

ק"כ - קכ"ד • מהגלות לירושלים

ק"כ 	הצרות בגלות	קכ"א 	עזרת ה' ליציאה לדרך	קכ"ב 	שיר שבח בירושלים	קכ"ג 	ביטחון בה'	קכ"ד 	הודיה לה' על הישועה
שיר המעלות	אָל ה' בַּצְרָתָה לִי ב ה' הַצִּילָה נַפְשִׁי מִשִּׁפֶּת שָׁקֶר ג מה יתן לך ומה יסיר לך ד חצי גבור שנונים ה אוֹיֵה לִי כִי גַרְתִּי מִשָּׁךְ ו רבתי שְׂכָנָה לָהּ נִפְשִׁי ז אֲנִי שְׁלוֹם וְכִי אֲדַבֵּר	קָרָאתִי וַיַּעֲנֵנִי: מְלָשׁוֹן רַמְיָה: לָשׁוֹן רַמְיָה: עַם גִּחְלִי רִתְמִים: שְׁכֵנֹתַי עִם אֶהְלִי קֶדֶר: עַם שׁוֹנֵא שְׁלוֹם: הִמָּה לִמְלַחְמָה:	אֲשָׁא עֲיִנִי אֶל הַהָרִים ב עוֹרֵי מַעַם ה' ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת שְׁמִי בְּעֶרְבֵי הַיָּם ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת שְׁמִי בְּעֶרְבֵי הַיָּם ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת שְׁמִי בְּעֶרְבֵי הַיָּם ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת שְׁמִי בְּעֶרְבֵי הַיָּם ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת שְׁמִי בְּעֶרְבֵי הַיָּם ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת שְׁמִי בְּעֶרְבֵי הַיָּם ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ
(א) מה יתן לך	(א) אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ (א) אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ (ז) יִשְׁמָר אֶת נַפְשֶׁךָ (א) אֲשָׁא עֲיִנִי אֶל הַהָרִים (ב) עוֹרֵי מַעַם ה' עֲשֵׂה שְׁמִים וְאֶרֶץ								
(ב) הצילה נפשי	(ה) שְׁכֵנֹתַי עִם אֶהְלִי קֶדֶר (ו) רַב־תְּשַׁכְּנֶה לָהּ נַפְשִׁי								
(ו) עם שונא שלום	(ז) אֲנִי שְׁלוֹם וְכִי אֲדַבֵּר								

קכ"ה - קכ"ט • תחיית ארץ ישראל בימי שיבת ציון

קכ"ה 	ביטחון הצדיקים בירושלים	קכ"ו 	שוב ה' שיבת ציון ושבות ישראל	קכ"ז 	בניין ירושלים והצלחתה	קכ"ח 	איש ירא ה' ומשפחתו	קכ"ט 	עונשו לשונאי ציון
שיר המעלות	הַבְּטָחִים בַּה' ב יְרוּשָׁלַם הָרִים סָבִיב לָהּ ג כִּי לֹא יִנּוּחַ שְׁבֹט הַדְּרִשָׁע ד לִמְעַן לֹא יִשְׁלַחוּ הַצַּדִּיקִים ה יִסְתַּיִבָה ה' לטובים ה והמטים עַקְלָלוֹתָם וַיִּלְכִּים ה' אֶת פְּעָלֵי הָאָדָם	בְּהָר צִיּוֹן לֹא יִמוּט לְעוֹלָם יִשָּׁב: מַעֲתָה וְעַד עוֹלָם: עַל גֹּדֶל הַצַּדִּיקִים בַּעֲוֹלָתָהּ יִדְּיָהם: וְלִישָׁרִים בְּלִבּוֹתָם: שְׁלוֹם עַל יִשְׂרָאֵל:	בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן הָיִינוּ כַּחֲלָמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ הַגִּדִיל ה' לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ ד שׁוּבָה ה' אֶת שְׁבִיתֵנוּ ה זֹרְעִים בְּדִמְעָה ו הָלוֹךְ יֵלֵךְ וּבֹכֶה ז בָּא וְבוֹא בְּרִנָּה	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן הָיִינוּ כַּחֲלָמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ הַגִּדִיל ה' לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ ד שׁוּבָה ה' אֶת שְׁבִיתֵנוּ ה זֹרְעִים בְּדִמְעָה ו הָלוֹךְ יֵלֵךְ וּבֹכֶה ז בָּא וְבוֹא בְּרִנָּה	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן הָיִינוּ כַּחֲלָמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ הַגִּדִיל ה' לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ ד שׁוּבָה ה' אֶת שְׁבִיתֵנוּ ה זֹרְעִים בְּדִמְעָה ו הָלוֹךְ יֵלֵךְ וּבֹכֶה ז בָּא וְבוֹא בְּרִנָּה	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן הָיִינוּ כַּחֲלָמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ הַגִּדִיל ה' לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ ד שׁוּבָה ה' אֶת שְׁבִיתֵנוּ ה זֹרְעִים בְּדִמְעָה ו הָלוֹךְ יֵלֵךְ וּבֹכֶה ז בָּא וְבוֹא בְּרִנָּה	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן הָיִינוּ כַּחֲלָמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ הַגִּדִיל ה' לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ ד שׁוּבָה ה' אֶת שְׁבִיתֵנוּ ה זֹרְעִים בְּדִמְעָה ו הָלוֹךְ יֵלֵךְ וּבֹכֶה ז בָּא וְבוֹא בְּרִנָּה	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן הָיִינוּ כַּחֲלָמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ הַגִּדִיל ה' לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ ד שׁוּבָה ה' אֶת שְׁבִיתֵנוּ ה זֹרְעִים בְּדִמְעָה ו הָלוֹךְ יֵלֵךְ וּבֹכֶה ז בָּא וְבוֹא בְּרִנָּה	אֲשָׁרִי הַמַּעְלֹת בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן הָיִינוּ כַּחֲלָמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ הַגִּדִיל ה' לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ ד שׁוּבָה ה' אֶת שְׁבִיתֵנוּ ה זֹרְעִים בְּדִמְעָה ו הָלוֹךְ יֵלֵךְ וּבֹכֶה ז בָּא וְבוֹא בְּרִנָּה
(א) כהר ציון לא ימוט	(ה) ויליכם ה' את פעלי האָדָם שְׁלוֹם עַל יִשְׂרָאֵל	(א) בְּשׁוּב ה' אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן	(ב) אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ (ח) הַזִּקְעִים בְּדִמְעָה בְּרִנָּה וְיִקְצְרוּ						
(ה) ויליכם ה'	את פעלי האָדָם שְׁלוֹם עַל יִשְׂרָאֵל								
(ה) ירושלם הרים סביב לה נח' סביב לעמו									
(ג) שְׁבֹט הַדְּרִשָׁע על גודל הַצַּדִּיקִים למען לא ישלחו הַצַּדִּיקִים									

ק"ל - קל"ד • התפתחות דתית-חברתית בציון

ק"ל	סליחה והתקרבות מיראה לה'	קל"א	קרבה מאהבה לה'	
שיר המעלות	מִמַּעֲמָקִים קָרָאתִיךָ ה': אֲ-דָנִי שְׁמָעָה בְּקוֹלִי תְהִינָּה אֲזִינֶיךָ קִשְׁבוֹת אִם עֲוֹנוֹת תִּשְׁמָר י-ה כִּי עֲמַךְ הַסִּלְיָחָה ה קוֹיָתִי ה' קוֹתָה נִפְשִׁי ו נִפְשִׁי לֹא-דָנִי מִשְׁמָרִים לְבַקֵּר ז יִחַל יִשְׂרָאֵל אֵל ה' וְהִרְבֶּה עֲמוּ פְדוּת: ח וְהוֹא יִפְדֶּה אֶת יִשְׂרָאֵל	לְקוֹל תַּחֲנוּנִי: אֲ-דָנִי מִי יַעֲמֹד: לִמְעַן תִּרְאֶה: וְלִדְבָרוֹ הוֹחֲלִיתִי: שְׁמָרִים לְבַקֵּר: כִּי עַם ה' הִסָּדֵר מִכָּל עֲוֹנוֹתָיו:	לְדָוִד ה' לֹא גָבַהּ לְבִי וְלֹא הִלַכְתִּי בְּגִדְלוֹת אִם לֹא שִׁוִּיתִי בְּגִמְלָ עָלֵי אִמּוֹ יִחַל יִשְׂרָאֵל אֵל ה'	שִׁיר הַמַּעְלֹת לְדָוִד ה': לֹא גָבַהּ לְבִי וְלֹא הִלַכְתִּי בְּגִדְלוֹת אִם לֹא שִׁוִּיתִי בְּגִמְלָ עָלֵי אִמּוֹ יִחַל יִשְׂרָאֵל אֵל ה'
(ח) קוֹתָה נִפְשִׁי... נִפְשִׁי לֹא-דָנִי	(ב) דוֹמָמַתִּי נִפְשִׁי בְּגִמְלָ עָלֵי אִמּוֹ בְּגִמְלָ עָלֵי נַפְשִׁי	(ג) יִחַל יִשְׂרָאֵל אֵל ה'	(א) כִּי עַם ה' הִסָּדֵר וְהִרְבֶּה עֲמוּ פְדוּת	
(ז) יִחַל יִשְׂרָאֵל אֵל ה'	(א) כִּי עַם ה' הִסָּדֵר וְהִרְבֶּה עֲמוּ פְדוּת			
(ג) אם עֲוֹנוֹת תִּשְׁמָר י-ה אֲ-דָנִי מִי יַעֲמֹד				

תנ"ך שיעורי ימי העיון זמנים כל השנה גם באתר התנ"ך: hatanakh.com

עיצוב ועימוד: 0545494668

אוסף "שירי המעלות" (מזמורים ק"כ - קל"ד) - יחידה ספרותית-רעיונית

קכ"ג 	שיר המעלות	קכ"ב 	שיר שבח בירושלים	קכ"א 	עזרת ה' ליציאה לדרך	קכ"ב 	שיר המעלות	קכ"ד 	הודיה לה' על הישועה
א שיר המעלות ב הִנֵּה כְּעֵינִי עֹבְדִים כְּעֵינִי שִׁפְחָה כֵּן עֲיֵינוּ אֵל ה' אֶ-לֵהִינוּ חֲנֻנוּ ה' חֲנֻנוּ ד רבתי שְׂבָעָה לָהּ נִפְשָׁנוּ הִלַּעַג הַשָּׂאֲנִיִּם הַבּוֹז לְגֵאוּנוֹם:	א שיר המעלות ב לֹלֵי ה' שְׁהִיָּה לָנוּ לֹלֵי ה' שְׁהִיָּה לָנוּ ג אֲזִי חַיִּים בְּלָעֻנוּ ד אֲזִי הַמִּים שְׁטַפְנוּ ה אֲזִי עֹבֵר עַל נִפְשָׁנוּ ו רִבְרוּךְ ה' נִפְשָׁנוּ בְּצַפּוֹר נִמְלָטָה הַפַּח נִשְׁבָּר ח עֲזָרְנוּ בְּשֵׁם ה'	א שיר המעלות ב עֲמֻדוֹת הָיוּ רִגְלֵינוּ ג יְרוּשָׁלַם הַבְּנוּיָה ד שָׁשָׁם עָלוּ שְׂבָטִים ה עֲדוֹת לְיִשְׂרָאֵל ו כי שְׁמָה יֵשְׁבוּ בְּסֹאוֹת לְמִשְׁפַּט בְּסֹאוֹת לְבֵית דָּוִד: ו שְׁאֵלוּ שְׁלוֹם יְרוּשָׁלַם ז הִי שְׁלוֹם בַּחֲלִיךְ ח לִמְעַן אֲחִי וְרַעִי ט לִמְעַן בֵּית ה' אֶ-לֵהִינוּ	א שיר המעלות ב עֲמֻדוֹת הָיוּ רִגְלֵינוּ ג יְרוּשָׁלַם (ו) יְהִי שְׁלוֹם בַּחֲלִיךְ (ח) אֲדַבֵּרָה נָא שְׁלוֹם בְּךָ (ט) לִמְעַן בֵּית ה' אֶ-לֵהִינוּ אֲבַקֶּשֶׁה טוֹב לָךְ:	א שיר המעלות ב עוֹרֵי מַעַם ה' ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	א שיר המעלות ב עוֹרֵי מַעַם ה' ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	א שיר המעלות ב עוֹרֵי מַעַם ה' ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	א שיר המעלות ב עוֹרֵי מַעַם ה' ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	א שיר המעלות ב עוֹרֵי מַעַם ה' ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ	א שיר המעלות ב עוֹרֵי מַעַם ה' ג אֵל יִתֵּן לַמוֹט רִגְלֶךָ ד הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן ה' שְׁמֶרְךָ ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה ז ה' יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל רָע ח ה' יִשְׁמָר צִאתְךָ וּבֹאְךָ
(ז) רַב־תְּשַׁכְּנֶה לָהּ נַפְשָׁנוּ (ח) אֲזִי עֹבֵר עַל נִפְשָׁנוּ (ז) נִפְשָׁנוּ כַּצַּפּוֹר (א) אֲלֵכֶּה נִשְׁאֵתִי אֶת עֵינִי הַיָּסִבִּי בַּשָּׁמַיִם (ב) כְּעֵינִי עֹבְדִים... כְּעֵינִי שִׁפְחָה... כֵּן עֲיֵינוּ אֵל ה'	(ז) נִחְלָה עֹבֵר עַל נִפְשָׁנוּ (ח) אֲזִי עֹבֵר עַל נִפְשָׁנוּ (ז) נִפְשָׁנוּ כַּצַּפּוֹר (ח) עֲזָרְנוּ בְּשֵׁם ה' עֲשֵׂה שְׁמִים וְאֶרֶץ								
(ב) כֵּן עֲיֵינוּ אֵל ה' אֶ-לֵהִינוּ עד שְׁחֲנֻנוּ									

ה' שיבת ציון ושבות ישראל		קכ"ז בניין ירושלים והצלחתה		קכ"ח איש ירא ה' ומשפחתו		קכ"ט עונשו לשונאי ציון	
שיבת ציון היינו בחלמים:		א שיר המעלות לשלמה		א שיר המעלות		א שיר המעלות	
ק פינו ולשוננו רנה:		אם ה' לא יבנה בית		אשרי כל ירא ה'		רבת צררוני מנעורי	
הגדיל ה' לעשות עם אלה:		אם ה' לא ישמר עיר		יגיע כפיך כי תאכל		רבת צררוני מנעורי	
זרות עמנו היינו שמחים:		אשר לכם משכמי קום		אשתך כגפן פריה		האריכו למעניתם:	
שביתנו באפיקים בגב:		אכלי לחם העצבים		בניך כשתלי יזיתם		קצץ עבות רשעים:	
ה ברנה יקצרו:		הנה נחלת ה' בגים		הנה כי כן יברך גבר		ה' יבשו ויסגו אחור	
ה נשא משך הזרע		כחצים ביד גבור		יברכך ה' מציון		יהיו כחציר גנות	
ה נשא אלמתי:		אשרי הגבר		כל ימי חייך:		ז שלא מלא כפו קוצר	
		לא יבשו		יראה בשוב ירושלים		ח ולא אמרו העברים	
				שלום על ישראל:		ט ברכת ה' אליכם	
						כ ברכנו אתכם בשם ה'	