



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

מבשרי אֶחָזָה

בית ספר לרפואה שלמה
על פי משנת הבעל שם טוב

עם מו"ר הרב סטבסקי ועם ד"ר חיים רוזנטל

מפגש יט | מרפא לנפש : פְּלִי הַהֶשְׁקָטָה





סוגיית הלחץ

לחץ הנשמה להתבטא ולהתלבש ברוח.

לחץ הרוח להתבטא ולהתלבש בנפש.

לחץ הנפש להתבטא ולהתלבש באברי גוף.

לחץ הנשמה להתבטא ולהתלבש בכוחו הנפש.

לחץ כוחות הנפש להתבטא ולהתלבש זה בתוך זה.

לחץ מערכות הגוף להתבטא ולהתלבש זו בתוך זו.

לחץ נשמתי – מטען נשמתי עודף.

יותר מידי רצונות ומחשבות בלא מימוש.

לחץ רוחני – מטען רגשי עודף בלא ביטוי.

לחץ נפשי – מטען נפשי עודף.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

לחץ נשמתי יכול להזיק לרוח

לחץ הרוח יכול להזיק לנפש

לחץ נפשי יכול להזיק לגוף

מבשרי
אחזה



ב' סוגי חולי היו לבעש"ט:

חולי מעיים

וחולי הלחץ בין ב' תנועות בנפש

[אהבה ויראה]

בספר שבחי הבעש"ט מעשה רמז בחוכמת הדופק
עם אותו דוקטור והדוכסית ובדיקת הדופק שלא
יכול היה להבחין מהי מחלתו.

חולי הלחץ כתוצאה מהמתח בין יראה ואהבה

שתי תנועות סותרות בנפש

עד שמאזנים ומשלבים].

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

אדם אחראי לבריאות הנפשית שלו
בתוך הנסיונות של עולם
ועליו ללמוד וללמד עצמו
כיצד להתמודד עם הלחצים הפנימיים והחיצוניים.

לשם כך נמסרו מפי הבעש"ט לתלמידיו
"כללי ההשקטה".

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

"סֵדֶר כָּלִי הַשְּׂקָה"

מִבְּשָׂרֵי
אֲחֻזָּה

מפגש יט | מִרְפֵּא לְנֶפֶשׁ : כָּלִי הַשְּׂקָה

1

בית ספר לרפואה שלמה על פי משנת הבעל שם טוב



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

הַפְּנִית הַמַּחְשָׁבָה פְּנִימָה - הַבָּטָה:

לְהַפְּנוֹת אֶת מַבֵּט הַמַּחְשָׁבָה פְּנִימָה

כָּלפִּי זָרָם הַמַּחְשָׁבוֹת שְׁלָנוּ

הַמְתָּרוּצָצוֹת וְעוֹבְרוֹת בְּתוֹכֵנוּ לֹא הָרָף

וּלְהַבִּיט בָּהֶן אַחַת לְאַחַת.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

הַשְׁהִית וְהַאֲטָת זְרִימַת הַמַּחְשָׁבָה:

לְהֵאֵט אֶת רֶצֶף זְרִימַת הַמַּחְשָׁבוֹת אֵט אֵט
וּלְבַחֵר מִכָּל הַמַּחְשָׁבוֹת בְּמַחְשָׁבָה אַחַת טוֹבָה
וּלְהִתְבּוֹנֵן בָּהּ אַרְכּוֹת בְּנִחַת
וּלְפִתּוֹחַ וּלְהִרְחִיב וּלְהַגְדִּיל וּלְשַׁכְּלֵל אוֹתָהּ.

מִבְּשָׂרֵי
אֲחִיזָה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

רפוא המַחֲשָׁבָה:

לְהַתְרַפֵּז בְּאוֹתָהּ הַמַּחֲשָׁבָה זְמַן מָה

וּלְהַבִּיט בָּהּ מְכַל הַזְּיוֹת בְּמַתִּינּוֹת וּבִנְחָת

עַד שֶׁתֵּאִיר בְּבִהֲיוֹת גְּדוֹלָה

וְתִהְיֶה אֶפְשָׁרוֹת לְזָכֹר אוֹתָהּ בְּכָל עֵת

וְגַם לְעוֹרֵר אוֹתָהּ מִרְצוֹן לְעֵת הַצּוֹרֵךְ בְּזְמַן אַחֵר.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

התבוננות בְּרַצוֹנוֹת:

לְהִתְבּוֹנֵן בְּזָרָם רַצוֹנוֹת
הַמְתָּרוּצְצִים עַל רֶצֶף הַמַּחַ רַצוֹא
וְשׁוֹב
לֹא הָרָף פְּנִימָה.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

הַשְׁהִית זָרָם הַרְצוֹנוֹת:

לְהֵאֵט אֶת רֶצֶף הַרְצוֹנוֹת אֵט אֵט

וּלְבַחֵר מִכָּל רְצוֹנוֹת בְּרָצוֹן אֶחָד טוֹב

וּלְהִתְבּוֹנֵן בּוֹ אַרְכּוֹת בְּנִחַת

וּלְפִתּוֹחַ וּלְהִרְחִיב וּלְהַגְדִּיל וּלְשַׁכְּלֵל אוֹתוֹ.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

רפוא פת הרצון:

להתרפא באותו הרצון זמן מה

ולהביט בו מכל הזויות במתינות ובנחת

עד שיאיר בבהירות גדולה

ונוכל לעורר אותו רצון מתוך בחירה בכל זמן.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

ט ק ר ה:

מבשרי
אחזה

מפגש יט | מרפא לגפוש: כְּלִי הַשְׁקָטָה

יג

בית ספר לרפואה שלמה על פי משנת הבעל שם טוב



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

על מנת לטהר את המחשבות

יש לטהר תחלה את מסד המחשבה שלנו

כי שם זורם ומאיר אור הנשמה בו.

על מנת כן יש להפעיל את כח המחשבה והמדמה

ולהעביר מעין יד של שקט ודומיה

בתוך חלל המח והלב

ולטהרם מכל פסלת,

בחינת {תהלים סח ב} : "לך דמיה תהלה".

כי הדמיה מנקה ומטהרת את הרעש והתהו הפנימיים, וכחה רב ועמק להסיר מאור הנשמה

המאיר על מסד המחשבה

כל פסלת מחשבות ורצונות חיצוניים.

מבשרי
אחזה



הַתְּבוּנוֹת בְּנִקּוּדָה אַחַת:

לְהַתְּבוּנוֹ בְּפָסוּק אֶחָד אֲרָכוֹת

לְאֶרֶץ וְלֶחֶב וּבְעֶמֶק

בְּכָל וּבְפָרֵט זְמַן מְמֻשָּׁד.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָדָה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

רְאֵיהָ בְּעֵינַי הַלֵּב וְהַשְׂפִּיל:

לראות על מסד המחשבה מעל הראש

את אותיות שם **י ה ו " ה** ב"ה

מעל הראש בגבה מקום התפלין

באותיות גדולות ורחבות

המאירות באור בהיר ונעים.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

רְאֵית אֹתִיּוֹת הַשֵּׁם עַל מַסַּךְ הַמַּחְשָׁבָה

עַל מִנַּת לְעוֹרֵר אֶת מִדַּת אֲהָבַת ה' בָּנוּ:

לְרֹאוֹת אֶת אֹתִיּוֹת שֵׁם **י ה ו " ה** ב"ה

מַעַל הָרֹאשׁ בְּגִבָּה מְקוֹם הַתְּפִלִּין

בְּאוֹתִיּוֹת גְּדוּלוֹת וּרְחָבוֹת

הַמְּאִירוֹת בְּאוֹר בְּהִיר וְנֶעִים

בְּנִקּוּד אֲהָבָה בְּאֶפֶן **י ה ו " ה**

מִבְּשָׂרִי
אֲחִזָּזָה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

רְאִית אֹתִיּוֹת הַשֵּׁם עַל מַסַּךְ הַמַּחְשָׁבָה

עַל מִנַּת לְעוֹרֵר אֶת מַדַּת יִרְאַת ה' בָּנוּ:

לְרֹאוֹת אֶת אֹתִיּוֹת שֵׁם **י ה ו " ה** ב"ה מַעַל
הָרֹאשׁ

בְּאוֹתִיּוֹת גְּדוּלוֹת וּרְחִיבוֹת

הַמְּאִירוֹת בְּאוֹר בְּהִיר וְנֶעִים

בְּנִקּוּד יִרְאַה בְּאֶפֶן זֶה: **י ה ו " ה**.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

רְאֵית אֹתִיּוֹת הַשֵּׁם עַל מִסַּךְ הַמַּחְשָׁבָה

עַל מִנַּת לְעוֹרָר אֶת מַדַּת אֱמוּנַת ה' בָּנוּ:

לְרֹאוֹת אֶת אֹתִיּוֹת שֵׁם **י ה ו " ה** ב"ה מַעַל
הָרֹאשׁ

בְּאוֹתִיּוֹת גְּדוּלוֹת וּרְחָבוֹת

הַמְּאִירוֹת בְּאוֹר בְּהִיר וְנֶעִים

בְּנִקּוּד אֱמוּנָה בְּאֶפֶן זֶה: **י ה ו " ה**.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

רְאֵית אֹתִיּוֹת הַשֵּׁם עַל מַסַּד הַמַּחְשָׁבָה

עַל מִנַּת לְעוֹרָר אֶת מִדַּת הַשְּׂמִיחָה בָּנוּ:

לְרִאוֹת אֶת אֹתִיּוֹת שֵׁם **י ה ו " ה** ב"ה מַעַל הָרֹאשׁ

בְּאוֹתִיּוֹת גְּדוּלוֹת וְרַחְבּוֹת

הַמְּאִירוֹת בְּאוֹר בְּהִיר וְנֶעֱמִים

בְּנִקּוּד שְׂמִיחָה בְּאֶפֶן זֶה: **י ה ו " ה**.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

הַשְׁתָּוּת :

תְּנוּעָה שֶׁל הַשְׁוֹאָת וְהַתְּאֻמָּת מִצְבֵּי הַנֶּפֶשׁ לְרָצוֹן הָעֲלִיוֹן

עַל יְדֵי רְאִית אוֹתִיּוֹת שֶׁם **יְהוָה** בִּיָּה מַעַל הָרֹאשׁ

בְּאוֹתִיּוֹת גְּדוּלוֹת וּרְחִיבוֹת

הַמְּאִירוֹת בְּאוֹר בְּהִיר וְנֶעִים

כְּפִי הָעֲבוּדָה הַנֶּפֶשִׁית וְהַרוּחָנִית שֶׁל הַפְּסוּק {תהלים טז יח} :

"שְׁוִיתִי **יְהוָה** לְנֶגְדִי תְּמִיד"

[וְעַל יְדֵי זֶה מִתְקִיִּים] - כִּי מִיִּמִּינִי בֶּל אָמוּט".

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



הַסִּתְּפוּלוֹת וְהַתְּבוּנוֹת עַל תְּנוּעָה:

הַשְׁקָטָה הַמְּחֻשְׁבוֹת וְהַרְצוּנוֹת

עַל יְדֵי הַסִּתְּפוּלוֹת עַל זְרִימַת שְׁטָף מִי נָהָר

אוֹ עַל זְרִימַת שְׁטָף מִי נָחַל

וְהַתְּבוּנוֹת לְמַשְׁדֵּ זְמַן מְמַשֵּׁד בְּנִחַת

עַל כּוּוֹן זְרִימַת הַמַּיִם

הַמְּשַׁפֵּיעָה עַל זְרִימַת הַמְּחֻשְׁבוֹת וְהַרְצוּנוֹת.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזָה



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

הַבְּטָה אֶטִּית:

השקטת ההתרוצצות של זרם המחשבות והרצונות

על ידי מבט אטי על מחוג של שעון

הזז לאט לאט

ומאט את קצב המחשבות והרצונות.

מבשרי
אחזה

מפגש יט | מרפא לגפוש: כלי ההשקטה

כג

בית ספר לרפואה שלמה על פי משנת הבעל שם טוב



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

נְשִׁי מָה:

מבשרי
אחזה

מפגש יט | מרפא לגפוש: כְּלִי הַשְׂקָטָה

כד

בית ספר לרפואה שלמה על פי משנת הבעל שם טוב



בעזרת מלך יחיד א"ל חי העולמים

הַכָּרָה בְּרוּרָה כִּי בְּכַפְעֶלֶת הַנְּשִׁימָה

אָנוּ מְקַבְּלִים אֲוִיר מֵאֵת הַבּוֹרָא

דֶּרֶךְ צְנוּרוֹת בְּלִתֵּי נִרְאִים.

צְנוּרוֹת אֵלּוּ הֵם אוֹתִיּוֹת שֶׁנִּבְרְאוּ בְּהֵם שָׁמַיִם וָאָרֶץ

דֶּרֶכָם מֵעֲבִיר הַבּוֹרָא אֶת הָאֲוִיר הַחַיּוֹנִי.

דֶּרֶךְ אוֹתִיּוֹת שֵׁם **י ה' ו' "ה'**

שֶׁהוּא שֵׁם בְּרִיאַת הַנְּשִׁמוֹת

מֵעֲבִיר הַבּוֹרָא אֶת הָאֲוִיר הַחַיּוֹנִי לְכָל בְּרִיּוֹתָיו.

שְׂאִיפַת הָאֲוִיר פְּנִימָה נִמְשָׁכֶת וְעוֹבֶרֶת

דֶּרֶךְ צְנוּרוֹת הָאוֹתִיּוֹת **י ה' "ה' שֶׁל שֵׁם הַנְּיָ"ה,**

וּבְנִשְׁיפַת הָאֲוִיר חוּצָה

מִשְׁחַרְרִים אֶת הָאֲוִיר דֶּרֶךְ צִנּוּרוֹת הָאוֹתִיּוֹת **ו' "ה'.**

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

ש פ ו נ :

לְשָׁנוֹ פְּסוּק אֶחָד בְּקוֹל רָם פְּעָמִים רַבּוֹת

בְּמַתִּינּוֹת בְּנִעִימָה רַכָּה

וּלְאַחַר מִכּוֹן לְהַמְשִׁיךְ לְשָׁנוֹ פְּסוּק זֶה

בְּנִגּוּן בְּמַחְשָׁבָה

בְּאַפּוֹן שְׂיִלְוָה אוֹתָנוּ בְּקוֹל פְּנִימִי בְּמַחְשָׁבָה

לְמַשָּׁךְ זְמַן רַב.

מִבְּשָׂרֵי
אֶחָדָה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

אַמִּירָה כְּמַעֲשֵׂה חָרִישׁ רוֹחֲנִי בְּשִׂדָּה הַנֶּפֶשׁ :

לֹאֲמַר לְעַצְמָנוּ בְּקוֹל נְגוּן וּבְמַתִּינּוּת
בְּרָצִיפוֹת וּבְלִי הַפְּסָקָה פְּעָמִים רַבּוֹת
בְּהַתְּלֵהבוֹת שְׂקָטָה
פְּסוּקֵי חֲזוֹק וְאַמוּנָה
הַמְּשִׁיבִים אֶת הַנֶּפֶשׁ
וּמַחֲזִיקִים אֶת קֶשֶׁר נִשְׁמָתָנוּ
וּלְשׁוֹן אוֹתָם בְּרָצֹף נָעִים כְּבַחֲרִיתָנוּ לְפִי הַצֶּרֶד.

הַחֲזָרָה עַל הַפְּסוּקִים
מִשְׁמָשֶׁת כְּעֵין "חֲפִירָה" בְּעֶמֶק אֲדָמַת הַנֶּפֶשׁ
עַל יְדֵי רוּחַ הַדְּבוּר וְהַקְּרִיָּאָה
הַחוּרְשִׁים וְזוֹרְעִים בְּשִׂדָּה הַנֶּפֶשׁ.

מִבְּשָׂרִי
אֲחִזָּה



פְּסוּקִים יְדוּעִים לַחֲזָרָה:

"לִישׁוּעָתְךָ קוִיתִי יְהוָה" {בראשית מט יח}.

"וְאַתֶּם הַדְּבָקִים בִּיהוָה אֱלֹהֵיכֶם חַיִּים כְּלַכֶּם הַיּוֹם" {דברים ד ד}.

"וְאַתָּה יְהוָה מָגֵן בְּעָדִי כְּבוֹדִי וּמְרִים רֹאשִׁי" {תהלים ג ד}.

"וַיִּבְטָחוּ בְּךָ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ כִּי לֹא עֲזָבְתָּ דֹרְשֶׁיךָ יְהוָה" {תהלים ט יא}.

"בְּךָ בְּטָחוּ אֲבֹתֵינוּ בְּטָחוּ וַתַּפְלִטֵמוּ" {תהלים כב ה}.

"שְׁמֶרָה נַפְשִׁי וְהַצִּילֵנִי אֵל אֲבוֹשׁ כִּי חָסִיתִי בְּךָ" {תהלים כה כ}.

"אֱלֹהֵי בְּךָ בְּטַחְתִּי אֵל אֲבוֹשָׁה אֵל יַעֲלֹצוּ אוֹיְבֵי לִי" {תהלים כה ב}.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

"דַּרְכֶּיךָ יְהוָה הוֹדִיעֵנִי אַרְחוֹתֶיךָ לְמַדֵּנִי" {תהלים כה ד}.
"הַדְרִיכֵנִי בְּאַמְתֶּךָ וּלְמַדֵּנִי כִּי אַתָּה אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל אוֹתָךְ קוֹיֵתִי כָּל הַיּוֹם" {תהלים כה ה}.
"זְכֹר רַחֲמֶיךָ יְהוָה וַחֲסָדֶיךָ כִּי מַעֲוָלָם הִמָּה" {תהלים כה ו}.
"חַטָּאוֹת נְעוּרַי וּפְשָׁעֵי אֵל תִּזְכֹּר כְּחֶסֶדְךָ זָכָר לִי אַתָּה לְמַעַן טוֹבָךָ יְהוָה" {תהלים כה ז}.
"לִדְּוֹד יְהוָה אוֹרֵי וַיִּשְׁעֵי מִמִּי אֵינִי יְהוָה מַעֲוֹז חַיִּי מִמִּי אֶפְתָּד" {תהלים כז א}.
"הוֹרֵנִי יְהוָה דֶּרֶכְךָ וְנִחַנִּי בְּאַרְחַ מִישׁוֹר לְמַעַן שׁוֹרְרֵי" {תהלים כז יא}.
"קִנּוּהָ אֵל יְהוָה חֲזַק וַיֹּאמֶץ לִבָּךְ וְקִנּוּהָ אֵל יְהוָה" {תהלים כז יד}.
"כִּי בּוֹ יִשְׁמַח לִבֵּנוּ כִּי בְשֵׁם קִדְּשׁוֹ בִּטְחָנוּ" {תהלים לג כא}.
"לֵב טָהוֹר בָּרָא לִי אֱלֹהִים וְרוּחַ נָכוֹן חִדָּשׁ בְּקִרְבִּי" {תהלים נא יב}.
"וַיֹּאנֵי קִרְבַּת אֱלֹהִים לִי טוֹב" {תהלים עג כח}.

מִבְּשָׂרִי
אֶחָזֶה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

"הוֹרֵנִי יְהוָה דִּרְכֶּךָ, אֱהַלֶּךָ בְּאַמְתֶּךָ, יַחַד לִבְבִּי לִירְאָה שְׁמֶךָ" {תהלים פו יא}.

"אֶהְבִּי יְהוָה שְׁנָאוֹ רָע - שָׁמַר נַפְשׁוֹת חֲסִידָיו, מִיַּד רָשָׁעִים יִצִּילֵם" {תהלים צו י}.

"כִּי טוֹב יְהוָה לְעוֹלָם חֲסִדּוֹ וְעַד דֹּר וָדֹר אֲמוֹנָתוֹ" {תהלים ק ה}.

"זִכְרֹנִי יְהוָה בְּרָצוֹן עִמָּךְ, פִּקְדֹנֵי בִישׁוּעָתֶךָ" {תהלים קו ד}.

"בָּרוּךְ יְהוָה אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל מִן הָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם וְאָמַר כָּל הָעָם אָמֵן הַלְלוּהָ" {תהלים קו מח}.

"טוֹב לַחֲסוֹת בִּיהוָה מִבְּטָח בְּאָדָם" {תהלים קיח ח}.

"קִוִּיתִי יְהוָה, קִוְּתָה נַפְשִׁי וְלִדְבָרוֹ הוֹחֲלֵתִי" {תהלים קל ה}.

"טוֹב יְהוָה לְכָל וְרַחֲמָיו עַל כָּל מַעֲשָׂיו" {תהלים קמה ט}.

"מִמְּלֻכֹתֶךָ מַלְכוּת כָּל עַלְמִים וּמִמְּשַׁלְתֶּךָ בְּכָל דָּוָר וָדָר" {תהלים קמה יג}.

"סוֹמֵךְ יְהוָה לְכָל הַנִּפְלִים וְזוֹקֵף לְכָל הַכַּפּוּפִים" {תהלים קמה יד}.

"צַדִּיק יְהוָה בְּכָל דִּרְכָּיו וְחָסִיד בְּכָל מַעֲשָׂיו" {תהלים קמה יז}.

"יִשְׁמַח יִשְׂרָאֵל בַּעֲשָׂיו, בְּנִי צִיּוֹן יִגִּילוּ בַּמְּלָכִים" {תהלים קמט ב}.

"כָּל הַנְּשָׁמָה תִּהְלַל יְיָ הַלְלוּהָ" {תהלים קו ו}.

"בְּטָח אֵל יְהוָה בְּכָל לִבֶּךָ וְאַל בִּינְתֶּךָ אֵל תִּשְׁעֶן" {משלי ג ה}.

מבשרי
אחזה



בעזרת מלך יחיד א'ל חי העולמים

"בטחו ביהוה עדי עד כי ביהוה צור עולמים" {ישעיה כו ד}.
"חסדי יהוה כי לא תמנו, כי לא כלו רחמיו" {איכה ג כב}.
"חדשים לבקרים, רבה אמונתך" {איכה ג כג}.
"חלקי יהוה אמרה נפשי, על כן אוחיל לו" {איכה ג כד}.
"אכן רוח היא באנוש ונשמת שדי תבינם" {איוב לב ח}.
"רוח א'ל עשתי ונשמת שדי תחיני" {איוב לג ד}.
"המחדש בטובו בכל יום תמיד מעשה בראשית" {תפילת שחרית}.
"לעשה אורים גדלים כי לעולם חסדו" {כני"ל}.
"אור חדש על ציון תאיר ונזפה כלנו מהרה לאורו" {כני"ל}.
"כי בשם קדשך הגדול והנורא בטחנו - נגילה ונשמחה בישועתך" {כני"ל}.
"אתה הוא אלהינו, אתה הוא אדונינו, אתה הוא מלכנו - אתה הוא מושיענו" {כני"ל}.

ועוד, כרצון ומשיכת הלב.

מבשרי
אחזה