



קריאת שמע שעל המיטה

Чтение ШМА ИСРАЭЛЬ перед сном

www.tshuva.ru

יחי אדוננו מורנו ורבינו מלך המשיח לעולם ועד!

Крият Шма Аль а-Мита – Чтение Шма Израэль перед сном.

Необходимо ежедневно перед отходом ко сну говорить Крият Шма Аль а-Мита. Распространённое объяснение – сон похож на 1/60 часть от смерти, и мы готовимся к сну – почти как к смерти. Тем более что никто не знает – а вдруг не проснёмся хас-вэшалом (Б-же упаси). Хасидское объяснение – еврей должен иногда задумываться о своих отношениях с Творцом – называется Хешбон Нефеш (отчёт о состоянии души). Но еврей не идеален, это его может ввести в состояние грусти, которое не подходит для изучения Торы или Тфилы (молитвы). Поэтому Хешбон Нефеш делают перед сном. И тогда проснувшись на завтра еврей полон сил и желаний исправиться. Хешбон Нефеш рекомендуется делать раз в неделю – в четверг вечером.

в Шаббат и праздники не говорят этот абзац

Рибонó шель олам, арéйни мохéль лехóль ми шейх'ýс вэикнít отí о шехатá кенегдí бейн бэгуфí бейн бэмамонí бейн бихводí бейн бэхóль ашér ли бейн бэóнес бейн бэрацóн бейн бэшогéг бейн бэмезíд бейн бэдибúр бейн бэмаасé бейн бэгильтúль зэ бейн бэгильтúль ахér лехóль бар Исраéль вэлó еанéш шум адáм бэсибатí. Ей рацóн мильфанéйха адонáй элоáй вэлóэй авотáй шэлó эхтá од вэлó эхэзóр баэм вэлó ашúв од леах'ýсéха вэлó ээсé арá бээйнéха умá шехатáти мхок бэрахамéйха арабím вэлó аль едэй исурím вахалаím райм. Ийó лерацóн имрэй фи вээгйóн либí лефанéйха адонáй цури вэгоали.

Ашкivéйну авíну лешалóm, вэаамидéйну малкéйну лехаím товím улешалóm вэтакнэйну бээцá товá мильфанéйха, вэошиéйну мээрá лемаан шмéха, уфрós алéйну сукáт шломéха (в Шаббат и приздники не говорят вэагéн баадéйну, вэасэр меалéйну: ойéв, дэвер, вэхэрев, вэраáv, вэагóн. Вэасэр сатán мильфанéйну умеахарéйну, увцéль кнафéйха тастирéйну, ушмор цетéйну увоéйну лехаím товím улешалóm меатá вэад олам. Ки Эль шомрéну умацилэну áта: до сих пор)

סדר קריאת שמע על המטה

(בשבת ויו"ט א"א זה

רבוננו של-עולם הריני מוחל לבל-מי שהבעים והקניט אותי או שחטא פגנדי בין פגופי בין פממוני בין פכבודי בין פכל-אשר לי בין פאונם בין פרצון בין פשווג בין פמזיד בין פדבור בין פמעשה בין פגלגול זה בין פגלגול אחר לכל-פר ישראל ולא יענש שום אדם בספתי. יהי רצון מלפניך יהוה אלהי ואלהי אבותי שלא אחטא עוד ולא אחזור בהם ולא אשוב עוד להכעיסך ולא אעשה הרע בעיניך ומה שחטאתי מחוק ברחמיך הרבים ולא על ידי יסורים ותלים רעים: יהיו לרצון | אמרי-פי והגיון לבי לפניך יהוה צורי וגאלי: ע"כ)

השביבנו אבינו לשלום, והעמידנו מלבנו לחיים טובים ולשלום ותקננו בעצה טובה מלפניך, והושיענו מהרה למען שמך, ופרוש עלינו סבת שלומך (בשבת ויו"ט א"א: והגן בעדנו, והסר מעלינו: אויב, דבר, וחרב, ורעב, ויגון. והסר שטן מלפנינו ומאחרינו, ובצל פנפיך תסתירנו, ושמור צאתנו ובואנו לחיים טובים ולשלום מעתה ועד עולם. פי אל שומרנו ומצילנו אתה: ע"כ)

Во сне когда наша душа поднимается чтобы получить новые силы для работы на следующий день, тело остаётся без охраны. И тогда им овладевают злые духи и могут причинить неприятности – невезение, случайности и т. п. Когда мы просыпаемся – наша душа возвращает своё влияние на тело. Но в тех местах в которые кровь не поступает в достаточном количестве – а имеено в пальцах рук – там духи остаются, и единственный способ их прогнать – нетилат ядаим (поливание на руки воды из специального сосуда НАТЛА). Еврейский закон запрещает пройти более 4 шагов с непопытыми руками, но по каббале запрещается даже спустить ноги с кровати. А потому перед сном следует приготовить НАТЛУ (сосуд с двумя ручками объёмом около литра) и поставить её около кровати чтобы наутро сделать нетилат ядаим. У воды после нетилат ядаим очень высокая степень нечистоты, поэтому берут специальный тазик над которым делают нетилат ядаим, а воду потом выливают в туалет или в непищевую раковину. Такой комплект – натла и тазик – называют НЕГЕЛЬ-ВАСЕР. Это необходимо делать каждый раз когда вы спали более 30 минут подряд. Иногда несколько раз за ночь если вы встаёте. Без нетилат ядаим также нельзя трогать тело и предметы одежды. Если заплакал ребёнок – то взяв его на руки без нетилат ядаим вы подарили ему своих злых духов. А потому лучше подбежать к нему на 30 секунд позже но с помытыми руками. Детям с нулевого возраста тоже нужно делать нетилат ядаим как проснутся, даже если они пока не ходят.

Порядок чтения ШМА перед сном

в Шаббат и праздники не говорят этот абзац

Владыка Мира, вот я прощаю каждому кто рассердил или унизил меня или согрешил против меня будь то против моего тела или против моего имущества, против моего почёта или против чего-либо моего, сделал он это вынужденно или по желанию, по ошибке или злонамеренно, речами или действиями, в этой жизни или в другой – только если он еврей, лишь бы никого не наказали из-за меня. Да будет Твоё желание Всевышний, Бог мой, и Бог отцов моих, чтобы я больше не грешил и не повторял старых грехов и не сердил тебя и не делал то что Тебе не нравится. А те грехи которые я уже совершил – сотри, ибо ты всепрощающий, и не посылай мне страдания и дурные болезни. Да будут желанны мои слова и чувства перед тобой, мой оплот и спасение.

Уложи нас спать с миром, и разбуди нас к лучшей жизни с миром, и направь нас мудрым советом, и спаси нас поскорее ради имени твоего, и раскинь над нами покров мира твоего. (в Шаббат и праздники не говорят И защити нас, и избавь нас от врагов, эпидемий, войн, голода, горя. И избавь нас от сатаны стоящего перед нами и за нами¹ и спрячь нас под сенью крыл твоих и оберегай наш уход и приход² для хорошей жизни сейчас и на веки ибо ты - Бог охраняющий и спасающий. до сих пор)

1 см. Цемах Цедек – Дерех Мицвотейха стр. 152 строки 15-16.

2 засыпание и просыпание

¹Слушай, Израиль: Господь-Бог наш, Господь Один!

²Благословенно славное имя царства его во веки веков!

ЛЮБИ Господа, Бога твоего, всем сердцем твоим, и всей душою твоей, и всем существом твоим. И будут слова эти, которые Я заповедал тебе сегодня, в сердце твоём, и обучай им сыновей твоих, и произноси их, и когда ты сидишь в доме твоём, и когда ты идешь по дороге, и когда ты ложишься, и когда ты встаешь. И повяжи их как знак на руку твою³, и будут они знаками между глазами твоими⁴, и напиши их на косяках дома твоего и на воротах твоих.

И когда вы прислушаетесь к моим заповедям, которыми я вас привязываю к себе сегодня, чтобы вы любили вашего всевышнего всем сердцем вашим и всей душой. И тогда дам я дожди на землю вашу вовремя, дожди обильные и живительные, и ты⁵ соберёшь урожай хлеба, вина и масла. И дам я траву в поле твоём для твоих животных, и ты будешь есть и насыщаться. Но берегитесь чтобы не соблазнилось сердце ваше уйти подчиниться чужим богам и поклоняться им. Это вызовет гнев Всевышнего на вас, и он закроет небеса и не будет дождя и земля не принесёт урожая, и вы быстро исчезнете с лица этой хорошей земли которую Всевышний вам дал. Примите эти слова близко к сердцу и к душе вашей, и повяжите их как знак на руку вашу, и будут они знаками между глазами вашими. И обучайте им сыновей ваших чтобы произносили их когда ты сидишь в доме твоём, и когда ты идешь по дороге, и когда ты ложишься, и когда ты встаешь. И напиши их⁶ на косяках дома твоего и на воротах твоих. Чтобы продлились дни ваши и дни ваших детей на земле, которую Всевышний обещал дать вашим отцам, покуда существует небо над землёй.

И заговорил Всевышний с Моше сказав. Говори с сынами Израиля и скажи им пусть делают цицит⁷ на углах своей одежды на все поколения, и пусть обмотают цицит каждого угла нитью тхелет. И будет вам цицитом, и увидите Его, и вспомните все заповеди Всевышнего и будете их выполнять, и не увлечётесь тем что видят глаза ваши и чувствует сердце ваше которые вас соблазняют. Чтобы вы как мужчина⁷ выполняли

- 1 При произнесении выделенного пасука Шма Исраэль прикрывают глаза правой рукой
- 2 Эту фразу говорят шопотом все дни кроме Йом Кипура. В Йом Кипур её говорят подчёркнуто громко.
- 3 Этим мы подчиняем наше сердце (чувства, эмоции) Всевышнему
- 4 Этим мы подчиняем наш разум Всевышнему
- 5 Переход от множественного числа к единственному. Единственное число – обращение к Моше Рабейну, в наше время – к руководителю поколения. Множественное число – обращение ко всем евреям
- 6 Это мезуза. Её прикрепляют в каждом дверном проёме справа от входящего. На дверь в туалет и ванну не прикрепляют мезузу, в кухню и на балкон – прикрепляют.
- 7 4 угла по 8 нитей. Только для мужчин (старше 3 лет) и только на одежде с 4 и более углами
- 8 ציט имеет как значение память, так и значение мужчина, который делает все мицвот в отличие от женщины, которая освобождена от мицвот связанных со временем дня или года

שִׁמְעַתְּ יִשְׂרָאֵל יְיָ אֱלֹהֵינוּ יְיָ אֶחָד:

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלִכּוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד:

וְאֶהְבֶּתָּ אֶת יְיָ אֱלֹהֶיךָ, בְּכָל לְבָבְךָ, וּבְכָל נְפִשְׁךָ, וּבְכָל מְאֹדְךָ: וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוְּךָ הַיּוֹם, עַל לְבָבְךָ: וְשִׁנְנָתָם לְבִנְיָךָ וְדִבַּרְתָּ בָם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ, וּבְלִכְתֹּךָ בַדֶּרֶךְ, וּבְשֹׁכְבְךָ, וּבְקוּמְךָ: וְקִשְׁרָתָם לְאוֹת עַל יָדְךָ, וְהָיוּ לְטַטְפַּת בֵּין עֵינֶיךָ: וּכְתַבְתָּם עַל מְזוּזוֹת בֵּיתְךָ, וּבִשְׁעָרֶיךָ:

וְהָיָה אִם שָׁמַעַתְּ תִשְׁמְעוּ אֶל מְצוֹתַי אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוֶּה אֶתְכֶם הַיּוֹם, לְאַהֲבָה אֶת יְיָ אֱלֹהֵיכֶם וּלְעֲבֹדוֹ, בְּכָל לְבַבְכֶם וּבְכָל נְפִשְׁכֶם: וְנָתַתִּי מִטַּר אֲרָצְכֶם בְּעֵתוֹ יוֹרֵה וּמְלַקּוֹשׁ, וְאִסַּפְתָּ דִגְנֶךָ וְתִירְשֶׁךָ וַיִּצְהַרְךָ: וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשׂוֹךְ לְבָהֱמֹתֶךָ, וְאִכְלָתָ וּשְׂבַעְתָּ: הַשְׂמֵרוּ לְכֶם פֶּן יִפְתָּה לְבַבְכֶם, וְסַרְתֶּם וּעִבַדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם לָהֶם: וְחָרָה אַף יְיָ בְכֶם וְעָצַר אֶת הַשָּׁמַיִם וְלֹא יִהְיֶה מִטַּר וְהָאֲדָמָה לֹא תִתֵּן אֶת יְבוּלָהּ, וְאִבַּדְתֶּם מִהָרָה מֵעַל הָאָרֶץ הַזֹּאת אֲשֶׁר יְיָ נָתַן לְכֶם: וְשָׁמַתֶּם אֶת דְּבָרֵי אֱלֹהֵי עַל לְבַבְכֶם וְעַל נְפִשְׁכֶם וְקִשְׁרָתֶם אֶתְּם לְאוֹת עַל יְדֵיכֶם וְהָיוּ לְטַטְפַּת בֵּין עֵינֵיכֶם: וְלִמְדֹתֶם אֶתְּם אֶת בְּנֵיכֶם לְדַבֵּר בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלִכְתֹּךָ בַדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְךָ וּבְקוּמְךָ: וּכְתַבְתֶּם עַל מְזוּזוֹת בֵּיתְךָ וּבִשְׁעָרֶיךָ: לְמַעַן יִרְבוּ יְמֵיכֶם וַיְמֵי בְנֵיכֶם עַל הָאֲדָמָה אֲשֶׁר נִשְׁבַּע יְיָ לְאַבְרָהָם לֵאמֹר:

וַיֹּאמֶר יְיָ אֶל מֹשֶׁה לֵאמֹר: דַּבֵּר אֶל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם וְעָשׂוּ לָהֶם צִיצִית עַל כְּנָפֵי בְגָדֵיהֶם לְדוֹרֹתָם, וְנָתַנּוּ עַל צִיצִית הַכֶּנֶף, פֶּתִיל תְּכֵלֶת: וְהָיָה לְכֶם לְצִיצִית, וּרְאִיתֶם, אֹתוֹ, וּזְכַרְתֶּם, אֶת כָּל מְצוֹת יְיָ, וְעָשִׂיתֶם, אֹתָם, וְלֹא תִתּוּרוּ אַחֲרַי לְבַבְכֶם וְאַחֲרַי עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר אֶתֶם זִנִּים אַחֲרֵיהֶם: לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וְעָשִׂיתֶם

Шма Исраэль Адонай Элоэйну Адонай Эхад

Барух шем квод малхуто лэолам ваэд

Вэавта эт Адонай Элоэха, бэхоль¹ лэвавха увэхоль нафшеха увэхоль мэодэха: Вэ-аю адварим аэле, ашер анохи мэцавха Айом², аль лэвавэха: Вэшинантам лэванэха, вэдибартá бам, бэшивтэха бэвэйтэха, увэлехтэха вадэрэх, увэшахбэха увэкумэха: Укшартам лэот аль ядэха, вэаю летотафот бэйн эйнэха: Ухтавтам аль мезузот бэйтэха, увишъарэха:

Вэаййá им шамóа тишмеу эль мицвотáй ашер анохи мецавэ этхэм айом, леаваá эт Адонай Элоэйхэм улеавдо, бэхоль лэвавхэм увхоль нафшехэм: Вэнатáти мтар арцехэм бэито ерэ умалькóш, вэсафтá дганейха вэтирошхá вэицарэйха: вэнатати эсэв бэсадхá ливеэнтéха вэахальта вэсава́та: Ишамру лахэм пэн ифтé лэвавхэм, вэсартэм ваавадтэм Элоим ахерим вэиштахавитэм лаэм: Вэхара́ аф Адонай бахэм вэацар эт ашамáим вэлó иийé матар вэаадамá ло титэн эт евулаваавадтэм мезра меаль аарэц атова́ ашер Адонай нотэн лахэм: Вэсамтэм эт дварáй эле аль лэвавхэм вэáль нафшехэм укшартэм лэот аль едхэм, вэаю летотафот бэйн эйнэйхэм: Вэлимадтэм отám эт бнэйхэм ледабэр бам, бэшивтэха бэвэйтэха увэлехтэха вадэрэх увэшахбэха увэкумэха: Ухтавтам аль мезузот бэйтэха, увишъарэха: Лемаáан ирбу емейхэм вимей внэйхэм аль аадамá ашер нишба́ Адонай лаавотэйхэм латэт лаэм, кимей ашамáим аль аарэц:

Вéмер Адонай эль Моше́ леемор: Дабэр эль бней Исраэль вэамартá алейэм вэасу́ лаэм цицит аль канфе́й вигдэйэм ледоротám, вэнатну́ аль цицит акана́ф, птиль тхéлет: Вэаййá лахэм лецицит, урьитэм, отó, узхартэм, эт коль мицвот Адонай, вааситэм, отám, вэлó татуру ахарэй лэвавхэм вэахарэй эйнэйхэм ашер атэм зоним ахарэйэм: Лемаáан тизкеру́ вааситэм

1 В местах где слово кончается на ту же букву, на которую начинается следующее слово – делают маленькую паузу чтобы две буквы не слились в одну
2 Запятая ставится в местах где требуется пауза – или смысловая, или – см. Прим. 1

את כל מצותי, והייתם קדושים לאלהיכם: אני יי אלהיכם, אשר הוצאתי אתכם, מארץ מצרים, להיות לכם לאלהים, אני יי אלהיכם: אמת.

יעלו חסידים בכבוד ירננו על משכבותם: רוקמות אל בגרונם, וחרב פיפיות בידם: ^פ הנה מפתו של שלמה ששים גברים סביב לה מגברי ישראל: כלם אחוי חרב מלמדי מלחמה, איש חרבו על ירכו מפחד בלילות: ^פ יברכה יי וישמרה: יאר יי | פניו אליך ויחנה: ישא יי | פניו אליך וישם לך שלום:

ישב בסתר עליון, בצל שדי יתלונן: אמר ליי מחסי ומצודתי, אלהי אבטח בו: כי הוא יצילך מפת יקוש, מדבר הוות: באברתו יסך לך ותחת פנפיו תחסה, צנה וסחרה אמתו: לא תירא מפחד לילה, מחץ יעוף יומם: מדבר באפל ילך, מקטב ישוד צהרים: יפל מצידך אלק ורבה מימינה, אלק לא יגש: רק בעיניך תביט, ושלמת רשעים תראה: כי אתה יי מחסי, עליון שמת מעונה:

כיום שאין אומרים תחנון אין אומרים וידוי.

אלהינו ואלהי אבותינו, תבא לפניה תפלתנו, ואל תתעלם מתחנונתנו, שאין אנו עוי פנים וקשי ערף, לומר לפניה יי אלהינו ואלהי אבותינו, צדיקים אנתנו ולא חטאנו, אבל אנתנו ואבותינו חטאנו:

אשמנו. בגדנו. גזלנו. דברנו דפי: העוינו. והרשענו. זדנו. חמסנו. טפלנו שקר: יעצנו רע. כזבנו. לצנו. מרדנו. נאצנו. סררנו. עוינו. פשענו. צררנו. קשינו ערף: רשענו. שחתנו. תעבנו. תעינו. תעתענו: סרנו ממצותיך וממשפטיך הטובים ולא שוה לנו: ואתה צדיק על כלהבא

ת"א (א) שה"ש ג ז: (ב) שם ג ח:

эт коль мицвотай, вийитэм кдошим лезлоэйхэм: Ани Адонай Элзэйхэм, ашер оцейти этхэм, меэрец мицраим, лийиот лахем лелоим, ани Адонай Элзэйхэм¹ (ани Адонай Элзэйхэм): Эмет

Яэльзу хасидим бэхавад еранену аль мишкевотам: Ромемот Эль бигронам, вэхэрэв пифийот бэядам: **→ следующий отрывок повторяют 3 раза** Инэ митато шелишломо шишим гиборим савив ла мигборей Исраэль: Кулам ахузэй хэрэв мелумдей мильхама, иш харбо аль ерэхо мипахад балейлот: **→ следующий отрывок повторяют 3 раза** Еварехха Адонай вэишмереха: Яэр Адонай панав элейха вихунэка: Иса Адонай панав элейха вэясэм леха шалом: **←**

Ешев бэсэтэр эльён, бэ цель ша-дай итлонан: Омар ладонай махси умецудати, Э-лоай эвтах бо: ки у яцильха мипах якуш, мидэвер авот: бээврато ясэх лах вэтахат кнафав тэхсэ, цина вэсохера амито: ло тира мипахад лайла, мехец яуф емам: мидэвер баофель, яалох, микетэв яшуд цоораим: иполь мицидха элеф урвава миминэха, элейха ло игаш: рак бэейнэйха табит, вэшилумат ршайм тирьэ: ки ата Адонай махси, эльён самта мэонэха:

В день когда не говорят таханун – не говорят видуи (переходят на следующую страницу – Ана бэкоах)

Элоэйнү вэЭлоэй авотэйну, таво лэфанэйха тфилатэйну, вэаль титгалам митхинатэйну, шейн ану азэй фанім укшэй орэф, ломар лэфанэйха Адонай Элзэйнү вэЭлоэй авотэйну, цадиким анэхну вэло хатану, аваль анэхну ваавотэйну хатану:

Ашамну. Багадну. Газальну. Дибарну дофи: Ээвину. Вэиршану. Задну. Хамасну. Тафальну шэкер: Яацну ра. Кизавну. Лацну. Марадну. Ниацну. Сарарну. Авину. Пашану. Царарну. Кишинү орэф: Рашану. Шихатну. Тиавну. Тайну. Тийтану: Сарну мимицвотэйха умимишпатэйха атовим вэло шава лану: Вэата цадик аль коль аба

1 В Шма Исраэль есть 245 слов. Принято повторять последние 3 слова чтобы получилось 248 слов – соответствует 248 мицвот которые мы должны выполнять и 248 органов нашего тела которыми мы их выполняем

все мицвот, и были отделены от всех для ВАШЕГО Всесильного: Я Всевышний Всесильный ВАШ, который спас вас, из земли египетской, чтобы быть ВАШИМ Всесильным. Я Всевышний Всесильный ВАШ: Я Всевышний Всесильный ВАШ: Эмет.

Возрадуются хасиды почёту (оказываемому Всевышнему) и отдых их будет радостен. Их речь о величии Б-га, и в руках их обоюдоострый меч. →(повторяют 3 раза) Это ложе царя Шломо, окружённое шестьюдесятью воинами из еврейских героев: Все они вооружены мечами и искушены в воинском искусстве, меч каждого обнажён против ночных страхов:← →(повторяют 3 раза) ¹Благословит-тебя Всевышний и-Сохранит: Повернётся Всевышний лицом к-тебе и-станешь-желанным: Покажет Всевышний самого-себя тебе и-воцарит у-тебя мир:←

Находится в укрытии Всевышний, в тени Творец прячется. Скажу Всевышнему – ты моё укрытие и крепость, Всесильный МОИ только на него надеюсь. Ибо только Он спасёт от западни, от истребления: Собой Он заслонит тебя и под крыльями Его найдёшь укрытие, он как кольчуга не предаст: Не бойся страхов ночных, ни стрел летающих днём: Ни опасностей подкрадывающихся в темноте, ни сил зла, действующих даже днём: При виде тебя они падут тысячами слева и десятками тысяч справа, но к тебе не смогут приблизиться: Лишь научись видеть, и обнаружишь гибель всех сил зла: Ибо Всевышний тебе покровительствует, с Верховным ты связал свою судьбу.

²В день когда не говорят таханун – не говорят видуй – переходят на следующую страницу – Ана бэкоах

Всесильный наш и Всесильный отцов наших, снизойди до наших просьб, и не пренебреги нашими мольбами, ибо мы не такие наглые и упрямые, заявить тебе Всевышний Всесильный наш и Всесильный отцов наших, что мы цадики и безгрешные, к сожалению мы и отцы наши грешили:

³→Виноваты, предавали, грабили, лицемерили: Злодействовали, обвиняли, делали назло, воровали, злословили: Давали плохие советы, лгали, насмехались, бунтовали, конфликтовали, непокорялись, грешили, преступали, угнетали, упрямылись: Нарушали, запутывались и запутывали:← Отошли от Твоих мицвот и правильных законов и понапрасну. Но Ты – оправдаешь нас за все

1 Чёрточки (дефисы) стоят для сохранения количества и порядка слов оригинала. Поскольку эти слова также являются Биркат-Коаним – браха, которой Коэны благословляют Еврейский народ, а она говорится только на иврите – хорошо их сказать также и в транскрипции

2 Таханун – упоминание прегрешений с целью получить прощение. Праздничные дни мы не омрачаем упоминанием грехов, ибо наша мицва в эти дни – радоваться. И радость искупает грехи лучше чем печаль. Праздничными днями являются: весь еврейский месяц Нисан, Песах Шени (14 Ияра), Лаг-Баомер (18 Ияра), от 1 Сивана до 12 Сивана включительно, 12 и 13 Тамуза, 15 Ава, день перед Рош-аШана (29 Элула), от дня перед Йом Кипуром (9 Тишрея) и до конца месяца Тишрей, 10 Кислева, 19 и 20 Кислева, все 8 дней Хануки, 15 Швата, Пурим Катан (14-15 Адар-1), Пурим (14-15 Адар2), Шаббат, праздники, холь-амозд, рош-ходеш.

3 Произнося каждое слово символически бьют себя кулаком по груди против сердца. Здесь перечисляются все возможные грехи, на иврите - в алфавитном порядке.

наши нарушения ибо лишь ты непогрешим, а мы – грешники: Что мы скажем в своё оправдание, верховный судья. И что нового расскажем перед тобою обитающий на небесах. Но ведь всё тайное и открытое ты знаешь:

Ты знаешь секреты этого мира и скрытые тайны всего живого: Ты обследуешь наши внутренности и проверяешь наши чувства и привычки. Ничто не скрыто от тебя. И ничего не укроется от твоих глаз. А потому пожелай Всевышний Бог наш и Бог отцов наших пожалеть нас и простить нам все неумышленные грехи наши и исправь все наши намеренные нарушения и прости нам все наши злодеяния:

Да будет Твоё желание Всевышний, Бог наш, и Бог отцов наших, что если я совершил грех неумышленный, или даже умышленный или нарочно взбунтовался против Тебя, и этим я повредил букву (Иуд) Твоего великого имени (ИудКейВавКей) тем что я пропустил мицву чтения Шма Исраэль, а также я повредил букву (Алеф) имени (Ад-ни), и приговорён судом Твоей высшей справедливости к Скиле (казнь сталкиванием со второго этажа на камни) или подобной казни, я принимаю этот приговор и я как будто бы казнён Скилой при помощи буквы (Алеф) имени (Ад-ни) в высшем суде который в Иерушалаиме за честь твоего имени.

а если я совершил грех неумышленный, или даже умышленный или нарочно взбунтовался против Тебя, и этим я повредил первую букву (Эй) Твоего великого имени (ИудКейВавКей) тем что я пропустил мицву Тфиллин, а также я повредил букву (Далет) имени (Ад-ни), и приговорён судом Твоей высшей справедливости к Срейфе (казнь наливанием расплавленного свинца через рот) или подобной казни, я принимаю этот приговор и я как будто бы казнён Срейфой при помощи буквы (Далет) имени (Ад-ни) в высшем суде который в Иерушалаиме за честь твоего имени.

а если я совершил грех неумышленный, или даже умышленный или нарочно взбунтовался против Тебя, и этим я повредил букву (Вав) Твоего великого имени (ИудКейВавКей) тем что я пропустил мицву Цицит, а также я повредил букву (Нун) твоего имени (Ад-ни), и приговорён судом Твоей высшей справедливости к Эрэг (казнь отрубанием головы) или подобной казни, я принимаю этот приговор и я как будто бы казнён Эрэгом при помощи буквы (Нун) имени (Ад-ни) в высшем суде который в Иерушалаиме за честь твоего имени.

а если я совершил грех неумышленный, или даже умышленный или нарочно взбунтовался против Тебя, и этим я повредил последнюю букву (Эй) Твоего великого имени (ИудКейВавКей) тем что я пропустил мицву Тфила (молитва), а также я повредил букву (Иуд) твоего имени (Ад-ни), и приговорён судом Твоей высшей справедливости к Хэнэк (казнь удушением) или подобной казни, я принимаю этот приговор и я как будто бы казнён Хэнэком при помощи буквы (Иуд) имени (Ад-ни) в высшем суде который в Иерушалаиме за честь твоего имени.

¹ Просим, силой правой руки освободи путы.....
 Прими молитвы народа, укрепи, очисти, Грозный.....
 Пожалуйста Могучий, ищущих Единство, как-зеницу-ока храни.....
 Благослави, очисти, милость справедливости всегда даруй.....
 Б-г Непостижимый, великой добротой правь народом.....
 Единственный Всевышний, народу повернись, помнящему Непостижимость.....
 Обращение прими, услышь вопль, знающий скрытое.....
 Благославленно имя почётного царствования вовеки веков.....

В Шаббат и Йом-тов не говорят Теилим Ламенацеах Бэво.

Руководителю песнь Давида: Когда пришел к нему пророк Натан, после того как он женился на Бат-Шеве. Помилуй меня Всесильный со милосердием Твоим, с большой милостью Твоей сотри преступления мои: Отстирай меня от умышленных грехов, и от неумышленных очисти меня: Ибо преступления мои я осознаю, и грехи мои всегда предо мною. Пред Тобой одним я грешил и то что считается злом только в твоих глазах я совершил для подтверждения

¹ Из первых букв этого отрывка на иврите получается 42-буквенное имя Всевышнего. Его не произносят, но смотрят на него как оно написано на иврите при произнеснии этого текста. Оно известно как «Ана бэзоах» и его произносят при поднимании души – при пробуждении, перед сном, при наступлении Шаббата.

עלינו כי אמת עשית ואנחנו הרשענו: מה נאמר לפניך יושב מרום. ומה נספר לפניך שוכן שחקים. הלא כלהנסתרות והנגלות אתה יודע:

אתה יודע רזי עולם ותעלומות סתרי כלחי: אתה חופש כל-חדרי בטן ובוחן כליות ולב. אין דבר נעלם מפניך. ואין נסתר מנגד עיניך: וכבן יהי רצון מלפניך יהוה אלהינו ואלהי אבותינו שתרחם עלינו ותמחול לנו על כל-חטאתינו ותכפר לנו על כל-עונותינו ותמחול ותסלח לנו על כל-פשעינו:

ואם ירצה לומר על חטא ימצא לקמן בתפלת יום כפור:

יהי רצון מלפניך יהוה אלהינו ואלהי אבותינו, שאם חטאתי עויתי פשעתי לפניך, ופגמתי באות (י) של שמך הגדול (יהוה) בבטול קריאת שמע ובאות (א) של (אדני), ונתתיבתי בבית דינך הצדק סקילה או כיוצא בה, הרי אני מקבל עלי סקילה ותרני כאלו נסקלתי על ידי אות (א) של שם (אדני) בבית דין הגדול שבירושלים על דבר כבוד שמך:

ואם חטאתי עויתי פשעתי לפניך, ופגמתי באות (ה) ראשונה של שמך הגדול (יהוה) בבטול תפלין ובאות (ד) של (אדני), ונתתיבתי בדין הצדק שריפה או כיוצא בה, הריני מקבל עלי שריפה ותרני כאלו נשרפתי על ידי אות (ד) של (אדני) בבית דין הגדול שבירושלים על דבר כבוד שמך:

ואם חטאתי עויתי פשעתי לפניך, ופגמתי באות (ו) של שמך הגדול (יהוה) בבטול ציצית ובאות (ג) של שמך (אדני), ונתתיבתי לפניך בדין הצדק הרג או כיוצא בו, הריני מקבל עלי הרג ותרני כאלו נהרגתי על ידי אות (ג) של (אדני) בבית דין הגדול שבירושלים על דבר כבוד שמך:

ואם חטאתי עויתי פשעתי לפניך, ופגמתי באות (ה) אחרונה של שמך הגדול (יהוה) בבטול תפלה ובאות (יוד) של (אדני), ונתתיבתי בדין הצדק תקן או כיוצא בו, הריני מקבל עלי תקן ותרני כאלו נתקתי על ידי אות (י) של (אדני) בבית דין הגדול שבירושלים על דבר כבוד שמך:

אנא, בכח גדלת ימינך, תתיר צרורתי, קבל רנת עמך, שובנו, טהרנו נורא. נא גבור, דורשי יחודך, כבבת שמרים. ברבם, טהרם, רחמי צדקתך תמיד גמלם. חסין קדוש, ברוב טובך נהל ערתך. יחיד, נאה, לעמך פנה, זוכרי קדשך. שועתנו קבל, ושמע צעקתנו, יודע תעלמות.

ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד: בשבת ויו"ט א"א למנצח בבוא.

למנצח מזמור לדוד: בבוא אליו נתן הנביא באשר בא אל בת שבע: חנני אלהים פחסדך, ברב רחמיך מחה פשעי: הרב כפסני מעוני, ומחטאתי טהרני: כי פשעי אני אדע, וחטאתי נגדי תמיד: לה לבדך חטאתי והרע בעיניך עשיתי למען תצדיק

ת"א א) תהלים נא:

алейну ки эмёт асита ваанáхну иршáну: Ма номáр лэфанэйха йошэв марóm. Умá несáпэр лэфанэйха шохén шхакím. Алó коль-анистарóт вэаниглóт атá йодэá:

Атá йодэá разэй олам вэтаалумóт ситрэй коль-хай: Атá хофэс коль-хадрэй вátэн увохén клайóт валéв. Эйн давáр неэлáм мимэка. Вээйн нистáр минэгед эйнэйха: Увхén ей рацóн мильфанэйха Адонáй Элóэйну вэлóэй авотэйну шетерахэм алéйну, вэтимхóль лáну аль коль-хатотэйну утхапéр лáну аль коль-авонотэйну вэтимхóль вэтислáх лáну аль коль-пшазéйну:

Ей рацон мильфанэйха Адонáй Элóэйну вэлóэй авотэйну, шéим хатáти авíti пашáти лэфанэйха, уфагáмти бэóт (Йуд) шэль шимхá агадóль (ЙудКейВавКей) бэвитуль крият шмá увэóт (Алеф) шэль (А-дни) вэнитхáyвти бэвэйт динхá ацэдэк скилá о хаéцэ ва, арэй ани мекабéль алаý скилá ваарэйни кейлу нисрáфти аль едэй от (Алеф) шэль шем (А-дни) бэвэйт дин агадóль шэбирушáлим аль двар квод шмéха:

Вэим хатáти авíti пашáти лэфанэйха, уфагáмти бэóт (Эй) ришонá шэль шимхá агадóль (ЙудКейВавКей) бэвитуль тфилин увэóт (Дáлет) шэль (А-дни) вэнитхáyвти бэдинхá ацэдэк срейфá о хаéцэ ва, арэйни мекабéль алаý срейфá ваарэйни кейлу нисрáфти аль едэй от (Дáлет) шэль (А-дни) бэвэйт дин агадóль шэбирушáлим аль двар квод шмéха:

Вэим хатáти авíti пашáти лэфанэйха, уфагáмти бэóт (Вав) шэль шимхá агадóль (ЙудКейВавКей) бэвитуль цицит увэóт (Нун) шэль шимхá (А-дни) вэнитхáyвти бэдинхá ацэдэк эрэг о хаéцэ во, арэйни мекабéль алаý эрэг ваарэйни кейлу нээрáгти аль едэй от (Нун) шэль (А-дни) бэвэйт дин агадóль шэбирушáлим аль двар квод шмéха:

Вэим хатáти авíti пашáти лэфанэйха, уфагáмти бэóт (Эй) ахаронá шебэшимхá агадóль (ЙудКейВавКей) бэвитуль тфила увэóт (Йуд) шэль (А-дни) вэнитхáyвти бэдинхá ацэдэк хэнэк о хаéцэ во, арэйни мекабéль алаý хэнэк ваарэйни кейлу нэхнэкти аль едэй от (Йуд) шэль (А-дни) бэвэйт дин агадóль шэбирушáлим аль двар квод шмéха:

- Ана бэкоах гдулат яминха татир цура
Кабель ринат амха сагвейну таарэйну нора.
На гибор доршей ихудха квават шамром.
Бархем таарэм рахамей цидкадха тамид гамлем.
Хасин кадoш бэров тувха наэль адатэха.
Яхид гээ леамха пнэ зохрей кдушатэйха.
Шавъатэйну кабель ушма цаакатэйну йодэа таалумот
Барух шем квод мальхуто леолам ваэд.

В Шаббат и Йом-тов не говорят Теилим Ламенацеах Бэво.

Ламнацеах мизмор леДавид: Бэво элав Натан анави кашер ба эль Бат Шева: Ханэни Элоим кехасдэха, керов рахамейха мхэ фшаай: Эрэв кабсэни меавони, умехатати таарэни: ки фшаай ани эда, вэхатати нэгди тамид: Леха левадха хатати, вэара бээйнэйха асיתי лемаан тицдак

Балавнáха тизкé вэшиафтáха: Эн бэаврón хопáпти вээхáт ехэмáтни имí: Эн эмéт хамáиита ватвхóт ввсатýм хэхмá толиáни: Тэхатъáни вээзóв вээтáн тэхабсáни вмишáпег апьбýн: Таишмиáни сасóн вэсимхá тагéпна ашамот ликýта: Астáн панáйха мехатаáй вэхóпъ явонотáй мхэ: Пев таóн бна пи Эпо́йм вэвúх нахóн халáи бэкирбí: Апь таишпихéни мипьфанáйха вэвúх калшэхá апь тикáх мимáни: Ашúва пи сасóн иштáха вэвúх нэливá тисмехéни: Апамлá пишúйм лнахáйха вэхатайм эпéйха яшúвн: Ашипéни миламíм Эпо́йм Эпо́ай тииватý тэпанán пышонí шилкатáха: Алонáй сфатáй тифтáх вфí ягíл теипатáха: Ки по тахпóи зáвах вээтáна опáпо тиниá: Зивхéй Эпо́йм нúх нишбáна пев нишбáн вэнилкá Эпо́йм по тивзá: Эйтúва вишионхá эт шóн тивнá хомóт еншипáим: аз тахпóи зивхáй шéлек опá вэхапíль, аз яялú аль мизбахáха фарíм:

Шир ламаалóт, эсá эйна́й эль эарíм, меáйн явó эзри: Эзри меим Адонáй, осá шамáим ваáрэц: аль итэн ламóт раглéха, аль янúм шомрэхá: инé ло янúм вэлó ишán, шомéр Исраéль: Адонáй шомрэхá, Адонáй цильхá аль яд еминэхá: Ёмáм ашémеш ло якéка вэ ярэхá балáйла: Адонáй ишморхá микóль ра, ишмóр эт нафшéха: Адонáй ишмóр цетхá уво́ха меатá вээд олам:

Гад гдуд егудэну, вэу ягуд акéв: Акéв ягуд вэу егудэну гдуд гад (3 разá):
Им тишкáв ло тивхáд, вэшахавта вэарвá шнатéха (3 разá):
Бэтóв алíн акíц бэрахамíм (3 разá):
Лишуатхá кивíти Адонáй (3 разá):
Атá сэтэр ли мицáр тицрени ранéй фалéт тесоввэвени сéла (3 разá):

בְּדִבְרֵךְ תִּזְכָּה בְּשִׁפְטֶךָ: הֵן בְּעוֹן חוֹלְלֹתַי, וּבְחַטָּא יִחַמְתַּנִּי אֲמִי: הֵן אָמַת חֲפְצֶת בְּטַחֹת, וּבְסֶתֶם חֲכָמָה תוֹדִיעַנִי: תַּחֲטָאֲנִי בְּאִזּוּב וְאַטְהֶר, תִּכְבֹּסֵנִי וּמְשַׁלֵּג אֲלִבָּיִן: תִּשְׁמִיעַנִי שִׁשׁוֹן וְשִׁמְחָה, תִּגְלָנָה עֲצָמוֹת דְּבִיתֶךָ: הִסְתֵּר פְּנֶיךָ מִחַטָּאִי, וְכָל עֲוֹנוֹתַי מִחָה: לֵב טְהוֹר בְּרָא לִי אֱלֹהִים, וְרוּחַ נְכוֹן תִּדְרֹשׁ בְּקִרְבִּי: אֵל תִּשְׁלִיכֵנִי מִלְּפָנֶיךָ, וְרוּחַ קְדֻשְׁךָ אֵל תִּקַּח מִמֶּנִּי: הֲשִׁיבָה לִּי שִׁשׁוֹן יִשְׁעֶךָ, וְרוּחַ נְדִיבָה תִּסְמְכֵנִי: אֲלִמְדָּה פִּשְׁעִים דִּרְכֶיךָ, וְחַטָּאִים אֲלֶיךָ יִשׁוּבוּ: הַצִּילֵנִי מִדְּמַיִם | אֱלֹהִים אֱלֹהֵי תִשׁוּעָתִי, תִּרְנַן לְשׁוֹנֵי צְדִקְתֶּךָ: אֲדַנִּי שְׁפָתַי תִּפְתָּח, וּפִי יַגִּיד תְּהִלָּתֶךָ: כִּי לֹא תַחֲפוּץ זָכַח וְאַתְנָה, עוֹלָה לֹא תִרְצָה: זָכַחִי אֱלֹהִים רוּחַ נְשֻׁבָרָה, לֵב נִשְׁבָּר וְנִדְבָה, אֱלֹהִים לֹא תִבְוֶה: הִיטִיבָה בְּרָצוֹנְךָ אֶת צִיּוֹן, תִּבְנֶה חוֹמוֹת יְרוּשָׁלַיִם: אֲזוּ תַחֲפוּץ זָכַחִי צְדָק עוֹלָה וְכָלִיל, אֲזוּ יַעֲלוּ עַל מִזְבְּחֶךָ פָּרִים:

שִׁיר לַמַּעֲלוֹת, אֲשָׁא עֵינַי אֶל הַהָרִים, מֵאֵין יְבוּא עֲזָרִי: עֲזָרִי מֵעַם יי, עֲשֵׂה שָׁמַיִם וָאָרֶץ: אֵל יִתֵּן לְמוֹט רִגְלֶךָ, אֵל יָנוּם שִׁמְרֶךָ: הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן, שֹׁמֵר יִשְׂרָאֵל: יי שִׁמְרֶךָ, יי צִלְּךָ עַל יַד יְמִינֶךָ: יוֹמָם הִשְׁמֵשׁ לֹא יִכְפֹּה, וְיָרַח בְּלִילָה: יי שִׁמְרֶךָ מִכָּל רָע, יִשְׁמַר אֶת נַפְשֶׁךָ: יי יִשְׁמַר צִאֲתֶךָ וּבּוֹאֶךָ, מֵעַתָּה וְעַד עוֹלָם:

גָּד גְּדוּד יְגוּדְנוּ, וְהוּא יְגַד עָקֵב: עָקֵב יְגַד וְהוּא יְגוּדְנוּ גְּדוּד גָּד ג"פ: אִם תִּשְׁכַּב לֹא תִפְחָד, וְשִׁכְבַּת וְעַרְבָה שְׁנַתֶּךָ ג"פ: בְּטוֹב אֲלִין אֶקִיץ בְּרַחֲמִים ג"פ: לִישׁוּעָתֶךָ קְוִיתִי יי ג"פ: אֶתָּה סִתֵּר לִי מִצָּר תִּצְרְנֵנִי רְנִי פִלַּט תִּסּוּבְּבֵנִי סָלָה ג"פ:

תו"א א) בראשית מט יט: ב) משלי ב כד: ג) בראשית מט יח: ד) תהלים לב ז:

слов твоих и справедливости суда твоего: Ведь в грехе я был зачат, порочной страстью моей матери: Но ты желаешь правду скрытую во мне, чтобы проявилась мудрость из сокрытия: Побрызгай на меня водой с пеплом красной коровы и я очищусь, постирай меня и стану белее снега: Дай мне услышать радость и веселье, и возликуют кости, Тобою сокрушенные: Не обращай внимания на мои проступки, и сотри мой преступления: Чистое сердце сотвори мне Всесильный, и его чувства станут правильными: Не отторгай меня от себя, не забирай у меня чувства близости твоей: Верни мне радость спасения твоего, и щедрость твоя меня поддержит: Я расскажу преступникам пути твои, и грешники к тебе вернутся: Прости мне кровопролитие Всесильный Бог спасающий, и я с радостью расскажу про твою милость: Господь открой мои уста и я смогу тебя прославлять: Ибо ты не желаешь ни жертв ни подарков ни всесожжений: Всесильному приносят сломленный дух, разбитым и подавленным сердцем Всесильный не пренебрежёт: Отстрой желанный Цион, обнеси стенами Ерушалаим: И тогда пожелаешь чтобы приносили ¹корбанот ²ола и ³калиль, и тогда поднимутся на твой ⁴мизбеах ⁵парим:

Песнь на ступенях. Подниму глаза мои к горам, откуда придет помощь мне. Помощь моя от Господа, сотворившего небеса и землю. Он не даст тебе споткнуться, не заснёт хранитель твой. Ведь никогда не спит и даже не дремлет страж Израиля. Всевышний страж твой, Всевышний тень правой руки твоей. Днем не поразит тебя солнце, а луна ночью. Всевышний сохранит тебя от всякого зла, сохранит душу твою. Всевышний будет охранять тебя когда ты выходишь и возвращаешься отныне и вовек.

Гад взвод пошлёт, взвод вернётся назад.

Назад вернётся взвод посланный взвод Гадам. (3 раза)

Когда ляжешь не бойся, будешь-лежать и-сладко спать. (3 раза)

С-добром засну проснусь с-милостью. (3 раза)

На-спасение-твоё надеюсь Всевышний. (3 раза)

Ты укрытие моё, от-бед защитишь, радость спасения окружит-меня всегда. (3 раза)

1 Корбанот – приношение Всевышнему, происходит от слова **בקר** что значит близкий, т.е. приближающий нас к Всевышнему.

2 Ола – один из видов Корбанот, когда корбан поднимается полностью к Всевышнему, и у приносящего Корбан нет никакой выгоды от него. Такие Корбанот приносят только безгрешные. Корбан искупающий грехи называется Хатат. После прощения всех грехов не нужно будет Хатат – только Ола и Калиль (см. далее)

3 Калиль – это вид хлебного приношения от Козна которое поднимается полностью.

4 Мизбеах – место в Бейт Микдаше (храме) на котором приносят Корбанот

5 Парим – быки, которые приносятся на Мизбеахе.

6 Тексты обладают каббалистическим смыслом, и потому лучше их читать в оригинале или в транскрипции. Так в пасуке Гад гдуд – есть 6 слов которые повторяются 3 раза 18 раз – гиматрия **יג** – жизнь. (При-Эц-Хаим, шаар крйат шма шеаль амита, глава 3)

Покажешь-мне путь жизни полной радости пред лицом-твоим милости от правой-руки навеки (3 раза): Ты поднимешься пожалеешь цион, ибо время жалеть ибо наступил срок: Так скажите им – те-кто-Богу творцу неба и-земли не служили – сгинут с земли и из-под небес этих: Тебе доверю душу, спас меня Всевышний Бог настоящий:

Владыка миров, ты сотворил этот мир по доброй воле, как ты задумал в начале, и ты сотворил небо и всё его воинство, иземлю и всё что на ней, и человека на ней сотворил и вдохнул в его нос душу божественную чтобы он мог познать твоё величие и гармонию, и ты оживляешь всех, ибо ты – душа всех душ и жизненность всех жизней. И ты он (Всевышний Бог мой) вот я доверяю свои нефеш руах и нешама в твои чистые надёжные руки, и ты он (Всевышний Бог мой) очисти их (нефеш руах и нешама) от всей нечистоты и усталости от моих плохих поступков и верни их мне с миром спокойствием и уверенностью. Ибо ты относишься к просьбам твоего народа еврейского с милостью. Приди слышащий просьбы. Разбуди меня душа моя, (а если я сам не проснусь – тогда) разбуди меня лютня и скрипка (будильник) и я разбужу рассвет (встану затемно потому что). Тору велел нам изучать (или – торой привязал нас к Всевышнему) Моше, и она наследный удел (или – невеста) еврейского народа.

Необходимо прочитать перед исполнением супружеских обязанностей для рождения детей. Теилим 23 «Мизмор леДавид Ашем Рои...». Необходимо сделать нетилат ядаим как перед так и после близости и также выплеснуть (чистой) воды вокруг кровати после близости. В книге Зоар написано что нужно прошептать слова (и он и она):

¹Под ²покрывом одеяла прячется (³Лилит чтобы собрать капли и сделать из них чертей, и также получить власть над будущим ребёнком), ⁴отцепись, отцепись, не приходи, и не выноси (капли) ни для себя ни чтобы делать (из них чертей), вернись вернись (в бездну откуда пришла), тебя заметило море (так обозначают ⁵сфиру Бина), и его волны тебя зовут (вернуться в бездну), (уйти из места где есть кдуша (женщина), и окутанный кдушой (мужчина)). (Необходимо прикрыть свою голову и голову жены на время близости).

Благословен ты Господь Всевышний царь этого мира, посылающий сон глазам моим, и прикрываешь веки мои, и дающий зрение зрачкам моим. Да будет у тебя желание, Господь Бог мой и Бог моих отцов, уложить меня спать с миром, и поднять меня для хорошей и мирной жизни, и тобы не пугали меня ни дурные воспоминания и сны, ни плохие мысли, и чтобы моя кровать была цельной перед тобой, и верни мне зрение не дай заснуть навек. Благословен ты Господь, освещающий мир своей славой:

- 1 В этом отрывке 26 слов – гиматрия Имени Всевышнего
- 2 **קטפא קטפא** гиматрия Сатана (с колелем) или Нахаш (змея – с двумя колелами)
- 3 Лилит – чёрт женского рода вызывающий животную страсть к противоположному полу
- 4 Повтор слов – **תוב תוב שרי שרי** один – мужской (сатана) второй – женский (Лилит)
- 5 Сфират Бина – понимание – может напомнить человеку что он не животное
- 6 После близости нельзя кормить ребёнка грудью 36 минут

Тодиэйни óрах хайм sóва смахóт эт панэйха неимóт биминхá нэцах (3 разa):
 Ата такýм терахém Циóн, ки эт лехенá ки ва моэд: Киднá тэмрýн леóм элаайя ди шмайя вэаркá ло авáду евáду меаръя умín тхот шмайя э́ле: Бэядхá афкíд рухí, пади́та отí Адонáй Эль эмéт:

Рибóн аоламíм, атá варáта оламхá бирцонхá атóв, кфи ма шеалá бэмахашевтхá акдумá, у варáта ашамáим вэхóль цваám вэаэрэц вэхóль ашёр алéя, вэадáм алéя варáта вэнафáхта бэапо нишмáт хайм лемáан якíр гадлехá вэтифартéха, вэатá мехаé эт кулáм, ки атá нешамá лехóль анешамóт вэхаю́т лехóль хай. Вэ атá у (Адонáй Элоáй) инé афкíд нафшí вэрухí вэнишматí бэядхá атэора́ вэанээманá. вэатá у (Адонáй Элоáй) тетаэр отáм микóль тумъя́ вэхалаá шенидбáк баэм аль едóй маасáй араím вэтахазирém ли бэна́хат вэашкét увавэтáх...ки атá шомéа тфилáт амхá исраéль бэрахамíм. Барýх шомéа тфилá. Ура хводí, ура анéвель вэхинóр, айра шáхар. Торá цивá лáну Мошé морашá кеилáт Яакóв:

Необходимо прочитать перед исполнением супружеских обязанностей для рождения детей. Теллим 23 «Мизкор леДавид Ашен Ри...». Необходимо сделать нетилат ядам как перед так и после близости и также выплеснуть (чистой) воды около кровати после близости. В юнге Зоар написано что нужно прошептать слова (и он и она):

Атифа бэжитфа изданнат, шарэй шарэй, ло тэйуль вэло тинфук, ло дидáх вэло вэадвáх, тув тув, яма аргíшат, гальгалóй лах краán, бэху́лька кадиша ахидна, бэку́дша дэмáльха итатáфна. (Следить за покрытием головы его и её)

Барýх атá Адонáй Элоэйну мéлех аолáм, амапíль хэвлéй шенá аль эйна́й, утнумá аль афапáй, умейр леишóн бат айн. Виъí рацóн лэфанэйха Адонáй Элоáй вЭлоэй авотáй, шеташкивэни лешалóм, вэтаамидéни лехайм товíм улешалóм, вэáль еваалýни районáй вахаломóт райм вэиръурíм райм, утэé митатí шлемá лэфанэйха, вэаэр эйна́й пэн ишán амáвэт. Барýх атá Адонáй, амейр леолáм кулó бихводó:

תּוֹדִיעַנִי אֲרַח חַיִּים שְׁבַע שְׁמֹחוֹת אֶת פְּנִיךָ
 נְעֻמוֹת בְּיַמֶיךָ נִצַּח ג"פ: אֶתְּהָ תִקְוִים תִּרְחֵם
 צִיּוֹן, כִּי עַתָּה לַחֲנֻנָה כִּי בָא מוֹעֵד: כְּדָנָה תִּיאַמְרוּן
 לַהוֹם אֱלֹהֵיָא דֵי שְׁמַיָא וְאַרְקָא לָא עֲבְדוּ יֵאבְדוּ
 מֵאַרְעָא וּמִן תַּחוֹת שְׁמַיָא אֱלֹהֵ: בְיָדְךָ אִפְקִיד
 רוּחִי, פְּדִיתָה אוֹתִי יי אל אַמְתָּ:

רבון העולמים, אתה בראת עולמך ברצונך הטוב, כפי מה שעלה במחשבתך הקדומה, ובראת השמים וכל צבאם והארץ וכל אשר עליה, ואדם עליה בראת ונפתח באפו נשמת חיים למען יכיר גדלך ותפארתך, ואתה מתה את כלם, כי אתה נשמה לכל הנשמות וחיות לכל חי. ואתה הוא (יהוה אלהי) הנה אפקיד נפשי ורוחי ונשמתי בידך הטהורה והנאמנה, ואתה הוא (יהוה אלהי) תטהר אותם מכל טמאה וזלזלה שנדבק בהם על ידי מעשי הרעים ותחזורם לי בנחת והשקט ובקטת. ועשה יהוה אלהי שיעיר אותי בחצות הלילה ממש, לקום על משמתי להתפלל לפניך יהוה אלהי וללמוד תורתך, כי אתה הוא יהוה אלהי סעני וחכמי במצוה הוואת שאקום בכל לילה בחצות ממש, ואל יארע לי שום חולי ראש ושום צער ונקוק מזה. כי אתה שומע תפלת עמך ישראל ברחמים. ברוך שומע תפלה. עזרה כבודי, עזרה הנקבל וכבוד, אעירה שחר. תורה צוה לנו משה מורשה קהלת יעקב:

יש לומר קודם הזווג כדי לפרות. מזמור לדוד ה' רועי וכי. צריך לזוהר בנטילת ידים קודם הזווג ולאחר הזווג גם לשפוך מים אצל המטה אחר התשישי. וכתב בוזהר לומר זה הלחש:

עשיפא בקמפא אודמנת, שרי שרי, לא תיעול ולא תינפוק, לא רידך ולא בערדך, תוב תוב, יפא ארנישת, גלגלוי קה קראן, בחלקא קדישא אחידנא, בקדישה דמלבא אתעטפנא. (ולתפא ליה לרישיה ולארתיה עד שעתא חדא):

בְּרוּךְ אַתָּה יי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
 הַמְפִיל חֲכָלֵי שָׁנָה עַל עֵינֵי,
 וְתַנּוּמָה עַל עַפְעַפֵּי, וּמְאִיר לְאִישׁוֹן
 בֵּת עֵין. וַיְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יי אֱלֹהֵי
 וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי, שְׁתַּשְׁכִּיבֵנִי לְשָׁלוֹם,
 וְתַעֲמִידֵנִי לְחַיִּים טוֹבִים וּלְשָׁלוֹם, וְאֵל
 יְבַהֲלוּנִי רַעֲיוֹנֵי רַעֲיוֹנֵי וְחַלּוּמוֹת רָעִים
 וְהִרְהוּרִים רָעִים, וְתִהְיֶה מִמֶּתִי שְׁלֵמָה
 לְפָנֶיךָ, וְהָיָר עֵינֵי פִן אִישׁן הַמּוֹת.
 בְּרוּךְ אַתָּה יי, הַמְאִיר לְעוֹלָם כָּלוּ
 בְּכַבּוֹדוֹ:

