

יהבו
שמחה
בישראל

מרקי תהלים

סגולה בעזרת ה'
להריון תקין ולידה קלה
ממרחן הגר"ה קניבסקי שליט"א

עם פירוש
מִרְא דְבָא

א בָּרַק א' אֲשֶׁרִי הָאִישׁ אֲשֶׁר לֹא הָלַךְ
 בַּעֲצַת רְשָׁעִים, וּבְדַרְךְ
 חַטָּאִים לֹא עָמַד, וּבְמוֹשֵׁב לְצִים לֹא
 יָשָׁב: כִּי אִם בְּתוֹרַת יי חֶפְצוֹ,
 ג וּבְתוֹרַתוֹ יִהְיֶה יִלְמַד יוֹמָם וּלְיָלֵה: וְהָיָה
 בְּעֵין שְׂתוּלָה עַל-פְּלִגֵי מַעֲיִנוֹת מוֹם, אֲשֶׁר
 פָּרְיוֹ יִתֵּן בְּעֵתוֹ בְּזַמְנוֹ וְעָלָה: לֹא-יָבוּל,
 ד וְכֹל אֲשֶׁר-יַעֲשֶׂה יִצְלִיחַ: לֹא-כֵן
 הֲרִשָׁעִים, כִּי אִם-כַּמִּין קֶשׁ אֲשֶׁר-
 ו תִּדְּבַנּוּ תִדְּחַפְנוּ רוּחַ: עַל-כֵּן לֹא-יִקְמוּ אִינוֹ
 ל תְּקוּמָה לְרִשָׁעִים בַּמִּשְׁפָּט, וְחַטָּאִים לֹא יִדְּוּ
 ז בַּעֲדַת צְדִיקִים: כִּי-יִזְדַּע מִשְׁגִּיחַ יי דָּרְךְ
 צְדִיקִים, וְדָרְךְ רְשָׁעִים תֵּאבֵד:

ד בָּרַק ד' לְמִנְצַח בְּנִינֹת בְּבֵית הַמִּקְדָּשׁ, מִזְמוֹר שְׁחִיבְרו
 א לְדָוִד: בְּקִרְאִי בַתְּפִילֹתַי עֲנֵנִי אֱלֹהֵי
 ב

צִדְקֵי הַעוֹשָׂה עִמִּי צְדָקָה, בַּצָּר הִרְחַבְתָּ לִּי, חַנּוּנֵי

וַיִּשְׁמַע תְּפִלָּתִי: בְּנִי אִישׁ עַד-מָה תִּבְנוּ

כְּבוֹדִי לְכֹלְמָה, תִּתְּחַבֵּן רִיק,

תִּבְקְשׁוּ כֹּזֵב סֵלָה תַּמִּיד: וַיִּדְעוּ כִּי-

הַפִּלָּה יִי חֲסִיד לֹא, יִי יִשְׁמַע בְּקִרְאֵי

אֱלֹהֵי: רְגֹזֵי פַחַד וְאֵל-תִּתְּחַטְּאוּ, אָמְרוּ

בְּלִבְבְּכֶם תִּתְּבוֹנְנוּ עַל-מִשְׁפַּבְּכֶם, וְדַמּוּ

סֵלָה וְתִשְׁתַּקּוּ: וּבְחַוֵּי הַקְּרִיבוּ וּבְחֵי-צְדָק, וּבְטַחֲוֵי

אֱלֹהֵי: רַבִּים אָמְרִים מִי-יִרְאֵנוּ מִזֹּב,

נָסָה הָרִים עָלֵינוּ אֹזַר פָּנֶיךָ יִי: נָתַתָּה

שִׂמְחָה בְּלִבִּי, מִעַתָּה הִגַּנְם וְתִירוּשָׁם יִי

רְבוּ: בְּשָׁלוֹם יַחֲדוּ אֲשַׁכְּבָה וְאִישָׁן,

כִּי-אַתָּה יִי לְבָדָד לְבָדָד לְבָטַח תּוֹשִׁיבֵנִי:

פֶּרֶק ה' לְמִנְצַח אֶל-הַנְּחִילוֹת, כָּל זִמְרָה

מִזְמוֹר לְדָוִד: אָמְרֵי

ג

ד

ה

ו

ז

ח

ט

י

יא

יב

הַאֲזִינָהוּ יי, בִּינָה ^{התבונן} הַגִּיגִי ^{תפילת: ליבלי}

ג הַקְּשִׁיבָה לְקוֹל שׁוֹעִי ^{תחנוני} מִלְכִי

ד וְאֱלֹהֵי, בִּי-אֱלֹהֶיךָ אֶתְפַּלֵּל: יי, בְּקֶרֶךְ

ה תִּשְׁמַע קוֹלִי, בְּקֶרֶךְ אֶעֱרֹךְ-לְךָ וְאֶצְפֶּה

ו לִישׁוֹעָתְךָ: בִּי לֹא אֵל-חַפְּזִין רָשָׁעוּ אֶתָּה,

ז לֹא יִגְרֹךְ ^{לא יהיה עמד} רַע: לֹא-יִתְיַצְּבוּ יִתְקִימוּ

ח הַזִּדְּלִים ^{פוחזים} לְנֶגְדַ עֵינֶיךָ, שָׁנְאֵת כָּל-

ט פְּעָלֵי אֵיזֶן ^{עושי רע} רַע: הַתְּאֵבֵד וְדַבְּרֵי כֹזֵב,

י אִישׁ-דָּמוּם וּמְרָמָה - יִתְעַבּוּ יי: וְאֲנִי

יא בְּרַב חַסְדֶּךָ אָבוֹא בֵיתְךָ, אֲשַׁתְּחֹוֶה

יב אֶל-הַיּוֹכֵל קֹדֶשְׁךָ בִּירְאָתְךָ: יי נַחֲנִי

יג בְּצַדִּיקְתְּךָ לְמַעַן ^{אעמוד מול} שׁוֹרְרֵי ^{הרשעים},

יד הַיֹּשֵׁר ^{הישר תישר} לְפָנַי דִּרְכֶּךָ: בִּי אֵיזֶן

יז בְּפִיהֶוּ נְכוֹנָה ^{אמת}, קֶרֶבָם הַזֹּזֹת ^{מרמה} כְּמוֹ,

יח קֶבֶר-פְּתוּחַ גֵּרָנִים, לְשׁוֹנִם יַחְלִיקוּן

יט חֲלַקְלוֹת: רַחֲשִׁימָם אֱלֹהִים, יִפְלוּ:

מִמַּעֲצוֹתֵיהֶם מַעֲצָתָם, הִרְעָה הַרְעָה, בָּרַב פְּשָׁעֵיהֶם

יב הִדְיָחֵמוּ, בִּי־מָרוּ מִרְדּוֹ בָךְ: וַיִּשְׁמָחוּ:

כָּל־חֹסֵי בָךְ, לְעוֹלָם יִרְנְנוּ, וְתַסֵּךְ וְתַגּוֹ

עָלֵימוֹ עֲלֵיהֶם, וַיַּעֲלֵצוּ בָךְ אֲהַבֵי שְׂמֶךְ:

יג בִּי־אֲתָה תִּבְרַךְ צַדִּיק, יי, כַּצְנָה כַּמְגֵן

רְצוֹן אֲהַבָה תַעֲמִרְנוּ:

ח א בַּרְק ח' לַמְנִצָּה עַל־הַגְּבוּתִים כְּלִי, נִיגּוֹן

ב מִזְמוֹר לְדָוִד: יי אֲדַנִּינוּ,

מִה־אֲדִיר שְׂמֶךְ בְּכָל־הָאָרֶץ, אֲשֶׁר

ג תָּנָה נִתַּת הוֹדֶךָ עַל־הַשָּׁמַיִם: מִפִּי

עוֹלָלִים וַיִּנְקִים יַסְדֶּתָ עֵז כַּח, לְמַעַן נִגַּד

ד צוֹרְרֶיךָ, לְהַשְׁבִּית אוֹיֵב וּמִתְנַקֵּם: בִּי־

אֲרָאָה שְׂמֶיךָ שָׁרִים מַעֲשֵׂה אֲצַבְעֹתֶיךָ,

ה יֵרַח וְכּוֹכָבִים אֲשֶׁר בּוֹנֵנָתָה עֲשִׂיתָ: מִה־

אֲנֹשׁ הָאָדָם בִּי־תוֹכְרֵנוּ, וּבֶן־אָדָם בִּי

1 תִּפְקְדֵנוּ תִזְכְּרֵנוּ: וְהִתְפַּרְהוּ מִעַט מֵאֱלֹהִים
 מִהַמְּלָאכִים, וְכָבוֹד וְהַדָּר תִּתְפַּרְהוּ בְּנִשְׁמָה:
 2 תִּמְשִׁילֵהוּ: הַמְשַׁלֵּת אוֹתוֹ בְּמַעֲשֵׂי יָדָיָהּ, כֹּל
 3 שִׁתָּה שְׁמַת תַּחַת־רַגְלָיו שְׁלוֹטוֹנוֹ: צְנָה צֶאן
 וְאֵלֶּפִים בְּקָר, כָּלָם, וְגַם בַּהֲמוֹת שָׂדֵי
 4 הַשָּׂדֶה: צִפּוֹר שָׁמַיִם וְדְגֵי הַיָּם, עֵבֶר
 5 אֲרָחוֹת הָעוֹבְרִים דְּרָכָיו יָמִים: יִי אֱדֹנָיִנוּ, מִה־
 אֲדִיר שִׁמְךָ בְּכֹל־הָאָרֶץ:

6 בָּרַק ב' לְמִנְצָה, מִזְמוֹר לְדָוִד: יַעֲנֶךָ
 7 יִי בְיוֹם צָרָה, יִשְׁגָּבְךָ יִחְזַק אוֹתְךָ שֵׁם
 8 אֱלֹהֵי יַעֲקֹב: יִשְׁלַח־עֲזָרְךָ מִקֶּדֶשׁ,
 9 וּמִצִּיּוֹן יִסְעָדְךָ יִתְמוֹד בְּד: יִזְכֹּר כֹּל־מִנְחֹתֶךָ
 10 וְעֹזֹתֶיךָ קִרְבָּנוֹת עוֹלָה קִרְבָּנוֹת יִתְקַבְּלוּ בְּרָצוֹן סֶלָה
 11 יִתֵּן־לְךָ כָּל־בָּבֶךָ מִשְׁאַלוֹתֶיךָ, וְכֹל־
 12 עֲצָתְךָ יִמְלֵא: גְּרַנָּה בִישׁוּעָתְךָ,

וּבְשֵׁם־אֱלֹהֵינוּ נִדְגַל^{נתאסף}, יִמְלֵא יי
כָּל־מִשְׁאֵלוֹתֶיךָ: עֲתָה יִדְעֵתִי כִי
הוֹשִׁיעוּ יי מְשִׁיחוֹ, יַעֲנֶהוּ מִשְׁמֵי
קָרְשׁוֹ, בְּגִבּוֹרֹת יֵשַׁע^{ישועת} יְמִינוֹ: אֱלֹהֵי
בָּרֶכֶב וְאֱלֹהֵי בַסּוּסִים, וְאֲנַחְנוּ בְשֵׁם־
יי אֱלֹהֵינוּ נִזְכִּיר^{נתפלל}: הִמָּה כָּרְעוּ
וְנִפְלְאוּ, וְאֲנַחְנוּ בְּקִמּוֹנוֹ וְנִתְעוֹדֵד: יי
הוֹשִׁיעָה, הַמֶּלֶךְ יַעֲנֵנוּ בַיּוֹם־קָרְאֵנוּ:

פָּרַק ל"ה לְדָוִד, רִיבָה יי אֶת־^{עם}
יְרִיבָי, לְחָם אֶת־^{עם}
לְחָמֵי: הִחֲזַק אֶת־מִגֵּן וְצַנְחָה^{ושריון שלי}, וְקוֹמָה
בְּעִזָּרְתִּי: וְהִרְקֵם^{שלוף} חֲנִית וְסֹגֵר^{חסום}
לְקַרְאֵת־יָד רֹדְפֵי, אָמַר לְנַפְשֵׁי
יִשְׁעֶתְךָ אָנִי: יִבְשׁוּ וַיִּכְלְמוּ מִבְּקִשֵׁי
נַפְשֵׁי, וַיִּסְגּוּ אַחֲזֹר וַיִּחַפְּרוּ: יִתְבַּיֵּשׁוּ^{יתביישו} חֲשָׁבֵי

ה רָעַתִּי: יִהְיוּ כְּמִין קשׁ לְפָנֵי־רוּחַ,
 וּמִלֶּאֱךָ יִי דוֹחָה יפזרם: יְהִי־דֶרֶכְךָ חֶשֶׁךְ;
 וְחַלְקֵי־לֶקֶת שִׁיחֲלִיקוּ, וּמִלֶּאֱךָ יִי רֹדְפִים:
 ז בִּי־חָנֹם בלי סיבה טָמְנִי־לִי שַׁחַת רִשְׁתֶּם
 ח מלכודת, חָנֹם חִפְרוּ בור לְנַפְשֵׁי: תְּבוֹאֵהוּ
 עַל הָאֵיב שׁוֹאֵה לֹא־יֵדַע להוֹדֵר מִמֶּנּוּ, וְרִשְׁתּוּ אֲשֶׁר־
 טַמְּנִי תִלְכְּדוּ, בְּשׂוֹאֵה יִפֹּל־בָּהּ:
 ט וְנַפְשֵׁי תִגִּיל בִּי, תִשְׂשִׁי תשמח
 י בִּישׁוּעָתוֹ: כָּל עֲצָמוֹתַי תֹּאמְרָנָה, יִי
 מִי כְמוֹךָ, מִצִּיר עֲנִי מִחֶזֶק מִפְּנֵי,
 יא זַעֲנִי וְאֶבְיוֹן מִגְּזֹלוֹ: יִקְוִמוּן עֵדֵי חָמֶם
 שָׁקֵר, אֲשֶׁר לֹא־יֵדְעֵתִי יִשְׁאַלוּנִי יתבעו ממני:
 יב יִשְׁלָמוּנִי רָעָה תַחַת טוֹבָה, שָׁכֹל
 יג לְנַפְשֵׁי: וְאֲנִי בַחֲלוֹתֶם כשהיו חולים לְבוֹשֵׁי
 שָׁקֵר, עֲנִיתִי בְּצוּם נַפְשֵׁי לרפואתם, וְתַפְּלֵתִי
 יד עַל־חִיקֵי עֲצָמֵי תִשׁוּב: כִּרְעֵ כחבר־בָּאֵחַ לִי

הִתְהַלַּכְתִּי ^{התנהגתי} כְּאֶבֶל-אֵם , קִדְר

וְנִשְׁחַזְתִּי כַפּוּף בְּצַרְתֶּם ; וּבְצַלְעֵי בִשְׁבָרִי שָׁמַחוּ : 10

וְנִאֲסַפּוּ , נִאֲסַפּוּ עָלַי נִבְיִים רַמָּאִים וְלֹא

יָדַעְתִּי ^{שלא} הַכְּרַתִּי , קָרְעוּ אֶת ^{רוחי} וְלֹא-דָמוּ וְלֹא :

בְּחַנְפֵי לַעֲגִי מְעוֹג ^{בחנופה} , חָרַק ^{חורקים} עָלַי

שְׁנֵימוֹ : אֲדַנִּי בַּמָּה תִרְאֶה , הַנְּשִׁיבָה 11

נַפְשִׁי מִשְׂאִיֵּהֶם ^{ממזימתם} , מִבְּפִירִים

יְחִידַתִּי ^{הצל} נַפְשִׁי : אֲזַדְּךָ בְּקָהֶל רַב , 12

בְּעַם עֲצוּם גָּדוֹל אֶהְלָלְךָ : אֵל-יִשְׁמַחוּ-

לִי אֹיְבֵי ^{המתנהלים ב} שִׁקְר , שְׁנֵאֵי חָנָם אֵל

יִקְרְצוּ-עֵינַי : כִּי לֹא שָׁלוֹם יִדְבְּרוּ , 13

וְעַל רַגְעֵי תַמִּימֵי-אָרֶץ דְּבָרֵי מְרֻמּוֹת

יִחַשְׁבוּן : וַיִּרְחִיבוּ וַיַּפְעֲרוּ עָלַי פִּיהֶם בַּלֵּעַ , 14

אָמְרוּ הֵאֵחָ ^{הידד} | הֵאֵחָ ^{הידד} רְאֵתָה עֵינֵנוּ

בְּצַרְתּוֹ : רְאֵתָה יְיָ אֵל-תַּחַרֵּשׁ ^{אל} תִּשְׁתּוֹק , אֲדַנִּי 15

אֵל-תִּרְחַק מִפְּנֵי : הָעִירָה וְהַקִּיצָה 16

לְהוֹצִיא לְאוּר מִשְׁפָּטֵי, אֱלֹהֵי וְאֲדֹנָי לְרִיבֵי

כז לְרִיבֵי: שְׁפָטֵנִי בְּצִדְקָךָ יְיָ אֱלֹהֵי, וְאַל-

כח יִשְׁמְחוּ אֵיבֵי-לִי עֲלַי: אֶל-יֹאמְרוּ בְלִבָּם
הָאֵחָה הִידֵד נִפְשָׁנוּ לָנוּ, אֶל-יֹאמְרוּ בְלַעֲנוּהוּ:

כז יִבְשׁוּ וַיִּחְפְּרוּ יִתְבַיֵּשׂוּ יַחְדָּו שְׂמֵחֵי רַעְתֵי,
יִלְבְּשׁוּ יִתְכַסּוּ-בַשָּׂת וּבְלִמָּה הַמַּגְדִּילִים

כז הַמֵּתַרְבֵּי עָלַי: יִרְנוּ וַיִּשְׂמְחוּ חֲפִצֵי צְדָקָי,
וַיֹּאמְרוּ תָמִיד יִגְדַּל יְיָ, הַחֲפִיץ שְׁלוֹם

כח עַבְדּוֹ: וְלִשְׁוֵנֵי הַתְּהִלָּה תִדְבֵר צְדָקָךָ, כָּל-
הַיּוֹם הַתְּהִלְתָּךְ:

נז בַּרְק ב"ז לְמִנְצַח אֶל-תִּשְׁחַת, לְדָוִד
א מְבַתֵּם, שֶׁנִּתְחַבֵּר בְּבִרְחוֹ מִפְּנֵי-

ב שְׂאוּל בְּמַעְרָה: חֲנֻנֵי אֱלֹהִים חֲנֻנֵי,
כִּי בָךְ חִסִּיהַ חֲסִיָּה נִפְשֵׁי, וּבְצֵל-כְּנָפֶיךָ

ג אֶחְסֶה, עַד יַעֲבֹר הַזֹּזֹת הַרְעָה: אֶקְרָא

לֵאלֹהִים ^{ה' עֲלִיּוֹן,} לֹאֵל גִּמְרֵי ^{הַמַּקַּיִים} עָלַי: ^{הַבְּטַחְתּוֹ}

יִשְׁלַח ^{יְשׁוּעָתוֹ} מַשְׁמַיִם וַיּוֹשִׁיעַנִי חַרְף־מַחְרַפַּת

שְׂאֵפֵי ^{הַרוּצָה} סָלָה ^{תַּמִּיד}, יִשְׁלַח אֱלֹהִים

חַסְדּוֹ וְאַמְתּוֹ: נַפְשִׁי בְּתוֹךְ לְבָאֵם בִּין

אֲרִיּוֹת, אֲשַׁכְּבָה ^{בֵּין חַיּוֹת ה'} לְהַטִּים ^{לְטַרְוֶף} וְהִם בְּנֵי-

אָדָם ^{ש' שְׂנִיָּהֶם} כְּמֹו חַנִּית וְחַצִּים, וְלִשְׁזֹנָם

חָרַב חֲדָה: רִנְּמָה ^{תַּגְּלָה} עַל־הַשָּׁמַיִם

אֱלֹהִים, עַל כָּל־הָאָרֶץ כְּבוֹדָךְ:

רָשַׁת חֵכְמֵנוּ לְפַעְמֵי ^{לְרַגְלֵי} כַּפְּךָ ^{לְחַכְמֵי}

נַפְשִׁי, כְּרוּ לְפָנַי שִׂיחָה ^{בּוֹר}, וּבְסוּף ^{הֵם} נִפְלוּ:

בְּתוֹכָהּ סָלָה ^{לְעוֹלָם}: נָכוֹן ^{בּוֹטַח} לְבִי

בְּאֱלֹהִים, נָכוֹן לְבִי, ^{וּלְכֹן} אֲשִׁירָה

וְאֹמְרָה: עֹזְרָה כְּבוֹדֵי ^{נַפְשִׁי}, עֹזְרָה

הַנִּבֵּל וְכִנּוֹר, אֲעִירָה ^{לְפָנַי} שָׁחַר: אֹזְרָךְ

בְּעַמּוּסוֹ אֲדַנִּי, אֹמְרָךְ בְּלֵאמִים:

כִּי־גָדַל עַד־שָׁמַיִם חַסְדְּךָ, וְעַד־

יב שְׁחָקוֹם אֶמְתֵּךְ: רִזְמָה ^{תגלה} ^{ורוממותך} עַל-
שָׁמַיִם אֱלֹהִים, עַל כָּל-הָאָרֶץ כְּבוֹדְךָ:

יג א בִּרְק צ"ג יי מֶלֶךְ, גִּאֲוֹת לְבִשׁ, לְבִשׁ
יי, עֵז הַתְּאֹזֵר, אֶף-תִּבּוֹן

ב תִּבֵּל, בַּל-תִּמּוֹט ^{ולא} ^{תתמוטט}: נָכוֹן כְּסֵאֲךָ

ג מֵאֵז ^{ומקדם} מֵעוֹלָם אֶתָּה: נִשְׂאוּ נְהַרּוֹת

יי, נִשְׂאוּ נְהַרּוֹת קוֹלָם, יִשְׂאוּ נְהַרּוֹת

ד דְּבִים ^{שאון} ^{הגלים}: יוֹתֵר ^{יותר} מִקְלוֹת מִיּוֹם רַבִּים,

יוֹתֵר אֲדִירִים מִשְׁבָּרֵי מַגְלֵי יוֹם - אֲדִיר

ה בַּמָּרוֹם יי: עֲדַתְיָךְ ^{נבואך} ^{שהבטיחו את} ^{בנין המקדש} נֶאֱמְנוּ

מֵאֵד, לְבֵיתְךָ ^{לבית} ^{המקדש} שְׂדוּא ^{שדוא} נֶאֱוָה ^{נווה} קֶדֶשׁ,

יי לְאֶרֶץ יָמִים:

ק א בִּרְק ק"ח נִשִּׁיר מְזֻמּוֹר לְדוֹד: נָכוֹן ^{בטוח}

ב לְבִי בְּאֱלֹהִים, לְד אֲשִׁירָה

ג וְאֶזְמְרָה, אֶף ^{עם} כְּבוֹדֵי נִשְׁמַתִּי: עוֹרָה

ת הַנִּבֵּל וְכִנּוּר, אֶעֱיֶרֶה לִפְנֵי שָׁחַר: אֹדֶךְ
 בְּעַמִּים יי, וְאַזְמִיךְ בְּלְאֻמִּים ^{בין האומות:}
 ה כִּי-גִדּוּל מֵעַל-שָׁמַיִם חִסְדְּךָ, וְעַד-
 ו שְׁחָקִים אֲמַתְךָ: רוֹמֵר ^{תגלה ארוממותך} עַל-
 שָׁמַיִם אֱלֹהִים, וְעַל כָּל-הָאָרֶץ
 ז כְּבוֹדְךָ: לְמַעַן יַחֲלִצוּן יְדִידֶיךָ אֶהְבִּיד,
 ח הוֹשִׁיעַרָה בְּיַמִּינְךָ וְעֵנְנֵי: אֱלֹהִים
 דְּבַר ^{הבטיח נצחון} בְּקֶדְשׁוֹ, אֶעֱלֶזָה, אֶחֱלֶקְהָ
 ט שָׁכֶם, וְעַמְּךָ סִבּוֹת אֲמִיד ^{אמדוד לחלוקה}: לִי שְׁלִי
 ארץ גִּלְעָד לִי שְׁלִי ארץ מְנַשֶּׁה, וְאַפְרַיִם מְעוֹז
 י שׁוּמְרֵי רְאִשֵׁי, יְהוּדָה מְחַקְקֵי שְׂרִים: מוֹאָב
 עֲבוּדֵי כִסִּיר רַחֲצֵי רַחֲצָה, עַל-אֲדוֹם אֲשֶׁלֶּיךָ
 יא נַעֲלֵי, עַל־י-פְּלִשְׁתִּים ^{על פלשתים} אֶתְרוּזְעֵעַ ^{אריע בקור:}
 מִי יִבְלַנֵּי ^{לנצה} עֵיר מְבַצָּר, מִי נַחֲנֵי ^{הדריכני}
 יב עַד-אֲדוֹם ^{לכובשם}: הֲלֹא-אֱלֹהִים ^{שבעבר} זְנַחְתָּנִי,
 וְלֹא-תִצָּא ^{ולא יצאת} אֱלֹהִים בְּצַבְאֵתֵינוּ:

יג וכעת הבה לנו עזרת מצר מהאויב, והרי שוא
יד תִּשׁוּעַת אָדָם: בַּאֱלֹהִים נַעֲשֶׂה-חֵיל,
וְהוּא יְבוֹס יִרְמוֹס צַרֵּינוּ:

קמב
א פֶּרֶק קמ"ב מִשְׁכִּיל לְדָוִד, בְּהִיזְתּוֹ
ב בַּמַּעֲרָה ^{דיבר} תְּפִלָּה: קוֹלִי
אֱלֹהִי אֶזְעַק, קוֹלִי אֱלֹהֵי אֲרֻחָנִי:
ג אֶשְׁפֹּךְ לְפָנָיו שִׁיחִי ^{תפילתי}, צַרְתִּי לְפָנָיו
ד אֲגִיד: בְּהַתְעַטֵּף ^{כשנחלשה} עָלַי רוּחִי,
וְאַתָּה יָדַעְתָּ נְתִיבָתִי, בְּאַרְחֻזֵי ^{בכל דרך}
ה אֲחִילֵךְ טָמְנוּ פֶּחַ לִי: הַבֵּיט יָמִין
וְרֵא רֵא וְאִינִי לִי מִכִּיר, אָבֵד מָנוֹס ^{מפלט}
ז מִמֶּנִּי, אֵינִי דוֹרֵשׁ לְנַפְשִׁי: זַעַקְתִּי אֵלֶיךָ
י, אָמַרְתִּי ^ק אַתָּה מַחְסֵי, חֶלְקִי בְּאֶרֶץ
יז הַחַיִּים: הִקְשִׁיבָה אֶל-רִנָּתִי ^{תפילתי} כִּי-
דְלוּרְתִי מְאֹד, הֲצִילֵנִי מִרְדְּפֵי כִּי

אָמְצוּ חֲזִיקִים מִמְּנִי: הוֹצִיָאָה מִמִּסְגָּר מֵהַמְעָרָה
 נַפְשִׁי לְהוֹדוֹת אֶת־שִׁמְךָ, בִּי בְּסִיבֵיתִי
 יִבְהָרוּ יִכְתִּירוּ צְדִיקִים בִּי תִגְמַל חֲסִיד עָלָי:

פסוקים נוספים לאמרם לקראת הלידה, ללידה קלה בע"ה:

[א] וְתֹאמְרוּן הַמַּיְלֵדוֹת אֶל־פְּרֻעָה בִּי
 לֹא כַנְּשִׁים הַמְצַרִּיּוֹת הָעֹבְרִיּוֹת, כִּי־
 חִיּוֹרֵת כַּמַּיְלֵדוֹת הִנֵּה בְּטָרָם תָּבוֹא אֵלֶיךָ
 הַמַּיְלֵדוֹת וַיֵּלְדוּ:
 (שמות, ט, יט)

[ב] צֵא אֲתָה וְכָל־הָעָם אֲשֶׁר־
 בְּרַגְלֶיךָ.
 (שמות, יא, ט)

[ג] וְהוּא בְּחַתָּן יֵצֵא מִחַפְּתוֹ, יִשְׁיֵשׁ
 בְּגִבּוֹר לְרוּיָן אֶרֶץ:
 (ספלים, יט, ו)

להבטיח בלי נדר אחרי הלידה להגיד
 "נשמת כלחי" עם "ישתבח" עד הברכה.

סגולה נוספת ללידה קלה: כשמתחילה הלידה לומר 7 פעמים
את פרק ב' בתהילים:

לִמְנַצַּחַ, מְזַמֵּר לְדָוִד: יַעֲנֶךָ יי בְּיוֹם צָרָה,
יִשְׁמָעֶךָ שֵׁם אֱלֹהֵי יַעֲקֹב: יִשְׁלַח-
עֲזָרְךָ מִקֶּדֶשׁ, וּמִצִּיּוֹן יִסְעָדֶךָ: יִזְכֹּר כָּל-
מִנְחֹתֶיךָ, וְעֹלֹתֶיךָ יִדְשָׁנָה סֶלְה: יִתֵּן לָךְ
כֶּלֶבֶבְךָ, וְכָל-עֲצָרְךָ יִמְלֵא: נְרַנְנָה
בִּישׁוּעָתֶךָ, וּבְשֵׁם-אֱלֹהֵינוּ נִדְגַל, יִמְלֵא
יי כָּל-מְשֹׁאֲלוֹתֶיךָ: עֲתָה יִדְעֵתִי כִי הוֹשִׁיעַ
יי מְשִׁיחוֹ, יַעֲנֵהוּ מְשִׁמֵי קֶדְשׁוֹ, בְּגִבּוֹרוֹת
יִשַׁע יְמִינוֹ: אֱלֹהֵי בָרֶכֶב וְאֱלֹהֵי בַסּוּסִים,
וְאַנְחָנוּ בְּשֵׁם-יי אֱלֹהֵינוּ נִזְכֹּר: הִמָּה
כָּרְעוּ וְנִפְּלוּ, וְאַנְחָנוּ קַמְנוּ וְנִתְעוֹדַד: יי
הוֹשִׁיעָה, הַמֶּלֶךְ יַעֲנֵנוּ בְּיוֹם-קְרִיאָנוּ:

סגולות ללידה קלה מאת מרן הרב מרדכי אלירזו זצוק"ל:
סגולה א' אישה הנכנסת לחדר לידה שתסיר מעליה כל תכשיט זהב כגון
טבעת, צמיד, שרשרת, וכדומה.

סגולה ב' בעת שהאישה נכנסת לחדר לידה שבעלה יקרא ספר יונה
מתחילתו ועד סופו.

סגולה ג' יש עניין אבל לא מחייב שאישה בחודש התשיעי תטבול
במקווה וזה מסוגל ללידה קלה.

אחרי שתבוא הישועה – 'נשמת כל חי'

"רבים באו לבקש את ברכתו של סבא מרן ה'סטייפלר' זצ"ל כאשר היו נתונים בסכנה או בצרה", ממשיכה הרבנית צביון לספר. "לרוב, הם קיבלו את ההוראה: "דבר ראשון תתפללו, אין כמו תפילת החולה על עצמו. בנוסף – קבלו על עצמכם, בלי נדר, שכשתצאו מהסכנה, תאמרו את ברכת השבח 'נשמת' כולל 'ישתבח' עד הברכה". סגולה זו מקובלת מהרבי רבי העשיל, רבו של הש"ך.

"אני זוכרת שכשאחת מבנות המשפחה היתה בסכנה, ופינו אותה לבית החולים, מיהר סבא למקום והורה לנוכחים שיקבלו על עצמם, בלי נדר, לומר 'נשמת' כאשר היא תשוב הביתה בריאה ושלמה.

"הגר"ח קנייבסקי והרבנית אימצו הנהגה זו בקביעות. לפני כל לידה ובעת מחלה של ילד, או כשהיו זקוקים לישועה – קיבלו על עצמם בלי נדר שכשתבוא הישועה, יאמרו את התפילה. ואכן, בכל עניין שראוי בו ישועה, נהגו לומר מיד את תפילת 'נשמת'. דבקוה של אמא בה' גרמה שבכל יום ראתה את יד ההשגחה, ולכן בכל ערב היתה אומרת 'נשמת', כשהודאה לה' על היום הטוב שחלף.

אמא פרסמה את הסגולה בקרב הנשים הבאות לביתה, ועל כל צרה אמרה: 'קבלי על עצמך בלי נדר לומר 'נשמת' לאחר שתבוא הישועה!', אמא חילקה מיד יום עשרות ספרונים של התפילה.

סיפורים רבים סופרו על ניסים של ממש שבאו הודות לקבלה זו. אחת מהם מביאה הרבנית צביון: "ילד נפל מגובה וריסק את רגלו. הרופאים קבעו שעליו לעבור סדרת ניתוחים, ועם הכל – לא הבטיחו שיצליחו להחזיר את הרגל למצבה הקודם. הדאגה היתה רבה. סבתו של הילד מיהרה לרבנית ובכתה על המצב. הרבנית שמעה, הורתה לומר 'נשמת', וקראה: 'לא יהיה צורך בניתוח!'. כל אותה תקופה התעניינה הרבנית במצבו של הילד והורתה לומר 'נשמת' על כל שיפור. כנגד כל תחויותיהם של הרופאים, החלים הילד לגמרי ללא כל ניתוח!"



בלי ענין קונטרס
בבלי יום