

תיקון חצות היום

כתב רבינו האר"י ז"ל: מנהג טוב וכשר הוא מאוד לכל בעל נפש לשבת באבלות אחר חצי היום בכל אלו הימים (של בין המצרים) ולבכות בכיה ממש על חורבן הבית... ודבר זה עושה תועלת גדולה בנפש האדם (שער הכוונות ענין בהמ"צ פ"ט ט"ג). וכתב רבינו החיד"א ז"ל: טוב לומר סדר תיקון רחל בכל יום חול מבין המצרים אחר חצות וכן נהגו בא"י תוב"ב עפ"י כתבי ר' האר"י ז"ל והוא מנהג ותיקון עכ"ל (מורה באצבע אות רל).

לחפ"י אם-לא אֶזְכְּרֶכִּי, אם-לא אֶעֱלֶה אֶת-
יְרוּשָׁלַם, עַל רֹאשׁ שְׁמֹחֲתִי: זָכַר יְהוָה^{יאהרונטי} | לִבִּי
אֲדוֹם אֶת יוֹם יְרוּשָׁלַם, הָאֲמָרִים עָרוֹן עָרוֹ, עַד
הַיָּסוֹד בָּה: בֵּת-בְּכָל הַשְׁדּוּדָה, אֲשֶׁרִי שִׁישָׁלִם-
לָךְ, אֶת-גְּמוּלָךְ שְׁגָמְלָתְ לָנוּ: אֲשֶׁרִי שִׁיאֲחִיז
וְנִפְץ אֶת-עַלְלֶיךָ אֶל-הַסָּלַע:

מִזְמוֹר לְאַסָּף, אֱלֹהִים! בָּאוּ גוֹיִם | בְּנַחֲלָתְךָ,
טָמְאוּ אֶת-הַיִּכָּל קִדְשְׁךָ, שָׁמוּ אֶת-
יְרוּשָׁלַם לְעֵינַיִם: נָתַנּוּ אֶת-נִבְלָת עַבְדֶּיךָ מֵאֲכָל
לְעוֹף הַשָּׁמַיִם, בִּשְׂרַח חֲסִידֶיךָ לְחִיתוֹ-אֶרֶץ:
שָׁפְכוּ דָמָם | בְּפִימִם סְבִיבוֹת יְרוּשָׁלַם, וְאֵין קוֹבֵר:
הֵייוֹנוּ חֲרָפָה לְשִׁכְנֶינָה, לְעַג וְקָלָם לְסְבִיבוֹתֵינוּ:
עַד-מָה יְהוָה^{יאהרונטי} תִּבְאֶנָּה לְנֹצֶחַ, תִּבְעֵר כְּמוֹ-אֵשׁ
קִנְאָתְךָ: שָׁפַךְ חֲמָתְךָ אֶל-הַגּוֹיִם אֲשֶׁר לֹא-יִדְעוּךָ,
וְעַל מַמְלָכוֹת אֲשֶׁר בָּשָׂמְךָ לֹא קָרְאוּ: כִּי אָכַל
אֶת-יַעֲקֹב, וְאֶת-נְוֶהוּ הַשָּׁמוּ: אֶל-תִּזְכֹּר-לָנוּ
עֲוֹנוֹת רֵאשִׁנִּים, מִהֵרָ יִקְדְּמוּנוּ רַחֲמֶיךָ, כִּי דָלוּנוּ
מְאֹד: עֲזָרְנוּ | אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל עַל-דְּבָר כְּבוֹד-שְׁמֶךָ,
וְהִצִּילָנוּ וּבִכָּר עַל-חַטֹּאתֵינוּ לְמַעַן שְׁמֶךָ: לְמָה |
יֹאמְרוּ הַגּוֹיִם אֵיזָה אֱלֹהֵיהֶם, יוֹדֵעַ בְּגוֹיִם לְעֵינֵינוּ
נִקְמָת דָּם-עַבְדֶּיךָ הַשָּׁפוּךָ: תִּבְּאוּ לִפְנֶיךָ אֲנִי
אֶסִּיר, בְּגִדְלִי זְרוּעֶיךָ הוֹתֵר בְּנֵי תְמוּתָה: וְהָשִׁב
לְשִׁכְנֵינוּ שְׁבַעֲתִים אֶל-חֵיקָם, חֲרָפָתָם אֲשֶׁר
חֲרָפוּךָ אֲדֹנָי: וְאֶנְחָנוּ עִמָּךְ | וְצֹאן מִרְעִיתְךָ,
נֹדֶה לָךְ לְעוֹלָם, לְדוֹר וָדָר נִסְפָּר תִּהְלָתְךָ:

זָכַר יְהוָה^{יאהרונטי} מָה-הָיָה לָנוּ, הַבִּיטָה וּרְאָה אֶת-
חֲרָפָתָנוּ: נַחֲלָתָנוּ נִהְפָּכָה לְזָרִים, בְּתֵינוּ
לְנִכְרִים: יְתוּמִים הֵייוֹנוּ וְאֵין אָב, אֲמוֹתֵינוּ
בְּאִלְמְנוֹת: מִימֵינוּ בְּכֶסֶף שְׁתֵּינוּ, עֲצֵינוּ בְּמַחִיר
יָבֹאוּ: עַל צִוְּאֵרָנוּ גִּרְדָּפָנוּ, יִגְעָנוּ וְלֹא הוֹנַח
לָנוּ: מִצָּרִים נָתַנוּ יָד, אֲשׁוּר לְשַׁבַּע לָחֶם:
אֲבֹתֵינוּ חָטְאוּ וְאֵינָם, וְאֶנְחָנוּ עֲוֹנוֹתֵיהֶם

אֲנִי יְהוָה^{יאהרונטי} אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, תָּבֹא
לִפְנֶיךָ תִּפְלָתָנוּ, וְאֶל תַּתְּעֵלֶם מִלִּבְנוּ
מִתְחַנְתָּנוּ, שְׂאִין אֶנְחָנוּ עֵזִי פָנִים וְקִשִּׁי עֶרְךָ
לוֹמַר לִפְנֶיךָ יְהוָה^{יאהרונטי} אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ,
צַדִּיקִים אֶנְחָנוּ וְלֹא-חָטְאָנוּ. אָבֵל חָטְאָנוּ, עֲוִינוּ,
פָּשַׁעְנוּ, אֶנְחָנוּ וְאֲבוֹתֵינוּ וְאֲנָשִׁי בֵיתָנוּ: אֲשַׁמְנוּ,
בְּגִדְנוּ, גְּזֻלָּנוּ, דִּבְרָנוּ דָּפִי וְלִשׁוֹן הָרָע, הָעֲוִינוּ,
וְהִרְשָׁעְנוּ, זִדְנוּ, חָמְסָנוּ, טָפְלָנוּ שִׁקָּר וּמְרֻמָּה,
יַעֲצָנוּ עֲצוֹת רָעוֹת, בּוֹזְבָנוּ, כְּעֶסְנוּ, לִצָּנוּ, מְרֻדְנוּ,
מְרִינוּ דְּבָרֶיךָ, נֹאצָנוּ, נֹאפְנוּ, סָרְרָנוּ, עֲוִינוּ,
פָּשַׁעְנוּ, פְּגָמָנוּ, צָרְרָנוּ, צַעֲרָנוּ אָב וְאִם, קִשְׁיָנוּ
עֶרְךָ, רָשָׁעְנוּ, שְׁחַתָּנוּ, תַּעֲבָנוּ, תָּעִינוּ וְתַעֲתַעְנוּ,
וְסָרְנוּ מִמִּצְוֹתֶיךָ וּמִמִּשְׁפָּטֶיךָ הַטּוֹבִים, וְלֹא שָׁוָה
לָנוּ. וְאַתָּה צַדִּיק עַל כָּל-הַבָּא עֲלֵינוּ, כִּי אִמָּת
עֲשִׂיתָ, וְאֶנְחָנוּ הִרְשָׁעְנוּ:

מָה-נֹּאמַר לִפְנֶיךָ יוֹשֵׁב מְרוֹם וְמָה נִסְפָּר
לִפְנֶיךָ שׁוֹכֵן שְׁחָקִים, הֲלֹא
הַנִּסְתָּרוֹת וְהַנִּגְלוֹת אֶתָּה יוֹדֵעַ, אֶתָּה יוֹדֵעַ רֵזִי
עוֹלָם, וְתַעֲלוּמוֹת סִתְרֵי כָל-חֵי. אֶתָּה חוֹפֵשׁ
כָּל-חֲדָרֵי בָטָן, רֹאֶה כְלִיּוֹת וְלֵב, אֵין דְּבָר נֶעְלָם
מִמֶּךָ, וְאֵין נִסְתָּר מִנֶּגְדְּ עֵינֶיךָ:

יְהִי רָצוֹן מִלִּפְנֶיךָ יְהוָה^{יאהרונטי} אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי
אֲבוֹתֵינוּ, שִׁתְּמַחֵל-לָנוּ אֶת-כָּל-חַטֹּאתֵינוּ,
וְתִכַּפֵּר לָנוּ אֶת-כָּל-עֲוֹנוֹתֵינוּ, וְתִמְחַל וְתִסְלַח
לְכָל-פָּשָׁעֵינוּ.

יבין לבכות על חורבן בית המקדש

עַל-נִהְרָוֹת | בְּכָל שָׁם יִשְׁבָּנוּ גַם-בְּכֵינוּ, בְּזִכְרָנוּ
אֶת-צִיּוֹן: עַל-עַרְבִים בְּתוֹכָהּ
תָּלִינוּ בְּנִירוֹתֵינוּ: כִּי שָׁם שְׁאֵלָנוּ שׁוֹבֵינוּ דְּבָרֵי-
שִׁיר וְתוֹלְלֵינוּ שְׁמִיחָה, שִׁירוּ לָנוּ מִשִּׁיר צִיּוֹן: אֵיךְ
נִשְׁיֵר אֶת-שִׁיר-יְהוָה^{יאהרונטי}, עַל אֲדָמָת נִכְרָ: אִם-
אֲשַׁכְּחֶךָ יְרוּשָׁלַם, תִּשְׁכַּח יְמִינִי: תִּדְבֹּק לְשׁוֹנִי |



קִינּוּת

קוֹל בְּרָמָה נִשְׁמָע בִּילְלָה. קוֹל נָהִי מִצִּיּוֹן הַמְהֻלָּלָה: קוֹל בְּרָמָה:
הַשְׁבָּתִי יָמִים הָיִיתִי גִבֹּרֶת. בִּיד אֲדֹנִי עֲטָרַת תְּפָאֶרֶת. וְעַתָּה
אֲנִי שְׁחֻחַרְתָּ. טִבְעֵתִי בְּיֶד בִּינוֹן מִצּוּלָה: קוֹל:

וְחִידָה רַעִיָה אֲזִי הָיִיתִי. וּבְכֹד עֲלִיּוֹן אֲנִי נִקְרָאתִי. וְעַתָּה
לְתַחֲתִיּוֹת יִרְדֹּתִי. וְדוּדִי וְרַעִי לְרוֹם עֲלָה: קוֹל:

וַיְחַד יוֹדְעֵי בְּתוּלוֹתַי וְרַעִיּוֹתַי. בָּכוּ גַּם עָמִי כִּי רַבּוֹת אֲנֻחוֹתַי.
אֵין נוֹטָה עוֹד אֶחָלִי וּמִקָּמִים יִרְעוּתַי. כִּי דוּדִי מִנִּי נִסַּע
וּנְגִלָה: קוֹל:

מִמְרוֹם הַשְּׁלֹכֶתִי בָּרַב מִגְנָה. שְׁלַח אֵשׁ בְּעֶצְמוֹתַי וַיִּרְדָּנָה.
וַיִּצְאָתִי בְּגוֹלָה בְּדָר בְּאֶלְמָנָה. הִגְלָה יְהוָה הִגְלָת
שְׁלוֹמִים בָּלָה: קוֹל:

הָיִיתִי כְּכֹלָה בְּתוֹךְ אֶפְרַיִם. וְעַנֵּן יוֹמָם עַל מְכוֹן הָרַר צִיּוֹן.
הַשְּׁלֹכֶתִי לַחוּץ כְּעֵנִי וְאֶבְיוֹן. בְּגָדִי לָקַח צָר וְאֲנִי אֶמְלָלָה:
קוֹל:

בְּחַנֵּי וּזְמַנֵּי טִבְחֵי אוֹיְבֵי. מִחֲזִיקִים בְּכִרְיָתִי זָרַע אוֹהֲבֵי. בְּנִי
הַיִּקְרִים וּבְחוּרֵי. הִלְכוּ בְּשָׂבִי וְעוֹלָלִי בְּגוֹלָה: קוֹל:

הֵן כָּל אֱלֹהִים אֵין דּוֹרֵשׁ לְנַפְשִׁי. אֶמְלֶאֱה הַחֲרָבָה וְאֵל עַמִּים
אֲרִים רֹאשֵׁי. וְאוֹיְבֵי אֶמַר לֹא תִקְרָאִי עוֹד אִישִׁי. כִּי נִפְלָתִי
לְפָנֶי בְּנֵי עוֹלָה: קוֹל:

נָא אֲבִי הִרְחַמְנוּ תְּשׁוּבָה לְצִיּוֹן. עֵין בְּעֵין נִרְאָה בְּבִנְיָן אֶפְרַיִם.
וְחַבִּית הַזֶּה יִהְיֶה עֲלִיּוֹן. וְאֵז גְּאוּלִּים יִפְצְחוּ צִהְלָה: וְחַבִּית
הַזֶּה יִהְיֶה עֲלִיּוֹן. וְאֵז גְּאוּלִּים יִפְצְחוּ צִהְלָה:

הַתְּנַעֲרֵי מַעֲפָר, קוֹמִי שְׂבִי יְרוּשָׁלַם, הַתְּפַתְחִי מוֹסְרֵי צִנְאוֹרָךְ
שְׂבִיָּה בַת צִיּוֹן:

עַל הִיכְלֵי אֲבָבָה יוֹמָם וַלֵּילָה. וְלַתְּפָאֶרֶת צִיּוֹן עִיר הַמְהֻלָּלָה:
בְּכִי תָמִיד עַל הַחֲרָבָן פְּעָמִים. אֶרֶץ צָבִי וִירוּשָׁלַם. וְעַל עַמָּה
אֲשֶׁר הִלְכוּ בְּגוֹלָה: וְלַתְּפָאֶרֶת:

בֵּית תְּפָאֶרֶתִי שֵׁם אוֹיֵב לְשִׁמָּה. הוֹשִׁיבֵנִי בִיָּדִי נִבְיוֹת וְשִׁמָּה.
עַל זֹאת אֲבָבָה תָּמִיד בְּקוֹל יִלְלָה: וְלַתְּפָאֶרֶת:

סִפְרֵי תוֹרָה כִּי תִלְלָה תְּפָאֶרֶתִךְ. נִפְלָה נִזְרָךְ מִיּוֹם שְׁחֻרַב
בֵּיתֶךָ. עַל זֹאת אֲשָׂא קִנְיָה עַל אֶחָלִיבָה וְאֶחָלָה: וְלַתְּפָאֶרֶת:

חֲזִקִי עָמִי מִהֵרָ אֲבָנָה דְּבִירָכָם. נָקַם אֶלְפִישׁ וְאֲשִׁיב אֶת
שְׁבוּתָכֶם. תּוֹךְ הִיכְלִי אֲשַׁכֵּן בְּבִתְחֻלָּה. כִּי מִצִּיּוֹן תֵּצֵא תוֹרָה
וְתִהְיֶה. בְּדִכְתִּיב כִּי מִצִּיּוֹן תֵּצֵא תוֹרָה וְדָבָר אֲדַבֵּר מִירוּשָׁלַם:

וְשִׁיר הַמַּעֲלוֹת בְּשׁוּבָה יְהוָה אֶת שִׁיבַת צִיּוֹן
הָיִינוּ בְּחֻלְמִים: אֲזִי יִמְלֵא שְׁחוֹק פִּינוּ
וְלִשְׁוֹנֵנוּ רִנָּה אֲזִי יֹאמְרוּ בְּגוֹיִם הַגְדִּיל יְהוָה
לַעֲשׂוֹת עִם אֱלֹהִים: הַגְדִּיל יְהוָה לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ הָיִינוּ
שְׂמִיחִים: שׁוּבָה יְהוָה אֶת שְׁבִיתֵנוּ כְּאֶפְיָקִים בְּנִגְב:
הִזְרָעִים בְּדַמְעָה בְּרִנָּה יִקְצְרוּ: הָלוֹךְ יֵלֶךְ וּבִכְהָ
נִשָּׂא מִשָּׁךְ הִזְרַע בֹּא יָבוֹא בְּרִנָּה נִשָּׂא אֶלְמָתֵינוּ:

סָבְלָנוּ: עֲבָדִים מְשֻׁלּוּ בָנוּ, פָּרַק אֵין מִיָּדָם:
בְּנַפְשֵׁנוּ נָבִיא לְחֻמָּנוּ, מִפְּנֵי חֲרָב הַמִּדְבָּר:
עוֹרָנוּ בְּתַנּוּר נִבְכְּמוּ, מִפְּנֵי זִלְעָפוֹת רָעֵב:
נָשִׁים בְּצִיּוֹן עָנּוּ, בְּתַלּוֹת בְּעָרֵי יְהוּדָה: שָׂרִים
בְּיָדָם נִתְּלוּ, פָּנֵי זִקְנִים לֹא נִהְדְּרוּ: בַּחוּרִים
טָחוֹן נִשְׂאוּ, וְנַעֲרִים בָּעֵץ כְּשָׁלוּ: זִקְנִים מִשְׁעַר
שְׁבָתוֹ, בַּחוּרִים מִנְּגִינָתָם: שְׁבַת מְשׁוּשׁ לִבָּנוּ,
נִהְפָּךְ לְאֹבֶל מְחוּלָּנוּ: נִפְלָה עֲטָרַת רֹאשֵׁנוּ,
אוֹי-נָא לָנוּ כִּי חֲטָאנוּ: עַל-זֶה הָיָה דָּוָה
לִבָּנוּ, עַל- אֱלֹהִים חָשְׁכוּ עֵינֵינוּ: עַל הָר-צִיּוֹן
שִׁשְׁמִם, שׁוֹעֲלִים הִלְכוּ בּוֹ: אֶתָּה יְהוָה ^{יְהוָה} ^{יְהוָה}
לְעוֹלָם תִּשָּׁב, כְּסֶאֱךָ לְדוֹר וָדוֹר: לָמָּה לְנִצָּחַת
תִּשְׁכַּחַנוּ, תַּעֲזֹבֵנוּ לְאֶרֶץ יָמִים: הַשִּׁיבֵנוּ יְהוָה
^{יְהוָה} ^{יְהוָה} אֱלֹהֵינוּ וְנִשׁוּבָה, חֲדָשׁ יָמֵינוּ בְּקֶדֶם: כִּי
אִם- מָאֵס מְאֹסֵתֵנוּ, קִצְפָּתָה עָלֵינוּ עַד-מָאֵד:

יחזור לומר פסוק "השיבנו, לסיים בדבר טוב (רב פעלים ח"ד):

וְהַשִּׁיבֵנוּ יְהוָה ^{יְהוָה} ^{יְהוָה} אֱלֹהֵינוּ וְנִשׁוּבָה, חֲדָשׁ
יָמֵינוּ בְּקֶדֶם:

הַבֵּט מַשְׁמִימִים וּרְאָה, מִזְבוֹל קִדְשֶׁךָ וְתִפְאֶרֶתֶךָ,
אֵיכָה קִנְאַתְךָ וּגְבוּרַתְךָ, הַמּוֹן מַעֲיָה וְרַחֲמֶיךָ
אֵלֵי הַתְּאֵפֶקוּ: כִּי-אֶתָּה אֲבִינוּ, כִּי אֲבָרְהָם לֹא
יָדָעֵנוּ וַיִּשְׂרָאֵל לֹא יִפְרָנוּ. אֶתָּה יְהוָה ^{יְהוָה} ^{יְהוָה}
אֲבִינוּ גָּאֻלָּנוּ מֵעוֹלָם שְׁמֶךָ, לָמָּה תִתְּעַנֶּנוּ יְהוָה ^{יְהוָה} ^{יְהוָה}
מִדְּרָכֶיךָ, תִּקְשִׁיחַ לִבָּנוּ מִיִּרְאָתֶךָ, שׁוּב לְמַעַן
עֲבָדֶיךָ שְׂבִטֵי נַחֲלָתֶךָ: לְמַצָּעַר יִרְשׁוּ עִם-קִדְשֶׁךָ,
צָרֵינוּ בּוֹסְסוּ מִקִּדְשֶׁךָ:

וְעַתָּה יְהוָה ^{יְהוָה} ^{יְהוָה} אֲבִינוּ אֶתָּה, אֲנַחְנוּ הַחֲמֵר
וְאֶתָּה יִצְרָנוּ, וּמַעֲשֵׂה יָדְךָ כָּלָנוּ: אֵל-
תִּקְצֹף יְהוָה ^{יְהוָה} ^{יְהוָה} עַד מָאֵד, וְאֵל-לְעַד תִּזְכֹּר
עוֹן, הֵן הִכְט- נָא עִמָּךְ כָּלָנוּ: עָרֵי קִדְשֶׁךָ הָיוּ
מִדְבָּר, צִיּוֹן מִדְבָּר הִיטָה יְרוּשָׁלַם שְׁמָמָה:
בֵּית קִדְשֵׁנוּ וְתִפְאֶרֶתֵנוּ אֲשֶׁר הִלְלוּךָ אֲבֹתֵינוּ
הָיָה לְשֹׁרֶפֶת אֵשׁ, וְכָל- מַחֲמֵדֵינוּ הָיָה לְחֲרָבָה:
הַעַל-אֱלֹהִים תִּתְּאֵפֶק יְהוָה ^{יְהוָה} ^{יְהוָה} תַּחֲשֵׁה וְתַעֲנֵנוּ
עַד-מָאֵד:

