



אֲדוֹן הָעוֹלָמִים וּבַעַל הַרְחָמִים,

אֵל תְּשַׁלֵּיכֵנוּ לַעֲתָה זְקֵנָת הוֹרֵינוּ, בְּכָלוֹת כּוֹחַם אֵל תְּסוּר מֵעֲלֵיהֶם וּמֵעֲלֵינוּ.
אֵל תְּשַׁלֵּיכֶם מִלִּפְנֵיךְ וְרוּחַ קִדְשְׁךָ אֶל תִּקַּח מֵהֶם.
זְכוֹר לְהוֹרֵינוּ זְכוֹת חֲסִדֵיהֶם וּמַעֲשֵׂיהֶם הַטּוֹבִים, אֵל תִּסְתַּר פָּנֶיךָ מֵהֶם בְּצַרְתָּם
חֲנֻנֶם בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבִּים וְהַקֵּל כְּאָבִים.

יְהִי רָצוֹן מִלִּפְנֵיךְ אֱ-דֹנֵי אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ

שְׁתַּתֵּן בָּנוּ כַּח וּבְרִיאוֹת, חֲכָמָה וּתְבוּנָה, חֶסֶד וְאַהֲבָה לְקִיָּם אֶת הוֹרֵינוּ וְלִשְׁאֵת אֶת עַל הַטָּפוֹל.
זְכֵנוּ לְרֹאוֹת אֶת אוֹרָם בְּעֵת דְּעִיכָתָם לְכָל נִשְׁכַּח חֲסִדֵיהֶם וְרַב טוֹבָם שֶׁעָשׂוּ עִמָּנוּ.
חִזֵּק רוּחֵנוּ וַיְדִינוּ, לְתַמְכֵּן וּלְעֹזֵר, לְלוֹוֹת וּלְהָאִיר.
תֵּן בְּלִבֵּנוּ אֱמוּנָה בְּשִׁלְיִיךְ הַרְפָּאִים וּבִרְכָּם בְּתְבוּנָה וּבְעֵצָה טוֹבָה,
וְאֶת הַמְּטָפְלִים בְּסִבְלָנוֹת, בְּחִמְלָה וּבְרַחֲמִים.

"קִוָּה אֶל אֱ-דֹנֵי, חִזֵּק וַיֵּאֱמֵן לִבְךָ, וְקִוָּה אֶל אֱ-דֹנֵי",

אָנָּה, בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבִּים שְׁלַח לָנוּ כַּח לְקַבֵּלם כְּפִי שְׁהֶם
וְהַשְׁכֵּן בְּקִרְבֵּנוּ נַחַת רוּחַ וְשִׁלּוּהַ לְשִׁמּוֹשׁ אֶת הוֹרֵינוּ בְּכָבוֹד וּבְאַהֲבָה.
תֵּן בְּלִבֵּנוּ לְרֹאוֹת מַעֲלוֹת אַחֵינוּ וְלַהֲדוֹת עֲלֵיהֶן,
וְהַשְׁכֵּן שָׁלוֹם בֵּינֵנוּ וְהַרְחֵק רֵיב וּמְדוֹן.

כִּי אַתָּה שׁוֹמֵעַ תִּפְלָה וּמֵאִיר נְתִיבוֹתֵינוּ בְּאַמוּנָה.

ההתמודדות עם הטיפול
המתמשך בהורה חולה,
עם חולשתו ודעיכתו, עם
הזיכרון הדוהה והגוף
המתעייף - דורשת מאיתנו
אהבה גדולה, אך גם נשימה
עמוקה, בכל בוקר מחדש.

בתוך העומס, השחיקה
והשאלות, אנו פונים אל
ה' - בבקשה שיחזק את
ידינו לשאת את עול הטיפול
המתמשך, שיהיה בנו כוח
ושקט, לב רך ועיניים רואות
ובבקשה לפתוח שערי
רחמים לרפואת החולה,
לרווחתו ושלומו גופו ונפשו.

התפילה שלפניכם ופרקי
התהילים המצורפים לה
עוסקים בצעקה פנימית של
מי שנמצא בעומק הקושי
ומבקש למצוא בסיס איתן
וסלע יציב של חסד וחמלה.

טוב ונכון להתפלל בנחת את פרקי התהילים סט ו-19:

תהילים סט

לְמַנְצָחַ עַל שׁוֹשְׁנִים לְדוֹד. הוֹשִׁיעֵנִי אֱלֹהִים כִּי בָאוּ מִים עַד נַפְשִׁי. טַבַּעְתִּי בֵּינוֹן מִצוּלָה וְאִין מַעֲמֵד בָּאתִי בְּמַעֲמָקֵי מִים וּשְׂבַלְתִּי
שִׁטְפָתִי. יַגְעִתִּי בְּקִרְאֵי נַחַר גְּרוֹנִי כָּלוּ עֵינֵי מִיחַל לְאֱלֹהֵי. רַבּוּ מַשְׁעָרוֹת רֹאשִׁי שֶׁנָּאִי חֲנָם עֲצָמוֹ מִצְמִיתִי אֵיבִי שִׁקְרָא שֶׁר לֹא
גִּזְלָתִי אִזּוֹ אֵשִׁיב. אֱלֹהִים אַתָּה יָדַעְתָּ לְאוֹלָתִי וְאִשְׁמוֹתֵי מִמֶּךָ לֹא נִכְחָדוּ. אֵל יִבְשׁוּ בִי קַיִיךְ ה' אֱלֹהִים עֲבָאוֹת אֵל יִכְלֹמוּ בִּי
מִבְּקִשְׁךָ אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל. כִּי עָלֶיךָ נִשְׁאֵתִי חֲרָפָה כְּסִתָּה כְּלָמָה פָּנִי. מוֹזֵר חֵייתִי לְאִחִי וְנִכְרִי לִבְנֵי אִמִּי. כִּי קִנְאֵת בֵּיתְךָ אִכְלָתִי
וְחֲרָפוֹת חוֹרְפֶיךָ נִפְלוּ עָלַי. וְאַבְכָּה בְּצוּם נַפְשִׁי וְתִהְיֶה לְחֲרָפוֹת לִי. וְאַתָּנָה לְבוּשִׁי שֶׁק וְאַהֲבִי לֵהֶם לְמִשְׁלִי. יִשְׁיחוּ בִּי יִשְׁבִּי שְׁעַר
וְנִגְיָנוֹת שׁוֹתֵי שִׁכָּר. וְאִנִּי תִפְלָתִי לִךְ ה' עֵת רִצּוֹן אֱלֹהִים בְּרַב חֲסִדֶיךָ עֲנֵנִי בְּאַמֶּת יִשְׁעֶךָ. הַצִּילֵנִי מִטִּיט וְאֵל אֲטַבְּעָה אֲנַעֲלָה
מִשְׁנָאִי וּמִמַּעֲמָקֵי מִים. אֵל תִּשְׁטַפְנִי שְׂבַלְתִּי מִים וְאֵל תִּבְלַעֵנִי מִצוּלָה וְאֵל תֵּאָטֵר עָלַי בְּאֵר פִּיהַ. עֲנֵנִי ה' כִּי טוֹב חֲסִדֶיךָ כְּרַב
רַחֲמֶיךָ פָּנָה אֵלַי. וְאֵל תִּסְתַּר פְּנֶיךָ מֵעֲבָדְךָ כִּי צָר לִי מִזֶּה עֲנֵנִי. קִרְבָּה אֵל נַפְשִׁי גְּאֻלָּה לְמַעַן אֵיבִי פָדֵנִי. אַתָּה יָדַעְתָּ חֲרָפָתִי
וּבִשְׁתִּי וּכְלָמָתִי נִגְדָּךְ כָּל צוּרִי. חֲרָפָה שְׂבָרָה לִבִּי וְאִנּוּשָׁה וְאִקְוָה לָנוֹד וְאִין וְלִמְנַחֲמִים וְלֹא מִצָּאתִי. וְיִתְּנוּ בְּכֻרוֹתֵי רֹאשׁ
וְלִצְמָאֵי יִשְׁקוּנִי חֲמֵץ. יְהִי שְׁלִחָנָם לִפְנֵיהֶם לִפָּח וּלְשִׁלּוּמִים לְמוֹקֵשׁ. תַּחֲשִׁכְנָה עֵינֵיהֶם מִרְאוֹת וּמִתְנִיָּהֶם תִּמְיֵד הַמַּעַד. שִׁפְךָ
עֲלֵיהֶם זַעֲמָךְ וְחֲרוֹן אַפֶּךָ יִשְׁגֵּם. תִּהְיֶה טִירָתָם נִשְׁמָה בְּאֱהָלֵיהֶם אֵל יִשֵּׁב. כִּי אַתָּה אֲשֶׁר הִפִּיתָ רִדְפוֹ וְאֵל מְכָאוֹב חֲלָלֶיךָ
יִסְפְּרוּ. תִּנָּה עוֹן עַל עוֹנָם וְאֵל יִבְאוּ בְּצִדְקָתְךָ. יִמְחוּ מִסַּפֵּר חַיִּים וְעַם צְדִיקִים אֵל יִפְתָּבוּ. וְאִנִּי עָנִי וְכוֹאֵב יִשׁוּעָתְךָ אֱלֹהִים
תִּשְׁגְּבֵנִי. אֶהְלֵלָה שֵׁם אֱלֹהִים בְּשִׁיר וְאִגְדְּלֵנוּ בְּתוֹדָה. וְתִיטֵב לֵה' מְשׁוֹר פֶּר מִקְרָן מִפְּרִים. רְאוּ עֲנוּיִם יִשְׁמְחוּ דְּרָשִׁי אֱלֹהִים
וְיִחִי לְבַבְכֶּם. כִּי שִׁמַּע אֵל אֲבִיוֹנִים ה' וְאֶת אִסְרֵיוֹ לֹא בָזָה. יִהְלֹוּהוּ שְׂמִים וְאַרְצָן יָמִים וְכָל רִמֵּשׁ בָּם. כִּי אֱלֹהִים יוֹשִׁיעַ צִיּוֹן
וְיִבְנֶה עָרֵי יְהוּדָה וְיִשְׁבּוּ שָׁם וִירְשׁוּהָ. וְזָרַע עֲבָדֶיךָ יִנְחַלּוּהָ וְאַהֲבִי שְׁמוֹ יִשְׁכְּנוּ בָּהּ.

תַּפְלָה לְדוֹד הָיָה ה' אֲזַנְךָ עֲנֵנִי כִּי עָנִי וְאֶבְיוֹן אָנִי. שְׁמְרָה נַפְשִׁי כִּי חֹסִיד אָנִי הוֹשַׁע עֲבָדְךָ אֱלֹהֵי הַבֹּטֵחַ אֱלֹיִךְ. חֲנֵנִי ה' כִּי אֱלֹיִךְ אֶקְרָא כָּל הַיּוֹם. שִׂמַּח נַפְשׁ עֲבָדְךָ כִּי אֱלֹיִךְ ה' נַפְשִׁי אֶשָּׂא. כִּי אֱתָהּ ה' טוֹב וְסִלַּח וְרַב חֶסֶד לְכָל קְרָאִיִךְ. הַאֲזִינָה ה' תַּפְלָתִי וְהַקְשִׁיבָה בְּקוֹל תַּחֲנוּנוֹתַי. בְּיוֹם צָרָתִי אֶקְרָאֲךָ כִּי תַעֲנֵנִי. אֵין כְּמוֹךָ בָּאֱלֹהִים ה' וְאֵין כַּמַּעֲשִׂיִךְ. כָּל גּוֹיִם אֲשֶׁר עָשִׂיתָ יִבֹּאוּ וַיִּשְׁתַּחֲווּ לַפָּנֶיךָ ה' וַיִּכְבְּדוּ לְשִׁמְךָ. כִּי גָדוֹל אַתָּה וַעֲשֵׂה נִפְלְאוֹת אַתָּה אֱלֹהִים לְבַדְּךָ. הוֹרֵנִי ה' דֶּרֶכְךָ אֶחֱלֶךְ בְּאַמְתְּךָ יַחַד לִבִּי לִירְאָה שְׁמֶךָ. אוֹדְךָ ה' אֱלֹהֵי בְּכָל לִבִּי וְאֶכְבְּדָה שִׁמְךָ לְעוֹלָם. כִּי חֶסֶדְךָ גָּדוֹל עָלַי וְהִצַּלְתָּ נַפְשִׁי מִשְׁאוּל תַּחֲתֶיךָ. אֱלֹהִים יָדִים קִמּוּ עָלַי וַעֲדַת עֲרִיצִים בִּקְשׁוּ נַפְשִׁי וְלֹא שָׁמוּךְ לִנְגֹדָם. וְאַתָּה ה' אֵל רַחוּם וְחַנּוּן אֲרַךְ אַפִּים וְרַב חֶסֶד וְאַמֶּת. פָּנָה אֵלַי וְחַנּוּנִי תִּנֵּה עֲזֹךְ לְעֲבָדְךָ וְהוֹשִׁיעָה לִבִּי אֶמְתֶּךָ. עֲשֵׂה עִמִּי אוֹת לְטוֹבָה וַיֵּרָאוּ שְׁנָאֵי וַיִּבְשׂוּ כִּי אַתָּה ה' עֲזָרְתָנִי וְנַחֲמָתָנִי.