

- 1 – surlignez les א en jaune
- 2 – surlignez les ל en vert
- 3 – entourez les אל
- 4 – surlignez les י en orange
- 5 – surlignez les ה en rouge
- 6 – entourez les ם en fin de mot et le ה en début de mot
- 7 – écoutez les vidéos de l’office relatives à ces pages et prononcez ce que vous connaissez.
- 8 – suivez le texte dans l’ordre, chaque fois que vous rencontrez un mot entièrement colorié ou entouré , recopiez-le et traduisez-le.

Sidour p. 106 – bénédictions du matin

מה טובו אהליך יעקב משכנותיך ישראל; ואני ברוב חסדך אבא ביתך אשתחוה אל היכל קדשך ביראתך; יהוה אהבתי מעון ביתך ומקום משכן כבודך; ואני אשתחוה ואכרעה אברכה לפני יהוה עושי; ואני תפילתי לך יהוה עת רצון אלוהים ברב חסדך ענני באמת ישעך

לַעֲת נַעֲשֶׂה בְּחַפְצוֹ כָּל, אֲזִי מֶלֶךְ שָׁמוּ נִקְרָא.	אֲדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מֶלֶךְ, בְּטָרָם כָּל יִצִיר נִבְרָא.
וְהוּא הִיָּה וְהוּא הִנֵּה, וְהוּא יְהִיָּה בְּתַפְאָרָה.	וְאַחֲרֵי כָּכֹלֹת הַפֶּל, לְבַדּוֹ יִמְלֹךְ גּוֹרָא.
כָּלִי רֵאשִׁית כָּלִי תְּכָלִית, וְלוֹ הָעֵז וְהַמְשָׁרָה.	וְהוּא אֶחָד וְאֵין שְׁנַי, לְהַמְשִׁילוֹ וְלַהַחְבִּירָה.
וְהוּא נָסִי וּמְנַסִּי, מְנַת כּוֹסֵי בְּיוֹם אֶקְרָא.	וְהוּא אֵלֵי וְחַי גּוֹאֲלֵי, וְצוֹר חֲבָלֵי בְּיוֹם צָרָה.
וְעַם רוּחֵי גְּוִיָּתִי, יְהוּה לִי וְלֹא אֵירָא.	בְּיָדוֹ אֶפְקִיד רוּחֵי, בְּעֵת אֵישָׁן וְאַעִירָה.

p.108

אלהי! נְשַׁמָּה שְׁנַתְּ בִי טְהוֹרָה הִיא. אַתָּה בְּרָאֲתָהּ, אַתָּה יִצְרָתָהּ, אַתָּה נִפְחַתָּהּ בִּי, וְאַתָּה מְשַׁמְרָהּ בְּקַרְבִּי, וְאַתָּה עֲתִיד לְטַלְהָ מִמֶּנִּי, וְלַהַחְזִירָהּ בִּי לְעֵתִיד לְבוֹא. כָּל זְמַן שֶׁהַנְּשַׁמָּה בְּקַרְבִּי מוֹדֵה אֲנִי לְפָנֶיךָ יְהוּה אֱלֹהֵי וְאַלֵּהֵי אַבּוֹתַי, רַבּוֹן כָּל הַמַּעֲשִׂים אֲדוֹן כָּל הַנְּשַׁמּוֹת. בְּרוּךְ אַתָּה יְהוּה, הַמְחַזֵּיר נְשַׁמּוֹת לְפָגְרִים מְתִים.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. שְׁעֲשֵׁנִי בַצִּלְמוֹ	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. שְׁעֲשֵׁנִי יִשְׂרָאֵל	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. שְׁעֲשֵׁנִי בֶן. בֵּת חוֹרִין	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. פּוֹקֵחַ עֲוֹנִים	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. מְלַבֵּישׁ עֲרֻמִּים	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. מְתִיר אֲסוּרִים	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. זוֹקֵף כְּפוּפִים	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. רוֹקֵעַ הָאָרֶץ עַל הַמַּיִם	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. שְׁעֲשֵׂה לִי כָּל צָרָתִי	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. הַמְּכִיֵּן מִצְעָדֵי גִבּוֹר	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. אוֹזֵר יִשְׂרָאֵל בְּגִבּוֹרָה	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. עוֹטֵר יִשְׂרָאֵל בְּתַפְאָרָה	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. הַנּוֹתֵן לִיעָף כַּחַם	אמן
ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. הַמַּעֲבִיר שָׁנָה מֵעֵינֵי וְתַנּוּמָה מֵעַפְעָפִי.	אמן