

## ❧ प्रकरण १ ❧

## प्रातःकाळी उठण्याविषयी

- १) पिरके आक्थोथ (५:२०) च्या नमूदीनुसार, येहूदा बेन तेमा म्हणतो, तू आपल्या आकाशातील बापाची इच्छा पूर्ण करण्याकरिता चित्याप्रमाणे धीट, गरुडाप्रमाणे हलका, हरिणाप्रमाणे चपळ, आणि सिंहाप्रमाणे बळकट हो. ह्यातून उत्पन्नकर्त्याबद्दल चार बाबी शिकण्यात आल्या, चित्याप्रमाणे धीट म्हणजेच - आपण नितीच्या मार्गाने चालत असता, मनुष्याच्या पुजांनी आपणास वेडावले तर त्याकडे दुर्लक्ष करावे. गरुडाप्रमाणे हलका म्हणजेच - मनुष्याने सदा वाईट पहाण्यापासून दूर रहावे, कारण डोळे वाईट पहातात, त्यामुळे मनात विचार उदभवतात. हरिणाप्रमाणे चपळ म्हणजेच नितीमानता आणण्यास चपळता आणावी. सिंहाप्रमाणे बळकट म्हणजेच - सिंहाप्रमाणे हृदयास मजबूती आणून, पहाटे नित्याने उत्पन्नकर्त्या परमेश्वराच्या प्रार्थनेस उठावे. जसे काही त्यानेच पहाटेस जागृत केले. तथापि, काहीही करून प्रार्थनेची वेळ दवडू देऊ नये.
- २) अंधरुणावरून उठल्याबरोबर "मोदे आनी लेफानेखा" इ. म्हणावे. हे म्हणताना "बेहेमला" व "राब्बा एमूनाथेखा" शब्दामध्ये क्षणभर थांबावे. निद्रेतून जागे झाल्यावर, जरी आपले हात स्वच्छ नसतात, तरी सुध्दा "मोदे आनी" इ. म्हणावे. स्त्रियांनी हे म्हणतेवेळी "मोदे" शब्दाऐवजी "मोदा" म्हणावे.
- ३) सकाळी अंधरुणावरून उठल्यावर हात धुण्याआधी त्यास आवश्यक असलेले कपडे घालण्यास परवानगी आहे, उदा. शर्ट, मोजे वगैरे. परंतु जो कोणी अंधरुणाजवळ हात धुण्याची व्यवस्था करतो, त्यास परमेश्वराकडून खास आशीर्वाद प्राप्त होत असते.
- ४) ज्यावेळेपासून लहान मुल बोलण्यास शिकतो, त्यावेळेपासून त्यास "मोदे आनी" तसेच अंधरुणावरून उठल्याबरोबर हात धुण्याची सवय लावावी.
- ५) शुलहान आरुखमध्ये म्हंटल्याप्रमाणे, प्रत्येक इसराएलाने परमेश्वराबद्दल मनात भय बाळगावी व पवित्र मंदिराच्या नाशाची व शेखीना हद्दपारीची आठवण ठेवावी, ही वेळ म्हणजे मध्यरात्र व त्यानंतरची वेळ होय, व काहींच्या म्हणण्यानुसार, म्हणजेच तिकून हात्सोथ होय. **टिप्पणी :** आपल्या समाजाच्या रितीप्रमाणे प्रत्येकाने सकाळी लवकर उठून प्रार्थनेआधी तेहिल्लीमचे वाचन करावे, त्यामुळे त्याने केलेली सकाळची प्रार्थना देवापर्यंत पोहोचते. परंतु त्याआधी "बिरखोथ हाशाहार" तसेच "बिरखोथ हातोरा" वाचावे.

## ❧ प्रकरण २ ❧

## कपडे घालण्याविषयी व डोक्यात टोपी घालण्याविषयी

- १) कपडे उतरीत अगर चढवीत असता, मी आतल्या खोलीत एकटा आहे, मला कोण पहातो? असे समजून आपले शरीर उघडे करू नये. कारण, पवित्र व सुवंदीत देव सर्व जग व्यापून आहे. लहान मुल ज्या वर्षापासून तो समजदार होतो, तेव्हापासून त्यास देवासमोर लज्जित कसे रहावे ह्या बद्दलचे शिक्षण द्यावे.

## ❧ סימן א ❧

## הלכות השכמת הבוקר

- א. שנינו במסכת אבות יהודה בן תימא אומר, הוי עז כנמר, וקל כנשר, ורץ כצבי, וגבור כארי, לעשות רצון אביך שבשמים. ולמדו מכאן ארבעה דברים בעבודת הבורא, הוי עז כנמר, כי כאשר יעשה אדם מצוה לא יתבייש מפני המלעיגים עליו. וקל כנשר, למהר לעצום עיניו מראות ברע, כי ראיית העינים היא תחלת העבירה. ורץ כצבי, שהרגליים ירוצו לדבר טוב. וגבור כארי, זו גבורת הלב לנצח היצר. ולכן יתגבר כארי לעמוד בבוקר לעבודת בוראו, שיהא הוא מעורר השחר. ועל כל פנים לא יאחר זמן תפלה וקריאת שמע.
- ב. מיד כשיעור משנתו יעיד על עצמו אמונתו בבורא יתברך, ויאמר: "מודה אני לפניך וכו'", ויפסיק בין תיבת "בחמלה", ל"רבה אמונתך". ואף שעדיין לא רחץ ידיו ויש עליהם רוח רעה, אפילו הכי מותר לומר מודה אני. והאשה אומרת מודה אני.
- ג. הקם ממטתו בבוקר, מותר לו מן הדין ללבוש גרביים ושאר בגדיו קודם נטילת ידיים של שחרית, ואין לחוש לרוח רעה שעל ידיו. ובפרט יש להקל בבגדים הצריכים לו ביותר. והמחמיר ליטול ידיו סמוך למיטתו עם הקיצו משנתו, כדברי המקובלים, תבוא עליו ברכה.
- ד. קטן היודע לדבר, טוב ונכון להרגילו לומר בקומו משנתו, "מודה אני לפניך וכו'". ולחנכו ליטול ידיו.
- ה. כתוב בשלחן ערוך ראוי ונכון לכל ירא שמים שיהיה מיצר ודואג על חורבן בית המקדש וגלות השכינה, והזמן המסוגל הוא אחרי חצות הלילה, ויש אומרים אז תיקון חצות. הגה: ומנהגנו שמשתרלים להשכים בבוקר, ולומר תהלים לפני התפלה שתעלה התפלה לרצון. ויש לברך ברכות השחר וברכות התורה לפני זה.

## ❧ סימן ב ❧

## דין לבישת בגדים וכיסוי הראש

- א. יזהר להיות צנוע כשלוּבש או פושט את בגדיו, ולא יאמר הנני בחדרי חדרים ומי רואני, כי הקדוש ברוך הוא מלוא כל הארץ כבודו. וקטן שהוא בר הבנה יש להרגילו עוד מקטנותו להתלבש בצניעות.

- १) टिप्पणी : शाहारीथच्या प्रार्थनेमध्ये जेव्हा आपण तिसत्सीथ पांघरुन असतो. ही रित खालीलप्रमाणे आपल्या समाजाच्या पध्दतीनुसार होय : जेव्हा "शेमा इसराएल" च्या आधी आपण "माहेर वेहाळे आलेनू बेराखा वेशालोम" ह्या शब्दांपासुन तिसत्सीथचे चार कोपरे डाव्या हातात एकत्रीत करुन, चौथा बोट ते करंगळीमध्ये धरावे, व ते हृदयावर ठेवावे, व नंतर किरयाथ शेमा वाचण्यास सुरु करावे, त्यानंतर "वेहाया ईम शामोआ" चा परिच्छेद वाचावा, जेव्हा आपण तिसत्सीथचा परिच्छेद वाचण्यास सुरुवात करतो, तेव्हा दोऱ्यांचे एक टोक उजव्या हातात, व दुसरे टोक डाव्या हातात असावे. त्यानंतर ज्या ज्या वेळेस "तिसत्सीथ" हे शब्द उच्चारले जाते, त्यावेळेस दोऱ्यांवर नजर टाकून चुंबन घ्यावे. त्यानंतर ज्यावेळेस "वेलो ताथुरु आहारे लेव्हाखेम इ." वाक्य म्हणतो, त्यासमयी दोरे डोळ्यांवरुन स्पर्श करुन चुंबन घ्यावे. तसेच ही रित (उजव्या हातात व डाव्या हातात पकडलेले दोरे) "उद्वाराव हाथीम वेकाय्यामीम वेनेएमानीम वेनेहमादीम लाआद" पर्यंत ठेवावे.
- २) "शेमा इसराएल" ह्या ओवीच्या शेवटल्या "एहाद" शब्दाच्या "आलेफ" ह्या अक्षरावर जोर देऊन उच्चारवे.
- ३) "शेमा इसराएल" ह्या ओवीतील "एहाद" ह्या शब्दाच्या "आलेफ", "हेथ" व "दालेथ" हे अगदी स्पष्ट रित्या उच्चारवे.
- ४) "शेमा इसराएल" ची ओवी वाचून झाल्यावर "बारुख शेम केव्होद मालखूथो लेओलाम वाएद", हे मंद स्वरात म्हणावे. जर चुकीने "बारुख शेम" म्हणण्यास विसरला व प्रार्थना संपल्यावर त्यास त्याची आठवण झाली, तर पुन्हा किरयाथ शेमा म्हणण्याची आवश्यकता नाही. ही ओवी येणेप्रमाणे वाचावी: "बारुख" (क्षणभर थांबावे) नंतर "शेम केव्होद मालखूथो" (क्षणभर थांबावे) व नंतर "लेओलाम वाएद" म्हणावे. तसेच रमा ह्या ग्रंथकर्त्याच्या म्हणण्यानुसार "शेमा इसराएल" व "बारुख शेम" ह्या दोन ओवींमध्ये सुध्दा क्षणभर थांबावे.
- ५) "शेमा इसराएल" वाचताना गोड मधुर स्वरांमध्ये वाचावे, जसे काही सेफेर तोरामधून वाचतो. प्रत्येक अक्षर-न-अक्षर सावधानतेने बिनचूक उच्चारवे, कोणतेही शब्द वगळू नये, शेवटचा शब्द मेम सोफीथ, किंवा मधील शब्द आलेफ सुध्दा नीट उच्चारण्याची तसदी घ्यावी.
- ६) तसेच "वेहारा" व "आफ" ह्या दोन शब्दांत सुध्दा क्षणभर थांबावे, व त्यानंतरची संपूर्ण ओवी मनात किंवा अगदी हळू स्वरांत म्हणावी. परंतु निदान स्वतःच्या कानाला ऐकाला येईल अशी वाचावी.
- ७) काही लोक हाज्जान किरयाथ शेमा मध्ये "लेमाआन यिरबू येमेखेम" वाचतेवेळी उजव्या बाजूस व डाव्या बाजूस वाकतात, परंतु हे त्यांचे वर्तन बरे नव्हे.
- ८) स्त्रियांनी सुध्दा "किरयाथ शेमा" च्या परिच्छेदांमध्ये शेवटच्या भागात म्हणण्यात येणाऱ्या ओवीमध्ये "आनी हाशशेम एलोकेखेम" "एमेथ", व पुन्हा "हाशशेम एलोकेखेम एमेथ" व "शेमा इसराएल" म्हणण्याआधी "एल मेलेख नेएमान" उच्चारवे.

א. הגה : ובתפילת שחרית שאנו מעוטפים בטלית. כך צריך להיות הסדר לפי מנהגינו : בשעהניעך אל "מהר והבא עלינו ברכה ושלום". יקבץ יחד שורשי ארבעת הציציות בידו השמאלית. שיניח הציציות בין קמיצה לזרת. ויניחם על ליבו. ויאמר פרשת שמע, פרשת והיה אם שמוע, וכשיתחיל פרשת ציצית אז יאחוז כנפי הציציות גם בידו הימנית ושרשיהם יהיו בידך השמאלית. ויביט וינשק הציציות בכל פעם שיאמר "ציצית". וכשיגיע אל ולא תתורו אחרי לבבכם וכו'. אז ינשק הציציות בפיו וישימם על גבי העיניים. וצריך שיהיו שני ידים אוחזים בציציות על פרק הנזכר. עד שיגיע אל "ודבריו חיים וקיימים ונאמנים ונחמדים לעד". וכו'.

ב. באמירת "אחד" יש לכוין באל"ף שהוא אחד.

ג. ידקדק בדל"ת שלא תהא כרי"ש. ולא יחטוף בחי"ת, ולא יאריך באל"ף.

ד. אחר פסוק שמע ישראל אומרים בלחש "ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד". ואם טעה ודילג פסוק זה, ונזכר אחר התפלה, אין צריך לחזור ולקרוא קריאת שמע כדי לומר פסוק ברוך שם. וצריך להפסיק וליתן ריווח בין תיבת ברוך לתיבות שם כבוד, ויש לגעור במי שסומך ברוך לשם. וכן צריך להפסיק מעט בין לעולם ועד, לואהבת, כדי להפסיק בין קבלת מלכות שמים לקבלת עול מצוות. ודעת הרמ"א שצריך להפסיק קצת גם בין פסוק שמע ישראל לפסוק ברוך שם.

ה. צריך לקרוא קריאת שמע בטעמים, כמו שהם בתורה. וידקדק מאד באותיותיה, ויתן ריווח בין הדבקים, דהיינו כל מלה שסופה כמו תחלת המילה שלאחריה, כגון "על לבבכם", יתן ריווח ביניהם בכדי שאות אחת לא תיבלע. וכן כל מלה שסופה במ"ם והמלה שלאחריה מתחלה באות א' כגון "וקשרתם אותם", וכיוצא, יזהר באות האל"ף שלא תיבלע.

ו. צריך ליתן ריווח בין "וחרה" לתיבת "אף", שלא ישמע כאומר "וחרף". ופסוק זה נוהגים לאומרו בלחש, אך צריך ליזהר שגם פסוק זה ישמיע לאוזנו.

ז. יש נוהגים שבשעה שהחזן אומר בקריאת שמע למען ירבו ימיכם הופך פניו לימין, וימי בניכם לשמאל, ואין נכון לנהוג כן.

ח. האשה צריכה לסיים אחר קריאת שמע אני ה' אלהיכם, אמת, ולחזור "ה' אלהיכם אמת". וטוב שתאמר קודם הקריאת שמע גם "אל מלך נאמן".