

אתה סתר לי  
מצר תצרני

רני פלט  
תסובבני סלה

תסתירני מפוד מרעים  
מרגשת פעלי און

כי יצפניני בסכה  
ביום רעה

יסתרני בסתר אהלו  
בצור ירוממיני

ישב בסתר עליון  
בצל שדי יתלונן

מלא רחמים!

רחם  
על עמך ישראל

ובפרט  
על כל עירות ישראל

אשר הולכין ומסבבין בהן  
מיני חלאים ומכאובים  
רחמנא לצלן

רחם עליהם  
למען שמך

ואמר למלאך  
הרף ידך!

וְיֵשֶׁב חֶרְבוֹ  
אֶל נְדָנָה

חוּם וְחַמּוּל עֲלֵיהֶם  
וְעַל כָּל שְׂאֲרֵי עַמּוֹ  
בֵּית יִשְׂרָאֵל

וְלֹא תִתֵּן הַמְּשֻׁחִית  
לָבוֹא אֶל פְּתֵיהֶם  
לְנִגְףָה

או  
לְהִזִּיק  
וּלְהַחֲלִישׁ  
חַס וְשְׁלוֹם

רַחֵם!

רַחֵם!

הַצֵּל!

הַצֵּל!

בְּעַל הַרְחָמִים  
בְּעַל הַיְשׁוּעוֹת

בּוֹרֵא רַחוּמֹת  
נּוֹרֵא תְהִלּוֹת  
אֲדוֹן הַנִּפְלְאוֹת

זָכֵר לְעֶבְרֶיךָ  
אֲבוֹתֵינוּ וְרַבּוֹתֵינוּ

הַצַּדִּיקִים הָאֲמִתִּיִּים  
שֶׁהָיוּ בְּכָל דּוֹר וְדוֹר

מִיָּמֵי אַבְרָהָם אֲבִינוּ  
עַד הַנּוֹה

לְמַעַן  
וּלְמַעַן רַחֲמֵיךָ הַרְבִּים

רַחֵם עָלֵינוּ  
וְשִׁמְרֵנוּ וְהַצִּילֵנוּ

אוֹתָנוּ  
וְכָל עַמֶּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל

מִכָּל מִיַּי חֲלָאִים  
וּמִכָּל מַכְאוּבִים וּמַחֲוָשִׁים

שֶׁלֹּא יָבוֹאוּ  
עַל שׁוֹם אֶחָד מִיִּשְׂרָאֵל

וְתִשְׁלַח מִהֲרָה  
רְפוּאָה שְׁלֵמָה מִן הַשָּׁמַיִם

לְכָל אוֹתָן  
אֲשֶׁר בְּכַר הַבַּיִת אוֹתָם  
בְּאַיִזָּה חֲלִי אוֹ מַכְאוּב

רַחֵם עֲלֵיהֶם  
וּרְפְּאֵם מִהֲרָה רְפוּאָה שְׁלֵמָה

רְפוּאָת הַנֶּפֶשׁ  
וּרְפוּאָת הַגּוּף

אֵל נָא  
רְפֵא נָא לָהֶם  
לְמַעַן שְׂמֹךְ

(ובפרט לחולה:  
פלוני בן פלונית)

כִּי אֵל מֶלֶךְ  
רוֹפֵא נְאֻמָּן וְרַחֲמָן  
אֶתָּה

יֵאל חַי וְקַיִם  
מִחַיֵּה חַיִּים

תָּן לָנוּ חַיִּים  
וְנַחֲיָה וְלֹא נָמוּת

נְאֻלְנוּ מִמּוֹת  
פְּדֵנוּ מִשַּׁחַת



רְבוּנוּ שֵׁל עוֹלָם!  
שׁוּמֵר יִשְׂרָאֵל

אַתָּה לְבַד יוֹדֵעַ  
מִי אֲוֹרְכִים עָלֵינוּ  
בְּכָל עֵת

וּבִפְרָט  
עַל מִי שֶׁנִּגְזַר עָלָיו  
אֵיזָה גְזֵרָה לֹא טוֹבָה  
חֶסֶם וְשָׁלוֹם

וְרַק  
אַתָּה לְבַד יוֹדֵעַ  
אֵיךְ לְהַסְתִּיר וּלְהַצְפִּין  
אֶת כָּל אֶחָד וְאֶחָד מִיִּשְׂרָאֵל  
מִהָאֲוֹרְכִים הַמְסַכְּבִים עָלָיו

רַחֵם  
עַל כָּל עַמּוּד יִשְׂרָאֵל

וּבִפְרָט  
עַל כָּל מִי שֶׁנִּגְזַר עָלָיו  
אֵיזָה גְזֵרָה לֹא טוֹבָה  
רַחֲמֵנָא לְאַלְתָּן

וְשֹׁמֵרִים וְהַצִּילֵם  
בְּשִׁמוֹתֶיךָ הַקְּדוֹשִׁים

וְהַסְתִּירֵם  
בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבִּים

מִכָּל צָר וְאוֹיֵב  
וְאוֹרֵב וּמִסְטִין

רַחֵם עָלֵינוּ  
וְהַגֵּן בְּעַדְנוּ

וְהַסֵּר מֵעָלֵינוּ  
אוֹיֵב דְבָר וְחֶרֶב  
וְרָעַב וְיָגוֹן

וְהַסֵּר שָׂטָן  
מִלְּפָנֵינוּ וּמֵאַחֲרֵינוּ

וּבְצֵל כְּנָפֶיךָ  
תַּסְתִּירֵנוּ

כִּי אֵל שׁוֹמְרֵנוּ  
וּמַצִּילֵנוּ אַתָּה

חֹסֶה ה' עַל עַמֶּךָ  
וְהַצִּילֵנוּ מִזַּעֲמֶךָ

וְהַסֵּר מִמֶּנּוּ  
מִכַּת הַמִּנְפֶה  
וּגְזֵרַת קָשָׁה

כִּי אַתָּה  
שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל

מְרִיחַ דְּעֶלְמָא כְּלָא!

שְׁמַר פְּתָאִים ה'

אתה לבד יודע  
באיזה דרך  
באיזה שם

להסתיר ולשמור  
את כל אחד מישראל

מכל פגעין ומרעין בישין  
ומכל מיני גזרות רעות

בין קדם גזר דין  
בין לאחר גזר דין

רחם עליהם  
ושמרום והצילם  
בגפלאותיך הנוראות

באפן  
שלא יהיה שום כח  
להאורבים והמסטינים

לכנם ולהתאחזו  
חס ושלום

תחת המסתר והמכסה  
אשר אתה מכסה ומסתיר  
ברחמיך וחסדיך

בשמותיך הקדושים  
והטהורים

וקים בנו  
ובכל עמך ישראל  
מקרא שכתוב:

תסתירם בסתר פניך  
מרכסי איש

תצפנם בסכה  
מריב לשונות

שְׁמֵרֵנִי בְּאִישׁוֹן בֵּית עֵינַי  
בְּצֵל כְּנָפֶיךָ תִּסְתִּירֵנִי

אֲנֹרָה בְּאֶהְלֶךְ עוֹלָמִים  
אֲחַסֶּה בְּסִתְרֵךָ כְּנָפֶיךָ סֶלָה

סִתְרֵי וּמַגְנֵי אֶתָּה  
לְדַבְרֶךָ יִחַלְתֵּי

שְׁמֵרָה נַפְשִׁי וְהַצִּילֵנִי  
אֵל אֲבוֹשׁ כִּי חִסִּיתִי בְּךָ

כִּי אֵין לָנוּ עַל מִי לְהִשָּׁעַן  
כִּי אִם עַל אֲבִינוּ שְׁבַשְׁמַיִם

וְאֲנַחְנוּ לֹא נִדְעֵה מַה נַּעֲשֶׂה  
כִּי עָלֶיךָ עֵינֵינוּ

יְהִיו לְרִצּוֹן אִמְרֵי פִי  
וְהִגִּיזוּן לִבִּי לְפָנֶיךָ ה'   
צוּרֵי וְגוֹאֲלֵי

אָמֵן  
וְאָמֵן

# מקורות

התפלה הועתקה כאן בדיוק-רב והוגהה על-פי כתב-יד הספר לקוטי תפלות לרבי נתן מברסלב (תפילה קלו), והיא מיוסדת על המאמר "אתה סתר לי" בספר לקוטי מוהר"ן (סימן ריג), וזה לשונו:

דע, שיש שם שכשהקדוש ברוך הוא רוצה להסתיר ולכסות את האדם מן ה'בעל דבר' להציל אותו ממנות שנגזר עליו, אזי הוא מסתיר ומכסה אותו בזה השם!

ואזי ה'בעל דבר' משומט ומחפש סביבות זה האדם, לבקש לו מקום שיוכל להגנס תחת המסתר והמכסה להזיק לזה האדם, אך תכף כשמביט עליו נסתלק ואין לו כח מחמת זה השם.

אבל דע, שכשחם ושלום, מוצא מקום לכנס תחת המסתר והמכסה לשלם על האדם, אזי אדרבא מקבל עוד ה'בעל דבר' יותר כח מזה השם. וזה בחינת מה שכתוב בזהר הקדוש (פינחס דף רלו) שראה פינחס המ"ם של מנות משוטטת אז, הינו, כי המ"ם היא בחינת הס"מ המשוטט סביב סביב כנ"ל.

ודע, שהשם הנ"ל, הוא שם סאל (= שם ה-מ"ה משם בן ע"ב), ויוצא מפסוק (תהלים לב, ז) אתה סתר לי מראשי תבות, והמם של מצר תצרני הוא בחינת המ"ם הנ"ל, בחינת הס"ם המשוטט סביב המכסה והמסתר הנ"ל, לשלם על האדם כנ"ל; ואם, חם ושלום, מוצא מקום לשלם, אזי מקבל יותר כח מזה השם, כי נצטרף המ"ם להשם סאל הנ"ל, ונעשה צרוף שמו סמאל. על כן צריך להפסיק בין תבות אתה סתר לי לתבת מצר, כדי שלא לעשות צרוף שמו, חם ושלום.

ואזי, כששולט על האדם, חם ושלום, ומקבל עוד כח מזה השם כנ"ל, אזי נעשה מהשם הנ"ל: סוף אדם למות (ברכות יז), שהוא ראשי תבות שם סאל הנ"ל. אבל כשמסמין את עצמן בכח השם הנ"ל, אזי השם הוא מכסה ומסתר, בחינת אתה סתר לי, וגם מצר תצרני ותשמרני.

בתפילה שישד רבי נתן על דברי רבו, שזר בתבונה את כל הפסוקים מספר תהלים, שבהם פונה דוד המלך ומבקש מהקב"ה שברחמיו המרובים יסתיר אותו ואת כל ישראל בסתר עליון ובצל כנפיו. שמונה פסוקים המה, ואלו הן:

אתה סתר לי וגו' (לב, ז), תסתירני מסוד מרעים וגו' (סד, ג), כי יצפני וגו' (כו, ה), ישב בסתר עליון (צא, א), תסתירם בסתר פניך וגו' (לא, כא), שמרני באישון וגו' (ני, ח), אגורה באהלך וגו' (סא, ה), סתרי ומנני אתה וגו' (קיט, קיד).

בחכמה ומליצה סידר עוד פסוקים רבים, ולמען לא יחסר המזג, הרי מקורותיהם לפי סדרם הנה:

ואמר למלאך ה' וישב חרבו אל נדנה. על פי לשונות הכתובים בדבר שהיה בימי דוד המלך ע"ה (דברי הימים א' כא, טו): ויאמר למלאך המשחית רב עתה ה' ה' וישב חרבו אל נדנה. וראה עוד שמואל ב' פרק כד; וזה שמות יט: שנחזר הדין לבעל הדין והרשות למי שהרשות שלו).

ולא תתן המשחית לבוא אל בתיכם לנגף (על פי שמות יב, כג): ולא יתן המשחית לבא אל בתיכם לנגף).

זכר לעבדיך. תפילת משה רבינו ע"ה אשר העלתה ארוכה לשבר בת עמי (דברים מ, כז): זכר לעבדיך לאברהם ליצחק וליעקב; ונסדרה בתפילת 'והוא רחום לימי בי' וה'. וראה שבת ל'. וישבת אני את המתים שכבר מתו, שכשחטאו ישראל במדבר עמד משה לפני הקב"ה ואמר כמה תפלות ותחנונים לפניו ולא נענה, וכשומר (שמות לב, יג) זכר לאברהם ליצחק ולישראל עבדיך - מיד נענה; וראה שמות רבה פ' מד בארוכה).



אֵל נָא רָפָא נָא. גַם הִיא תִפְלָה לְמִשְׁחָה אִישׁ הָאֶל־לְהִים (במדבר יב, יג). וראה ספרי על אתר: 'שאלו תלמידיו את ר' אליעזר עד כמה יאריך אדם בתפלה, אמר להם: אל יאריך יותר ממשח, שנאמר (דברים ט, יח כה) וְאֶתְנַפֵּל לְפָנֶי ה' כְּרָאשְׁנָה. [וְאֶתְנַפֵּל לְפָנֶי ה'] אֵת אַרְבָּעִים הַיּוֹם וְאֵת אַרְבָּעִים הַלַּיְלָה. [וְאֶתְנַפֵּל אֵל ה'.. זְכַר לְעִבְדֶיךָ..]. ועד כמה יקצר בתפלה, אמר להם: אל יקצר יותר ממשח, שנאמר אֵל נָא רָפָא נָא לָהּ. יש שעה לקצר ויש שעה להאריך. וראה זוהר פקודי רמד: 'בגין דאיהו מארי דביתא).

וְנִתְּנָה וְלֹא נְמוֹת. על פי דברי העם אל יוסף המְשֻׁבֵּר לבל (בראשית מז, יט). וראה עוד שם מב, ב; מג, ח – והכל סובב הולך על הנשלה לשום שְׂאֵרִית בְּאֶרֶץ וְלִהְיוֹת לְפִלִיטָה וְדָלָה. וראה כלי יקר ואור החיים שם ושם).

שְׁמֵר פְּתָאִים ה' (תהלים קמז, ו). וראה שבת קכט: יבמות עב. וְקִהְנָה רַבּוֹת בְּדַבְרֵי הוֹ"ל).

שְׁמֵרָה נְפִשִׁי וְהִצִּילֵנִי וּגו'. תפילת דוד המלך ע"ה בספר תהלים (כה, כ). וראה מדרש תהלים על אתר: אם אין אתה משמרה, אין ביד אחר סיפוק לשמרה, שנאמר הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל).

וְאֶנְהֵנוּ לֹא נִדְעֵה מַה נַּעֲשֶׂה וּגו'. תפילת יהושפט המלך ע"ה (דברי הימים ב' כ, יב): כי אין בְּנוֹ כַח לְפָנֶי הַקְּמוֹן הָרֵב הַזֶּה הַבָּא עָלֵינוּ, וְאֶנְהֵנוּ לֹא נִדְעֵה מַה נַּעֲשֶׂה כִּי עֲלִיךְ עֵינֵינוּ. ונסדרה בסוף תפילת 'תחנון', וראה הטעם בטור אורח חיים סי' קלא: 'לפי שהתפללנו בכל ענין שיוכל אדם להתפלל: בשיבה, ובעמידה, ובנפילת אפים, כאשר עשה משה רבינו, דכתיב (דברים ט, ט) וְאֲשַׁב בְּקֶרֶת וְכָתִיב (שם י, י) וְאֲנֹכִי עֹמְדִתִּי בְּקֶרֶת וּגו', וְאֶתְנַפֵּל לְפָנֶי ה' (שם ט, יח כה). ומאחר שאין בנו כח להתפלל בענין אחר, אנו אומרים וְאֶנְהֵנוּ לֹא נִדְעֵה).

יְהִיוּ לְרִצּוֹן וּגו'. בספר תהלים (יט, טו). ועל דרך תקנת חכמים לאמרו בסוף תפלת שמונה עשרה).

ובדעת הוסיף מטבעות-לשון, מתוך ברכות התפלה ודברי חכמים, אמנם לא עתה עת האסף, והרי חלקם:

בּוֹרָא רְפוּאוֹת וּגו' (ברכת 'יוצר'). כִּי אֵל מְלֹךְ רּוֹפֵא נְאֻמָּן וְרַחֲמָן אֲתָהּ (ברכת 'רפאנו'). וְהִגַּן בְּעַדְנוּ וְהִסֵּר מֵעֲלֵינוּ אוֹיֵב דְּבָר וּגו' וְהִסֵּר שְׂטָן וּגו' וּבְצִל בְּנִפְיָהּ תִּסְתִּירֵנוּ וּגו' (ברכת 'השכיבונו'). הוֹסֵפָה ה' עַל עַמְּךָ וּגו' וְהִסֵּר מִמֶּנּוּ מִכַּת הַמַּגֵּפָה וּגו' (תפלת 'הוא רחום'). אֵין לָנוּ עַל מִי לְהִשְׁעֵן כִּי אִם עַל אֲבֵינוּ שְׁבִשְׁמִים (ר' סוף מסכת סוטה).

מערכת שיבולים

[Zshibolim@gmail.com](mailto:Zshibolim@gmail.com)