

הלכות שבת • פרק כ"ב

Complete Word-for-Word Interlinear • Navy & Gold Edition

CHAPTER PREVIEW

This chapter focuses on Rabbinic decrees enacted to protect the sanctity of Shabbos, specifically regarding the baking process and the use of bathhouses and hot water. The Sages instituted these restrictions to prevent people from inadvertently violating the Torah prohibitions of cooking and baking on Shabbos.

Learners will explore the specific guidelines for removing bread from an oven, the historical decrees surrounding bathhouses, and the detailed parameters of washing with hot water. The chapter also delineates the halachic boundaries of warming oneself, heating liquids, and using vessels of various halachic statuses near a heat source.

All introductions, summaries, and contextual notes are the editor's commentary and are not part of the original text.

הלי א

רדית הפת מן התנור בשבת

Halacha 1: Removing Bread from an Oven on Shabbos and the Requirement to Deviate

רדית הפת אף על פי שאינה מלאכה אסרו אותה חכמים שמה יבוא
he will come lest the Sages it forbade melacha that it is not though · even the bread Removing
לאפות. המדביק פת בתנור מבעוד יום וקדש עליו היום מציל
he may rescue the day upon and became holy day from while yet in the oven bread One who sticks to bake
ממנה מזון של סעודות ואומר לאחרים בואו והצילו לכם. ואף על
· and even for yourselves and rescue come to others and he says meals three food of from it
פי שהרדית אינה מלאכה כשהוא מציל לא ירדה במרדה אלא
but with a baker's peel shall he remove not rescues when he melacha is not that the removing though
בסכין כדי לשנות:
to deviate in order with a knife

This halacha discusses the Rabbinic prohibition of removing bread from an oven on Shabbos and the permissible way to rescue food for Shabbos meals using a shinui.

הלי ב

אסור רחיצה בחמין וכניסה למרחץ בשבת

Halacha 2: The Prohibition of Bathing in Hot Water and Entering a Bathhouse on Shabbos

מפני מה אסרו חכמים לכנס במרחץ בשבת מפני הבבלין
the bath attendants because of on Shabbos into the bathhouse to enter the Sages did they forbid what Because of
שהיו מחמין חמין בשבת ואומרים מערב שבת הוחמו. לפיכך
therefore they were heated Shabbos from the eve of and saying on Shabbos hot water heating who were
גזרו שלא יכנס אדם למרחץ בשבת אפלו להזיע. וגזרו שלא
that not and they decreed to sweat even on Shabbos to the bathhouse a person shall enter that not they decreed

יִשְׁתַּטֵּף כָּל גּוּפוֹ בַּחֲמִין וְאַפְלוֹ בַּחֲמִין שֶׁהוּחֲמוֹ מֵעֶרֶב שַׁבָּת. אֲבָל
but Shabbos from the eve of that was heated with hot water and even with hot water his body all of one may rinse
פָּנָיו יָדָיו וְרַגְלָיו מִתֵּר. בְּמָה דְּבָרִים אֲמוּרִים בַּחֲמִי הָאוֹר גִּזְרָה
a decree the fire with hot water of are these said words In what it is permitted and his feet his hands his face
מְשֹׁם מִרְחֵץ. אֲבָל בַּחֲמִי טְבִירָא וְכִיּוֹצֵא בֵּהֶן מִתֵּר לְהִשְׁתַּטֵּף
to rinse it is permitted to them and similar Tiberias with the hot springs of but the bathhouse because of
בֵּהֶן כָּל גּוּפוֹ. וְאָסוּר לְרַחֵץ בְּמִים חֲמִין שֶׁבְּמַעְרוֹת מִפְּנֵי שֶׁהַמַּעְרָה
the cave because that is in the caves hot in water to bathe and it is forbidden his body all of in them
יֵשׁ בָּהּ הֶבֶל וְיָבוֹא לְיָדָיו זְעָה וְנִמְצָאָה בְּמִרְחֵץ:
like a bathhouse and it turns out sweating to the hands of and he will come steam in it there is

This halacha details the Rabbinic decrees enacted to prevent bathhouse attendants from beating water on Shabbos under false pretenses.

ה'ל"ג

דִּין רְחִיצָה בְּצוּנָה וְחֲמוֹם הַגּוֹף וְהַעֲבֵרַת סִילּוֹן בַּחֲמִין

Halacha 3 · Washing in Cold Water Before Warming Oneself and Running a Pipe Through Hot Water

מִתְחַמֵּם אָדָם כְּנֶגֶד הַמְּדוּרָה וְיוֹצֵא וּמִשְׁתַּטֵּף כָּל גּוּפוֹ בְּצוּנָה. אֲבָל
but in cold water his body all of and rinses and goes out the bonfire opposite a person warms himself
אֵינוֹ מִשְׁתַּטֵּף כָּל גּוּפוֹ בְּצוּנָה וּמִתְחַמֵּם כְּנֶגֶד הַמְּדוּרָה מִפְּנֵי
because the bonfire opposite and warm himself in cold water his body all of rinse he may not
שֶׁמִּפְּשִׁיר מִים שֶׁעָלָיו וְנִמְצָא כְּרוֹחֵץ כָּל גּוּפוֹ בַּחֲמִין.
in hot water his body all of like one who washes and it turns out that is upon him the water he makes lukewarm
הַמְּבִיא סִילּוֹן שֶׁל צוּנָה כְּתוּבָה מִים חֲמִין אֲפֹלוֹ כְּתוּבָה חֲמִי טְבִירָא
Tveryah the hot springs of inside even water hot inside cold water of a pipe One who brings
הָרִי אֵלוֹ בַּחֲמִין שֶׁהוּחֲמוֹ בְּשַׁבָּת וְאָסוּרִין בְּרְחִיצָה וּבְשִׁתִּיָּה:
and for drinking for washing and they are forbidden on Shabbos that was heated are like hot water these behold

This halacha details the Rabbinic restrictions against warming oneself after bathing in cold water to prevent the appearance of washing in hot water, and forbids using water heated on Shabbos via a pipe running through hot springs.

ה'ל"ד

דִּינֵי חֲמוֹם מִים וְשֶׁמֶן כְּנֶגֶד הַמְּדוּרָה בְּשַׁבָּת

Halacha 4 · Warming Water and Oil Opposite a Fire on Shabbos

מְבִיא אָדָם קִיתוֹן שֶׁל מִים וּמִנִּיחוֹ כְּנֶגֶד הַמְּדוּרָה לֹא בְּשִׁבִּיל
for the sake not the bonfire opposite and places it water of a jug a person brings
שֶׁיִּחְמוֹ אֶלָּא כִּדִּי שֶׁתִּפּוּג צָנָתוֹ. וְכֵן מִנִּיחַ פֶּה שֶׁל שֶׁמֶן
oil of a flask one may place and likewise their chill that will dissipate in order but that they will be warmed
כְּנֶגֶד הַמְּדוּרָה כִּדִּי שֶׁיִּפְשֵׁר לֹא שִׁיחָם. וְסָךְ אָדָם יָדוֹ
his hand a person and anoints that it will be heated not that it will become in order the bonfire opposite lukewarm

במים או בשמן ומחמם כנגד המדורה. והוא שלא יחמו המים
the water will be warmed provided that not and this is the bonfire opposite and warms it with oil or with water
שעל ידו עד שתהא כרסו של תינוק נכוית בהן. ומחמם בגד
a cloth and one may warm by them scalded an infant of the belly that would be until his hand that is on
ומניחו על גבי מעים בשבת:
on Shabbos the stomach top of on and place it

This halacha delineates the permissible ways to take the chill off liquids and warm one's hands or a cloth by a fire on Shabbos without violating the prohibition of cooking.

ה"ה

אסור נתינת מים צוננין לתוך אמבטי חמה בשבת

Halacha 5 • The Prohibition of Placing Cold Water or Oil into a Hot Bathhouse Tub on Shabbos

אמבטי של מרחץ שהיא מלאה מים חמים אין נוטנין לה מים צונן
cold water into it place we do not hot water filled with that is a bathhouse of A tub
שהרי מחממן הרבה. וכן לא יתן לתוכה פה של שמן מפני שהוא
it is because oil of a flask into it shall one place not and so much it heats them because
במבשלו. אבל נותן הוא מים חמין לתוך אמבטי של צונן:
cold of a tub into hot water he places but like cooking it

This halacha discusses the Rabbinic restrictions on heating cold water or oil in a hot bathhouse tub, and the permission to pour hot water into cold.

ה"ו

דיני בשול מים ותבלין בכלי ראשון ושני

Halacha 6 • Laws of Cooking Water and Spices in First and Second Vessels

מיחם שפנה ממנו מים חמין מותר לתן לתוכו מים צונן כדי
in order cold water into it to place it is permitted hot water from it that one emptied An urn
להפשירן. ומותר לצק מים חמין לתוך מים צונן או צונן לתוך החמין
the hot into cold or cold water into hot water to pour and it is permitted to lukewarm them
והוא שלא יהיו בכלי ראשון מפני שהוא מחממן הרבה. וכן קדירה
a pot and so much heats them that it because first in a vessel they are not is provided that and this
רותחת אף על פי שהורידה מעל האש לא יתן לתוכה תבלין
spices into it place one may not the fire from upon that one took it down though even boiling
אבל נותן לתוכה מלח שהמלח אינו מתבשל אלא על גבי אש גדולה.
great fire upon except cooked is not since the salt salt into it one may place but
ואם יצק התבשיל מקדירה לקערה אף על פי שהוא רותח בקערה
in the bowl is boiling that it though even into a bowl from a pot the cooked food one poured and if
מותר לו לתן לתוך הקערה תבלין שכלי שני אינו מבשל:
cook does not second since a vessel spices the bowl into to place for him it is permitted

This halacha delineates the boundaries of cooking on Shabbos regarding first and second vessels, specifically concerning water, spices, and salt.

אסור שרית חלתית בשבת ובהתר לחולה

Halacha 7: The Prohibition of Soaking Chiltit on Shabbos and the Leniency for One Who is Ill

אין שורין את החלתית בין בפושרין בין בצונן אבל שורה

one may soak but in cold water whether in lukewarm water whether the chiltit — soak We do not

אותו בתוך החמץ. ואם שתהו ביום חמישי וששי הרי זה שורה בשבת

on Shabbos may soak this one behold and sixth fifth on day he drank it and if the vinegar inside it

בצונן ומניחו בחמה עד שיחם ושותה. כדי שלא יחלה אם פסק

he ceased if he will become ill that not in order and drink that it warms until in the sun and place it in cold water

מלשתות:

from drinking

The Sages prohibited soaking the medicinal herb chiltit in water on Shabbos, but permitted it for someone who began a course of drinking it before Shabbos and might become ill if he stops.

דבר שנתבשל מלפני השבת ודבר הצונן מעקרו

Halacha 8: Reheating Cooked Foods and Rinsing Cold Foods on Shabbos

דבר שנתבשל קדם השבת או נשרה בַּחמין מלפני השבת אף על פי

though · even the Shabbos from before in hot water was soaked or the Shabbos before that was cooked An item

שהוא עכשו צונן מֵתָר לשרותו בַּחמין בשבת. ודבר שהוא צונן

cold that is and an item on Shabbos in hot water to soak it it is permitted cold now that it is

מעקרו ולא בא בַּחמין מעולם מדיחין אותו בַּחמין בשבת אם

if on Shabbos with hot water it one may rinse ever into hot water come and did not from its beginning

לא היתה הדחתו גמר מלאכתו אבל אין שורין אותו בַּחמין:

in hot water it soak one may not but its melacha the completion of its rinsing was not

This halacha delineates the rules of reheating previously cooked or soaked foods on Shabbos, as well as the conditions under which cold raw foods may be rinsed with hot water.

התר חמום בחמה וצננון מים ותבשיל

Halacha 9: Permissibility of Heating in the Sun and Cooling Water or Cooked Food

מֵתָר לַהֲחֵם בַּחמָה אף על פי שֶׁאֲסוּר לַהֲחֵם בְּתוֹלְדוֹת חמָה

the sun with derivatives of to heat that it is forbidden though · even in the sun to heat It is permitted

שֶׁאֵינּוּ בָּא לְטַעוֹת מַחמָה לָאוּר. לְפִיכָּהּ מֵתָר לִתֵּן מִיָּם צוֹנֵן בְּשֶׁמֶשׁ

in the sun cold water to place it is permitted therefore to fire from the sun to err going for he is not

כְּדִי שְׂיִחַמוּ. וְכֵן נוֹתְנִין מִיָּם יָפִים לְתוֹךְ מִיָּם רָעִים בְּשֶׁבִיל

for the sake bad water into pleasant water we may place and similarly that they will warm in order

שְׂיִצְנוּ. וְנוֹתְנִין תְּבַשִּׁיל לְתוֹךְ הַבּוֹר בְּשֶׁבִיל שְׂיִהֶא שְׁמוֹר:

preserved that it will be for the sake the cistern into cooked food and we may place that they will cool

This halacha explains that heating directly in the sun is permitted because there is no concern of confusing it with fire, and it also permits cooling water and food through natural means.

הלי

הכנת מי מלח ומליחת ירקות בשבת

Halacha 10 · Preparing Salt Water and Salting Vegetables on Shabbos

מֵעָרַב אָדָם מִיִּם וּמֶלַח וְשָׂמֶן וְטוֹבֵל בּוֹ פָּתוֹ אוֹ נוֹתְנוֹ לְתוֹךְ הַתִּבְשִׁיל.

the cooked food into puts it or his bread in it and dips and oil and salt water a person mixes

וְהוּא שֵׁיעָשָׂה מְעַט אֲבָל הָרַבָּה אָסוּר מִפְּנֵי שֶׁנִּרְאָה

that it appears because is forbidden a large amount but a small amount provided that he makes and this

כְּעוֹשֶׂה מְלָאכָה מִמְּלָאכַת הַתִּבְשִׁיל. וְכֵן לֹא יַעֲשֶׂה מִי מֶלַח

salt water of shall he make not and likewise the cooked food from the labors of melacha like one who performs

עֶזֶן וְהֵן שְׁנֵי שְׁלִישֵׁי מֶלַח וְשְׁלִישׁ מִיִּם מִפְּנֵי שֶׁנִּרְאָה כְּעוֹשֶׂה

like one who makes that it appears because water and one third salt thirds are two and they strong

מורֶס. וּמִתֵּר לְמֶלַח בִּיצָה אֲבָל צִנּוֹן וְכִיּוֹצֵא בּוֹ אָסוּר מִפְּנֵי שֶׁנִּרְאָה

that it appears because is forbidden of it and the like a radish but an egg to salt and it is permitted fish brine

כְּכוֹבֵשׁ כְּבָשִׁים בְּשֶׁבֶת וְהַכּוֹבֵשׁ אָסוּר מִפְּנֵי שֶׁהוּא כְּמִבְשֵׁל.

like cooking that it is because is forbidden and pickling on Shabbos pickled foods like one who pickles

וּמִתֵּר לְטָבֵל צִנּוֹן וְכִיּוֹצֵא בּוֹ בְּמֶלַח וְאוֹכֵל:

and eat in salt of it and the like a radish to dip and it is permitted

This halacha details the Rabbinic restrictions on preparing salt water mixtures and salting vegetables on Shabbos due to their resemblance to cooking and pickling.

הלי

תערובת מאכלים ומשקין שאינם ראויים לבריאים בשבת

Halacha 11 · Mixing Foods and Drinks Not Fit for Healthy People on Shabbos

מִתֵּר לְעָרַב יַיִן וְדִבֵּשׁ וּפְלִפְלִין בְּשֶׁבֶת לְאֹכְלוֹ אֲבָל יַיִן וּמִיִּם וְשָׂמֶן

and oil of and water wine but to eat them on Shabbos and peppers and honey wine to mix It is permitted

אֶפְרֹסֶמוֹן אָסוּר שְׂאִין זֶה רָאוּי לְאֹכִילַת בְּרִיאִים. וְכֵן כָּל כִּיּוֹצֵא בָּזָה:

to this that is similar all and so healthy people for the eating of is fit this because not is forbidden balsam

This halacha defines which mixtures of food and drink are permitted to be combined on Shabbos based on whether they are fit for consumption by healthy people.

הלי

הכנת חרדל, שחלים, ושום בשבת

Halacha 12 · Preparing Mustard, Cress, and Garlic on Shabbos

חֲרָדֵל שֶׁלָּשׁוּ מֵעָרַב שֶׁבֶת לְמַחֵר מִמַּחוֹ בֵּין בֶּיַד בֵּין

whether by hand whether one may blend it on the morrow Shabbos from the eve of that one kneaded Mustard

בְּכָלִי וְנוֹתֵן לְתוֹכוֹ דִּבֵּשׁ וְלֹא יִטְרֹף אֶלָּא מְעָרַב. שְׁחָלִים שֶׁטָּרְפוּ

that one beat cress mix but may he beat and not honey into it and one may put with a utensil

מַעֲרַב שַׁבַּת לְמַחֵר נוֹתֵן לְתוֹכוֹ שֶׁמֶן וְחֶמֶץ וְתַבְלִין וְלֹא יִטְרַף

may he beat and not and spices and vinegar oil into it one may put on the morrow Shabbos from the eve of

אֶלָּא מַעֲרַב. שׁוּם שֶׁרֶסְקוֹ מַעֲרַב שַׁבַּת לְמַחֵר נוֹתְנוֹ לְתוֹךְ

into one may put it on the morrow Shabbos from the eve of that one crushed garlic mix but

הַגְרִיסִין וְלֹא יִשְׁחַק אֶלָּא מַעֲרַב:

mix but may he grind and not the groats

This halacha discusses the permitted methods of mixing and blending pre-kneaded foods on Shabbos without violating the prohibitions of kneading or grinding.

ה'לי"ג

אִסּוּר הַסֵּרֶת שֶׁעַר בְּשַׁבַּת וְרַחֲצַת יָדַיִם בְּחֶמֶר הַמַּשִּׁיר שֶׁעַר

Halacha 13 · The Prohibition of Removing Hair on Shabbos and Washing Hands with Hair-Removing Substances

הַנוֹטֵל שֶׁעַר מִגּוֹף הָאָדָם חַיֵּב מְשׁוּם גִּזְזוּ. לְפִיכָךְ אִסּוּר לְרַחֵץ

to wash it is forbidden Therefore shearing because of is liable the person from the body of hair One who removes

אֶת הַיָּדַיִם בְּדָבָר שֶׁמַּשִּׁיר אֶת הַשֶּׁעַר וְדַאי כְּגֹזֵן אֶהְלֶה וְכִיּוֹצֵא בּוֹ.

to it and similar ohaloh such as definitely the hair — that removes with a substance the hands —

וּמִתֵּר לְחַף אֶת הַיָּדַיִם בְּעֶפֶר לְבוֹנָה וְעֶפֶר פֶּלֶפְלִין וְעֶפֶר

and powder of peppers and powder of frankincense with powder of the hands — to cleanse And it is permitted

יִסְמִין וְכִיּוֹצֵא בָּהֶן וְאִינוֹ חוֹשֵׁשׁ שֶׁמָּא יִשִּׁיר שֶׁעַר שֶׁעַל יָדוֹ שֶׁהָרִי

for behold his hand that is on hair it will remove lest worry and he does not to them and similar jasmine

אִינוֹ מִתְכַּוֵּן. עֶרֶב דָּבָר שֶׁמַּשִּׁיר אֶת הַשֶּׁעַר וְדַאי עִם דָּבָר

a substance with definitely the hair — that removes a substance If one mixed intend he does not

שֶׁאִינוֹ מַשִּׁיר וְדַאי אִם הָיָה הָרֵב מִדָּבָר הַמַּשִּׁיר אִסּוּר לְחַף

to cleanse it is forbidden that removes from the substance the majority was if definitely remove that does not

בּוֹ וְאִם לֹא מִתֵּר:

it is permitted not and if with it

This halacha discusses the derivative of shearing (gozez) regarding human hair, and the prohibition of washing with substances that will definitely remove hair unless they are mixed with a majority of non-removing substances.

ה'לי"ד

אִסּוּר הַסֵּתֶפְלוֹת בְּמִרְאָה שֶׁל מִתְּכַת בְּשַׁבַּת

Halacha 14 · The Prohibition of Looking in a Metal Mirror on Shabbos

אִסּוּר לִרְאוֹת בְּמִרְאָה שֶׁל מִתְּכַת בְּשַׁבַּת גִּזְרָה שֶׁמָּא יִשִּׁיר בָּהּ נִימִין

strands with it one will remove lest a decree on Shabbos metal of in a mirror to look It is forbidden

הַמֵּדֻלְדָּלִין מִן הַשֶּׁעַר וְאֶפְלוּ קְבוּעַ בַּכֶּתֶל. אֲבָל מִרְאָה שֶׁאִינָהּ שֶׁל מִתְּכַת

metal of that is not a mirror but on the wall fixed and even the hair from that are hanging

מִתֵּר לִרְאוֹת בָּהּ אֶפְלוּ אִינָה קְבוּעָה:

fixed it is not even in it to look it is permitted

The Sages prohibited looking into a metal mirror on Shabbos to prevent one from using its sharp edge to cut off loose hairs.

המכבס חייב משום מלכלך. והסוחט פסולת חייב מפני שהוא

it is because is liable a garment and one who wrings whitening because of is liable One who launders out

מכבס. לפיכך אסור לדחוק מטלית או מוץ וכיוצא בהן

with them and the like unprocessed fabric or a cloth to press it is forbidden Therefore laundering

בפי האשישה וכיוצא בה כדי לסתמה שם יבא לידי

to the hands of he will come lest to plug it in order with it and the like the flask into the mouth of

סחיטה. ואין מקנחין בספוג אלא אם כן יש לו בית אחיזה שלא

so that not holding a place of to it there is unless with a sponge wipe And we do not squeezing

יסחט. ואין מכסין חבית של מים וכיוצא בה בכבד שאינו

that is not with a garment with it and the like water of a jug cover And we do not he will squeeze

מוכן לה גזרה שם יסחט:

he will squeeze lest a decree for it designated

This halacha details the Torah prohibition of laundering and its derivative of squeezing, along with Rabbinic decrees enacted to prevent accidental squeezing.

נשברה לו חבית בשבת מציל ממנה מה שהוא צריך לשבת לו

for himself for Shabbos he needs what from it he may save on Shabbos a cask for him If broke

ולאורחיו ובלבד שלא יספג ביין או יטפח בשמן שאם יעשה כדרך

like the way he does for if with oil scoops up or with wine he sponges up that not provided and for his guests

שהוא עושה בחל שם יבוא לידי סחיטה. וכיצד מציל ממנה.

from it does he save And how squeezing to the hands of he will come perhaps on a weekday does that he

מביא כלי ומניח תחתיה. ולא יביא כלי אחר ויקלט כלי

a container and catch another a container shall he bring and not under it and places a container He brings

אחר ויצרף גזרה שם יביא כלי דרך רשות הרבים.

the public the domain of by way of a container he will bring lest a decree and combine another

נזדמנו לו אורחים מביא כלי אחר וקולט כלי אחר

another a container and catch another a container he may bring guests for him If there happened to arrive

ומצרפו לראשון. ולא יקלט ואחר כך יזמין אלא יזמין ואחר כך

that and after he should invite rather invite that and after shall he catch and not with the first and combine it

יקלט. ואם הערים בדבר זה מותר:

it is permitted matter in this he acted with guile and if catch

This halacha details the Rabbinic restrictions on saving wine or oil from a broken cask on Shabbos to prevent squeezing or carrying in the public domain.

הל"ז

הסרת טיט מן הבגד ואסור כבוס בשבת

Halacha 17· Removing Mud from Garments and the Prohibition of Laundering on Shabbos

טיט שעל גבי בגדו מכסכו מבתנים ואינו מכסכו מבחוץ
from the outside rub it but he may not from the inside he may rub it his garment the surface of that is on Mud
גזרה שמה יכבס. ומתר לגרדו בצפרן ואינו חושש שמה
lest worry and he does not with a nail to scrape it and it is permitted he will launder lest a decree
ילבנו. המכסס את הסודר אסור מפני שהוא מלבנו אבל החלוק
the cloak but whitens it that he because it is forbidden the scarf — One who rubs he will whiten it
מתר מפני שאין כונתו אלא לרככו:
to soften it except his intention that not because is permitted

This halacha details the permissible ways to remove mud from a garment on Shabbos without violating the prohibition of laundering.

הל"ח

דיני נקוי מנעלים ובגדים מלכלוך בשבת

Halacha 18· Laws of Cleaning Shoes and Garments from Dirt on Shabbos

מנעל או סנדל שנתלכלך בטיט ובצואה מתר לשכשכו במים אבל
but in water to rinse it it is permitted or with excrement with mud that became soiled a sandal or A shoe
לכבסו אסור. ואין מגרדין לא מנעלים ולא סנדלים חדשים אבל
but that are new sandals nor shoes neither scrape And we do not is forbidden to wash it
סכין אותם ומקנחין את הישנים. פר או כסת שהיה עליהן
upon them that there was a blanket or A pillow the old ones — and we may wipe them we may smear
צואה או טנוף מקנחו בסמרטוט. ואם היתה על של עור נוטנין עליה
upon it we may pour leather of it was and if with a rag one may wipe it filth or excrement
מים עד שתכלה:
it is removed until water

This halacha details the permissible and forbidden methods of cleaning soiled shoes, sandals, pillows, and leather items on Shabbos.

הל"ט

נקוי הידים מטיט בשבת

Halacha 19· Cleaning Soiled Hands on Shabbos and the Rabbinic Safeguard Against Laundering

מי שנתלכלכה ידו בטיט מקנחה בזנב הסוס ובזנב הפרה
the cow and with the tail of the horse with the tail of may wipe it became soiled hand whose One
ובמפה הקשה העשויה לאחז בה הקוצים. אבל לא במפה שמקנחין
that they wipe with a cloth not but the thorns with it to hold made that is stiff and with a cloth
בה את הידים שלא יעשה כדרך שהוא עושה בחל ויבוא לכבס
to launder and come on a weekday does that he like the way he will do so that not the hands — with it

This halacha discusses the permissible materials for wiping mud from one's hands on Shabbos to avoid the prohibition of laundering.

ה"ב

דיני סחיטה ומראית העין בבגדי שבת

Halacha 20 · Laws of Wringing and the Appearance of Impropriety Regarding Wet Garments on Shabbos

מי שרחץ במים מסתפג באֵלֶּנְטִיתוֹ ומְבִיאָהּ בְּיָדוֹ וְאֵין חוֹשֵׁשׁ
suspect and we do not in his hand and bring it with his towel may dry himself in water who washed One
שָׁמָּה יִסְחֹט. וְכֵן מִי שֶׁנִּשְׁרָו כָּלִיו בְּמִים מְהֵלָּה בָּהֶן וְאֵין חוֹשֵׁשׁ
suspect and we do not in them may walk into water his garments whose fell one And so he will wring lest
שָׁמָּה יִסְחֹט. וְאִסּוּר לוֹ לְשַׁטְחָן וְאִפְּלוּ בְּתוֹךְ בֵּיתוֹ גִּזְרָה שָׁמָּה
lest as a decree his house inside and even to spread them out for him But it is forbidden he will wring lest
יֹאמֶר הָרוֹאֶה הֵרִי זֶה כִּפֶּס כְּסוּתוֹ בְּשַׁבָּת וּשְׁטָחָהּ לִיבָשָׁה. וְכָל
And every to dry it and spread it on Shabbos his garment laundered this one behold the onlooker will say
מְקוֹם שֶׁאִסְּרוּ חֲכָמִים מִפְּנֵי מְרָאִית הָעֵין אֶפְּלוּ בְּחֲדָרֵי חֲדָרִים אִסּוּר:
it is forbidden chambers in the innermost even the eye appearance of because of the Sages that forbade place

This halacha discusses the permissibility of using a towel and wearing wet clothes on Shabbos, alongside the Rabbinic prohibition of hanging wet garments to dry due to maris ayin.

ה"כא

חבור מקוואות וסתימת פיב בשבת

Halacha 21 · Connecting Mikvaot and Plugging a Drain on Shabbos

שְׁתֵּי מִטְהָרוֹת זוֹ עַל גַּב זוֹ נוֹטֵל אֶת הַפֶּקֶק מִבֵּינֵיהֶן וּמְשִׁיקָן
and connect them from between them the plug — one may remove this top of on this mikvaot Two
וּמַחְזִיר אֶת הַפֶּקֶק לְמְקוֹמוֹ מִפְּנֵי שְׂאִינוֹ בָּא לִידֵי סְחִיטָה שֶׁהִרִי דַּעְתּוֹ
his intent is since squeezing to come that he does not because to its place the plug — and return
שֶׁיֵּצְאוּ הַמֵּיִם. וּפּוֹקְקִין אֶת הַפִּיב בְּסוּדָרִין וּבְכָל דָּבָר הַמְּטַלֵּט
that is carryable article and with any with cloths the drain — And one may plug the water that should flow out
כְּדֵי שֶׁלֹּא יִצּוּפוּ הַמֵּיִם עַל הָאֲכָלִים וְעַל הַכֵּלִים. אָבֵל אֵין פּוֹקְקִין
plug one may not but the utensils and over the food over the water will inundate that not so
אֶת הַפִּיב כְּדֵי שֶׁיִּרְדּוּ הַמֵּיִם לְבוֹר שָׁמָּה יִסְחֹט בְּעֵת שֶׁדוֹחֵק
that he presses at the time he will squeeze lest into the cistern the water that will descend so the drain —
שֶׁהִרִי הַפֶּקֶק שְׂרוּי בְּמִים:
in water is soaked the plug since

This halacha discusses the permissibility of connecting two mikvaot and the restrictions on plugging a drain to prevent flooding versus directing water flow.

ה"כב

אסור קפול בגדים ותקון שרוולים בשבת

Halacha 22 · The Prohibition of Folding Garments and Adjusting Sleeves on Shabbos

אסור לתקן בית יד של בגדים ולשברם שברים שברים כדרך
like the way upon folds into folds and to break them garments of hand the house of to fix It is forbidden
שמתקנין בחל הבגדים כשמיכבסין אותן. וכן אין מקפלים הבגדים
the garments fold we do not and so them when they wash the garments on weekdays that they fix
בשבת כדרך שעושין בחל בבגדים כשיכבסו אותן. ואם לא היה
there was not and if them when they wash with garments on weekdays that they do like the way on Shabbos
לו כלי אחר להחליפו מחר לקפלו ולפשטו ולהתכסות בו
in it and to clothe oneself and to stretch it out to fold it it is permitted to change it another a garment to him
כדי שיתנאה בו בשבת. והוא שיהיה בגד חדש לבן שהרי
for behold white new a garment is on condition that it is and this on Shabbos in it that he will be in order
beautified
הוא מתמעך ומתלכלך מיד. וכשיקפל לא יקפל אלא איש אחד
one a person except shall he fold not and when he folds immediately and becomes soiled becomes creased it
אבל לקפל בשנים אסור:
is forbidden by two people to fold but

This halacha details the Rabbinic restrictions against folding garments and arranging cuffs on Shabbos, which resemble laundering and preparing for the weekday.

הליכא

אסור צביעה ותפירה בשבת

Halacha 23 · The Prohibitions of Dyeing and Sewing on Shabbos

הצובע מאבות מלאכות לפיכך אסור לאשה להעביר סרק על
upon rouge to apply for a woman it is forbidden therefore of labor is from the primary Dyeing
categories
פניה מפני שהיא כצובעת. והתופר מאבות מלאכות לפיכך אסור
it is forbidden therefore of labor is from the primary And sewing is like dyeing that she because her face
categories
למלאות הפר והפסת החדשים במוכין גזרה שמה יתפר. אבל מוכין
stuffing but he will sew lest a decree with stuffing the new ones and the blanket the pillow to fill
שנשרו מן הפר או מן הפסת מחזירין אותן בשבת:
on Shabbos them we may return the blanket from or the pillow from that fell out

This halacha discusses the prohibitions of dyeing and sewing, including the Rabbinic restrictions on applying makeup and filling new pillows.

הליכא

דין קורע שלא בכונה ולבישת בגדים חדשים

Halacha 24 · The Prohibition of Tearing and Unintentional Tearing of Garments on Shabbos

הקורע מאבות מלאכות. לפיכך מי שנסתבכו בגדיו בקוצים
became entangled garments whose one therefore of melacha is from the primary One who tears
categories

מפרישו בצנעה ומתמהמה כדי שלא יקרע. ואם נקרעו אינו חייב
he is not they tore and if they will tear that not in order and slowly modestly separates them in thorns
כלום שהרי לא נתכוון. ומתר ללבש בגדים חדשים ואם נקרעו
and if new garments to wear and it is permitted did he intend not for behold anything liable
נקרעו. פוצעין את האגוז במטלית ואין חוששין שמה תקרע:
lest worry and we do not in a cloth the nut — we may crack they tore they tore

This halacha discusses the melacha of tearing and clarifies that unintentional tearing while separating clothes from thorns or wearing new garments is permitted.

הליכה

דלתות הקרקע ודלתות הפלים בשבת

Halacha 25 · The Prohibition of Attaching and Returning Doors of Buildings and Utensils on Shabbos

התוקע חייב מושם בונה. לפיכך כל הדלתות המחוברות לקרקע
to the ground that are attached the doors all Therefore building because of is liable One who attaches
לא נוטלין אותן ולא מחזירין גזרה שמה יתקע. אבל דלת
the door of But one will attach lest a decree return and we do not them remove we do not
שדה תבה ומגדל ושאר דלתות הפלים נוטלין ולא מחזירין. ואם
And if return but we do not we may remove utensils doors of and other or a closet a chest a carriage
נשמט ציר התחתון שלהן דוחקין אותו למקומו. ובמקדש מחזירין
we may return and in the Temple to its place it we may push of theirs lower the hinge slipped
אותו. אבל ציר העליון שנשמט אסור להחזירו בכל מקום גזרה שמה
lest a decree place in every to return it it is forbidden that slipped upper the hinge but it
יתקע:
one will attach

This halacha details the Rabbinic prohibitions enacted to prevent one from performing the melacha of building when handling doors of structures and utensils on Shabbos.

הליכו

אסור גדילת שער והחזרת פלים המפצלים בשבת

Halacha 26 · The Prohibition of Braiding Hair and Reassembling Segmented Utensils on Shabbos

אין גודלין את שער הראש ואין פוקסין אותו מפני שנראה כבונה.
like building it appears because it part and we do not the head hair of — braid We do not
ואין מחזירין מנורה של חליות ולא פסא המפצל ולא שלחן
a table and not that is disassembled a chair and not segments of a candelabrum reassemble And we do not
המפצל וכיוצא בהן מפני שנראה כבונה. ואם החזיר פטור
he is exempt one reassembled And if like building it appears because to them and similar that is disassembled
שאינו בנזן בכלים ואין סתירה בכלים. ואם היה רפוי מתר
it is permitted loose it was And if in utensils demolishing and there is no in utensils building for there is no

לְהַחְזִירוֹ. וְאִין מְתַקְנִין חֲלִיּוֹת שֶׁל שִׁדְרָה שֶׁל קָטָן זֶה בְּצַד זֶה
this one beside this one a child of the backbone of vertebrae adjust And we do not to reassemble it

מִפְּנֵי שֶׁנִּרְאָה כְּבֻנָּה:
like building it appears because

This halacha discusses actions that are rabbinically forbidden on Shabbos because they resemble the melacha of building, such as braiding hair, reassembling segmented furniture, or adjusting a child's spine.

ה'כ"ז

אסור עשיית אהל קבע ועראי בשבת

Halacha 27 · The Prohibition of Making a Permanent or Temporary Tent on Shabbos

הַעוֹשֶׂה אֹהֶל קְבֹועַ חַיֵּב מְשֻׁם בּוֹנֶה. לְפִיכָךְ אִין עוֹשִׂין אֹהֶל עֲרָאִי
temporary a tent make we do not Therefore building because of is liable permanent a tent One who makes
לְכַתְּחָלָה וְלֹא סוֹתְרִין אֹהֶל עֲרָאִי גִזְרָה שְׁמָא יַעֲשֶׂה אוֹ יִסְתֵּר אֹהֶל
a tent demolish or he will make lest a decree temporary a tent demolish and not at the outset
קְבֹועַ. וְאִם עָשָׂה אוֹ סִתַּר אֹהֶל עֲרָאִי פְטוּר. וּמִתֵּר לְהוֹסִיף עַל
upon to add And it is permitted he is exempt temporary a tent demolished or he made And if permanent
אֹהֶל עֲרָאִי בְּשִׁבְתּוֹ. כִּי־צַד. טְלִית שְׁהִיתָה פְרוּסָה עַל הָעַמּוּדִים אוֹ עַל
upon or the pillars upon spread that was A sheet How so on Shabbos temporary a tent
הַכֶּתֶלִּים וְהִיתָה פְרוּכָה קֹדֶם הַשִּׁבְתָּ אִם נִשְׁאַר מִמֶּנָּה גֵּג טֶפַח
of a handbreadth a roof from it there remained if the Shabbos before rolled up and was the walls
מִתּוֹחַ הָיִי זֶה מוֹתַח אֶת כָּלָה בְּשִׁבְתָּ עַד שִׁיעֲשֶׂה אֹהֶל גָּדוֹל. וְכֵן כָּל
all and so large a tent he makes until on Shabbos all of it — one may extend this behold extended
כִּי־צֵא בָּזָה:
to this similar

This halacha defines the Torah prohibition of building a permanent tent on Shabbos, the Rabbinic decree against making or demolishing a temporary tent, and the permission to extend an existing temporary tent.

ה'כ"ח

אסור עשיית אהל עראי בשבת

Halacha 28 · The Prohibition of Making a Temporary Tent on Shabbos

אִין תּוֹלִין אֶת הַכָּלָה שֶׁהָיִי נַעֲשִׂית תַּחְתֶּיהָ אֹהֶל עֲרָאִי. וּמִתֵּר
but it is permitted temporary a tent beneath it is made because a canopy — hang One may not
לְהַנִּיחַ מִטָּה וְכִסֵּא וְטִרְסָקָל וְאַף עַל פִּי שִׁיעֲשֶׂה תַּחְתֵּיהֶן אֹהֶל שְׂאִין זֶה
this since a tent beneath them there is made though . and even and a table and a chair a bed to set down
דֶּרֶךְ עֲשִׂית אֹהֶל לֹא קָבַע וְלֹא עֲרָאִי:
temporary nor permanent neither a tent of making is not the way

This halacha discusses the prohibition of hanging a canopy on Shabbos due to creating a temporary tent, contrasted with setting up furniture which is permitted.

ה'כ"ט

כָּל אֹהֶל מִשְׁפָּע שְׂאִין בְּגָגוֹ טַפַּח וְלֹא בִפְחוֹת מִשְׁלָשָׁה סָמוּךְ לָגִגוֹ
 to its roof close than three in less and not a handbreadth in its roof that there is not slanted tent Any
 רָחֵב טַפַּח הֵרִי זֶה אֹהֶל עֲרָאִי וְהָעוֹשֶׂה אוֹתוֹ לְכַתְחָלָה בַּשַּׁבָּת
 on Shabbos initially it and one who makes temporary is a tent this behold a handbreadth a width of
 פֶּטוּר. טְלִית כְּפוּלָה שֶׁהָיוּ עָלֶיהָ חוּטִין שֶׁהִיא תְּלוּיָה בָּהֶן מֵעָרֵב
 from the eve of by them is hanging that it threads on it that there were folded A cloak is exempt
 שַׁבָּת מִתָּר לְנִטּוּתָהּ וּמִתָּר לְפָרְקָהּ וְכֵן הַפְּרָכָת:
 the curtain and so to dismantle it and is permitted to spread it is permitted Shabbos

This halacha defines the dimensions of a temporary slanted tent and the permissible way to hang a folded cloak or curtain on Shabbos.

הל"ל

כַּלֵּת חֲתָנִים שְׂאִין בְּגָגָה טַפַּח וְאִין בִּפְחוֹת מִשְׁלָשָׁה סָמוּךְ
 close than three in less and there is not a handbreadth in its roof that there is not grooms A canopy of
 לָגִגָּה רָחֵב טַפַּח. הוּאִיל שֶׁהִיא מְתַקְנֶת לְכָךְ מִתָּר לְנִטּוּתָהּ
 to spread it it is permitted for this is prepared that it since a handbreadth a width of to its roof
 וּמִתָּר לְפָרְקָהּ וְהוּא שְׁלֹא תִּהְיֶה מְשֻׁלָּשֶׁת מֵעַל הַמֶּטָּה טַפַּח.
 a handbreadth the bed above hangs it provided that not and this is to dismantle it and it is permitted
 פְּקַק הַחֲלוֹן בְּזִמְנֵה שֶׁהוּא מְתַקֵּן לְכָךְ אֵף עַל פִּי שֶׁאִינוֹ קָשׁוּר וְאִינוֹ
 and it is not tied that it is not though · even for this is prepared that it at a time the window A plug of
 תְּלוּיִי מִתָּר לְפָקַק בּוֹ הַחֲלוֹן:
 the window with it to plug it is permitted hanging

This halacha discusses the conditions under which a temporary canopy may be spread or dismantled, and when a window shutter may be used on Shabbos.

הל"ל

כּוֹבַע שֶׁעוֹשִׂין עַל הָרֹאשׁ וַיֵּשׁ לוֹ שֹׁפָה מְקַפֶּת שֶׁהִיא עוֹשֶׂה צֵל כְּמוֹ אֹהֶל
 a tent like shade makes which surrounding a brim to it and has the head on that they make A hat
 עַל לְבוּשׁוֹ מִתָּר לְלָבְשׁוֹ. וְאִם הוּצִיא מִן הַבְּגָד סָבִיב לְרֹאשׁוֹ אוֹ
 or his head around the garment from one extended and if to wear it it is permitted his garment over
 כְּנֶגֶד פָּנָיו כְּמוֹ אֹהֶל וְהָיָה מְהֻדָּק עַל רֹאשׁוֹ וְהָיְתָה הַשֹּׁפָה שֶׁהוּצִיאָהּ
 that he extended the brim and was his head on tightly fitted and it was a tent like his face opposite
 קָשָׂה בְּיֹתֵר כְּמוֹ גֵּג אָסוּר מִפְּנֵי שֶׁהוּא עוֹשֶׂה אֹהֶל עֲרָאִי:
 temporary a tent is making that he because it is forbidden a roof like exceedingly firm

The Rambam discusses the conditions under which wearing a wide-brimmed hat or extending a garment over one's head is permitted or forbidden as making a temporary tent.

הלי לב

אסור עשיית אהל עראי בפרס פרכת וכף

Halacha 32 · The Prohibition of Creating a Temporary Tent When Hanging a Curtain or Canopy

הנוטה פרכת וכיוצא בה צריך להזהר שלא יעשה אהל בשעה שנוטה
that he hangs at the time a tent he make that not to be careful needs of it and the like a curtain One who hangs
לפניו אם היתה פרכת גדולה תולין אותה שנים אבל אחד אסור. ואם
And if is forbidden one but two it they hang large a curtain it was if Therefore
היתה כלה שיש לה גג אין מותחין אותה ואפלו עשרה שאי אפשר
it was a canopy it was that has a roof to it we do not extend it and even ten impossible for it is
שלא תגבה מעט מעל הארץ ותעשה אהל עראי:
that not it will rise slightly above the ground and make the temporary a tent

This halacha details the precautions required when hanging curtains or canopies on Shabbos to avoid the prohibition of constructing a temporary tent.

הלי לב

אסור עשיית אהל עראי בכסוי כלים ובסנון

Halacha 33 · The Prohibition of Making a Temporary Tent by Covering Vessels and Filtering

בגד שמכסה בו פי הקבית לא יכסה בו את כלה מפני
because all of it — with it cover one should not the jug the opening of with it that one covers A cloth
שנעשה אהל אבל מכסה הוא מקצת פיה. המסנן בכפיפה מצרית
Egyptian with a basket One who filters its opening a portion of he one may cover but a tent it becomes
לא יגביה קרקעית הכפיפה מן הכלי טפח כדי שלא יעשה אהל
a tent make that he will not so a handbreadth the vessel from the basket the bottom of lift should not
עראי בשבת:
on Shabbos temporary

This halacha discusses the Rabbinic prohibition of creating a temporary tent on Shabbos when covering a jug or filtering with a basket.

CHAPTER SUMMARY

The chapter begins by explaining the Rabbinic prohibition against removing a loaf of bread from an oven on Shabbos to prevent baking, outlining the permissible methods of removal in urgent situations. It then details the historical decrees that led to the prohibition of entering bathhouses and rinsing the entire body with hot water, while permitting cold water bathing and the hot springs of Tiberias under specific conditions. Finally, the Rambam clarifies the rules of warming oneself by a fire, warming liquids to dispel their chill without cooking them, and the restrictions against placing cold water or oil into hot tubs that function as primary vessels.

The halachos of Shabbos teach us a profound lesson in mindfulness and self-restraint. We see how Chazal created boundaries, such as forbidding the removal of bread from an oven or entering a bathhouse, not to make life difficult, but to protect the sanctity of the day. They understood human nature: if we get too close to the edge, we will eventually slip.

This is a powerful blueprint for our personal avodah. In our daily lives, we often try to see how close we can get to a spiritual boundary without actually crossing it. We play with fire, thinking we can control the heat. But true yiras shamayim means creating our own personal safeguards, recognizing our weaknesses, and stepping back before we are even tempted to stumble.

Today, identify one area in your life where you are playing too close to the edge of a spiritual boundary, and make a concrete fence—a personal safeguard—to keep yourself safely back.

תהלים • חמשה קאפיטלער

The Five Daily Kapitlach

CHAPTER PREVIEW

These are the five kapitlach of Tehillim said every single day: 32, 43, 83, 121, and 130, each set word for word with its English meaning. They are gathered here as one section so the whole daily Tehillim can be said and downloaded together.

All introductions and contextual notes are the editor's commentary and are not part of the original text.

פֿאַרק ל"ב CHAPTER 32

לְדוֹד מִשְׁכִּיל אֲשֶׁרִי נָשׁוּי פֶשַׁע כָּסוּי חֲטָאָה:
אֲשֶׁרִי אָדָם לֹא יִחְשַׁב יְהוָה לוֹ עוֹן וְאִין בְּרוּחוֹ רְמִיָּה:
כִּי הִחַרְשָׁתִּי בָּלוּ עֲצָמַי בְּשֹׁאֲגָתִי כָּל הַיּוֹם:
כִּי יוֹמָם וּלְיָלָה תִּכְבֵּד עָלַי יְדָה נִהַפָּה לְשׁוֹדִי בַּחֲרֻבִּי קִיץ סֵלָה:
חֲטָאתִי אוֹדִיעָה וְעוֹנִי לֹא כֹסִיתִי אֲמַרְתִּי אוֹדָה עָלַי פֶשַׁעִי לִיהוָה וְאַתָּה נִשְׂאָתָּ עוֹן חֲטָאתִי סֵלָה:
עַל זֹאת יִתְפַּלֵּל כָּל חֹסִיד אֱלֹהִים לְעֵת מִצָּא רַק לְשֹׁטֵף מִיָּם רַבִּים אֱלֹהִים לֹא יִגִּיעוּ:
אַתָּה סֵתֵר לִי מִצָּר תִּצְרֵנִי רָנִי פִּלַּט תְּסוּבְּבֵנִי סֵלָה:
אֲשַׁכִּילָה וְאוֹרָה בְּדֶרֶךְ זוֹ תִּלְךָ אֵינִי עֹלָה עֵינַי:
אֵל תִּהְיוּ כָּסוּס כְּפָרֵד אִין הָבִין בְּמִתְּג וְרָסוֹן עֲדִיו לְבָלוֹם בַּל קָרַב אֱלֹהִים:
רַבִּים מִכְּאוֹבִים לָרָשָׁע וְהַבּוֹטֵחַ בִּיהוָה חֲסֵד יְסוּבְּבֵנוּ:
שִׁמְחוּ בִיהוָה וְגִילוּ צְדִיקִים וְהִרְנִינוּ כָּל יִשְׂרָאֵל לֵב:

פֿאַרק מ"ג CHAPTER 43

שָׁפֹטֵנִי אֱלֹהִים וְרִיבָה רִיבִי מִגּוֹי לֹא חֲסִיד מֵאִישׁ מֶרְמָה וְעוֹלָה תִּפְלֹטֵנִי:
כִּי אַתָּה אֱלֹהִי מְעוּזִי לָמָּה זִנְחִיתָנִי לָמָּה קוֹדֵר אֶתְהַלֵּךְ בְּלַחֲץ אוֹיֵב:
שְׁלַח אוֹרָה וְאַמְתָּה הַמָּה יִנְחֹנֵנִי יְבִיאוּנִי אֶל הָר קוֹדֶשֶׁךָ וְאֶל מִשְׁכְּנוֹתֶיךָ:
וְאֲבֹאָה אֶל מִזְבֵּחַ אֱלֹהִים אֵל אֵל שְׁמֹחַת גִּילִי וְאוֹדָה בְּכִנּוֹר אֱלֹהִים אֱלֹהִים:
מִה תִּשְׁתַּחֲוֶה נַפְשִׁי וּמִה תִּתְהַמֵּי עָלַי הוֹחִילִי לֵאלֹהִים כִּי עוֹד אוֹדְנוּ יְשׁוּעַת פָּנֶי וְאֱלֹהִים:

שִׁיר מְזִמּוֹר לְאַסָּף:

אֱלֹהִים אֵל דָּמִי לָךְ אֵל תַּחֲרַשׁ וְאֵל תִּשְׁקֹט אֵל:

כִּי הִנֵּה אוֹיְבֶיךָ יִהְיֶינָה וּמִשְׁנֵאֶיךָ נִשְׂאוּ רֹאשׁ:

עַל עֲמָךְ יַעֲרִימוּ סוֹד וְיִתְיַעֲצוּ עַל צְפוּנֶיךָ:

אָמְרוּ לָכֵן וּנִכְחָדֵם מִגּוֹי וְלֹא יִזְכָּר שֵׁם יִשְׂרָאֵל עוֹד:

כִּי נִוָּעֲצוּ לֵב יַחֲדוּ עָלֶיךָ בְּרִית יִכְרֹתוּ:

אֱהִי אָדוֹם וְיִשְׁמַעְאֲלִים מוֹאֵב וְהַגָּרִים:

גָּבַל וְעֲמֹן וְעַמְלֶק פָּלְשֶׁת עִם יֹשְׁבֵי צוּר:

גַּם אֲשׁוּר נִלְוָה עִמָּם הָיוּ זְרוּעַ לִבְנֵי לוֹט סָלָה:

עֲשֵׂה לָהֶם כְּמִדְיָן כְּסִיסְרָא כְּיִבִּין בְּנַחַל קִישׁוֹן:

נִשְׁמְדוּ בְּעֵין דָּאֵר הָיוּ דִמְן לְאַדְמָה:

שִׁיתֵּמוּ נְדִיבֵמוּ כְּעָרֵב וְכִזְאָב וְכִזְבַּח וְכִצְלָמְנָע כָּל גְּסִיכְמוֹ:

אֲשֶׁר אָמְרוּ נִירְשָׁה לָנוּ אֵת גְּאוֹת אֱלֹהִים:

אֱלֹהֵי שִׁיתֵּמוּ כַּגִּלְגַּל כְּקֶשׁ לִפְנֵי רוּחַ:

כְּאֵשׁ תִּבְעַר יָעַר וְכִלְהָבָה תִּלְהַט הָרִים:

כֵּן תִּרְדָּפֵם בְּסַעֲרָה וּבְסוּפָתָהּ תִּבְהַלֵּם:

מִלֵּא פְּנֵיהֶם קִלּוֹן וַיִּבְקְשׁוּ שְׁמָךְ יְהוָה:

יִבְשׁוּ וַיִּבְהָלוּ עַדִּי עַד וַיִּחַפְּרוּ וַיֵּאבְדּוּ:

וַיִּדְעוּ כִּי אַתָּה שְׁמָךְ יְהוָה לִבְדָּהּ עֲלִיוֹן עַל כָּל הָאָרֶץ:

שִׁיר לְמַעֲלוֹת אֲשָׁא עֵינֵי אֶל הַהָרִים מֵאֵין יָבֹא עֲזָרִי:

עֲזָרִי מֵעַם יְהוָה עֲשֵׂה שְׁמִים וְאָרֶץ:

אֵל יִתֵּן לְמוֹט רִגְלָהּ אֵל יָנוּם שְׁמֶרֶה:

הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל:

יְהוָה שְׁמֶרֶה יְהוָה צִלָּהּ עַל יַד מִיָּנָה:

יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכָּכֶה וַיֵּרַח בִּלְיָלָהּ:

יְהוָה יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע יִשְׁמֹר אֶת נַפְשְׁךָ:

יְהוָה יִשְׁמֹר צַאתְךָ וּבּוֹאְךָ מֵעַתָּה וְעַד עוֹלָם:

פָּרָק ק"ל CHAPTER 130

שִׁיר הַמַּעֲלוֹת מִמַּעַמְקִים קִרְאתֶיךָ יְהוָה:

אֲדֹנָי שְׁמֶעָה בְּקוֹלִי תַּהֲיֶינָה אָזְנֶיךָ קִשְׁבוּת לְקוֹל תַּחֲנוּנִי:

אִם עֲוֹנוֹת תִּשְׁמֹר יְהוָה אֲדֹנָי מִי יַעֲמֹד:

כִּי עָמַךְ הִסְלִיכָה לְמַעַן תִּזְרָא:

קוֹיֵתִי יְהוָה קִוְּתָה נַפְשִׁי וְלִדְבָרוֹ הוֹחֵלֵתִי:

נַפְשִׁי לֹאֲדֹנָי מִשְׁמָרִים לְבַקֵּר שׁוֹמְרִים לְבַקֵּר:

יַחַל יִשְׂרָאֵל אֵל יְהוָה כִּי עִם יְהוָה הַחֲסֹד וְהַרְבֵּה עֲמוֹ פְּדוּת:

וְהוּא יַפְּדֶה אֶת יִשְׂרָאֵל מִכָּל עֲוֹנֹתָיו:

לְמַעֲשֶׂה WHAT TO TAKE HOME

When you feel weighed down by your mistakes, do not keep silent or try to hide them. Open your heart to Hashem in honest confession, and then immediately shift your focus to absolute trust in His forgiveness and constant protection, knowing that He never slumbers and is always guarding your steps.

Today, the moment you feel a heavy heart or a sense of spiritual distance, stop what you are doing, speak to Hashem in your own words to acknowledge your mistake, and then say out loud: 'My help is from Hashem, who forgives and guards my soul.'