



לוח

100

מצוות לכתחילה

עם כוונת

"כאשר צוה ה'"

להפוך מעשים פשוטים למצוות עם כוונה נכונה



מחילק
דנים
ליבו
דרבים

ת"ר: לעולם יראה אדם את עצמו
חציו חייב וחציו זכאי, עשה מצוה
אחת אשריו שהכריע עצמו לכף

זכות (וכן להיפך)

(קידושין מ.)

הלוח הזה נערך ע"י ר' א. קראהן נ"י כתקציר לספר הנפלא
"כאשר צוה ה'" שנכתב ע"י הרה"ג ר' דניאל גרפינקל
שליט"א (עם הסכמות חשובות)

הערות והארות או להודיע על תועלת שהיה לכם מלוח זה
או להדפיס עוד 1000 יח"י לזכות הרבים כזכות לישועה או
לשמחה או ליא"צ נא להתקשר ל: 02-5371744

בין 4:00 - 2:00 אחה"צ או בין 12:00 - 9:00 בערב

מי שרוצה להזמין את הספר כאשר צוה ה' שממנו נערך
הלוח יכול להתקשר לר' דוד גרפינקל 058-3241532

הלוח ניתן להשיג בירושלים ברח' פנים מאירות 7/16 משפ' קראהן
או בארה"ב בלייקוואד אצל ר' דניאל גרפינקל 917-8632685

יש לשמור לוח זה כיס בתוך כיס במקומות הנדרשים עקב קדושתו

לכבוד אחי ורעי היקרים!

אנחנו זכינו להיות מהיהודים המיוחדים והמובחרים בדור אחרון שלפני ביאת המשיח שנשארו נאמנים לה' ולתורתו ולמצוותיו.

דעו לכם שעל ידי כוונה פשוטה בשעת עשיית המצוות כלומר: שאני עושה מצוה זו, "כאשר צוה ה'" ולא סתם מעשה באויר ישתנה כל מהות החיים שלנו לחיים טובים ושמחים יותר, כי מחשבה זו גורמת לנו תמיד להיות דבקים בהקב"ה, וזה יביא אותנו לדרגת "שיתיה ה' לנגדי תמיד" ומי שעושה מצוות רבות בכל יום ודעתו וכוונתו על ה', זוכה בכל עת ובכל שעה להגיע לתכלית החיים, שהוא להיות תמיד דבוק בהקב"ה ולהתענג על ה'.

ובאמת יש מעשים רבים שאנחנו עושים בכל יום ויום, ואם רק נוסיף קצת כוונה ומחשבה בעשייתם, יכולים להפוך אותם מעשים טבעיים ופשוטים למצוות, ולפעולות גדולות חשובות ונשגבות, בלי טירחה יתירה.

לדוגמא: במהלך היום יש הרבה הזדמנויות לקיים מצוות, כגון: בשעה שעוזר בבית "מצות חסד", או בשעה שמסיים נסיעה במונית ומשלם לנהג - "ביומו תתן שכרו", מלווה כסף לחבירו "אם כסף תלווה את עמי" או אפילו בכל פעם שעובר את הכביש בזהירות מקיים מצות "ונשמרתם מאד לנפשותיכם" כשהאדם יוסיף קצת שימת לב לכוון לשם מצוה, דהיינו שאני עושה מעשה זה "כאשר צוה ה'", אז בכל פעם מתווסף לו עוד הכרה בהקב"ה, ויוצא שהוא תמיד מקושר עם הקב"ה, שזה תכלית החיים.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

קורא יקר

בטבע האדם שרוצה להרגיש קשור ושייך למשהו או למישהו, לדת, לקהילה, לקבוצה, למשפחה, יש שמקשרים את עצמם לאוכל או לבילויים למיניהם או למוזיקה, יש עם חיות מחמד, יש עם אשה ויש עם ילדים, יש עם חברים, ויש עם דברים נשגבים יותר כגון חסד עם חלשים, חכמות מסוימות, ויש חכמים יותר שבונים לעצמם קשר עם התורה עצמה ועם נותן התורה **הקב"ה בעצמו** שהוא הקשר הכי חזק, והכי בטוח, והכי כדאי, וכולל בתוכו את כל שאר הצרכים והתענוגים.

הצורך להרגיש קשור נשזר באישיותו של אדם לגרום לו ליצור קשר עם בני אדם, ובעיקר עם **בורא עולם**, וצורך זה היא מציאות והרגשה אצל כל אדם ואדם, ומי שמרגיש קשר עם ה' יש לו **הכל**, וא"א לקחת ממנו את זה, ומי שלא קשור עם ה', באמת **סאין לו כלום!**

וכידוע שהדרך להרגיש קשר עם ה' שהוא התענוג הכי גדול (כמבואר במס"י א') זה דוקא ע"י עשיית המצוות, כמו שמבואר בזוה"ק (יתרו פב:) שהתרי"ג מצוות הם **613 עצות** איך להיות ולהרגיש קשור ודבוק לה'.

וכמובן שקשה להרגיש קשר עם ה' ע"י מצוות שנעשים בהיסח הדעת גמור, אלא הקשר נבנית דוקא ע"י שעושים את המצוות עם כוונה בסיסית, שהנני עושה מצוה זו **"כאשר צוה ה"**, ובפרט אם יודע **איפה** בתורה צוה, ועוד יותר אם מבין **למה** צוה.

פעם ניגש אל ר' שלמה זלמן אויערבאך זצ"ל איש פשוט ושאל אותו, מה זה שאמרנו חז"ל (מכות כ"ג:) רצה הקב"ה לזכות את ישראל לפיכך הרבה להם תורה ומצוות, הרי אדרבה הדבר מקשה ומכביד כשמוטלים עלינו מצוות והלכות כה רבות?

השיב לו רבינו במתק לשונו, התבונן נא, הרי חלק גדול ממצוות

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

ה' הן בפעולות שהאדם בלאו הכי עסוק בהן, כגון נעילת נעליים שכל אדם נועלן בבוקר זו אחר זו, והקב"ה בחסדו זיכה את עמו שיקיימו גם בזה מצוה על ידי הקדמת הימין בנעילה והשמאל בקשירה, וכהנה מעשים ופעולות רבות שאין לאדם כל טורח בהם, אלא עליו רק להוסיף כוונה לשם מצוה, וכבר זוכה בהן לשכר בעוה"ז ובעולם הבא.

ובאמת עשיית מצות עם הכוונה "כאשר צוה ה' ", ובפרט אם מבין מה עושה, ולמה, והיכן זה כתוב בתורה, יתן לו הרגשה של קשר עם ה', וירגיש שה' נמצא איתו בכל מקום ובכל עת, וזה **נותן טעם חדש בחיים, וזה יכול לתת לו סיפוק במצוות אפילו יותר מתענוגים גשמיים.**

וכשעושים מצוות בלי כוונה פשוט חסר טעם בחיים!

סיפר הרה"ג ר' שמעון שוואב זצ"ל שהתארח פעם בשבת בבית החפץ חיים, ובליל שבת קודש התקבץ ציבור רב בחדרו של החפץ חיים, ופתח ואמר: חז"ל אומרים שכל אדם היה יכול לטעום טעם במן של כל מאכל שרק חפץ בו, כפי מה שכונן בזמן אכילתו. שאל הח"ח: ואם לא חשב בכלל ולא כוון לשום טעם בעולם, איזה טעם היה למן? והשיב מינייה וביה "**בהיעדר מחשבה אין כל טעם!**"

(אז מען טראכט ניט, האט עס קיין טעם ניט) "מן" הוא דבר רוחני "**וכל דבר רוחני אין לו מקום ללא מחשבה!**"

וכן הענין לגבי מצוות שגם הם דברים **רוחניים**, המרחק בין מצוה עם כוונה (כאשר צוה ה') למצוה בלי כוונה, הוא כמרחק בין שמים לארץ.

אם כן ברור **שהכוונה** בעשיית המצוות היא **עיקר חשוב** בקיומם, עד כדי כך שבלי הכוונה לא יצא ידי חובתו לכתחילה (כמובא במ"ב או"ח סי' ט'), כיון שחסר בתכלית מטרת הענין, שהיא דביקות בה'.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

וכידוע (מהזוה"ק) שממעשה המצוות אדם זוכה לגן עדן התחתון, וממחשבות המצוות אדם זוכה לגן עדן העליון.

• **ובודאי** שכל מצוה שאדם מקיים הוא דבר גדול מאוד בעיני ה', כמו שאמרו חז"ל שאין הקב"ה מקפח שכר כל בריה אפילו שכר שיחה נאה, ומכל מקום שכר המצות שנעשית לשמה (עם כוונה) רב וגדול מאוד, וככל שעושה את המצוה יותר לשמה, כך יגדל שכרו.

• **הח"ח מביא** שכתוב **"דמצוה שמקיים לכבוד קונו הקב"ה בעצמו חותם על המצוה"** ומהו חותמו של הקב"ה? **"אני ה' נאמן לשלם שכר"**.

• אין חשיבותו של האדם נמדדת לפי **ריבוי מעשיו**, אלא לפי **איכותם**, שמעט מעשים בכוונה רצויה, חשובים יותר מהרבה מעשים בכוונה שאינה רצויה. ובלשון חובת הלבבות (שער יחוד המעשה ו') **"כי המעט הזך הוא רב, והרב בלתי זך, הוא מעט, ואין בו תועלת"**.

• **רחמנא ליבא בעי!** (סנהדרין ק:)

• וככל שיטהר ליבו יותר, יהיה **אהוב יותר לה'**! (מסילת ישירים פ' ט"ז)

• יש **מעלה** לומר (כוונת המצוה) בפיו, וזה מוסיף עוד קדושה בעשיית המצוה (עי' נפה"ח שער א' פ' י"ב).

• **בספר עבד המלך** (דרך מצותיך אות ד') כתוב על כל דבר מצוה שאין עליה **ברכה, טוב** שיוציא בפיו שעושה כן לקיים רצון השי"ת.

• ואם המצוה נלמדת מפסוק, טוב שיאמר קודם עשיית המצוה **לשון הפסוק** (וכן איתא בספר כנפי יונה) ואם לא אומר בפה, **לפחות שיכיר על איזה פסוק מבוסס מעשה המצוה שעושה כעת**. וזה אחד מהמעלות של הלוח הזה.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

- עיקר הכוונה צריכה להיות לפני קיום המצוה (מ"ב ס"ו ס' סוף ס"ק י').
- בדיעבד אם לא כוון לפני יכול לכוון באמצע (שבט הקהתי ו' ע"ה).
- גם במצוות לא תעשה יש לכוון שנמנע מלעשות מעשה זה מפני "שכך צוה ה'".
- מצוה התלויה במחשבה כגון אהבת ה', אמונה בה', ואהבת לרעך כמוך (בחלק שבלב), צריך לכוון לפני המצוה לקיים את המצוה. דאפ"ל למ"ד מצוות אין צריכות כוונה זה דוקא מצוה התלויה במעשה. (דרך פיקודיך הקדמה א' - ז').
- אע"פ שמן המובחר הוא שיכוון רק לשם מצוה, מ"מ אם מכוון גם לצרכו כגון שבזכות הצדקה יזכה לרפואה או לעשירות וכדו', מפני שכוון גם לשם מצוה, קיים את המצוה. (אהבת חסד ב' - כ"ג, ומ"ב ס"ו ס' סק"ט)
- מצוות התלויות באמירה כגון בהמ"ז, הלל, ק"ש, חמורות יותר משאר מצוות, ולכו"ע צריכה כוונה (דאפילו מי שסובר דמצות אינן צריכות כוונה, ה"מ בדבר שיש בו מעשה, שהמעשה במקום כוונה, כגון לולב, אבל במצוות שתלויות באמירה בלבד בודאי צריכה כוונה, שהאמירה היא בלב וכשאינו מכוון באמירתו וגם אינו עושה מעשה נוסף נמצא כמי שלא עשה שום דבר מהמצוה. (פסק הבי"ט סו"ט תקפ"ט מרבינו יונה).
- מצוות התלויות באמירה חמורות כ"כ, שאפ"ל מצוות דרבנן צריכות כוונה לכו"ע. (פמ"ג פתיחה כוללת חלק ג' אות ד').
- מצוות התלויות בשמיעה כגון תקיעת שופר, לפי שאין השומע עושה מעשה, אם לא נתכוון בה לא יצא. (ערוך השולחן תקפ"ט - יג)
- מצוה הנעשית בשמחה שוה פי 1000 ממצוה שנעשה שלא בשמחה! (ארחות צדיקים שער השמחה).

האם מצוות צריכות כוונה

- **נחלקו הפוסקים** אם מצוות צריכות כוונה, ולהלכה נפסק שמצוות צריכות כוונה מן התורה (בה"ל סי' ס' דה"מ ו"א) ואם עשה מצוה ולא כוון שעושה זאת כדי לקיים את ציווי ה' **לא יצא** ידי חובה, וצריך **לחזור** ולעשות את המצוה בכוונה ראויה. (מ"ב סי' ס' סק"ח).
- וכתב **החיי אדם** (בכלל סח-ט') דמה דמצרכינן ליה לחזור ולעשות המצוה היינו במקום שיש לתלות שעשיה הראשונה לא היתה לשם מצוה, כגון בתקיעה שהיתה להתלמד או בק"ש שהיתה דרך לימודו אבל אם קורא ק"ש כדרך שאנו קורין בסדר התפילה וכן שאכל מצה או תקע ונטל לולב אע"פ שלא כוון לצאת **יצא**, שהרי משום זה עושה, כדי לצאת, אע"פ שאינו מכוון, עכ"ל.
- גם לדעת האומרים שמצוות **אין** צריכות כוונה היינו **שבדיעבד יצא** ידי חובה גם אם לא כוון, **אבל כולם מודים שלכתחילה מצוות צריכות כוונה** (אפי' לחיי אדם) (מ"ב שם סק"ז).
- **י"א שמצוה דרבנן** אינה צריכה כוונה, ופסק **המ"ב** שם שגם מצוה דרבנן **צריכה** כוונה.
- מצוות שהם **מדברי קבלה** כגון קריאת המגילה נחשבות כמצוות שמדברי תורה וגם הם צריכות כוונה (מ"מ הל' מגילה ב' - ה').
- הדין שמצוות צריכות כוונה נוהג **בנשים** כמו באנשים.
- **במ"ב** (שמ"ג סק"ג) מובא חיוב על הורים **להרגיל ילדיהם** במצוות, כל ילד לפי **דרגתו וחכמתו**. (ואולי נכלל בזה גם ענין הכוונה).

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

מהות ואופן הכוונה

יכוין במחשבתו הריני מכוון לקיים מצוה פלונית "כאשר צוה השם" (מ"ב ס"ו ס"ק ז).

עצות:

- יתחיל לקיים מצוה אחת בכוונה ואחר כך יוסיף ויכוון במצוות נוספות עד שיבוא לכוון בכל המצוות (כמקובל בעבודת ה', כשבונים בהדרגה יש יותר סיכוי שיתקיים).
- יכין עצמו, ויישב דעתו לפני קיום המצוה, ולא יעשנה בפתע פתאום, ומתוך כך יתעורר לעשות את המצוה בכוונה נכונה (מס"י י"ז).
- ונכון מאוד שילמד אדם את עצם המצוות בספרי מונה המצוות כגון: רמב"ם, סמ"ג, חינוך, (וספר החרדים על מצוות הנוגעות בזמן הזה) ויהיה בקי בהן שעי"ז יהיה ביכולתו לקיימן, וכמו שאמרו חז"ל על הפסוק וראיתם אותו וזכרתם את כל מצות ה' ועשיתם אותם, זכירה מביא לידי עשיה, דאם לא ידע אם היא מצוה בכלל איך יזכור לקיימן (מ"ב סו"ט קנ"ו).
- מי שרוצה ללמוד ולהבין ענין כוונת המצוות יותר בהרחבה יכול לרכוש את הספר שממנו בניתי את הלוח הזה. (ספר כאשר צוה ה', פרטים בעמ' 2)
- מצוה בלי כוונה כגוף בלי נשמה! (כף החיים או"ח ס"ו - י').

בעניין הלוח

הריני מכיין לקיים מצות... כאשר צוה ה'!

יש שתי סוגי מצוות: (1) יש שהמעשה היא מצוה מצד עצמה כגון: ציצית ותפילין. (2) ויש שהמעשה אינו מצוה מצד עצמה, אלא שבידו לכוון למצוה ועי"ז להפוך מעשה פשוט למעשה מצוה.

ברשימה שלפנינו יש ב' סוגי מצוות, רשמנו רק 100 אבל יש אלפי מעשים שנכנסים להגדרת ב' סוגים אלו, ובעיקר הסוג השני. לוח זה כולל השכיחים יותר, וזה בגדר "תן לחכם ויחכם עוד", ומצוה גוררת מצוה. אין לשער ואין לתאר כמה מצוה בכוונה, ובשמחה חשובה לפני הקב"ה, ומחבר אותנו אליו.

הטבלה מסודרת בתחילתה לפי סדר היום.

המקורות למצוות מופיעים

בסוף הלוח לפי מספרי המצוות.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

מקור בפסוק	מעשה מצוה	
מצוות הבוקר		
"שויתי ה' לנגדי תמיד". "ובו תדבק".	כשמתלבש בצניעות הראויה זוכה לקיים מצות	1
"והיה מחניך קדוש" / "והצנע לכת עם ה' אלוקיך".	כשמתנהג בצניעות בבית הכסא.	2
"אל תשקצו את נפשותיכם".	כשנזהר לא להשהות את נקביו מקיים מצות ל"ת	3
"את ה' אלוקיך תירא".	כששוטף את פיו שיוכל להזכיר שם ה' בנקיות.	4
"כל פעל ה' למענהו" "ונקדשתי בתוך בני ישראל".	כשרוחץ פניו או ידיו ורגליו לכבוד קונו.	5
"ונשמרתם מאד לנפשתיכם".	כשמצחצח שיניים.	6
"למען תזכרו ועשיתם את כל מצותי והייתם קדושים לאלקיכם". בכל רגע ורגע שלובש ציצית מקיים מצוה!	לבישת טלית קטן, ועטיפת טלית גדול -בכוונה שזכור כל מצוותיו לעשותם (וי"א דכוונה הנ"ל מעכבת).	7

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"ולעבדו בכל לבבכם". (וי"א שפסוק זה מתייחס דוקא לשמונה עשרה)</p>	<p>כשמתפלל או אומר כל בקשה שהיא מהלב (בכל שפה שתהיה).</p>	<p>8</p>
<p>"כי שם ה' אקרא הבו גדל לאלקינו".</p>	<p>כשמברך ברכת התורה.</p>	<p>9</p>
<p>"ולמדתם אותם ושמרתם לעשותם" / וי"א "ושגנתם לבניך".</p>	<p>כשאומר יברך - ואלו דברים - מקיים מצות ת"ת.</p>	<p>10</p>
<p>"וקשרתם לאות על ידך".</p>	<p>כשמניח תפילין על היד (שיש בהם יחוד שמו יתברך, ויציאת מצרים).</p>	<p>11</p>
<p>"והיו לטטפת בין עיניך". בכל רגע ורגע שהתפילין בזרועו ובראשו מקיים שמונה מצוות!</p>	<p>כשמניח תפילין על הראש, (כדי שנזכור ניסים ונפלאות שעשה עמנו, שהם מורים על יחודו).</p>	<p>12</p>
<p>"ומקדשי תיראו אני ה' ואהי להם למקדש מעט".</p>	<p>זהירות בכבוד בית הכנסת, ומלדבר שיחה בטילה.</p>	<p>13</p>
<p>"כי שם ה' אקרא הבו גדל לאלקינו".</p>	<p>עניית אמן על ברכה שמקורה בתורה, כגון: ברכת התורה, ברכת כהנים, ברכת המזון.</p>	<p>14</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

15	פסוקי דזמרה להלל ולשבח לה'. מצות אהבת ה'.	"ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך".
16	בנתינת צדקה (כמובן בהארת פנים, וברכת הצלחה בפה או לסמן ביד).	"פתוח תפתח את ידך", "נתון תתן לו".
17	ע"י אמירת קדיש, קדושה, וברכו בעשרה מקיים מצות עשה לקדש שמו ברבים.	"ונקדשתי בתוך בני ישראל".
מצוות ברכות קריאת שמע, וק"ש		
18	בברכת אהבה רבה נרמזים כמה מהשש זכירות וראוי לאדם לכוון בהם (מג"א סי' ס' סק"ב) כשאומר "ובנו בחרת מכל עם ולשון" ונזכר בנתינת התורה לישראל. מקיים מצות זכירת מתן תורה.	"רק השמר לך ושמור נפשך מאד פן תשכח את הדברים אשר ראו עיניך... ופן יסורו מלבבך כל ימי חיך, והודעתם לבניך ולבני בניך יום אשר עמדת לפני ה' אלקיך בחורב".
19	כשאומר "וקרבתנו מלכנו" - מצות זכירת מעמד הר סיני בו קרבנו ה' לעבודתו.	כנ"ל.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"זכור אשר עשה לך עמלק בדרך בצאתכם ממצרים".</p>	<p>כשאומר "לשמך הגדול" - מצות זכירת מעשה עמלק, מפני שאין השם שלם עד שימחה זכר עמלק.</p>	<p>20</p>
<p>"זכור את אשר עשה ה' אלקיך למרים".</p>	<p>"להודות לך" - יכוין למצות זכירת מעשה מרים מפני שהפה נברא להודות ולא לדבר ל"ה.</p>	<p>21</p>
<p>"זכור אל תשכח את אשר הקצפת את ה' אלקיך במדבר".</p>	<p>כשאומר "באהבה" - מצות זכירת מעשה עגל. כי תמיד אהבו כלל ישראל את ה', חוץ מבשעת מעשה העגל שלא היו במצב של אוהבים את ה'.</p>	<p>22</p>
<p>לפני קריאת שמע צריך לקבל על עצמו עול מלכות שמים, ולהבין מה שאומר בפסוק ראשון ובפסוק ברוך שם, ודין זה לעיכובא, ואם לא כוון צריך לחזור ולקרוא.</p>		
<p>"ושנתם ודברת במ... בשכבך ובקומך".</p>	<p>קורא בכוונה פסוק ראשון של ק"ש בוקר וערב.</p>	<p>23</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"אנכי ה' אלקיך"...</p> <p>"לא יהיה לך אלהים אחרים על פני".</p>	<p>אפשר באמירת "אלקינו" לקיים מצות אמונה במציאות והשגחת ה', וכן מצות ל"ת לא להאמין באלהים אחרים.</p>	<p>24</p>
<p>"שמע ישראל ה' אלקינו ה' אחד".</p>	<p>כשאומר "ה' אחד" - מצות יחוד ה' (הוא ה' בלי שום שיתוף).</p>	<p>25</p>
<p>"ואהבת"...</p> <p>מקיימים? ע"י חשיבה בגדלות ה', וקטנות האדם, והטובות שעושה לנו הקב"ה בכל יום ויום.</p>	<p>כשאומר "ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך" - להכניס אהבת ה' בלבו.</p>	<p>26</p>
<p>"ונקדשתי בתוך בני ישראל".</p>	<p>כשאומר "בכל נפשך" - לדמות כאילו מוסר נפשו עבור קיום התורה ומצוותיה - מצות קידוש השם.</p>	<p>27</p>
<p>"בכל מאדך".</p>	<p>כשאומר "בכל מאדך" - לחשוב שבכל מדה ומדה שהוא מודד לך בין טוב ובין רע או יסורין הוי מודה לו ומקבלם בשמחה.</p>	<p>28</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

29	בקריאת פרשת "והיה עם שמע" - מקבל עליו עול מצות.	"ושמתם את דברי אלה על לבבכם ועל נפשכם".
30	כשאומר "וחרה אף ה' " - יכול לקיים מצות יראת השם.	"את ה' אלקיך תירא" (לחשוב על חרון אפו של הקב"ה נגד החוטאים).
31	באמירת פרשת "ויאמר", מקיים מצות זכירת יציאת מצרים.	"למען תזכר את יום צאתך מארץ מצרים כל ימי חיך".
32	כשאומר "ולא תתורו" - "אחרי לבבכם" - זו מינות וכל מחשבה שהיא נגד דעת תורה. "אחרי עיניכם" - מראות אסורות וכשאומר מילים אלו יחזק את עצמו לקיימן.	"ולא תתורו" (וזו אחת ממש מצוות תמידיות שיכול לקיים בכל שעה וכ"ש דמוטל על האדם ליזהר שלא יהיה ברשותו מכשיר המביא ללא זה ח"ו).
33	כשאומר "וראיתם אותו", ומסתכל בציצית שבביל לזכור את המצוות.	"וראיתם אותו" - הסתכלות בציצית מצות עשה (לפי הסמ"ק והרשב"ץ).

תפילת שמונה עשרה

34	כשאומר "על הצדיקים" יכול לקיים המצוה - לאהוב תלמידי חכמים.	"ואהבת את ה' אלקיך", "את" לרבות תלמידי חכמים.
----	--	---

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"זכרו מרחוק את ה', וירושלים תעלה על לבבכם" (מ"ע מדברי קבלה) שלא ישתכח מלבנו.</p>	<p>בברכת "ולירושלים עירך" יכול לקיים מצות הנביא לזכור את ירושלים.</p>	<p>35</p>
<p>"אנכי ה' אלקיך אשר הוצאתיך מארץ מצרים מבית עבדים" - כך תאמינו גם בגאולה העתידה.</p>	<p>בברכת "את צמח" יכול לקיים מצות צפיה לישועה.</p>	<p>36</p>
<p>"וזכרת את כל הדרך אשר הוליכך ה' אלקיך זה ארבעים שנה במדבר" (ממנין תרי"ג לרבינו יונה).</p>	<p>באמירת "מודים" - מקיים מצות זכירת חסדי ה'.</p>	<p>37</p>
<p>"ונקדשתי בתוך בני ישראל". ויכוין מאוד לקדש שם ה' בעולם, ואז ישרה עליו קדושה מלמעלה.</p>	<p>באמירת "קדושה" יכוון לקיים מצות קידוש ה'.</p>	<p>38</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"כה תברכו את בני ישראל" ומצוה בעמידה דוקא והיא הלמ"מ. וישראל ע"י השמיעה נכללים במצוה זו. ועל האמן - מהפסוק "כי שם ה' אקרא הבו גדל לאלקינו".</p>	<p>ברכת כהנים - מצוה לכהן לברך, ולישראל לכוון ליבם לקבל ברכתם. ועניית אמן על ברכה דאורייתא, ג"כ מצוה דאורייתא.</p>	<p>39</p>
--	--	-----------

תחנון וקריאת התורה

<p>"וכי תבאו מלחמה בארצכם על הצר הצורך והרעתם בחצצרת, ונזכרתם לפני ה' אלקיכם, ונושעתם מאויביכם".</p>	<p>באמירת "שומר ישראל" ו"אחינו כל בית ישראל" מקיים מצות עשה לזעוק אל השם בעת צרה.</p>	<p>40</p>
<p>"והדרת פני זקן" מק"ו בגמ' מפני לומדיה עומדים מפניה לא כ"ש (וק"ו דאורייתא ולכן הוי מ"ע).</p>	<p>כשעומד בפני ספר תורה העובר לפניו, מקיים מצוה מן התורה של הידור ס"ת. (וכן כשרוקד לפניו בשמחת תורה או בהכנסת ס"ת).</p>	<p>41</p>
<p>מקיים מצות כבוד התורה (כנ"ל 41).</p>	<p>כשמנשק או מלוה או עומד לפני ספר תורה כשעושים הגבהה.</p>	<p>42</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"ובו תדבק". שידבק תמיד מחשבתו בו - כדכתיב "שויתי ה' לנגדי תמיד".</p>	<p>כשאומר "ואתם הדבקים" קודם קריאת התורה יכיון בלבו לקיים מצות "ובו תדבק".</p>	<p>43</p>
<p>"ונקדשתי בתוך בני ישראל".</p>	<p>כשעונה ברוך ה' המברך לעולם ועד, על אמירת ברכו, מקיים מצות - לקדש את שמו ברבים.</p>	<p>44</p>
<p>"ונקדשתי בתוך בני ישראל".</p>	<p>עצם ההשתתפות במנין לשמוע קריאת התורה שהוא דבר שבקדושה שצריך עשרה, מקיים שוב ונקדשתי.</p>	<p>45</p>
<p>"ונקדשתי בתוך בני ישראל".</p>	<p>בשעה שאומרים קדושא דסדרא ב-ובא לציון במנין, מקיים בזה גם מצות לקדש את שמו ברבים.</p>	<p>46</p>
<p>"זכור את יום השבת לקדשו", וגם "שמור את יום השבת לקדשו". (רמב"ן).</p>	<p>כשאומרים יום ראשון... בשבת, וכן בכל ימי השבוע, מקיים מצות זכירת השבת.</p>	<p>47</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

עלינו לשבח בכוונה		
48	כשאומר "הוא אלוקינו" מקיים מצות אמונה במציאות ה' ובהשגחתו.	"אנכי ה' אלקיך אשר הוצאתיך מארץ מצרים מבית עבדים".
49	כשאומר אין עוד - מקיים מצות יחוד ה'; שמאמין שה' אחד ושמו אחד.	"שמע ישראל ה' אלוקינו ה' אחד" - בלי שום שיתוף.
50	כשאומר וידעת היום וכו'... מצות התבוננות בגדולתו יתברך.	"וידעת היום והשבת אל לבבך" (רבינו יונה ג'-יז' מונה במנין תרי"ג).
<p>רוב השש זכירות מופיעות כבר בסוף אהבה רבה (לפי המג"א) וזכירת שבת אפשר ע"י אמירת היום יום ראשון... בשבת (לפי הרמב"ן)</p>		
<p>וכל השש מצוות תמידיות ג"כ כלולים בכל המצוות שהזכרנו לעיל. והם מצוות שאפשר לקיים בכל רגע</p>		

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>”ושנתם לבניך ודברת בם.“ ולמדתם אתם ושמרתם לעשותם.“</p>	<p>בכל רגע שלומד תורה או מדבר בלימוד, מהרהר בד”ת, או כותב חידושים וביאורים מקיים מצות תלמוד תורה, ובעת שיושב ללמוד יכוין כך. תזכור תלמוד תורה כנגד כולם! (כל התרי”ג מצות)</p>	<p>51</p>
<p>”ואכלת ושבעת וברכת את ה’ אלקיך“. ”וזהיר בזה מזונותיו מצויין לו בכבוד כל ימיו“.</p>	<p>כשמברך ברכת המזון לאחר שאכל לחם בשיעור כדי שביעה.</p>	<p>52</p>
<p>”כי אם שמור תשמרון את כל המצוה הזאת אשר אנכי מצוה אתכם לעשתה, לאהבה את ה’ אלקיכם“, ”ללכת בדרכיו” ולדבקה בו“.</p>	<p>כשמתנהג במדות טובות, כגון: שמעביר על מידותיו, נמנע מכעס, מוותר, נוהג בענווה, ומכיר טובה, מתנהג בסבלנות וכל כיוצ”ב מקיים מצות - ”והלכת בדרכיו“.</p>	<p>53</p>
<p>”את ה’ אלקיך תירא“. ומצות ”ומלתם את ערלת לבבכם“.</p>	<p>כשעוסק במוסר, או כל ספר שמחזקו ביר”ש או שומע דברי תוכחה ממי שהוא - מקיים מ”ע של</p>	<p>54</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"וזכרת את כל הדרך אשר הוליכך ה' אלקיך זה ארבעים שנה במדבר". (אם לאבותינו כ"ש לנו).</p>	<p>כל פעם שחושב על חסדים שה' עשה או עושה לנו באופן פרטי, ולכלל ישראל בכלל, מקיים בזה מצות זכירת חסדי ה'.</p>	<p>55</p>
<p>"על פי התורה אשר יורוך... לא תסור מן הדבר אשר יגידו לך ימין ושמאל".</p>	<p>מצוי שבכל שעה אדם מקיים מצוות דרבנן, ומציית לתקנות חז"ל מהגמרא ומהשו"ע ומפרשיו, כולל גם הרבנים והגדולים שבזמנינו.</p>	<p>56</p>
<p>"ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך, ובכל נפשך, ובכל מאדך. בכל מדה ומדה שהוא מודד לך, הוא מודה לו במאד מאד.</p>	<p>יסורים - בשעת צער גדול או קטן כמו כאב ראש, או שהפסיד אוטובוס - אין לו חברותא, (או עוד אלפי דוגמאות) ובכל זאת מתחזק באמונה, ומקבל המצב בשמחה, מקיים מצות אהבת ה'.</p>	<p>57</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"לא תלך רכיל בעמך" (וכמבואר בהקדמה לספר ח"ח, שע"י התגברותו הוא נמנע מלעבור על עוד הרבה לאוין, ומלבטל הרבה מצות עשה ומונע מעצמו כמה אורוין).</p>	<p>בכל עת שמצד טבעו רוצה לדבר לשון הרע ומתגבר ועוצר את עצמו, מקיים בזה מצות ל"ת של... (ואיסור זה אע"פ שאומר אמת, דאם שקר הוא, זה מוציא שם רע).</p>	<p>58</p>
<p>"ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם" (ומובא בספה"ק שמיד אחרי התגברותו היא עת רצון לבקש מהקב"ה את בקשתו).</p>	<p>כשהולך ברחוב או בכל מצב שנמצא בו, ומזדמן לו נסיון, ומתאמץ לשמור עיניו ממראות אסורות, מקיים הל"ת של</p>	<p>59</p>
<p>"ובחרת בחיים".</p>	<p>בכל הזדמנות בה נמנע אדם מלעשות איסור מקיים בזה מצות</p>	<p>60</p>
<p>"וידעת היום והשבות אל לבבך, כי ה' הוא האלקים". "שאו מרום עיניכם וראו מי ברא אלה".</p>	<p>התבוננות בגדולת ה', ובהשגחה פרטית שבכל יום ויום, ובכל פרט של כל דבר, ובמיוחד כשמזדמן לו לראות נפלאות הבורא בבריאה.</p>	<p>61</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>62 "מפני שיבה תקום, והדרת פני זקן".</p>	<p>כשעומד לפני איש זקן או אשה זקנה ואפילו גוי זקן או אפילו לפני תלמיד חכם צעיר יותר, או בכל דרך שמכבד אותם.</p>
<p>63 "ובו תדבק" או "ואתם הדבקים בה" אלקיכם".</p>	<p>כשמתדבקים בתלמידי חכמים, לשמשם או להנותם.</p>
<p>64 "את ה' אלקיך תירא. את" רבות תלמידי חכמים.</p>	<p>כשמתנהגים ביראה לפני תלמידי חכמים מקיימים מצות</p>
<p>65 "וזכרת את ה' אלקיך, כי הוא הנותן לך כח לעשות חיל".</p>	<p>בכל פעולה מוצלחת שעושה, ותולה הצלחתו הקב"ה, ולא בעצמו מקיים בזה</p>
<p>66 מקיים מצות "קדושים תהיו" קדש עצמך במותר לך.</p>	<p>כשאדם מתגבר על טבעו, ונמנע מן המותרות באכילה, בדיבור, ובשאר תאוות המותרות לו בעצם.</p>
<p>67 "תמים תהיה עם ה' אלקיך" / "השלך על ה' יהבך והוא יכלכלך" / ברוך הגבר אשר יבטח בה'.</p>	<p>כשבוטח בה', ומאמין בליבו כי הכל מאיתו יתברך.</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"שמע ישראל ה' אלוקינו ה' אחד" (ומקיים מצות וכתבתם על מזוזות ביתך" בקביעת מזוזה).</p>	<p>כל פעם שנכנס לבית ורואה את המזוזה, ובפרט כאשר מנשק אותו ונזכר ביחוד ה'.</p>	<p>68</p>
<p>"מדבר שקר תרחק."</p>	<p>כשמקפיד לדבר אמת, ונמנע מלומר שקר, מקיים המצוה של להתרחק משקר.</p>	<p>69</p>
<p>"כי יסיתך אחיך בן אמך" - בן מתייחד עם אמו, ואין אחר מתייחד עם כל העריות שבתורה.</p>	<p>כשנזהר מאיסור יחוד, מקיים מצוה דאורייתא להזהר מיחוד.</p>	<p>70</p>
<p>"כבד את אביך ואת אמך."</p>	<p>בכל פעולה שעושה לכבד הוריו, אפי' מתקשר לשאול בשלומם, מקיים מצות כיבוד אב או אם.</p>	<p>71</p>
<p>"איש אמו ואביו תראו."</p>	<p>כל פעולה שנמנע ממנו מתוך מורא אב ואם, כגון לא לסתור דבריהם וכדו' מקיים מצות</p>	<p>72</p>
<p>מהפסוקים הנ"ל, (ועי' יוד סי' ר"מ לפרטים).</p>	<p>וכן מצוה לכבד - חמיו וחמותו, סבו וסבתו, ואחיו הגדול.</p>	<p>73</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"ועתה כתבו לכם את השירה הזאת, ולמדה את בני ישראל שימה בפיהם".</p>	<p>כשרוכש ספרי קודש מקיים מצות כתיבת ספר תורה.</p>	<p>74</p>
<p>"ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך, ובכל נפשך, ובכל מאדך".</p>	<p>כשמתוך הרגשת אהבת ה' מקרב רחוקים ואפ' קרובים לעסוק בתורה ומצוות, מקיים מצות אהבת ה'.</p>	<p>75</p>
<p>איש או אשה כי יעשו מכל חטאת האדם למעל מעל בה' ואשמה הנפש ההוא והתודו את חטאתם. אשר עשו.</p>	<p>בשעה באדם שב בתשובה על עבירה שנכשל בה ואומר וידוי ומתחרט ומקבל על עצמו שלא יחטא עוד מקיים מצות וידוי</p>	<p>76</p>
<p>"וכי תמכרו ממכר לעמיתך, או קנה מיד עמיתך".</p>	<p>כשיש לפנינו לבחור לעשות מקח וממכר או כל עסק או הזמנת חפץ אפ' מונית מיהודי או גוי, ובחרנו ביהודי מקיים מצות.</p>	<p>77</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"ביומו תתן שכרו".</p>	<p>כאשר משלמים לפועל בסוף יום עבודה, כגון: נהג מונית / תיקונים בבית / בייביסיטר / רופא פרטי / או מורה פרטי / שכירות רכב או דירה / או טיפ במקום שזה דרוש / אפי' פרס לילד במועד שהובטח לו, קיימנו מצות</p>	<p>78</p>
<p>"אם כסף תלוה את עמי" (זוה חובה, וגם מצוה יותר גדולה מן הצדקה).</p>	<p>המלוה כסף לחבירו, מקיים בזה מצות</p>	<p>79</p>
<p>"והאיש אשר נושה בו יוציא אליך את העבוט החוצה" / "והיך צדק יהיה לכם".</p>	<p>כשהלוה מחזיר הלוואה, "פריעת בעל חוב מצוה".</p>	<p>80</p>
<p>מקיים מצות "ועשית הישר והטוב בעיני ה".</p>	<p>בעת שיש חילוקי דעות ועושה פשרה, ובעת שמדבר בנחת עם הבריות, ומתנהג בצורה נאה.</p>	<p>81</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>תשפט "בצדק עמיתך". ובזכות זה ידונו אותך בשמים לכף זכות. (מדה) כנגד מדה, כמבואר בספה"ק).</p>	<p>כל פעם שדנים אדם מישראל לכף זכות, מקיימים בזה מצות</p>	<p>82</p>
<p>"ואהבת לרעך כמוך".</p>	<p>כאשר מתנהג עם חבירו, ממונו, וכבודו, כדרך שנוהג עם של עצמו, מקיים בזה מצות</p>	<p>83</p>
<p>דוגמאות להנ"ל: לומר בוקר טוב או ערב טוב(א) להקשיב לשני השופך את ליבו(ב), לעודד אותו, להתנהג עם טוב עין, להשיא לו עצה הוגנת, להתפלל עליו(ג), להתקשר לאשתך לשאל בשלומה, או לחבירו לשמחו, לצרף לנסיעתו (טרעמפ), ללמד תורה לאחרים(ד), להחזיר ספרים, אפי' להביא טישו לשני, להכניס אורחים(ה), להאכילו וללוותו(ו), לעזור לו למצוא דירה, או עבודה או מקום לימוד, להלוות לו, לחתום ערבות, לעזור בעבודת הבית גם כששומר על ילדיו ומאכילם(ז), כשמשמח חתן וכלה, או כל שמחה אחרת(ח), כשעושה שלום בין אדם לחבירו או בין איש לאשתו, כשמבקר חולה, כשמלוה המת, כשמנחם אבלים, או מיישב דעת הכועס, והעונה אמן אחר ברכת חבירו(ט). וכהנה רבות...</p>		
<p>"ואהבת את ה' אלקיך" / הנעלבין ואינן עולבין... "ואוהביו" השמש בגבורתו".</p>	<p>ששותק מי כשמעליבים אותו מקיים מצות אהבת ה'.</p>	<p>84</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

85	בכל עת שמברך ברכה, מקיים מצוה מדברי קבלה, לברך לפחות מאה ברכות בכל יום.	"ועתה מה ה' אלקיך שאל מעמך" - אל תקרי מה אלא "מאה". (י"א שהוא מה"ת).
86	כשמקרב ומכבד גר צדק או כל אדם זר, שנמצא בסביבה שאינה מוכרת לו, מקיים ב' מצוות.	"ואהבתם את הגר" "ואהבת לרעך כמוך". ועי"ז ירחם ה' עלינו, ויברך אותנו.
87	כל דבר שעושים למנוע סכנה בביתו מקיים מצות	"ולא תשים דמים בביתך".

דוגמאות: לא להשאיר סכין קרוב לילדים קטנים, לנעול את הסורגים (שפתחנו לתלות כביסה) לנקות היטב את הריצפה אחר שנשבר זכוכית, לכסות חוט חשמל חשוף, וכן בסכנה רוחנית: כשמקפיד לשפוך את מי נט"י תיכף אחר הנטילה(א), כשדואג להוציא או לא להכניס לבית מכשירים שמסכנים נשמות!

88	בכל עת שמונע את עצמו ממכשול שיש בו סכנת נפשות, וכן כשנוהג עם גופו בהנהגה בריאה.	"ונשמרתם מאד לנפשתיכם".
----	---	-------------------------

דוגמאות: כשאוכלים בריא(א), כשעוברים בהירות את הכביש(ב), כשחוגר חגורה לפני נסיעה במכונית, כשנוהג בהירות, כשנוטל תרופות שהרופא ממליץ עליהם, כשלוכש מעיל ביום קר, כשמשתדל לקבל כמות השינה שגופו ומוחו צריכים.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

89	כשמתפלל תפילת מנחה , ותפילת ערבית .	"ולעבדו בכל לבבכם".
90	קדיש וקדושה במנחה, וקדיש וברכו במעריב.	"ונקדשתי בתוך בני ישראל".
91	ק"ש של ערבית (עי' לעיל בק"ש של בוקר מצות נוספות).	"ושננתם לבניך, ודברת בם, בשבתך בביתך, ובלכתך בדרך ובשכרך ובקומך".
92	כשמזכיר מצרים בפרשת "ויאמר".	"למען תזכר את יום צאתך מארץ מצרים כל ימי חיך " - אלו הלילות.
93	כאשר עוסק בהידור מצוה מקיים בזה מצות (וזו כולל גם השמחה והחביבות שבהם עושה את המצוה).	"זה אלי ואנוהו" - התנאה לפניו במצות, סוכה נאה, לולב נאה, ציצית נאה...
שבת קודש		
94	בכל מעשה הכנה שעושה לכבוד או לעונג שבת מקיים בזה מצות	"וקראת לשבת עונג , לקדש ה' מכובד "... (וכ"ש בשבת עצמו).

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

דוגמאות להכנת שבת שאפשר לכוון בהם למצוה: כשקונה אוכל או פרחים לשבת(א), כשמכין מאכלים ומעדנים ומניחם על הבלעך או הפלטה(ב), כשטועם מן התבשיל לוודא שמתובל כראוי(ג), כשנח בער"ש, כשנמנע מלקבוע סעודה אחרי שעה התשיעית בער"ש ע"מ ליכנס לשבת כשהוא תאב לאכול(ד), כשמסדר את הבית, עורך השולחן, ומציע המטות(ה), כשרוחץ גופו, וקוצץ צפרניו(ו), כשמסתפר או מגלח(ז), כשלובש בגדי שבת(ח), כשמדליקין נרות שבת, והדלקת האורות בבית שמאירים ומשמחים ומכבדים ומענגים את השבת (וכ"ש בשבת עצמו - אכילה, שתייה, שינה וכל תענוג שהוא מכוון בו לכבוד שבת).

<p>"מערב עד ערב תשבתו שבתכם".</p>	<p>כשמקבל שבת כמה דקות לפני השקיעה, וכשמתעכב מלהוציא שבת אחרי זמן צאתה, מקיים מצוה מן התורה להוסיף מחול על הקודש.</p>	<p>95</p>
<p>"וביום השביעי תשבת".</p>	<p>כשמפסיק מלעשות מלאכה בע"ש, מקיים בזה מצות שביתת שבת.</p>	<p>96</p>
<p>"זכור את יום השבת לקדשו".</p>	<p>כשמקדש על היין - מקיים מצות לקדש את השבת בדברים.</p>	<p>97</p>

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

<p>"ויאמר משה אכלהו היום כי שבת היום לה' היום לא תמצאוהו בשדה". מזה שכתוב ג' פעמים "היום" דרשו חז"ל שחייב אדם לאכול ג' סעודות בשבת.</p>	<p>כסועד את לבו בבשר ודגים וכל מטעמים בסעודת שבת מקיים מצוה מן התורה לאכול בשבת ג' סעודות.</p>	<p>98</p>
<p>"ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאדך".</p>	<p>בעת ששר זמירות ושירים שענינם אהבה וגעגועים לבורא יתברך, כדוגמת ידיד נפש, וקה אכסוף וכדו', מקיים באותו זמן מצות אהבת ה'.</p>	<p>99</p>
<p>"זכור את יום השבת לקדשו". ועוד נאמר "ולהבדיל בין הקדש ובין החל".</p>	<p>באמירת אתה חוננתנו, ובעריכת הבדלה על הכוס, מקיים מצות הבדלה.</p>	<p>100</p>

מקורות

סדר המקורות לפי מיספור המצוות בלוח.

- 1) תהילים ט"ז - ח'. דברים י' - כ'. חיי אדם א - א' - א'.
- 2) דברים כג - טו, מיכה ו' - ח' סמ"ק מצוה נ"ז.
- 3) ויקרא יא - מג. וש"ע או"ח ג-יז.
- 4) דברים ו-יג, או"ח ד-יז ומ"ב ס"ק לז'.
- 5) מלבי"ם משלי טז-ד' ד"ה כל, שבת נ: , ויקרא כב - לב
- 6) דברים ד-טו
- 7) במדבר טו - מ, תוס' בב"ק נו; מ"ב ח' ח' ס"ק י"ט.
- 8) דברים יא-יג, תענית ב.
- 9) דברים לב - ג'.
- 10) דברים ה-א ודברים ו-ז. חרדים יב-יג.
- 11) דברים ו-ח.
- 12) דברים ו' - ח', כתר ראש טו, מנחות מד.
- 13) ויקרא י"ט - ל, יחזקאל יא - טז, מגילה כט.
- 14) דברים לב ג', אשל אברהם או"ח סי' רט"ו - ו', רמב"ן מ"ע ו'.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

- (15) דברים ו-ה', חרדים ט'-ה' מהרמב"ם יסודי התורה ב'- ב'.
(16) דברים ט"ו - ח' - י. החינוך מצוה תע"ט
(17) ויקרא כב - לב, ספר מצות הקצר מ"ע ה'.
(18) מג"א סי' ס' ס"ק ב', דברים ד, ט-י'. חרדים כא' ח'
(19) כנ"ל.
(20) דברים כ"ה - יז. חרדים יח-א מגילה יח.
(21) דברים כד ח-ט, חרדים יב-כד
(22) דברים ט-ז, ספרא בחוקותי פרשה א'-ג'.
(23) דברים ו-ז, מ"ב סי' ס"א סק"ג.
(24) שמות כ' ב-ג, בה"ל סי' א' ד"ה הוא.
(25) דברים ו'-ד' ובה"ל הנ"ל.
(26) דברים ו-ה, מ"ב סי' כ"ה ס"ק י"ד בשם החרדים
(27) ויקרא כ"ב ל"ב, חרדים ט-טז.
(28) דברים ו-ה, משנה ברכות ט-ה, חרדים ט-לא, ממנין
תרי"ג ע"פ הסמ"ג והסמ"ק.
(29) דברים יא-יג. משנה ברכות פ"ב ב'- חרדים ט'-מג.
(30) דברים ו-יג
(31) דברים טז'- ג', ברכות יב:
(32) במדבר טו- לט ועי' בה"ל סי' א' ד"ה אותו.
(33) במדבר ט"ו-לט, חרדים י-א דמ"ע לפי הסמ"ק והרשב"ץ

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

- 34) דברים ו-ה, חרדים ט'-יג.
- 35) ירמיהו נא - נ' וחרדים לה' - ג.
- 36) שמות כ-ב, מכאן למד הסמ"ק מצוה א' מצות צפית לישועה. כשם שרוצה ה' שנאמין ביצי"מ רוצה שנצפה לגאולה העתידה.
- 37) דברים ח' - ב', חרדים שזה ממנין תרי"ג (לרבינו יונה שע"ת ג' - יז)
- 38) ויקרא כב - לב, מ"ב קכ"ה סק"ד, והאריז"ל הזהיר מאוד על זה.
- 39) במדבר ו' - כג, חרדים יב-יח, ובה"ל תחילת סימן קכח. והעניית אמן גם דאורייתא כשהברכה דאורייתא (קריית ספר)
- 40) במדבר י' - ט', חרדים יג'-יט', מ"ע מה"ת לזעוק... על כל צרה...
- 41) ויקרא יט - לב, חרדים יח-ז, בספר עמק ברכה כבוד ס"ת עמ' מב'. קידושין לג: - מק"ו שהוא דאורייתא, נמצא שהוא מ"ע גמורה.
- 42) כנ"ל
- 43) דברים י-כ, חיי אדם א, א, א.
- 44) ויקרא כ"ב-לב. ספר מצות הקצר מ"ע ה. מ"ב ח"א נה' סק"ב.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

- (45) ויקרא כב-לב ומ"ב כנ"ל.
- (46) ויקרא כב- לב ומ"ב כנ"ל וע"ע מ"ב קלב ס"ק ג' ד'. דטוב לאומרה ברבים לכתחילה.
- (47) חרדים ט'-ל"ג, רמב"ן מהמכילתא, וספרא בחוקותי א-ג.
- (48) שמות כ' - ב'. בה"ל סי' א דה"מ הוא
- (49) דברים ו'-ד' ובהל' הנ"ל.
- (50) דברים ד' ל"ט, חרדים ט' כ"ב.
- (51) דברים ה'-א דברים ו-ז ספר מצות הקצר מ"ע יד קידושין כט: חרדים יב-יד.
- (52) דברים ח' - י' חרדים יב-יב, בנחת בקול רם ובשמחת הלב, חינוך מצוה תל.
- (53) דברים כח-ט ספרי עקב מט, ספר מצות הקצר מ"ע ו'.
- (54) דברים ו' - יג', דברים י-טז' ובספר יראה ודעת עמ' פו. (להגר"י סגל זצ"ל ר"י מנשסתר)
- (55) דברים ח' - ב', ובחרדים ט'- כ"ג, ממנין תרי"ג לרבינו יונה בשע"ת ג' - יז'. לומד ק"ו מפסוק הנ"ל.
- (56) דברים יז' - י' יא', שבת כג. והיכן ציונו? "לא תסור".
- (57) דברים ו-ה, משנה ברכות ט-ה'.
- (58) ויקרא יט - ט"ז, ספר מצות הקצר מצות ל"ת ע"ז.
- (59) במדבר ט"ו - לט - ובשו"ע אבה"ע סי' כ"א-א': "צריך האדם להתרחק מהנשים מאד מאד".

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

- 60) דברים ל' - יט, ועי' שע"ת לרבינו יונה שער ג' - יז'.
61) דברים ד-לט, חרדים ט' - כב', שע"ת ג' יז' מונה במנין תרי"ג
62) ויקרא יט'-לב. מנחת חינוך מצוה רנ"ז - ג', רמב"ם הל' ת"ת ו' - ט'. שו"ע יו"ד רמ"ד א' וב'. חרדים יח - ה-ו.
63) דברים י' - כ', ספר מצות הקצר מ"ע ט"ז מגמ' כתובות קיא:
64) דברים ו'- יג' והחרדים ט' - יב', כתב שריבוי זה נחשב למצוה מדאורייתא.
65) דברים ח'-יח' חרדים יב - נא.
66) ויקרא יט - ב, חרדים כ' יג', רמב"ן עה"ת ד"ה קדושים.
67) דברים יח'-יג', חרדים ט'-כא. תהילים נה-כג, ירמיה יז-ז.
68) דברים ו'-ט' תוס' ב"ק נו: דמקיים מצוה בכל רגע שהמזוזה בפתחו, רמב"ם הל' תפילין מזוזה וס"ת פרק ו' הלכה יג', וחרדים ט"ז כא.
69) שמות כג' - ז. חרדים י"ב כו, והגמ' בסנהדרין צב. אומרת שהמשקר כאילו עובד ע"ז.
70) דברים יג-ז', ע"ז לו: ייחוד דבת ישראל דאורייתא היא, חרדים ל"ב - כה. ובטור אבה"ע סי' כ"ב ופרטי הלכות בשו"ע אבה"ע סי' כ"ב.
71) שמות כ' - יב', דברים ה- טז.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

72) ויקרא יט - ג'

73) שמות כ-יב חרדים יב' ג-ל', דברים ה-טז כתובות קג.
רבינו יונה בספר היראה, מנורת המאור נתיב י"ד.
וחרדים מז' לב - לו.

74) דברים ל"א - יט, ספר מצות הקצר מ"ע טו בשם הרא"ש.

75) דברים ו'- ה', ספר מצות הקצר מצוה ג'. כמו אברהם
אבינו הנקרא אוהבו של הקב"ה.

76) ויקרא יט-ל יחזקאל יא- טז, מגילה כט. ספרא בחוקותי
ב-ד. וש"ע או"ח סי' קנ"א.

77) ויקרא כה-יד ספרא בהר ג'- א', אהבת חסד חלק א' -
ה' - ו'

78) א. דברים כד - טו, ובש"ע חו"מ סי' של"ט. בספר אהבת
חסד חלק א' - ט' הל' ה' ס"ק ט"ז, שגם קטן נחשב שכיר.

79) שמות כב - כד, ספר מצות הקצר מ"ע - סב. התורה
הקפידה על מי שנמנע מלהלוות לעני שנאמר "ורעה
עניך באחיך האביון וגו'... והיה בך חטא".

80) א. דברים כד - יא, ערכין כב. חרדים ט"ז - כ"ה. ב. ויקרא
יט - לו, כתובות פו. רש"י דה"מ פריעת. ב"מ מט.

81) דברים ו' יח, ופירוש הרמב"ן שם ד"ה ועשית, וע"ע בסוף
דבריו, שהרמב"ן אומר דבכלל מצוה זו שיהא פרקו נאה,
ודיבורו בנחת עם הבריות עד שיהא שם שמים מתאהב

על ידך.

82 ויקרא יט טו, - חרדים ט-ל שהיא ממנין תרי"ג, ואז ידונו גם אותו בשמים לכף זכות. ועל ספר ח"ח ג' ז' פרטי החיוב. (מי ובאיזה אופן).

83 ויקרא יט - יח. על פתיחה לספר אהבת חסד מסוטה יד. שתורה תחילתה גמ"ח וסופה גמ"ח. א) חרדים לח - ד', ברכות יז. ב) שערי תשובה ד'-יא, בב"ב ט: המפייסו. אהבת חסד ג' - ח' ג) אהבת חסד ג'-ח'. ד) כנ"ל וסוכה מט: תורה של חסד היא ללמדה. ה) סוכה מט: אהבת חסד ג'-א'. ו) אהבת חסד ג-ב'. סוטה מו: שכר לוייה אין לו שיעור ז) כתובות נ. "עושה צדקה בכל עת" זה הזן בניו ובנותיו כשהן קטנים. ח) יסוד ושורש העבודה א'-ח'. ט) בספר נוטרי אמן חלק א' עמ' יד'.

84 דברים ו' ה. חרדים ט-לא. ואוהביו... גיטין לו: שופטים ה. לא,

85 דברים י'-יב. מנחות מג:, והיראים ס' רנ"ה מונה זאת כמ"ע.

86 דברים י'-יט, חרדים ט - כט. ספר החינוך מצוה תלא.

87 דברים כב-ח. א) שו"ע או"ח ד' ט', ומ"ב שם ס"ק כ"א. סכנת הרוח רע שבמים

88 דברים ד' ט', א) רמב"ם הל' דעות ד'. ב) כך אמר ר' ברוך בער לר' י. י. הרמן זצ"ל, והסכים לזה הגר"ח"ק שליט"א.

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

89 דברים יא' - יג', תענית ב., ברכות נו., רמב"ם הל' תפילה
א' - א'.

90 ויקרא כב - לב, ספר מצות הקצר מ"ע לקדש את ה'
ברבים. ומ"ב סי' נ"ה ס"ק ב'.

91 דברים ו' - ז'. חרדים יב' - טז' - יז'. ומביא שם מהרמב"ן.

92 דברים טז' - ג', ברכות יב:

93 שמות טו' - ב', שבת קלג.; שמחה של מצוה רמב"ם הל'
לולב ח-טו ואין לך הידור מצוה גדולה מזה. שבזה
נתעלית המצוה עד מאוד. (וע"ע בספר עטרה למלך
להגר"א פאם זצ"ל עמ' ס"א).

94 ישעיהו נ"ח יג., מ"ב ר"נ סק"ב: וטוב שיאמר על כל
דבר שקונה "זהו לכבוד שבת כי הדיבור פועל הרבה
בקדושה".

א. שו"ע רמ"ב ומ"ב שם. שבת קיח.

ב. שו"ע סי' ר"נ, ורמ"א רנ"ז ח', ומ"ב ס"ק מ"ט.

ג. סי' ר"נ סק"ב מ"ב שם. ושעה"צ ח' שם דמצוה היא.

ד. שו"ע או"ח סי' רמ"ט ב'.

ה. שו"ע או"ח סי' רס"ב א'.

ו. שו"ע או"ח סי' ר"ס-א'.

ז. הרמ"א שם

ח. רמ"א רס"ב-ג'

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

ט. שו"ע רס"ג א-ב.

95 ויקרא כג-לב, יומא פא: חרדים יז' - ט'. וממנין תר"ג לרשב"ץ, וכן נפסק בשו"ע רס"א - ב' והמ"ב ס"ק יט'.

96 שמות כג - יב.

97 שמות כ- ח. חרדים ט- לג. מהרמב"ן

98 שמות טז - כה, חרדים יד' - ג' שדבר תורה הוא ולא אסמכתא בעלמא. (ובשו"ע - ש' א' נפסק דלעולם יסדר אדם שולחנו גם במוצאי שבת, כדי ללוות את השבת, אפ"י שאינו צריך אלא לכזית).

99 דברים ו'- ה. חרדים ט'- ו - "דרך החושק לשורר, וכיון שאהבת יוצרנו נפלאה מאהבת נשים, האוהב אותו בלב שלם ישיר לפניו כאשר שרו משה ובני ישראל ומרים, ודבורה, ויהושע, ובני קרח, ודוד ושלמה ברוח הקודש", וע"י בהמשך שם.

100 שמות כ' - ח'. ויקרא י' - י', חרדים יג' - ג' הבדלה מדאורייתא, וע"י מ"ב רצ"ו סק"א שלדעת הרמב"ם היא דאורייתא. וטוב להקדים סעודת מלוה מלכה שתהיה סמוכה ליציאת השבת (מ"ב - ש' סקי"ב) ומבואר בסידור היעב"ץ דהיות שמוצאי שבת היא עת שמוכנת לבואו של משיח שיבוא במהרה לכן מזכירין אותו (משיח) בזמירות מוצ"ש ביחד עם אליהו הנביא זכור לטוב.

נפסק בשו"ע: שבמצות ציצית, תפילין, וסוכה, מלבד הכוונה שמקיים מצות ה', יש לכוון גם את **טעם המצוה**, ואם לא כוון לא יצא ידי חובתו.

המ"ב (סי' ח' ס"ק י"ט בשם הפרי מגדים): שכוונת **טעמי** המצוות היא רק לכתחילה ואינה מעכבת בד"עבד אם לא כוון.

ציצית - "למען" תזכרו ועשיתם את כל מצותי והייתם קדושים...

תפילין - "למען" תהיה תורת ה' בפיה, כי ביד חזקה הוציאך ה' ממצרים.

סוכה - "למען" ידעו דורותיכם כי בסוכות הושבתי את בני ישראל.

והטעם מבאר הב"ח משום שבשלוש מצוות אלו נכתב בתורה "**למען**" ובא ללמדנו שבמצוות אלו כוונת טעם המצוה הוא חלק עיקרי במצוה, ולפיכך כוונת טעמי המצוות במצוות אלו הוא לעיכובא.

"ואני קרבת אלקים לי טוב"

(תהלים ע"ג כ"ה)

אני עושה מצוה זו כאשר צוה ה'

רבי אומר... והוי זהיר במצוה קלה
כבחמורה שאין אתה יודע מתן שכרן של מצות.
(אבות פרק ב' משנה א)

הלוח האישי שלי

מקור בפסוק	מעשה פשוט/מצוה	
		.1
		.2
		.3
		.4
		.5
		.6
		.7

בן עזאי אומר הוי רץ למצוה קלה ובורח מן
העבירה שמצוה גוררת מצוה! (אבות פרק ד' משנה ב)



כאשר

צוה ה'



גרפיק

לזכות המו"ל ומשפ'
לזכות כל המשתמש בלוח
לזכות כל מי שישתתף בהוצאות הדפסת הלוח

