב (דְּבָרִים יד, א): "בְּנִים אַתֶּם לַיהוָה" אֱלֹקֵינוּ; וְלִכֵּן אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (שְׁבַת 120): יִשְׂרָאֵל בְּנֵי מְלָכִים הֵם. וְאִף שְׂעִתָּה נִתְקַיֵּם: "שְׂפָחָה כִּי תִירַשׁ גְּבִירָתָהּ", נִחַלְךָ בֶּן הַמֶּלֶךְ עִם בֶּן הַשְּׂפָחָה (כְּמוֹבָא סְפוּרֵי-מַעֲשִׂיּוֹת, מַעֲשֵׂה יא), עַד שְׂמִסְכֵּן בֶּן הַמֶּלֶךְ, מְגַרְשִׁים אוֹתוֹ, מְשַׁלְּיכִים וּמְבַזִּים וּמְשַׁפִּילִים אוֹתוֹ, וְכֵן הַשְּׂפָחָה הוּא לְמַעְלָה וְכוּ', אֲבָל זוֹ רַק אֲחִיזוֹת עֵינַיִם, מְנַסִּים אוֹתָנוּ לְרֵאוֹת אִם נִחַזֵּיק מִעַמֵּד. וְהִנֵּה אֲלֵפִים שָׁנָה עָבְרוּ, שְׁעַם יִשְׂרָאֵל בְּגִלוֹת מְרָה מְאֹד, אֲבָל עֲמָדוֹ בְּנִסְיוֹן. זֶה אֲלֵפִים שָׁנָה, שְׂפָל אֲמוֹת הָעוֹלָם בְּלִי יוֹצֵא מִן הַכֶּלֶל הוֹרְגִים, שׁוֹרְפִים, חוֹנְקִים, צוֹלְבִים יְהוּדִים בְּמִיתוֹת מְשֻׁנוֹת וְאֲכֻזָּיוֹת, וְאִף-עַל-פִּי-כֵן יְהוּדִים אֵינָם מְתִיאֲשִׁים, אַחַר כָּל הַגְּרוּשִׁים שְׁקָרוּ לְעַם יִשְׂרָאֵל, בַּר

מינן, אחר כל ההריגות והרציחות שעברו על עם ישראל, כלם עשו לעצמם חשבון הנפש ואמרו: "רגע חושבים" — הרי אנחנו יהודים, והחלו מחדש לבנות מקנאות, במצבים הקשים ביותר, הלכו במחנתת העקר לשמר טהרת המשפחה, נשים הלכו בכסוי ראש במסירות נפש הכי גדולה, אף שלעגו להן וכו', כי זו הייתה גאותן, שהן יהודיות מאמינות בהקדוש-ברוך-הוא. וכן יהודים בנו בתי כנסיות לתפלה ובתי מדרשות לתורה, תלמודי תורה לבנים ובתי-ספר לבנות, ללמד עמהם תורה ואמונה, יראת שמים וצניעות, בנו ישיבות לבחורים וכו' וכו', והתורה נמשכה מדור דור, ועם ישראל עמדו בנסיון.

והנה עכשו גברו הנסיונות, עד שבמו עינינו אנו רואים, שהערב-רב מתפשטים על נשמות ישראל. וכתוב בזהר, שבסוף הגלות יהיה הנסיון הכי קשה לעם ישראל, וכמו שאומר רבנו ז"ל (שיחות-הר"ן, סימן קכו), שקדם שתבא הגאולה לעם ישראל, לא צדיק אחד יהיה, שיצעק על אמונה, ויכריז ויפרסם לעם ישראל: "רגע חושבים" — היכן אנחנו?! באו נתחזק באמונה בהקדוש-ברוך-

הוא! באו נתחיל לדבר אל הקדוש-ברוך-הוא! איה
 היכן דעתנו ושכלנו?! החזקנו מעמד עד עכשו,
 ודיקא כשאנחנו עומדים כבר להגאל, אזי נתפעל
 מהערב-רב שרוצים למחק את שם ה' לגמרי?!
 חפצים שלא לדבר מהקדוש-ברוך-הוא, בר מינן,
 שלא לשמר את השבת, רוצים לעשותה יום חול
 לגמרי, אין יותר שבת, רחמנא לישזבן. היכן
 אנחנו?! היכן שכלנו?! דיקא ברגעים אלו, שאנו
 עומדים מוכנים לגאולה, פתאם אנו שוכחים מי
 אנחנו?! הלא אנו יהודים, העם הנבחר! ממי יש
 לנו להתביש?! מהערב-רב?! מה יש לנו אתם?!
 זו גלות ככל הגליות. מי דמה ומי צפה שזו תהיה
 גאלתן וישועתן של ישראל, שמליון וחצי ילדים
 אינם יודעים מה זה "שמע ישראל הוי"ה אלקינו
 הוי"ה אחד", שימלאו את כל הארץ עם בשר
 החזיר, השפנים, החמור והגמל, רחמנא לישזבן,
 בשר פגולים, טרפות ונבלות, פטמו בהם את עם
 ישראל, יהיו רע-בנים, שיוליכו שולל את העם?!
 מי חלם על דבר כזה?! ועוד ירצו לומר לנו, שזו
 אתחלתא דגאולה, אוי לעינים שפך רואות, ואוי
 לאזנים שפך שומעות, איך מעבירים על הדת
 מליונים נשמות קדושות מאחינו בני ישראל.

מגלה לנו רבנו ז"ל, שיהיו צדיקים שיהיו צועקים לעם ישראל: תתחזקו באמונה, תישבו את דעתכם, היכן אתם נמצאים?! כי באמת חכמינו הקדושים אומרים (ילקוט שמות רעד): בחסר כל — בלא דעה. מה נקרא אדם מחסר כל? כשאין לו דעת. זו הצרה הכי גדולה, כמאמרם ז"ל (נדרים מא.): דעת קניית — מה חסרת, דעת חסרת — מה קניית?! באיזו דעת מדבר? "אתה הראת לדעת, כי הו"ה הוא אלקים, אין עוד מלבדו" (דברים ד, לה); את זאת צריכים לחקק היטב בדעתנו, שהקדוש-ברוך-הוא מנהיג עולמו בחסד וברחמים, בצדק ובמשפט. חכמינו הקדושים אומרים (נדרים מא) אין עני אלא בדעת, מי נקרא עני? מי שאין לו שכל ודעת, אין לו ישוב הדעת, אין לו האמץ לומר לעצמו: "רגע חושבים", הלא אנו יהודים שעברנו אלפים שנה כל מיני מיתות משנות ואכזריות מכל הגויים, אין אף אמה ולשון שלא יהיה לה חלק בשפיכת דם יהודי, והחזקנו מעמד ונחזיק מעמד, ופתאום אנו שוכחים מי אנו?! אין לנו ישוב הדעת, אין לנו דעת ושכל לומר לעצמנו: "רגע חושבים", רצים ומתרוצצים?! מה קורה עמנו?! ומדוע? כי הסמ"ד-מ"ם נמצא עכשו פתוח, ומעלים ומסתיר

את הקדוש-ברוך-הוא. מסית ומדיח את נשמות ישראל אלו נגד אלו. יש גזענות ארוכה, שאלו שונאים את אלו, שזהו חרבן-בית-המקדש. ואומרים חכמינו הקדושים (ברכות לג.): כל מי שיש בו דעה, כאלו נבנה בית-המקדש בימיו; מי שיש לו שכל — כאלו בית-המקדש נבנה בימיו. כי בבית-המקדש האיר האור אין סוף ברוך הוא. וכמאמרם ו"ל (שמות רבה, פרשה לו, סימן ב'): כשם שהשמן מאיר, כך בית-המקדש מאיר לכל העולם; וכן אומרים (שם): מהיכן נבראת האורה? ממקום בית-המקדש; נמצא, שהאור והדעת באים מבית-המקדש. ולכן אומר רבנו ו"ל (לקוטי-מוהר"ן, חלק ב', סימן סז): העבר אין — כבר נחרב בית-המקדש, נחרב המח והדעת שלנו, אבדנו את השכל, שכחנו מננו יתברך, חשבנו שנגאלנו, ועתה אנו מתחילים לתפס באיזו גלות אנו נמצאים, בגלות ערב-רב, שזו הגלות הגרועה ביותר שעם ישראל עברו אי פעם מאז שהלכו בגלות המרה והארפה. וצריך לידע שזו הגלות קדם הגאולה, שידברו פתוח נגד הקדוש-ברוך-הוא, בר מינן, בלי שום בוששה, ירצו לעקר מעם ישראל את זכר היהדות, לא יחנכו את הילדים ל"שמע ישראל הויה אלקינו הויה אחד", אשר

עם פסוק זה נכנסנו בתאי הגז, עם פסוק זה נשלכנו לתוף האש, עם פסוק זה נזרקנו לתוף המים, ועם ישראל היו חזקים באמונה, ובדיוק עתה אבדנו הכל?! והראיה, שההסתות הפרועות שיש בין אחד לשני — זה אים ונורא. וזה מה שגורם לנו את הגלות הארפה.

ולכן אם רצוננו להגאל, ההכרח לנו אחת ולתמיד להוציא מאתנו את השנאת חנם שאחד שונא את השני, את הגזענות שאף עדה לא יכולה לסבל עדה שניה, על מי נעבד?! הלא הקדוש-ברוך-הוא נמצא פה אתנו, עמנו ואצלנו. האינכם יודעים, שכל מה שאנו רואים ושומעים, זה אחיזת עינים?! הלא הקדוש-ברוך-הוא מחיה ומנהיה ומקים את כל העולם כלו, והלביש עצמו בדומם, צומח, חי, מדבר, והכל לבוש לגבי האין סוף ברוך הוא. אלא אנו כל-כף רגילים להסתכל בשטיות, לקרא תבלים, לשמע דבורי סרק, שזה כלל כלי התקשורת, הכנסנו עצמנו כל-כף בטבע, מקרה ומזל, עד ששכחנו לגמרי מהקדוש-ברוך-הוא, וחושבים שכל מי שיותר חצוף, יש לו יותר כח, ויכול להשפיל את השני. שוכחים שיש פה יד הוי"ה.

הקדוש-ברוך-הוא נמצא פה אִתָּנוּ, עִמָּנוּ וְאֶצְלָנוּ. ואם הִינּוּ יוֹדְעִים אֶת זֹאת, אִיזוֹ שְׂמֵחָה הִיְתָה לָנוּ? ! הִינּוּ שְׂמֵחִים וְרוֹקְדִים כָּל הַיּוֹם, שְׁלֹא עֲשֵׂנִי גוֹי. בְּרוּךְ הַשֵּׁם יְהוּדִים אֵינָם רוֹצְחִים בְּדָם קָר, יְהוּדִים שְׂעָמְדוּ רַגְלֵיהֶם עַל הַר סִינִי לֹא יִרְצְחוּ גְבָרִים, נָשִׁים וְיִלְדִים חֲפִים מִפֶּשַׁע, יְהוּדִים הֵם רַחֲמָנִים בְּנֵי רַחֲמָנִים, כְּמֵאמָרָם ו"ל (בִּיצָה לֵב): כָּל הַמְּרַחֵם עַל הַבְּרִיּוֹת, בְּיָדוֹעַ שֶׁהוּא מְזַרְעוֹ שֶׁל אַבְרָהָם אֲבִינוּ, וְכָל מִי שְׂאִינוּ מְרַחֵם עַל הַבְּרִיּוֹת, בְּיָדוֹעַ שְׂאִינָנוּ מְזַרְעוֹ שֶׁל אַבְרָהָם אֲבִינוּ; וְזֹאת אָנוּ יְכוּלִים לְדַעַת בְּדוֹר הַזֶּה — מִיְהוּ יְהוּדִי וּמִי לֹא? ! בְּמִשְׁךְ הַזְּמַן, מִשְׁךְ הַדּוֹרוֹת, שְׂגָלֵינוּ תְּקוּפָה כָּל-כָּף אֲרָכָה, וּמִי יוֹדֵעַ אִם אֵי מִי לֹא הִתְעַרְבָה מִשְׁפַּחְתּוֹ עִם גּוֹיִים, שׁוֹנְאֵי יִשְׂרָאֵל, וּמִה הַסִּימָן שְׂאִנוּ יְהוּדִים טְהוֹרִים? אִם אָנוּ אוֹהָבִים אֶת כָּל יְהוּדִי, וְהוֹלֵךְ לָנוּ בְּחַיִּים לְאַהֲבַיְהוּדִי שְׂנִי, אֵין אֶצְלָנוּ גְזַעְנוּת, זֶה סִימָן שְׂאִנוּ יְהוּדִים טְהוֹרִים, אָבֵל אִם, חֵס וְשְׁלוֹם, רוֹאִים אֶתְד רוֹצְחַי, מִתְאַכְזֵר לְשֵׁנִי, מִתְעַלֵּל בּוֹ, עוֹשֶׂה צָחֻק מִמֶּנּוּ, יְהִיָּה מִי שְׂיִהְיָה, הוּא אֵינָנוּ יְהוּדִי. שׁוֹאֲלִים מִיְהוּ יְהוּדִי? מִי שְׂמְרַחֵם עַל הַבְּרִיּוֹת, וְעוֹזֵר לְזוּלָתוֹ, אוֹהֵב אֶת חֵבְרוֹ, סִימָן שְׂרַגְלָיו עִמָּדוֹ עַל הַר סִינִי, וְהוּא קִבֵּל אֶת הַתּוֹרָה. וּמִי שְׂשׁוֹנֵא אֶת הַזּוּלָתוֹ, מִתְעַלֵּל בְּזוּלָתוֹ,

בְּדוּעַ שְׂאִינְנוּ יְהוּדִי, וְרַגְלֵינוּ לֹא עָמְדוּ עַל הַר סִינַי.

וְאֵיךְ יוֹדַע שְׂמַאד חֲרִיף לְשִׁמְעַ דְּבוּרִים אֱלוֹ, אִךְ לְדַאָּבוּנְנוּ, הַגְּעֵנוּ לְמַצָּב כְּזֶה, שֶׁהַשְּׂנָאָה שְׂאָחָד שׁוֹנֵא אֶת זוּלָתוֹ, הוֹרְסָת אֶת הַדַּעַת וְהַשְּׂכָל, עַד שְׂאִין לָנוּ הָאֵמֶץ לֹא מֵרָע לְעִצְמוֹנוּ: "רַגַּע חוֹשְׁבִים" מִי אֲנַחְנוּ, מֶה אֲנַחְנוּ, מֶה תְּכַלִּיתְנוּ?! וְלִכֵּן אֹמֵר רַבֵּנוּ וְ"ל, שְׂיִהוּדִי צָרִיף לְמִסֵּר נִפְשׁוֹ לְשִׁמְחָה שֶׁהוּא יְהוּדִי, וְהַשְּׂמִחָה הַזֹּאת עוֹלָה עַל כָּל הַשְּׂמִחוֹת, שְׂאִין לוֹ חֵלֶק מִחֵלֶק הַגּוֹיִים. וּבְיָדָאִי הָעֶרְב־רַב אֵינֶם רוֹצִים לְשִׁמְעַ אֶת זֹאת, כִּי אֲצִלֵּם הָעֶקֶר — נִהְיֶה כָּכֵל הַגּוֹיִים בֵּית יִשְׂרָאֵל, אִךְ הִיא לֹא תִהְיֶה. וְאוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (מוֹעֵד קָטָן טו:): מֶה כּוֹשֵׁי מְשֻׁנָּה בְּעוֹרוֹ, כִּי יִשְׂרָאֵל מְשֻׁנִּים מְכֹל הָעַמִּים; יְהוּדִי קְדוֹשׁ וְטָהוֹר, אֵין יְכוּלִים לְשַׁנּוֹתוֹ, הוּא חָזֵק בְּאַמוּנָה, וְאֶפְלוּ שְׂיִשְׂפִילוּהוּ וְיַעֲקְרוּהוּ מִהַיְהוּדוּת, לְבִסּוּף יַחְזוּר בְּתִשׁוּבָה, כְּשֶׁמֶן הַזֶּה שֶׁעוֹלָה תָּמִיד לְמַעַלָּה, אֶפְלוּ שְׂשׁוּפְכִים עָלָיו לְכַלּוֹף וְזָבֵל, הַשְּׂמֶן צָף וְעוֹלָה. כְּמוֹ-כֵן יִשְׂרָאֵל כְּמֶה שְׂמִשְׂפִילִים אוֹתָם וְגוֹזְלִים מֵהֶם אֶת הַיְהוּדוּת וְהַמְצוּוֹת, לְבִסּוּף יִשׁוּבוּ בְּתִשׁוּבָה. לְזֹאת אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוֹשִׁים (יְלִקוּט מִשְׁלֵי תַתְקַנְג): "וְטוֹב לֵב מִשְׂתָּה תָּמִיד" — מִי שְׂיִשׁ לוֹ דַּעַת יָפָה. מִי שְׂיִשׁ לוֹ דַּעַת יָפָה, שְׂכָל

מישב, הוא תמיד בשמחה, שהוא יהודי גאה בהקדוש-ברוך-הוא. אבל "כל ימי עני רעים" — זה שדעתו קצרה. וכן "וטוב לב משתה תמיד" — זה שדעתו רחבה; אנו צריכים גדלות המחין, לשמח שאנחנו יהודים, זו הגאנה שלנו, זה הגאון שלנו. ולכן עלינו לשמע בקול חכמי ישראל, חכמי התורה, מה עשה אותנו לעם? התורה הקדושה שקבלנו בהר סיני, ובלי התורה איננו עם, אין דבר כזה לאמיות. בנדאי אצל אמות העולם יש כדבר הזה: ההוא טורקי, ההוא צרפתי, ההוא אנגלי וכו', אבל יהודי הוא רק מי שדבוק בהקדוש-ברוך-הוא, וקבל את התורה בהר סיני ומקים את המצוות, מי שחי על-פי חקי התורה, מי שמטה און לחכמי ישראל.

ולכן, בני ובנותי היקרים! באו ונקבל על עצמנו ישוב הדעת אמתי, ונאמר לעצמנו: "רגע חושבים" — היכן אנו? מה אפנו? אנו נמצאים עתה בימי צער, שנשפך דמם של ישראל, מחרפים ומגדפים את כל הקדוש לעם ישראל, אין חרבן גדול יותר מזה, שאנו רואים שמחללים את השבת, אוכלים טרפות ונבלות, ושונאים את הבריות, זה

גורם לנו עכשוו את כל הצרות, אם אנו רוצים להגאל, עלינו לעשות חשבון הנפש גדול — מה אפנו, ונאמר לעצמנו: "רגע חושבים": מי אנחנו, ולשם איזו תכלית אנו בזה העולם? ! אז נבוא לישוב הדעת שאנו יהודים, קבלנו תורה בהר סיני, ועלינו לקיים את המצוות ולא להב את כל עם ישראל, ודיקא על-ידי-זה נזכה להגאל גאלת עולם, ולראות בגלוי שכינה במהרה בימינו.

ב.

בני ובנותי היקרים! עלינו להתחזק באמונה בהקדוש-ברוך-הוא, אשר אין עוד דבר יותר חשוב באמונה. רבנו ז"ל אומר (שיחות-הר"ן, סימן לג): אצל בני-אדם אמונה הוא דבר פשוט וקטן, אבל אצלי העקר אמונה; כי באמת אם אדם זוכה להחזיר בעצמו אמונה בהקדוש-ברוך-הוא, לא חסר לו שום דבר, כי כל החסרונות שיש לאדם, הם רק מפני שאין לו אמונה, ואז הוא מסכן, אין לו שכל ודעת. ולכן אומר רבנו ז"ל (ספר-המדות, אות אמונה, סימן יט): על-ידי אמונה — נתחכם; כי האמונה מכניסה באדם שכל וחכמה. ולכן לא בחנם שאמות העולם

מקנאים בעם ישראל, הם יודעים שעם ישראל הם בעלי בינה ודעת, ומסתכלים תמיד על יהודי שהוא יותר מאתם. ולכן הם שונאים מאד מאד את נשמות ישראל, ולא נחיה באשליות, שאמות העולם שלימו אתנו אי פעם. אם רבי שמעון בר יוחאי אמר: הלכה היא בידוע, שעשו שונא ליעקב (ספרי בהעלותך ט, י) — כך הוא זה, ולא ישתנה. וכן אומרים חכמינו הקדושים (שבת פט): מאז שעמדו רגלי עם ישראל על הר סיני וקבלו את התורה, ירדה שנאה מהאמות לעם ישראל. ולכן עלינו להתנאות שאנו יהודים מאמינים בהקדוש-ברוך-הוא, קבלנו את התורה, קימנו את המצוות, ואפלו שנכשלנו במה שנכשלנו, ונפלנו במה שנפלנו, עדין יכולים לחזור בתשובה, כי אין דבר העומד בפני התשובה, והקדוש-ברוך-הוא חפץ ומשתוקק שישובו אליו, ותכף-ומיד כשיהודי שב בתשובה, הקדוש-ברוך-הוא מוחל לו על הכל. ובפרט כשאדם חזק באמונה, אומר רבנו ז"ל (ספר-המדות, אות אמונה, סימן לג): על-ידי אמונה הקדוש-ברוך-הוא יסלח לך על עוונותיך; כי מה זה חטא ועון, בר מינן? שאדם שוכח מהקדוש-ברוך-הוא. כי המאמין האמתי, שהשם יתברך מחיה ומתהוה ומקיים את כל הבריאה

כֵּלָה, וְדוּמָם, צוּמַח, חֵי, מְדַבֵּר — זֶה לְבוּשׁ לְגַבִּי
 הָאֵין סוּף בְּרוּךְ הוּא, כִּי בְּכָל דְּבָר וְדְבָר יֵשׁ תּוֹרָה
 וְהַלְכָה, וְאֵין פֶּרֶט מְפָרְטֵי הַבְּרִיאָה, שְׂאֵין בּוֹ תּוֹרָה;
 יֵשׁ הֵלְכוֹת הַשְּׂיִכוֹת לְדוּמָם, יֵשׁ הֵלְכוֹת הַשְּׂיִכוֹת
 לְצוּמַח, יֵשׁ הֵלְכוֹת הַשְּׂיִכוֹת לְחֵי, יֵשׁ הֵלְכוֹת הַשְּׂיִכוֹת
 לְמְדַבֵּר. לְמַדִּים מִכָּאן, שֶׁהַכֹּל זֶה אֱלֹקוֹת וְאֱלֹקוֹת זֶה
 הַכֹּל. וְכַמוּכָא בְּזֵהָר (ח"ג עג.): קִדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא
 וְאוֹרִיתָא חַד הוּא; הַתּוֹרָה מְקַשְׂרֶת אֶת נְשָׁמוֹת
 יִשְׂרָאֵל אֶל הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא. וְלִכֵּן אָנוּ מְצֻיִים
 לְהִתְחַזֵּק בְּאֶמוּנַת חֲכָמִים, וְלִשְׁמַע רַק בְּקוֹל גְּדוּלֵי
 יִשְׂרָאֵל, חֲכָמֵי הַתּוֹרָה, כִּי עִם יִשְׂרָאֵל נַעֲשׂוּ עִם רַק
 עַל-יְדֵי הַתּוֹרָה, וּבְלִי הַתּוֹרָה אֵינְנוּ עִם.

לְזֹאת, בְּנֵי וּבְנוֹתֵי הַיְקָרִים! בָּאוּ וּנְתִישֵׁב הַיֵּטֵב,
 וְנֹאמַר לְעֲצֻמְנוּ: "רְגַע חוֹשְׁבִים" מָה אָנוּ עוֹשִׂים פֹּה
 בְּזֵה הָעוֹלָם, אִם לֹא לְהַפִּיר אֶת הַבוֹרָא יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ,
 כַּמוּכָא בְּזֵהָר (בא מב.), שֶׁתְּכַלִּית הַבְּרִיאָה הִיְתָה בְּגִין
 דִּישְׁתַּמּוּדְעוֹן לִיה; וְכֵן אוֹמְרִים חֲכָמֵינוּ הַקְּדוּשִׁים
 (תְּנַחֲמָא נְשֵׂא ג): מִיּוֹם שֶׁבָרָא הַקְּדוּשׁ-בְּרוּךְ-הוּא
 עוֹלָמוֹ נִתְאַנָּה שְׂיֵהִיָּה לוֹ דִּירָה בְּתַחְתּוֹנִים; הַקְּדוּשׁ-
 בְּרוּךְ-הוּא רוֹצֵה לְגוֹר עֲמָנוּ יַחַד, שְׁנֹזְכָה לְהַפִּירוֹ,
 שְׁנֹזְכָה לְקַיֵּם רְצוֹנוֹ יִתְבָּרַךְ, שְׂאֵלוֹ כָּלֵל הַמְצוּוֹת,

שנזכרה ללמד את התורה הקדושה שהיא חכמתו
 ותבונה, וזה מפריד אותנו מאמות העולם. ואף
 שהערב-רב עושים כל מיני פעולות לבוללנו בין
 הגויים, ואומרים: "נהיה ככל הגויים בית ישראל",
 אבל לא יועיל להם, כמו שכתוב (במדבר כג, ט): "הן
 עם לבדד ישפן ובגויים לא יתחשב"; לא יכולים
 לערב את נשמות ישראל בין האמות. ואף שאנו
 רואים שלצענו הרב, במשך הדורות התבוללו
 נשמות ישראל, וגם מליונים מאחינו בני ישראל
 הרחיקו אותם מלמוד תורה וקיום המצוות, אבל
 לבסוף כלם יחזרו אל שרשם, כלם חוזרים
 בתשובה, וכלם יחזרו בתשובה, כי עם ישראל
 נדמים בשמן, וכמו שמן, ככל שישפכו עליו כל
 מיני משקים שבעולם, כל מיני זבל שבעולם, השמן
 צף למעלה, כמו-כן נשמות ישראל, כל מה
 שירחיקו אותם מהקדוש-ברוך-הוא, ככל שיינתקו
 אותם מצור מחצבתם, לבסוף יעלו חזרה מעלה
 מעלה. ולזה אנו עדים, שאף שהערב-רב עקרו
 מליוני יהודים מחיק היהדות, ולא קבלו חנוך תורני
 טהור, חנוך של אמונה, עד שיש מליון וחצי ילדים,
 שאינם יודעים כלל מה זה: "שמע ישראל הוי"ה
 אלקינו הוי"ה אחד", עם כל זאת אנו רואים, שאט

אט נשמות ישראל חוזרים אל שרשם, אל מקורם. ובנדאי עלינו מנח החוב לגלות ולפרסם לנשמות ישראל את התכלית הנצחית, ולומר להם: "רגע חושבים" מי אנחנו?! מה אנו עושים בזה העולם?! הלא אנו נשמות מעולם האצילות, ששלחו אותנו לעולם העשיה הגשמי והחמרי לתכלית אחת — להכיר את הקדוש-ברוך-הוא, לקיים את המצוות, כדי להפוך את העולם הזה ולעשות כאן עולם הבא, לעשות להקדוש-ברוך-הוא דירה בתחתונים, זו התכלית! כמאמרם ו"ל (ספרי האזינו שיג): עד שלא בא אברהם אבינו לעולם, לא היה הקדוש-ברוך-הוא מלך אלא על השמים, ונקרא 'אלהי השמים', אבינו אברהם הוריד את הקדוש-ברוך-הוא אל הארץ, הרגיל את השם יתברך בפיות כל הבריות, שכלם ידברו ממנו יתברך, עד שנקרא: 'אלהי הארץ', שיודעים כלם, שהנה הקדוש-ברוך-הוא נמצא אתנו, עמנו ואצלנו. ובו ברגע שנהדיר בעצמנו שהוא יתברך נמצא בינינו, נתחיל לאהב את כל יהודי. כי כל יהודי הוא יהלום בכתר המלך אומר רבנו ו"ל (לקוטי מוה"ר"ן, חלק א', סימן ר). ולכן דיקא בימים אלו, שאנו בוכים על צרות ישראל, על חרבן בית-המקדש, שגחרב רק

על-ידי שנאת חנם, הבה נתחיל לאהב זה את זה. חזרנו לדור המבול, שהנאוף, הערם, השקוף והתעוב ממלאים את כל הארץ, ולא יכולים לחצות כביש בלי להכשל בהסתפלות אסורות, העושות פגם בנשמה. חזרנו לדור ההפלגה, מלאי מפלגות, פלג פלג. באו נקבל קבלה חזקה, ונאמר לעצמנו: "רגע חושבים" — מה קורה פה?! והנה דיקא אחר דור המבול ודור ההפלגה, האיר הקדוש-ברוך-הוא עולמו עם אברהם אבינו, שהיה היהודי הראשון, שהכריז לכלם: שמעו זאת, אנשים יקרים! "רגע חושבים", מה אתם?! האינכם שמים לב, שיש בורא עולם, המחיה ומתה ומקיים את כל הבריאה כלה, שרק אליו אנו צריכים להתפלל, ולבוא ולבקש ולהתחנן! וכך המשיך את האמונה אל יצחק, ויצחק אל יעקב, האבות הקדושים מסרו אחד לשני את האמונה ואחר-כך לי"ב שבטי י"ה, ומהם יצא כל עם ישראל, שקבלנו את התורה על-ידי משה רבנו. כמו שאמרו (אבות א): משה קבל תורה מסיני ומסרה ליהושע ויהושע לזקנים וזקנים לנביאים, ונביאים מסרוה לאנשי כנסת הגדולה; וכך נמשכה אלינו המסרת של קבלת התורה מדור דור עד דורותינו אלו, שאנו מחיבים לשמע בקול

חכמי התורה, חכמי ישראל, ראשי ישיבות, ראשי כוללים וכו' וכו'. ובנדאי עלינו לשמר מאד מהסמ"ך-מ"ם, ששם את ה'רע-בנים' שלו; כי זה לעצמת זה נגד משה רבנו עמדו מאתים חמשים רבנים, ובראשם קרח, אשר אומרים חכמינו הקדושים (עין במדבר ופה, פרשה מח): קרח מין ה'יה, שעשה ליצנות מהמצוות, לעג על דברי חכמים, התלוץ ממשה רבנו (עין לקוטי-הלכות, סימני בהמה ותייה טהורה, הלכה ד'), ומה ה'יה סופו? נבלע באדמה עם המאתים וחמשים רבנים. וזה סובב והולך מדור דור, שעם ישראל סובלים מהערב-רב הללו, ובכל דור יש להם שם אחר; כי כנגד כל חכם מחכמי ישראל, אומר רבנו ז"ל (לקוטי-מוהר"ן, חלק ב', סימן נו) עומדים רשעים ארורים, כנגד משה עומד בלעם, ומה שעושה משה — עושה בלעם. וכן בכל דור ודור יש רשעים וצבועים ה'עובדים' על בני-אדם.

ולכן, בני ובנותי היקרים! באו ונאמר לעצמנו: "רגע חושבים" היכן אנחנו? מה עלינו לעשות?! לחזור בתשובה שלמה! לשמע בקול חכמי התורה, המגלים ומפרסמים את הקדוש-ברוך-הוא, ומדברים פתוח מהקדוש-ברוך-הוא, ואינם מתבישים, מגלים

ומפרסמים לכלם את התורה הקדושה. אנו מצוים לשמע רק אל חכמי התורה, אשר הם לומדים עמנו חקי התורה, וזה יכניס בנו את הדחף לחזור בתשובה שלמה; כי סוף כל סוף כל אחד ואחד נמצא במקום שנמצא, כפי שידע בנפשו באיזו ירידה נמשך, באיזו תאנה נפל, באיזה בוך החליק והדרדר. והגיע הזמן שאנו צריכים לשוב בתשובה שלמה להקדוש-ברוך-הוא. ומהיכן אנו יודעים שבאמת חזרנו בתשובה, הרי כלנו חוזרים בתשובה, וקוראים עצמנו 'בעלי תשובה', מי אומר שאכן זה כן, אולי אנו מטעים את עצמנו? ! ומאין לנו, שנתקבלה תשובתנו בשמים, אולי אנו מטעים עצמנו? ! אלא אם אנו אוהבים כל יהודי באשר הוא יהודי, כמאמרם ו"ל (סנהדרין מד): ישראל אף-על-פי שחטא — ישראל הוא; וכן אומרים חכמינו הקדושים (ברכות נז): אפלו ריקנים שבה מלאים מצוות פרמון; והולך לנו בחיים לעזר לכל יהודי, ואין אצלנו אפליות בין עדות ועדות, זה סימן ששבנו בתשובה ותשובתנו נתקבלה בשמים, אבל אם, חס ושלום, עדין יש לנו איזו שנאה זה על זה, גזענות הדדית, סימן שעדין אנו רחוקים לגמרי מהתשובה, ועד שתתקבל תשובתנו — יש לנו

עבודה רבה. ולכן דיקא בימים אלו, שאנו מצפים ומקווים כבר על בנן בית המקדש, עלינו להתחזק ביתר שאת וביתר עז לעקר מאתנו את השנאת חנם, שרק בעבור זה בא החרבן והגלות. הגיע הזמן לעשות חשבון הנפש אמתי, ונאמר לעצמנו: "רגע חושבים", הלא אנו יהודים אחים, כלנו בני אב אחד, כמו שכתוב (דברים יד): "בנים אתם לה' אלקיכם", ובזה שנתחזק באמונה בהקדוש-ברוך-הוא, באמונת חכמים, בחכמי ישראל, באהבת ישראל, בזה שנתחזק בהגברת השלום בין נשמות ישראל, ואחד יעזר לשני, ונפסיק עם ההסתות הפרועות, בזה אנו בונים כלי לשפע הברכה. וכמאמרם ז"ל (עקצין פרק ג'): לא מצא הקדוש-ברוך-הוא כלי המחזיק ברכה לישראל אלא השלום; ודיקא על-ידי השלום נזכה להגאל, כמאמרם ז"ל (דברים רבה, פרשה ה', סימן יב): גדול השלום, שאין הקדוש-ברוך-הוא מבשר את ישראל שיהיו נגאלים אלא בשלום, אמן ואמן!

תם ונשלם, שבח לאל בורא עולם!

סוד ה' ליראיו ובריתו להודיעם
זה שמו נאה לו

תקון הפללי

תקון נורא ונפלא מאד מאד לכלליות
החטאים והוא פגם הברית, רחמנא לצלן
*

ומסגל מאד גם לפרנסה ולהצלחה
בכל הענינים בגשמיות וברוחניות
אשרי מי שיאמרם בכל יום
*

יסדו, תקנו, גלו וצוה לפרסמו לכל ישראל.
רבנו הקדוש והנורא אור הגנוז והצפון
בוצינא קדישא עלאה, אדוננו, מורנו ורבנו

רבי נחמן מברסלב, זכותו יגן עלינו
*

הובא לדפוס על-ידי
חסידי ברסלב
עיה"ק ירושלים תובכ"א

תקון הכללי

טוב לומר זאת 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 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 ברחילו ורחימו על ידי ההוא טמיר ונעלם בשם כל ישראל:

טז א מכתם לדוד שמרני אל פי חסיתי בך: ב אמרת ליהנה ארני אתה טובתי בל עליך: ג לקדושים אשר בארץ המה ואדירי בל חפציכם: ד ירבו עצבותם אחר מהרו בל אסיד נסביהם מדם ובל אשא את שמותם עלי שפתי: ה יהנה מנת חלקי וכסי אתה תומיד גורלי: ו חבלים נפולוי בניעמים אה נחלת שפרה עלי: ז אברך את יהנה אשר יעני אה לילות יסרוני כליותי: ח שויתי יהנה לנגדי תמיד כי מימיני בל אמוט: ט לבן | שמח לבי ונגל כבודי אה בשרי ישכן לבטח: י כי | לא תעוב נפשי לשאול לא תתן חסידך לראות שחת: יא תודיעני ארח חיים שבע שמחות את פניך נעמות בימיך נצח:

לב א לְדוֹד מְשִׁכִּיל אֲשֶׁרִי נִשְׁוִי־פֶשַׁע בְּסוּי חֲטָאָה: ב אֲשֶׁרִי־
 אָדָם לֹא יִחְשַׁב יְהוָה לוֹ עוֹן וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָה: ג כִּי־
 הִחַרְשֵׁתִי בְּלוֹ עֲצָמֵי בְּשֹׁאֲנֵתִי כָּל־הַיּוֹם: ד כִּי א יוֹמָם וְלַיְלָה
 תִּכְבֵּר עָלַי יְדָךְ נִחְפָּף לְשֹׁדֵי בְּתָרְבִנִי מִיּוֹן סְלָה: ה חֲטָאֵתִי
 אֹדִיעֶךָ וְעוֹנֵי לֹא־כִסִּיתִי אִמְרֹתַי אֹדָה עָלַי פֶּשַׁעֵי לַיהוָה
 וְאַתָּה נִשְׂאֵת עוֹן חֲטָאֵתִי סְלָה: ו עַל־זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל־חֹסֵד |
 אֱלֹהֵי לְעַת מַעַא רַק לְשִׁמְךָ מִיָּם רַבִּים אֱלֹהֵי לֹא יִגִּיעוּ: ז אֲתָה |
 סֵתֵר לִי * מַצֵּר תִּצְרֵנִי רְנִי פִלַּט תִּסּוּבְּנִי סְלָה: ח אֲשִׁכְבִּילָךְ |
 וְאוֹרֶךְ בְּדַרְדְּרוֹ תִלְךָ אֵינְעָה עֲלֶיךָ עֵינַי: ט אֶל־תִּהְיוּ | כְּסוּס
 כְּפָרָד אִין הַבַּיִן בְּמַתְגַּוְרְסָן עֲדִיו לְכֹלֹם כֹּל קָרֵב אֱלֹהֵי:
 י רַבִּים מְכֹאֲבִים לְרָשָׁע וְהַבּוֹטָח בַּיהוָה חֶסֶד יִסּוּבְּנּוּ:
 יא שְׂמַחוּ בַּיהוָה וְגִילוּ צְדִיקִים וְהִרְנִינוּ כָּל־יִשְׂרָאֵל־לֵב:

מא א לְמַנְצָח מְזִמּוֹר לְדוֹד: ב אֲשֶׁרִי מְשִׁכִּיל אֶל־דָּל בְּיוֹם
 רָעָה יִמְלֹטְהוּ יְהוָה: ג יְהוָה | יִשְׁמְרֵהוּ וַיִּתִּיָּהוּ וְאֲשֶׁר
 בְּאָרְצוֹ וְאֶל־תִּתְּנֵהוּ בְּנַפְשׁ אִיבִיו: ד יְהוָה יִסְעֲדֵנוּ עַל־עַרְשׂ דָּוִי
 כָּל־מְשִׁכְּבוֹ הַפִּכְתָּ בְּהַלְיוֹ: ה אֲנִי־אִמְרֹתִי יְהוָה חֲנִנִי רַפְּאָה
 נַפְשִׁי כִּי־חֲטָאתִי לָךְ: ו אוֹיְבֵי יֹאמְרוּ רַע לִי מֵתִי יָמוּת וְאָבֵד
 שְׁמוֹ: ז וְאִם־בָּא לְרֹאוֹתִי | שְׁוֹא יְדַבֵּר לְבוֹ יִקְבִּץ־אֶזְנוֹ לוֹ יֵצֵא
 לְחוּץ יְדַבֵּר: ח יַחַד עָלַי יִתְלַחְשׁוּ כָּל־שֹׁנְאֵי עָלַי | יִחְשְׁבוּ רָעָה
 לִי: ט דְּבַר־בְּלִיעַל יֵצוּק בּוֹ וְאֲשֶׁר שָׁכַב לֹא־יוֹסִיף לְקוֹם:
 י גַּם־אִישׁ שְׁלוֹמִי | אֲשֶׁר־בְּטַחְתִּי בּוֹ אוֹכַל לְחֶמֶי הַגָּדִיל עָלַי
 עֵקֶב: יא וְאַתָּה יְהוָה חֲנִנִי וְהַקִּימֵנִי וְאֲשַׁלְּמָה לָּהֶם: יב בּוֹאֵת

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

יְדַעְתִּי בִּי־הַפְּעֵת בִּי בִּי לֹא־יָרִיעַ אִיבִי עָלַי: יג וְאֲנִי בְּתַמִּי
תִּמְכַּת בִּי וּתְצַיְבֵנִי לְפָנֶיךָ לְעוֹלָם: יד בְּרוּךְ יְהוָה | אֱלֹהֵי
יִשְׂרָאֵל מִהָעוֹלָם וְעַד־הָעוֹלָם אָמֵן | וְאָמֵן:

מב א לְמַנְצַח מִשְׁכִּיל לְבַנֵּי־קִרְחָ: ב פֶּאֱיֵל תַּעֲרֹג עַל־אֲפִיקוֹ־
מַיִם בֶּן נִפְשֵׁי תַעֲרֹג אֱלֹהִים: ג צְמֵאָה נִפְשֵׁי |
לְאֱלֹהִים לְאֵל חַי מְתֵי אָבוֹא וְאֶרְאֶה פָּנֵי אֱלֹהִים: ד הִי־תְהִלְתִּי
דְּמַעְתִּי לְחֵם יוֹמָם וְלַיְלָה בְּאָמַר אֵלֵי כָל־הַיּוֹם אֵיחָ אֱלֹהֶיךָ:
ה אֵלֶּה אֲזַכְּרֶה | וְאֲשַׁפְּכָה עָלַי נִפְשֵׁי בִי אֶעֱבֹר | בְּסֶף אֲדַדָּם
עַד־בֵּית אֱלֹהִים בְּקוֹל־רִנָּה וְתוֹדָה הַמּוֹן חוֹנֵנִ: ו
מִה־תִּשְׁתַּחֲוִי | נִפְשֵׁי וּתְהַמִּי עָלַי הוֹחֵלִי לְאֱלֹהִים בִּי־עוֹד
אוֹדְנִי יְשׁוּעוֹת פָּנָיו: ז אֱלֹהֵי עָלִי נִפְשֵׁי תִשְׁתַּחֲוֶה עַל־בֶּן אֲזַכְּרֶךָ
מֵאֲרִיז יִרְדֵּן וְהַרְמוֹנִים מִהַר מְצַעֵר: ח תְּהוֹם־אֵל־תְּהוֹם קוֹרָא
לְקוֹל צְנוּרִיךָ כָּל־מִשְׁבְּרֶיךָ וְנִלְיֶד עָלַי עֲבָרוֹ: ט יוֹמָם | יֵצֵה
יְהוָה | חֶסֶדֹו וּבִלְיָלָה שִׁירָה עִמִּי תִפְלָה לְאֵל חַי: י אוֹמְרָה |
לְאֵל סִלְעֵי לְמָה שָׁכַחְתִּנִּי לְמִה־קִּדְרֵךְ אֶלֶף בְּלַחֲזֵן אוֹיֵב:
יא בְּרַצָּח | בְּעֲצָמוֹתֵי הַרְפוּנֵי צוּרֵי בְּאֶמְרָם אֵלֵי כָל־הַיּוֹם אֵיחָ
אֱלֹהֶיךָ: יב מִה־תִּשְׁתַּחֲוִי | נִפְשֵׁי וּמִה־תְהַמִּי עָלַי הוֹחֵלִי
לְאֱלֹהִים בִּי־עוֹד אוֹדְנִי יְשׁוּעַת פָּנֵי וְאֵלֵהִי:

נט א לְמַנְצַח אֱלִי־תִשְׁחַת לְדוֹד מִכְתָּם בְּשִׁלַּח שְׂאוֹל וַיִּשְׁמְרוּ
אֶת־חֲבִית לְחַמִּיתוֹ: ב הַצִּילֵנִי מֵאִיבִי | אֱלֹהֵי מִמְתַּקְמָמִי
תִּשְׁבַּנְנִי: ג הַצִּילֵנִי מִפְּעֵלֵי אֲנֹן וּמֵאֲנָשֵׁי דָמִים הוֹשִׁיעֵנִי: ד בִּי
הִנֵּה אָרְבוּ לְנִפְשֵׁי יַגְרוּ עָלַי עֲזִים לֹא־פִשְׁעֵי וְלֹא־חַטָּאתֵי
יְהוָה: ה בְּלִי־עוֹן יִרְצוּן וַיִּכְוֶנְנִי עִוְרָה לְקִרְאָתִי וּרְאָה: ו וְאֵתָה
יְהוָה־אֱלֹהִים | עֲבָאוֹת אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל הַקִּיְצָה לְפָקֵד כָּל־הַגּוֹיִם
אֶל־תִּדְחֵן כָּל־בְּרֵי אֲנֹן סְלָה: ז יִשׁוּבוּ לְעָרְבֵי יְחַמּוּ כִּכְלָב

וּסֹבְבוּ עִיר: ח הִנֵּה | יִבְעֹן בְּפִיָּהֶם חֲרָבוֹת בְּשִׁפְתוֹתֵיהֶם
 כִּי־מִי שָׁמַע: ט וְאַתָּה יְהוָה תִּשְׁחַק־לָמוֹ תִלְעַג לְכָל־גּוֹיִם: י עֹז
 אֱלֹהֶיךָ אֲשַׁמְרָה כִּי־אֱלֹהִים מִשְׁגָּבִי: יא אֱלֹהֵי חֲסָדֶי יִקְדְּמֵנִי
 אֱלֹהִים יִרְאֵנִי בְּשִׁרְרִי: יב אֱלֹהֵי־תַהֲרִימֵנִי | פֶּן־יִשְׁכַּחוּ עַמִּי הַנִּיעֵמוֹ
 בְּחִילְךָ וְהוֹרִידֵמוֹ מִגִּגְנוֹ אֲדָנָי: יג חַטָּאת־פִּימוֹ דְּבַר־שִׁפְתֵימוֹ
 וְיִלְכְּדוּ בְּגֹאוֹנָם וּמֵאֱלֹהִים וּמִפֶּחַשׁ יִסְפְּרוּ: יד כִּלָּה בְחַמָּה כִּלָּה
 וְאִינְמוֹ וַיִּדְעוּ כִּי־אֱלֹהִים מִשַׁל בְּיַעֲקֹב לְאַפְסֵי הָאָרֶץ סֵלָה:
 טו וַיִּשְׁבוּ לְעָרֵב יָחֲמוּ כִּכְלָב וּסֹבְבוּ עִיר: טז הִמָּה יִבְעֹן
 לְאַכֵּל אֶסֶל־אִישׁ וְיִשְׁבְּעוּ וְיִלְיָנוּ: יז וְאִנִּי | אֲשִׁיר עֹדָה וְאֶרְגֵּן לְבַקֵּר
 חֲסָדֶךָ כִּי־הוֹיֵת מִשְׁגָּב לִי וּמָנוֹס בְּיוֹם צָרָתִי: יח עֹז אֱלֹהֶיךָ
 אֲזַמְרָה כִּי־אֱלֹהִים מִשְׁגָּבִי אֱלֹהֵי חֲסָדֶי:

עז א למנצח על ידותון לאסף מזמור: ב קולי * אל
 אלהים ואצעקה קולי אל אלהים והאזין אלי: ג ביום
 צרתי אדני דרשתי ידי | לילה נגדה ולא תפוג מאנה הנחם
 נפשי: ד אזכרה אלהים ואהמיה אשיחה | ותתעטף רוחי
 סלה: ה אחות שמרות עיני נפעמתי ולא אדבר: ו השבתי
 ימים מקדם שנות עולמים: ז אזכרה נגינתי בלילה עם לבבי
 אשיחה ויחפש רוחי: ח הלעולמים יזנה | אדני ולא יסיה
 לרצות עוד: ט האפס לנצח חסדו נמר אמר לדר ודר:
 י השבח חנות אל אם קפיץ באף רחמיו סלה: יא ואמר חלוצתי
 היא שנות זמין עליון: יב אזכור מעלליה כי אזכרה מקדם
 פלאה: יג והגיתי בכל פעלה ובעלילותיה אשיחה: יד אלהים
 בקדש דרכך מי אל גדול כאלהים: טו אתה האל

(* באמרו אל אלהים תכווין המלוי כזה אלף למ"ד אלף למ"ד היי י"ד מ"ם

עשה פלא הודעת בעמים עז: טז גאלת בזרוע עמך בני-
 יעקב ויוסף סלה: יז ראוך מים | אלהים ראוך מים יחילו אף
 ירזו תהמות: יח זרמו מים | עבות קול נתנו שחקים אף-
 הצעיר יתהלכו: יט קול רעמך | בגלגל האירו ברקים תבל
 רגזה ותרגש הארץ: כ בים דרךך ושביך במים רבים
 ועקבותיך לא נדעו: כא נחית כצאן עמך ביד-משה ואהרן:

צ א תפלה למשה איש-האלהים אדני מעון אתה היות 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 אלה שנים בעיניך ביום אתמול כי יעבר
 ואשמורה בלילה: ה זרמתם שנה יהיו בבקר כהציר יחלה:
 ו בבקר יצין וחקף לערב ימולל ויבש: ז כי-כלינו באפך
 ובחמתך נבקחנו: ח שתה עונתינו לנגדך עלמנו למאור
 פניך: ט כי כל-ימינו פנו בעברתך כלינו שנינו כמו-הנה:
 י ימי-שנותינו בהם שבעים שנה ואם בגבורת | שמונים שנה
 ורהבם עמל ואון כירנו חיש ונעפה: יא מי-יודע עו אפך
 וכיראתך עברתך: יב למנות ימינו כן הודע ונבא לבב חכמה:
 יג שובה יהנה עד-מתי והנחם על-עבדיך: יד שבענו בבקר
 חסדך ונרננה ונשמחה בכל-ימינו: טו שמהנו בימות עניתנו
 שנות ראינו רעה: טז יראה אל-עבדיך פעלך ותדרך על-
 בניהם: יז ויהי | נעם אדני אלהינו עלינו ומעשה ידנו כוננה
 עלינו ומעשה ידנו כוננה:

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

בקשו פניו תמיד: ה זכרו נפלאותיו אשר עשה מפתיו
 ומשפטיו: ו זרע אברהם עבדו בני יעקב בחיריו: ז הוא
 יהוה אלהינו בכל הארץ משפטיו: ח זכר לעולם בריתו דבר
 אזה לאלה דור: ט אשר ברית את אברהם ושבועתו לישחק:
 י ויעמידה ליעקב לחק לישראל ברית עולם: יא לאמר לך
 אתן את ארץ כנען חבל נחלתכם: יב בהיותם מתי מספר
 כמעט ונרים בה: יג ויתחלכו 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 להם שבר: יז שלח לפניכם איש לעבד
 נמפר יוסף: יח ענו בכבל רגלו ברזל באה נפשו: יט עדעת
 בא דברו אמרת יהוה צרפתהו: כ שלח מלך ויתירהו משל
 עמים ויפתחהו: כא שמו ארון לביתו ומשל בכל קנינו:
 כב לאסר שריו בנפשו וזקניו יחכם: כג ויבא ישראל מצרים
 ויעקב גר בארץ חם: כד ויפר את עמו מאד ויעצמהו מצרים:
 כה הפך לבם לשנא עמו להתנפל בעבדיו: כו שלח משה
 עבדו אהרן אשר בחר בו: כז שמו גם דברי אתו ומפתים
 בארץ חם: כח שלח חשך ויחשך ולא מרו את דברו: כט הפך
 את מימיהם לדם וימת את דגתם: ל שרץ ארצם צפרדעים
 בחרי מלכיהם: לא אמר ויבא ערב כנים בכל גבולם: לב נתן
 גשמים 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
 ויהב ואין בשבטיו כושל: לח שמת מצרים בצאתם כי נפל
 פחדם עליהם: לט פרש עגן למסד ואש להאיר לילה:

מ שאל ויבא שְׁלוֹ וְלָהֶם שָׁמַיִם יִשְׁבִּיעֵם: מא פתח צור ויזוכו
 מים הלכו בציות נהר: מב כי־זכר את־דבר קדשו את־
 אברהם עבדו: מג ויוצא עמו בששון ברנה את־בְּחִירָיו:
 מד ויתן להם ארצות גוים ועמל לאמים יירשו: מה בעבור |
 ישמרו חקיו ותורתיו וינצרו הללויה:

קלז א על־נהרות | בכל שם ישבנו גם־כִּינּוּ בְּנִכְרֵנו
 את־ציון: ב על־עֲרֵבִים בְּתוֹכָהּ תְּלִינוּ כְּנִרְתִּינוּ: ג כי
 שם שאלנו שובנו דְּבִרֵי־שִׁיר וְתוֹלְדֵינוּ שִׁמְחָה שִׁירוּ לָנוּ
 מִשִּׁיר צִיוֹן: ד איה נשיר את־שִׁיר־יְהוָה על אֲדַמַּת נֶכֶר:
 ה אס־אֲשַׁכְּחֶךָ יְרוּשָׁלַם תִּשְׁכַּח יְמִינִי: ו תִּדְבַק לְשׁוֹנֵי | לַחֲכִי
 אס־לא אֲזַכְּרֶכִי אס־לא אֲעֵלֶה אֶת־יְרוּשָׁלַם על ראש
 שִׁמְחָתִי: ז זכר יהוה | לְבִנֵי אֲדוּם אֵת יוֹם יְרוּשָׁלַם הָאֲמָרִים
 עָרוּ | עָרוּ עַד הַיּוֹסֵד בָּהּ: ח בַּת־בָּבֶל הִשְׁדוּדָה אֲשֶׁר־י שִׁשְׁלָם־
 לָךְ אֶת־גְּמוּלָךְ שְׁנִמְלֶת־לָנוּ: ט אֲשֶׁר־י | שִׁיאֲחֹז וְנִפְיֵן אֶת־עֲלֵלֶיךָ
 אֶל־הַסֵּלַע:

קנ א הללויה | הללו־אל בְּקִדְשׁוֹ הַלְלוּהוּ בְּרִקְיעַ עֲזוֹ:
 ב הַלְלוּהוּ בְּגִבּוֹרָתוֹ הַלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדָלוֹ: ג הַלְלוּהוּ בְּתַקְעַ
 שׁוֹפָר הַלְלוּהוּ בְּנִבְל וְכִנּוֹר: ד הַלְלוּהוּ בְּתֶף וּמַחֲזֵל הַלְלוּהוּ
 בְּמִנִּים וְעִנָּב: ה הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי־שִׁמְעַ הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי
 תְּרוּעָה: ו בַּל הַנְּשַׁמָּה תִּהְלַל יְהוָה הַלְלוּיָהּ:

אחר שסיים תהלים יאמר זה:

מי יתן מציון ישועת ישראל בשוב יהוה שבות עמו יגל יעקב
 ישמח ישראל: ותשועת צדיקים מיהוה מעוזם בעת צרה: ויעזרום
 יהוה ויפלטם ויפלטם מרשעים וישועם כי חסו בו: