

שירי קבלת שבת בואי הרוח

מתנת אהבה וחיבוק בבידוד
מ"רקמה" תכנית הכשרה בליווי רוחני



חברות
רוח יוצרת בריאות

ירדה השבת

מילים: יהושע רבינוב
לחן: דוד זהבי

הִרְטִיטָה נְשֵׁבֶת בְּחִנָּה הַגְּנוּז
עֵינַי חִלּוֹנוֹת מִכָּל עֵבֶר.
וַתִּצְאָנָה בָּנוֹת אֶל הָעֶרְב זִמֹּר
זְמִירוֹת בְּעֶרְגָּה מְצַלְצֶלֶת.
וְהִיְתָה הָעֵדְנָה בְּבִקְעַת גְּנוּסָר
לְנִשְׁמַת עֵבְרִיּוֹת נֶאֱצֶלֶת.

יְרָדָה הַנְּשֵׁבֶת אֶל בְּקַעַת גְּנוּסָר,
וְנִיחּוּחַ עֵתִיק בְּנִשּׁוּלֶיהָ.
וַיַּעֲמְדוּ מִסְבִּיב הַרְרִים שׁוֹנְשִׁבִינִים
לְשֵׁאת אֲדַרְתָּה הַזֹּהֶבֶת.
תַּעֲלִינָה יוֹנִים מִכְּנֶרֶת הַיָּם,
קִבֵּל אֶת רוּחָה הַלֹּוֹהֶבֶת.

נְשָׁקָה הַנְּשֵׁבֶת לְרֹאשׁוֹ נֶשֶׁל הַבְּרוּשׁ,
לְאַזּוֹב שְׁבִסְלַע נְשָׁקָה.
וְיִהִי הַדְּרִדָר לְשִׁרְבִיט נֶשֶׁל מַלְכוּת
עַל רְמוֹת דְּמָמָה מְרוֹנְנָת.
יִמְשֹׁךְ אֶז הַתּוֹר בְּקוֹלוֹ הַמְּתוֹק
חֲמִדַּת כְּסוּפִין מְעַדְנָת.

שיר העמק

מילים: נתן אלתרמן
לחן: דניאל סמבורסקי

באה מנוחה ליגע
ומרגוע לעמל.
לילה חיוור משתרע
על שדות עמק יזרעאל.
טל מלמטה ולבנה מעל,
מבית אלפא עד נהלל.

מה, מה לילה מליל
דממה ביזרעאל
נומה עמק, ארץ תפארת
אנו לך משמרת.

אופל בהר הגלבוע,
סוס דוהר מצל אל צל.
קול זעקה עף גבוה,
על שדות עמק יזרעאל.
מי ירה ומי זה שם נפל
בין בית אלפא ונהלל.

ים הדגן מתנועע,
שיר העדר מצלצל,
זוהי ארצי ושדותיה,
זהו עמק יזרעאל.
תבורך ארצי ותהולל
מבית אלפא עד נהלל.

לְכָה דוֹדִי נִצָּא הַשָּׂדֶה,
נְלִינָה בַּכְּפָרִים, נִשְׁכִּימָה
לְכַרְמִים.

נִרְאֶה אִם-פְּרָחַה הַגֶּפֶן,
פֶּתַח הַסְּמִדָּר.

עוֹרֵי צָפוֹן וּבוֹאֵי תִימָן,
הַפִּיחֵי גִבֵּי יִזְלוּ בְּשִׁמְיֹו;
יְבֹא דוֹדִי לְגִנֹּו
וַיֹּאכַל פְּרֵי מִגְדֵּיֹו.

אל גינת אגוז

מילים: שיר השירים ו', י"א

אֶל-גִּינת אֶגוֹז יִרְדֹּתִי
לִרְאוֹת בְּאֲבֵי הַנְּחָל;
לִרְאוֹת הַפְּרָחַה הַגֶּפֶן,
הַנִּצּוֹ הַרְמָנִים.

ידיד נפש

ר' אלעזר אזכרי

ידיד נפש אב הרחמן
משך עבדך אל רצונך
ירוץ עבדך כמו איל
ישתחוה מול הדרך
כי יערב לו ידידותך
מנפת צוף וכל טעם.

הדור נאה זיו העולם
נפשי חולת אהבתך
אנא אל נא, רפא נא לה
בהראות לה נעם זיוך
אז תתחזק ותתרפא
והיתה לך שפחת עולם.

ותיק יהמו נא רחמיה
וחוס נא על בן אוהבך
כי זה כמה נכסף נכסף
לראות בתפארת עזך
אנא אלי מחמד לבי
חוששה נא ואל תתעלם.

הגלה נא ופרס חביב
עלי את סכת שלומך
תאיר ארץ מכבודך
נגילה ונשמחה בך
מהר אהוב כי בא מועד
וחנני כימי עולם.

לכה דודי- ר' שלמה הלוי אלקבץ

מְקַדֵּשׁ מֶלֶךְ עִיר מְלוּכָה
קוֹמֵי צְאֵי מִתּוֹךְ הַהִפְכָּה
רַב לָךְ נְשִׁבַת בְּעַמְּךָ הַבְּכָא
וְהוּא יַחֲמוּל עָלֶיךָ חֲמֵלָה

בְּאֵי בְּנִשְׁלוּם עֵטְרַת בַּעֲלָה
גַּם בְּשִׁמְחָה (בְּרִנָּה) וּבִצְהָלָה
תּוֹךְ אֲמוּנֵי עַם סִגְלָה
בוֹאֵי כָלָה בוֹאֵי כָלָה
תּוֹךְ אֲמוּנֵי עַם סִגְלָה
בוֹאֵי כָלָה נְשִׁבַת מִלְכֶתָא

לְכָה דוּדִי לְקִרְאֵת כְּלָה
פְּנֵי נְשִׁבַת נְקִבְלָה

נְשִׁמּוּר וְזָכוּר בְּדַבּוּר אֶחָד
הַנְּשִׁמֵּעֵנוּ אֵל הַמִּיחָד
ה' אֶחָד וְנִשְׁמוּ אֶחָד

לְנִשְׁם וּלְתַפְאֶרֶת וּלְתַהֲלָה

לְקִרְאֵת נְשִׁבַת לְכוּ וְנִלְכָה

כִּי הִיא מְקוֹר הַבְּרָכָה

מִרְאֵשׁ מְקַדֵּם נְסוּכָה

סוּף מַעֲשֵׂה בְּמַחְשָׁבָה תְּחִלָּה

אנא בכח

מילים: מן התפילה , ר' נחוניא בן הקנה

אנא בכח גדולת ימינך תתיר צרורה

קבל רינת עמך שגבנו טהרנו נורא

נא גיבור דורשי יחודך כבבת שמרם

ברכם טהרם רחמי צדקתך תמיד גמלם

חסין קדוש ברב טובך נהל עדתך

יחיד גאה לעמך פנה זוכרי קדושתך

שועתנו קבל ושמע צעקתנו, יודע תעלומות

כי אשמרה שבת

ר' אברהם אבן עזרא

כִּי אֲשַׁמְרָה שַׁבָּת אֵל יִשְׁמְרֵנִי.
אוֹת הִיא לְעוֹלָמִי עַד בְּיָנוּ וּבְיָנֶיךָ

אָסוּר מְצֵא חֶפֶץ עֲשׂוֹת דְּרָכִים
גַּם מִלְדַּבֵּר בּוֹ דְבָרֵי צָרָכִים.
דְּבָרֵי סְחוּרָה אֶף דְבָרֵי מְלָכִים
אֶהְיֶה בְּתוֹרַת אֵל וּתְחַכְמֵנִי:
אוֹת הִיא לְעוֹלָמִי עַד בְּיָנוּ וּבְיָנֶיךָ

בו אֶמְצָא תָמִיד נוֹפֵשׁ לְנַפְשִׁי
הִנֵּה לְדָר רִאשׁוֹן נָתַן קְדוּשָׁי.
מוֹפֵת בְּתֵת לֶחֶם מִשְׁנֶה בְּנִשְׁנֵי
כָּכָה בְּכָל שְׁנֵי יְכַפִּיל מְזוֹנִי:
אוֹת הִיא לְעוֹלָמִי עַד בְּיָנוּ וּבְיָנֶיךָ

רָשָׁם בְּדַת הָאֵל חוֹק אֶל סִגְנוֹ
בו לְעֵרוֹךְ לֶחֶם פָּנִים בְּפָנָיו.
עַל כֵּן לְהִתְעַנּוֹת בּוֹ עַל פִּי נְבוּנִי
אָסוּר, לְבַד מִיּוֹם כְּפוּר עוֹנִי:
אוֹת הִיא לְעוֹלָמִי עַד בְּיָנוּ וּבְיָנֶיךָ

הוא יום מְכַבֵּד הוא יום תַּעֲנוּגִים
לֶחֶם וַיֵּין טוֹב בְּשֵׁר וְדָגִים
הַמְתַּאֲבָלִים בו אַחֹר נְסוּגִים
כִּי יוֹם שְׂמֵחֹת הוּא וְתִשְׁמַחְנִי:
אות היא לעולמי עד בינו וביני

מֵחַל מְלֶאכָה בו סוֹפו לְהַכְרִית
עַל כֵּן אֶכְבֵּס בו לְבִי כְבוֹרִית
וְאֶתְפַּלֵּל אֶל אֵל עֲרֵבִית וְשַׁחֲרִית
מוֹסַף וְגַם מִנְחָה הוּא יַעֲנֵנִי:
אות היא לעולמי עד בינו וביני

שבחי ירושלים

מלים: תהילים קמ"ז, י"ב
לחן: אביהו מדינה

שבחי ירושלים את ה'
הללי אלוהייך ציון
כי חיזק בריחי שערייך
ברך בנייך בקרבך
הללי, הללי אלוהייך ציון

ירושלים של זהב- נעמי שמר

חזרנו אל בורות המים
לשוק ולכיכר
שופר קורא בהר הבית
בעיר העתיקה

ובמערות אשר בסלע
אלפי שמשות זורחות
נשוב נרד אל ים המלח
בדרך יריחו

ירושלים של זהב...

אך בבואי היום לשיר לך
ולך לקשור כתרים
קטונתי מצעיר בנייך
ומאחרון המשוררים

כי שמך צורב את השפתיים
כנשיקת שרף
אם אשכחך ירושלים
אשר כולה זהב

אוויר הרים צלול כיון
וריח אורנים
נישא ברוח הערביים
עם קול פעמונים

ובתרדמת אילן ואבן
שבוייה בחלומה
העיר אשר בדד יושבת
ובליבה חומה

ירושלים של זהב
ושל נחושת ושל אור
הלא לכל שיריך
אני כינור
ירושלים של זהב
ושל נחושת ושל אור
הלא לכל שיריך
אני כינור

שלום לך דודי / ר' שלמה אבן גבירול

שְׁלוֹם לְךָ דָּוִדִי הַצַּח וְהַאֲדָמוֹן
שְׁלוֹם לְךָ מֵאֵת רִקְהָ כְּמוֹ רִמּוֹן

לְקַרְאֵת אַחֻוֹתְךָ רוּיָן צָא נָא לְהוֹנְשִׁיעָה
וְצַלַח כְּבָן יִשְׂי רַבַּת בְּנֵי עֵמּוֹן

מֵה לְךָ יִפְהַפִּיָה כִּי תַעֲוֹרְרִי אֶהֱבָה
וְתַצְלִצְלִי קוֹלְךָ כִּמְעִיל בְּקוֹל פִּעֵמּוֹן

הַעֵת אֲשֶׁר תַּחְפּוֹץ אֶהֱבָה אַחִי שְׁנָה
עֵתָה וְעַלֶיךָ אֵרֵד כְּטַל חֶרְמוֹן

מי האיש

מילים: תהילים ל"ד

מי האיש החפץ חיים,
אוהב ימים
אוהב ימים לראות טוב.

נצור לשונך מרע
ושפתיך מדבר מירמה
סור מרע, עשה טוב
בקש שלום ורדפהו.

אור ירושלים

מילים ולחן: יוסף שריג

השקט שוב צונח כאן משמי הערב
כדאיית דיה מעל התהומות
ושמש אדומה נושקת להט חרב
את הפסגות, המגדלים והחומות.

ראיתי עיר עוטפת אור

והיא עולה בשלל צבעי הקשת

והיא נוגנת בי כנבל העשור

ראיתי עיר עוטפת אור.

הנה זוחל הצל מבין גבעות האורן

קרוב בסתר כאוהב אל השכונות.

ומול פניו קריצות, ריבוא עיני האור הן,

לפתע נפקחו עניו כנפעמות.

ראיתי עיר עוטפת אור

והיא עולה בשלל צבעי הקשת

והיא נוגנת בי כנבל העשור

ראיתי עיר עוטפת אור.

בדממת אשמורת אחרונה נושמת,

ובקטיפת שחקים רסיס אחרון

מחויר,

אך שחר כבר כיפת זהב שלה

אודמת

למגעו החם, הרך של אור צעיר.

ראיתי עיר עוטפת אור...

חי

מילים: אהוד מנור
לחן: אבי טולדנו

עובר מזמור מדור לדור
כמעייין מאז ועד עולם
אני שואל ומתפלל
טוב שלא אבדה עוד התקווה

חי, חי, חי, כן, אני עוד חי
זה השיר שסבא שר אתמול לאבא והיום אני
אני עוד חי, חי, חי, עם ישראל חי
זה השיר שסבא שר אתמול לאבא והיום אני

שמעו, אחיי, אני עוד חי
ושתי עיניי עוד נישאות לאור
רבים חוחיי, אך גם פרחיי
ולפניי שנים רבות מספור

אני שואל ומתפלל
טוב שלא אבדה עוד התקווה

הללויה

מילים: שמרית אור
לחן: קובי אושרת

הללויה לעולם
הללויה ישירו כולם
והענבלים הגדולים
יהדהדו בהמון צלילים
ואתנו הם יאמרו, הללויה.
פזמון...

הללויה על הכל
הללו על מחר ואתמול
הללויה, ותנו יד ביד
ושיירו מלב אחד -
הללויה.
פזמון...

הללויה לעולם,
הללויה ישירו כולם
במילה אחת בודדה
הלב מלא בהמון תודה
והולם גם הוא - איזה עולם נפלא.
הללויה עם השיר,
הללויה על יום שמאיר,
הללויה על מה שהיה,
ומה שעוד לא היה -
הללויה.

על כל אלה- נעמי שמר

על הדבש ועל העוקץ

על המר והמתוק

על ביתנו התינוקת שמור אלי הטוב

על האש המבוערת

על המים הזכים

על האיש השב הביתה מן המרחקים

על כל אלה

על כל אלה

שמור נא לי אלי הטוב

על הדבש ועל העוקץ

על המר והמתוק

אל נא תעקור נטוע

אל תשכח את התקווה

השיבני ואשובה אל הארץ הטובה

שמור אלי על זה הבית

על הגן על החומה

מ יגון מפחד פתע וממלחמה

שמור על המעט שיש לי

על האור ועל הטף

על הפרי שלא הבשיל עוד וכבר נאסף

על כל אלה

על כל אלה

שמור נא לי אלי הטוב

על הדבש ועל העוקץ

על המר והמתוק

אל נא תעקור נטוע

אל תשכח את התקווה

השיבני ואשובה אל הארץ הטובה

מרשרש אילן ברוח

מרחוק נושק...

שלום עליכם

מילים: מן התפילה

שְׁלוֹם עֲלֵיכֶם מִלְּאֲכֵי הַנְּשִׂרַת מִלְּאֲכֵי עֲלִיּוֹן
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא
בּוֹאֲכֶם לְשָׁלוֹם מִלְּאֲכֵי הַנְּשִׂרַת מִלְּאֲכֵי עֲלִיּוֹן
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא
בְּרִכּוֹנִי לְשָׁלוֹם מִלְּאֲכֵי הַנְּשִׂרַת מִלְּאֲכֵי עֲלִיּוֹן
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא
צֵאתְכֶם לְשָׁלוֹם מִלְּאֲכֵי הַנְּשִׂרַת מִלְּאֲכֵי עֲלִיּוֹן
מִמֶּלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא

תפילה

מי יתן ובזכות הרוח, האהבה,
השירה, האמונה והחברות
נזכה לבריאות איתנה
ולבשורות טובות
במהרה
לכולנו, בישראל ובעולם כולו.

