

תפילה להריון קל, לידה קלה ובריאות לאם ולתינוק

שימו לב – היגוי שמות שם ה'!

כאשר כתוב ה' (כמו "אנא ה'") - יש לומר **א-ד-נ-י**.
כאשר מופיעה המילה "אלוקים", "אלוקי", "אלוקינו" -
יש לומר אותה עם האות "ה" במקום האות "ק".

א' - [א] אֲשֶׁר־הָאִישׁ אֲשֶׁר לֹא הִלֵּךְ בְּעֵצַת רַשָּׁעִים, וּבְדַרְךָ חֲטָאִים לֹא עָמַד, וּבְמוֹשֵׁב לִצְיִים לֹא יָשָׁב. [ב] כִּי אִם בְּתוֹרַת ה' חָפְצוּ, וּבְתוֹרָתוֹ יִהְיֶה יוֹמָם וְלַיְלָה. [ג] וְהָיָה כְּעָץ שֶׁתוֹלַע עַל-פְּלִגֵּי מַיִם, אֲשֶׁר פְּרִיּוֹ יִתֵּן וּבְעֵתוֹ וְעָלְהוּ לֹא-יִבּוֹל, וְכֹל אֲשֶׁר-יַעֲשֶׂה יִצְלִיחַ. [ד] לֹא-כֹן הֲרַשָּׁעִים, כִּי אִם-כַּמּוֹץ אֲשֶׁר-תִּדְפְּנוּ רֵיחַ. [ה] עַל-כֵּן לֹא-יִקְמוּ רַשָּׁעִים בַּמִּשְׁפָּט, וְחֲטָאִים בְּעֵדַת צַדִּיקִים. [ו] כִּי-יִוָּדַע ה' דָּרֶךְ צַדִּיקִים, וְדָרֶךְ רַשָּׁעִים תֵּאבֵד.

ח' - [א] לִמְנַצֵּחַ עַל-הַגִּתִּית מְזֻמּוֹר לְדוֹד. [ב] ה' אֲדַגִּינוּ, מִה-אֲדִיר שָׁמַךְ בְּכָל-הָאָרֶץ, אֲשֶׁר תָּנָה הוֹדֶךָ עַל-הַשָּׁמַיִם. [ג] מִפִּי עוֹלָלִים וַיִּקְרָא יִסְדֶּךָ עוֹ, לְמַעַן צוֹרְרֶיךָ לְהַשְׁבִּית אוֹיֵב וּמִתְנַקֵּם. [ד] כִּי-אָרְאָה שָׁמִיךָ מַעֲשֵׂה אֲצִבְעֶיךָ, יָרַח וְכוֹכָבִים אֲשֶׁר כּוֹנְנָתָה. [ה] מִה-אֲנוֹשׁ כִּי-תִזְכְּרֶנּוּ, וּבֶן-אָדָם כִּי תִפְקְדֶנּוּ. [ו] וְתַחֲסֶרְהוּ מַעַט מֵאֱלֹקִים, וְכַבּוֹד וְהָדָר תַּעֲטֶרְהוּ. [ז] תִּמְשִׁלְהוּ בְּמַעֲשֵׂי יָדֶיךָ, כֹּל שֶׁתָּה תַחַת-רַגְלֵי. [ח] צָנָה וְאֵלְפִים כָּלָם, וְגַם בְּהֵמוֹת שָׂדֵי. [ט] צְפוֹר שָׁמַיִם וְדַגֵּי הַיָּם, עֲבַר אֲרָחוֹת וַמַּיִם. [י] ה' אֲדַגִּינוּ מִה-אֲדִיר שָׁמַךְ בְּכָל-הָאָרֶץ.

כ' - [א] לִמְנַצֵּחַ מְזֻמּוֹר לְדוֹד. [ב] יַעֲנֶךָ ה' בְּיוֹם צָרָה שֶׁשָׁבַךְ שֵׁם אֱלֹקֵי יַעֲקֹב. [ג] יִשְׁלַח-עֲזָרְךָ מִקֹּדֶשׁ, וּמִצִּיּוֹן יִסְעֶדְךָ. [ד] יִזְכֹּר כָּל-מִנְחֹתֶיךָ, וְעוֹלֹתֶיךָ יִדְשֶׁנָּה סֵלָה. [ה] יִתֵּן-לְךָ כִּלְבֵבָךְ, וְכָל-עֲצָתְךָ יִמְלֵא. [ו] נִרְנְנָה בִישׁוּעֶיךָ וּבְשֵׁם אֱלֹקֵינוּ נִדְגַל, יִמְלֵא ה' כָּל-מִשְׁאֲלוֹתֶיךָ. [ז] עֲתָה יִדְעֵתִי כִּי הוֹשִׁיעַ ה' מִשִּׁיחוֹ, יַעֲנֶהוּ מִשְׁמֵי קֹדֶשׁוֹ, בְּגַבְרוֹת יִשַׁע מִיָּנוּ. [ח] אֵלֶּה בָּרָכָב וְאֵלֶּה בְּסוּסִים, וְאֲנַחְנוּ בְּשֵׁם-ה' אֱלֹקֵינוּ נִזְכִּיר. [ט] הִמָּה כָּרְעוּ וְנָפְלוּ, וְאֲנַחְנוּ קִמְנוּ וְנִתְעוֹדֵד. [י] ה' הוֹשִׁיעָה, הַמְלִיךְ יַעֲנֵנוּ בְּיוֹם-קְרָאֵנוּ.

נ"א - [א] לִמְנַצֵּחַ אֶל-תְּשַׁחַת לְדוֹד מִכְתָּם, בְּבָרְחוֹ מִפְּנֵי-שְׂאוֹל בַּמַּעְרָה. [ב] חֲנִינֵי אֱלֹקִים חֲנִינֵי כִּי בָד חֲסִיָּה נִפְשִׁי, וּבְצַל-כַּנְפֶיךָ אֲחִסָּה עַד יַעֲבֵר הַיּוֹת. [ג] אֶקְרָא לְאֱלֹקִים עֲלִיּוֹן, לֹא-ל גֹּמֵר עָלַי. [ד] יִשְׁלַח מִשְׁמַיִם וַיּוֹשִׁיעֵנִי חֲרֹף שְׁאֵפֵי סֵלָה, יִשְׁלַח אֱלֹקִים חֲסִדוֹ וְאִמְתּוֹ. [ה] נִפְשִׁי בְּתוֹךְ לְבָאִם אֲשֶׁכְּבֶה לְחֵטִים, בְּנִי-אָדָם שְׂנִיָּהֶם חֲנִית וְחֲצִים וּלְשׁוֹנָם חֶרֶב חֲדָה. [ו] רוּמָה עַל-הַשָּׁמַיִם אֱלֹקִים, עַל כָּל-הָאָרֶץ כְּבוֹדֶיךָ. [ז] רֵשֶׁת הַכִּינּוֹ לַפְּעַמִּי כַּפֵּי נִפְשִׁי, כָּרוּ לִפְנֵי שִׁיחָה נָפְלוּ בְּתוֹכָהּ סֵלָה. [ח] נָכוֹן לְבִי אֱלֹקִים נָכוֹן לְבִי, אֲשִׁירָה וְאִזְמֶרְהָ. [ט] עִירָה כְּבוֹדֵי, עִירָה הַגְּבֹל וְכִנּוֹר, אֲעִירָה שִׁחַר. [י] אוֹדֶךָ בְּעַמִּים ה', אִזְמֶרְךָ בְּלֵאמִים. [יא] כִּי-גִדַּל עַד-שָׁמַיִם חֲסִדֶךָ, וְעַד-שְׁחָקִים אִמְתֶּךָ. [יב] רוּמָה עַל-שָׁמַיִם אֱלֹקִים, עַל כָּל-הָאָרֶץ כְּבוֹדֶךָ.

צ"ג - [א] ה' מְלִיךְ גְּאוֹת לְבַשׁ, לְבַשׁ ה' עוֹ הַתְּאֵזֵר, אֶף-תַּכְּוֹן תִּבְּל בַּל-תִּמּוֹט. [ב] נָכוֹן כִּסְאֶךָ מֵאֵז, מַעוֹלָם אֶתָּה. [ג] נְשָׂאוּ נְהוֹת, ה', נְשָׂאוּ נְהוֹת קוֹלָם, יִשְׂאוּ נְהוֹת דְּכִים. [ד] מִקְלוֹת מַיִם רַבִּים אֲדִירִים מִשְׁבְּרֵי-יָם, אֲדִיר בְּמָרוֹם ה'. [ה] יַעֲדֶתֶיךָ נֶאֱמַנּוּ מֵאֵד לְבִיתֶךָ נֶאֱוָה-קֹדֶשׁ, ה' לְאֶרֶץ יַמִּים.

קמ"ב - [א] מִשְׁכִּיל לְדוֹד, בְּהִיּוֹתוֹ בַּמַּעְרָה תִּפְלָה. [ב] קוֹלֵי אֶל-ה' אֲזַעֵק, קוֹלֵי אֶל-ה' אֲתַחַן. [ג] אֲשַׁפֵּךְ לִפְנֵי שִׁיחִי, צָרְתִּי לִפְנֵי אֲגִיד. [ד] בְּהַתְּעַטֵּף עָלַי רוּחִי וְאַתָּה יִדְעֵת נְתִיבָתִי, בְּאַרְחֻ-זוֹ אֶהְלֵךְ טִמְנּוּ פֶחַלִּי. [ה] הַבִּיט יָמִינוּ וּרְאֵה וְאִין-לִי מִכִּיר, אֲבַד מְנוּס מִמֶּנִּי אִין דּוֹרֵשׁ לְנַפְשִׁי. [ו] זַעֲקֵתִי אֲלִיךָ ה', אֲמַרְתִּי אֶתָּה מַחְסֵי חֲלָקֵי בְּאֶרֶץ הַחַיִּים. [ז] הַקְשִׁיבָה אֶל-רִנָּתִי כִּי-דְלוֹתִי מְאֹד, הַצִּילֵנִי מִרְדִּפֵּי כִּי אֲמַצּוּ מִמֶּנִּי. [ח] הוֹצִיאָה מִמִּסְגָּר נִפְשִׁי לְהוֹדוֹת אֶת-שִׁמְךָ, כִּי יִכְתְּרוּ צַדִּיקִים כִּי תִגְמַל עָלַי.

יהי רצון מלפניך ה' אלוקי ואלוקי אבותי
שבזכות אמירת תהילים אלו שקראנו לפניך
תתמלא רחמים על עמך בית ישראל
ובכללם תתמלא רחמים על

שתמלא הריונה בשלימות ללא מכשול ח"ו ושתלד בניקל
בעתה ובזמנה בלידה קלה, מתוך בריאות איתנה לה ולעובריה.
עוד ינובון בשיבה דשנים ורעננים יהיו.

אמן כן יהי רצון.

מתאריך _____ עד _____

פרקי התהילים **קדושים** ולכן אם הודפסו,
יש להניחם **במתקן גניזה** בסיום השימוש. תזכו למצוות!